

Mini Teamgym

Tímová súťaž pre členov SGF s využitím obsahu súťaže Teamgym v zjednodušenej forme.

Komu je súťaž určená: klubom SGF

Súťaž organizujú kluby, ktoré si pozývajú ďalšie súťažiacie kluby (min. 3 zúčastnené kluby v súťaži).

Vekové kategórie: totožné s kategorizáciou GpV „C“

Družstvo sa zaradí do kategórie podľa najstaršieho pretekára

Rok 2022

Slniečka	2016 - 2017
Najmladšie žiačky	2014 - 2015
Mladšie žiačky	2012 - 2013
Staršie žiačky	2009 - 2011
Juniorky	2007 - 2008
Seniorky	2006 a staršie

Počíta sa kalendárny rok narodenia pretekárky.

Trvanie súťaže: 1.1.- 31.12. príslušného kalendárneho roka

Organizácia súťaže: na úrovni klubov a oblastí GpV

Súťaž družstiev družstvo tvorí 5 pretekárov (môže byť kombinácia dievčat a chlapcov). Na každú súťažnú disciplínu je družstvo zložené z ľubovoľných 3 pretekárov.

Nepovoľuje sa viac ako 3 pretekári každej disciplíny.

Súťaž jednotlivcov ako doplnková súťaž k súťaži družstiev

Návrh rozpisu je potrebné poslať na Se SGF pre súťaž v prvom polroku v januári a pre súťaž v druhom polroku v júli. Rozpis po schválení bude uverejnený na web SGF v kalendári súťaží. Diplomy pre súťažiacich si kluby môžu požiadať na Se SGF – sekcia GpV.

Oblečenie pretekárov:

Družstvo musí mať v súťaži rovnaké oblečenie. Pre dievčatá je povolené mať oblečený gymnastický dres, krátke aj dlhé legíny (úzke). Pre chlapcov je povolené mať oblečené slipotriko (tielko, tričko) a trenírky alebo šponovky.

Obsah súťaže:

Obsah súťaže tvorí prílohu tohto dokumentu.

Súťažné disciplíny:

skoky z malej trampolíny oba rady bez preskokového náradia

akrobatický pás (12m) akrobatický rad zložený z 2 rôznych akrobatických prvkov priamou väzbou alebo s jedným medzikrokom. **Obrat po rondáte sa počíta ako medzikrok.**

V každej súťažnej disciplíne sa vykonávajú 2 rady.

Na akrobacii, aj trampolíne:

všetci pretekári družstva predvádzajú **v prvom rade rovnaký prvok alebo rad.**

V druhom akrobatickom rade môžu pretekári zvyšovať obťažnosť predvádzaného prvku alebo radu.

Každý pretekár v druhom rade môže teda predviesť iný akrobatický prvok, rad.

Prvý rad sa v druhej sérii nemôže opakovať. Samotný prvok sa môže použiť v 2. sérii.

Prevádzaný program družstva je zapísaný na určenom formulári aj s vyhodnotením a odovzdaný na technickej porade pred súťažou. Formuláre tvoria prílohu.

Obťažnosť:

- Obťažnosť pretekára tvorí súčet obťažností 2 predvedených prvkov (sú dovolené práve 2 prvky, nie viac)
- Obťažnosť radu (D známka) tvorí priemer obťažností všetkých 3 pretekárov.
- Všetky hodnoty prvkov sa nachádzajú v tabuľke obťažnosti v prílohe.
- V súťažnom programe môže byť rovnaký prvok predvedený viackrát so započítaním obťažnosti.
- Všetky prvky sú prehodnotené podľa toho, čo bolo skutočne predvedené.
- Prvky, ktoré budú predvedené s dopomocou trénera obdržia hodnotu obťažnosti 0.
- Prázdny rozbeh - hodnota obťažnosti tohto akrobatického radu 0.

Hodnotenie:

Rozhodcovia:

V každej súťažnej disciplíne je panel rozhodcov zložený z: 1 vrchného rozhodcu, 2 D rozhodcov, 2 E rozhodcov. V prípade, že na súťaži nie je dostatočný počet rozhodcov, rozhodcovia môžu zastávať viac pozícií. Min. počet rozhodcov v panely je 2.

Kvalifikácia rozhodcov: platí školenie rozhodcov pre ŠG žien 1. stupňa (to isté ako pre kategóriu „C“).

Rozdelenie bodov:

Obťažnosť (D známka): otvorená
Predvedenie (E známka): 10,00 bodu

Určenie výslednej známky radu : D + E = výsledná známka v jednom rade
Výsledná známka za súťažnú disciplínu: priemer známok za obidva rady
Výsledná známka družstva: súčet výsledných známok z oboch disciplín

Predvedenie (10 bodov) – pri počítaní výslednej známky rozhodcu sú zrážky za predvedenie odčítané z 10,00 bodov.

