

Приднестровский государственный университет  
им. Т.Г. Шевченко  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра гимнастики и спортивных единоборств

# **Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство**

**Учебно-методическое пособие  
для студентов специальности «Физическая культура»  
высших учебных заведений**

**Тирасполь 2008**

УДК 796.41:796.03(07)(075,8) +796.06 (07)(075,8)

ББК 4516р3я73 +4514(4Мол5)9р3я73

С–65

Составитель Т.В. Романюк

Рецензенты:

Доцент кафедры гимнастики и спортивных единоборств ПГУ им. Т.Г. Шевченко, к.п.н. В.В. Абрамова.

Ст. преподаватель кафедры легкой атлетики, водных видов спорта и туризма ПГУ им. Т.Г. Шевченко, отличник народного образования ПМР А.В. Батуев.

Соревнования по гимнастике: организация, проведение, судейство. Учебно-методическое пособие для студентов специальности «Физическая культура» высших учебных заведений /Составитель Романюк Т.В. – Тирасполь: ПГУ, 2008. – 92 с.

В учебно-методическом пособии представлены основные положения, касающиеся организации и проведения соревнований по гимнастике. Особое внимание обращено на технику судейства гимнастических упражнений. Работа рекомендована для студентов факультетов физической культуры и специалистов сферы физической культуры и спорта.

Рекомендовано Научно-методическим советом ПГУ им. Т.Г. Шевченко

© Романюк Т.В., 2008

© ПГУ им. Т.Г. Шевченко, 2008

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b>	4
<b>I. Организация соревнований по гимнастике</b>	5
1.1. Система соревнований	5
1.2. Значение соревнований по гимнастике	5
1.3. Виды соревнований по гимнастике	6
1.4. Положение о соревнованиях	7
1.5. Подготовка к проведению соревнований по гимнастике	10
1.6. Оборудование мест соревнований	16
1.7. Судейский инвентарь	24
<b>II. Проведение соревнований по гимнастике</b>	25
2.1. Проверка готовности	25
2.2. Церемониал соревнований	25
2.3. Управление соревнованием	27
2.4. Участники соревнований	30
2.5. Характеристика массовых соревнований	43
2.6. Особенности проведения массовых соревнований	46
<b>III. Судейство соревнований по гимнастике</b>	47
3.1. Судейская коллегия соревнований	49
3.2. Главная судейская коллегия	52
3.3. Методика судейства упражнений в гимнастике	75
<b>Рекомендуемая литература</b>	

## **Введение**

Одним из компонентов, составляющих профессиональную подготовку специалиста в области физической культуры и спорта, является его судейская подготовка, в том числе и по гимнастике. Характерными особенностями соревнований по гимнастике является методика судейства и система оценки исполнения комбинации. В отличие от других видов спорта, где оценка выступления может основываться на объективных критериях, в гимнастике процесс оценки усложняется тем, что он носит субъективный характер. Судья должен дать оценку качеству выполнения упражнения, красоте, элегантности и сложности комбинации. Все это накладывает на судей особую ответственность в знании правил и групп трудности.

Данное учебно-методическое пособие содержит достаточный объем знаний, информации, необходимых для организации, проведения и судейства соревнований по гимнастике. В нем представлены санитарно-гигиенические требования по технике безопасности к организации мест проведения соревнований; правила соревнований по гимнастике; градация ошибок и основные сбавки за них.

Пособие состоит из трех глав. В первой главе дается характеристика спортивных соревнований по гимнастике, определяются их виды и значение, уточняется программа и особенности составления положения, раскрываются основные моменты организации соревнований.

Вторая и третья главы посвящены проведению и судейству соревнований по гимнастике. В них уточнены права и обязанности судей и участников и раскрыта техника судейства гимнастических упражнений.

Автор считает, что данное учебное пособие поможет студентам в приобретении соответствующих знаний по кругу вопросов, затронутых и раскрытых в данной работе, что, несомненно, улучшит их теоретическую и методическую подготовку.

## **I. Организация соревнований по гимнастике**

### ***1.1. Система соревнований***

Спортивные соревнования – составная часть единого учебно-педагогического процесса, направленного на воспитание здорового, физически развитого и волевого человека.

Система проведения соревнований обеспечивает привлечение широких слоев населения к регулярным занятиям спортом, стимулирует непрерывное совершенствование спортивной техники и достижение высоких результатов.

Почти все соревнования предусматривают преемственность, как правило, они начинаются в коллективе, затем продолжаются в районах, городах, республиках и завершаются международными соревнованиями, на которых и определяются чемпионы.

Для составления сборных команд проводят отборочные турниры.

Соревнования по различным видам спорта планируются единым спортивным календарем. Сроки и условия проведения состязаний стали традиционными. Спортивным календарем предусматриваются как соревнования по отдельным видам спорта, так и комплексные. В календарь включаются также массовые пробеги, кроссы, эстафеты и т.п.

Календарь разрабатывается каждой спортивной организацией с учетом как территориальных, так и ведомственных соревнований. В календаре перечисляются все соревнования, указываются их названия, определяются сроки и места проведения. Дата проведения соревнований устанавливается в соответствии с планом учебно-тренировочного процесса. Календарь обычно составляется не менее чем на год.

### ***1.2. Значение соревнований по гимнастике***

Соревнования по гимнастике – неотъемлемая составная часть учебно-тренировочного процесса.

Кроме того, что соревнования по гимнастике помогают наиболее точно и объективно подвести итоги учебной работы за определенный период (четверть, семестр, полугодие, учебный или календарный год), они также способствуют решению большого круга различных по направленности задач (**схема 1**).

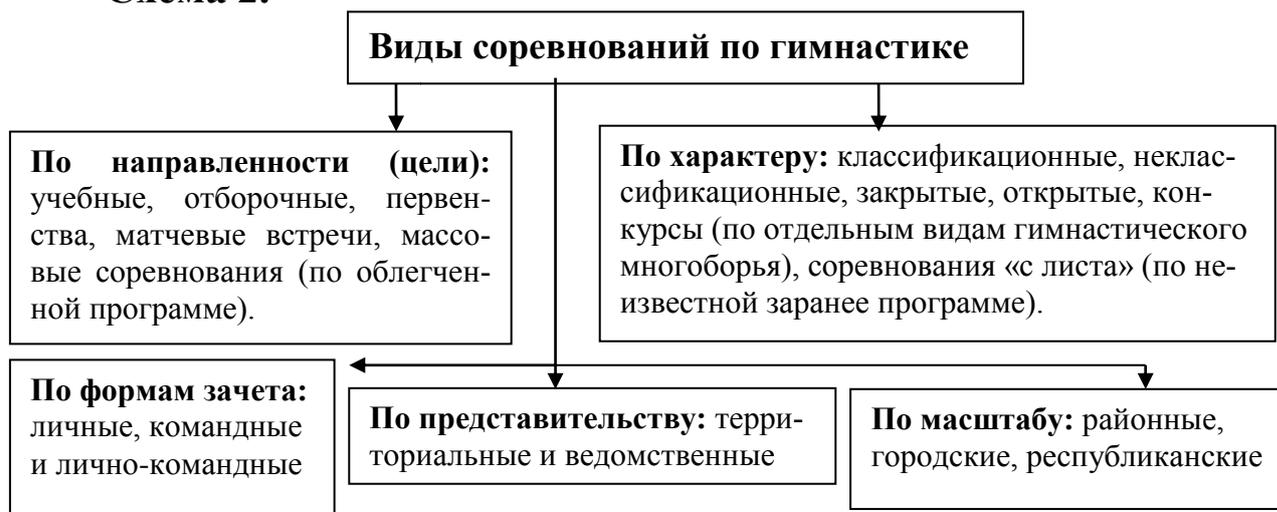
**Схема 1.**



### ***1.3. Виды соревнований по гимнастике***

В зависимости от цели, формы, масштаба и характера соревнований соревнования по спортивной гимнастике могут быть различных видов (схема 2).

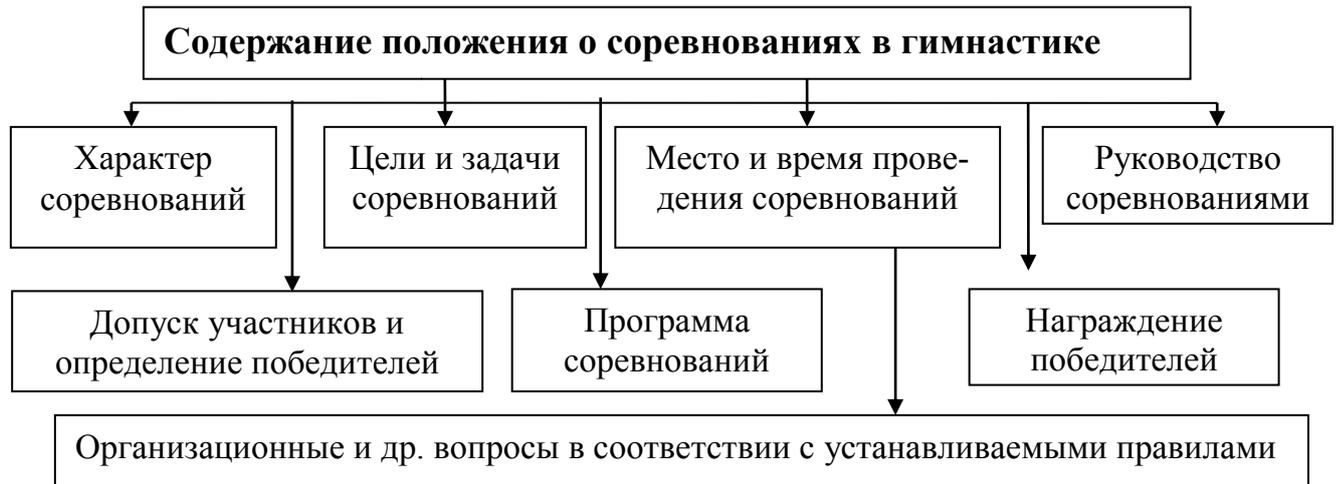
**Схема 2.**



### 1.4. Положение о соревнованиях

Условия состязаний и программа определяются положением о соревнованиях, которое разрабатывается организацией, проводящей соревнования, и является руководящим документом, по которому планируется вся подготовка участников и должностных лиц (схема 3).

Схема 3.



**Цель и задачи.** Основные задачи соревнований обычно состоят в популяризации данного вида спорта, выявлении сильнейших спортсменов и коллективов, подведении итогов учебной работы и т. п.

**Место и сроки проведения.** Указывается спортивная база, на которой будут проходить соревнования, и дата их проведения.

**Руководство соревнованиями.** Определяются организации, которым поручено проведение соревнования и прием участников, сообщается организация, назначающая судейскую коллегию.

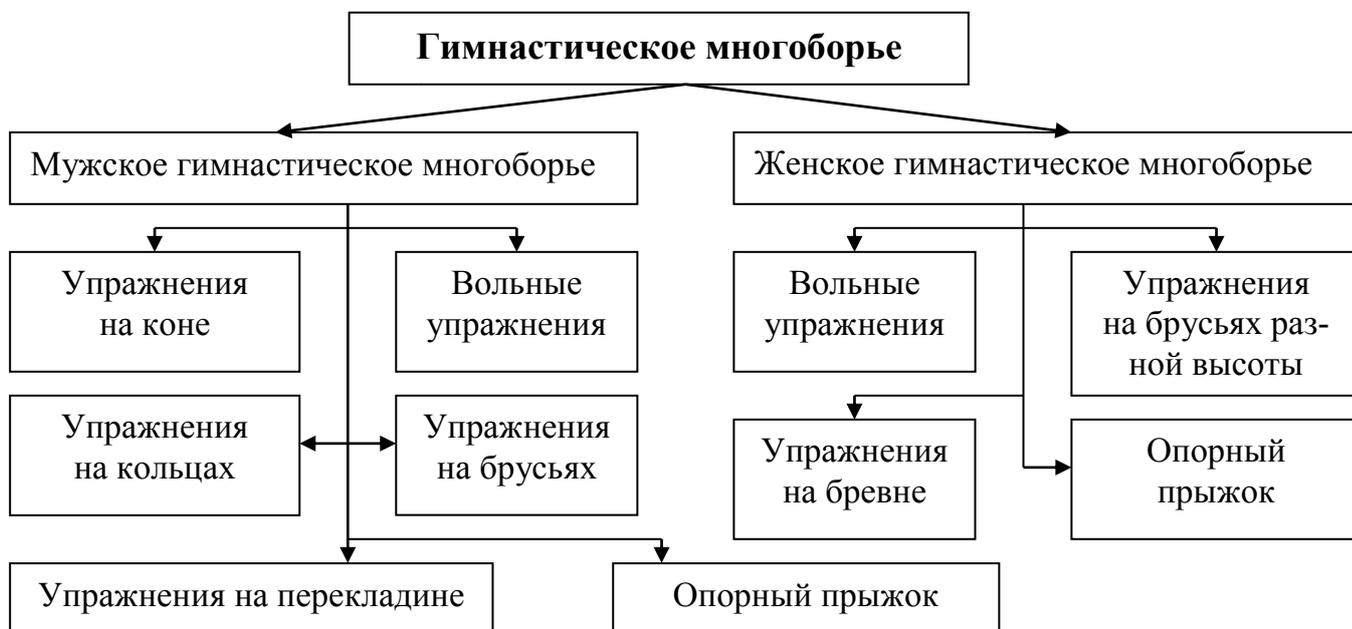
**Участники соревнований.** Устанавливается, какие организации и отдельные участники могут быть допущены к данным соревнованиям. Определяются возрастные группы, разрядные требования, численный состав участников, тренеров, судей и т.д.

**Программа соревнований.** В зависимости от задач, состава участников и условий проведения программы соревнований могут быть различными. Например, для определения технической подготовленности и получения звания гимнаста того или иного спортивного разряда существуют государственные (квалификационные) программы. Для различных спортивных соревнований программы

могут составлять организации, проводящие соревнования (общеобразовательная школа, сельский коллектив и др.). Такие соревнования могут проводиться по облегченным программам и упрощенным правилам. Спортсмены могут соревноваться по обязательной (единой для всех) и произвольной программам. Произвольная программа составляется участниками совместно с педагогом (тренером) в соответствии с требованиями квалификационных программ или разработанными организацией, проводящей соревнования. В положении могут быть оговорены и другие вопросы, например: соревнования по общей физической подготовке для гимнастов младших разрядов, соревнования для студентов по облегченной программе (категория «Б»).

Программа соревнований по гимнастике должна включать несколько видов многоборья (не менее трех). Это могут быть традиционные виды мужского и женского гимнастического многоборья (**схема 4**), а также комбинации акробатических элементов, комплексы ОРУ, комплексы утренней гимнастики, упражнения ОФП (подтягивания, отжимания и т.д.). Главное, предусмотреть перевод количественных показателей (м, сек, кол-во повторений) в баллы.

**Схема 4.**



**Условия личного и командного первенства.** Точно устанавливаются условия зачета – количество зачетных участников, разрядный коэффициент, возможность деления мест и т.д.

По условиям зачета соревнования могут быть: личными, ко-

мандными и лично-командными. В личных соревнованиях определяются лишь результаты и места каждого участника. В командных – выявляются сильнейшие команды; личные результаты участников учитываются лишь для присуждения соответствующего разряда. В лично-командных соревнованиях определяются места каждого участника и команды в целом. Разновидностью командных состязаний являются коллективные соревнования, в которых по результатам отдельных команд определяется место всего коллектива. Обычно состязания проводятся с лично-командным зачетом.

**Награждение победителей.** В положении указывается, чем награждаются команды и отдельные участники; определяются условия награждения тренеров. Спортивным организациям разрешается устанавливать переходящие призы. При учреждении переходящего приза утверждается положение о нем.

Физкультурные организации имеют право награждать победителей соревнований (команды и отдельных участников) дипломами; за первое место и установление нового рекорда – дипломом I степени, за вторые и третьи места соответственно дипломами II и III степени.

Тренеры, подготовившие команду или спортсменов, занявших первые места, а также судьи за отличную работу могут быть награждены грамотами.

Победителей юношеских соревнований награждают дипломами.

Участникам команд, занявшим первые места, выдаются свидетельства.

Спортсменам, занявшим первые места в соревновании, где учитываются личные результаты каждого участника, присваивается звание чемпиона. В соревнованиях по гимнастике это звание может быть присвоено только победителю в высшем разряде на данных соревнованиях.

**Организационные вопросы.** Сообщаются сроки совещаний судей, представителей, приводится перечень необходимой документации, которая должна быть приложена к заявке; определяются сроки подачи предварительной и именной заявок и т.д.

Положением могут быть предусмотрены следующие виды соревнований:

- соревнования по обязательной (соревнования № 1, а) и произвольной (соревнования № 1, б) программам: по результатам этих

соревнований определяется командное первенство и производится отбор участников финала по многоборью и отдельным видам гимнастического многоборья;

- финал по многоборью по произвольной программе (соревнования № 2);

- финал по отдельным видам многоборья по произвольной программе (соревнования № 3);

Положение рассылается не позднее, чем за 3 мес. до начала соревнований. Если положением предусматривается выполнение упражнений, трудность которых выше предусмотренной правилами соревнований, или введение дополнительных требований к композиции упражнений, то положение должно быть разослано не позднее, чем за 6 мес. до начала соревнований.

### ***1.5. Подготовка к проведению соревнований по гимнастике***

Планируя проведение соревнований необходимо в первую очередь разработать план их подготовки (*схема 5*).

**Схема 5.**



Выступление гимнастов и гимнасток – это красивое и эмоциональное зрелище, привлекающее много зрителей и если каждое последующее соревнование будет проведено лучше предыдущего, то любителей гимнастики будет все больше и больше.

Подготовительная работа к предстоящим соревнованиям, независимо от их масштаба, должна проводиться задолго до их начала. Всю работу целесообразно разделить три этапа (*схема 6*), при этом часть работы осуществляется организацией, проводящей соревнования; другая часть – главной судейской коллегией.

**Организационный комитет.** Для проведения подготовительной работы и руководства соревнованиями рекомендуется создать организационный комитет и определить лиц, которые будут вы-

полнять его задание.

Заблаговременно разрабатывается план работы оргкомитета, в котором намечается, что надо сделать, указывается срок выполнения и ответственный исполнитель. В плане предусматривается:

- материальное обеспечение соревнований (подготовка мест и инвентаря, прием и размещение участников и судей, реклама, подготовка призов, дипломов и т. д.);

- составление графика соревнований, приглашение судейской коллегии, подготовка судейской документации и т.п. (таблица №1).

Схема 6.



**Места соревнований.** Места соревнований подбирают заранее, тщательно проверяются и своевременно подготавливаются. Помимо основных помещений необходимо подготовить подсобные помещения (комнаты для переодевания участников, душевые, гардероб, судейские комнаты и кабинет врача), а также места для зрителей.

Расстановку снарядов, расположение мест для судей и участников следует спланировать так, чтобы обеспечить безопасность и

удобство для участников.

Обязательно следует осмотреть маты, мостики, дорожку для разбега, ящики для магнезии и канифоли, судейские указки, секундомеры и т. п.; подобрать необходимую мебель.

Обычно на крупных соревнованиях снаряды устанавливаются на специальном гимнастическом помосте. Помост достаточно высок, так что все движения у помоста (подготовка гимнастов, передвижение должностных лиц, работа кино- и фотокорреспондентов) проходят менее заметно и не отвлекают внимания зрителей.

**Составление графика соревнований.** В зависимости от программы соревнований требуется определенный комплект снарядов для всех видов многоборья. Команды, соревнующиеся на одном и том же комплекте, принято называть «поток». При большом количестве участников обычно устанавливают несколько комплектов снарядов и соревнования проводятся несколькими потоками.

