الاتحاد الدولي للجمباز

القانون الدولي للجمباز الفنـي سيدات

2028 - 2025

The Code of Point is the property of the FIG

حقوق الملكية الفكرية للقانون الدولي تعود للاتحاد الدولي للجمباز

من إعداد اللجنة الفنية للسيدات فبراير 2020

الترجمة العربية /صالح جعفر عيسى نور

المراجعة: اللجنة الفنية - الاتحاد العربي للجمباز

The Code of Points is the property of the FIG. Translation and copying are prohibited without prior written approval by FIG. In case any statement contained herein is in conflict with the Technical Regulations, the Technical Regulations shall take precedence. Where there is a difference among the languages, the English text shall be considered correct. This translation has been authorised by the FIG but only the versions officially translated by the FIG and posted on the FIG website are valid. Where there is a difference among the languages, the English text shall be considered correct. This translation has been authorised by the FIG but only the versions officially translated by the FIG and posted on the FIG website are valid.

ملكية القانون الدولي للجمباز تعود للاتحاد الدولي. لا يسمح بترجمة و نسخ القانون من غير موافقة خطية من الاتحاد الدولي و في حالة تعارض أي بيان وارد في هذه الوثيقة مع اللوائح الفنية ، تكون الأولوية للائحة الفنية. في حالة وجود اختلاف بين اللغات ، يعتبر النص الإنجليزي صحيحًا.

تمت الموافقة على هذه النسخة المترجمة من قبل FIG و لكن النسخ المترجمة رسميًا من قبل FIG والمنشورة على موقع الويب FIG هي فقط الصالحة.

ACKNOWLEDGEMENTS

President	Donatella SACCHI	ITA
1st Vice-President	Nehad ZAYED	EGY
2nd Vice-President	Liubov ANDRIANOVA	RUS
Secretary	Helena LARIO	ARG
Member	Elena DAVYDOVA	CAN
Member	Kym DOWDELL	AUS
Member	Johanna GRATT	AUT
Athlete representative	Catalina PONOR	ROU
Editing – Illustrations, Symbols, Charts	FIG Office	FIG
English text	Linda CHENCINSKI	USA
	Sue TREDGOLD	GBR

تحديث القانون الدولي

بعد كل بطولات الاتحاد الدولي الرسمية اللجنة الفنية للاتحاد الدولي للجمباز الفني سيدات تقوم بإصدار ملحقات (Newletters) والتي تحتوي على:

- كل الحركات الجديدة المقدمة مع توضيحات وتنويعاتها وصورة لها.
- الربط المستجد.

يتم ارسال التحديثات الخاصة بالقانون الدولي للاتحادات المعنية مع توضيح متى يصبح ساري المفعول.

الفهرس

- تقديم
- تحديث القانون
- طاولة المساعدة
- اختصارات
- مصطلحات
- المحتوى

الجزء الأول: لوائح بالمشاركين في البطولات

القسم الأول: أغراض القانون

القسم الثاني: لوائح اللاعبات

2.1 حقوق
2.2 مسؤوليات
2.3 واجبات
2.4 عقوبات المخالفات لسلوكيات اللاعبات
2.5 القسم الخاص باللاعبات

القسم الثالث: لوائح للمدربين

3.1 حقوق
3.2 مسؤوليات
3.3 واجبات
3.4 عقوبات المخالفات لسلوكيات المدربين
3.5 الاحتجاجات
3.6 القسم الخاص باللاعبات

القسم الرابع: لوائح تنظيم عمل اللجنة الفنية

4.1 رئيسة اللجنة الفنية للجمباز الفني سيدات
4.2 أعضاء اللجنة الفنية للجمباز الفني سيدات

القسم الخامس: لوائح تنظيم وبناء لجان الأجهزة

5.1 مسؤوليات الحكام
5.2 مسؤوليات
5.3 حقوق الحكام
5.4 تكوين لجان الأجهزة

5.5 وظيفة لجنة الجهاز
5.6 وظيفة حكام الزمن، الخط والسكرتارية
5.7 تنظيم جلوس الحكام
5.8 القسم الخاص بالحكام

الجزء الثاني: تقييم التمارين

القسم السادس: طريقة تحديد الدرجة

6.1 عموميات
6.2 تحديد الدرجة النهائية
6.3 التمرين القصير

القسم السابع: قواعد حول درجة الصعوبة D-Score

7.1 محتوى درجة الصعوبة (المحتوى) في القفز – المتوازي – العارضة والحركات الأرضية
7.2 قيمة الصعوبة DV
7.3 المتطلبات التركيبية CR
7.4 قيمة الربط والمحسنات CV

القسم الثامن: توجيهات وإرشادات فنية

8.1 كل الأجهزة
8.2 العارضة والحركات الأرضية
8.3 متطلبات حركات الرقص
8.4 المتوازي

القسم التاسع: قواعد حول درجة التنفيذ E-Score

9.1 وصف درجة التنفيذ E الأداء
9.2 طريقة تقييم لجنة التنفيذ E
9.3 جدول الحسومات

الجزء الثالث: الأجهزة

القسم العاشر: طاولة القفز

10.1 عموميات
10.2 الركض
10.3 مجموعات طاولة القفز
10.4 المتطلبات

10.5 طريقة منح الدرجة
10.6 الحسومات الخاصة بالجهاز E

القسم الحادي عشر: المتوازيان

11.1 حركات الصعود
11.2 الكاست ودورات الحوض
11.3 الجاينت (الدورات العظمى)
11.4 دورات شتالدر
11.5 الدورات المنحنية
11.6 حركات الهبوط من الجهاز

القسم الثاني عشر: عارضة التوازن

12.1 الصعود للعارضة
12.2 قفزات الليب والوثبات وحركات النط
12.3 حركات الدوران
12.4 حركات الثبات والحركات الأكروباتيكية بدون طيران
12.5 حركات الاكروبات الطيران
12.6 الهبوط

القسم الثالث عشر: البساط الأرضي

13.1 قفزات الليب والوثبات وحركات النط
13.2 حركات الدوران
13.3 حركات الاستناد باليدين
13.4 القلبات الهوائية الأمامية والجانبية
13.5 القلبات الهوائية الخلفية

القسم الرابع: جداول الصعوبات

القسم 14: جداول الحركات

14.1 طاولة القفز

- المجموعة الأولى:
- المجموعة الثانية:
- المجموعة الثالثة:
- المجموعة الرابعة:
- المجموعة الخامسة:

14.2: المتوازي

- حركات الصعود
- حركات الكاست وحركات دورات الحوض الحرة.
- الدورانات العظمى (الجاينت)
- دورانات شتالدر
- الدورانات المنحنية
- حركات الهبوط

14.3: عارضة التوازن (البيم)

- حركات الصعود
- حركات الليب والقفزات والنط
- حركات الدوران
- حركات الأكروبات غير الطائرة (non-flight)
- حركات الأكروبات
- حركات الهبوط

14.3: الحركات الأرضية

- حركات الليب والقفزات والنط
- حركات الدوران
- حركات بالاستناد على اليدين
- الهوائيات الأمامية والجانبية
- الهوائيات الخلفية

القسم الثالث عشر: الملحقات

- الرموز في طاولة القفز
- الرموز في المتوازي
- الرموز في العارضة
- الرموز في الحركات الأرضية
- الورقة الخاصة بتدوين التمرين – القفز
- الورقة الخاصة بتدوين التمرين (المتوازي – العارضة - الأرضي)
- قائمة التحقق من الحركات الفنية (الأرتستري) في العارضة
- قائمة التحقق من الحركات الفنية (الأرتستري) في الحركات الأرضية
- نماذج للحكام
- تغييرات لتحكيم بطولات الشباب
- ورقة الرموز
- قائمة بالحركات المسماة في البطولات الرسمية

الجزء الأول

قواعد المشاركات في البطولات

المادة 1: غرض القانون

1- الهدف الأول من القانون هو وضع معايير موضوعية لتقييم التمـــــارين في كل المســـــتويات المحلية والوطنية والبطولات الدولية.
2- وضع معايير لتحكيم المراحل الأربعة في بطولات الاتحاد الدولي
   - البطولة التأهيلية
   - نهائي الفرق
   - نهائي الفردي العام
   - نهائي الأجهزة
3- لتحديد أفضل لاعبة في أي بطولة.
4- لإرشاد المدربين واللاعبات في طريقة تكوين تمارين البطولات.
5- تقديم المعلومات الفنية المتعلقة بالبطولات والمتكرر الحاجة اليها من قبل المدربين واللاعبات والحكام.

القسم الثاني: قواعد اللاعبات

2.1: حقوق اللاعبات

2.1.1: عموميات

أ-اللاعبات لهن الحق في:

أ. أن يقيم أدائها بدقة وعدالة من قبل الحكام وبحسب القانون الدولي للجمباز.
ب. الحصول كتابة وفي وقت مناسب على صعوبة القفزة أو الحركة الجديدة التي قدمتها.
ت. أن تحصل على إظهار درجتها فوراً بعد أدائها أو بحسب القواعد المنظمة لتلك البطولة.
ث. أن يقوم بإعادة الروتين بعد موافقة اللجنة العليا للبطولة (بدون حسومات) في حال:
   - في حالة انقطاع أداءه لأسباب خارجـــه عن إرادته ومسئوليته.
   - في حال تمزق خوذة اليد في المتوازيين ويجب أن تقوم بعرض ذلك مباشـــرة إلى رئيس اللجنة قبل مغادرة اليوديوم لتتحصل على السماح لها بإعادة الروتين.

- ملاحظة: يمكن للاعبة أن تقوم بإعادة الروتين في نهاية الدوران، وإذا كانت آخر لاعبة فأن اللجنة العليا تحدد الوقت.

ج. الحق في مغادرة صالة البطولة لوقت قصير لسبب شخصي وإذا لم يكن السبب معقولا فسوف يرفض من قبل رئيس اللجنة العليا للبطولة.

- ملاحظة: لا يمكن أن يتم تأخير البطولة كعملية إنتظار للاعبة.

ح. الحصـــول ومن خلال قائد بعثتها مخرجات النتائج الصـــحيحة والتي تعرض كل درجاتها المتحصـــل عليها خلال البطولة.

2.1.2: الأجهزة:

اللاعبات لهن الحق في:

أ. الحصول على الأجهزة القانونية والأبسطة المعترف بها من الاتحاد الدولي في صالة التدريب وقاعة الإحماء وعلى البوديوم.
ب. يحق لها وضع سلم القفز فوق البساط الإضافي 10 سم في المتوازيين وعارضة التوازن.
ت. يحق لها استعمال بودرة المانيزيا في المتوازيين ووضع علامات صغيرة منه على عارضة التوازن.
ث. يسمح لها بحضور مساعد في المتوازي.
ج. الراحة لمدة لا تزيد عن 30 ثانية في حالة السقوط في المتوازيين و10 ثواني في عارضة التوازن (بدون حسم).
ح. التحدث مع مدربها خلال الثلاثين ثانية والخاصة به والتالية للسقوط من الجهاز أو فيما بين القفزتين الأولى والثانية في القفز.
خ. تقديم طلب لرفع بار (البارين) المتوازيين إذا كانت القدمين تمسان البساط، بحسب اللائحة الخاصة بالأجهزة المعمول بها.

لمس الأجهزة في الإحماء

في البطولة التأهيلية (الأولى) وبطولة الفردي العام (الثانية) وبطولة نهائي الفرق (الرابعة) وفردي الأجهزة.

- كل لاعبة (بمن فيهن البديلة للمصابة) لها الحق في الحصول على الإحماء المباشر قبل التنافس فوق البوديوم بحسب القواعد المنظمة لتلك البطولة:

- القفز (الفرقي والمجموعات الفردية)
نهائي الفردي العام – نهائي الفرقي – نهائي الأجهزة فقط قفزتين ما عدا التصفيات لنهائي الأجهزة يمكن السماح بثلاث قفزات كحد أقصى.
- العارضة والبساط 30 ثانية
- المتوازيان: 50 ثانية على المتوازي من ضمنها تجهيز المتوازي.

ملاحظة:

- في التصفيات (المرحلة الاولى) ونهائي الفرق (المرحلة الرابعة) وقت الإحماء يخص الفريق بالكامل ولذلك يجب على الفريق أن يضع ذلك في الحسبان بحيث أن اللاعبة الأخيرة تحصل على وقت للإحماء.
- في المجموعات المختلطة وقت الإحماء يعود لكل لاعبة شخصياً وترتيب المرور على الإحماء هو نفس ترتيب التنافس داخل تلك المجموعة.
- في نهائيات الأجهزة: يتم تقسيم وقت الاحماء على المجموعتين بحيث المجموعة تعمل احماء، ثم تؤدي المنافسة، ثم تأتي المجموعة الثانية تؤدي الاحماء ثم تؤدي المنافسة

- نهاية وقت الإحماء تتم الاشارة اليه بإشارة صوتية، وفي حال أن وقت الاحماء انتهى وما زال هناك لاعبة فوق الجهاز فإنها تكمل الحركة أو مجموعة الحركات. بعد وقت الإحماء (وقت توقف المنافسة - الاستعداد للبدء) من الممكن أن يتم إعداد الجهاز، ولكن لا يتم استخدامه.

- سوف يكون هناك إشارة ضوئية من قبل رئيس اللجنة D1 (في فعاليات الاتحاد الدولي إشارة خضراء) ولمدة 30 ثانية قبل التوقع لبدء التنافس.

المادة 2.2: مسئوليات اللاعبات

أ. معرفة قانون الجمباز لتتصرف بحسبه.
ب. إذا كان لديها حركة جديدة فعليها أو على مدربها أن يقوم بكتابتها وتسليمها إلى رئيس اللجنة العليا قبل 24 ساعة من بدء الروتين في منصة البطولة.
ت. يمكن السماح برفع بار المتوازي بمقدار 5 سم (البارين) للاعبات التي تلمس أرجلهن البساط خلال الروتين ولكي يتم ذلك يجب اعلام اللجنة المنظمة، ومع التأكد من ذلك من قبل رئيس أو عضو من أعضاء اللجنة العليا خلال التمرينات.

2.3: واجبات اللاعبات

2.3.1: **عموميات**

1. تقديم نفسها بالطريقة المتعارف عليها برفع إحدى أو كلتا اليدين عالياً الى رئيس لجنة الجهاز في بداية الروتين وفي الختام.
2. بدء الروتين خلال 30 ثانية من الإشارة الخضراء أو أي إشارة من قبل D1(في كل الأجهزة).
3. العودة للجهاز بعد السقوط فيما لا يزيد عن 30 ثانية في المتوازيين وفيما لا يزيد عن 10 ثواني في عارضة التوازن، وقت السقوط يتم قياسه من لحظة الوقوف على القدمين.
4. مغادرة البوديوم فوراً بعد انتهاء الروتين.
5. تحاشي تغيير ارتفاع الجهاز إلا في حال الحصول على إذن.
6. تحاشي التحدث مع الحكام الفعليين خلال البطولة.
7. تجنب تأخير البطولة، تجنب البقاء على البوديوم لمدة طويلة، تجنب الصعود على البوديوم مرة أخرى بعد الانتهاء من الروتين وأي مضايقات أخرى تخل بحقوقه أو تتعارض مع حقوق لاعبات آخريات.
8. تحاشي التأخير من الوقوف على القدمين بعد السقوط لتجنب بدء عد الثلاثين ثانية (الراحة – إصلاح الخوذة – وضع البودرة تأخير البطولة بدون تبرير لذلك).
9. تحاشي عمل أي من المخالفات الأخرى أو السلوكيات غير المهذبة والتي تؤثر على اللاعبات الأخريات (أمثلة: تعليم البساط بالمغنزيوم، تحطيم أو تخريب الأجهزة أو أجزاء منها خلال إعداد الجهاز أو إبعاد الإسبرنجات من قفاز القفز. هذه المخالفات سوف ينظر إليها على أنها من المخالفات نحو الأجهزة وسيتم الحسم عنها 0.50).
10. ترك البساط الإضافي للهبوط في مكان الهبوط خلال تنفيذه للروتين (المتوازي والعارضة).
11. المشاركة في فعاليات الحفل التكريمي بملابس البطولة بحسب لوائح الإتحاد الدولي للجمباز.

