VYHODNOTENIE MS MG SOFIA BULHARSKO SEPTEMBER 14 – 18, 2022

1. **Nominácia**
   - Vedúci delegácie: Dominika Selecká
   - Rozhodkyňa: Ivana Motolíková
   - Trénerka: Dominika Selecká
   - Gymnastka: Michaela Žatková
2. **Príprava a nominácia**

   Príprava na MS MG prebiehala v športovej hale v Malinove. Počas prípravy na MS MG sa seniorka Michaela Žatková zúčastnila súťaže 26. 8. – 28. 8. 2022 v Cluji, kde mala možnosť konfrontácie s pretekárkami, s ktorými sa mala stretnúť aj na MS MG.

   Michaela Žatková počas roka 2022 zodpovedne a vytrvalo pristupovala k tréningovým procesom a na súťažiach pred MS MG podávala stabilné výkony a plnila nominačné kritéria.
3. **MS MG Sofia**

   Na MS v Sofii sa v Individuálnych skladbách predstavilo 95 gymnastiek zo 62 federácií.

   V prvý súťažný deň sa Michaela Žatková predstavila s obručou a loptou. V druhý súťažný deň sa Michaela Žatková predstavila v zostave s kužeľmi a stuhou.

49 ZATKOVA Michaela SVK		**Hoop**	**Ball**	**Clubs**	**Ribbon**
	D	10,200	11,300	11,700	10,800
	A	6,600	6,950	7,250	7,100
	E	6,950	6,900	7,500	7,400
	100,650	**23,750**	**25,150**	**26,450**	**25,300**
	76,900				

4. **Zhodnotenie MS MG SOFIA 2022 medzinárodnou rozhodkyňou Ivanou Motolíkovou**

MS v Sofii priniesli nielen pre verejnosť, ale aj pre športových odborníkov (rozhodkyne, trénerky) a taktiež pre samotné gymnastky nový pohľad na modernú gymnastiku.
V pravidlách avizované zmeny, dôraz na artistické komponenty v zostave, odklon od akrobacie a návrat k umeleckému prejavu bol na týchto majstrovstvách viac ako viditeľný.
Rozhodkyne ocenili omnoho lepší výber hudobného podkladu pre jednotlivé kompozície gymnastiek ako tomu bolo v minulosti, diváci svojim aplauzom hodnotili zaujímavé efekty manipulácie s náčiním v spojení s hudobnými akcentami.
Veľký dôraz sa kládol na samotnú prípravu a vzdelávanie rozhodkýň počas roku 2022 a taktiež tesne pred a počas MS v Sofii. Všetky rozhodkyne majú k dispozícii STS študijný program FIG, kde členky TK FIG zverejňujú prezentácie a príklady z aktuálnych súťaží. Počas MS boli zodpovedané všetky otázky, ktoré federácie zaslali pre MS a veľa hodín sme venovali praktickej príprave hodnotenia zostáv.

Počas MS som prvý deň rozhodovala predvedenie (Execution) v kvalifikácii s loptou, čas (Time) vo finále s obručou a druhý deň kvalifikácie som bola rezervnou rozhodkyňou pre zostavy so stuhou.
Súťažné dni boli veľmi dlhé a čas jednotlivých súťaží sa každý deň predĺžil o viac ako jednu hodinu. Bolo to spôsobené kontrolou známok pri odchyľkách rozhodcovského panelu a Super Jury.
Všetko muselo byť správne aby výsledky boli spravodlivé a fair. Prezident Morinari Watanabe a členovia exekutívy FIG počas stretnutia s národnými federáciami povedali, že aj po kontrole všetkých známok počítačom neboli zistené žiadne odchyľky, či nesprávne hodnotenia a preto považujú vzelávanie rozhodkýň za veľmi pozitívny a správny krok.