**Таблица 1.**

**Примерный график соревнований по гимнастике  
(учебная программа)  
(первый поток)**

Команды школ*	Виды программы			
	15.00–15.25 ч	15.25–15.50 ч	15.50–16.15 ч	16.15–16.40 ч
МОУ ТСШ №2	Зарядка (комплекс ОРУ)	Акробатика	Брусья	Прыжок
МОУ ТСШ №4	Акробатика	Брусья	Прыжок	Зарядка (комплекс ОРУ)
МОУ ТСШ №9	Брусья	Прыжок	Зарядка (комплекс ОРУ)	Акробатика
МОУ ТСШ №5	Прыжок	Зарядка (комплекс ОРУ)	Акробатика	Брусья

\* Желательно, чтобы в командах было не более 8–10 участников, по возможности выступающих по одной программе, и чтобы число команд в одном потоке не превышало числа видов программы соревнований

Соревнования можно проводить в несколько смен. После того как все команды, начавшие соревнование в первую очередь (смену), выполняют упражнения во всех видах, на их место выходит

следующая смена.

Существует два способа вступления участников в соревнованиях – одновременный и поочередный. Последнее время чаще используется одновременный способ. При этом способе к местам соревнований выходят сразу несколько команд и начинают выполнять упражнения в различных видах многоборья. По окончании выступления в одном виде по общей команде все переходят к другому виду, и так повторяется столько раз, сколько видов многоборья. Таким образом, соревнование по всему многоборью заканчивается одновременно.

При поочередном способе начинает соревнование одна команда, допустим, с вольных упражнений, затем она переходит к выполнению упражнений на коне, а на вольные упражнения выходит новая команда, и т. д. Последовательность видов при этом у всех команд одинакова. Таким способом обычно проводят финальные соревнования по многоборью, когда выступают две команды. При поочередном выступлении команд требуется значительно больше времени.

По положению о соревновании и предварительным данным о командах и отдельных участниках определяется необходимое количество смен и потоков, а также часы начала и окончания соревнований, намечаются дни для выполнения обязательной и произвольной программ мужчинами и женщинами, дни для финалов и определяется время для опробования снарядов. Устанавливается время для открытия соревнований, награждения победителей и торжественного закрытия.

Окончательный график утверждается после получения сведений о составе участников - именных заявок. Очередность выступления команд определяется жеребьевкой.

**Информация о предстоящих соревнованиях.** До начала соревнований следует выпустить плакаты, афиши, рекламные проспекты и т. п., подготовить программы, билеты участников, приглашительные билеты, фотовитрины и выставки. Для пропаганды рекомендуется использовать радио, телевидение и печать, провести пресс-конференции, на которых осветить ход подготовки, рассказать о результатах предыдущих подобных состязаний и о значении предстоящих соревнований, сообщить предполагаемый состав участников и т. п.

**Подготовка документации и призов.** В соответствии с ко-

личеством участников заготавливают: судейские протоколы для отдельных видов, сводные протоколы на все виды многоборья, судейские записки и карточки участников, формы информационных бюллетеней и т. п. Заказываются красочные таблицы, которые позволяют информировать зрителей о ходе соревнований.

Подготавливаются бланки дипломов, и в них вписывается необходимый текст. Готовятся в соответствии с положением медали и призы. Отдельные лица и организации предупреждаются о необходимости сдать переходящие призы (если они разыгрывались на предыдущих соревнованиях).

**Судейская коллегия.** Организация, проводящая соревнование, должна заранее пригласить судейскую коллегия, причем не только судей, оценивающих упражнения, но и судей на линии, секундометристов, судей при участниках, судей информаторов — дикторов и секретарей.

**Технический персонал.** Для проведения соревнований необходим технический персонал: комендант соревнований, операторы для работы на электронной аппаратуре, радисты, телефонисты, слесари по установке и ремонту снарядов, рабочие, контролеры, гардеробщики, уборщицы и т. д.

**Медицинское обслуживание.** Спортсмены перед каждым соревнованием обязательно проходят медицинское освидетельствование и получают разрешение врача на участие в соревнованиях. Судейским коллегиям категорически запрещается принимать заявки без визы врача.

На всех соревнованиях дежурство врача обязательно. Врач является заместителем главного судьи по медицинской части. Он обязан оказывать необходимую медицинскую помощь во время соревнований.

**Совещание судей и руководителей команд.** До начала соревнований проводится совещание с судьями, на котором сообщается состав судейских бригад, порядок проведения соревнований и судейского семинара. Совещание руководителей команд проводится совместно с судьями или раздельно. Кроме вопросов, обсуждаемых на совещании судей, и проведения жеребьевки дополнительно уточняются условия состязаний (если это необходимо), сообщается порядок их открытия и закрытия, решаются все вопросы, связанные с пребыванием делегаций в данном городе.

**Акт о приеме зала и оборудования.** Зал, помещения и оборуду-

дование подготавливаются по указанию судейской коллегии и организации, проводящей соревнования. За установку снарядов и подготовку помещения отвечает комендант соревнований, обычно назначаемый из числа работников того учреждения, которому принадлежит зал.

При приеме зала основное внимание обращается на исправность и прочность снарядов, матов и мостиков, на соблюдение требований безопасности выступления гимнастов. Проверяется соответствие расстановки снарядов, столов, стульев и приборов сигнализации по тому плану, который был дан коменданту.

## **1.6. Оборудование мест соревнований**

### **Гимнастические снаряды**

Наиболее сложная работа – подготовка места для соревнований и обеспечение качественным инвентарем. При выборе помещения или открытой площадки надо предусмотреть наиболее удобную расстановку гимнастических снарядов и размещение зрителей. Крайне важно позаботиться о том, чтобы были комнаты для судей и секретариата, душевые, место для врача. Необходимы столы для главной судейской коллегии и старших судей, судейские указки и др.

**Основные требования к размерам и качеству снарядов.** Гимнастические снаряды, предназначенные для соревнований, по форме, размерам, упругости и расположению, точек прикрепления к полу должны соответствовать принятым официальным нормам.

Иногда официальные требования соблюсти невозможно из-за недостаточных размеров помещения. Например, в зале не помещается площадка для вольных упражнений; недостаточно места для разбега на опорных прыжках или короче тросы для колец из-за малой высоты помещения. Когда нет другого выхода, на соревнованиях небольшого масштаба, в которых участвуют гимнасты младших разрядов, а также на неклассификационных соревнованиях мастеров спорта и кандидатов, иногда приходится мириться с частичным нарушением установленных норм.

Высоту снарядов для опорных прыжков, а также длину коня в мужских соревнованиях можно изменять только в пределах допустимых норм.

Высота всех снарядов измеряется от пола, а не мата, до верх-

ней рабочей поверхности, причем высота перекладины и брусьев измеряется у стоек и в середине. Если в середине высота окажется неправильной, необходимо заменить гриф или жерди.

У всех снарядов должны быть ящики или специальные тумбочки для магнезии. Ящики для магнезии лучше установить на низкой подставке у скамеек для участников, около стены, а если есть помост, то внизу с лестницами для входа на помост. У места для вольных упражнений и опорного прыжка ящики с магнезией обычно не ставят.

Для чистки и протирания перекладины, ручек коня, жердей и колец применяют наждачное полотно, лучше на материи. У этих снарядов ставят табуретки или специальные подставки, чтобы было удобно протирать снаряд.

Для мужских соревнований на одну смену потребуется примерно 100—150 г магнезии, а для женских - 30-50г (расход в значительной мере зависит от качества магнезии и от обращения с ней).

**Площадка для вольных упражнений.** Площадка 12X12 м окаймляется хорошо видной линией, которая не входит в размеры площадки; ширина линии правилами не определяется. С каждой стороны площадки за линией должен быть запас не менее метра.

Если в исключительных случаях площадка меньше требуемого размера, то ее границы не окаймляются, так как в этом случае выход за пределы ковра при выполнении вольных упражнений не рассматривается как ошибка.

Поверхность площадки для вольных упражнений должна быть совершенно ровной. Лучшим покрытием, принятым на всех крупных соревнованиях, считается эластичный настил, состоящий из отдельных щитов-секций, стянутых по периметру площадки тросом.

Настил окаймляют специальными щитами клиновидной формы, обеспечивающими постепенный переход площадки к полу (без ступеньки).

**Конь с ручками.** Основные размеры коня даны на рис. 2. Особое внимание следует обратить на ручки, их форму, возможность регулировки расстояния между ними. Конь должен быть обтянут кожей или кожзаменителем, желательно без шва. Специальным приспособлением конь прикрепляется к полу.

**Кольца.** Кольца обычно подвешивают на специальных консолях, прикрепленных к стене; в невысоких залах их можно подве-

силь непосредственно к потолку. В больших залах с очень высоким потолком и на гимнастическом помосте кольца прикрепляют к специальной установке – портику.

В нижней части вертикальных стоек имеется специальный башмак, облегчающий установку конструкции. Установку при помощи растяжек прикрепляют к крюкам в полу. Растяжки изготавливают из троса толщиной 6-7мм; тендеры могут быть на всех четырех тросах или на двух - с передней или задней стороны. Во избежание вибрации длина цепей на растяжках не должна быть более 500 мм.

Кольца подвешивают на тросе толщиной 5-6 мм, с сопротивлением на разрыв 130 кг/мм. Чтобы в свободном состоянии и во время выполнения упражнений трос не закручивался и не раскручивался, вверху у перекладины устанавливают шарнир. Вес шарнира не более 600 г. Шарнир имеет приспособление для тонкой регулировки колец. Кольца прикрепляют к тросу при помощи ремня. Конструкцию для колец проверяют следующим образом:

- груз 135 кг, подвешенный в середине портика, не должен вызывать прогибания более чем на 5 мм; после разгрузки верхняя балка должна принять первоначальное положение;

- вся система подвески (с кольцами вместе) должна выдержать груз 250 кг, не деформируясь; груз подвешивается на лямке шириной 100—120 мм;

- каждая растяжка (в сборе) контролируется грузом 600 кг; при разгрузке не должно быть остаточной деформации.

На соревнованиях надо иметь запасные кольца с тросами.

**Перекладина** (рис. 4). Гладкий, шлифованный гриф перекладины изготавливается из стали с сопротивлением на излом минимум в 140 кг/мм; диаметр грифа 28 мм (допустимо отклонение 1 мм).

Расположение крюков в полу и устройство растяжек такое же, как и для колец. Тендеры могут быть на каждой растяжке или на одной из них. Тендер можно заменить системой блоков – полиспастом.

Следует обращать внимание на прочность всех креплений, особенно крюков к полу. Выступающие болты надо спилить. При выполнении упражнений на перекладине доски не должны отделяться от балок, важно, чтобы планки с крюками в полу были совершенно неподвижными. Плохо прикрепленные доски пола необ-

ходимо прочно прикрепить шурупами или длинными гвоздями.

Перекладину испытывают следующим образом: при высоте 2500 мм гриф, нагруженный в середину весом в 220 кг, должен прогнуться на 10 мм, а после разгрузки принять первоначальное положение - растяжки проверяются так же, как на кольцах.

**Брусья женские** разной высоты. На соревнованиях применяются брусья на растяжках в виде двух перекладин, установленных на разной высоте и соединенных тендером, позволяющим регулировать расстояние между жердями (ширину брусьев). Такие брусья прикрепляются к полу, как и перекладина.

На соревнованиях небольшого масштаба допустимо, применение брусьев старого образца – на раме. На таких брусьях не должно быть выступающих деталей, представляющих опасность при выполнении упражнений.

Важно, чтобы крепления жердей были надежными, а замки исправными, обеспечивающими прочное закрепление вертлюгов, исключая люфты и самопроизвольное проворачивание жердей.

Нижние стойки должны иметь приспособление для регулировки ширины брусьев в пределах от 480 до 520 мм. Верхние стойки могут не иметь поворачивающихся вертлюгов для изменения ширины брусьев, так как такая регулировка во время соревнований неудобна. Основание брусьев закрывается специальной доской или деревянным настилом, положенным вровень с рамой.

Брусья прикрепляют к полу. Крепление может быть временным или постоянным.

Для соревнований надо иметь несколько запасных жердей и одну пару вертлюгов, а для брусьев на растяжках кроме жердей - два «стакана» к ним. Перед соревнованием контролируют устойчивость брусьев, эластичность жердей и прочность растяжек. Для проверки эластичности жердей брусья устанавливают на нормальную высоту. Натягивают растяжки с усилием 75 кг (5 кг); на середине жерди подвешивают груз 135 кг; при этом прогиб должен быть в пределах от 59 до 71 мм. После того как груз снят, жердь должна принять первоначальное положение. Жерди, не соответствующие требуемой эластичности, заменяются. Удобно пользоваться жердями, эластичность которых регулируется.

Прочность растяжек брусьев нового образца проверяется, как у перекладкины.

У брусьев разной высоты ставят мостик такой же как и для прыжков.

**Брусья мужские** Конструкция брусьев должна позволять поднять их на 1750 мм. Рама закрывается двумя наклонными площадками, устанавливаемыми внутри брусьев. При осмотре снаряда обращается внимание на длину вертлюгов и на расстояние между вертикальными стойками. Удлиненный вертлюг и нормальное расстояние между дальними стойками обеспечивают нужную мягкость жердей. Жерди контролируются так же, как и женские, но брусья при этом устанавливаются на высоту 1400 мм. Для соревнований надо иметь запасные жерди. Станина брусьев прикрепляется к полу так же, как у женских брусьев старого образца.

У брусьев должен находиться мостик.

**Бревно.** Бревно должно иметь гладкую нескользкую рабочую поверхность (рис. 9). Металлические стойки бревна, с тендерами, позволяющими регулировать высоту, опираются на пол роликами, эксцентрично прикрепленными к ним. Это позволяет установить бревно горизонтально и устойчиво. Допустимо применение металлических стоек старого образца – с тремя опорами. Одна из опор располагается вдоль бревна и обязательно направляется внутрь. Стойки имеют приспособление – для точной регулировки высоты и устойчивости бревна.

Устанавливают бревно так: сначала винты закручивают возможно больше, затем, не поднимая бревна, их вывинчивают, добиваясь, чтобы поверхность была горизонтальна, а высота соответствовала норме. Горизонтальность бревна проверяют плотничьим уровнем. После такой установки регулировочные винты, которые недостаточно плотно касаются пола, вывинчивают до тех пор, пока бревно не станет твердо на все шесть точек. Для большей устойчивости стойки можно привинтить к полу несколькими шурупами (отверстия для них предусмотрены в регулировочных винтах).

Бревно контролируют следующим образом:

- при высоте 1200 мм подвешенный на середине груз 135 кг должен вызвать прогиб не более 3 мм; после того как груз снят, бревно должно принять первоначальное положение; - под тяжестью груза в 150 кг, установленного над стойками бревна, бревно в этом месте не должно опуститься более чем на 2 мм. У бревна ставят мостик.

**Конь для опорных прыжков.** Для опорных прыжков приме-

няется конь, специально предназначенный для этой цели или универсальный, приспособленный для махов (с ручками) и для прыжков (без ручек). У универсального коня отверстия для ручек во время прыжков закрываются пробками. Конь, изготовленный специально для махов, нельзя применять для прыжков, так как на нем в месте прикрепления ручек под кожей для большей устойчивости ручек положены жесткие прокладки.

Размеры коня для мужских и женских соревнований одинаковы, разница лишь в высоте в положении коня: в одном случае его ставят в длину (для мужчин, высота в зависимости от программы до 135 см), а в другом в ширину (для женщин, высота 110 см). Надо помнить, что уменьшение высоты допустимо только на 10 мм.

Конь для мужских соревнований разделяется на ближнюю часть (от края коня до линии), среднюю (включая разметку) и дальнюю (от линии до края коня). Линии следует наносить белой краской сбоку коня, а сверху, в месте возможного касания темной краской, чтобы на ней лучше была видна линия, проведенная мелом.

Для опорных прыжков надо подготовить несколько мостиков, так как во время соревнований может измениться требуемая эластичность и высота мостика.

Конь прикрепляется к полу. На месте для разбега необходимо положить дорожку длиной 20-25 м.

**Мостик.** Для опорных прыжков, упражнений на брусках и на бревне применяется мостик одинаковой конструкции (рис. 12). Для проверки упругости мостика на верхнюю доску в 300 мм от высокого края кладут груз 300 кг; при этом мостик должен опуститься на 18-28мм, а после разгрузки принять первоначальное положение.

В процессе эксплуатации мостики становятся более мягкими; увеличить их жесткость можно подложив между верхней доской и изогнутой пружиной поперечный клин; закрепляют клин шурупами. При этом нужно следить за тем, чтобы высота мостика была в норме.

**Маты.** Под снарядами для приземления и безопасности укладывают гимнастические маты. Длина стандартного мата 2000 мм, ширина 1250 мм, толщина 60-65 мм одинаковая по всей поверхности. Края мата делают прямоугольными, чтобы при укладке матов рядом не было просветов. В местах приземления разрешается класть маты в два слоя. В месте установки мостика подкладывать

второй мат не разрешается, так как при этом фактически уменьшается высота снаряда.

Для проведения мужских соревнований на одном потоке необходимо иметь 27 матов стандартного размера, а на женских 21. Кроме того, должно быть 2-3 мата в запасе. Для соревнований и занятий в специализированном зале удобно пользоваться матами увеличенного размера (по специальному заказу); такие маты не разъезжаются и не имеют соединительных швов.

При осмотре матов обращается внимание на равномерность набивки, на исправность и прочность верхнего покрытия, на плотность стыковки.

### **Расположение и установка снарядов и оборудования**

Соревнования по гимнастике обычно проводят в гимнастических залах, легкоатлетических манежах, в демонстрационных спортивных залах, во дворцах спорта, а иногда на сценах клубов и театров. Можно провести гимнастические соревнования (особенно массовые) и на открытом воздухе.

Размер необходимой площади для соревнований зависит от числа видов многоборья и потоков (количества снарядов), от количества ожидаемых зрителей и разрядов выступающих гимнастов.

Чтобы определить, достаточна ли площадь подбираемого помещения или площадки, надо на бумаге в масштабе расположить все необходимые снаряды с матами, дорожками для разбега и достаточными зонами безопасности. На плане следует предусмотреть места для участников, судей и зрителей.

Высота помещения, в котором намечается проводить соревнования – 6 м (чтобы поместились кольца); если проводятся только женские состязания, то достаточно и 5 м.

На первом плане рекомендуется оставить место для вольных упражнений и низких снарядов; высокие лучше располагать подале, чтобы все упражнения хорошо были видны зрителям. Место для разбега на опорных прыжках лучше отвести на дальней от зрителей стороне.

**Места для участников, судей и зрителей.** Вблизи соревнований для участников устанавливают скамейки, стулья или кресла. Участникам лучше сидеть вдоль стен зала, чтобы они чувствовали себя свободнее и не загораживали зрителям выступающих спортсменов.

Скамейки или стулья можно поставить у каждого снаряда или

сосредоточить в нескольких местах зала. Количество мест должно быть достаточным для всех выступающих в данный момент и их тренеров. Иногда спортсменам отводят места, изолированные от зрителей, где они могут свободно передвигаться, разминаться и ждать своей очереди. Для каждого судьи ставят стул и стол, на котором поместились бы лист бумаги и судейская указка. У помощника стол и стулья ставят на небольшое возвышение (30 – 35 см).

На небольших соревнованиях можно поставить столики только для старших судей, а в малом зале - один для судей двух видов.