2.2.3: اللبس

1. يجب عليهن لبس الملابس غير الشـــفافة، مايوة أو يونيتارد (قطعة واحدة حتى القدمين)، والذي يكون عليه تصـــميم خاص قانوني مقبول، ويمكن أن تلبس غطاء للرجلين من نفس لون المايوة من تحت أو من فوق المايوة.
2. فتحة عنق المايوة من الأمام أو الخلف يجب ألا تزيد عن منتصـــف عظم القفص الصـــدري ومن الخلف لا تبعد عن الخط السفلي للوح الكتفين، يمكن أن يكون المايوة مع أو بدون أكمام.
3. قطع الرجلين يجب ألا يرتفع عن عظم الورك (على الأكثر)، طول الرجل للمايوة، لا يجب أن تزيد عن الخط الأفقي حول الرجل بما لا يزيد عن 2 سم تحت قاعدة الحوض.
4. لهن الخيار في لبس الحذاء الخاص بالجمباز و/أو الجوارب.
5. يجب عليهن لبس البيب نمبر (رقم اللاعبة في البطولة) المعطى من اللجنة المنظمة.
   - مع موافقة للطلب الكتابي يمكن أن يتم عدم تثبيت البيب نمبر في العارضـــة والحركات الأرضـــية، وفي تلك الحالة يتم عرض الرقم للجنة الصعوبة عند بدء الروتين.
6. أن تلبس الرمز الخاص ببلدها على المايوة بما لا يتعارض مع قواعد الاتحاد السارية والخاصة بالإعلانات.
7. أن تلبس الشعارات والإعلانات للمزودين لها المعترف بهم وفق قواعد الإتحاد الدولي السارية والخاصة بالإعلانات.
8. لبس نفس الملابس (الطراز واللون) خلال المرحلة الأولى (التصفيات) وكذلك في نهائي الفرق، خلال التصفيات في المرحلة الأولى من البطولة اللاعبات المشـــاركات فردياً مع نفس الإتحاد بدون فريق من الممكن أن يلبســـوا لباس مختلف.
9. واقي اليدين والبانداج (الرباطات) الخاص بالجسم وواقـــي المعصمين مسموح بها ويجب أن تكون مثبته بطريقة آمنة ولا تتعارض مع الجمال والشكل الحسن ولا تعيق التنفيذ الجيد للروتين، ويجب أن تكون الرباطات بلون جلد الجسم حيث تكون متوفرة الصنع.
10. يجب الابتعاد عن لبس المجوهرات (القلادات وسوارى المعصم) ويمكن السماح بأقراط أذن صغيرة.
11. الامتناع عن لبس واقي الحوض أو أي واقي غيره.
12. طلاء الوجه غير مسموح به، أي مكياج يجب أن يكون متواضع ولا يوجد تشبيه به مع أشكال حيوانات أو سلالات بشرية معينة.

المادة 2.4: الحسومات

أ. الحسم المعتاد للمخالفة للقوانين والنظم المبينة في الـــمادة الثانية والمادة الثالثة تصنف بالأخطاء المتوسطة 0.30 لأخطاء السـلوكيات وأخطاء كبيرة 0.50 للمخالفات نحو الأجهزة، وهذا الحسـم يتم قبل رئيس اللجنة العليا من الدرجة النهائية عندما يتم اعلامه من قبل D1.

ب. المخالفات الأخرى المحتملة مبينة مع حسوماتها في 8.3:

ت. في الأحوال الاســـتثنائية من الممكن اســـتبعاد اللاعبة أو المدرب من صـــالة البطولة بالإضـــافة إلى تطبيق الحسومات الأخرى

المادة 2.4.1: المخالفات وعقوباتها مضمنة في الجدول التالي في الصفحة التالية:

المخالفة	الحسم
مخالفات اللبس • رباطات غير صحيحة. • عدم وجود شعار الدولة و/ أو موضوع بشكل غير صحيح. • عدم وجود البيب نمبر • لباس غير صحيح – مايوة غير صحيح - المجوهرات – الباندانج – الألوان ... الخ	0.30 من الدرجة النهائية مرة واحدة من فترة المسابقة
مخالفة قواعد اللباس والتي ترتبط بالفريق • لبس لاعبة مايوه مختلف من عن باقي الفريق	حسم درجة كاملة في مرحلة التصفيات ونهائي الفرقي في مرحلة ارتكاب المخالفة
بقاء غير مصرح به فوق البوديوم	0.3 من الدرجة النهائية
صعود البوديوم بعد نهاية الروتين	0.3 من الدرجة النهائية
سلوكيات أخرى أو سلوك مزعج ويتضمن ركض اللاعبة من تحت البار السفلي للصعود	0.3 من الدرجة النهائية
الإعلانات غير الصحيحة	0.3 من الدرجة النهائية في الجهاز المعني عندما يتم الطلب من الجهة المختصة * الفريق * الجمبازي المشارك فرديًا
الغياب من حفلة التكريم	يتم حذف نتيجة اللاعبة أو الفريق
مخالفات سلوكيات الأجهزة	
الاستخدام السيء للبودرة ومن ضمنها الرذاذ (ما عدا المتوازي) أو تعليم البساط بالمغنيزيوم أو تخريب الجهاز	0.50 من الدرجة النهائية بواسطة D1.
إعادة ترتيب أو تحريك للأسبرنجات في سلم القفز	0.50 من الدرجة النهائية بواسطة D1
رفع مستوى الجهاز بدون إذن	0.50 من الدرجة النهائية بواسطة D1

2.5: قسم اللاعبات

2.5 Gymnasts' Oath (FIG TR 7.12.2)

"In the name of all gymnasts I promise that we shall take part in the World Championships (or any other official FIG Event) respecting and abiding by the rules which govern them, committing ourselves to a sport without doping and without drugs, in the true spirit of sportsmanship, for the glory of sport and the honour of the gymnasts."

القسم الثالث: حقوق ومسئوليات المدرب

المادة 3.1: حقوق المدرب

المدرب له الحق في:

أ. مساعدة اللاعبة أو الفريق وأن يقوم بالكتابة للمختصين لتغيير ارتفاعات الأجهزة أو للحصول على تقييم لحركة جديدة أو قفزة.
ب. مساعدة اللاعبة أو الفريق خلال الروتين على البوديوم أو خلال الإحماء وفي كل الأجهزة.
ت. مساعدة اللاعبة أو الفريق في إعداد الأجهزة للمسابقات.
- تجهيز القفز وخصوصاً طوق الإسبرنج (حزام الأمان لسلم القفز).
- القفز، المتوازيان، العارضة لتجهيز سلم القفز ووضع البساط الإضافي في المكان المرغوب.
- المتوازي في تجهيز البارين.

ث. أن يكون حاضراً فوق البوديوم بعد الضوء الأخضر لتنحية سلم القفز في
- العارضة ومباشرة يغادر البوديوم.
- المتوازي مدرب أو جمبازي ومن ثم يغادر البوديوم حالاً

ج. أن يكون حاضراً بهدف توفير الأمان للجمبازي أثناء أداء اللاعبة لجملتها في جهاز المتوازي وهنا ممكن أن يكون نفس الشخص الذي قام بتنحية الاسبرنج أو غيره.
ح. التحدث مع اللاعبة أو مساعدتها خلال 30 ثانية بعد السقوط قبل العودة للجهاز وكذلك بين القفزتين في القفز.
خ. أن يحصل على إظهار درجة لاعبته فوراً بعد انتهاء اللاعبة من الأداء وبحسب القواعد المنظمة لتلك البطولة.
د. يسمح للمدرب بالتواجد في كل الأجهزة في حال تعرض اللاعبة لحادث أو لخلل في الجهاز.
ذ. تقديم الاعتراض للجنة العليا حول تقييم محتوى الروتين للجمبازي (أنظر المادة 8.5).
ر. الطلب الى اللجنة العليا لمراجعة حسومات الزمن والخروج من الخط.

المادة 3.2: مسئوليات المدرب

1. معرفة القانون الدولي ليتصرف بحسبه.
2. كتابة ترتيب مرور أعضاء الفريق والمعلومات الأخرى المطلوبة بالتنسيق مع لجنة تنظيم البطولة وبحسب لوائح اللجنة الفنية في الاتحاد الدولي فيما يخص البطولة.
3. تحاشي تغيير ارتفاعات الأجهزة أو إعادة ترتيب أو إبعاد أحد الإسبرنجات الخاصة بالقفاز.
4. تحاشي أي تصرفات قد تؤخر المسابقة أو أي تصرف آخر قد يحرمه من حقوقه وتحاشي التصرفات المزعجة للآخرين.
5. تحاشي التحدث مع اللاعبة أو مساعدته بأي طريقة أخرى (إعطاء إشارة – الصراخ – الهتاف أو ما شابه ذلك) أثناء الأداء.
6. تحاشي الكلام مع الحكام الفعليين أثناء البطولة أو التحدث مع أي شخص خارج المنطقة الداخلية للبطولة خلال البطولة (باستثناء الطبيب – قائد الفريق – رئيس البعثة).
7. تحاشي السلوكيات غير الرياضية أو السلوكيات المزعجة.
8. التحكم في سلوكياته وتصرفاته بحيث تكون رياضية وبدون تحيز.
9. المشاركة الفعالية وبطريقة رياضية في حفلات التكريم.

ملحوظة: أنظر الحسومات الخاصة بالمخالفات للسلوكيات غير الرياضية.

عدد المدربين المسموح بتواجدهم في المنطقة الداخلية للبطولة

- التصفيات (المرحلة الأولى) ونهائيات الفرقي (المرحلة الرابعة) لـ:
  - الفريق الكامل — مدربة أنثى ومدرب ذكر أو يمكن مدربتان وفي حال فقط مدرب واحد يمكن أن يكون أنثى أو ذكر.
  - الدول المشاركة فردياً — مدرب واحد (يمكن مدرب أو مدربة)
- بطولة الفردي العام (المرحلة الثانية) ونهائيات الأجهزة (المرحلة الثالثة)
  - كل جمبازي — مدرب واحد (يمكن مدرب أو مدربة)

المادة 3.3: الحسومات عن سلوكيات المدرب:

سلوكيات المدرب

بواسطة رئيس اللجنة العليا بالتشاور مع باقي أعضاء اللجنة	لكل بطولات الاتحاد الدولي الرسمية المسجلة
سلوكيات المدرب ذات التأثير غير المباشر على النتيجة والأداء للجمبازي/ الفريق	
سلوك المدرب غير الرياضية (صالحة لكل أدوار البطولة)	المرة الأولى كارت اصفر للمدرب (إنذار). المرة الثانية كارت احمر وطرد للمدرب من البطولة. *
سلوكيات غير المهذبة جداً والسلوكيات المزعجة وغير اللائقة للمدرب حيث لا يوجد تأثير مباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة لكل أدوار البطولة)	- كارت احمر مباشرة وطرد المدرب من مكان المنافسة. *
سلوكيات المدرب ذات التأثير المباشر على النتيجة والأداء للجمبازي/ الفريق	
سلوك المدرب غير الرياضية ذات التأثير المباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة للبطولات) مثال تأخير البطولة، أو إزعاج للبطولة، التحدث مع الحكام الفعليين (ماعدا الحكم D1).	المرة الأولى: حسم 0.5 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث مع الحكام النشطين.
	المرة الأولى: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث بعدوانية مع الحكام النشيطين.
	المرة الثانية: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني + طرد المدرب من منطقة البطولة.
السلوكيات غير المهذبة الأخرى والمزعجة بفظاظة وذات التأثير المباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة للبطولات مثال الحضور غير الصحيح للشخص المسجل في المكان الداخلي خلال البطولة.	حسم 1.00 من درجة اللاعبة أو الفريق خلال الفعالية وكارت احمر للمدرب واستبعاد من منطقة البطولة

ملاحظة: إذا تم استبعاد مدرب أو إثنين من فريق ما من ساحة البطولة من الممكن استبداله بمدرب آخر مرة واحدة خلال البطولة.

المخالفة الأولي: كارت أصفر

المخالفة الثانية: كارت أحمر وفي أي وقت يتم الاستبعاد للمدرب من باقي أطوار البطولة.

* في حال وجود مدرب واحد يمكنه البقاء ولن يسمح له بالمشاركة في بطولة العالم القادمة أو الالعاب الاولمبية.

المادة 3.4 الاحتجاجات (أنظر اللوائح الفنية).

المادة 3.5 قسم المدربين:

"In the name of all Coaches and other members of the athlete's entourage, I promise that we shall commit ourselves to ensuring that the spirit of sportsmanship and ethics is fully adhered to and upheld in accordance with the fundamental principles of Olympism. We shall commit ourselves to educating the gymnasts to adhere to fairplay and drug free sport and to respect all FIG Rules governing the World Championships"

القسم الرابع: حقوق وواجبات اللجنة الفنية

المادة 4.1: رئيسة اللجنة الفنية

في المسابقات الرسمية للاتحاد الدولي والألعاب الاولمبية رئيس اللجنة الفنية أو من يمثله يمسك منصب رئيس اللجنة العليا وبقية الأعضاء يعملون في اللجنة العليا وكمراقبين أجهزة.

مهام رئيسة اللجنة الفنية للسيدات كالتالي:

رئيس اللجنة الفنية للسيدات أو من يمثلها سوف تكون رئيسة للجنة العليا للبطولة وسوف تتضمن مهامها التالي:

1. إعطاء كل التوجيهات الفنية وتنظيم البطولة وحل المشاكل بحسب القواعد الفنية المحددة.
2. تدعو وترأس كل اجتماعات الحكام واجتماعات التعليمات.
3. تطبيق شروط الحكام بحسب القواعد الفنية المنظمة لتلك البطولة.
4. التعامل مع طلبات البت في صعوبات الحركات الجديدة ورفع جهاز المتوازي والقرارات طبيعياً تكون من قبل اللجنة الفنية للسيدات.
5. التأكد من أن الجدول الزمني المنشور في خطة العمل يسير على ما يرام.
6. مراقبة عمل مراقبين الأجهزة والتدخل في حال الحاجة إلى ذلك. ما عدا في حالة الاحتجاج لا يسمح بتعديل حسومات الخط والزمن وبشكل عام لا يسمح بتعديل الدرجة بعد إشهارها.
7. التعامل مع الاحتجاجات بحسب ما هو مذكور في اللائحة الفنية في المادة 8.4.
8. بالتعاون مع أعضاء اللجنة العليا لتحذير ولاستبدال قاض من الحكام ثبت عدم قدرته أو اعتبار عدم أهليته لذلك أو في حالة عدم التزامه بالقسم.
9. في الأيام التالية للبطولة يقومون بمراجعة الفيديو بتحليل عام بين أعضاء اللجنة الفنية وفي حالة الحكم المخطئ سوف يتم الرفع إلى لجنة الانضباط.
10. التأكد من صلاحية الأجهزة بحسب مقاسات ومواصفات الاتحاد الدولي للجمباز.
11. في بعض الظروف الخاصة من الممكن أن يعين أحد الحكام في البطولة.
12. تقديم تقرير للجنة التنفيذية للاتحاد الدولي للجمباز والذي يتم إرساله إلى الأمين العام للاتحاد الدولي بأسرع ما يمكن بما لا يزيد عن 30 يوماً بعد الفعالية والذي يحتوي التالي:

- تقرير عام بملاحظاتهم حول البطولة وخلاصتهم وتوصياتهم للمستقبل.
  - مكافآت أفضل الحكام.
  - الاستبعاد للحكام الذين لم يصلوا إلى التوقعات المطلوبة منهم.
- تقرير مفصل حول التدخلات (تغير الدرجة قبل الإشهار وبعده)
  - التحليل الفني حول حكام درجات الصعوبة.