Do finálových súťaží jednotlivkýň aj spoločných skladieb už nepostúpili len gymnastky z Európy, zastúpenie mali aj Ázia (Čína, Japonsko, Uzbekistan, Kazachstan), severná (USA, Mexiko), či južná Amerika (Brazília).

Medaily si za svoje výkony odniesli aj veľmi mladé a ešte len začínajúce seniorské gymnastky 16-17 ročné (Darja Varfolomeev - GER, Stiliana Nikolova - BUL), ale aj skúsená 28 ročná reprezentantka zo Slovinska Ekaterina Vedeneeva.
Absolútnou majsterkou sveta sa stala 18 ročná talianka Sofia Raffaeli, ktorá okrem zlato vo viacboji získala 3 zlaté medaily vo finále (obruč, lopta, stuha), jednu za v súťaží tímov a jeden bronz vo finále s kuželmi a stala sa tak najúspešnejšou gymnastkou šampionátu.
Toto všetko ukazuje, že moderná gymnastika dokáže prinášať radosť z cvičenia a výsledky naozaj každému, kto vloží do tréningov svoju energiu, čas a srdce a počas súťaže preukáže bezchybné majstrovské predvedenie.
Rozhodnutie akým smerom sa vydá gymnastka spoločne so svojou trénerkou zostáva už len na nich. Vysoká technická obtiažnosť, alebo umelecký prejav, charakter a splynutie s hudbou?
Jednotlivé zostavy sa od seba odlišovali skôr charakterom ako obtiažnosťou a tu môžem vyzdvihnúť aj gymnastky z kvalifikácie, ktoré nepostúpili do finále a naopak aj finalistky ešte majú vo svojich kompozíciách rezervy, takže nerada by som menovala osobne jednu, pretože nádherných kompozícií, ktoré si budem ešte dlho pamätať a z ktorých budem čerpať inšpiráciu aj pre naše slovenské gymnastky je omnoho viac ako len jedna.
Kompozície spoločných skladieb s piatimi obručami so Španielska, Talianska, Bulharska, športový výkon gymnastiek spoločnej skladby Izraela v oboch predvedeniach spoločných skladieb....emotívne choreografie Vedeneevy, Raffali, či tanečné choreografie brazílskych a mexických gymnastiek. Páčili sa mi aj vystúpenia španielskych gymnastiek, ktoré som sledovala celú sezónu a urobili veľký pokrok, ale aj mladá poľlská gymnastka, či skúsená rumunská gymnastka, ktoré sa do finálovej 18-tky nedostali.
Naozaj sa gymnastika konečne začína meniť a verím, že tak plú halu ako bola počas súťaží v Bulharsku budeme vídať na súťažiach častejšie.

Čo sa týka olympijskej kvalifikácie na OH Paríž 2024, poznáme už prvé kvalifikované krajiny v jednotlivkyniach (ITA, GER, BUL) aj spoločných skladbách (BUL, ISR, ESP) a máme sa na čo tešiť v budúcom roku. Vieme kadiaľ vedie cesta a ja prajem všetkým gymnastkám na Slovensku veľa energie a chuti do ďalších tréningov a prípravy.

Podľa mňa slovenská gymnastika ešte stále pociťuje dôsledky COVIDu...aj keď Miška bola jedna z tých mála slovenských gymnastiek, ktoré mali možnosť sa vlastne skoro bez prestávky pripravovať (v tom čase bola členkou reprezentačnej juniorskej spoločnej skladby).
Miška sa počas prípravy zamerala na obtiažnosť zostáv, no počas pódiovéhu tréningu na ňu doľahla nervozita, predsa len aj ona je ešte len prvý rok v kategórii senioriek a ešte nemá skúsenosti z tak veľkých súťaží.
Prvý deň pôsobila na ploche trochu nervózne a z toho plynuli aj chyby v predvedení, či zníženie obtiažnosti niektorých komponentov zostavy. Druhý deň to však nevzdala a zabojovala. Hlavne bez pádov náčinia zvládla obe zostavy s kuželmi aj stuhou.
Aj bodové hodnotenie bolo vyššie. Bola to pre ňu určite veľká skúsenosť a motiivácia do budúcna.