Судей лучше размещать с нескольких сторон от снаряда. Не рекомендуется ставить их столы и стулья в середине зала, особенно стол старшего судьи, у которого периодически собирается вся судейская бригада.

Допустимо расположение всех судей с одной стороны снаряда, однако между стульями должно быть достаточное пространство, чтобы каждый судья оценивал упражнение самостоятельно. Старшему судье надо предоставить место, с которого упражнение просматривается лучше.

Стол главного судьи, диктора и секретарей ставят на таком месте, с которого виден весь зал, однако выносить его на очень видное место не стоит, ведь основная задача показать выступление гимнастов, а не работу судей. Предусматриваются места для просмотрной комиссии. На незаметном месте ставят небольшой столик для врача или медсестры.

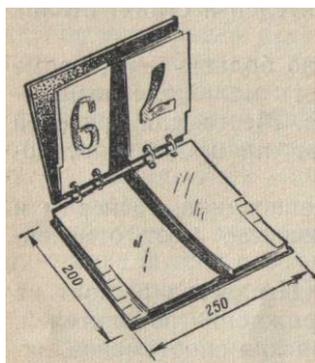
Отводятся места для представителей и ставят столик для информационного материала.

Зрителям предлагают как можно больше мест; кроме балконов и трибун, если есть хоть малейшая возможность добавляют скамейки в зале.

Участникам, не занятым в соревновании тренерам и судьям отводят достаточное количество мест, отмеченных табличками.

### ***1.7. Судейский инвентарь***

**Приспособления для показа оценок.** Для показа оценки применяют различные указки. Распространены судейские указки, состоящие из двух книжек — целых и десятых балла (**рис. 1**).



**Рис. 1.** Судейская ручная указка

**Секундомеры, звуковые и световые сигналы.** Судейские бригады на вольных упражнениях и упражнения на бревне должны иметь по два секундомера. Если в зале имеются настенные электросекундомеры, то для контроля бригаде дается дополнительно один ручной секундомер. Кроме того, у одного из секундомеров находится кнопка электрического звонка или какое-либо другое приспособление для звукового сигнала. Сигналы на вольных упражнениях и на бревне делают различными.

Секундомеры нужны и старшим судьям на остальных видах (кроме прыжка) для определения продолжительности перерыва при падении со снаряда, а также судьям при участниках или заместителю главного судьи для определения продолжительности разминки.

На разминку сигнал обычно подают гонгом.

**Универсальная электронная судейская аппаратура.** Сложность судейства гимнастических упражнений требует создания вспомогательной аппаратуры.

Частичная автоматизация судейского процесса - передача оценок судей старшему судье при помощи аппаратуры - применяется на многих крупных соревнованиях. К ней относятся: аппараты рядового судьи, старшего и главного судей, электросекундомеры для вольных упражнений на бревне и для разминки, автоматы для отсчета времени при падении со снаряда, фиксатор места опоры руками при опорных прыжка, пульт диспетчера и селекторная связь между всеми членами судейской коллегии, наконец, приборы для автоматического протоколирования.

## **II. Проведение соревнований по гимнастике**

### ***2.1. Проверка готовности***

Не позднее чем за час до начала соревнований проверяется готовность всех служб: судей при участниках, информаторов и секре-

тариата, а также контролеров, гардеробщиков, осветителей, радиотехников, коменданта и др.

Проверяются места соревнований: наличие и исправность необходимых снарядов, прочность их установки, высота и горизонтальность поверхности снарядов, их эластичность; наличие магнетики, мела, канифоли, судейских указок, секундомеров, запасных ручек для коня, жердей, колец, тросов, тендеров и т. п. Проверяются материалы, подготовленные для судей: папки, протоколы, судейские записки и пр.

К началу соревнований подготавливаются награды (на данный день). Судья, ответственный за награждение, проверяет все, что должно быть вручено победителям, и устанавливает, кто будет вручать награды и подносить их.

За 30 мин. до начала соревнований собираются судьи всех бригад, выясняется их готовность, даются последние указания.

За 15—20 мин. до выхода начинается построение участников. Гимнастам разъясняется порядок передвижения, вызова к снаряду и т. п.

## ***2.2. Церемониал соревнований***

**Постановочный план.** Передвижения и действия гимнастов, судей и других лиц должны происходить в соответствии с заранее намеченным церемониалом. Для четкого и торжественного проведения соревнований разрабатывается постановочный план, в котором указывается, когда и что делают действующие лица, каково музыкальное сопровождение, что говорит диктор и т. д.

Основные разделы плана:

- торжественное открытие (парад, приветствие и подъем флага);
- выход участников и судей к местам соревнований, представление участников и судей;
- начало и окончание разминки, порядок вызова участников для выполнения упражнений, переход от одного вида к другому;
- награждение победителей;
- закрытие соревнований, опускание флага и выход из зала.

Ниже предлагаются рекомендации, касающиеся разделов постановочного плана.

**Торжественное открытие.** Схема церемониала может быть такой: музыкальная увертюра (до начала, предусмотренного про-

граммой), вступительный дикторский текст на 30—40 сек., фанфарный сигнал (точно в предусмотренное программой время) и марш для выхода участников, приветствие спортсменов официальными лицами, обмен вымпелами и сувенирами.

Соревнования открываются подъемом флага. Поднимают флаг чемпионы предыдущих соревнований. Если же соревнования проводятся впервые, то флаг поднимают представители каждой команды.

На соревнованиях поднимается флаг того общества, первенство которого разыгрывается. Парад лучше проводить без словесной команды, согласовав все передвижения с музыкой. Впереди каждой команды следует поставить местных гимнастов с трафаретом данной команды.

Участники парада следуют за трафаретчиком и повторяют за ним все действия (остановки, повороты и начало торжественного марша).

Постановочный план торжественного открытия соревнований составляется следующим образом: Официальное открытие соревнований и парад рекомендуется проводить до начала соревнований, иногда это делают перед началом вечерней смены, когда часть команд уже вступила в соревнование.

Под звуки марша участники данной смены выходят в зал и строятся на ковре для вольных упражнений; в это время судьи подходят к своим местам.

Диктор представляет гимнастов, называя команды и вид, с которого команда начинает соревнование. Каждого участника отдельно обычно представляют на матчевых встречах, когда спортсменов немного, и на финальных соревнованиях. Судей можно представить во время разминки.

**Разминка, порядок вызова и переход от одного вида к другому.** После представления гимнастов раздается гонг, участники подходят к своему виду и начинают разминаться. Во время разминки диктор сообщает условия соревнований, результаты предыдущих дней, ход соревнований текущего дня и т. д.

После второго сигнала гонга гимнасты прекращают разминку. Отсчет времени на разминку должен быть точен.

Как только все участники выполнят упражнения данного вида, старшие судьи каким-либо знаком сообщают об этом ответственному за смену, который дает сигнал к переходу от одного вида к

другому. Марши для перехода к следующему виду соревнований желательно подобрать в исполнении духового оркестра, причем разные для каждого перехода темп маршей должен быть удобным для ходьбы и одинаковым для всех переходов. По такому же сигналу участники выходят из зала и по окончании смены.

**Награждение** может проводиться сразу же после выявления победителей. Диктор называет фамилию чемпиона, его принадлежность к той или иной команде, говорит, чем он награждается, гимнаст поднимается на пьедестал почета; затем объявляются другие победители и также поднимаются на пьедестал. После этого сообщается, кто награждает. При подъеме республиканского флага исполняется гимн республики, представителем которой является спортсмен, занявший первое место.

**Закрытие соревнований.** Закрывать соревнования лучше парадом участников. На параде закрытия вручают главные призы, после чего победителям предоставляется право опустить флаг. Заканчивается парад кругом почета, совершаемым победителями. Перед парадом уместны показательные выступления сильнейших гимнастов или молодых спортсменов, выполнявших интересные комбинации.

### *2.3. Управление соревнованиями*

Руководство соревнованиями осуществляется по двум основным направлениям: управление судейскими бригадами (оценкой) и организацией соревнований (процессом их проведения).

Руководители соревнований следят также за поддержанием его порядка в местах соревнований и во всех вспомогательных помещениях.

За четким ходом и порядком соревнований в данном виде следит старший судья. Он добивается правильной и согласованной работы своей бригады и дисциплины выступающей команды.

Руководитель судейской коллегии в ходе соревнований контролирует правильность выведения судейских оценок, по анализу протоколов проверяет объективность судей и точность определения окончательного балла. Если ошибки, допущенные судьями, должны немедленно исправляться.

Большая работа по руководству соревнованиями не может быть выполнена без точного распределения обязанностей. Главный су-

дья обязан тщательно продумать все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований, дать исчерпывающие указания своим помощникам и следить за своевременным выполнением поручений.

Судья при участниках руководит передвижением гимнастов, следит за своевременным началом и окончанием разминки, а также выходом для выполнения упражнений, за организованным переходом от одного вида к другому и уходом из зала по окончании соревнований.

Судья при участниках к концу смены должен своевременно построить гимнастов очередной смены, предупредить команды и отдельных спортсменов - победителей соревнований о предстоящем их награждении. Он помогает поддерживать порядок на местах соревнований и следит, чтобы корреспонденты во время фото и киносъемок не мешали выступлению гимнастов и работе судей.

За соблюдением графика соревнований (подачей сигналов к выходу, переходам, началу и окончанию разминки) следит заместитель главного судьи, руководящий данной сменой. Рекомендуется хронометрировать ход соревнований, пользуясь для этого специальной карточкой. В карточке записывается предполагаемое и фактическое время начала и окончания смены и всех переходов. Это позволяет своевременно реагировать на возможные опоздания.

Руководители соревнований должны быть готовы принять экстренные меры при несчастных случаях (не создавая излишней суеты и паники), а также при поломке или порче снаряда быстро заменить поврежденную часть или весь снаряд.

**Информация о ходе соревнований.** О ходе соревнования зрителей и участников информируют специальные судьи - информаторы. Вся информация согласовывается с руководителем соревнований.

**Заключительное совещание.** По окончании соревнований проводится заключительное совещание судей и руководителей команд – представителей. Совещание может быть общим и отдельным. На совещаниях главный судья сообщает о поступивших протестах и о принятых решениях, оценивает качество судейства, характеризует работу тренеров, руководителей команд и отдельных участников. Представители отмечают положительные и отрицательные моменты в организации соревнований и судействе.

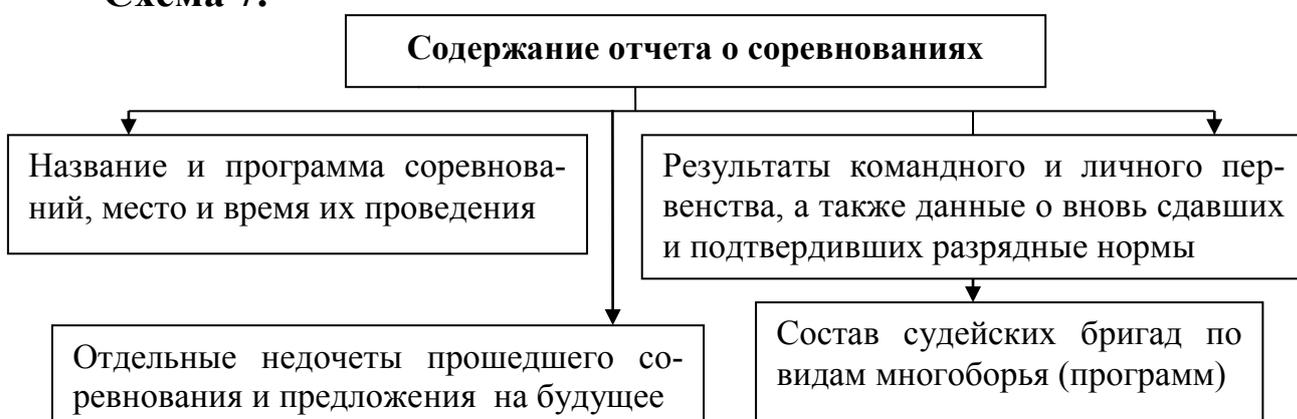
На совещании судей оценивается работа каждого судьи, от-

мечаются недостатки в судействе отдельных бригад и судей, называются лучшие судьи, представляемые к повышению категории и награждению грамотами.

Оценивается работа главной судейской коллегии.

После окончания совещания главный судья делает соответствующие пометки в судейских билетах, отчитывается о проведенных соревнованиях (*схема 7*) и о работе всей судейской коллегии в целом перед организацией, проводившей соревнования, и соответствующим президиумом судейской коллегии. На этих заседаниях оценивается качество проведенных соревнований.

**Схема 7.**



#### **2.4. Участники соревнований**

Права и обязанности гимнастов и гимнасток определяются правилами соревнований.

**Внешний вид и поведение.** Порой из-за неумения вовремя сориентироваться в соревновательной обстановке и воспользоваться своими правами, а иногда из-за незнания своих обязанностей спортсмены теряют не только десятые, но и целые баллы.

Гимнаст, плохо знающий основы судейства и правила соревнований, часто допускает ошибки по незнанию, а судьи производят соответствующие сбавки.

Влияют на оценку и недостаточная подтянутость, неряшливый внешний вид, неумение себя держать, плохие манеры и т. д.

Каждое движение спортсмена производит определенное впечатление на окружающих, и в том числе на судей. Ведь гимнаст (особенно на помосте), выступающий перед большой аудиторией, должен расположить к себе не только судей, но и зрителей.

Недостаточно того, чтобы спортивный костюм соответствовал официальным требованиям. Он должен безупречно «сидеть» на спортсмене.

Можно разрешить выход на парад в тренировочной форме.

Прическа и стрижка спортсмена, особенно гимнасток, должна быть сделана со вкусом. То же в полной мере относится и к применению грима. Некоторые гимнасты считают себя свободными после того, как выполняют последнее упражнение, и покидают зал - это недисциплинированность. Команды уходят из зала строем все вместе. В отдельных случаях, когда это крайне необходимо, участник может уйти раньше, но только с разрешения старшего судьи на последнем виде.

Неопрятный внешний вид и прочие «мелочи» отрицательно сказываются на оценке. Судья незаметно для себя начинает относиться к ошибкам выполнения чуть-чуть строже. В полном соответствии с правилами, там, где он сомневался бы при других условиях снять ли 0,1 или 0,2, снимает 0,2 балла.

**Допуск к соревнованиям.** Плохо подготовленному спортсмену главный судья может запретить продолжать соревнование, особенно если выступление становится для него опасным. Это неприятно гимнасту и невыгодно команде, ибо заменить участника другим уже нельзя. Руководителю команды и тренеру данного участника в отчете о соревнованиях обычно указывают на то, что недопустимо включать в состав команды гимнаста, не готового к выступлению.

Возраст, по достижении которого разрешается выступать по программе того или иного разряда определяется правилами соревнований. Установлен также возраст, с которого юноши и девушки имеют право участвовать в соревнованиях взрослых.

Гимнаст или гимнастка имеют право участвовать в соревнованиях по присвоенному им разряду, а также на разряд выше или ниже.

Положением о соревновании могут быть установлены дополнительные условия для допуска отдельных участников. Например, к участию в соревнованиях между коллективами учебных заведений допускаются студенты и преподаватели или только студенты.

Для выявления победителя личных соревнований, как в многоборье, так и в отдельных видах, положением может предусматриваться проведение финальных соревнований. Обычно такие сорев-

нования проводят только по программе мастеров спорта, хотя правила не запрещают проводить их по всем разрядам, что очень полезно.

Основное условие для допуска к финальным соревнованиям - спортивный результат, показанный в предварительном личном или командном первенстве.

К финальным соревнованиям по многоборью допускаются от 6 до 16 спортсменов, набравших не менее 80% у мужчин и 85% возможных баллов у женщин по всем видам многоборья. Допустимо, чтобы отдельные оценки были меньше 8,0 и 8,5 балла.

В соревнованиях по отдельным видам многоборья могут участвовать от 6 до 8 гимнастов или гимнасток, набравших не менее 90% возможных баллов в данном виде. Одна из оценок за обязательное или произвольное упражнение в этом виде может быть и меньше 9,0 баллов, сумме должно быть 18 или более баллов.

Иногда у претендентов на участие в финальных соревнованиях могут оказаться равные результаты. В таком случае, в соревнованиях по многоборью преимущественно при допуске к финальным соревнованиям дается спортсмену, имеющему больше лучших оценок.

В состязаниях по отдельным видам многоборья преимущество дается участнику, имеющему лучший результат в предварительных соревнованиях по всему многоборью.

В финальных соревнованиях, кроме установленного положением количества основных участников, определяется по два запасных спортсмена, которые обязаны быть на построении.

Отказ от участия в финале, как основных, так и иных участников без уважительных причин и без официального разрешения рассматривается как проявление не дисциплинированности и приводит к аннулированию результатов данного спортсмена, в том числе к исключению его оценок из командного зачета.

Выступать во всем гимнастическом шестиборье некоторым гимнастам трудно, тем более что требования в финале значительно выше обычных. Поэтому мужчины, в соответствии с правилами, могут отказаться от выступления более чем в трех видах. Для женщин подобных льгот нет.

Занимающиеся в спортивных с секциях регулярно проходят обязательный медицинский осмотр. Кроме того, перед каждым соревнованием гимнаст должен пройти диспансеризацию или углуб-

ленный медицинский осмотр во врачебно-физкультурном учреждении. На основании полученных данных врач подписывает заявку и разрешает выступать на данных соревнованиях.

На соревнованиях спортсменам рекомендуется иметь с собой классификационное удостоверение и медицинскую карту (эти документы заменяются книжкой спортсмена). В тех случаях, когда необходимо подтвердить возраст, надо иметь паспорт или справку о рождении. Если на соревнованиях есть мандатная комиссия, то указанные документы предъявляет руководитель команды при прохождении мандатной комиссии.

**Заявки и перезаявки.** Заявки на участие в соревнованиях подаются участвующей организацией за определенный положением срок до их начала. Подает заявки представитель. Оформляются они следующим образом:

### Заявка

от \_\_\_\_\_ для участия в соревнованиях

№ п/п	Ф.И.О.	Год рождения	Разряд	ДСО город	Тренер (организация)	Виза врача

Руководитель организации \_\_\_\_\_

Изменения в составе команды (перезаявки) разрешаются только в исключительных случаях, когда документально подтверждается невозможность участия заменяемого спортсмена. Гимнасту следует знать, как производится перезаявка в случае его болезни или другой причины, мешающей ему выступать, так как могут понадобиться документы, которые он должен представить.

Ходатайство о замене подается в главную судейскую коллегию до начала построения, не позднее чем за 15 минут до начала выступления заменяемого гимнаста. Перезаявка подписывается руководителем данной организации и врачом. Если перезаявленный участник не был указан в основной заявке как запасной и не прошел мандатную комиссию, то представитель вместе с перезаявкой представляет необходимые документы.

Спортсмен, опоздавший к первому виду соревнований по лю-

бой причине, лишается права на участие в начавшихся соревнованиях.

Участнику, заболевшему после начала соревнований, главный судья по представлению своего заместителя по медицинской части должен запретить продолжать соревнование. Если через некоторое время или даже на другой день этот гимнаст выздоровеет, что подтвердится медицинским заключением врача соревнований, то ему разрешается продолжить выступление, но, конечно, без права выступления на пропущенных видах.

**Очередность выступления.** Расписание соревнований по дням и часам регламентируется графиком, разрабатываемым главной судейской коллегией. По жеребьевке в присутствии представителей в график включают все участвующие команды, чем и определяется время выступления каждой из них и порядок прохождения видов многоборья.

До проведения жеребьевки главной судейской коллегией совместно с организацией, проводящей соревнование, устанавливается общий принцип построения графика для обязательной и произвольной программы.