المادة 4.2: أعضاء اللجنة الفنية

خلال كل مرحلة من مراحل البطولة أعضاء اللجنة الفنية أو من يمثلونهم سوف يعملون كأعضاء في اللجنة العليا للبطولة ومراقبون للأجهزة.

عليهم المسؤوليات التالية:

1. المشـاركة في إدارة اجتماعات الحكام واجتماعات التعليمات المختلفة وإرشـاد الحكام للخروج بتقييم صـحيح في الجهاز المعني.
2. تطبيق قواعد الحكام بنزاهة وبالتنسيق فيما بينها وبين القواعد المنظمة لتلك البطولة.
3. تسجيل محتوى التمارين بطريقة الرموز.
4. حساب درجة D ودرجة E(درجة للمراقبة) لتقييم عمل لجنة الصعوبة ولجنة E.
5. مراقبة التقييم الاجمالي والدرجة النهائية لكل تمرين.
6. التأكد من منح اللاعبة الدرجة الممنوحة له على تمرينه.
7. التأكد من صـلاحية الأجهزة المسـتخدمة في الروتين وفي الإحماء وفي قاعة البطولة وتوافقها مع مواصـفات وقياسات الأجهزة المعتمدة من الإتحاد الدولي للجمباز.

الفصل الخامس قواعد بناء وتركيب لجان الأجهزة

المادة 5.1: مسئوليات الحكام

كل قاض مسؤول عن درجته في البطولة وكل أعضاء لجنة الجهاز يجب عليهم تحمل المسئوليات التالية:

أ- المعرفة التامة بـ:

- اللوائح الفنية الخاصة بالاتحاد الدولي
- القانون الدولي للجمباز - السيدات
- قواعد الحكام.
- الإلمام التام بكافة اللوائح التي تعمل على تحمله لمسئولياته خلال البطولة.

ب- أن تكون حائزة على شارة تحكيمية دولية بالسلك الحالي.

ت- أن يكون في فئة الحكام التي تسمح له بالتحكيم في تلك البطولة.

ث- أن يكون ملما بكافة المعارف اللاعبة العصرية وأن يفهم المواضيع الخاصة.

ج- أن يحضـر كل اجتماعات الحكام قبل البطولة المعنية ومن الممكن فقط عمل اسـتثناءات من قبل اللجنة الفنية في الاتحاد الدولي للجمباز.

ح- الانخراط في كل الفعاليات المنظمة والخاصـــة بالحكام من قبل اللجنة المنظمة (مثال: تعليمات طريقة إدخال البيانات).

خ- حضور التدريبات على منصة البطولة إجباري على كل الحكام لحكام لجنة الصعوبة.

د-أن يكون مستعداً للعمل على كل الأجهزة.

ذ-أن يكون قادراً لتأدية مهام متعددة مثل:

- تعبئة استمارة الدرجات بطريقة صحيحة.
- استخدام الحاسوب أو أي آلة أخرى.
- الفعالية في إنجاح العمل.
- التواصل الصحيح بفعالية مع الحكام الآخرين.

ر- أن يكون جاهزاً ومسـتعداً ويحضـر على الأقل بسـاعة قبل موعد البطولة أو بحسـب خطة العمل المقدمة في البطولة.

ز- أن يلبس اللباس المحدد من قبل الإتحاد الدولي (معطف أزرق داكن – أو تنورة بنطلون رمادي وبلوزة بيضاء – قميص أبيض مع ربطة عنق (كرافتة) للحكام الذكور) ما عدا في الألعاب الأولمبية والفعاليات الأخرى التي يتم فيها تزويد اللجنة المنظمة للحكام بالملابس.

خلال البطولة يجب على الحكم:

1. التصرف باحترافية في العمل والتصرف بالتصرفات اللائقة.
2. الحكم عليه المسئوليات المحددة في المادة 5.4.
3. تقييم كل التمارين بسرعة وطريقة صحيحة وعادلة وحين يكون هناك شك يمنح الشك لصالح اللاعبة.
4. استعمال التدوينات بالرموز تسجيل علاماتهم في السجل الخاص بهم.
5. البقاء في مكانه المحدد (باســـتثناء في حالة طلب منه D1) وتحاشـــي الكلام والتناقش مع اللاعبات، المدربين، رؤساء الفرق والحكام الآخرين.

الحسومات حول سوء التقييم والسلوكيات الخاصة بالحكام سوف تكون بالتنسيق مع اللوائح الخاصة بالحكام أو اللوائح الفنية المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي للجمباز.

المادة 5.2: حقوق الحكام

في حالة تدخل مراقب اللجنة، الحكم له الحق في تفسير وشرح درجته والموافقة أو عدم الموافقة على التغيير، وفي حالة عدم الاتفاق على تغيير الدرجة من الممكن أن يتم تجاوزه من قبل اللجنة العليا ويتم إبلاغه بذلك.

في حال توقيع عقوبة على الحكم له الحق في اتخاذ التالي:

أ- يتقدم الى اللجنة العليا في البطولة في حال تمت العقوبة عليه من قبل مراقب الجهاز.

ب-يتقدم الى لجنة الطعن في حال أن العقاب تم عليه من قبل اللجنة العليا.

المادة 5.3: تكوين لجنة الجهاز

لجنة الجهاز (لجنة التحكيم)

في كل بطولات الاتحاد الدولي (في بطولات العالم – بطولات كأس العالم – الألعاب الاولمبية) ســـوف تتكون لجنة الجهاز من لجنة (D) ولجنة (E)

ت- حكام لجنة D يتم تعينهم بالقرعة عن طريق اللجنة الفنية في الاتحاد الدولي للجمباز بحســـب اللوائح الفنية المعتمدة.

ث- حكام لجنة E والحكام الإضـــافيين ســـوف تتم القرعة بهم من خلال المفوض الفني بالتوافق مع اللوائح الفنية المعتمدة.

بناء وتركيب لجان الأجهزة سيكون كالتالي

الالعاب الأولمبية وبطولة العالم 9 حكام في كل لجنة	الفعاليات الدولية الأخرى على الأقل 4 حكام في كل لجنة
2 D - في كل جهاز 7 E - في كل جهاز	2 D - في كل جهاز 4/2 E - في كل جهاز

- حكم خط لطاولة القفز.
- ميقاتي للزمن في المتوازيين.
- عدد 2 ميقاتي في عارضة التوازن.
- 2 حكام خط للتمارين الأرضية.
- ميقاتي في التمارين الأرضية.

من الممكن تغيير هيكلة لجنة التحكيم للبطولات الدولية الأخرى أو البطولات الوطنية والمحلية.

المادة 5.4: وظائف لجنة الجهاز

المادة 5.4.1: وظيفة حكام لجنة D

أ- تدوين محتوى الروتين بطريقة الرموز، التقييم باســـتقلالية بدون تحيز ومن ثم يقومان بتحديد محتوى درجة D، المناقشة بينهما مسموحة.
ب- إدخال الدرجة D إلى جهاز الحاسوب.
ت- درجة D تحتوي على:

- قيمة الحركات (قيمة الصعوبة) بحسب جدول الحركات.
- قيمة التركيب
- قيمة الربط بحسب القواعد المنظمة للربط في كل جهاز.

ث- يجب أن تتأكد لجنة الصعوبة في طاولة القفز من مراقبة حكم الخط لمتطلبات الإحماء.

مهام الحكم D1:

أ- العمل كهمزة وصل بين لجنة الجهاز وبين مراقب الجهاز. مراقب الجهاز في حالة الضرورة يستشير اللجنة العليا.
ب- تنسيق العمل لحكم الخط، الميقاتي، السكرتارية.
ت- التأكد من السير الحسن للجهاز متضمناً سير الإحماء.
ث- عرض الضوء الأخضر أو أي علامة مرئية أخرى للاعبات لإعلامهم ببدء الروتين خلال 30 ثانية.
ج- التأكد من أنه تم حسم مخالفات الخط والزمن والمخالفات الأخرى من الدرجة النهائية قبل إعلانها للجمهور.
ح- التأكد من أنه تم تطبيق الحسومات التالية:

- فشل اللاعبة في تقديم نفسه في بداية الروتين أو في نهايته.
- تنفيذ قفزة غير صالحة " قفزات 0.00"
- حصول المساعدة للجمبازي خلال: القفزة أو الروتين أو الهبوط.
- التمرين القصير.

وظائف لجنة D بعد البطولة:

سوف يقومان بكتابة تقرير حول البطولة وإرساله إلى رئيس اللجنة الفنية ويحتوي التقرير على التالي:

- قائمة بالمخالفات التي حصلت وما تم اتخاذه من قرار ومناقشات حول ذلك مع بيان اسم اللاعبة ورقمها.
- توفير ورقة التدوين بالرموز الخاصة بهم خلال المشاورات وتقديم أوراق الرموز في نهاية البطولة إلى مراقب الجهاز.

المادة 5.4.2: وظائف لجنة E:

يجب عليهم:

أ- مراقبة كامل الروتين بانتباه وتقييم الأخطاء وتسجيل ذلك بشكل صحيح. باستقلاليه وبدون تشاور مع الحكام الآخرين.

ب- تدوين المخالفات تحو الأمور التالية:

- الأخطاء العامة.
- أخطاء التنفيذ الخاصة بالأجهزة.
- أخطاء الجانب الفني (الارتيستري).

ت- يجب عليهم تدوين الدرجة في ورقتهم ويوقعونها أو إدخال الدرجة من خلال الحاسوب.

ث- يجب أن يكون لديهم القدرة على تقديم تقرير شـــخصـــي عن تقيمهم للروتين (نحو أخطاء التنفيذ وأخطاء الجانب الفنية)

المادة 5.5: وظائف الميقاتي وحكام الخط والسكرتارية.

المادة 5.5.1: الميقاتي وحكام الخط

يتم اختيار حكام الخط وحكام الوقت بالقرعة من الحكام الدوليين للقيام بالتالي:

حكام الخط:

- في البســاط الأرضـــي والقفز يحددان مقدار الخروج من الخط كما يجب عليهم الاعلام عن ذلك من خلال رفع علم.
- إعلام رئيس اللجنة D1بالمخالفة وقيمة الحسم من خلال كتابة ذلك وتوقيع التقرير المكتوب.
- في القفز يقومون بمراقبة عدد القفزات المنفذة لكل لاعبة خلال الإحماء.

الميقــاتـــي:

- حساب قيمة زمن الروتين في عارضة التوازن والبساط الأرضي.
- حساب الزمن الكلي للسقوط في عارضة المتوازي وعارضة التوازن.
- حساب الزمن بين الضوء الأخضر وبدء الروتين.

- التأكد من سير الوقت بشكل صحيح خلال الاحماء وفي حال عدم احترام الوقت يقومون بالكتابة إلى رئيس اللجنة بذلك.
- يقوم بعمل إشارة صوتية للاعبة ولجنة الصعوبة في العارضة.
- أعلام رئيس اللجنة بالمخالفات التي تحدث والحسومات يقوم بالتوقيع وتسليم ورقة بذلك لرئيس اللجنة.
- مخالفات الزمن حين لا يكون هناك إدخال في جهاز الحاسوب يجب على الميقاتي تسجيل الوقت بدقة وبشمول.

ملاحظة: تسجيل الزمن فيما يخص مدة الروتين وطول الروتين يجب أن يسجل بالثواني.

المادة 5.5.2: وظائف السكرتارية

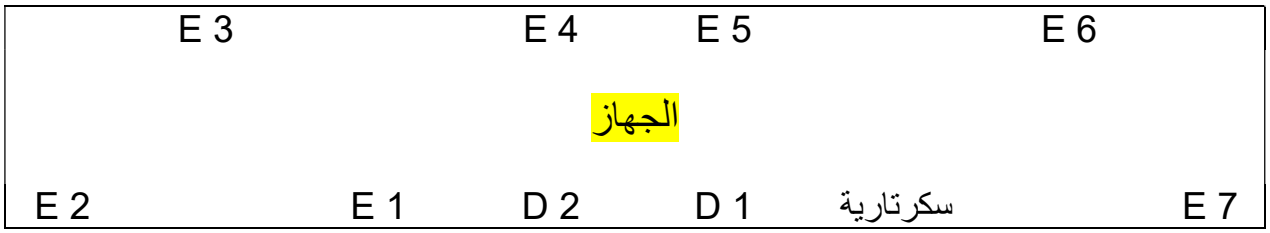
السكرتارية يجب عليهم أن يكون لديهم معرفة بالقانون الدولي للجمباز وباستخدام الحاسوب. ويتم اختيارهم عادة من قبل اللجنة المنظمة للبطولة. تحت إشراف حكم D1 يجب عليهم كتابة كل المدخلات في الحاسوب:

ج- التأكد من المرور الصحيح للفرق وللاعبات.
ح- تشغيل الضوء الأخضر والضوء الأحمر.
خ- العرض الصحيح للدرجة النهائية.

المادة 5.6: تنظيم جلوس الحكام

يجب أن يتم جلوس الحكام بمسـافة من الجهاز بحيث أن هذه المسـافة تسـمح لهم برؤية كامل الروتين بحيث أنه يمكنهم القيام بمهامهم في التقييم بدون أي عوائق.

د- حكام لجنة D يجب أن يكونا على خط واحد مواجه لمنتصف الجهاز.
ذ- الميقاتي يجلس بجانب اللجنة في أي جهة.
ر- حكما الخط يجب أن يكونا في زاويتين متقابلتين ويراقب كل منهما الخطين القريبين منه.
ز- حكم الخط في القفز يجب أن يجلس في المنطقة البعيدة من منطقة الهبوط.
س- حكام لجنة E سوف يجلسون حول الجهاز بحسب دوران عقارب الساعة بالبدء من يسار للجنة D.



من الممكن تغيير أماكن جلوس الحكام بحسب شروط قاعة البطولة.

المادة 5.7: قسم الحكام

القسم التالي سوف يقرأه أحد الحكام في بطولة العالم أو البطولات الأخرى المهمة (بحسب المادة 7.12 من اللائحة الفنية) والذي يجب على الحكام احترامه.

"In the name of all the judges and officials, I promise that we shall officiate in these World Championships (or any other official FIG Event) with complete impartiality, respecting and abiding by the rules which govern them, in the true spirit of sportsmanship"

الجزء الثاني

تقييم الروتين

(تحديد الدرجات)

القسم السادس - تحديد الدرجة

6.1: عموميات

قاعدة تقييم التمارين وتحديد الدرجة النهائية ستكون هي نفسها في كل أدوار البطولات (التأهيلية – نهائي الفرق - نهائيات المجموع العام - نهائيات الأجهزة) ماعدا طاولة القفز والتي لها قاعدة خاصة بالتأهل وكذلك في الدور النهائي (القسم 10).

المادة 6.2: تحديد الدرجة النهائية

أ- الدرجة النهائية في كل جهاز للتمرين سوف تؤسس من خلال درجتين منفصلتين هما درجة D ودرجة E.

