### ПРАВИЛА

## **СОРЕВНОВАНИЙ ПО СИЛОВОМУ ЖОНГЛИНОВАНИЮ ГИРЯМИ**

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ О СОРЕВНОВАНИЯХ

**Москва**

**Редакция от 11 декабря 2016 года.**

**СОДЕРЖАНИЕ:**

Вводная информация

Положение о соревнованиях

Характер соревнований

Программа соревнований

Оборудование и инвентарь

Заявки на участие в соревнованиях

Участники соревнований

Разделение участников по группам

Права и обязанности представителей команд

Права и обязанности участников соревнований

Костюм участника

Взвешивание участников

Судейская коллегия

Положение о судейской коллегии

Обязанности судей

Права и обязанности главного судьи

Права и обязанности главного секретаря

Обязанности врача соревнований

Правила выполнения и судейства программы выступления

Результаты выступления и определение победителей

Оценка результатов выступления

Порядок действий судей при оценке выступления

Определение победителей

**Приложения.**

1. Приложение 1. Классификация элементов силового жонглирования.

2. Классификация типичных ошибок при выполнении программы.

3. Таблица разрядных нормативов по СЖГ.

4. Приложение ПС1. Бланк участника соревнований.

4. Приложение ПС2. Заявочный бланк элементов программы.

**ВВОДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

Любые споры, возникающие в результате неоднозначного толкования нижеизложенного, могут и должны быть однозначно определены председателем комитета по судьям и присвоениям званий или главным судьей соревнований.

Данные правила могут быть изменены с обязательным уведомлением спортсменов в виде приложения к официальному вызову на соревнования (которым обычно является Положение о соревнованиях), не позднее даты публикации официального вызова, за подтверждением комиссии по Силовому Жонглированию Гирями.

Заявка на участие в соревнованиях является согласием участника соревнований с данным положением.

При ситуационных описаниях возможных событий с участием спортсмена подразумевается так же и возможность участия группы спортсменов, если явно не указано обратное.

Под группой спортсменов подразумевается несколько спортсменов, обычно двое или четверо, если не указано иное.

Под спортивным снарядом (или гирей) подразумевается гиря, имеющая «классическую» форму.

Под выполняемыми элементами принято понимать различные варианты подбрасывания и ловли гири, согласно Классификации элементов СЖГ.

Соревнования проводятся с обязательной видео фиксацией выступлений участников.

**ПОЛОЖЕНИЕ О СОРЕВНОВАНИЯХ**

Положение о соревнованиях определяет характер, цели и задачи соревнования, руководство соревнованием, его программу, время и место проведения, состав команд, определение победителей и их награждение, организационные вопросы и т.д.

Положение разрабатывается организацией, проводящей данные соревнования.

**ХАРАКТЕР СОРЕВНОВАНИЙ**

По характеру соревнования разделяются:

1. Личные, когда результаты засчитываются каждому участнику отдельно.

2. Лично-командные, когда результаты засчитываются одновременно отдельным участникам и команде в целом.

Характер соревнований определяется Положением о соревнованиях.

**ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

Программа соревнований определяется Положением о соревнованиях.

Соревнования проводятся по произвольной программе, соответствующей определенному разряду:

1. Индивидуальные

2. Групповые:

а) мужские и женские пары с двумя гирями

б) смешанные пары (мужчина и женщина) с двумя гирями

в) мужские и женские четверки с четырьмя гирями

г) смешанные четверки (2 мужчин и 2 женщины) с четырьмя гирями

Вес гирь определяется из классификации приведенной далее по максимальным показателям спортсменов.

В индивидуальном разряде соревнования проводятся при условии, что количество участников в каждой весовой категории составляет не менее 3-х человек, в противном случае на усмотрение организаторов соревнования проводятся с частичным или полным объединением в абсолютном зачете.

Групповой разряд включает в себя выступление в парах или четверках. Соревнования проводятся в каждой отдельной номинации в том случае, если групп участников в данной номинации не менее 5-и, причем между собой соревнуются только женские, мужские или смешанные разряды. Если двоек или четверок меньше, то на усмотрение организаторов соревнований, первенство между ними может разыгрывается в абсолютном зачете.

**ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ**

Соревнования проводятся на помосте (ровная площадка с твердым покрытием) квадратной формы, из расчета не менее 5 кв. м. на каждого из одновременно выступающих спортсменов.