График по обязательной программе может предусматривать распределение команд по сменам (если смен несколько) в зависимости от результатов подобных предыдущих соревнований. При этом более сильные команды включаются в последнюю смену. Можно методом рассеивания включить сильнейшие команды во все смены или, наконец, провести жеребьевку для всех команд без учета их результатов в предыдущих соревнованиях.

Для выполнения упражнений произвольной программы (соревнования 1б) команды в сменах обычно распределяют по результатам, полученным в соревнованиях по обязательной программе (соревнования 1а). Команды, занявшие лучшие места, выступают в последней смене. Порядок прохождения видов в каждой смене определяется жеребьевкой.

Очередность вызова гимнастов для выполнения упражнений внутри каждой команды устанавливается участвующей организацией по своему усмотрению. Обычно в лично-командных соревнованиях первыми в каждом виде выступают наиболее спокойные, уверенные гимнасты. В числе последних чаще всего выступают наиболее сильные спортсмены, после которых более слабым выполнять упражнения не выгодно. В зависимости от характера со-

ревнований и возможностей команды тренеры могут поставить перед участниками различные тактические задачи. Каждый гимнаст должен понять, какие к нему предъявляются требования, и выполнить их в интересах команды.

Порядок выступления в каждом виде может быть различным. Очередность выступления гимнастов, установленная руководством команды.

В личных соревнованиях по многоборью (без командного зачета) порядок выступления участников на первом виде решается жеребьевкой, на втором виде начинает второй по списку, а первый выступает последним, на третьем начинает третий и т. д.

В командных соревнованиях, когда в состав одной команды входят гимнасты разных организаций, жеребьевка проводится не между участниками, а между организациями, чтобы установить очередность организаций на первом виде. На втором виде начинают гимнасты организации, которая была на первом виде второй, и т. д. Если в организации несколько гимнастов, то очередность для каждого из них устанавливает руководство данной организации.

**Опробование снарядов и разминка.** Опробование снарядов дается гимнастам для того, чтобы они немного привыкли к снарядам, на которых будут соревноваться, ознакомились с их расположением и т. д. На массовых соревнованиях предоставить всем гимнастам возможность предварительно опробовать снаряды невозможно. Если соревнования проводятся в непривычных условиях (на открытом воздухе, на сцене с покатым полом или на гимнастическом помосте, приподнятом над полом), предусмотреть разминку необходимо.

Опробование желательно проводить по графику первого дня соревнований.

Непосредственно перед каждым видом соревнований участникам предоставляется разминка. Время на разминку исчисляется из расчета 30-40 сек. на человека. При подсчете времени принимается во внимание команда наибольшим количеством участников. Иногда разминку на первом виде делают более продолжительной, заменяя этим общую 15-20 минутную разминку, во время которой гимнастам предоставляют возможность побывать на всех снарядах. Удлинение первой разминки противоречит правилам и не создает равных условий для всех участников, так как каждая команда попадает лишь на один какой-нибудь снаряд.

Разминка начинается по сигналу (гонг и т. п.). Время отсчитывается секундомером. По окончании разминки подается тот же сигнал; иногда за 30 секунд до ее окончания дается еще предупредительный сигнал.

По истечении времени гимнасты обязаны закончить разминку и уйти на отведенное место.

Спортсмены должны проводить разминку четко и организованно, не мешая друг другу.

Главная судейская коллегия не может по своему усмотрению изменять продолжительность разминки, мотивируя, например, тем, что смена задержалась и надо ускорить ход соревнований.

Если в процессе разминки сломался снаряд, судья, руководящий разминкой, с ведома главного судьи, обязан, продлить ее для данной команды на столько времени, на сколько продолжался ремонт снаряда.

При наличии специального помещения для разминки рядом с основным местом соревнований с такими же снарядами, как на месте соревнований, разминку в зрительном зале можно не проводить.

### **Выполнение упражнений на оценку**

**Выход к снаряду.** С окончанием разминки тренер или кто-нибудь из участников помогают гимнасту, готовящемуся к выступлению, подготовить снаряд: останавливают кольца, разводят на нужную ширину брусья, протирают снаряд, устанавливают мостик, проверяют укладку матов и т. д. Гимнаст, которому предстоит выполнять упражнение, поправляет свой костюм, натирает руки магнезией и подходит к снаряду, чтобы сразу после вызова судьи быть готовым начать выполнение упражнения. Гимнаст может проверить установку снаряда сам, но лучше, чтобы это сделал кто-нибудь другой.

Напрыгивать на снаряд для проверки его установки не разрешается. Судья имеет право рассматривать это как нарушение дисциплины.

Вызывать участников для выполнения упражнения можно несколькими способами. В небольшом зале участника вызывает старший судья. Он громко произносит фамилию гимнаста и не дает дополнительного указания словами «можно» или «начинайте». За очередностью следят сами гимнасты или тренер.

В большом зале, где голос судьи может быть плохо слышен,

сигналом к началу может служить показ номера выступающего спортсмена.

На крупнейших соревнованиях у нас применяется автоматическая сигнальная судейская аппаратура, показывающая номер гимнаста, красный или зеленый сигнал и окончательную оценку.

После вызова гимнаст обязан немедленно приступить к выполнению упражнения. Задержка недопустима. Вся подготовка спортсмена, как и актера, должна быть заключена до выхода на помост или к снаряду. Спортсменам надо помнить, что повторный вызов при длительной задержке приведет к сбавке.

Участники после вызова поднимают руку вверх, предупреждая судей о начале упражнения, а затем после разрешения судьи, начинают выполнять упражнения.

Участник имеет право в любое время отказаться от выполнения упражнения, не давая объяснения. Отказ может быть вызван тактическими соображениями или незначительной травмой, которая при неосторожном движении может увеличиться. Во всех случаях лучше предупредить судейскую коллегию об отказе до начала соревнований на данном снаряде.

**Подсаживание и помощь.** Перед началом комбинации или после падения со снаряда для лучшего хвата за снаряд разрешается подсаживать участников на перекладину и кольца, женщин - на брусья разной высоты.

Помощью для осуществления хвата гимнасты чаще всего пользуются на кольцах, чтобы избежать раскачивания снаряда или, наоборот, получить незначительное колебание в нужном направлении, помогающее гимнасту выполнить упражнение. На других снарядах к помощи прибегают лишь спортсмены низкого роста и то, очень редко.

Судейство упражнения начинается с момента отрыва ног спортсмена от пола, поэтому все ошибочные движения при подсаживании учитывают.

Иногда в момент неудачного выполнения того или иного элемента или соединения тренер вынужден помочь гимнасту, чтобы предотвратить падение, или гимнаст, пытаясь выполнить элемент, не может сделать его без посторонней помощи, и в этом случае кто-либо подталкивает его или подсаживает и т. д. Помощь влечет за собой сбавку 0,8 балла. Кроме того, элемент или соединение, выполненные с посторонней помощью, не оцениваются и рас-

смаатриваются как невыполнение, за что сбавка может быть увеличена.

В упражнениях на бревне и брусьях мостик, установленный для выполнения наскока, может затруднить соскок. Тренер или другой участник должны убирать мостик после наскока на снаряд вовремя, чтобы уборка мостика не мешала спортсмену и не отвлекала зрителей.

**Страховка.** Правилами разрешается страховка при выполнении всех упражнений, кроме вольных и упражнений на коне с ручками.

Страховка в сущности свидетельствует о недостаточной подготовленности спортсмена. Она оправдана лишь при выполнении очень сложного элемента, соединения или опорного прыжка; остальное время тренеру лучше не стоять у снаряда, а подойти только в нужный момент. Если потребуется оказать страховку еще раз, то надо присесть у снаряда, чтобы не загоразивать выступающего.

В соревнованиях гимнастов младших разрядов или недостаточно хорошо подготовленных, выступление которых связано с риском, следует не запрещать, а обязывать тренеров страховать своих участников.

Страховать может тренер или кто-нибудь из участников. За выход второго страхующего, независимо от того разрешена или запрещена страховка в этом виде, производится дополнительная сбавка в 0,3 балла.

При выполнении упражнений во время страховки нельзя касаться снаряда.

**Падение со снаряда.** Иногда неудачное выполнение элемента или соединения может привести к падению со снаряда. Перерыв в выполнении упражнения в связи с падением в упражнениях на бревне может продолжаться до 10 сек. (сбавка – 0,5 балла), а в остальных видах не более 30 сек. (сбавка 0,8 балла). Во время перерыва можно (в пределах установленного времени) отойти от снаряда, намазать руки магнезией, сменить накладки, посоветоваться с тренером и т. д.

Старший судья в момент падения включает секундомер. Секундомер останавливают после продолжения упражнения. На больших соревнованиях применяется автоматический секундомер.

Падение со снаряда на опорных прыжках не дает права для

повторения прыжка.

Если участник откажется продолжать упражнение или не успеет напрыгнуть на снаряд в течение установленного времени, то оценивается только часть упражнения, выполненная до падения. Прекратив упражнение после падения, гимнаст должен встать, принять основную стойку лицом к старшему судье и уйти от снаряда. Неисправность костюма, накладок, плохая магнезия или травма, полученная при падении, не могут служить поводом для отмены сбавки или увеличения продолжительности перерыва после падения. Продолжая упражнение после перерыва, не следует повторять элементы, выполненные до падения, так как переоценивать их не будут. А вот повторить незаконченный элемент, с которого гимнаст упал (если есть уверенность в удачном исполнении), имеет смысл.

**Попытки.** В обязательной и произвольной программах, во всех видах многоборья, кроме опорных прыжков в соревнованиях женщин, для выполнения упражнения участнику предоставляется одна попытка.

Перед выполнением упражнения гимнаст принимает основную стойку в том месте, с которого будет напрыгивать на снаряд или начинать разбег. Вольные упражнения можно начинать не из основной стойки, а из какой-нибудь позы, принимаемой после основной стойки. Секундомер, отсчитывающий продолжительность упражнения, включается с первыми движениями спортсмена, а не до принятия позы. Упражнения, выполняемые с места, начинаются с момента отрыва ног от пола. Началом попытки в опорных прыжках считается первый шаг разбега, однако сам прыжок оценивается с момента толчка ногами о мостик. Практически это относится ко всем упражнениям, выполняемым с разбега.

**Возобновление попытки.** В некоторых случаях допускается повторный разбег, иногда при этом предусмотрены дополнительные сбавки, а иногда нет. Так, в опорных прыжках на два прыжка допускается третий разбег без дополнительной сбавки за него. Третьим разбегом можно воспользоваться, когда при неудачном старте спортсмен остановился, вернулся назад или пробежал мимо снаряда, не коснувшись его.

Повторить разбег разрешается только один раз, безразлично в первой или во второй попытке.

В упражнениях на бревне, как в обязательной, так и в произ-

вольной программах, гимнастка может один раз повторить разбег, без сбавки за него, если, разбежавшись, она, не коснувшись бревна, пробежит мимо (наступление на мостик не ошибка). Если же гимнастка коснулась бревна, она может вернуться и начать разбег снова или напрыгнуть на бревно без разбега; в том и в другом случае сбавляют 0,5 балла. На брусьях разной высоты гимнастка может пробежать под жердью; безразлично, коснется она при этом жерди или нет. Гимнастка может разбежаться вновь, но за повторение разбега она потеряет балл.

**Повторение попытки.** Если во время выступления на снаряде или во время разбега участнику что-либо помешает (погаснет свет или резко изменится освещенность зала, с большим шумом упадет какой-нибудь предмет, сломается снаряд или жердь и т.д.), гимнаст вправе, не отходя от снаряда, обратиться к старшему судье с просьбой разрешить ему повторить упражнение. Старший судья докладывает о происшедшем главному судье и только после его разрешения или отказа дает ответ гимнасту.

Гимнаст не должен страдать из-за повреждения снаряда. Вместе с тем, если по вине гимнаста или его тренера разошлись жерди (плохо были затянуть винты) или кто-то плохо поставил мостик и т. д., оснований для повторения попытки, очевидно, нет. Повторение упражнения связано с известным риском, так как оценка за первое выполнение или не выставляется или, если она была выставлена, аннулируется. Независимо от качества повторного выступления оценка за него является окончательной.

Перед повторением упражнения участнику дается время для отдыха.

**Окончание упражнения.** Упражнение считается законченным, когда участник после приземления или окончания полного упражнения, примет основную стойку, до этого момента судьи оценивают действия гимнаста. Секундомер, по которому отсчитывают время продолжительности упражнений на вольных упражнениях, останавливается с последними движениями участника, а на бревне – в момент, когда гимнастка коснется мата после соскока.

После ухода с матов принято повернуться лицом к судьям, а если они расположены с двух сторон, то в обе стороны. Когда упражнение выполняется неудачно, спортсмену не следует терять своего достоинства. И в этом случае он должен уйти от снаряда четко, а не кое-как. Это долг вежливости, норма поведения.

Отличное выступление вызывает бурные аплодисменты. Гимнасты часто не знают, как им реагировать на овацию. Вполне уместно встать у своего места, повернуться к зрителям, а иногда, слегка наклонив голову, поклониться.

Иногда гимнаст не доволен оценкой судей, разводит руками, пожимает плечами или выражает возмущение словами. Такое поведение совершенно недопустимо и должно рассматриваться как недисциплинированность, которая влечет за собой, по меньшей мере, дополнительную сбавку за выполнение упражнения. Если участнику непонятна причина большой сбавки, он имеет право через своего тренера обратиться с вопросом к старшему судье.

В случае явной ошибки судейской бригады, если старший судья даст неудовлетворяющий ответ и не примет мер к устранению ошибки, следует сообщить об этом представителю команды и попросить его опротестовать оценку. Представитель может подать протест в главную судейскую коллегия до того, как команда уйдет с данного вида.

### **Руководители спортсменов**

**Представитель команды.** Руководит каждой командой, а в личном первенстве отдельными участниками своей организации представитель коллектива, города, ДСО или ведомства. Представитель – полноправный руководитель участников своего коллектива. Он несет за них полную ответственность как во время соревнований, так и в остальное время (при выездных соревнованиях).

Представитель – официальный посредник между организацией, проводящей соревнования, судейской коллегией и участниками.

В соревнованиях, проводимых одновременно для мужчин и женщин, назначается один общий представитель.

Обязанности представителя на небольших соревнованиях обычно возлагают на одного из тренеров.

Представитель выполняет следующие обязанности:

- подает именную заявку и предъявляет необходимые документы в мандатную комиссию;
- на соревнованиях, связанных с выездом в другую местность, руководит переездом, размещением, питанием своих спортсменов и пребыванием их в данной местности;
- участвует в совещаниях и жеребьевке, проводимых главной судейской коллегией;
- следит за выполнением участниками установленного распо-

рядка соревнований, своевременной их явкой на опробование снарядов, на соревнование, на парад открытия и закрытия и т. д.; при необходимости опротестовывает оценку судей и участие отдельных гимнастов за тот или иной коллектив;

- с разрешения главного судьи привозит жерди, мостики и другие снаряды; в этом случае они должны быть предоставлены для пользования всем желающим;

- во все дни и часы соревнований находится на месте, отведенном для представителей; при невозможности присутствовать лично оставляет своего заместителя.

Представитель имеет право по всем вопросам, связанным с проведением и судьейством соревнований, обращаться непосредственно в главную судейскую коллегию; обращаться по вопросам оценки к судьям представителю не полагается.

Подаявая протест, представитель обязан убедиться в справедливости своей просьбы.

Судейская коллегия обеспечивает представителей информационными материалами, протоколами и отчетом о соревновании.

Нормальные отношения между представителями, судьями и тренерами возможны лишь в том случае, если все они будут стремиться создать благоприятные условия для выступления гимнастов и будут содействовать объективной оценке их спортивных результатов.

**Тренер.** Тренер может находиться на месте соревнований, давать советы и руководить спортсменами во время опробования снарядов, разминки и выхода гимнастов для выполнения упражнения на оценку. У снаряда тренер должен быть в спортивной одежде с эмблемой своего коллектива.

Тренеру или другому лицу, имеющему отношение к данной команде, категорически запрещается подавать гимнасту сигналы голосом, хлопками и т. п. За это сбавляют 0,3 балла.

Во время выступления гимнаста тренер может подсадить участника и остаться у снаряда или подойти потом для страховки, там, где это разрешается правилами, в крайнем случае, оказать помощь, но за это последует сбавка. Тренер должен оказывать помощь своему ученику в пределах, предусмотренных правилами.

Тренеру следует быть возможно менее заметным со стороны и без особой необходимости не появляться у снаряда. Не надо забывать, что главное действующее лицо - спортсмен. После выступ-

ления гимнаста или во время разминки тренер при необходимости может обратиться к старшему судье за разъяснениями по поводу оценки или выполнения того или иного элемента, спросить оценку, которую он не успел записать. Разговаривать с судьями бригады по вопросам судейства не полагается.

Опротестовывать действия судей можно только через представителя команды.

Тренеру не следует стоять рядом с судьями, подходить к судейскому столику во время совещания бригады, садиться на места судей или писать за их столиком (если он и свободен), подходить к снаряду, где выступает команда соперников, стоять в середине зала, наблюдая за выступлением спортсменов, и т.д.

## ***2.5. Характеристика массовых соревнований***

### **Массовые гимнастические выступления**

Подготовку массовых гимнастических выступлений следует рассматривать как одну из форм занятий физическими упражнениями. Для всех желающих повысить свои двигательные возможности, укрепить здоровье, улучшить осанку это форма занятий физической культурой является наиболее доступной. Разнообразная двигательная программа, музыкальное сопровождение, праздничная обстановка занятий, создают благоприятный эмоциональный фон.

Агитационное значение массовых гимнастических выступлений выражается в их убедительной наглядности. Зритель наблюдает за сильными, ловкими, сложно-координационными движениями участников выступлений, убеждаясь в несомненной пользе систематическими занятиями физическими упражнениями и спортом.

Обычно массовые гимнастические выступления приурочиваются к каким-либо значительным событиям: государственным праздникам, юбилейным датам, открытиям форумов, крупных соревнований и т.п. Вполне оправданно стремление организаторов таких мероприятий отразить в программе гимнастических выступлений эти события. В таких случаях содержание упражнений, построение и перестроение участников, музыкальное сопровождение, художественное оформление, рекламный реквизит и другие атрибуты гимнастического выступления должны отражать основную идею праздника.

Как бы ни были разнообразны выступления по своим масштабам, тематике и другим условиям проведения существует перечень основных составляющих элементов, к которым относятся: выходы, массовые вольные упражнения, акробатика, упражнения на гимнастических снарядах и специальных конструкциях, сольные упражнения, массовые упражнения и пирамиды, фоновые действия и уходы.

*Выходы.* От того, насколько хорошо будет задуман и выполнен выход, во многом зависит успех всего выступления. Элемент новизны и неожиданности в начале выступления вызывает у зрителя эмоциональный подъем и благожелательное отношение к последующим событиям. И наоборот, слабое начало вызывает у зрителя чувство недоверия к возможностям участников даже при хорошем выполнении последующих эпизодов выступления.

*Вольные упражнения.* В программе любого гимнастического выступления вольным упражнениям отводится ведущее место. Беспредельное разнообразие движений, потенциально заложенных в этом виде, позволяют участникам выступлений демонстрировать силу, гибкость, грациозность движений т.е. все то, к чему зритель относится с уважительным восхищением.

Упражнения с различными предметами не только облегчает восприятие темы выступления, но и увеличивает контрастность и динамику упражнений.

*Акробатика.* Интерес зрителей к выступлениям акробатов (прыгуны, силовые и смешанные пары, участники групповых выступлений) объясняется и необычностью упражнений, динамичностью действий и непостижимой ловкостью и смелостью выполнения упражнений.

