

ЖЕНСКАЯ СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

ПРАВИЛА И ПОЛОЖЕНИЯ FIG среди девушек 2025

Программа соревнований F.I.G. WAG среди девушек была разработана женским техническим комитетом в сотрудничестве с Дэвидом Кенрайтом.

ОБОСНОВАНИЕ

FIG признает, что существует потребность в программе и формате соревнований, которые будут сосредоточены на развитии прочных базовых навыков, хорошем исполнении, развитии силы и гибкости, а также поощрении артистизма. Эта программа соревнований среди девушек предоставит путь, который позволит гимнастам подготовиться и потенциально участвовать в соревнованиях FIG среди юниоров и взрослых.

ЦЕЛИ

Цели Программы соревнований среди девушек:

1. Увеличить количество гимнастов, тренеров и судей, участвующих в соревнованиях FIG по женской спортивной гимнастике по всему миру.
2. Обеспечить категории соревнований, соответствующие возрасту и имеющие прогрессивное развивающее содержание.
3. Предложить путь для развивающихся талантов и способностей, который обеспечит сильный старт для продолжительной прогрессивной карьеры в соревнованиях FIG среди юниоров и взрослых.

ПРИНЦИПЫ

Программа соревнований среди девушек будет соответствовать Правилам соревнований WAG 2025–2028. Она была разработана для гимнасток 12, 13 и 14 лет.

- 1) Оценка выступления и признание навыков будут проводиться в соответствии с Правилами соревнований.
- 2) Требования к содержанию программы будут изменены в соответствии с возрастом, стадией и развитием гимнастов в разных возрастных категориях.
- 3) Ограничение DV для всех возрастных категорий будет «D». Если будут выполнены «E», «F», «G», «H», «I», «J», то им будет присуждено максимум 0,40 за каждый навык.
- 4) Судейство на всех этапах соревнований (квалификация и финал) будет одинаковым, за исключением требований к опорному прыжку для квалификации в финал и в финале.
- 5) Количество элементов, учитывающих на брусьях, бревне, и на вольных упражнениях, будет равно 7 наивысшим элементам, включая соскок.

Короткое упражнение:

- 5 или более элементов — нет сбавки

- 4 элемента — 4,00 Р.
- 3 элемента — 6,00 Р.
- 1-2 элемента — 8,00 Р.
- Нет элементов — 10,00 Р.

6) Композиционные требования и бонусы на снаряде для брусьев, бревна, и вольных упражнений перечислены в таблицах возрастных категорий. Все присуждаемые бонусы должны основываться на требованиях Правил соревнований без падения или захвата снаряда (бревно); падения, пустой мах или междумах (Брусья).

7) Специальные требования на снаряде для брусьев, бревна, и вольных упражнений по 0,50 каждый, но не более 2,00 Р.

8) Гимнастам, участвующим в программе соревнований среди девушек, разрешается носить шорты из лайкры поверх купальника. Цвет шорт должен соответствовать цвету нижней части купальника.

Опорный прыжок

- В квалификации гимнастка может выполнить один или два опорных прыжка, при этом учитывается лучший результат.
- В квалификации в финал и в финале гимнастка должна выполнить два разных опорных прыжка (из одной или разных групп).

Брусья

- Сбавки за пустой взмах не будет, если разгиб выполняется после элемента типа Шапошниковой.
- Сбавки за нехарактерный элемент прыжка с нижней на верхнюю жердь не будет.
- Отмах в стойку в пределах 30° будет признан как элемент А.

Бревно и вольные упражнения

- Сбавки за артистизм и композицию в Правилах соревнований 2025–2028 не будут применяться.
- Вместо этого: Надбавка за артистизм в размере 0,30 будет присуждена судьями D.