Однозначно определенными являются типоразмеры снарядов:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Параметры** | Гири массой 16,12 кг (мужские) | Гири массой 8 и 6 кг (женские) |
| Высота, мм | 280 ± 10 | 280/235 ± 10 |
| Диаметр корпуса, мм | 210 ± 3 | 210/175 ± 3 |
| Диаметр рукоятки, мм | 35 ± 2 | 35/25 ± 2 |
| Масса, кг | 16,0/12,0 ± 0,1 | 12,0 ± 0,1 |

Участнику разрешается иметь свои гири, соответствующие заданному стандарту, имеющие несмещенный центр тяжести, предварительно взвешенные, измеренные и одобренные судейской коллегией.

При отсутствии необходимых измерительных приборов решение о допуске снаряда выносится главным судьей соревнований в каждом конкретном случае.

**ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ**

К соревнованиям допускаются спортсмены, в составе команд, представители которых подали заявки на участие в соответствии с требованиями положения о соревнованиях.

Подача заявок представителями команд, обычно, проходит в 2 этапа, даты окончания которых, указаны в положении о соревнованиях, если положение о соревнованиях не устанавливает иного:

1. Первоначальная регистрация. Подача именных заявок путем предоставления заполненного бланка «Приложение ПС1» для каждого спортсмена.

2. Подтверждение регистрации. Предоставление заполненного бланка «Приложение ПС2» для каждого спортсмена.

Изменения в составе команды и выполняемых программ выступления могут производиться неограниченное количество раз до срока окончания подачи заявок. После окончания срока подачи заявок – только с разрешения главного судьи.

**УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

**Разделение участников по группам**

Каждый участник соревнований состоит в команде, определенной по географическим или другим признакам и является частью этой команды, несет как личностую, так и коллективную ответственность.

К соревнованиям допускаются спортсмены, представители команд которые подали заявки оформленные должным образом и имеющие:

1. Специальную подготовку.

2. Разрешение врача (действительное в течение 30 дней) или письменный отказ.

3. Страховой медицинский полис.

4. Документ, удостоверяющий личность участника.

Возрастные группы участников соревнований:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст | Наименование | Вес гири |
| 11-13 лет | Младшие юноши | 8 кг |
| Младшие девушки | 6 кг |
| 14-15 лет | Юноши | 8 кг, 12 кг |
| Девушки | 6 кг, 8 кг |
| 16-18 лет | Старшие юноши | 12 кг, 16 кг |
| Старшие девушки | 6 кг, 8 кг |
| 19-22 лет | Юниоры | 12 кг, 16 кг |
| Юниорки | 6 кг, 8 кг |
| >22 года | Мужчины | 12 кг, 16 кг |
| Женщины | 6 кг, 8 кг |
| >50 лет |  | Гири по выбору |
| >60 лет |  |
| >70 лет |  |
| >80 лет |  |

Вес гири назначается пропорционально весу спортсмена:

Для спортсменов мужского пола при весе спортсмена 30-50 кг, вес гири – 8 кг.

50.1-64.9 кг, вес гири – 12 кг.

от 65 кг, вес гири – 16 кг.

Для спортсменов мужского пола, весом от 100.0кг используется коэффициент 0.9.

Для спортсменов женского пола при весе спортсмена 30-50 кг, вес гири – 6 кг.

от 50.1 кг, вес гири – 8 кг.

Для спортсменов женского пола, весом от 70.0кг используется коэффициент 0.9.

По желанию спортсмена вес гири может быть увеличен до 12 или 16 кг для мужчин и до 8 кг для женщин, без наложения штрафных санкций.

Возраст участников определяется по году рождения (по состоянию на 1 января текущего года).

Если Положение о соревнованиях подразумевает разделение спортсменов по уровню мастерства, выделяются следующие категории:

1. Начинающие.

2. Профессионалы.

Разделение происходит путем определения сложности заявленной программы. Минимальный порог сложности, при вхождении в группу начинающих – 1,0 балл, для профессионалов – 7,0 баллов.

**Права и обязанности представителей команд**

Каждая команда, участвующая в лично-командных соревнованиях, должна иметь своего представителя.

Представителем команды может быть назначен участник соревнований.

Представитель команды является руководителем и несет ответственность за дисциплину участников, а также обеспечивает явку участников команды на соревнования.

Представитель присутствует при жеребьевке участников, а также на совещаниях судейской коллегии, если они проводятся совместно с представителями.

Представитель команды должен присутствовать непосредственно во время проведения соревнований.

Представителю запрещается вносить изменения в распоряжения судей и лиц, проводящих соревнования.

Представитель имеет право подавать в судейскую коллегию заявления и протесты, касающиеся только участников представляемой им командыдо подведения итогов.