*Упражнения на гимнастических снарядах.* Эти упражнения вызывают наибольший интерес у зрителей, но при подготовке таких выступлений встречается не мало трудностей (во-первых, использование дорогостоящего и не транспортабельного оборудования; во-вторых, на гимнастических снарядах затруднено синхронное выполнение сложных маховых упражнений).

*Сольные упражнения.* Если в программу гимнастических выступлений включают сольные выступления, то, как правило, солисты уже готовы к ним. На репетициях уточняется их место в программе выступления.

*Массовые упражнения и пирамиды.* Построение фигурами

участников выступлений плоскостных изображений обычно являются основой спортивного праздника. Подобные массовые построения обычно глубоко эмоционально воспринимаются зрителями.

*Фоновые действия.* Фоновые действия сопровождают и усиливают зрелищный эффект массовых гимнастических выступлений. Для этого на трибунах размещается специальная группа участников выступления со специальными атрибутами (флажками, цифрами, эмблемами, символами и т.д.)

*Уходы.* Разрабатывая графики движения участников выступления на уходе, следует помнить, что выступление уже состоялось. Поэтому в поиске лучшего варианта нужно выбирать такой, в котором уход участников выступления с площадки был бы четким, коротким по времени и мажорным по настроению.

## ***2.6. Особенности проведения массовых соревнований***

Особенностью проведения массовых соревнований является необходимость в повышенной пропускной способности, что предусматривает иной подход к их организации.

Массовые соревнования можно проводить сразу в 3–4 потока и более. Для выполнения вольных упражнений, упражнений типа зарядки следует разместить на площадке (желательно с разметками для каждого из участников) сразу всю команду. В наиболее удобном месте находятся судьи, оценивающие качество выполнения упражнения.

Закончив упражнения, команда принимает стойку «вольно», и в это время судьи показывают с помощью указок оценки, а секретари заносят эти оценки в сводный протокол. При такой организации команда тратит на этот вид около 3–4 мин. Следовательно, за время, отводимое на вид, здесь могут пройти 4–5 команд (т. е. все команды одной смены).

Порядок передвижения команд от одного вида к другому целесообразно указать в протоколах. Это устранит нечеткость при смене видов и сократит время.

В зависимости от размеров зала, гимнастической площадки, секторов стадиона, школьного двора и т. п. виды программы соревнований (снаряды) для того или иного потока можно разместить секторами (лучами) или по кругу.

Для управления массовыми соревнованиями надо иметь гонг,

по сигналу которого все команды подготавливаются к переходу, а с началом музыкальной фразы сразу переходят к следующему виду в соответствии с графиком. При такой организации массовых соревнований большая ответственность возлагается на капитанов каждой команды и сопровождающего преподавателя, учителя. Они обязаны организовать участников и обеспечить своевременный переход от одного вида соревнования к другому. Это должно быть отрепетировано в процессе подготовки к соревнованиям.

В конце соревнований (каждой из команд) секретариат подсчитывает результаты каждого участника и команды в целом (в соответствии с положением о массовых соревнованиях), и главная судейская коллегия (чаще главный судья) награждает участников, набравших установленную сумму баллов. Кроме того, в конце соревнований выявляются сильнейшие команды и участники, которые награждаются как победители в данном соревновании.

### III. Судейство соревнований по гимнастике

Критерием спортивного мастерства в гимнастике является качество исполнения упражнения (схема 8). Характерными особенностями соревнований по гимнастике являются методика судейства и система оценки исполнения комбинаций. В отличие от других видов, где оценка выступления может основываться на объективных критериях, в гимнастике оценивание выступления усложняется тем, что носит субъективный характер.

Схема 8.



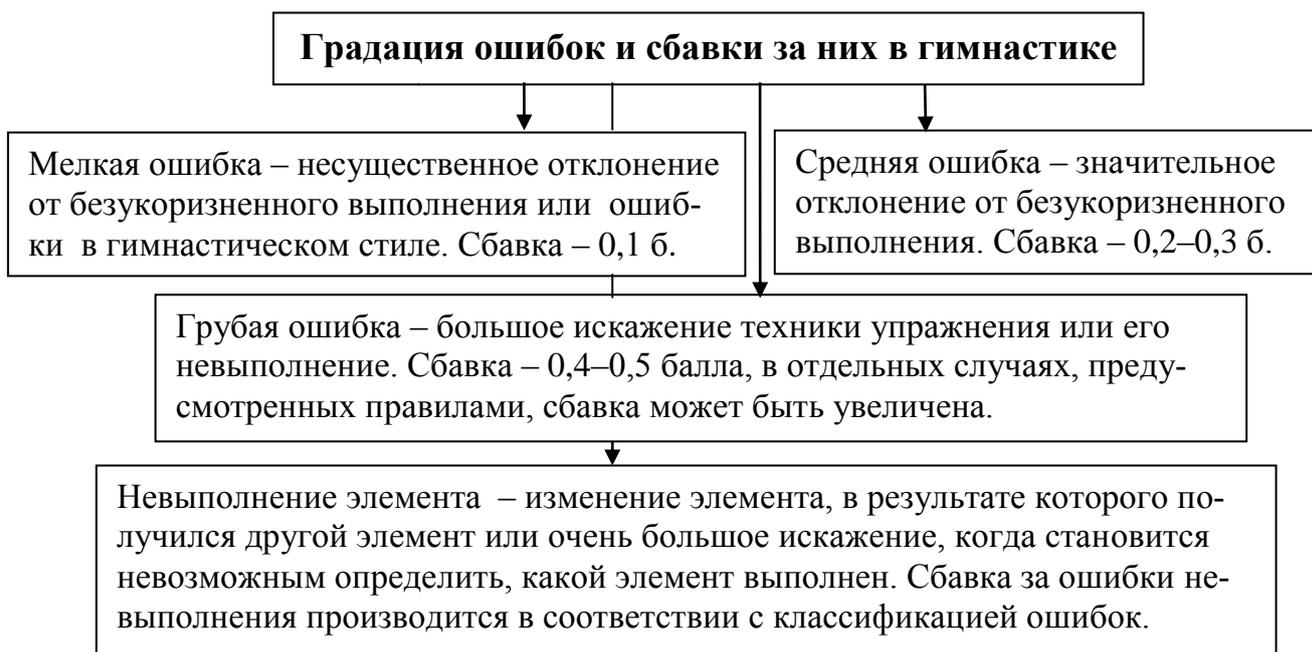
Судья оценивает содержание упражнений, сделанных участниками во время зачетных попыток, включая подход, выполнение упражнения и отход. Практически процесс судейства состоит в том, что судья, наблюдая за исполнением участником зачетной

попытки, должен иметь четкое представление о безукоризненном исполнении любого элемента или соединения. По ходу исполнения он отмечает допущенные нарушения или отклонения в технике и стиле, одновременно дифференцируя их по степени и значимости. Судья пользуется специально разработанным положением о технике судейства, в которое входят: градация ошибок; шкала сбавок, применительно к этой градации; классификация ошибок (ошибки в стиле, ошибки в положении тела и т.д.).

Для того чтобы правильно осуществлять судейство в гимнастике судья обязан хорошо знать технику гимнастических упражнений, содержание программы соревнований на отдельных видах, разбираться во всех тонкостях правил соревнований, быть достаточно организованным, собранным, внимательным, принципиальным, требовательным и обладать хорошей зрительной памятью.

Судья обязан замечать все допускаемые гимнастом ошибки и производить соответствующие сбавки (схема 9).

#### Схема 9.



Рекомендуется (особенно в начале судейской деятельности) пользоваться условными обозначениями, соответствующими мелкой, средней и грубой ошибкам, а также отмечать пропуск или искажение элемента, соединения и др. Это позволит лучше восстановить в памяти ход всего упражнения и выяснить, в каких его частях и какие ошибки были допущены; особенно важно это при расхождении между оценками.

Для достижения максимально возможной объективности оценки на каждый вид комплектуется бригада из 2–4 судей, при этом оценки выводятся самостоятельно каждым из них. При комплектовании судейских бригад соблюдается паритетность (представители разных команд, организаций) и устанавливается величина допустимого расхождения оценок судей. У судейской бригады, хорошо поработавшей до соревнований, разобравшей пункты правил, вызывающие сомнения, определившей единую точку зрения на сложные случаи в практике судейства данного вида упражнений, обычно нет больших расхождений в оценках.

Качество судейства постоянно контролируется главным судьей и его заместителями, а также просмотровыми комиссиями, выявляющими недостаточно квалифицированных и пристрастных судей, непринципиально оценивающих выступление спортсменов.

Даже для того, чтобы судить на соревнованиях небольшого масштаба, в которых участвуют гимнасты младших разрядов, необходимы определенные навыки и соответственно требуется предварительная подготовка к конкретному соревнованию. С этой целью для судейских бригад устраивается специальный семинар или инструктаж, где проводится пробное судейство по бригадам.

Основы судейства должен знать не только учитель, преподаватель, тренер, но и каждый гимнаст (участник соревнований), так как эти знания способствуют повышению его спортивного мастерства и помогают успешнее выступать на соревнованиях. Взаимопонимание, коллегиальность в работе судейской бригады не противоречат принципиальности судейства. Судья, твердо уверенный в своей правоте, обязан отстаивать свое мнение, и, если он прав, бригада с ним согласиться.

Судьи - бывшие спортсмены и тренеры, занимающиеся на данный момент преподавательской деятельностью, должны непрерывно пополнять свои знания: судить на соревнованиях, участвовать в семинарах судей, посещать тренировки, знакомиться с новой литературой по гимнастике.

**Порядок назначения судей на соревнования.** По заявкам организаций, проводящих соревнования, президиумы судейских коллегий соответствующих спортивных комитетов в зависимости от масштаба соревнований назначают главного судью и его заместителей и выделяют необходимое количество судей для формирования судейской коллегии. Главная судейская коллегия утверждает

ется соответствующей федераций.

Республиканские и городские судейские коллегии по согласованию с соответствующими федерациями и комитетами по физической культуре могут принимать решения для назначения судей на республиканские или городские соревнования.

### *3.1. Судейская коллегия соревнований*

**Состав коллегии.** Соревнование организует и проводит судейская коллегия данных соревнований. В нее входят:

- главный судья соревнований;
- его заместители (количество заместителей зависит от масштаба соревнований);
- врач (на правах заместителя главного судьи);
- старшие судьи на гимнастических видах многоборья;
- судей, оценивающих упражнение;
- судей на линии;
- судей-хронометристов;
- судей при участниках;
- судей-информаторов;
- главного секретаря;
- секретарей;
- просмотровой комиссии.

Судейской коллегией руководит главная судейская коллегия данных соревнований в составе главного судьи, его заместителей, главного секретаря и врача.

Тренеры и участники данных соревнований не могут выполнять обязанности судей.

Состав бригады может быть увеличен до 5 человек, в этом случае оценка старшего судьи служит только для контроля работы судей.

Организацией, проведением и судейством соревнований руководит главный судья. Его решения окончательны.

Представители организации, проводящей соревнование, не могут влиять на судейские оценки.

Апелляционное жюри рассматривает протесты на решения главной судейской коллегии. В состав апелляционного жюри входят представители отдела гимнастики, президиума федерации гимнастики и президиума коллегии судей. На соревнованиях малого

масштаба апелляционные жюри не создаются.

Главный судья, допустивший грубые ошибки, может быть отстранен от руководства соревнованиями по решению судейской коллегии и комитета, назначивших его на данные соревнования.

**Формирование судейской коллегии.** В составе главной судейской коллегии кроме главного судьи и его заместителя по медицинской части (врача) на больших соревнованиях должно быть 3 - 4 заместителя. На соревнованиях небольшого масштаба достаточно иметь 1–2 заместителей. Небольшие соревнования с участием гимнастов младших разрядов может провести один главный судья (без заместителей). В состав главной судейской коллегии входит также главный секретарь.

Судейскими бригадами, оценивающими упражнения в каждом виде многоборья, руководит старший судья. Количество старших судей зависит от числа потоков и видов многоборья.

В составе судейской бригады в зависимости от разряда участников и программы соревнования кроме старшего судьи должно быть от 1 до 4 судей. На соревнованиях мастеров спорта и кандидатов в мастера, а также на международных соревнованиях обычно балл старшего судьи (при пяти судьях) служит лишь для контроля работы бригады.

При выведении окончательной оценки, если нет недопустимого расхождения (**таблица №2**) между судьями, балл старшего судьи не принимается во внимание и его оценкой пользуются лишь члены просмотровой комиссии при анализе работы судей.

**Таблица 2.**

**Допустимые расхождения в оценках судейской бригады**

Окончательная оценка	Допустимое расхождение
При окончательной оценке 9,6 балла и выше	0,1 балла
При окончательной оценке от 9,0 до 9,55 балла	0,2 балла
При окончательной оценке 8,0 до 8,95 балла	0,3 балла
При окончательной оценке 7,0 до 7,95 балла	0,5 балла
При окончательной оценке 9,6 балла и выше	1 балл

В судейские бригады на вольных упражнениях и на бревне для отсчета времени добавляется по два хронометриста, а в мужских опорных прыжках – два судьи, определяющих места толчка рука-

ми. На матчевых встречах (как внутренних, так и международных) работу судей на линии могут выполнять тренеры двух соревнующихся команд. В последнее время применяются электронные устройства, фиксирующие место опоры; в таком случае нет необходимости в дополнительных судьях. Если нужно сократить число судей, то обязанности хронометристов и судей на линии можно возложить на судей бригады. На женских международных соревнованиях принято ставить дополнительно двух судей на вольных упражнениях, которые регистрируют пересечение границы ковра.

Желательно формировать судейскую коллегию и назначать судей на определенные должности заранее. Это позволяет лучше распределить судей по квалификации и представительству от организации и создать благоприятные условия для предварительной и самостоятельной подготовки судей.

Если судейская коллегия не сформирована заранее, то судей, прибывающих на соревнование, регистрируют заместители главного судьи (отмечается их судейская категория, принадлежность к спортивной организации, время, которое судья может уделить соревнованиям, и его желание судить тот или иной вид многоборья).

Затем заместители главного судьи по согласованию с главным судьей формируют судейскую коллегию, учитывая квалификацию судей и их склонность к судейству данного вида.

Как правило, наиболее квалифицированные судьи распределяются равномерно по всем бригадам. В бригадах по возможности должно быть равное представительство от соревнующихся организаций. Из числа наиболее опытных судей бригады назначают старшего судью, который руководит бригадой.

### ***3.2. Главная судейская коллегия соревнований***

**Главный судья.** Главный судья обязан руководствоваться официальными документами: правилами соревнований, положением о соревнованиях, программой соревнований и официальными распоряжениями. Разумеется, что перечисленные документы не могут осветить все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований, и многое главному судье приходится решать самостоятельно. Принимая принципиальные решения, он советуется со своими заместителями и руководителями организации, проводящей соревнование.

Чем крупнее соревнование, тем раньше назначается главный судья. Главный судья составляет общий план проведения соревнований, включающий следующие подготовительные мероприятия:

- проверка форм печатных материалов, осмотр снарядов и т. д.;
- прием помещения и снарядов;
- предварительная работа с судьями
- проверка работы мандатной комиссии;
- определение времени опробования командами снарядов; - определение дней и времени проведения совещаний представителей команд, времени жеребьевки; времени итоговых совещаний судей, представителей и участников).

- активно участвует в подготовительной работе совместно с организацией, проводящей соревнование (выбор мест для соревнований, наличие необходимых снарядов и инвентаря, пригодность снарядов, наличие запасных снарядов и оборудования, подбор технического персонала, выпуск программы, памяток, афиш);

- совместно с комендантом составляет план размещения снарядов на месте соревнований, а затем проверяет правильность их установки.

- распределяет обязанности между членами главной судейской коллегии и назначает ответственных лиц за тот или иной раздел плана;

- главный судья обязан тщательно проверить подготовленность секретариата.

Выдержки из этого плана доводятся до сведения представителей, судей и участников.

Перед соревнованием проводится одно или несколько совещаний представителей, на которых объявляется график соревнований, производится жеребьевка, подробно разбирается церемониал торжественного открытия соревнований, рассматриваются отдельные вопросы программы и правил соревнований.

Основываясь на выводах мандатной комиссии, главный судья принимает решение снять участника с соревнований. Сделать это он обязан тактично, не травмируя спортсмена, который мог и не знать о том, что не имеет права выступать на данных соревнованиях. Можно разъяснить участнику закончить соревнование и предупредить руководителя команды о том, что результаты данного гимнаста не будут учтены.

Все вопросы проведения соревнований и судейства решаются главным судьей по возможности немедленно.

**Главный судья имеет на это право:**

- снять явно неподготовленного участника с соревнования (если продолжение выступления может отразиться на его здоровье);

- разрешить гимнасту повторить упражнение, если во время выполнения упражнения испортился снаряд или участнику помешали при разбеге и т. п.;

- устанавливает единое понимание судейской бригады, если между оценками судей были значительные расхождения, если судьи не приходят к единому мнению и расхождение между оценками недопустимо, то главный судья может изменять одну из оценок, приблизив ее к другой до допустимого расхождения. Например, при оценках: 8,0; 8,1; 8,9; 9,0 балла – расхождение между оценками определяющими окончательный балл – 0,8, а не 0,3, как это допустимо. Пользуясь своим правом, главный судья, считая например заниженной оценку 8,1 исправляет ее на оценку 8,6 и выводит окончательный результат – 8,75 балла.

- вследствие поломки снаряда, неподготовленности или, плохого санитарного состояния и т. п., проводить состязания невозможно, главный судья имеет право отменить проведение соревнований или устроить перерыв для устранения имеющихся недостатков. Иногда, чтобы выйти из создавшегося затруднения, можно изменить порядок прохождения видов многоборья командами или отдельными участниками.

Главный судья обязан контролировать работу судей. Каждую замеченную ошибку необходимо исправлять, а на судью, допустившего ошибку, накладывать соответствующее взыскание.

В процессе соревнований главный судья в исключительном случае может изменить состав судейской бригады, переместить судей из одной бригады в другую или вовсе отстранить того или иного судью от соревнований.

Главный судья имеет право снять с соревнований представителя, тренера и участника, совершивших недопустимые поступки.

Недисциплинированное поведение участников во время соревнований немедленно разбирается и строго наказывается. Участник может быть снят с соревнований, если его возраст, разряд, принадлежность к команде и т. д. не соответствуют требованиям правил и положения.

**Заместители главного судьи.** Большое значение в организации и проведении соревнований имеет правильное распределение работы между главным судьей и его заместителями. Обычно одному из заместителей поручается организация соревнований и наблюдение за материальной частью, другому - руководство мужскими судейскими бригадами, третьему - женскими бригадами. На одного из заместителей возлагается управление просмотровой комиссией. При проведении соревнований в нескольких залах надо иметь дополнительно по одному заместителю в каждом зале.

Если позволяет график соревнований, общий распорядок и персональный подбор, то один из заместителей может совмещать несколько обязанностей. Количество заместителей главного судьи определяется числом участников и значимостью соревнований.

На должность заместителей рекомендуется выдвигать молодых судей, обладающих хорошими организаторскими способностями. Такие заместители обычно через некоторое время свободно справляются с обязанностями главного судьи.

Если главный судья почему-либо уходит из зала даже на непродолжительное время, то его обязанности выполняет один из заместителей.

Решения заместителей главного судьи могут быть обжалованы и в случае необходимости отменены главным судьей.