ب- لجنة الصعوبة تحدد درجة D والتي هي محتوى الروتين ولجنة التنفيذ تحدد درجة E والتي هي درجة التنفيذ ودرجة الجانب الفني (الارتستري).

ت- الدرجة النهائية ستؤسس بإضافة درجة D مع الدرجة النهائية لـ E وفي بعض الأحوال يتم حسم الجزاءات منها (المادة 5.4.1).

ث- درجة المجموع العام هي مجموع الدرجات النهائية المتحصل عليها على الأربعة الأجهزة.

ج- درجة الفريق سوف تحسب بحسب اللوائح الفنية الجارية والخاصة بتلك البطولة.

ح- التأهل إلى / والمشاركة في النهائيات (الفرق - الفردي العام – الأجهزة) سوف تحسب بحسب اللوائح الفنية الجارية والخاصة بالبطولة.

خ- كمبدأ عام لا يمكن تكرار الروتين.

حساب الدرجة النهائية

مثال درجة D + درجة E = الدرجة النهائية

درجة D		
الصعوبة (3 C, 3 D, 2 E)	3.10 +	
متطلبات التركيب	2.00 +	
محسنات الربط	0.6 +	
إجمالي درجة الصعوبة D	5.7	
درجة التنفيذ E		10 درجات
التنفيذ	0.7-	
الجانب الفني (الارتستري)	0.3 -	
الإجمالي	1	
درجة E =	9	
إجمالي الدرجة النهائية	14.70	

ملاحظة: درجة التنفيذ ودرجة الجانب الفني يتم جمعهما مع بعض ثم يتم التنقيص من عشرة نقاط.

درجة E يتم احتسابها من خلال استخراج المتوسط وكالتالي

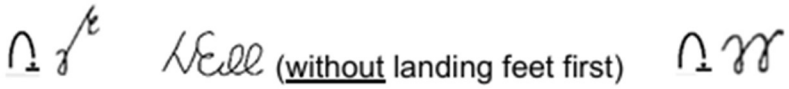
عدد حكام E	طريقة الحساب
7 أو 5	متوسط 3 علامات الوسطية
4	متوسط 2 علامات الوسطية
3	متوسط 3 علامات
2	متوسط العلامتين

6.3: الروتين القصير

من الممكن أن تتحصل اللاعبة على 10 درجات لتنفيذ وللجانب الفني في الأداء.
سوف تقوم لجنة الصعوبة بأخذ الحسومات المحايدة التالية في حال الروتين القصير ويتم الحسم من الدرجة النهائية

- عدد 7 حركات أو أكثر — لا يوجد حسم
- 5 عدد إلى 6 حركات — حسم 4 درجات
- عدد 3 إلى 4 حركات — حسم 6 درجات
- عدد حركة إلى حركتين — حسم 8 درجات
- لا توجد حركات — حسم 10 درجات

مثال 3 اللاعبة سقطت بعد تنفيذ 4 حركات ولم تكمل الروتين والهبوط لم يكن على القدمين أولاً



درجة الصعوبة (A + C + A + X + X + E) قيمة الصعوبة	1.00
التركيب مجموعة 2 ومجموعة 3	1.00
محسنات الهبوط	0.20
درجة الصعوبة	2.20
أقصى درجة للتنفيذ هي	10.00
الحسم الخاص بلجنة التنفيذ هو	4.10
درجة لجنة E	5.9
الدرجة النهائية	8.1
حسومات الروتين القصير	6.00
الدرجة النهائية بعد حسومات الروتين القصير هي 6 درجات إذا الباقي كدرجة نهائية هو	2.1

القسم السابع

القواعد الخاصة بحساب درجة الصعوبة D Score

7.1 : درجة الصعوبة D Score (المحتوي)

أ- درجة الصعوبة في القفز هي الدرجة الموجودة داخل الجداول الخاصة بطاولة القفز لكل قفزة.

ب- درجة الصعوبة في المتوازيين والعارضة والحركات الأرضية تتضمن أعلى 8 حركات صعوبة ومتطلبات التركيب ودرجة الربط.

7.2 : درجة الصعوبة (الصعوبات)

درجة الصعوبة تتحدد بحسب الحركات الموجودة داخل جداول الصعوبات والذي يتوسع باستمرار بحسب الحاجة.

أ- أعلى 8 حركات صعوبة متضمنة حركة النهاية في المتوازي والعارضة والحركات الأرضية.

ب- لجنة الصعوبة سوف تحتسب بشكل دائم للصعوبات ماعدا في حال فشل اللاعبة في تحقيق شروط المتطلبات الفنية للحركة.

قيم الصعوبات للحركات محددة كالتالي

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9	1.0

7.2.1 : الاعتراف بصعوبة الحركة

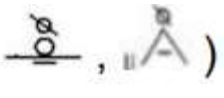
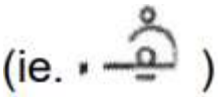
أ- للاعتراف بالحركة يجب أن تكون منفذة بحسب الوصف الفني لوضعية الجسم في جداول الصعوبات.

ب- الحركة سوف تتحصل على قيمة مرة واحدة فقط وبحسب الترتيب الزمني.

ت-قلبات الأرابيان سوف تعتبر حركات قلبات أمامية.

ث-الاعتراف بالحركات المماثلة أو حركات مختلفة.

- حركات الرقص المختلفة الموجودة في نفس المربع (بنفس الرقم) سوف تتحصل على قيمة مرة واحدة فقط خلال الروتين وبحسب الترتيب الزمني.
- (في العارضة والبساط) سوف يتحصل الدوران (البيرويت) المتكور على قدم واحدة على قيمة لمرة واحدة فقط ومن خلال الترتيب الزمني.
- أقصى حد لحركات اللف لتحديد:
  - باسي بيروتس (Passe Pirouttes) هو 1/4 أي 1440 درجة (أربع لفات)، لذلك تنفيذ 1/5 منها سوف يعتبر نفس الحركة مثل 1/4).
  - جميع البيروييت مع وضعيات مختلفة للرجل هي 1/3 (1080 درجة) (ثلاث لفات).

- السبليت/ الوثبات والقفزات مع فتح الرجلين الواسع (سترادلد) هي (ie. ) 1 ½ (540 درجة) أي لفة ونصف.
- القفزات والوثبات المعقدة (ie. ) هي 1/1 (360 درجة) أي لفة واحدة.

ج- الحركات ستعتبر مختلفة عندما تكون في مربع منفصل في جدول الصعوبات

ح- الحركات ستعتبر نفسها إذا كانت في نفس المربع ولديها الخصائص التالية

- حركات المتوازي
  - إذا تمت مع / أو بدون نط مغير للقبضة.
  - حركة الجاينت للأمام أو الخلف مع فتح الرجلين أو ضمهما أو مع ثني الورك أو استقامته.
  - حركة الدوران والرجلين فوق البار بالشكل المنحني سواء أديت برجلين مفتوحة أو مغلقة.
  - الرجلين معاً أو متفارجة في حركات الطيران.
- حركات الرقص
  - الارتقاء بقدم واحدة أو الاثنتين مع نفس شكل الرجل
    - مثال: قفزة الذئب بالنط برجل واحدة والقفز بالقدمين لقفزة الذئب
  - التنفيذ بشكل طولي أو عرضي (عارضة التوازن)
    - القفز الجانبي سوف يتحصل على صعوبة حرف واحد للأعلى عن القفز بالاتجاه الطولي.
      - ❖ إذا تم تنفيذ نفس القفزة من الوقوف عرضـيًا أو طوليًا سـوف يتم منح مرة واحدة بحسب الترتيب الزمني.
      - ❖ القفزات التي تبدأ من الوضـعية العرضـية وتنتهي في الوضـعية الطولية أو العكس، سـوف تعتبر أنها قفزة أديت طوليًا (إضـافة 90 درجة من اللف لا يجعل الحركة مختلفة).
  - الهبوط على قدم واحدة أو القدمين (عارضة التوازن)
  - الهبوط على قدم واحدة أو القدمين أو الانبطاح (البساط)
- حركات الأكرو
  - ❖ حركات الاكرو التي تنتهي بالهبوط على قدم واحدة أو القدمين.

خ- الحركات ستعتبر مختلفة إذا كانت في نفس المربع ولديها الخصائص التالية

- حركات الأكرو
  - وضعيات مختلفة للجسم (مكور – منحني أو مستقيم) خلال القلبات الهوائية.
  - توجد درجات مختلفة من اللف ½، 1/1، 1 ½ (نصف لفة، لفة، لفة ونصف).. الخ.
  - الاستناد تم على ذراع واحدة أو الذراعين أو حر.
  - الإقلاع تم من قدم واحدة أو القدمين.

7.2.2 : الاعتراف بالحركات يكون حسب الترتيب الزمني (التسلسل)

أ. في حالة الفشل في تنفيذ الحركة فنيًا سوف يتم الاعتراف ك:

- حركة أخرى من الجداول أو
- بدون قيمة أو

- قيمة أقل بصعوبة واحدة.

ب. في حال الاعتراف بالحركة كحركة أخرى من جداول الصـــعوبات ثم تم تنفيذها مرة أخرى بطريقة صحيحة فنيًا سوف يتم الاعتراف بالحركتين.

- مثال: نط ســـبليت لحركة الرنج تتطلب بدون تقوس ســـوف تعتبر نط ســـبليت وإذا تم تنفيذ نط ســـبليت إلى حركة الرنج فيما بعد ســـوف يتم منح الحركين للقيمة لأنهما موجودتان في جداول الصعوبات.

- مثال في عارضـــة التوازن: ✓ ســـوف تعتبر حركة أخرى من القانون الدولي ○ بســـبب الفشل للاحتفاظ بالرجل الحرة في المستوى الأفقي من البداية إلى النهاية (360 درجة). وإذا تم تنفيذها مرة أخرى وبطريقة صحيحة سوف تعتبر ✓ .

ج – في حال منح الحركة قيمة أقل بحرف من قيمتها بســـبب الفشـــل في تحقيق المتطلبات التقنية للحركة وتم تكرارها لاحقًا في الروتين بنفس الكيفية سوف يتم اعتبار ذلك تكرار ولن يتم منحها أي قيمة.

- مثال في المتوازي: حركة الدورة العظمي (الجاينت) للخلف مع لفة ونصـــف 1 ½ والتي تم منحها صـــعوبة بحرف أقل (C)، بســـبب الفشـــل للوصـــول إلى الوقوف على اليدين قبل اللف (المرجحة). إذا تم تكراراها مرة أخرى وتم إكمال الدوران 1 ½ لن يتم منحها صعوبة (D).

7.2.3 : الحركات الجديدة

يجب على المدربين كتابة الحركة الجديدة أو القفزة الجديدة وهي الحركة التي لم تنفذ بعد أو ليست موجودة في جداول الصعوبات.

- يجب أن يتم تقديم الحركة الجديدة في اليوم والساعة المحددة في خطة العمل.
- الطلب يجب أن يرفق مع رسومات توضيحية وفيديو محفوظ على وسيلة تخزين إلكترونية (USB).
- القيمة الممنوحة للحركة في البطولة فقط قيمة أولية وسوف يتم اعتماد القيمة للحركة من قبل اللجنة الفنية لاحقاً.
- الحركة التي سيتم تنفيذها في تصفيات الالعاب الأولمبية يجب أن يتم اعتمادها من رئيس اللجنة الفنية قبل أن يتم تنفيذها في البطولة.
- تقييم الحركة الجديدة سوف يتم بأسرع ما يمكن إلى الاتحاد المعني وإلى الحكام من خلال الاجتماع التقني للحكام قبل البطولة.
- القرار له الفعالية فقط في تلك البطولة.
- الحركة الجديدة سوف تظهر في تحديثات القانون الدولي فقط بعد تنفيذها من قبل اللاعبة ومن ثم اعتمادها من قبل اللجنة الفنية.

لكي تتحصل الحركة على تسمية تبعاً للاعبة يجب أن يتوفر فيها التالي:

- تنفيذ بنجاح في أي بطولة دولية من بطولات الاتحاد الدولي الرسمية 1، 2 أو 3 سواء بحضور أو بدون حضور الممثل الرسمي للاتحاد الدولي.
- أن تكون قيمتها C أو أعلى ومنفذة للحصول على الصعوبة.
- القيمة والصعوبة فقط سوف يتم منحها في بعد تحليل اللجنة الفنية لها.
- إذا تم تنفيذها من أكثر من لاعبة في نفس البطولة فسوف يتم تسميتها تبعاً لهن جميعاً.
- الاتحاد المعني يجب عليه الزاماً إرسال فيديو إلى رئيس اللجنة الفنية بأسرع من يمكن بعد البطولة بالإضافة الى أن المسؤول الفني يجب عليه إرسال الفيديو الذي تم تقديمه من قبل المدرب في البطولة وجميع تفاصيل تقييم الحركة الذي تم.

7.3 : المجموعات الحركية (متطلبات التركيب)

متطلبات التركيب موصـــوفة في الفصـــل الخاص بكل جهاز وأعلى درجة تتحصـــل عليها اللاعبة هي 2.00.

أ- فقط الحركات الموجودة في جداول الصعوبات يمكن أن تؤدي إلى تحقيق المتطلب.

ب- الحركة الواحدة يمكن أن تحقق أكثر من متطلب ومهما يكن الحركة لا يمكن أن تتكرر لتلبية متطلب آخر.

7.4 : قيمة الربط

الحركات المستخدمة يجب أن تكون مؤداه بشكل بطريقة ربط خاصة في المتوازيين وعارضة التوازن والحركات الأرضية.

أ- في الربط ليس من المهم أن تكون ضمن الحركات المعدودة، ولكن يجب أن تكون داخل جداول الصعوبات.

ب- قيمة الربط التي ستمنح ستكون كالتالي

0.10 أو 0.20

ت- طريقة الربط المعتمدة موصوفة في الفصول الخاصة بالأجهزة. القسم الثالث في 11 – 12 – 13

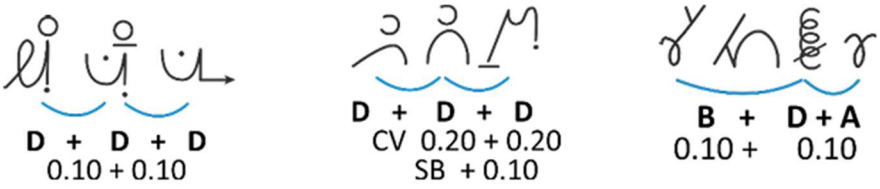
ث- الحركات التي تم تخفيضها ممكن أن تستخدم في الربط.

ج- حتى تتحصـــل الحركة على محســـن الربط يجب أن تؤدى بدون ســـقوط وبحســـب الطريقة الموصوفة فنياً في الفصل الخاص بالجهاز.

ح- عند الربط ل ثلاث حركات أو أكثر بشكل مباشر الحركة الثانية يمكن أن تستخدم ك:

- المرة الأولى كآخر حركة في الربط و
- المرة الثانية كأول حركة للبدء في ربط جديد

مثال



7.4.1: الربط المباشر والربط غير المباشر

جميع أنواع الربط يجب أن يكون مباشر

فقط في الحركات الأرضية يمكن أن الربط في حركات الأكرو يكون غير مباشر.

الربط المباشر هو الربط الذي يتميز بعدم وجود العوامل التالية:

أ- توقف بين الحركات

ب- خطوة إضافية بين الحركتين.

ت- لمس القدم للعارضة خلال الحركة.

ث- فقدان التوازن بين الحركات.

ج- المد الواضح للرجل أو الورك في الحركة الأولى قبل القفز للحركة الثانية.

ح- مرجحة اضافية كبيرة للذراعين.