**Права и обязанности участников соревнований**

Участник соревнований должен присутствовать на открытии и закрытии соревнований; участвовать в парадах открытия и закрытия соревнований, а также индивидуальных и командных награждениях, предусмотренных данными соревнованиями.

Участник имеет право обращаться к судьям и в судейскую коллегию только через представителя своей команды, капитана или тренера.

Во время выступления спортсменов категорически запрещается отвлекать представителей судейской коллегии на помосте, главного судью и его помощников.

Участник имеет право провести разминку перед началом соревнований в специально отведенном помещении, при этом длительность ее определяется главным судьей.

Участник имеет право до вызова на помост подготовить гири для выступления.

Каждый участник на одних соревнованиях может выступить как в индивидуальной программе, так и во всех групповых упражнениях.

Участник обязан знать и соблюдать правила и Положение о соревнованиях.

Участник (команда) обязан заблаговременно прислать заявочный бланк элементов выполняемой программы и запись музыкального сопровождения на e-mail, указанный в положении о соревнованиях.

При нарушении правил и порядка проведения соревнований участнику делается предупреждение, при повторном нарушении он может быть снят с соревнований.

Участник или представитель команды, не явившийся на представление или покинувший парад представления до его окончания, снимается с соревнований.

В случае некорректного поведения участника по отношению к другим участникам, судьям, представителям команд, участнику выносится предупреждение; в случае повторного нарушения дисциплины, участник может быть дисквалифицирован.

**Костюм участника**

Для участия в параде открытия и закрытия соревнований, а также при проведении награждения спортсмена в личных и командных зачетах, определена парадная форма одежды – спортивный костюм, при этом не допускается классическая обувь.

Костюм участника при выступлении программы строго определен и не должен использовать такой одежды, которая мешает судьям выявлять ошибки, допущенные в ходе выполнения элементов. Костюм должен быть спортивного вида, включая спортивную закрытую обувь.

Для свободных спортивных футболок длина рукава должна быть таковой, чтобы оставлять локоть открытым, в случае использования велосипедной (или другой обтягивающей) футболки, длина рукава не нормируется. Разрешено использование футболок с открытым и закрытым плечом.

Не допускается использование одежды, оставляющей открытыми живот и/или спину спортсмена.

Запрещено использование шорт и юбок длиной меньше ½ длины до колена. Позволяется использование велосипедных/лосин шорт/штанов, равно как и свободного кроя, не препятствующих выполнению элементов.

При использовании юбок, так же обязательным элементом спортивного костюма являются непрозрачные плотные колготы черного или телесного цвета.

В ходе выполнения программы выступления участнику запрещается пользоваться какими-либо приспособлениями, облегчающими подъем гири, а также перчатками и накладками на ладони рук.

**Взвешивание участников**

Взвешивание участников проводится накануне соревнований, по Положению и утвержденному регламенту организаторов.

Взвешивание проводится в специально отведенном помещении.

При взвешивании разрешается присутствовать членам судейской коллегии, спортсменам, назначенным на взвешивание и одному официальному представителю команды, участник которой проходит процедуру взвешивания.

Участник взвешивается обнаженным или в плавках.

Если вес спортсмена выходит за границы весовой категории, ему дается право на повторное взвешивание, в рамках регламента времени отведенного на взвешивание.

**СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ**

**Положение о судейской коллегии**

Судейская коллегия комплектуется организацией, проводящей соревнования.

В состав судейской коллегии входят главный судья, его заместитель и помощники, а так же судьи на помосте в составе 3-х человек. Главный секретарь соревнований, его заместитель и помощники так же являются членами судейской коллегии. Врач соревнований входит в состав судейской коллегии на правах помощника главного судьи по медицинской части.

Главный судья руководит работой судейской коллегии и несет ответственность перед организацией, проводящей соревнования, за четкую организацию, дисциплину и безопасность проведения соревнований, создание равных условий для всех участников, строгое соблюдение действующих правил, объективность судейства, подсчет результатов и подведение итогов.

В зависимости от соревнований, количество судий на помосте может меняться.

Заместитель главного судьи руководствуется указанием главного судьи, при отсутствии последнего выполняет его обязанности.

Заместитель главного секретаря руководствуется указанием главного секретаря, при отсутствии последнего выполняет его обязанности.

**Обязанности судей**

Твердо знать настоящие Правила и уметь применять их в ходе соревнований.

Быть объективным и принципиальным в своих решениях, являться примером дисциплины, организованности и четкости в работе, хорошо знать Положение о проводимых соревнованиях.

Следить за проведением соревнований в соответствии с Правилами и Положением о соревнованиях.