Zrážky sú udelené nasledovne:

Malé chyby 0,1 bodu
Stredné chyby 0,3 bodu
Veľké chyby 0,5 bodu
Pád 1,0 bod

Tolerancia medzi 2 strednými známkami rozhodcov panelu E:

Výsledná známka v rozmedzí	Povolená tolerancia stredných známok	Povolená tolerancia najvyšších a najnižších známok
9.00 – 10.00	0.2	0.6
8.00 – 8.95	0.3	0.6
7.00 – 7.95	0.4	1.0
6.00 – 6.95	0.5	1.0
> 6.00	0.6	1.0

Ak je rozdiel medzi známkami jednotlivých rozhodcov príliš veľký (viac ako 1 bod) alebo rozdiel medzi strednými známkami nie je v povolenej tolerancii, vrchný rozhodca zvolá poradu rozhodcov. V priebehu porady rozhodcovia upravujú svoje známky tak, aby zodpovedali povolenej tolerancii.

Dopomoc a záchrana

- Záchrana pri cvičení na akrobacii a trampolíne (1 tréner) je povinná pri všetkých letových prvkoch počas celého cvičenia družstva.
- Držanie trampolíny náhradníkmi alebo trénermi (max. 2 osoby) je povolené iba pri starom type trampolíny (strunová).
- Vrchný rozhodca dá signál na začatie cvičenia iba vtedy, ak sú v poriadku všetky bezpečnostné opatrenia.
- Dopomoc je vždy penalizovaná.
- Nereagovanie v prípade nebezpečnej situácie je tiež penalizované.

- Trénerom nie je dovolené dávať verbálne alebo vizuálne inštrukcie svojmu družstvu alebo iným spôsobom narušovať jeho cvičenie.

Opakovanie cvičenia

- Cvičenie je možné opakovať iba v prípade, že prerušenie bolo zavinené defektom na náradí bez zavinenia samotným družstvom.
- Iba vrchný rozhodca na náradí je oprávnený rozhodnúť o opakovaní cvičenia družstva. V tomto prípade družstvo opakuje celé cvičenie v danom rade znovu od začiatku, v poradí za nasledujúcim družstvom v súťaži.
- V prípade, že prerušenie nebolo spôsobené samotným družstvom, má tréner družstva právo zastaviť jeho cvičenie.
- Pokiaľ nie je cvičenie zastavené okamžite, nemôže byť opakované.

Výsledky:

Poradie družstiev je určené na základe celkového bodového zisku v obidvoch súťažných disciplínach.

Rovnosť bodov: v prípade rovnosti bodov sa uplatňujú nasledovné pravidlá:

1. Najvyššia známky v ktorejkoľvek súťažnej disciplíne
2. Vyššia známka v akrobacii
3. Ak rovnosť známok pretrváva, družstvá obsadia rovnaké miesto

Výsledky musia byť spracované v elektronickej podobe a poslané na Se SGF usporiadateľom súťaže.

Súťažiacich je potrebné vložiť do informačného systému SGF v príslušnej súťaži.

Prehľad zrážok za predvedenie (panel E) na akrobacii

Zrážky za predvedenie (10.0)	Malé 0.1	Stredné 0.3	Veľké 0.5
Poloha tela v saltách <ul style="list-style-type: none"> • Chybný uhol v bokoch a kolenách • Roznožené/prekřížené nohy, hlava, špičky 	x x	x x	x x
Technika obratov	x	x	x
Príliš nízke a dlhé salto <ul style="list-style-type: none"> • Príliš nízke salto • Príliš dlhé salto 	x x	x	x
Odklon od stredovej čiary	x	x	
Nevzpriamená poloha tela pri doskoku	x	x	x
Doskok – strata kontroly <ul style="list-style-type: none"> • Strata kontroly • Ľahký dotyk rukami • Pád • Doskok na inú časť tela ako na nohy 		x	0.5 1.0 D prvku=0
Akcia trénerov <ul style="list-style-type: none"> • Dopomoc • Nečinnosť v nebezpečných situáciách 			1.0 1.0
Chýbajúci prvok v rade			1.0
Prázdny rozbeh (prebehnutie)			1.0
Menší počet gymnastov ako 3			1.0
Pokrčené paže v opornej fáze	≥ 15	≥ 30	≥45
Uhol v ramenách v opornej fáze	≥ 15	≥ 30	
Pokrčené kolená	≥ 15	≥ 30	≥45
Roznoženie vo fliku	< ako šírka ramien	≥ ako šírka ramien	
Nedostatočné roznoženie pri premetoch bokom (optimálne roznoženie 180°)	< 160	< 135	< 90
Nesprávna poloha hlavy v opornej fáze	x		
Nesprávna konečná poloha prvkov s letovou fázou (rondát, flik, premet vpred s odrazom rúk a doskokom znožmo) : <ul style="list-style-type: none"> • Uhol v bokoch • Uhol v kolenách 	≥30 ≥30	≥60 ≥60	≥90 ≥90
Držanie tela: <ul style="list-style-type: none"> • Nenapnuté špičky • Povolené držanie tela 	x x		
Medzikroky			x