الربط غير المباشر (فقط في جملة من حركات الاكرو في البساط) والذي يكون فيها مرحلة طيران وأيضًا وضع استناد باليدين على البســـاط، (من المجموعة 3) كمثال تنفيذ حركة الرندف، فليك فلاك والتي هي حركات إعدادية وتنفيذها بين حركات القلبات الهوائية.

الاعتراف بالربط بين الحركات المباشـرة والحركات غير المباشـرة في الحركات الأرضـية يجب أن يتم بمقتضـى مصـلحة اللاعبة.

الترتيب لتتابع الحركات داخل الربط يمكن أن يتم اختياره بحرية ما لم تكن هناك اشتراطات خاصة (متطلبات خاصة)

7.4.2: تكرار الحركات للحصول على قيمة خلال الربط

أ. لا يمكن تكرار الحركات في ربط آخر للحصـــول على قيمة الربط والاعتراف يتم بحســـب الترتيب الزمني.

ب. الحركة نفسـها في المتوازي وحركات الأكرو في العارضـــة والبســـاط يمكن أو يتم تكرارها مرتين بتعاقب مباشر للحصول على الربط، حركات الرقص لا يمكن تكرارها.

أمثلة

المتوازي - كاتشيف مرتين بشكل متعاقب

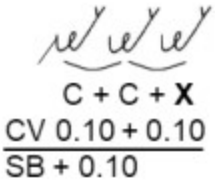
شتالدر مع لفة مرتين

عارضة التوازن - فليك فلاك مع لفة مرتين

البساط - سـواء بالربط المباشـر او غير المباشـر تنفيذ حركة التامبو مرتين قبل حركة القلبتين الخلفية المنحنية.

ت. في الربط المبـاشـــر لثلاث حركـات أو أكثر، حركـة الطيران المكررة في المتوازي أو العارضة أو البساط يجب أن تربط بشكل مباشر وقيمة الربط سيتم منحها لكل الربط.

العارضة

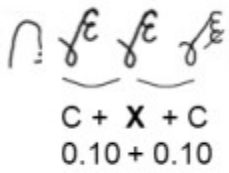


إجمالي الربط 0.20 والتسلسل 0.10

القلبة الهوائية قد تكون استخدمت

- المرة الأولى كحركة ثانية في الربط.
- المرة الثانية كحركة أولى في ربط جديد.
- المرة الثالثة ربط لنفس حركة الطيران.

البساط



إجمالي الربط 0.20

القلبة الهوائية قد تكون استخدمت ك:

- المرة الأولى ربط لنفس حركة الطيران.
- المرة الثانية كحركة أولى في ربط جديد.

7.4.3: محسنات الهبوط (حركة النهاية)

في المتوازي وعارضة التوازن والبساط سوف يتم منح 0.2 لكل حركة نهاية بصعوبة D أو أعلى.

لكي يتم منح محسن لحركة النهاية يجب أن يكون التنفيذ خال من سقوط.

البساط: لكي يتم منح محسن حركة النهاية يجب أن يكون الخط الأكرو الأخير غير محتوي على سقوط.

القسم 8 – إرشادات فنية

لأجل الاعتراف بصـــعوبة الحركات يجب النظر الى بعض التوجيهات الخاصـــة ببناء الحركات من حيث الزوايا ووضعية الجسم

8.1 : كل الأجهزة

وضعية الجسم

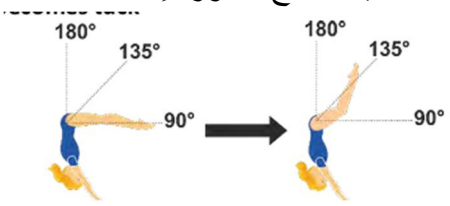
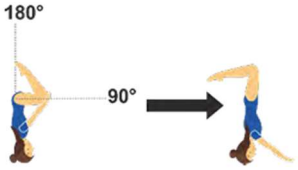
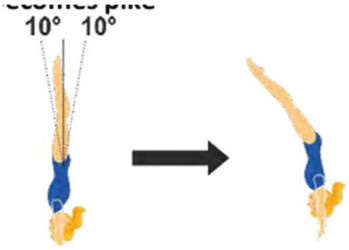
المتكورة	المنحنية	المستقيمة
زاوية الورك والركبتين 90 درجة في القلبات الهوائية وحركات الرقص	زاوية الورك 90 درجة في القلبات الهوائية وحركات الرقص	الجسم يشكل خط مستقيم

8.1.1: الاعتراف بالحركات

الوضع المستقيم

- اغلب وضعية القلبة الهوائية يجب أن يكون فيها يسيطر الوضع المستقيم أكثر في:
  - القلبات المنفردة
  - القلبات المزدوجة في البساط وحركة النهاية في البار
  - القفزات في القفز
- عندما لا يكون هناك وضعية مستقيمة سوف يتم اعتبارها منحنية في:
  - حركات بدون لف في البار والعارضة والبساط.
- ثني طفيف في الورك حتى 30 درجة يسمح به في القلبات بدون لف في القفز

الاعتراف بوضعية الجسم خلال الحركة في القلبات المنفردة والقلبات المزدوجة بدون لف حول المحور الطولي

القلبة المنحنية تصبح متكورة إذا 	لجنة الصعوبة إذا كانت في القلبة المنحنية زاوية الورك أقل من 135 سوف تمنحها لجنة D تعتبرها متكورة
القلبة المتكورة تصبح مستقيمة إذا 	إذا تم فتح الورك 180 درجة
القلبة المستقيمة تصبح منحنية إذا 	حدث إنحناء في زاوية الورك قوس بسيط في الصدر أو تقوس طفيف للخلف أمر يسمح به

8.1.2: الهبوط من القلبات المنفردة المحتوية على اللف

أ- الحركات مع اللف تنفذ

- كصعود وكحركة نهاية من البار والعارضة.
- خلال الروتين في العارضة والبساط.
- كل الهبوطات في القفز.

يجب أن ينتهي اللف بالضبط أو سيتم اعتبار الحركة كحركة أخرى من القانون.

ملاحظة: عند تحديد مقدار اللف مكان القدم الأولى هو الذي يحدد بدقة لصعوبة الحركة.

ب-للدوران الناقص

- ثلاث لفات سوف تعتبر لفتين ونصف
- لفتين ونصف تصبح لفتين
- لفتين تصبح لفة ونصف
- لفة ونصف تصبح لفة

البساط: إذا تم ربط حركة محتوية على اللف مع حركة أخرى محتوية على اللف وفي القلبة الأولى كان الدوران غير مكتمل بالضبط (لكن استطاعت اللاعبة الاستمرار في القلبة الثانية) فإن الحركة الأولى لن يتم خفض قيمتها.

8.1.3: السقوط خلال الهبوط

أ- مع الوصول على القدمين أولاً: يتم احتساب الحركة

ب- مع عدم الوصول على القدمين أولا: عدم احتساب الحركة

8.2 : العارضة والبساط

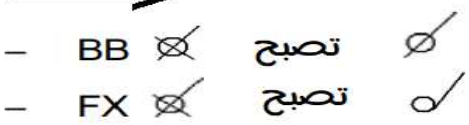
8.2.1: احتساب صعوبة الحركة للدوران على رجل واحدة:

- 180 درجة لعارضة التوازن
- 360 درجة للبساط
- يجب أن يكتمل الدوران بدقة وإلا فسوف يتم إعتبار الحركة حركة أخرى من القانون الدولي.
- مكان الكتفين والورك يجب أن يتم تحديده بدقة وإلا ســـيتم الاعتراف بحركة أخرى من القانون الدولي.

اعتبارات الدوران:

- يجب أن يكون على الأمشاط.
- وضعية ثابتة ومحددة خلال الدوران.
- الرجل الداعمة سواء كانت مثنية أو مستقيمة (الكوروجرافي) لا تغير قيمة الصعوبة.
- الدوران على رجل واحدة يستدعى أن تكون الرجل الحرة في وضعية محددة وهذه الوضعية يجب أن يتم الاحتفاظ بها خلال كامل الدوران.
- إذا لم تكن الرجل الحرة في الوضـعية المحددة الموصـوفة فسيتم النظر إلى الحركة كحركة أخرى من القانون.

أ- للدوران الناقص على قدم داعمة



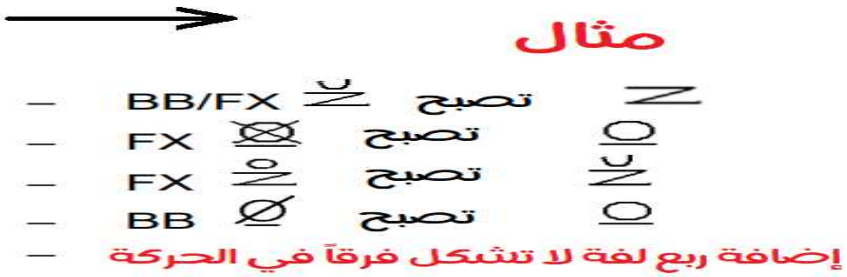
8.2.2: منح القيمة للوثبات والنط والنط مع الدوران لهم علاقة ب:

- 180 درجة للعارضة والبساط (السبليت، تفارج الرجلين وقفزة الرنج (الخاتم))
- 360 درجة للبساط.

مختلف التقنيات للوثبات والقفزات والنط مع لفة 1/1 (360 درجة) أو أكثر مسموح فيها الشكل المنحني أو الشكل متكور أو تفارج الرجلين ومن الممكن أن يكون في بداية الحركة أو في وسطها أو في آخرها (مالم يكن هناك شروط خاصة لتنفيذ الحركة).

في القفز والنط مع الدوران ½ لفة (180 درجة) الشكل الموصـوف يجب أن يتم في بداية أو في نهاية الدوران في الحركة.

الدوران الناقص أكثر من 30 درجة سيتم الاعتراف بالحركة كحركة أخرى من القانون.



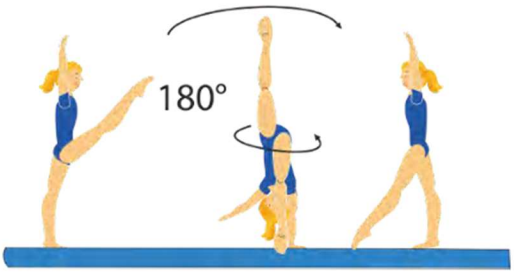
تعريفات

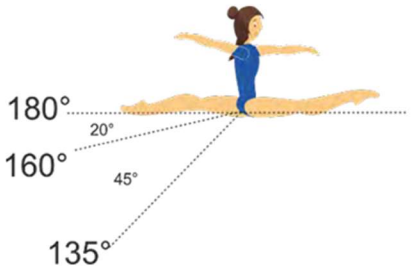
- الوثبات Leaps: الإقلاع يكون من القدم الأولى والهبوط يكون على القدم الثانية أو على القدمين معاً.
- النط Hops: الإقلاع يكون من القدم الأولى والهبوط يكون على نفس القدم أو على القدمين معاً (تفارج الرجلين 180 درجة غير مطلوب)
- القفز Jumps: الإقلاع يكون بالقدمين والنزول من الممكن أن يكون على قدم واحدة أو القدمين معاً.

ملاحظة في القفزات والوثبات مع السبليت تفارج الرجلين 180 درجة أمر مطلوب.

8.2.3: متطلب السبليت

الدرجة المفقودة (الناقصة) لتفارج الرجلين خلال الوثبات والنطات وحركات القفز

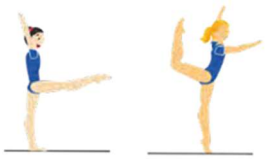




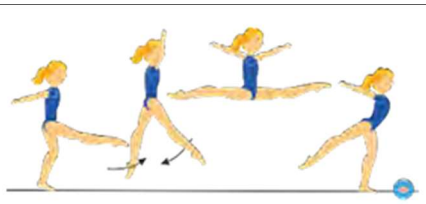
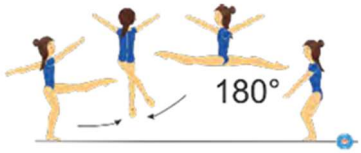
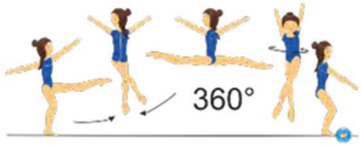
السبليت غير الكافي

- أصغر من 0 وحتى 20 درجة — خطأ بسيط
- أصغر من 20 وحتى 45 درجة — خطأ متوسط
- تحت 45 — سوف يتم تقييم الحركة كحركة أخرى من القانون

متطلبات حركات مختارة

الحركة	المتطلبات	لجنة الصعوبة	لجنة التنفيذ
الميزان (4.102) 	سبليت 180 درجة	أقل من 180 درجة عدم الاعتراف بالحركة	
قفزة القط مع أو بدون الدوران 	تناوب الرجلين الركبة فوق المستوى الأفقي تقييم المستوى للركبة السفلية.	أقل من 135 د في زاوية الركبة أو الورك لا قيمة أو قيمة لحركة أخرى فقدان التناوب سيتم الاعتراف بها قفزة تكور	رجل أو رجلين في المستوى الأفقي خطأ بسيط. رجل أو رجلين تحت المستوى الأفقي خطأ متوسط
مثال عن الدوران مع وضعية رجل في مكان محدد 	الرجل الحرة في المستوى الأفقي سواء في الأمام أو الخلف	الرجل الحرة تحت المستوى الأفقي من الممكن الاعتراف بالحركة كحركة أخرى من القانون	
القفز بتكور مع أو بدون الدوران 	زاوية الورك أقل من 90 الركبتين فوق المستوى الافقي لجنة الصعوبة	أقل من 135 درجة في زاوية الورك أو الركبتين يمكن أن يؤدى ذلك إلى عدم الاعتراف بالحركة أو اعتبارها حركة أخرى	الركبتين في المستوى الأفقي خطأ بسيط الركبتين تحت المستوى الأفقي خطأ متوسط
القفزة المنحنية المتفارجة مع أو بدون دوران 	المطلوب كلا الرجلين تكون فوق المستوى الأفقي	لجنة الصعوبة - أقل من 135 درجة في زاوية الورك يمكن أن يؤدى ذلك إلى عدم الاعتراف بالحركة أو اعتبارها حركة أخرى	لجنة التنفيذ توازي غير صحيح للرجلين خطأ بسيط الرجلين في المستوى الأفقي خطأ بسيط الرجلين تحت المستوى الأفقي خطأ متوسط

قفزة الذئب مع أو بدون الدوران	زاوية الورك أقل من 90 درجة الرجل الممدودة فوق المستوى الأفقي	زاوية الورك أكبر من 135 درجة يمكن أن يؤدى ذلك إلى عدم الاعتراف بالحركة أو اعتبارها حركة أخرى	الرجل الممدودة في المستوى الأفقي خطأ بسيط الرجل الممدودة تحت المستوى الأفقي خطأ متوسط
قفزة سيزون إلى الرنج	تقوس في الظهر العلوي والتحكم بالرأس بالرجوع للخلف. 180 من السبليت في المستوى المائل. الرجل الخلفية تعتبر مثل التاج فوق الرأس فتصل الى أمام جبهة الرأس	عدم وجود التقوس في الظهر وضعية خاطئة للرأس سوف يتم الاعتراف بها قفزة سبليت أو قفزة سيزون عدم وجود سبليت يؤدى إلى عدم الاعتراف	عدم كفاية التقوس خطأ بسيط القدم الخلفية بمستوى الرأس خطأ بسيط القدم الخلفية بمستوى الكتف خطأ متوسط
قفزة شيبب	تقوس في الظهر ورجوع الرأس للخلف والقدمين تلمس الرأس. فتح زاوية الورك	عدم وجود القوس أو وضعية خاطئة للرأس يؤدى إلى عدم الاعتراف. القدمين تحت مستوى الكتفين يؤدى إلى عدم الاعتراف	عدم كفاية التقوس خطأ بسيط القدمين بمستوى الرأس أو أقل خطأ بسيط عدم كفاية فتح زاوية الورك خطأ بسيط زاوية الرجلين أقل من 90 درجة خطأ بسيط
قفزة سبليت	مرجحة الرجل الحركة على الأقل 45 درجة		الرجل الحركة أقل من 45 درجة خطأ بسيط 0.1