**Права и обязанности главного судьи**

При необходимости перед началом соревнований провести заседание судейской коллегии и семинар по правилам соревнований;

Проверить подготовку мест соревнований, а также наличие соответствующего инвентаря и оборудования;

Определить порядок работы судейской коллегии;

Наблюдать за ходом соревнований и решать возникающие вопросы;

Контролировать выполнение элементов заявленных участником соревнований.

Принимать к обсуждению судейской коллегией поступившие заявления и протесты.

Главный судья имеет право приостанавливать соревнования на период разбора протестов

Главный судья имеет право не допускать к соревнованиям участников, техническая подготовленность которых, а также костюм и внешний вид, не отвечает требованиям Правил и Положения о данном соревновании;

Главный судья имеет право назначать и проводить заседания судейской коллегии в ходе соревнований;

Главный судья имеет право отстранять от судейства судей, допустивших грубые ошибки

При необходимости главный судья имеет право вносить изменение в расписание и порядок проведения соревнований

Главный судья имеет право принимать другие решения, направленные на проведение соревнований без отклонения от данных Правил и не противоречащих здравому смыслу.

**Права и обязанности главного секретаря**

Подготовить необходимую техническую документацию и отвечает за правильность ее ведения.

Вести протоколы заседаний судейской коллегии и оформлять распоряжения главного судьи.

Совместно с судьей, проводить взвешивание гирь и составлять акт соответствия их веса.

Предоставлять в недельный срок письменный отчет и необходимую документацию в организацию, проводящую соревнования.

Обрабатывать всю документацию соревнований.

Другими действиями помогать обеспечению проведения соревнования.

**Обязанности врача соревнований**

Проверять наличие визы врача в заявках о допуске участников к соревнованиям.

Осуществлять медицинское наблюдение за участниками при взвешивании и в процессе соревнований.

Следить за соблюдением санитарно-гигиенических условий при проведении соревнований.

Оказывать медицинскую помощь при травме или заболевании участника соревнований, определяет возможности его дальнейшего выступления.

Согласовывать с главным судьей вопрос о снятии участника по медицинским показателям, давать письменное заключение о причинах его снятия.

После окончания соревнований представлять главному секретарю отчет о медицинском обслуживании.

**ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ И СУДЕЙСТВА ПРОГРАММЫ ВЫСТУПЛЕНИЯ**

Под выступлением подразумевается время, затраченное с момента объявления спортсмена до завершения оглашения оценки показанных им результатов.

Процессом выполнения программы (выступления) является время, затраченное спортсменом, от его приглашения на помост судьей до момента умышленной постановки снаряда на помост после выполнения заявленных упражнений, в том числе и не полного их списка.

Программа считается выполненной и не может быть учтена повторно, если главный судья зафиксировал хотя бы один выполненный элемент из заявленного списка.

В тех случаях, когда артистическая составляющая выступления не может не использовать снаряд, спортсмен обязан сделать акцент на начале выполнения программы заявленных элементов. При групповом выступлении началом выполнения программы может являться только синхронная работа спортсменов.

Упражнения выполняются под музыкальное сопровождение, записанное на электронный носитель (USB Flash накопитель). Аудиозапись участник должен сдать радисту перед соревнованиями.

Максимальное время выступления не ограничено. На подготовку участнику дается 1 минута с момента вызова на помост. Участник, опоздавший к назначенному времени, допускается к соревнованиям только после разрешения главного судьи.

Участник выполняет упражнения с одной гирей весом, соответствующим категории спортсмена. Количество гирь в групповых упражнениях должно соответствовать количеству участников группы.

Для выполнения программы участнику дается одна попытка.

Оцениваемое количество элементов, выполненных спортсменом, не может превышать 30-и, соответствующих разряду, по которому проводятся соревнования.

Перед началом соревнований проводится жеребьевка участников для порядка выхода на помост.

При работе в парах и четверках обязательны перебросы между спортсменами, которые должны составлять не менее 50% от общего количества бросков в программе. Если количество индивидуальных бросков превышает количество парных (групповых) бросков, то последние индивидуальные броски, превышающие лимит, не засчитываются. Исключение составляет смешанная пара или смешанная четверка, где на каждые 6 бросков должно приходится не менее 1 переброса (элемента) гирей своего партнера.

В парных и групповых выступлениях в зачет бросков входят одноименные элементы, выполненные синхронно всеми участниками группы.

В случае работы двумя гирями одним спортсменом одновременно, элементы выполняются поочередно каждым из участников группы.

В ходе выступления участников судейская коллегия оценивает полноту выполнения программы согласно «Приложению ПС2» и правильность выполнения заявленных элементов.