Бревно

- 0.10 Близко к бревну (согласно CoP)
- 0.10 Боковые движения (согласно CoP)
- 0.10 Хорошее ходьба на носках и работа ног (согласно CoP)

Вольные упражнения

- 0,10 Поза тела (согласно CoP)
- 0,10 Выразительность (согласно CoP)
- 0,10 Движения по отношению к музыке (согласно CoP)

Возрастная категория - 12 лет				
A = 0.10 B = 0.20 C = 0.30 D = 0.40 Е и выше =0.40	Элементом будет присвоена сложность согласно правилам и положениям FIG 16 цикла Правил соревнований 2025-2028, если не указано иное. Будут применяться сбавки FIG за выполнение. БРУСЬЯ/БРЕВНО/ВОЛЬНЫЕ — 7 самых сложных элементов, включая соскок. БРЕВНО/ ВОЛЬНЫЕ — 3 акробатических [мин.] + 3 танцевальных [мин.] и 1 необязательный элемент.			
	Опорный прыжок	Брусья	Бревно	Вольные упражнения
Снаряд	Стол для опорного прыжка на высоте 120 см • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG

Требования	Лучший результат из 2 выполненных опорных прыжков Любые опорные прыжки FIG из CoP Примечание: гимнастка может выполнить только 1 опорный прыжок Квал. и Финал: 2 разных опорных прыжка (одной или разных групп) Среднее значение 2 опорных прыжков 0,20 бонус за опорный прыжок с сальто	1. Один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 0,10 бонуса, если в стойку 2. Еще один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 0,10 бонуса, если в стойку 3. 1 х отмах в стойку до 30° 0,10 бонуса, если в стойку 4. 1 х оборот (вперед или назад) Соскок должно быть включено в подсчет элементов 0,10 бонуса за соскок с сальто	1. Соединение минимум 2 различных танцевальных элементов Включить 1 прыжок с одной или двух ног в шпагат 180° (поперечный или продольный) или положением «врозь» 2. Минимум 1/1 (360°) пируэт 3. Акробатическая серия с [минимум] 1 элементом с полетом, выполненным на бревне 0,10 бонус за 2 элемента с полетом 4. Акробатические элементы в разных направлениях [вперед/боком и назад] Соскок должен быть включен в подсчет элементов	Танцевальное соединение из минимум 2 разных прыжков или подскоков Включить 1 прыжок или подскок с шпагатом 180° (поперечным или боковым) или позицией врозь 2. Сальто прогнувшись - вперед или назад в акробатической линии с или без поворота 0,10 бонус за поворот вдоль продольной оси на 360° 3. Сальто назад и сальто вперед (не маховое) в одной или разных акробатических линиях 4. Любой пируэт «В» Соскок должен быть включен в подсчет элементов
------------	--	---	--	--

Возрастная категория - 13 лет				
A = 0.10 B = 0.20 C = 0.30 D = 0.40 Е и выше =0.40	Элементом будет присвоена сложность согласно правилам и положениям FIG 16 цикла Правил соревнований 2025-2028, если не указано иное. Будут применяться сбавки FIG за выполнение. БРУСЬЯ/БРЕВНО/ВОЛЬНЫЕ — 7 самых сложных элементов, включая соскок. БРЕВНО/ ВОЛЬНЫЕ — 3 акробатических [мин.] + 3 танцевальных [мин.] и 1 необязательный элемент.			
	Опорный прыжок	Брусья	Бревно	Вольные упражнения
Снаряд	Стол для опорного прыжка на высоте 120 см • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG

Требования	Лучший результат из 2 выполненных опорных прыжков Любые опорные прыжки FIG из CoP Примечание: гимнастка может выполнить только 1 опорный прыжок Квал. и Финал: 2 разных опорных прыжка (одной или разных групп) Среднее значение 2 опорных прыжков 0,20 бонус за опорный прыжок с сальто	Гимнастки должны выполнить 4 из 6 требований (макс. 2,00 P.) 1. Один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 2. Еще один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 0,10 бонуса, если в стойке 3. 1 х отмах в стойку 4. 1 х оборот (вперед или назад) 5. Элемент без полета с поворотом на 360° 6. Перелет (с нижней на верхнюю жердь/ с верхней на нижнюю/ на одной жерди) Соскок должно быть включено в подсчет элементов 0,10 бонуса за соскок с сальто	1. Соединение минимум 2 различных танцевальных элементов Включить 1 прыжок с одной или двух ног в шпагат 180° (поперечный или продольный) или положением «врозь» 2. Минимум 1/1 (360°) пируэт 3. Акробатическая серия с [минимум] 1 элементом с полетом, выполненным на бревне 0,10 бонус если сальто 4. Акробатические элементы в разных направлениях [вперед/боком и назад] Соскок должен быть включен в подсчет элементов	Танцевальное соединение из минимум 2 разных прыжков или подскоков Включить 1 прыжок или подскок с шпагатом 180° (поперечным или боковым) или позицией врозь 2. Сальто прогнувшись - вперед или назад в акробатической линии с или без поворота 0,10 бонус за поворот вдоль продольной оси на 720° 3. Сальто назад и сальто вперед (не маховое) в одной или разных акробатических линиях 4. Любой пируэт «В» Соскок должен быть включен в подсчет элементов
------------	--	--	---	---

Возрастная категория - 14 лет				
A = 0.10 B = 0.20 C = 0.30 D = 0.40 Е и выше =0.40	Элементом будет присвоена сложность согласно правилам и положениям FIG 16 цикла Правил соревнований 2025-2028, если не указано иное. Будут применяться сбавки FIG за выполнение. БРУСЬЯ/БРЕВНО/ВОЛЬНЫЕ — 7 самых сложных элементов, включая соскок. БРЕВНО/ ВОЛЬНЫЕ — 3 акробатических [мин.] + 3 танцевальных [мин.] и 1 необязательный элемент.			
	Опорный прыжок	Брусья	Бревно	Вольные упражнения
Снаряд	Стол для опорного прыжка на высоте 125 см • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG с: • Маты для приземления FIG	Правила FIG

Требования	Лучший результат из 2 выполненных опорных прыжков Любые опорные прыжки FIG из CoP Примечание: гимнастка может выполнить только 1 опорный прыжок Квал. и Финал: 2 разных опорных прыжка (одной или разных групп) Среднее значение 2 опорных прыжков 0,20 бонус за опорный прыжок с сальто	Гимнастки должны выполнить 4 из 6 требований (макс. 2,00 P.) 1. Один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 2. Еще один элемент близкий к жерди (в 30 градусов) 0,10 бонуса, если в стойке 3. 1 х отмах в стойку 4. 1 х оборот (вперед или назад) 5. Элемент без полета с поворотом на 360° 6. Перелет (с нижней на верхнюю жердь/ с верхней на нижнюю/ на одной жерди) Соскок должно быть включено в подсчет элементов 0,10 бонуса за соскок с сальто	1. Соединение минимум 2 различных танцевальных элементов Включить 1 прыжок с одной или двух ног в шпагат 180° (поперечный или продольный) или положением «врозь» 2. Минимум 1/1 (360°) пируэт 3. Акробатическая серия с [минимум] 2 элементами с полетом, выполненным на бревне 0,20 бонус если сальто 4. Акробатические элементы в разных направлениях [вперед/боком и назад] Соскок должен быть включен в подсчет элементов	Танцевальное соединение из минимум 2 разных прыжков или подскоков Включить 1 прыжок или подскок с шпагатом 180° (поперечным или боковым) или позицией врозь 2. Сальто прогнувшись с поворотом вдоль продольной оси на 360° - вперед или назад в акробатической линии 0,10 бонус за поворот вдоль продольной оси на 720° 3. Сальто назад и сальто вперед (не маховое) в одной или разных акробатических линиях 0.10 бонус за 720° ВА сальто 4. Любой пируэт «В» Соскок должен быть включен в подсчет элементов
------------	--	--	---	---