	المرجحة بالرجل الحرة المستقيمة		ثني الرجل الحرة خطأ بسيط أو متوسط بحسب الزاوية
قفزة السبليت مع تغيير الرجلين والدوران وثبة جوناسون مع الدوران  	مرجحة الرجل الحركة على الأقل 45 درجة المرجحة بالرجل الحرة المستقيمة يجب إظهار السبليت المقاطع بشكل واضح أو إظهار السبليت الجانبي المتفارج المنحني		الرجل الحركة أقل من 45 درجة خطأ بسيط 0.1 ثني الرجل الحرة خطأ بسيط أو متوسط بحسب الزاوية
قفزة السبليت إلى الرنج / قفزة السبليت مع تغيير الرجل إلى الرنج / قفزة سبليت مع إلى الرنج مع أو بدون الدوران			
	الظهر الخلفي العلوي مع تقوس ورجوع الرأس للخلف. سبليت 180 درجة الرجل الأمامية في المستوى الأفقي والرجل الخلفية مثنية 135 درجة لتكون أمام الرأس. اللف يجب أن يتم تنفيذه بعد رؤية حركة الرنج.	لجنة الصعوبة D تنظر إلى التالي وجود قوس في الظهر مع رجوع الرأس للخلف، يمكن تقييمها على أنها حركة سبليت أو أ, حركة تغيير أو سبليت	

الانحراف عن الأداء المثالي للتقنية من الممكن أن يؤدي إلى حسم بسيط أو متوسط أو كبير (وضعية الجسم)
أخطاء وضعية الجسم تتضمن

- عدم كفاية وضع السبليت.
- ثني للرجلين.
- مشط القدم غير مشدود
- انفراج الرجلين
- وضعيات خاطئة خاصة ببعض الحركات مذكورة في المادة 8.3

- عدم جمال الجسم أو انحراف عن الوضعية الصحيحة للأداء الفني للحركة

ملاحظة:

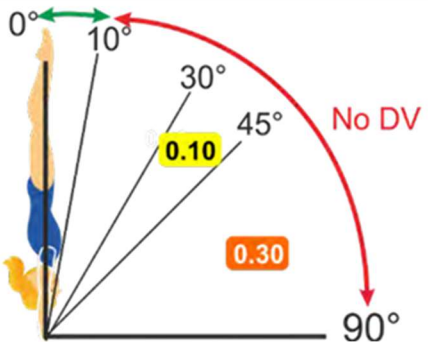
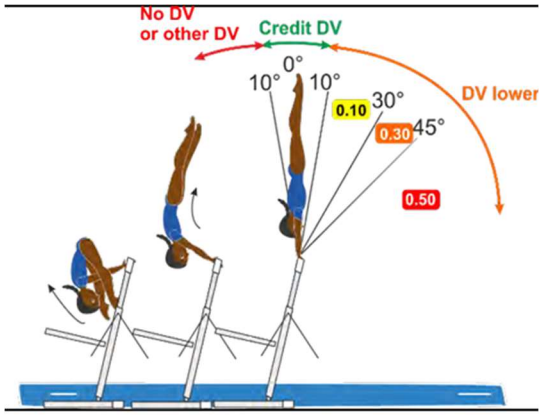
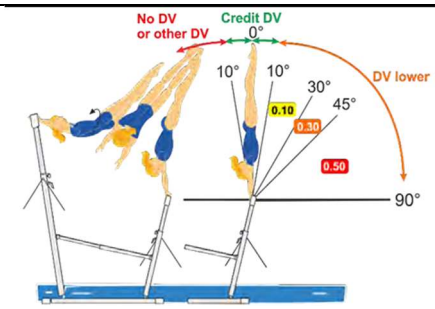
انحراف بسيط عن الأداء المثالي سوف يتم الحسم 0.1

انحراف متوسط عن الأداء المثالي سوف يتم الحسم 0.3

انحراف كبير عن الأداء المثالي سوف يتم الحسم 0.5 بحسب المادة 9.3

المادة 8.4.1 المتوازي مختلف الارتفاع

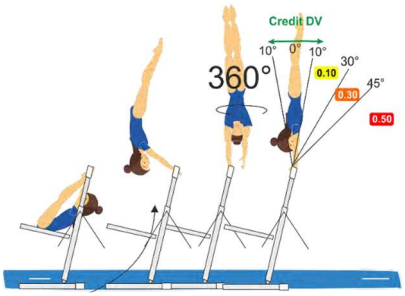
يتم اعتبار الوقوف على اليدين قد تم عندما يكون خط لكامل الجسم وصل إلى وضعية عمودية

 يجب أن تكتمل حركة الكاســت في مدى 10 درجات لتحصــل على القيمة وإذا زادت الزاوية عن 10 درجات فإنه لا يتم الاعتراف بها من لجنة D	لجنة التنفيذ E ســوف يتم احتســابها للحســومات كالتالي • أكبر من 30 إلى 45 درجة خطأ صغير 0.10 • أكثر من 45 درجــة خطــأ متوسط 0.30
حركات الدورانات للوقوف على اليدين بدون دورانات وحركات الطيران من البار العلوي للوصول وقوف على اليدين في البار السفلي  لجنة الصعوبة (D jury) ا انتهت الحركة - أكبر من 10 درجات قبل المحور العمودي سوف لن يتم الاعتراف بالحركة - أكبر من 10 درجات بعد المحور العمودي قيمة صعوبة أقل بصعوبة واحدة.	لجنة التنفيذ E ســوف يتم احتســابها للحســومات كالتالي • أكبر من 10 إلى 30 درجة خطأ بسيط 0.10 • أكبر من 30 إلى 45 درجة خطأ متوسط 0.30 • أكثر من 45 درجــة خطــأ كبير 0.50
 لجنة الصعوبة (D jury) ا انتهت الحركة	لجنة التنفيذ E سوف يتم احتسابها للحسومات كالتالي • أكبر من 10 إلى 30 درجة خطأ بسيط 0.10 • أكبر من 30 إلى 45 درجة خطأ متوسط 0.30

- أكبر من 10 درجات قبل المحور العمودي سوف لن يتم الاعتراف بالحركة - أكبر من 10 درجات بعد المحور العمودي قيمة صعوبة أقل بصعوبة واحدة.	• أكثر من 45 درجة خطأ كبير 0.50

8.4.3: حركات المرجحة – الحركات مع الدوران والتي تحتوي على وحركات الكاست مع الدوران

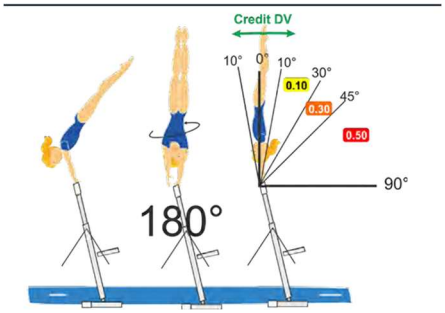
تعطى قيمة عندما تمر الحركة بالوضع العمودي



لجنة التنفيذ (E jury)

- أكبر من 10 درجات وحتى 30 درجة خطأ بسيط 0.1
- من 30 وحتى 45 درجة خطأ متوسط 0.3
- فوق 45 درجة خطأ كبير

حركات المرجحة مع الدوران 180 درجة



لجنة D سوف تمنح قيمة للحركة إذا انتهت الحركة في مدى زاوية 10 من الوضع العمودي

لجنة التنفيذ (E jury)

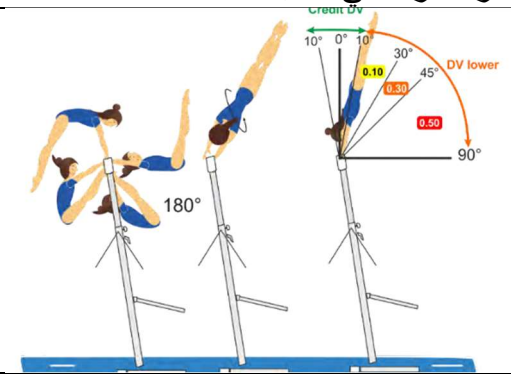
- أكبر من 10 درجات وحتى 30 درجة خطأ بسيط 0.1
- من 30 وحتى 45 درجة خطأ متوسط 0.3
- فوق 45 درجة خطأ كبير

إذا تم تنفيذ الحركة كحركة مرجحة وكحركة دورانية مع لف سوف يتم احتسابها مرة واحدة بحسب الترتيب الزمني

8.4.4: حركات المرجحة – حركات مع الدوران والتي:

- لا تصل للوقوف على اليدين
- لا تمر بالوضع العمودي

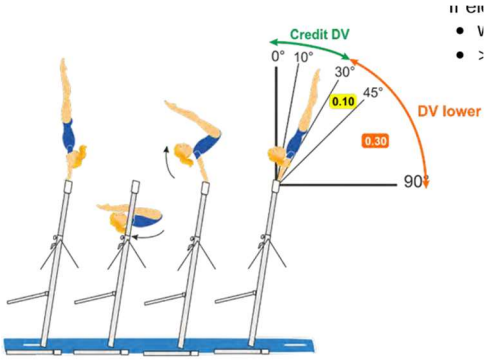
تستمر الحركة في الاتجاه المضاد



لجنة الصعوبة D

إذا اكتملت الحركة في مدى 10 درجة من الوضع العمودي يتم احتساب قيمتها

إذا اكتملت الحركة بعد زاية 30 درجة من الوضع العمودي يتم احتساب قيمتها كقيمة أقل بصعوبة واحدة.

حركة إدلر  إذا اكتملت الحركة في مدى 30 درجة من الوضع العمودي يتم احتساب قيمتها إذا كانت أكبر من 30 درجة فالحركة تمنح قيمة أقل بحرف واحد	

الحسومات التنفيذية الخاصة بوضعية الجسم يجب أخذها في الاعتبار والحسم عنها إن وجدت بالإضافة إلى حسومات عدم امتداد الحركة.

القسم التاسع – القواعد في تحكيم درجة التنفيذ

9.1: وصف درجة التنفيذ (الأداء)

لإتقان التنفيذ والتجميع والأداء الفني من الممكن أن تتحصل اللاعبة على حد أقصى 10.00 نقاط.

درجة E تتضمن حسومات عن الأخطاء التالية:

- التنفيذ
- الجانب الفني لعرض الروتين.

9.2: تقييم لجنة E

حكام لجنة التنفيذ سوف يقومون بتحديد الحسومات باستقلالية كل منهم عن الآخر.

كل تمرين وحركة سوف تقيم عن الأداء المثالي وكل الانحرافات عن هذا التوقع سيتم الحسم عنها.

حسومات عن الأخطاء والناحية الجمالية سوف يتم جمعها معاً وسوف يتم طرحها من 10.00 لتحديد درجة E.

9.3: جدول بالحسومات الخاصة بلجنة التنفيذ

الخطـــــــــــــــأ		صغير 0.1	متوسط 0.3	كبير 0.5	كبير جداً 1.00
بواسطة لجنة E					
أخطاء التنفيذ					
ثني الذراعين أو ثني الرجلين	كل مرة	X	X	X	
تباعد الرجلين أو الركبتين	كل مرة	X	X اتساع الكتفين أو أكثر		
تقاطع الرجلين خلال الحركات المحتوية على الدورانات	كل مرة	X			
عـدم الارتفـاع الكـافي في الحركـات (إمتـداد المظهر الخارجي)	كل مرة	X	X		
عدم وضوح الوضعية المتكورة، المنحنية أو المستقيمة في القلبات الهوائية المنفردة الغير محتوية على اللف (قلبات فردية)	كل مرة	X الورك/ الركبة 90 درجة	X الورك/ الركبة فوق 90 درجة		
عدم وضوح الوضعية المتكورة، المنحنية أو المستقيمة في القلبات الهوائية المزدوجة الغير محتوية على اللف (أكثر من قلبة)	كل مرة	X الورك/ الركبة فوق 90 درجة			
الفشـل في الاحتفاظ بوضـعية الجسـم المسـتقيم وثني مبكر للجسم	كل مرة	X	X		
التردد خلال تنفيذ الحركة	كل مرة	X			
محاولة بدون تنفيذ الحركة (الركض الفارغ)	كل مرة		X		
الانحراف عن الاتجاه المستقيم	كل مرة	X			
وضعية الجسم أو الرجل خلال الحركة (لا رقص) - امتداد الجسم	كل مرة				

- مشط القدمين غير مشدود (مرتخي) - عدم كفاية السـبليت في حركات الأكرو (بدون الطيران)		X X X	 X		
الفشـل في تحقيق المتطلبات الفنية في حركات الرقص (وضعية الجسم) بحسب المادة 8 من قائمة أخطاء حركات الرقص	كل مرة	X	X	X	
الدقة	كل مرة	X			
تنفيذ الهبوط بشـكل قريب من الجهاز في المتوازي والعارضة	كل مرة		X		
أخطاء الهبوط (من كل الحركات متضمن حركة النهاية)		إذا لم يكن هناك سقوط فمن الممكن ألا تزيد الحسم عن 0.8			
تفارج الرجلين خلال الهبوط	كل مرة	X			
مرجحة زائدة للذراعين		X			
فقدان الاتزان	كل مرة	X	X		
خطوة إضافية، نطة بسيطة	كل مرة	X			
خطوة أو قفزة كبيرة (أكثر من اتساع الكتفين)	كل مرة		X		
أخطاء وضعية الجسم	كل مرة	X	X		
هبوط عميق (سكوات عميق)	كل مرة			X	
لمس أو خدش الجهاز أو البساط باليدين بدون سقوط			X		
الاستناد على البساط أو الجهاز بيد واحدة أو اثنتين					1.00
السقوط على البساط على الركبتين أو الورك السقوط على أو ضد الجهاز					1.00 1.00
الفشل في الوصول على القدمين أولاً من الحركة					1.00

الخطـــــــــــــــأ		صغير 0.1	متوسط 0.3	كبير 0.5	كبير جداً 1.00 أو أكثر
حسومات بواسطة لجنة الصعوبة D Jury					
تنفيذ الربط مع سقوط تنفيذ حركة النهاية مع سقوط	المتوازي والعارضة والبساط				عدم الحصول على الربط (CONNECTION) ومحسن التسلسل (العارضة) لا محسنات
الفشل في الهبوط على القدمين أولاً بما يتطابق مع وصف الحركة	كل مرة				لا قيمة صعوبة، ولا للربط، ولا المتطلبات التركيبية، لا محسنات التسلسل (العارضة) ولا محسنات للهبوط
القفز (الإقلاع) خارج الحدود المعلمة	البساط				لا قيمة صعوبة، ولا للربط، ولا المتطلبات التركيبية
الفشل في تقديم اللاعبة لنفسها قبل أو بعد نهاية الروتين	الصالة / الفعالية		X		من الدرجة النهائية
حصـــول المســـاعدة من المدرب لـــــ اللاعبة (المساعدة)	المـتوازي والعارضـة والبساط كل مرة				حسم درجة من الدرجة النهائية * في حال المساعدة بعد اكتمال الحركة وعدم الاعتراف بالربط. * في حال المساعدة لتنفيذ الحركة عدم الاعتراف بالصعوبة والربط والمتطلبات الحركية وعدم منح محسن عن