Заместитель главного судьи по медицинской части обеспечивает санитарный надзор за местами соревнований и подсобными помещениями, врачебный контроль над участниками, оказание первой помощи при несчастных случаях. Помимо того, он оказывает содействие специалистам, проводящим на соревнованиях научно-исследовательскую работу, связанную с медицинскими наблюдениями за спортсменами.

При большом количестве участников к работе дополнительно привлекаются несколько врачей и вспомогательный медицинский персонал. В этом случае заместитель главного судьи по медицинской части выполняет обязанности главного врача.

### **Судейские бригады.**

**Старший судья.** Руководит судейской бригадой и организует работу на виде многоборья старший судья, или, как принято его называть на международных соревнованиях, арбитр.

До начала соревнований старший судья знакомит бригаду с графиком соревнований и порядком работы бригады, с пунктами

положения, имеющими отношение к судейству данных соревнований, а также со специальными указаниями главной судейской коллегии. После решения организационных вопросов бригада устанавливает единую точку зрения по судейству отдельных элементов и упражнения в целом. Для этого разбираются обязательные упражнения, указания к их судейству и в соответствии с правилами соревнований определяются размеры сбавок за возможные ошибки; разбираются также более типичные элементы произвольных упражнений, в результате обсуждений можно составить таблицы типичных ошибок и указать возможные сбавки за эти ошибки. Во время опробования участниками снарядов бригады проводят пробное судейство.

Перед соревнованием старший судья собирает свою бригаду, получает в секретариате описания обязательных упражнений, протоколы и пр., проверяет место соревнований, состояние и установку снаряда, наличие необходимого инвентаря.

Старший судья не имеет права решать вопросы, касающиеся организации и порядка проведения соревнований, разбирать протесты, вносить изменения в протокол (зачеркивать одни фамилии и вписывать другие или изменять разряд, по которому должен выступать гимнаст). Эти изменения может делать главный секретарь или кто-либо другой из главной судейской коллегии. При возникновении спорных вопросов или неясностей старший судья должен обратиться за указанием в главную судейскую коллегию.

Когда подается сигнал об окончании разминки, старший судья следит за тем, чтобы участники ее закончили вовремя, а затем вызывает гимнастов в соответствии с установленным порядком. Когда упражнение выполнено, убедившись в том, что все судьи готовы, при открытом судействе, показать свою оценку, дает сигнал к ее показу, каждую оценку записывает в протокол в клетку, соответствующую номеру судьи, а затем выводит средний балл, объявляет его или дает указание о его показе.

При закрытом судействе старший судья должен записать свою оценку на судейской записке, внести ее в протокол и лишь после этого просмотреть записки всех судей, вписать результаты судей в протокол, вывести среднюю оценку и объявить ее участнику.

В опорных прыжках (при двух попытках) результат вносится в протокол после каждого прыжка, сообщается участнику также после каждого прыжка, а после второго прыжка объявляется оконча-

тельный результат.

При недопустимом расхождении между оценками отдельных судей старший судья должен записать все оценки, собрать бригаду, выяснить причины расхождения и установить единую точку зрения. После совещания старший судья дает распоряжение показать (при открытом судействе) оценки вновь. Если расхождение не устранено, он обращается к главному судье за разъяснением.

Старший судья имеет право собрать бригаду, если, по его мнению, оценка одного или нескольких судей неправильна.

Совещания надо проводить оперативно: выслушать краткие и конкретные замечания всех или некоторых судей (по необходимости), сделать свои замечания и заключение и на этом обсуждение закончить. Все совещания проводятся без участия представителей, тренеров и участников.

Старший судья не допускает к соревнованиям участников и тренеров, одетых не по форме, докладывает главному судье о плохо подготовленных участниках, выступление которых может привести к травме.

Если при выполнении обязательного упражнения участник пропустит элемент или добавит лишний, а в произвольном упражнении не выполнит требований, предъявляемых к трудности, или допустит ошибку в композиции, старший судья не имеет права сообщать об этом судьям до подачи судейских записок.

На вопросы капитана команды или тренера, касающиеся и причин сбавки, старший судья должен дать краткое объяснение, не вступая в споры и обсуждения. Если не получили удовлетворительного ответа, то могут обратиться к главному судье.

Если во время разминки старший судья видит, что вся команда выполняет упражнение в целом или отдельные элементы неправильно (что возможно при выступлении малоопытных спортсменов), он обязан объяснить участникам, как исправить ошибку до выполнения упражнений на оценку.

Савки за лишнее или недостающее время при выполнении вольных упражнений и упражнений на бревне, а также за выход за пределы площадки для вольных упражнений на женских соревнованиях производит старший судья после выведения окончательного балла бригады. При наличии автоматической сигнальной аппаратуры судейская коллегия может предложить произвести все сбавки самим судьям.

Старший судья отвечает за соблюдение графика в своем виде.

По окончании судейства каждой команды старший судья немедленно сдает в секретариат протоколы и судейские записки, чтобы не задерживать текущий подсчет.

После окончания соревнований старший судья должен дать письменную характеристику на каждого судью своей бригады.

**Судьи на видах многоборья.** Во время соревнований судья самостоятельно оценивает выполнение упражнения гимнастом, руководствуясь правилами соревнований и указаниями главной судейской коллегии. Перед соревнованиями ему необходимо внимательно просмотреть программу соревнований, правила, таблицу трудности элементов и соединений и другие официальные материалы.

Судья обязан приходиться на соревнование заблаговременно. Он должен иметь при себе судейский билет, правила соревнований, классификационную программу, записную книжку. Прибыв на соревнование, судья регистрируется у заместителя главного судьи или у старшего судьи своей бригады (если назначение в бригаду уже состоялось).

Во время соревнования судья всегда находится на своем месте и отходит от снаряда только с разрешения старшего судьи. В свободное время судьи могут наблюдать за соревнованием только со своих мест или с мест, специально для них отведенных. Судьям не следует без вызова подходить к столикам старших судей, а также к рабочим местам судей других бригад.

Судье не разрешается объяснять участникам, тренерам или представителям причины сбавки за выполнение упражнения и обсуждать оценки других судей. Если судья обнаружит свою ошибку, он должен немедленно ее исправить. Выводить оценку надо быстро, без задержки и при открытом судействе показывать ее по сигналу старшего судьи одновременно со всеми судьями своей бригады. Даже случайное запаздывание вызывает справедливое недовольство и недоверие к данному судье. Судья показывает свою оценку старшему судье, затем диктору, участникам и зрителям.

**Судьи-хронометристы.** Судьи-хронометристы определяют продолжительность произвольных (а если это предусмотрено программой, то и обязательных) вольных упражнений и упражнений на бревне. Двое судей в каждой бригаде самостоятельно включают свои секундомеры в момент начала упражнения и останавливают

их по окончании упражнения, затем сверяют показания секундомеров. Если на секундомерах зафиксировано различное время, то из их показаний выводится среднее арифметическое.

Если упражнение продолжается больше или меньше положенного времени, то десятые доли секунды не учитываются. Например, если в вольных упражнениях мужчин вместо минимальных **50 сек** упражнение продолжалось **47,4 сек.**, то следует считать, что упражнение закончилось на **3 сек.** раньше положенного времени.

В упражнении на бревне при падении гимнастки со снаряда секундомер останавливают через 10 сек., т. е., когда гимнастка лишается права продолжать упражнение. Если спортсменка не более чем через 10 сек. после падения продолжит упражнение, то секундомеры не останавливают до окончания упражнения. Время, затраченное на перерыв в упражнении, из показаний секундомеров не вычитается.

Судьи-хронометристы подают звуковые сигналы в условленное время.

В мужских соревнованиях при выполнении опорных прыжков судьи на линии определяют место толчка руками. После прыжка оба судьи проверяют, сохранилась ли меловая линия, разделяющая части коня, и по этому устанавливают в какой части коня была произведена опора.

В женских соревнованиях на вольных упражнениях на вольных упражнениях два судьи располагаются на противоположных углах одной диагонали. Каждый из них следит за двумя линиями.

*Судьи не входящие в состав бригады.*

**Судьи при участниках.** Судья при участниках должен знать права и обязанности участников тренеров, представителей и судей. Перед их началом соревнований судья при участниках знакомится с графиком, составом команд и получает у главного судьи подробные указания о порядке проведения соревнований (о путях передвижения участников и судей, сигналах для начала и окончания разминки), о ритуале проведения парада, награждения, закрытия соревнований.

Судья при участниках руководит опробованием снарядов, а во время соревнований всеми передвижениями спортсменов. При опробовании снарядов применяются все сигналы, способы построения и передвижения, которыми будут пользоваться в дни соревно-

ваний. Таким образом, участники знакомятся с порядком проведения, принятым для данных соревнований.

Судья при участниках должен быть оперативным, собранным и достаточно авторитетным среди участников.

**Судья-информатор.** Судья-информатор – связующее звено между судьями, участниками и зрителями. Судья-информатор не обязан иметь судейскую категорию по гимнастике. Ему необходимо в общих чертах разбираться в правилах судейства, предельно ясно представлять себе процесс и ход соревнований, но ему не обязательно уметь оценивать выполнение упражнений и учитывать все тонкости судейства. Если по ходу соревнований надо прокомментировать какую-либо оценку, то с помощью одного из судей предварительно составляется текст, который согласовывается с главным судьей и зачитывается зрителям. Судья-информатор должен уметь хорошо говорить перед микрофоном и иметь хорошую дикцию.

На соревнованиях небольшого масштаба информатором может быть один из судей или секретарь. В этом случае по радио передают только часть результатов: по выполнении упражнений в каждом виде зачитывают протоколы всех команд и сообщают ход лично-командных результатов; оценки каждого участника объявляют старшие судьи.

До начала соревнования судья-информатор должен провести большую предварительную работу: уточнить с главным судьей ритуал и порядок проведения соревнований; подготовить свое рабочее место; проверить микрофоны; отобрать нужное музыкальное сопровождение; взять в секретариате списки участников и тренеров с данными о принадлежности их к той или иной организации, о спортивных званиях, возрасте и т. п.; подготовить списки судейской коллегии и судейских бригад на отдельных видах с указанием категорий; получить у представителей команд дополнительные сведения о командах и отдельных спортсменах представляющих интерес для зрителей; подобрать выдержки из положения, которые могут понадобиться для информации. Например, условия зачета и награждения, правила присуждения победителям дополнительных наград, узнать у организаторов соревнований фамилии, должности и звания принимающих парад и вручающих награды победителям; фамилии поднимающих флаг соревнований; составить дикторские тексты к открытию, награждению и закрытию соревнований.

Следует представить себе распределение информации в процессе соревнований, ее содержание на том или ином отрезке времени.

Все тексты составляются заранее. Во время разминок обычно сообщают коротко условия соревнований, состав главной судейской коллегии и судейских бригад; подобные объявления распределяют и на все перерывы.

Результаты о ходе лично-командных соревнований объявляют без задержек: сначала называют место и результат, а затем команду или фамилию победителя, иначе аплодисменты после фамилии лидера не позволят расслышать его результат. Объявляя результаты, следует сказать, после скольких видов подводятся итог спортивной борьбы.

Если соревнования проводятся в несколько смен, то во второй и последующих сменах все объявления о лично-командных состязаниях делаются с учетом результатов прошедших смен. Надо сравнивать каждый раз результаты, показанные во всех сменах, и объявлять лидеров не в данной смене, а в данном соревновании. Вместе с тем можно сопоставлять результаты данной смены с общими результатами.

Для награждения победителей и призеров соревнований надо подготовить (в соответствии положением и установленной для данного дня последовательностью награждения) предварительный дикторский текст, оставив в нем места для фамилий и результатов победителей. Примерная форма текста: «Закончились соревнования (мужские, женские, одного какого-либо разряда или возраста и т. д.). Первое место с результатом занял(а) (организация, город), ему (ей) присваивается звание чемпиона (победителя 20.... года и он (она) награждается медалью и дипломом». После этого следует текст: «Победителей награждает (должность или спортивное звание и фамилия награждающего)».

Такие бланки подготавливают для всех награждений и располагают в нужной последовательности. По мере выявления победителей вписывают фамилии и спортивный результат.

Для закрытия соревнований так же готовится дикторский текст, составляемый в соответствии со сценарным планом.

**Просмотровая комиссия.** Просмотровая комиссия анализирует судейские оценки. Члены комиссии не могут влиять на оценку судей. Присутствуя на совещании бригады, они только выслуши-

вают объяснения судей, не высказывая своего мнения.

При нормальной работе и достаточной квалификации судейской бригады, несомненно, самой правильной оценкой будет именно средний балл, выведенный на основании коллективного заключения всех оценивающих судей. В международной практике принято считать самой правильной оценкой – среднее между баллом старшего судьи и всей бригады.

На основании сравнительного математического анализа можно достаточно точно судить о качестве работы каждого судьи. Ряд сопоставлений судейских оценок позволяет просмотровой комиссии судить о принципиальности и объективности каждого судьи.

На крупных соревнованиях наблюдение ведется беспрестанно, на соревнованиях небольшого масштаба проводится выборочный анализ оценок судей. Иногда проверяется работа только отдельных судей-стажеров, представляемых к повышению категорий.

### **Организация работы секретариата**

**Состав и обязанности.** В секретариате подсчитывается сумма баллов, набранных отдельными участниками и командами, выявляются победители и подготавливаются материалы для информации о ходе соревнований.

Возглавляет секретариат главный секретарь, являющийся членом главной судейской коллегии. Приступая к работе, главный секретарь прежде всего знакомится с положением о соревновании, с составом команд, условиями зачета и порядком определения победителей. Все спорные вопросы и неточности в положении он уточняет с организаторами соревнований и с главным судьей.

**Главный секретарь** в соответствии с масштабом соревнования подбирает состав секретариата. Обязанности между секретарями рекомендуется распределить так:

- один секретарь подготавливает материал о ходе соревнований, он отвечает за выпуск информационных бюллетеней и осуществляет связь с представителями прессы, радио и телевидения;
- несколько секретарей подсчитывают результаты и командных соревнований, проверяют правильность заполнения протоколов судьями, вписывают результаты соревнований в сводные протоколы и т. п.

На небольших соревнованиях достаточно одного - двух секретарей. Работа при этом в основном сведется к подготовке протоколов и подсчету результатов.

Качество работы секретариата зависит от своевременной подготовки.

До соревнований необходимо сделать следующее:

- обработать заявки, подготовить график соревнований и при необходимости составить сборные команды;
- заполнить судейские протоколы и карточки для подсчета результатов;
- заготовить демонстрационные таблицы личных и командных результатов и формы информационных бюллетеней;
- собрать материалы к совещанию судей и представителей
- получить и заполнить дипломы, свидетельства и грамоты в соответствии с положением;
- подготовить рабочее место для секретариата, а также канцелярские принадлежности и необходимые материалы.

**Рабочее место.** Недалеко от мест соревнований отводится комната, в которой ведется вся предварительная и текущая работа секретариата.

Поблизости от столов главного судьи и информатора должен быть стол для работы двух-четырех секретарей, ведущих подсчет по ходу соревнований.

*Предварительная работа*

**Обработка заявок.** В секретариат поступают заявки с отметками о допуске мандатной комиссии или организации, проводящей соревнование, и заместителя главного судьи по медицинской части. Проверяя заявки, секретарь следит за правильностью и четкостью их заполнения (против фамилии каждого участника должны быть указаны инициалы, разряд, по которому гимнаст выступает, год рождения и номер, присвоенный участнику). Особое внимание он обращает на соответствие возраста и разряда участников требованиям положения (если предусмотрены возрастные и разрядные ограничения), на пометки против фамилий запасных участников и гимнастов, заявленных только в личном первенстве. В установленное время по согласованию с представителями главный секретарь вычеркивает из списков запасных участников. Ошибки или опоздания в определении основного состава могут привести к значительным трудностям и недоразумениям при подсчете результатов командных соревнований. Заявки обрабатываются по мере их поступления.

Сборные команды обычно составляются по жребию из пред-

ставителей разных организаций и из гимнастов-личников, не участвующих в командном первенстве. В тех случаях, когда из основного состава команды необходимо вывести спортсменов какого-либо разряда, их выделяют в отдельный поток или смену.

В процессе обработки заявок выявляется окончательный состав участников соревнований и устанавливается общее количество участвующих команд, смен и потоков.

Точные данные о составе соревнующихся спортсменов позволяют завершить работу по составлению графика и подготовить необходимые материалы для жеребьевки.

**Подготовка протоколов** очень трудоемкая работа, особенно если они заполняются от руки, как иногда бывает на небольших соревнованиях. Бланки протоколов подготавливаются до начала соревнований на все дни.

**Протокол на отдельный вид (таблицы №3, №4)** рассчитан на одну команду.

**Таблица 3.**

**Протокол №  
соревнований по спортивной гимнастике**

**Дата проведения соревнований:** \_\_\_\_\_

**Мужское (женское) многоборье** \_\_\_\_\_

№ п/п	Ф.И.О.	разряд	Судья 1	Судья 2	Судья 3	Судья 4	Окончательная оценка
1							
2							
3							

**Подпись старшего судьи** \_\_\_\_\_

**судья 2** \_\_\_\_\_

**судья 3** \_\_\_\_\_

**судья 4** \_\_\_\_\_

Подготовленные протоколы следует сложить по сменам на все виды многоборья.

В протоколы записывают фамилию, имя или инициалы гимнаста, коллектив, разряд, по которому он выступает (а не который ему присвоен), и номер. Фамилии спортсменов во всех протоколах располагают в одном и том же порядке (как в протоколах на каждом

виде, так и в сводных протоколах и демонстрационных таблицах). Это значительно облегчит и ускорит подсчет нарастающих результатов. Разный порядок расстановки фамилий очень неудобен и может привести к ошибкам.

**Таблица 4.**

**Протокол №  
соревнований по спортивной гимнастике**

**Дата проведения соревнований:** \_\_\_\_\_

**Соревнования №**

**Мужское (женское) многоборье** \_\_\_\_\_

1	2	3	4
---	---	---	---

№ п/п	Ф.И.О.	Разряд класс	Исходная оценка	Сбавка судей					Прочие сбавки	Оконч. оценка	Сумма после вида
				1	2	3	4	Ср. сб.			
1											
2											
3											

**Подпись старшего судьи** \_\_\_\_\_

**судья 2** \_\_\_\_\_

**судья 3** \_\_\_\_\_

**судья 4** \_\_\_\_\_

**Протокол нарастающих результатов (таблица 5) предназначен только для работы в секретариате.**

**Таблица 5.**

**Протокол нарастающих результатов №  
соревнований по спортивной гимнастике**

**Дата проведения** \_\_\_\_\_

**многоборье Мужское (Женское)** \_\_\_\_\_

№	Ф.И.О.	группа	Разряд	1 вид		2 вид		3 вид		4 вид		5 вид		6 вид	
				оценка	место	оценка	сумма	место	оценка	сумма	место	оценка	сумма	место	оценка

**Гл. секретарь** \_\_\_\_\_

**Секретарь** \_\_\_\_\_

На соревнованиях с малочисленным секретариатом можно обязать представителей команд вместе с именной заявкой или несколько позже подать в главную судейскую коллегию заполненные бланки протоколов с фамилиями, инициалами и другими данными. Такая форма, значительно облегчающая работу секретариата, рекомендуется для многих соревнований.

**Сводный протокол (таблица 6)** применяется на массовых соревнованиях гимнастов младших разрядов и на соревнованиях с небольшим числом секретарей. В сводный протокол заносятся результаты по всем видам многоборья. Подготавливается по одному или два протокола на каждую команду и предусматривается несколько запасных бланков.