При отсутствии выполнения или неудачной попытке выполнения элемента

он вычеркивается из заявочного списка. Повторная попытка выполнения элемента при первой неудачной попытке в расчет не принимается.

Если участник во время выступления выполняет заявленный элемент с меньшим числом оборотов гири, то такой элемент считается не выполненным.

Если участник во время выступления выполняет заявленный элемент с большим числом оборотов гири, то такой элемент считается выполненным, но его базовая оценка соответствует предварительной.

Если участник во время выступления не выполняет связку заявленных элементов, но выполняет сами элементы, то последние считаются выполненными. Надбавка к базовой оценке за выполнение связки не производится.

Если спортсмен во время выступления ставит гирю на помост – программа считается оконченной.

При изменении последовательности выполнения заявленных бросков и элементов они засчитываются по усмотрению главного судьи.

Программа должна включать в себя до 30-и неповторяющихся заявленных элементов любой группы сложности по выбору участников.

При выполнении связок элементов Связка из нескольких элементов определенной группы сложности приравнивается к полу сумме смежных элементов составляющих связку. Например: связка из 2 – х бросков группы «В» оценивается в 0,3 балла; связка из 3-х бросков группы «В» и «С» и «С» оценивается как (0,3+0,4):2+ (0,4+0,4):2 = 0,75 балла и т.д.

Связкой (соединением элементов) считается выполнение одного за другим 2-х или нескольких бросков, когда последующий бросок производится из положения окончания предыдущего броска без дополнительной переброски гири, являющейся подготовкой к выполнению следующего броска, т.е. конечное маховое движение при ловле гири является начальным движением для последующего броска. При этом направление движения гири не изменяется в течение выполнения всей связки.

Программа должна выполняться безукоризненно, с хорошей осанкой, полной амплитудой движений, четко и легко, уверенно, красиво и выразительно.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫСТУПЛЕНИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

**Оценка результатов выступления**

Оценка выступления спортсмена производится по балльной шкале:

- Оценка за техническую правильность выполнения и сложность программы.

Оценка выполненных элементов производится согласно Приложению 1. Классификации элементов.

На основании порядкового перечня элементов программы выступления, определяется предварительная базовая оценка программы. После выступления спортсменов, с учетом невыполненных элементов, определяется основная базовая оценка.

Производится надбавка к общей оценке за использование в программе связок (соединений элементов).

Все отклонения от безупречного выполнения элементов, соединений и упражнений в целом, ведут к соответствующей сбавке баллов. Максимальная сбавка за ошибки в одном элементе 0,8 балла.

К технике исполнения одних и тех же элементов в программах различных разрядов предъявляются одинаковые требования.

В парных и групповых выступлениях при одновременном выполнении какого-либо элемента, оценивается самая грубая ошибка какого-либо участника, если ошибок несколько.

Выполнение элемента в каком-либо соединении (связки), а затем отдельно, засчитывается как повторение.

Элементы и соединения, не предусмотренные таблицей (см. Приложение 1), приравниваются к соответствующей группе путем сравнения их трудности.

**Порядок действий судей при оценке выступления**

После выполнения программы каждый судья на помосте определяет оценку участнику (группе) за допущенные ошибки.

По сигналу главного судьи - судьи на помосте одновременно показывают оценку за допущенные в выступлении ошибки.

Среднеарифметическая оценка является окончательной.

При окончательной оценке допустимо расхождение между оценками судей на помосте не более 1 балла.

Если оценка, какого либо судьи отличается от оценок других судей более чем на 1 балл, то такая оценка в расчет не принимается, либо решение принимает судейская коллегия.

Базовая оценка участников определяется главным судьей в зависимости от сложности показанной программы. Истинная техническая оценка выступления спортсмена составляется из разности между базовой оценкой за минусом невыполненных элементов и средней оценкой судей на помосте за допущенные ошибки.

Итоговая (общая) оценка спортсмена складывается из среднеарифметической оценки судей за технику.

**Определение победителей**

Победителем соревнований считается участник или команда, набравшая наибольшую сумму баллов по зачетной программе.

Победителем соревнований является один участник, пара или четверка, получившие наибольшее количество баллов.

В случае равенства баллов у участников судейская коллегия определяет победителя по степени сложности программы (т.е. выполненной базовой оценке), а при равенстве этого показателя учитываются вес участника, затем наибольшая оригинальность и артистичность программы.

В случае равенства баллов у команд, победитель определяется по большей сумме баллов за выполнение одиночных программ, затем по наибольшей сумме призовых мест (1-3), полученных участниками команд в групповых упражнениях.