							حركة النهاية، و لا محسنات للهبوط
حضور مساعد غير مرخص له	الصالة / الفعالية			X			من الدرجة النهائية
السير أو الركض من تحت البار السفلي في المتوازي بدون تنفيذ حركة	الصالة / الفعالية		X				من الدرجة النهائية
حسومات بواسطة لجنة D مع التوجيه بالملاحظة إلى اللجنة العليا للبطولة							
مخالفات تخص الأجهزة							
الفشل في استخدام طوق الأمان في القفز لحركات الدخول بالرندف أنظر المادة 10.4.3	الصالة / الفعالية	قفزة (0.0) لا تتحصل على قيمة					
الفشل في استخدام البساط الإضافي	الصالة / الفعالية					X	من الدرجة النهائية من الدرجة النهائية
وضع سلم القفز فوق سطح غير مسموح به	الصالة / الفعالية					X	
استخدام بساط إضافي غير مرخص	الصالة / الفعالية					X	
تحريك البساط الإضافي خلال الأداء أو تحريكه إلى نهاية غير المسموح بها لعارضة التوازن						X	
حسومات عبر رئيس اللجنة العليا عند إعلامه بالمخالفة من لجنة D							
مخالفات الأجهزة							
استخدام سيء للمغنيزيوم أو تخريب الجهاز	الصالة / الفعالية					X	من الدرجة النهائية
إضافة أو تنقيص اسبرنج من القفاز	الصالة / الفعالية					X	
تغيير ارتفاع الجهاز بدون تصريح	الصالة / الفعالية					X	
حسومات عبر رئيس اللجنة العليا عند إعلامه بالمخالفة من لجنة D							
مخالفات سلوكيات اللاعبات							

استخدام سيء أو غير جمالي للبادينج (قطع اسفنجية تحت الرباط)				X		من الدرجة النهائية
شعار الدولة غير موجود أو وضعه في مكان غير مكانه الصحيح	الفعالية			X		في البطولة الفرقية ونهائي الفرقي والفردي العام يتم الحسم مرة واحدة خلال تلك المرحلة من الجهاز الذي تم اكتشاف الخطأ فيه، في بطولة فردي الأجهزة يتم الحسم من تلك الفعالية
فقدان البيب نمبر أو عدم استخدامه				X		
ملابس غير مناسبة				X		
إعلانات غير مصرحة أو غير صحيحة	الفعالية			X		يتم الحسم من الدرجة النهائية عند التبليغ من الجهة المختصة
سلوك غير رياضي	الفعالية			X		من الدرجة النهائية
البقاء غير المصرح به فوق البوديوم	الفعالية			X		من الدرجة النهائية
العودة لصعود البوديوم بعد انتهاء الروتين	الفعالية			X		من الدرجة النهائية
التحدث مع الحكام الفعليين خلال البطولة	الفعالية			X		من الدرجة النهائية
ترتيب مرور غير صحيح للاعبات ضمن الفريق	الفعالية	في البطولة الفرقية ونهائي الفرق يتم حسم درجة كاملة من درجة الفريق المعني في الجهاز المرتكب فيه المخالفة				
اختلاف لبس اللاعبات خلال البطولة الفرقية	الفعالية	في البطولة الفرقية ونهائي الفرق يتم حسم درجة كاملة من درجة الفريق المعني مرة واحدة في الجهاز الذي تم اكتشاف الخطأ فيه أول مرة				
الفشل في اكمال البطولة بسبب الغياب من منطقة البطولة	الفعالية	إقصاء				
تأخير غير مبرر للبطولة	الفعالية	إقصاء				
الإخطارات الخاصة حكم الخط للجنة الصعوبة D						
تجاوز كبير لوقت الإحماء بالرغم من التحذير * فردياً	الفرق			X X		من الدرجة النهائية
الفشل في البدء بعد 30 ثانية	الفعالية			X		من الدرجة النهائية

الفشل في البدء بعد 60 ثانية	الفعالية	يتم الغاء الحق في بدء الروتين				
زيادة في وقت الروتين في العارضة والبساط	الفعالية	X				
بدء الروتين بدون إشارة من D1 أو والضوء الأحمر مازال مضيئاً						
المتوازي والعارضة - تجاوز الوقت المسموح به بعد السقوط (الوقت المستقطع بعد السقوط). - تجاوز الوقت المسموح به بعد السقوط (الوقت المستقطع بعد السقوط) (أكثر من 60 ثانية).			X			الروتين منتهي

بواسطة رئيس اللجنة العليا بالتشاور مع باقي أعضاء اللجنة	لكل بطولات الاتحاد الدولي الرسمية المسجلة
سلوكيات المدرب ذات التأثير غير المباشر على النتيجة والأداء للاعبة / الفريق	
سلوك المدرب غير الرياضية حيث لا يوجد تأثير مباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة لكل أدوار البطولة	المرة الأولى - كارت اصفر للمدرب (إنذار). المرة الثانية - كارت احمر وطرد للمدرب من البطولة. *
سلوكيات غير المهذبة جداً والسلوكيات المزعجة وغير اللائقة للمدرب حيث لا يوجد تأثير مباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة لكل أدوار البطولة)	- كارت أحمر مباشرة وطرد المدرب من مكان المنافسة. *
سلوكيات المدرب ذات التأثير المباشر على النتيجة والأداء للاعبة/ الفريق	
سلوك المدرب غير الرياضية ذات التأثير المباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة للبطولات) مثال تأخير البطولة، أو إزعاج للبطولة، التحدث مع الحكام الفعليين (ماعدا الحكم D1).	المرة الأولى: حسم 0.5 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث مع الحكام النشطين. المرة الأولى: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث بعدوانية مع الحكام النشيطين. المرة الثانية: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني + طرد المدرب من منطقة البطولة.
السلوكيات غير المهذبة الأخرى والمزعجة بفظاظة وذات التأثير المباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة للبطولات مثال الحضور غير الصحيح للشخص المسجل في المكان الداخلي خلال البطولة.	حسم 1.00 من درجة اللاعبة أو الفريق خلال الفعالية وكارت احمر للمدرب واستبعاد من منطقة البطولة

ملاحظة: إذا تم اســتبعاد مدرب أو إثنين من فريق ما من ســاحة البطولة من الممكن اســتبداله بمدرب آخر مرة واحدة خلال البطولة.

المخالفة الأولي: كارت أصفر

المخالفة الثانية: كارت أحمر وفي أي وقت يتم الاستبعاد للمدرب من باقي أطوار البطولة.

* في حال وجود مدرب واحد يمكنه البقاء ولن يسـمح له بالمشـاركة في بطولة العالم القادمة أو الالعاب الاولمبية.

الجزء الثالث - الأجهزة

القسم 10 - 13

القسم 10 – طاولة القفز

10.1: عموميات:

بحسب متطلبات أدوار البطولة اللاعبة يجب عليها تنفيذ قفزة أو قفزتين من جدول الصعوبات الخاصة بالقانون الدولي للجمباز الفني سيدات.

مسافة الركض بحد أقصى 25 متر يتم قياسها من العمق الأمامي للطاولة وفي نهايتها يوجد حاجز صغير موجود في آخر ممر الركض.

- القفزة تبدأ بالركض ثم الوصول والإقلاع من سلم القفز بالقدمين
  - بالاتجاه الأمامي
  - أو الاتجاه الخلفي.
- لا يمكن تنفيذ قفزات للهبوط الجانبي.
- جميع القفزات يجب أن تحتوي على الارتداد باليدين معاً من طاولة القفز.
- اللاعبة يجب عليها استخدام الطوق الخاص بسلم القفز في حركات الدخول بالرندف والذي يجب توفيره من قبل اللجنة المنظمة.
- يمكن استخدام بساط لوضع اليدين في حركات الدخول بالرندف من المجموعات 5/4/1
- كل حركة لها رقم مخصص بها.
- من الواجبات على اللاعبة إظهار رقم قفزتها قبل تنفيذ القفزة سواءاً بطريقة يدوية أو الكرتونية.
- بعد الحصول على الضوء الأخضر من D1لتنفيذ القفزة يجب على اللاعبة البدء بالركض وتنفيذ القفزة ثم مباشرة العودة إلى بداية ممر الركض وإعطاء الرقم للقفزة الثانية.
- بالبدء بالإقلاع يبدأ تقييم القفزة للاعبة
  - الطيران الأول (مرحلة ما قبل القفزة)
  - مرحلة الاستناد.
  - مرحلة الطيران الثاني والهبوط

10.2: الركضة التقريبية

يسمح بركضة إضافية كالتالي: مع حسم درجة عن الركض الفارغ (في حال أن اللاعبة لم تلمس سلم القفز أو الجهاز).

- عندما يكون هناك قفزة واحدة:
  - يسمح بالركضة الثانية مع حسم.
  - ركضة ثالثة غير مسموح بها.
- عندما يكون هناك قفزتين:
  - يسمح بالركضة الثالثة مع حسم.
  - الركضة الرابعة غير مسموح بها.

لجنة الصعوبة D سوف تتخذ الحسم من القفزة المعنية

10.3: المجموعات

تم تقسيم الحركات في القفز إلى المجموعات التالية:

I. المجموعة الأولى: قفزات بدون قلبات هوائية (شقلبة أمامية – ياماشيتا - الرندوف) مع أبو بدون اللف حول المحور الطولي سواءاً في الطيران الأول أو الطيران الثاني.
II. المجموعة الثانية: شقلبة أمامية مع أبو بدون لفة (360) حول المحور الطولي في الطيران الأول – قلبة هوائية أمامية أو خلفية مع أو بدون اللف في الطيران الثاني.
III. المجموعة الثالثة: شقلبة أمامية مع ربع أو 180(90 – 180 درجة) في الطيران الأول (تسوكاهارا) - قلبة هوائية خلفية مع أو بدون اللف حول المحور الطولي في الطيران الثاني.
IV. المجموعة الرابعة: رندوف يورشنكو مع أبو بدون لف (270 درجة) في الطيران الأول - قلبة هوائية خلفية مع أو بدون اللف حول المحور الطولي في الطيران الثاني.
V. المجموعة الخامسة: روندف مع 180(180 درجة) في الطيران الأول – قلبة هوائية أمامية أو خلفية مع أو بدون اللف في الطيران الثاني

10.4: المتطلبات

- إعلان رقم القفزة سواءاً بطريقة يدوية أو الكترونية قبل تنفيذ القفزة.
- في التصفيات وبطولة الفرق وبطولة الفردي العام المطلوب قفزة واحدة.
  - في التصفيات القفزة الأولى ستكون نتيجتها للفرقي وللفردي العام.
  - اللاعبة التي ترغب في التأهل إلى فردي الأجهزة في طاولة القفز يجب عليها تنفيذ قفزتين في التصفيات بحسب قواعد نهائيات الجهاز في الأسفل.
- في التصفيات المؤهلة أو نهائيات الأجهزة
  - يجب تنفيذ قفزتين وسوف يتم عمل متوسط للدرجتين.
  - القفزة الثانية يجب أن تكون من مجموعة أخرى غير المجموعة المنفذ منها القفزة الأولى.

أمثلة:

1) إذا القفزة الأولى من المجمعة الرابعة:

الدخول بالرندوف – فليلك فلاك – قلبة هوائية خلفية مستقيمة مع لفتين ونصف

الخيارات للقفزة الثانية من الممكن أن تكون كالتالي

- تسوكاهارا مستقيمة مع لفتين
- شقلبة أمامية مع لفة.

2) إذا القفزة الأولى من المجموعة 2

شقلبة أمامية مع قلبة هوائية أمامية

خيارات القلبة الثانية ستكون كالتالي

- الدخول بالرندوف وشقلبة خلفية مع نص لفة قلبة هوائية أمامية
- أو هاندسبرنج مع لفة خلال الخروج.

ملحوظة:

الشقلبة الأمامية مع قلبتين هوائية أمامية متكورة، إذا لم تتمكن اللاعبة من الوصول إلى القدمين أولاً ووصلت على القدمين وأي جزء آخر من الجسم في نفس الوقت سوف يتم الاعتراف بها كقلبة هوائية متكورة.

- محسنات القفز

سوف يتم منح 0.20 محسنات للقفز لتنفيذ قفزتين مع قلبات هوائية باتجاهات مختلفة (أمامي \خلفي) في الطيران الثاني

- حركات (كيرفو) سوف يتم اعتبارها كقلبات هوائية أمامية في الطيران الثاني.
- للحصول على المحسنات يجب تنفيذ القفزتين بدون سقوط.
- المحسنات سوف تضاف إلى الدرجة النهائية والتي هي متوسط القفزتين.

10.4.1: حدود الأداء (الخطوط)

كتوجيه لمكان الأداء يوجد خطوط معلمة للمنطقة التي يفترض أن يتم فيها الأداء وحكم لجنة الصعوبة D سوف يقوم بالحسم من الدرجة النهائية بعد صدور الملاحظة من حكم الخط بالحسومات عن خروج أي جزء من الجسم خارج المنطقة كالتالي:

- الهبوط أو الخروج بجزء من الجسم يد أو رجل (خارج المنطقة المعلمة) الحسم 0.1
- الهبوط أو الخروج بالقدمين أو يدين أو يد ورجل أو أي جزئين من الجسم الحسم 0.3

10.4.2: حسومات خاصة بالجهاز - لجنة الصعوبة D

هذه الحسومات يتم حسمها من الدرجة النهائية من القفزة المعنية

- ❖ الركض أكثر من 25 متر الحسم 0.5
- ❖ الركض بدون تنفيذ قفزة الحسم 1.0
- ❖ الدفع من الجهاز بيد واحدة الحسم 2.0
- ❖ في التصفيات أو نهائي الأجهزة إذا إحدى القفزتين حصلت على صفر بحسب المادة 10.4.3 التقييم سيكون كالتالي: قسمة الدرجة للقفزة المنفذة على 2 والنتيجة = الدرجة النهائية
- ❖ عندما تنفيذ القفزة الثانية من نفس مجموعة القفزة الأولى سوف يتم التقييم كالتالي

(الدرجة النهائية للقفزة الأولى) + (الدرجة النهائية للقفزة الثانية – 2.00) \ 2 = الدرجة النهائية

10.4.3: متى تتحصل الحركة على صفر

- الحركة المنفذة بدون مرحلة استناد على الأقل بيد واحدة
- الفشل في استخدام طوق سلم القفز في حركات الدخول بالرندوف
- الحصول على مساعدة في الحركة.
- الفشل في الوصول أولاً على القدمين.
- الحركة التي لا يمكن تمييزها بسبب رداءة التنفيذ أو اللاعبة تدفع الطاولة بالقدمين
- تنفيذ قفزة غير مرغوبة (مع فتح الرجلين، حركات سابقة قبل الطاولة غير الروندف، الهبوط المتعمد جانباً).
- تكرار القفزة الأولى كقفزة ثانية في التصفيات أو نهائيات الأجهزة.

ملاحظة قفزات (0.0) سوف يتم تقييمها من قبل لجنة الصعوبة ولا يتم أخذ التقييم من لجنة التنفيذ
مراجعة الفيديو لا بد منه من قبل مراقب اللجنة ورئيس لجنة الجهاز وسوف يكون العرض متوفراً بصورة أتوماتيكية للقفزات التي تتحصل على صفر أو القفزات التي فيها استناد بيد واحدة.

10.5: طريقة التقييم

لجنة الصعوبة:

إدخال الدرجة للقفزة الأولى مع عرض الرمز الخاص بالقفزة التي تم الاعتراف بها لحكام لجنة التنفيذ وفي حال كانت مختلفة عن الرقم الذي تم عرضه.