Таких протоколов надо по одному на каждую команду. На соревнованиях в которых имеется только сводный протокол, протокол нарастающих результатов для каждой команды обычно не ведут, а заполняют только один экземпляр для нарастающих результатов всех команд вместе. В таком случае понадобится всего один бланк.

**Таблица 6.**

**Сводный протокол №  
соревнований по спортивной гимнастике**

**Дата проведения** \_\_\_\_\_

**Девушки**

№	Ф.И.О.	Разряд	Опорный прыжок	Брусья	Бревно	Вольные упражн.	Сумма баллов	Место
1								
2								
3								

**Гл. секретарь** \_\_\_\_\_

**Секретарь** \_\_\_\_\_

На массовых соревнованиях, где применяются только сводные протоколы, систему подготовки документации можно значительно упростить. Надо потребовать, чтобы команды, явившиеся на сорев-

нования, сдавали бланки протоколов в двух экземплярах с вписанными в них фамилиями участников (один протокол для внесения оценок судьями, другой — для текущей работы секретариата, для нарастающих результатов).

В протоколах для массовых соревнований против фамилии каждого гимнаста ставится виза врача, а внизу - соответствующая подпись и печать организации. В этом случае протокол одновременно является своеобразной заявкой.

Для соревнований, в которых участвуют несколько сот спортсменов, подобная система очень удобна, так как ликвидируются заявки (они совмещены с протоколами). Остаются лишь заявки на общее количество команд с указанием пола и разряда. Участвующие организации могут до последнего дня производить нужные перестановки в командах, в то же время секретариат избавлен от лишней работы – обработки заявок и подготовки протоколов.

На больших соревнованиях одновременно с протоколами заполняют карточки участников (по одной на каждого гимнаста) для подсчета результатов по многоборью и отдельно в каждом виде многоборья. Карточки облегчат и ускорят распределение участников в порядке занятых мест (как по всему многоборью, так и в отдельных видах).

**Карточки участников** необходимы для распределения участников в соответствии с их результатами в порядке занятых мест, как по многоборью, так и по отдельным видам. Для многоборья нужно подготовить столько карточек, сколько будет участников, а для отдельных видов дополнительно по 6 карточек на каждого гимнаста и по 4 карточки на каждую гимнастку.

**Судейские записки** применяются на соревнованиях гимнастов старших разрядов, а также при закрытом судействе. Они могут быть двух видов – на целую команду или отдельно на каждого спортсмена. И в том и в другом случае для опорных прыжков и для остальных видов используются бланки различного образца.

**Справочные сведения для информации.** Секретариат готовит материалы для судьи-информатора: выдержки из положения; списки участников всех команд с данными о принадлежности к организации, возрасте, разряде и др.; списки судей с указанием судейских званий и работы, выполняемой на соревнованиях. Заранее согласовывается форма, по которой будет даваться материал для судьи-информатора. Результаты отдельных участников и команд

в целом, а также другой информационный материал рекомендуется вывешивать у раздевалок или на месте сбора спортсменов и в фойе для зрителей. Для этой цели заблаговременно подготавливаются специальные щиты, прикрепленные к стене или установленные на подставке на полу. На щитах помещаются таблицы результатов, графики соревнований, списки участников, судейских бригад и различные объявления. Главный секретарь должен следить за тем, чтобы таблицы по ходу соревнований своевременно заполнялись.

Стенды с результатами – это не только информационный материал, но и действенный способ контроля за всеми подсчетами. За таблицами следят участники, представители и зрители, поэтому любая ошибка будет немедленно замечена и вовремя исправлена.

**Папки для судей и представителей.** К совещанию представителей и судей секретариат подготавливает документы и материалы, которые вкладываются в папки и выдаются представителям и каждому судье или одна на каждую бригаду.

В папки для судей следует положить: описание обязательных упражнений данного вида и указания к их выполнению, а также выдержки из положения, относящиеся к судейству; график соревнований и расписание работы судей; судейскую ленточку или специальный судейский значок; билет участника соревнований; памятку для участника.

Папки для представителей содержат:

- номера для участников (последовательность их может соответствовать занятым местам в прошедшем году, или порядку оформления документов, или очередности вступления в соревнование; номера выдают не только на основных, но и на запасных участников, чтобы при замене спортсменов из основного состава запасным не понадобилось менять и передавать номера; каждой команде номера выдают подряд);

- памятки для участников соревнований; билеты участников всей команде, а также тренеру и пианисту;

- бланки графиков соревнований и все материалы для жеребьевки.

На всех папках следует указать наименование соревнований.

Если в соревнованиях участвуют иногородние команды, иногда в папки вкладывают еще план города, в котором проходят состязания, несколько открыток с видами города и т. п.

## *Работа во время соревнований*

**Подсчет результатов после каждого вида.** По окончании выступления каждой команды судейские бригады подписывают протокол и немедленно передают его в секретариат. Исправления окончательной оценки или оценки отдельного судьи обязательно подтверждаются подписью старшего судьи.

Вместе с протоколом сдаются и судейские записки. Записки каждого судьи скрепляются вместе и вкладываются в общий конверт, на котором проставляется наименование команды, вид соревнований, смена и дата.

Протоколы и конверты с судейскими записками собирает кто-либо по поручению секретариата или сдают сами судьи; это определяется заранее. Передача протоколов через капитанов команд, тренеров и других лиц, не имеющих отношения к судейской коллегии, недопустима.

**Секретарь №1** получает первый экземпляр протокола, проверяет правильность выведения оценки (среднего балла), подсчитывает нарастающие личные результаты, выводит личные места лидирующих спортсменов, вносит их фамилии в специальную таблицу для передачи судье-информатору. Проверая правильность выведения оценки, он следит за соблюдением норм расхождения между оценками всех судей, а также за тем, чтобы не было арифметической ошибки при выведении среднего балла. Для подсчета нарастающих результатов, каждый последующий протокол данной команды кладут рядом с предыдущим. В графе «После... вида», проставляют очередность вида и суммируют результат каждого участника по этим протоколам. До подсчета нарастающего результата надо убедиться в том, что последовательность фамилий гимнастов в протоколах одинакова.

После подсчета рядом с нарастающей суммой проставляют места по порядку (5–10 лучших результатов), выписывают несколько фамилий, указывают сумму набранных ими баллов и место, а затем передают диктору.

Количество объявляемых результатов согласовывается с главным судьей.

**Секретарь №2** получает второй экземпляр протокола (третий экземпляр передается в просмотрную комиссию). Он, так же как и

секретарь №1, проверяет правильность заполнения протокола старшим судьей, подсчитывает в каждом протоколе сумму баллов, набранную всей командой, учитывает коэффициент и исключает худший результат, вписывает эту сумму баллов в соответствующую графу внизу протокола. Этот же результат он вносит в протокол нарастающих командных результатов и в протокол судьи 1, а затем после каждого перехода гимнастов от одного вида к другому выводит места команд и на записке дает сведения о лучших командах судье-информатору.

Если командное первенство определяется не по сумме баллов зачетных участников в каждом виде, а по лучшим результатам спортсменов многоборцев (что бывает редко), то по окончании соревнований секретарь 2 увеличивает оценки на соответствующий коэффициент.

**Секретарь №3** по протоколу, полученному от секретаря №1, заносит оценки каждого участника по видам упражнений в сводный протокол (таблица б) и в карточки для соответствующего вида.

После этого по сводному протоколу он подсчитывает нарастающий результат и сверяет его с результатом, подсчитанным секретарем №1.

**Секретарь №4** по протоколу, полученному от секретаря №2, записывает в таблицу, вывешиваемую для участников и зрителей, лично-командные результаты, проверяет правильность подсчета секретарем №2 командных результатов и помещает сведения на большом демонстрационном щите или световом табло.

После каждого вида упражнений секретари №1 и №2, закончив свою работу, обмениваются обработанными протоколами и производят взаимную проверку. Главный секретарь руководит всей работой и делает выборочную проверку (в первую очередь лучших личных и командных результатов). Если соревнования проводятся в несколько потоков, то на каждый поток секретари выделяются отдельно.

На соревнованиях небольшого масштаба работу секретарей №1 и №3 можно поручить одному человеку, а №2 и №4 – другому.

На массовых соревнованиях и соревнованиях малого масштаба, когда ведут только сводный протокол (без бланков на отдельных видах), желательно иметь две копии сводного протокола, чтобы подкладывать к основному протоколу только одну из них. Эти копии чередуются на каждом очередном виде, другую копию сек-

ретарь оставляет у себя.

После того как вся команда выполнит упражнения на одном виде, протокол с копией передают секретарю.

Секретарь меняет копию и отдает протокол судьям, а во время соревнований на следующем виде, переносит результаты в протокол нарастающих результатов, по которому и ведет весь подсчет. В конце соревнований обрабатывается основной протокол и сверяется с протоколом нарастающих результатов.

Если участников немного, то вместо копии во время разминки все окончательные результаты с основного протокола переносят в протокол нарастающих результатов, который постоянно находится у секретаря.

**Итоги по окончании смены.** По окончании выступления участников какого-либо одного разряда, одной возрастной группы или одного пола по обязательной программе подсчитывают личные (а если возможно, то и командные) результаты и определяют занятые места.

Рекомендуется применять специальную таблицу (**таблица №7**). Для этого надо большой лист бумаги разделить на клетки и в каждую из них записать баллы, которые получают гимнасты данного разряда. Например, гимнаст I разряда может получить от 1 до 120 баллов, но так как практически большинство выступающих получает от 90 до 100 баллов, то таблицу делят на 10–20 клеток, в которые записывают результат с 80–85 до 100 баллов. Сначала над каждой клеткой проставляют баллы: в первой «100 и выше», затем «99» и т. д., а в последней – «80 и ниже».

**Таблица 7.**

### **Результаты соревнований**

Баллы	100 и выше	99	98-97	96-95	94-93
Результат	100,2 – I 100,0 – II				
Баллы	92-90	89-88	87-85	84-81	80 ниже
Результат					

В таблицу вносят результаты из всех протоколов данного разряда. Протоколы берут в любом порядке. Например, берут протокол со следующими результатами участников 90,05; 100,2; 86,7;

90,00; 90,05; 76,4; 48,7 балла.

Эти баллы вписывают в таблицу. Результат «90,00» вносят в клетку «92–90 баллов» так, чтобы сверху и снизу было место для внесения по порядку других возможных результатов.

Одинаковые результаты заносят в одну строчку, рядом. Когда записаны баллы всех участников, подсчитывают их число и проверяют, соответствует ли оно количеству всех соревнующихся, чтобы никого не пропустить.

Когда таблица заполнена, справа против результатов в баллах проставляют места по порядку. Если в какой-либо строчке окажется несколько одинаковых результатов, всем участникам дается одинаковое место. В таблице результаты в баллах проставляются арабскими цифрами, а места – римскими, чтобы показать последовательность ее заполнения. В таблицу записано только семь результатов, чтобы показать последовательность ее заполнения.

Когда в таблице расставлены места, заготавливают бланк для личных результатов, на котором по порядку проставляют столько мест, сколько было участников. Затем берут один из протоколов и по баллу, полученному участником, пользуясь таблицей, находят занятое место. После этого в сводку личных результатов вписывают фамилию участника в соответствии с занятым местом. В сводке указывают фамилию, имя, коллектив и результат в баллах, а в конце строки занятое место.

Личные места следует определять сразу после окончания какой-либо части соревнований. При этом повышается спортивный интерес участников, вводится дополнительный контроль за подсчетом результатов.

Для информации итоговые результаты даются диктору, так же как и нарастающие, но объявляют не 5–6 результатов, а по меньшей мере 10.

Если сразу, без паузы, после окончания соревнований следует награждение победителей, очень важно быстро подсчитать результаты. В этом случае надо подготовить дополнительные сводные протоколы нарастающих личных и командных результатов, вписать в них одним цветом результаты закончивших соревнование, другим – еще соревнующихся и по мере показа оценок судьями (не дожидаясь получения протоколов) вносить изменения в таблицу. Затем следует заготовить дипломы и свидетельства, а к моменту награждения сверить полученные результаты с основными документами.

### *Отчет о соревновании*

**Содержание письменного отчета для представителей.** Отчет о соревнованиях раздается представителям не позднее, чем на следующий день после окончания соревнований. Он содержит:

- общие данные о соревнованиях (время и место проведения, общее число участников и отдельно по полу, возрастным группам и разрядам, процент выполнения разрядных норм, перечень лучших команд, участников и тренеров, замечания о нарушениях дисциплины и др.);

- таблицу командных и коллективных результатов; личные результаты всех участников по разрядам и отдельно по всем видам обязательных и произвольных упражнений. На массовых соревнованиях указывается только сумма баллов по всему многоборью;

- образцы афиш, программ, билетов и т. п.; справки участникам данного коллектива, выполнившим разрядные нормы.

Отчет подписывается главным судьей и главным секретарем.

**Отчет для организации, проводившей соревнование.** К отчету, который дается всем представителям, добавляются сведения о состоянии основных и подсобных помещений, о качестве обслуживания, качестве инвентаря, количестве зрителей, приводится перечень несчастных случаев с заключением врача соревнований и указанием принятых мер; дается списочный состав судейской коллегии с указанием фамилий лучших судей и тех, кто работал плохо; графики, протоколы жеребьевки, протоколы заседаний судейской коллегии.

В организацию, проводившую соревнование, кроме отчета сдаются: подшивки всех рабочих протоколов (подлинников) отдельно по полу и группам, по которым проводилось соревнование (возрастными группами, программам различных разрядов и т. д.), а внутри этих групп по видам многоборья; заявки; протесты; отчет мандатной комиссии и анкеты участников; табель работы обслуживающего персонала; документы для списания врученных медалей и дипломов.

К отчету комитета прилагаются характеристики работы судей.

Форма и содержание отчетов заранее согласовывается с главным судьей и представителем организации, проводящей соревнование.

По мере возможности отчеты подготавливаются в процессе

проведения соревнований.

### ***3.3. Методика судейства гимнастических упражнений***

**Система оценки.** Спортивное достижение зависит от содержания и качества выполнения. При определении уровня спортивного достижения в соревнованиях судья, оценивая выступление, должен определить качество исполнения упражнения и соответствие его содержания программе и правилам соревнований.

Правилами соревнований предусматриваются различные способы оценки содержания обязательной и произвольной программ. При судействе обязательных упражнений судья следит за тем, чтобы гимнаст не отклонялся от их описания, выполнял отдельные части в требуемую сторону, отдельные элементы и соединения исполнял в соответствии с требованиями, изложенными в указаниях к данной программе. В произвольных упражнениях судья определяет, достаточна ли их трудность и соответствуют ли они общим и специальным требованиям, предъявляемым к композиции.

При оценке исполнительского мастерства судья учитывает, насколько технически правильно исполнен каждый элемент, какие были допущены отклонения от правильного выполнения, безупречной осанки и т. д.

Вместе с тем оценка содержания упражнения полностью зависит от того, как выполнены отдельные элементы и вся комбинация в целом, а не что предусмотрено обязательной программой или задумано гимнастом. Например, участник включил в произвольное упражнение на брусьях стойку на руках силой прогнувшись с прямыми руками, а, исполняя стойку, согнул руки, не допустив при этом ошибок выполнения. Следовательно, неудачное исполнение не отразилось на том, как спортсмен выполнял упражнение (оно было безупречно с точки зрения техники выполнения), а только на содержании комбинации (что выполнялось) – гимнаст заменил группу «С» группой «В», чем уменьшил трудность произвольного упражнения.

После выполнения упражнения судья суммирует сбавки за допущенные ошибки, вычитает сумму сбавок из 10 баллов и выводит окончательный результат.

Результат измеряют баллами. Во многих видах спорта результат полностью зависит от показаний секундомера, рулетки или весов и судье, чтобы зарегистрировать спортивное достижение, достаточно уметь вовремя включить секундомер, правильно прило-

жить рулетку или точно взвесить снаряд. Правда, в некоторых случаях необходимо еще проследить за выполнением условий, предусмотренных правилами, например, за тем, чтобы не было фальстарта, чтобы спортсмен во время метания не выходил за пределы круга или за черту и т. д. В этих видах спорта измерительные приборы играют решающую роль. Балл, поставленный гимнасту или гимнастке, не может быть выведен на основании показаний рулетки или секундомера. Судья, отлично знающий предмет, обладающий определенным вкусом, пользуясь правилами соревнований, способен оценить, что и как выполнил спортсмен. Чтобы результат был объективней, упражнение оценивают несколько судей, расположенных с разных сторон, оценка, выставленная судьями, усредняется. Система балльной оценки позволяет предъявить жесткие требования к судьям. При отличном выполнении упражнения допускается расхождение всего в 0,1 балла. Часто между смежными оценками результатов двух спортсменов разница в сумме баллов составляет лишь 0,05 балла. Это также свидетельствует о довольно высокой точности при оценке спортивного результата.

**Высшая оценка и рекорд.** Баллами фиксируют спортивное достижение гимнастов. Но можно ли сказать, что получение 120 баллов из 120 возможных или 80 баллов из 80 у женщин и есть предельное достижение? Конечно, этот своеобразный рекорд пока еще не установлен, и трудно сказать, возможно ли это, И все же одни только баллы не могут определить в полной мере предела достижений гимнаста.

В гимнастике нельзя не учитывать того, какие правила судейства действовали на различных соревнованиях или как изменились требования к трудности, композиции упражнения, а также условия оценки исполнительского мастерства. Значительно влияет на результат уровень судейства - относительная строгость или мягкость судей. Даже при одних и тех же правилах многое зависит от настроения судей, от тех указаний, которые они получают на предварительном семинаре. Конечно, не безразлична и трудность программы, разряд, по которому гимнаст выступал.

Следовательно, предельность рекорда - 120 баллов - относительна. С изменением условий соревнований, с усложнением упражнений границы рекорда при неизменном балле фактически расширяются.

На одних соревнованиях, при одинаковых правилах, когда су-

дит одна и та же бригада, результат выступления спортсменов достаточно точно определяется суммой баллов, полученных гимнастом.

**Эталон – представление об идеальном выполнении.** Упражнение оценивается путем сопоставления движений гимнаста с представлением судьи о безукоризненном содержании и выполнении комбинации. Комбинация должна быть безукоризненна и выполняться технически правильно, четко, уверенно, легко, красиво, с хорошей осанкой, большой амплитудой, выразительно. Какое же выступление спортсмена можно считать безукоризненным, идеальным? Поскольку оценивается содержание упражнения и его выполнение, рассмотрим эти части оценки отдельно.

В обязательной программе содержание регламентировано его описанием и указаниями к особенностям выполнения отдельных элементов. В отдельных случаях предусматривается определенная амплитуда движения и способ выполнения, указывается величина сбавки за те или иные ошибки. Это позволяет составить полное представление об идеальном выполнении данной комбинации.

Оценивая содержание произвольной программы, судья принимает во внимание:

- трудность отдельных элементов и частей комбинации;
  - учитывает, насколько интересен подбор элементов, как они расположены в комбинации, каковы их оригинальность и рискованность;
  - насколько разнообразно упражнение, нет ли повторений, однотипных или одинаковых элементов;
  - соблюдены ли специальные требования к данному виду;
  - не похожа ли произвольная комбинация на обязательную и т. д.
- Упражнение должно быть составлено безукоризненно.

При безукоризненном исполнении, прежде всего должен быть безупречный гимнастический стиль (предельно оттянутые носки, выпрямленные колени, соединенные вместе ноги, выпрямленное или согнутое тело, в зависимости от того, что в данном упражнении требуется, и т. д.).

Представление о технически правильном выполнении того или иного элемента зависит от того, в каком соединении находится данный элемент со следующим за ним, какая амплитуда достаточна для того, чтобы признать выполнение идеальным. Понятие о предельной амплитуде и близкой к предельной с течением времени не

изменилось.