Na stretnutí pri "okrúhlom" stole s prezidentov Watanabem bol kritizovaný formát súťaže - dlhé súťažné dni sú vyčerpávajúce nielen pre gymnastky, ale aj pre rozhodkyne a organizátorov, či trénerky, preto uvažujú ako to zmeniť.
Veľký pozor sa venuje zraneniam gymnastiek, v minulosti prevažovali zranenia a preťaženie horných končatín a chrbtice - veľké množstvo vyhodení a mnoho akrobatických prvkov a premeteov.
V dnešnej dobe sú to zase bedrové kĺby a dolné končatiny, triesla, slabiny....zranenie šliach a úponov, ktoré sa ťažko a dlho hoja... (veľké množstvo podmeteniek, fouetté - rovnováhy a obraty, kombinované prvky rovnováh, ktoré zaťažujú práve spomínané partie).
Pripomienky boli aj k rannej špecializácii detí - ktoré začínajú s gymnastikou už vo veku 4 - 5 rokov so zaťažením 8 - 16 hodín týždenne. Dezi potom aj veľmi skoro končia so športom.
Tréner má byť v prvom rade pre gymnastky oporou, má usmerňovať a správne navigovať aby cvičenie bolo správne.
V tak mladom veku nemá ísť o TRÉNING a SÚŤAŽENIE ale o objavovanie a radosť z pohybu.
Odporúčanie smerom k federáciám:
- začiatok špecializácie na modernú gymnastiku až od veku 7 rokov, začiatok súťania tesne pod hranicou 10 rokov
- seniorské kategórie od 18 rokov (to bola veľmi diskutovaná téma, aj ohľadom na aféry so zneužívaním detí a ich práv nielen v gymnastike ale napr. aj v krasokorčuľovanía pod. USA, Rusko...)
- potrebné nechať deti vystupovať exhibície, akadémie, show a pod.
Moderná gymnastika by bola rada, keby jej imidž bol o kráse mladých žien, ich majstrovstve a elegancii prejavu. (napr. Brazília mala v spoločnej skladbe 2 gymnastky, ktoré začali s gymnastikou až vo veku 12 rokov a terz obsadili 5,miesto na MS).

5. **Vyhodnotenie**

Michaela Žatková sa predstavila na MS MG prvý krát ako seniorka. V prvej zostave s obručou sa nevyhla drobným chybám a v jej zostave bola citeľná neistota a tréma. Michaela sa s tlakom dokázala vyrovnať a druhú zostavu s loptou dokázala zacvičiť výrazne istejšie. Jej zlepšujúci výkon pokračoval na druhý súťažný deň, kedy Michaela naplno predviedla svoj potenciál a dokázala sa kvalitným výkonom posunúť na konečné 49 miesto. Jej výkon a umiestnenie je silnou motiváciou nie len pre Michaelu Žatkovú, ale aj pre ostatné seniorky.

6. **Záver**

Príprava na MS MG prebiehala v skromných podmienkach v rámci aktuálnych možností sekcie MG. Seniorka Michaela Žatková, sa v príprave delila o tréningovú plochu s viacerými skupinami reprezentačných úsekov MG. Sekcia MG nedokáže momentálne zabezpečiť adekvátne podmienky pre vrcholovú prípravu. Všetky nevyhnutné prvky prípravy zabezpečujú trénerky, rozhodkyne a rodičia. Napriek nevyhovujúcim podmienkam, skromná výprava slovenskej modernej gymnastiky v zložení Ivana Motolíková, Dominika Selecká a Michaela Žatková vzorne reprezentovali Slovensko a spoločne dokázali, že slovenská moderná gymnastika patrí na svetové vrcholové podujatia.

Ľuboš Vilček
predseda sekcie MG