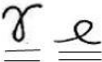













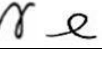

Prehľad zrážok za predvedenie (panel E) na trampolíne

Zrážky za predvedenie (10.0)	Malé 0.1	Stredné 0.3	Veľké 0,5/1.0
Nedostatočný odraz		x	x
Poloha tela v saltách <ul style="list-style-type: none"> • Chybný uhol v bokoch a kolenách • Roznožené/prekřížené nohy, hlava, špičky 	x x	x	x
Technika obrátov	x	x	x
Nezreteľné obraty	x		
Príliš nízky a dlhý prvok <ul style="list-style-type: none"> • Príliš nízky prvok • Príliš dlhý prvok 	x x	x	x
Odklon od stredovej čiary	x		
Nevzpriamená poloha tela pri doskoku	x	x	x
Doskok – strata kontroly <ul style="list-style-type: none"> • Strata kontroly • Ľahký dotyk rukami • Pád • Doskok na inú časť tela ako na nohy 		x	x 1.0 D=0,00
Akcia trénerov <ul style="list-style-type: none"> • Dopomoc • Pomoc pri predvedení prvku • Nečinnosť v nebezpečných situáciách 			1.0 1.0 1.0
Prázdny rozbeh (prebehnutie)			1.0
Menší počet gymnastov ako 3			1.0
Prevratové skoky bez preskokového náradia			
Predčasne začatý obrat (obrat by mal začať až v 2. tretine salta)			x
Neprevratové skoky bez preskokového náradia			
Príliš krátky skok	x	x	x
Chybný uhol v bokoch, kolenách	x	x	x
Nevzpriamená poloha tela pri doskoku	x	x	x
Povolené držanie tela	x	x	x

Zrážky vrchného rozhodcu 0.3 za každú položku 1x z výslednej známky

Zrážky vrchného rozhodcu z výslednej známky	
Verbálne alebo vizuálne inštrukcie trénera	0.3
Nereagovanie trénera na nebezpečnú situáciu	0,5
Nesprávne oblečenie	0.3
Šperky	0.3
Krikľavé bandáže	0.3
Nerešpektovanie požiadaviek disciplíny alebo súťaže (napr. viac prvkov ako 2 na akrobacii, viac pretekárov ako 3)	0.3 zakaždým









Základné hodnoty prvkov na akrobacii

Základný prvok	znak	Hodnota
Kotúľ (vpred, vzad)		0.1
Stojka kotúľ		0.2
Premet bokom obojručne		0.2
Premet bokom jednoručne		0.3
Pomalý premet vpred na 1 nohu		0.4
Pomalý premet vpred na 1 nohu s prešvihnutím nôh		0.4
Pomalý premet vzad		0,4
Pomalý premet vzad s výmenou nôh		0,4
Rondát		0.5
Rýchly premet vpred na 1 nohu		0.6
Rýchly premet vpred na 2 nohy		0.7
Blcha		0,8
Flik (vzad, vpred)		1.0
Šprajcka		1.0
Salto vpred, vzad		1.0
Tempo salto vzad		1.0
Arab		0.8

Prídavné hodnoty prvkov

Poloha tela / obrat	
Schylmo	0.1
Toporne	0.2
Obrat 180 ° (za každý obrat)	0.1

Základné hodnoty prvkov na trampolíne

Skupina	Základný prvok	Znak	Hodnota
Bez preskokového náradia	Priamy skok		0.1
	Priamy skok so skrčením prednožmo		0.1
	Priamy skok s čelným roznožením		0.1
	Priamy skok s prednožením roznožmo (šťuka)		0.2
	Priamy skok s prednožením (schylka)		0.2
	Skok s obratom o 180°		0.2
	Skok s obratom o 360°		0.3
	Salto vpred		0.8

Prídavné hodnoty prvkov

Poloha tela / obrat	
Schylmo	0.1
Toporne	0.2
Obrat 180 ° (za každý obrat)	0.1

Technické predpisy pre náradie

Akrobacia

Dĺžka akrobatickej dráhy **max. 12 m**, šírka 2 m.

Akrobatická dráha môže byť zložená so žineniek s výškou 10 cm a pokrytá kobercom na zabezpečenie jednoliatej plochy, môže to byť reuter podlaha s odpružením alebo iná odpružená podlaha, **napr. airtrack**. Špecifikáciu je potrebné uviesť v rozpise na podujatie. Pri saltových tvaroch je možné použiť na doskok žinenku s výškou 10 cm.

Bezpečnostná zóna - obklopuje akrobatický pás po obvode v šírke 1 m.

Trampolína

Náskoková trampolína:

Slniečka, najmladšie žiactvo, mladšie žiactvo: trampolínový mostík

Staršie žiactvo, juniori, seniori: náskoková trampolína na teamgym

Výška náradia:

Skoky bez preskokového náradia - doskoková žinenka – **výška 20 - 30 cm**

Schválené sekciou GpV SGF 27.12.2020

Úpravy schválené 19.2.2022