Очевидно, безукоризненным выполнением элемента группы «А» будет предельное для данной группы положение тела на высоте  $30^\circ$  от горизонтального, для группы «В» – близкое к стойке на руках, для группы «С» – точно в стойку. Все отклонения от этих положений надо считать ошибкой.

При минимальном отклонении от амплитуды, близкой к предельной, за каждую ошибку отдельно не снимают, так как сбавка, очевидно, должна быть очень мала. Однако за совокупность таких ошибок в нескольких элементах или в частях комбинации производится одна общая сбавка – как за мелкую или среднюю ошибку.

Какая же амплитуда может быть признана идеальной при выполнении, например, замаха на опорных прыжках или сальто в вольных упражнениях, когда правилами предусматривается, чтобы змах или сальто были не ниже определенной высоты? Но ведь можно сделать и значительно выше. В подобных элементах безупречной следует считать такую амплитуду, с которой выполняют упражнения лучшие гимнасты.

Таким образом, эталоном считается наилучшее известное выполнение элемента сильнейшими гимнастами. Представление о безошибочном выполнении меняется с ростом мастерства, с улучшением техники движений, в связи с чем непрерывно повышаются требования к выполнению элементов, в которых нет предельной амплитуды.

### **Риск, оригинальность и виртуозность.**

В последнее время особое внимание уделяется виртуозному выполнению упражнений, а также наличию в них оригинальных и рискованных элементов или соединений. Гимнасты, включающие в свои упражнения такие элементы, получают значительное преимущество перед теми, кто выполняет малоинтересные, стандартные элементы и комбинации.

В командных соревнованиях предусмотрено уменьшение сбавок за ошибки в рискованных и оригинальных элементах, а в финальных – оценка значительно снижается, если в комбинации нет рискованных, оригинальных элементов, если исполнение не виртуозно.

Попробуем разобрать эти три понятия.

**Рискованными** считаются элементы, при выполнении которых трудно удержаться на снаряде, дотянуться руками при пере-

мене хвата, легко потерять равновесие, «недокрутить» или «перекрутить» и т. д. При неудачном выполнении сложных по координации движений гимнаст рискует потерять баллы. Именно такой риск следует иметь в виду, а не риск, связанный с возможностью получить травму. Элементы опасные и неперспективные не должны поощряться.

Задача судьи состоит в том, чтобы правильно оценить, в какой мере рискованно выполнение того или иного элемента, и определить величину поощрения в допустимых пределах.

**Оригинальным** считается упражнение, выделяющееся из числа подобных, созданное самостоятельно. Это выполнение неизвестных еще элементов, а также известных, но в непривычных соединениях.

Оригинальным считается упражнение, вызывающее чувство восхищения, хотя в нем и имеются известные элементы. Оригинальным считается то, что выходит за рамки привычного. Не следует смешивать понятия «оригинальность» и «трудность». При решении вопроса о поощрении следует принимать во внимание только оригинальность данного элемента, а не его трудность.

Оригинальность возможна и не в очень трудных элементах, если их выполнение не приведет к ошибке включения в упражнение чрезмерно легких элементов, не соответствующих трудности данного упражнения.

**Виртуозность** – способность в совершенстве владеть движениями. Не только трудные, рискованные элементы, но и простые в данной комбинации должны выполняться виртуозно-элегантно, легко, непринужденно.

Судья не в состоянии оценить виртуозность в процессе выполнения комбинации, так как обычные сбавки слишком велики для этой цели. Лишь после тщательного анализа всего упражнения в целом судья может окончательно оценить виртуозность.

**Ошибки исполнения.** Признаки отклонение от безупречного выполнения как отдельной части упражнения, так и всего в целом снижает оценку. В зависимости от величины отклонения от идеального исполнения судья определяет ошибки и производит соответствующую сбавку.

К ошибкам относятся:

- отклонения от описания обязательного упражнения, выполнение частей комбинации в непредусмотренную сторону;

- невыполнение требований к трудности и композиции произвольного упражнения;
- технически неправильное выполнение отдельных элементов или частей упражнения;
- отсутствие точности в проходящих и конечных положениях, недостаточная остановка в статических положениях, потеря равновесия;
- неверное направление движения, недостаточный или чрезмерный поворот;
- отсутствие гимнастического стиля;
- выполнение махового элемента силой или силовым махом, нарушение ритма или темпа;
- недостаточная четкость и выразительность, малая амплитуда и другие недостатки, снижающие впечатление, как от выполнения отдельных элементов, так и всего упражнения в целом и т. д.

Выделяя главное в элементе – технически правильное выполнение наиболее сложного движения, судья оказывает предпочтение спортсмену, овладевшему перспективной техникой и артистичностью исполнения.

При определении ошибки судья должен помнить, что сбавка производится именно за ошибку, а не за причину, которая ее вызвала. Величина ошибки зависит от того, насколько неправильно выполнен элемент, а не от того, почему он выполнен неправильно. Судья должен понимать причину ошибки, но фиксировать свое внимание он обязан только на видимой ошибке и определять ее величину только в зависимости от того, насколько неправильно выполнен элемент, а не от того, почему он выполнен неверно.

Определяя ошибку при выполнении упражнений, судья должен знать, что в разных разрядах к выполнению одних и тех же элементов предъявляются одинаковые требования.

Недостаточные легкость, четкость, выразительность, небезукоризненная осанка снижают впечатление от выполнения упражнения. Судья не может снизить оценку за каждую из этих ошибок, так как они очень незначительны (в отдельности), но он обязан произвести сбавку за совокупность подобных ошибок в отдельной части элемента или в упражнении в целом.

При плохом выполнении элемента в сбавки за явно выраженные ошибки, обычно входят и сбавки за едва заметные ошибки, поэтому в дополнительной сбавке нет необходимости.

**Сбавки за ошибки.** В зависимости от степени отклонения от безукоризненного выполнения ошибки могут быть мелкими, средними, грубыми и ошибками невыполнения.

**Мелкая ошибка** – это почти безукоризненное выполнение с небольшой погрешностью, небольшое отклонение от требуемого выполнения. За эту ошибку производят минимальную сбавку – до **0,1 балла**.

**Средняя ошибка** – это значительное отклонение от безукоризненного выполнения. За такие ошибки сбавляют **0,2** или **0,3 балла**: если ошибка ближе к мелкой – **0,2 балла**, а если ближе к грубой – то **0,3 балла**.

**Грубая ошибка** – это большое отклонение от требуемого положения, граничащее с ошибкой невыполнения элемента (явное искажение). Сбавка за грубую ошибку – **0,4–0,5 балла**, а в опорных прыжках мужчин, в упражнениях на брусьях разной высоты и на бревне – до 1 балла; в женских опорных прыжках за ошибки в замахе – до 3,5 балла.

**Ошибка невыполнения** – искажение элемента, при котором утрачены все его основные признаки. При ошибке невыполнения либо невозможно определить, что выполнено, либо в обязательном упражнении исполнен явно другой элемент (вместо прыжка согнувшись – прыжок согнув ноги), дополнительная опора при выполнении элемента чаще всего приводит к тому, что судьи его не засчитывают.

Когда гимнаст допускает ошибку, граничащую с невыполнением элемента, а основные признаки требуемого движения все же сохраняются, следует ограничиться сбавкой за грубую ошибку.

За каждую ошибку, допущенную последовательно в отдельных частях элемента, сбавки производятся отдельно. За ряд ошибок, совершенных одновременно, сбавка может быть сделана за каждую ошибку в отдельности и по совокупности за все недостатки – за мелкую, среднюю или грубую ошибки. Каким бы приемом судья ни пользовался, величина сбавки должна быть одинаковой.

В некоторых случаях за каждую ошибку сбавляют только отдельно. Так обычно поступают при судействе статических положений: отдельно сбавляют за недостаточную остановку и отдельно за остальные ошибки выполнения статического положения.

Также отдельно производятся сбавки за ошибки в соскоке или в опорном прыжке и отдельно за ошибки в приземлении.

Одна и та же ошибка, продолжающаяся при выполнении всей комбинации, приводит к сбавке в каждом элементе. Недостаточно хорошо подготовленные гимнасты иногда на протяжении всего упражнения не оттягивают носки, держат опущенной голову, недостаточно выпрямляют колени и т. п. В подобных случаях судья должен производить сбавку за повторяющуюся ошибку в каждом элементе, где она будет обнаружена. В данном случае нельзя ограничиться одной сбавкой за все упражнение. В то же время, если подобная ошибка продолжается на протяжении одного элемента, не следует за нее сбавлять несколько раз.

Правила предусматривают уменьшение сбавок за мелкие ошибки в оригинальных элементах и комбинациях в целом, а также в рискованных элементах, соединениях и опорных прыжках. Если подобное упражнение или опорный прыжок выполнены виртуозно, то поощрение увеличивается.

### **Классификация ошибок выполнения**

#### ***Ошибки, общие для нескольких видов упражнений***

**1.** Сгибание рук, ног, тела, разведение ног, неправильное положение кистей, головы, носков.

*Мелкие ошибки* – слегка согнутые руки, слегка согнутые ноги, слегка согнутое тело, немного разведены ноги, неправильное положение головы, неправильное положение кистей, неправильное положение носков.

*Средние ошибки* – значительно согнутые руки, значительно согнутые ноги, значительно согнутое тело, значительно разведены ноги.

**2.** Недостаточный мах при выполнении движений, выполнение элементов недостаточно высоко, широко и т. д.

*Мелкие ошибки* – небольшое отклонение от отличного выполнения.

*Средние ошибки* – большое отклонение от отличного выполнения.

**3.** Потеря равновесия:

**А.** При приземлениях в соскоках, в опорных прыжках, а также в прыжках, включенных в вольные упражнения и заканчивающихся приземлением на две ноги.

*Мелкие ошибки* – небольшой прыжок или шаг в любом направлении, наклон при приземлении, недостаточная мягкость приземления, небольшое схождение с места.

*Средние ошибки* – схождение с места выпадом, большим прыжком или несколькими прыжками, значительные колебательные движения без схождения с места, касания пола руками.

*Грубые ошибки* – опора о пол руками, падение после приземления, пробежка.

Невыполнение – приземление на любую часть тела, кроме ступней, дополнительная опора во время выполнения элемента.

**Б.** В остальных случаях – в поворотах и прыжках, заканчивающихся стойкой на одной ноге, в равновесии на одной ноге, в стойках на руках и т.д.

*Мелкие ошибки* – мелкие колебательные движения без схождения с места, небольшое переступание, перехват одной руки, схождения с места небольшим прыжком.

*Средние ошибки* – значительные колебательные движения без схождения с места, схождения с места одним значительным прыжком или несколькими небольшими, два или три небольших перехвата рук или один большой перехват руки, значительные переступания, потеря равновесия с касанием пола или снаряда без значительного нарушения требуемого положения.

*Грубые ошибки* – колебательные движения с большим нарушением требуемого положения, более трех перехватов рук в стойке на руках, дополнительная опора после выполнения элемента.

Невыполнение – дополнительная опора во время выполнения элемента.

#### **4. Применение силы в маховых элементах.**

*Мелкие ошибки* – небольшое замедление в маховом элементе.

*Средние ошибки* – значительное замедление и рывки, выполнение махового элемента с остановкой или значительным дожимом.

#### **5. Ошибки в силовых элементах.**

*Мелкие ошибки* – недостаточно медленное или недостаточно равномерное выполнение силового элемента, незначительное дрожание ног или рук.

*Средние ошибки* – дрожание, вызванное предельным напряжением, значительная неравномерность или кратковременная остановка при выполнении элемента, выполнение силового элемента рывком.

*Невыполнение* - выполнение силового элемента махом.

**6.** Недостаточная остановка в статических положениях (начало отчета времени производится с момента прихода требуемое положение; продолжительность остановки «держать» - 3 сек.).

*Мелкие ошибки* – недодержка в статических положениях «держать» до 1 сек.

*Средние ошибки* – остановка в положении «держать» 1 - 2 сек.

*Грубые ошибки* – остановка в положении «держать» менее 1 сек.

*Невыполнение* – отсутствие остановки.

**7.** Неоправданные и непредусмотренные остановки в упражнении.

*Мелкие ошибки* – остановка, незначительно нарушающая слитность упражнения.

*Средние ошибки* – остановка между элементами, требующими слитного выполнения.

**8.** Касание снаряда или пола.

*Мелкие ошибки* – легкое касание.

*Средние ошибки* – значительное касание без заметной потери темпа.

*Грубые ошибки* – сильное касание со значительной потерей темпа или остановкой.

**9.** Непредусмотренные повороты в элементах, выполняемых без поворотов. Недостаточные или чрезмерные повороты.

*Мелкие ошибки* – небольшое отклонение.

*Средние ошибки* – значительное отклонение.

*Грубые ошибки* – большое отклонение.

**10.** Поздний толчок руками, недостаточное или кратковременное разгибание в прыжках и соскоках.

*Мелкие ошибки* – недостаточное или кратковременное разгибание.

*Средние ошибки* – неполный разгиб, толчок руками после прохождения ногами линии опоры.

**11.** Подход и отход.

*Мелкие ошибки* - нечеткий подход или отход, плохая осанка.

*Средние ошибки* - небрежный подход или отход.

## *Ошибки, типичные для отдельных видов многоборья*

### **Опорный прыжок**

№ п/п	Специфические сбавки за исполнение различных фаз прыжка	Сбавка
1	2	3
	<i>Фаза отталкивания о мостик</i>	
1	поочередность толчка ногами	до 0,5 балла
2	толчок одной ногой (вместо толчка двумя ногами) или наоборот	невыполнение элемента
	<i>Первая фаза полета</i>	
1	поворот вокруг продольной оси не завершен	до 0,3 балла
2	ноги разведены	до 0,3 балла
3	ноги согнуты в коленях	до 0,3 балла
4	угол в тазобедренном суставе	до 0,2 балла
	<i>Фаза отталкивания от снаряда</i>	
1	угол в плечах	до 0,2 балла
2	согнутые руки	до 0,5 балла
3	поворот в полете на опоре начат очень рано	до 0,3 балла
4	толчок выполнен одной рукой	1,0 балл
5	чрезмерно согнутое тело	до 0,2 балла
	<i>Вторая фаза полета</i>	
1	вращение вокруг продольной оси начато слишком поздно	до 0,5 балла
2	ноги скрещиваются	до 0,1 балла
3	ноги разведены	до 0,2 балла
4	согнутые колени	до 0,3 балла
5	поворот вокруг продольной оси не закончен в полете	до 0,1 балла
6	недостаточное группирование, сгибание или выпрямление	до 0,3 балла
7	недостаточная высота полета	до 0,5 балла
8	недостаточная длина полета	до 0,3 балла
9	приземление в однометровую зону	0,5 балла
10	недостаточное выпрямление тела перед приземлением при выполнении сальто прогнувшись	до 0,3 балла
11	недостаточное выпрямление тела после сальто в группировке	0,1 балла

1	2	3
	<i>Приземление</i>	
1	разведение ног при приземлении	до 0,1 балла
2	неуверенное приземление, легкий подскок или маленький шаг	до 0,1 балла
3	дополнительные движения телом для сохранения равновесия	до 0,2 балла
4	круг руками	до 0,1 балла
5	шаги при приземлении	0,1 за каждый шаг, но не больше 0,4 балла
6	большой шаг или прыжок	0,2 балла
7	глубокий присед	0,3 балла
8	опора одной или двумя руками	0,5 балла
9	падение на колени или сед	0,5 балла
10	падение со снаряда	0,5 балла
11	отклонение от прямого направления	до 0,3 балла
12	недостаточная амплитуда полета	до 0,3 балла

### **Разновысокие и параллельные брусья**

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	отсутствие разнообразия в подборе элементов	до 0,1 балла
2	отсутствие прогрессивного распределения элементов	до 0,1 балла
3	междумах	до 0,3 балла
4	недостаточная амплитуда движений	до 0,2 балла
5	передвигание рук	до 0,3 балла

## Бревно

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	2	3
1	чрезмерное использование односторонних гимнастических элементов	0,1 балла
2	одностороннее использование акробатических элементов	0,1 балла
3	отсутствие прогрессивного распределения элементов	до 0,1 балла
4	недостаточное использование всей площади бревна	до 0,2 балла
5	более одного подготовительного элемента перед наскоком на бревно	до 0,2 балла
6	опора ногой о боковую сторону бревна	до 0,2 балла
7	паузы для концентрации (более 2 сек.)	каждый раз по 0,1 балла
8	отсутствие смены ритма и темпа	до 0,1 балла
9	хват за бревно во избежание падения	до 0,3 балла
10	недостаточная амплитуда движений	до 0,2 балла
11	недостаточный артистизм исполнения	до 0,3 балла

## Кольца

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	приход в статические положения должен выполняться без дополнительных движений	до 0,5 балла
2	раскачивание колец	до 0,3 балла
3	касание ремней	до 0,3 балла
4	дополнительные рывки	до 0,3 балла
5	отклонения плеч от вертикального положения	до 0,1 балла
6	отсутствие разнообразия в подборе элементов	до 0,1 балла

## Упражнения на коне

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	отсутствие разнообразия в подборе элементов	до 0,1 балла
2	сильное касание, удар ногой о коня	до 0,3 балла
3	остановка при выполнении элемента	невыполнение элемента
4	недостаточная амплитуда движений	до 0,2 балла
5	отсутствие перехода на все части коня	до 0,2 балла

## Вольные упражнения

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	использование в композиции однотипных гимнастических элементов	до 0,1 балла
2	более одного прыжка с приземлением в упор лежа	до 0,1 балла
3	недостаточное использование площади ковра	до 0,1 балла
4	Отсутствие музыкального сопровождения или музыкальное сопровождение с музыкой	1 балл
5	несогласованность музыки и движения	до 0,2 балла
6	отсутствие смены ритма и темпа	до 0,2 балла
7	паузы для концентрации (более 2 сек.)	каждый раз по 0,1 балла
8	недостаточный артистизм исполнения	до 0,3 балла

## Перекладина

<b>№ п/п</b>	<b>Специфические сбавки за исполнение</b>	<b>Сбавка</b>
1	перехват рук	до 0,3 балла
2	недостаточная амплитуда движений	до 0,2 балла
3	отсутствие прогрессивного распределения элементов	до 0,1 балла
4	отсутствие разнообразия в подборе элементов	до 0,1 балла

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова В.В., Батуева Л.А. Гимнастика и методика преподавания. Курс лекций: Учебное пособие для студентов факультетов физической культуры высших учебных заведений. В трех частях: Часть вторая: Программный материал второго курса. – Тирасполь, 2007. – 175 с.
2. Брыкин А., Ипполитов Ю., Калогномос В. Подготовка судей по гимнастике. – М.: ФиС, 1972.
3. Гимнастика: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.
4. Гимнастика и методика преподавания: Учебник для студ. институтов физической культуры / Под ред. В.М. Смолевского. – М.: «Физическая культура и спорт», 1987.
5. Ипполитов Ю, Калогномос В. Судейство соревнований по гимнастике. – М., 1986.
6. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. Учеб. для студентов высш. учеб. заведений. – М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000.
7. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.А. Спортивная гимнастика. – Киев: «Олимпийская литература», 1999.
8. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. – М.: Советский спорт, 2005.
9. Спортивная гимнастика (правила соревнований для мужчин и женщин).– М.: ФиС, 1978, 1982.
10. Спортивная гимнастика /Правила соревнований для женщин.– М.: ФиС, 1982.
11. Спортивная гимнастика. Правила судейства соревнований среди женщин. – М.: ФСГР, 2001.

Для заметок