درجة القفزة الأولى يجب أن يتم عرضها للجمهور قبل أن تقوم اللاعبة بتنفيذ القفزة الثانية.

لجنة التنفيذ:

الحسومات في القسم 8 يجب أخذها في الاعتبار بالإضافة إلى الحسومات الخاصة بالجهاز

10.6: الحسومات الخاصة بالجهاز

الخطـــــــــأ	خطأ بسيط 0.1	خطأ متوسط 0.3	خطأ كبير 0.5
مرحلة الطيران الأول			
لفقدان بعض زوايا الدوران في القلبات التي تحتوي على نصف لفة			
▪ المجموعة الأولى: للدوران 180 درجة	≥ 45	≥ 90	
▪ المجموعة الثالثة: مع ربع لفة (90 درجة)		≥ 45	
▪ المجموعة الرابعة: مع لفة إلا ربع (270 درجة)	≥ 45		
▪ المجموعة الخامسة: (مع نصف لفة)		≥ 45	
▪ المجموعة الأولى أو الثانية: مع لفة (360 درجة)	≥ 45	≥ 90	< 90
○ التقنية السيئة أو الضعيفة			
▪ زاوية الورك	X	X	
▪ التقوس	X	X	
▪ ثني الركبتين	X	X	X
▪ الرجلين أو الركبتين متفارجة	X	X	
أخطاء خلال مرحلة الدفع باليدين			
○ التقنية السيئة أو الضعيفة			
- وضعية اليدين المرتبكة في المجموعات 1، 2 و5	X		
- ثني الذراعين\ زاوية في الكتفين	X	X	X
- الفشل في المرور في الوضع العمودي	X		
- بدء اللف الموصوف مبكراً	X	X	
أخطاء مرحلة الطيران الثاني			
السناب القوي (سحب قوي وهو سحب الرجلين أكثر من اللازم بحيث الوضعية المستقيمة يحدث لها انحناء)	X	X	
الارتفاع	X	X	X
وضعية الجسم			
- دقة وضعية القلبة الهوائية (التكور- المنحني)	X	X	
- دقة وضعية القلبة الهوائية مع الدوران (التكور- المنحني)	X		
- امتداد الجسم (الخط المستقيم) في القلبات الهوائية المستقيمة	X		
- امتداد الجسم (الخط المستقيم) في القلبات الهوائية المستقيمة مع اللف	X	X	
- الفشل في الاحتفاظ بالوضعية المستقيمة للجسم إنحناء مبكر	X	X	

- عدم كفاية أو التأخير في الفتح للهبوط (في القلبات المتكورة أوالمنحنية)	X	X	
ثني الركبتين	X	X	X
فتح الرجلين أو الركبتين	X	X	
عدم كفاية دوران القلبة الهوائية - بدون سقوط - مع السقوط	X	 X	
المسافة (عدم كفاية مدى الحركة)	x	X	
الانحراف عن الاتجاه المستقيم	X		
الحيوية	X	X	
أخطاء الهبوط	أنظر القسم 9		

القسم 11: المتوازي مختلف الارتفاع

11.1: عموميات

يتم بدء تقييم الروتين بعد الإقلاع من سلم القفز أو من البساط، الدعم الإضافي تحت سلم القفز غير مسموح به (مثلا وضع قفاز آخر تحت القفاز).

أ- الصعود

- إذا اللاعبة في المحاولة الأولى للصعود لمست سلم القفز أو الجهاز أو مرت من تحت البار السفلي
  - يتم خصم درجة كاملة (لجنة التنفيذ E).
  - يجب أن تبدأ الروتين.
  - لن يتم منح أي قيمة صعوبة للصعود.
- إذا اللاعبة في المحاولة الأولى لم تلمس سلم القفز ولا مرت من تحت البار السفلي ولا لمست الجهاز يسمح لها بتنفيذ الصعود مرة أخرى (مع تطبيق حسم)
  - حسم درجة كاملة من قبل لجنة D.
- الركضة الثالثة غير مسموح بها

لا يتم السماح للاعبة بالمشي أو الجري من تحت البار السفلي لتنفيذ الصعود (أنظر الفقرة 2.4)

- لجنة الصعوبة D سوف تقوم بالحسم مع إعلام اللجنة العليا.
- لجنة Dتتخذ الخصومات من الدرجة النهائية.

ب- وقت السقوط (توقيت السقوط)

بسبب انقطاع التمرين جراء السقوط يتم السماح ب 30 ثانية،

إذا تعدت اللاعبة هذا الوقت المسموح به فأنه يتم احتساب حسم محايد 0.30 إذا عادت اللاعبة لإكمال الروتين.

يبدأ التوقيت من لحظة وقوف اللاعبة على قدميها بعد السقوط.

- سيتم عرض الوقت على الشاشة بالثواني للزمن خلال فترة العودة للجهاز بعد السقوط.
- سوف يكون هناك تحذير صوتي عند
  - 10 ثانية
  - 20 ثانية
  - 30 ثانية
- الروتين سيتم اعتبار أنه بدأ رسمياً عندما تغادر القدمين للبساط
- إذا لم تعد اللاعبة لمواصلة الروتين بعد 60 ثانية سوف يعتبر الروتين منتهياً بالسقوط.
- غير مهم عمل تحية لمواصلة الروتين.

11.2: تركيب ومحتوى الروتين

يتم احتساب قيمة الصعوبة لأفضل 8 حركات من ضمنها حركة النهاية.

- إذا لا يوجد حركة النهاية سوف يتم حسم 0.5 من قبل لجنة D من الدرجة النهائية.
- فقط 3 حركات من مجموعة (الجذر المشترك) سوف يتم احتسابها للصعوبة والمجموعة الحركية والربط بحسب الترتيب الزمني،

- استثناء حركات (الكب، الجاينت للأمام أو الخلف، وحركات الكاست للوقوف على اليدين)
- جذر الحركة يتم النظر إليه بطريقة الدخول في الحركة واتجاه الدوران (للأمام أو للخلف)

Example 1: B D E X (No value)

Example 2 : D B C X (No value)

Example 3: D D D B B D

– MTs (e.g.) and DMTs (e.g.) will be counted in the root skill number.

- حركات الصعود وحركات النهاية سوف يتم عدها من خلال الجذر المشترك لها.

MTs (e.g.) and DMTs (e.g.)

- الحركة التي لا تحصل على قيمة بسبب الفشل التقني خلال التنفيذ لن يتم عدها ضمن الحركات ذات الجذر المشترك.
- سيتم الاعتراف بحركة تكاتشيف (Tkachev) واحدة مع لف أو بدون لف مرة واحدة من كل خط من جداول الصعوبات.
- سيتم الاعتراف بحركة جيجر (Jager) واحدة مع لف أو بدون لف مرة واحدة من كل خط من جداول الصعوبات.
- الأجزاء التي لها قيمة يجب أن تحتوي على التنوع من الفئات التالية

أ- الدورانات والجاينت	ب- حركات الطيران
• الدورة العظمى للأمام (جاينت أمامي) • الدورة العظمى للخلف (جاينت خلفي) • المرجحة وحركات لف حوض Hip Circles. • شتالدر للأمام والخلف. • الدوائر المنحنية للأمام والخلف	- الطيران من البار العلوي للمسك في البار السفلي (أو العكس) - حركات الطيران المعاكسة (عبور من فوق البار) - القفزات - حركات الهشت - القلبات الهوائية

11.3: متطلبات التركيب

1) حركة طيران من البار العلوي الى البار السفلي — منح 0.5
2) حركة طيران في نفس البار — منح 0.5
3) قبضات مختلفة (ليست ضمن حركات الكاست ولا حركة صعود أو حركة نهاية) — منح 0.5
4) حركة تحتوي على اللف 360 درجة ولا تكون حركة طيران أو حركة صعود. — منح 0.5

11.4: محسنات الربط (لجنة الصعوبة D)

أ- يمكن منح محسنات ربط للحركات المترابطة بشكل مباشر.
ب- محسنات الربط سوف تضاف إلى درجة الصعوبة D score.

محسنات الربط يتم منحها كالتالي

0.1	0.2
D + D أو أكثر	(حركة طيران D على نفس البار أو من البار السفلي إلى البار العلوي) + C أو أعلى على البار العلوي ويجب أن تكون منفذة بهذا الترتيب. E + E ويجب أن تكون إحداهما حركة طيران F + D (تكون الحركتين طيران)

ملاحظة: حركة C أو حركة D يجب أن تكون حركة طيران أو تحتوي على اللف 180(180 درجة)

أ- الحركة يمكن أن تنفيذ مرتين بتعاقب مباشر للحصول على محسنات الربط لكن قيمة الصعوبة فقط ستحصل عليها للمرة الأولى فقط.

ب- حركة الطيران يجب أن تحتوي على طيران ملاحظ كالتالي:

- حركة طيران من البار السفلي للبار العلوي (أو العكس)
- مع القلبات العكسية (من فوق البار) القفزات أو حركات الهشت أو القلبة الهوائية المتبوعة بإعادة المسك مرة أخرى في نفس البار أو في البار الآخر.
- يمكن أن تنفيذ كحركة هبوط.

ملاحظة النط وإن أحتوى على اللف 180أو 360 درجة لا يعتبر حركة طيران.

ج- الربط يمكن أن ينفذ

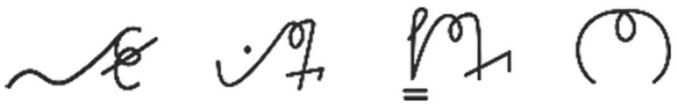
- كحركة صعود
- حركات المجموعة الأولى لا تعتبر حركات طيران.

مثال: D+D = 0.10

- ربط داخل الروتين
- ربط مع حركة الخروج

د- إذا حدثت مرجحة فارغة أو مرجحة وسيطة بين الحركتين أو بعد الحركة الثانية في الربط فأن ذلك يلغي محسنات الربط.

- المرجحة الفارغة: المرجحة للأمام أو الخلف بدون تنفيذ أي حركة من جدول الصعوبات بعدها قبل أن يتم يتبدل اتجاه الدوران للجهة الأخرى، ويستثنى ذلك المرجحات بعد حركة طابع شيبشنوكوفا مع أو بدون 180أو 360 والحركات التالية:



ملاحظة: إذا تم تنفيذ حركة الكب بعد حركة شيبشنوكوفا مع أو بدون 180أو 360 وحركة الهشت مع 180سوف يتم تطبيق حسم عن المرجحة الفارغة.

- المرجحة الوسطية: حركة مرجحة من الإرتكاز الأمامي و/ أو مرجحة طويلة ليست لها حاجة لتنفيذ الحركة التالية.

11.5: أخطاء التركيب (تحسم من قبل لجنة التنفيذ)

الخطـــــــأ	0.1	0.3	0.5
القفز من البار السفلي للبار العلوي			X
التعلق في البار العلوي وضع القدمين على البار السفلي ثم مسك البار السفلي			X
أكثر من مرتين من نفس الحركة مرتبطة مع بعض وتم تنفيذها قبل الخروج	X		

11.6: جدول الحسومات الخاصة بالجهاز لجنة التنفيذ

الخطأ إذا لم يكن هناك سقوط الخصم الأقصى لا يمكن أن يتجاوز 0.8 في حركة واحدة	0.1	0.3	0.5
وضعية امتداد الجسم في حركة الوقوف على اليدين وحركات الكاست للوقوف على اليدين	X	X	
تصحيح وضعية القبضة	X		
لمس البساط		X	
ضرب الجهاز بالقدمين			0.5
ضرب البساط مع السقوط			1.0
حركة غير مصنفة (حركة بالإقلاع من القدمين أو بالفخذين)			0.5
الإيقاع الضعيف للحركة	X		
الارتفاع غير الكاف في حركات الطيران	X	X	
الدوران الناقص في حركات الطيران	X		
الامتداد القليل في حركات الكب	X		
مرجحة وسيطة			0.5
مرجحة فارغة			0.5
زاوية إكمال الحركة	X	X	X
امتداد ل: - حركات المرجحة للأمام أو الخلف أقل من المستوى الافقي. - حركات الكاست	X X	X	
الثني الكبير لمفصل الورك خلال حركات الهبوط	X	X	

11.7: ملاحظات

السقوط

حركات الطيران

أ- مع إعادة القبض باليدين (وجود لحظة تعلق أو استناد في البار) يتم منح قيمة صعوبة الحركة.

ب- بدون إعادة مسك البار بالقبضتين لا يتم منح قيمة الصعوبة للحركة ويمكن تكرارها للحصول على قيمة الصعوبة لها.

حركة النهاية:

أ- لا يوجد أي محاولة لتنفيذ حركة النهاية بالمرة

التقييم يكون كالتالي

- عدم احتساب قيمة حركة النهاية ويتم عد 7 حركات فقط.
- حسم 0.5 عن عدم وجود حركة النهاية (لجنة D).
- سقوط حسم درجة.
- إذا قامت اللاعبة بالصعود لتنفيذ حركة النهاية مرة أخرى لا يوجد الحسم عن عدم وجود حركة النهاية.

ب- في حال بدأت حركة النهاية

عند تنفيذ حركة النهاية لم يتم الوصول على القدمين أولا

مثال

التقييم

- لا قيمة حركة النهاية ويتم فقط عد 7 حركات.
- سقوط حسم درجة.

الصعود للجهاز

أ- يمكن أن يحقق متطلب الأول عن الطيران من البار العلوي للبار السفلي

ب- الحركات المستخدمة في الصعود يمكن أن تنفذ أيضاً داخل الروتين، ولكن لن تمنح قيمة الصعوبة مرة واحدة.

القسم 12: – عارضة التوازن

الفن

يعتمد تكوين تمرين عارضة التوازن على الحركة فيما بين مفردات لاعبة الجمباز، بالإضافة إلى تصميم الرقصات الخاصة بهذه العناصر في العلاقة مع عارضة التوازن، مع إنشاء شعور قوي بالتباين في إيقاع الحركات وقوتها ووتيرتها.

إنها موازنة بين:

- حركات الرقص
- حركات الاكرو
- الكوروجرافي

ليكن الأداء يسير بشكل متناغم، البناء الجيد للروتين يشمل العناصر التالية:

- اختيار المتنوع للحركات من مختلف المجاميع الحركية من الحركات في جداول الصعوبات.
- تغيير المستوى بين العالي والمنخفض (فوق وتحت).
- تغيير الاتجاهات (أمام، خلف، للجانب)
- تغيير الرتم والإيقاع.
- الابتكار للحركات والانتقالات.

وهذه ما يسمي (ماذا أدت اللاعبة)

الإيقاع والرتم

يجب تنويع الإيقاع والرتم (السرعة والخطوات)، أحياناً مفعم بالحيوية وأحياناً بطيء، وبشكل دائم يجب الحصول على ديناميكية في الأداء (حيوية في الأداء).

الانتقالات بين الحركات يجب أن تكون بسلاسة تدفق.

- بدون خطوات غير لازمة.
- عدم المكوث الطويل للتحضير للحركات.

الروتين لا يجب أن يكون عبارة عن سلاسل حركية غير مترابطة.

الأداء الفني

عندما تقوم اللاعبة بعرض الابداع، الثقة في التنفيذ، الطابع الشخصي للأداء، التقنية السليمة والصحيحة ومع تنويع الإيقاع والرتم فأنها تحول ذلك البناء إلى أداء فني (لوحة فنية).
ذلك ليس ما قامت بتنفيذه اللاعبة، (لكن كيف قامت بتنفيذه).

12.1: عموميات

بدء الروتين يتم عند إقلاع اللاعبة بواسطة سلم القفز أو البساط، لا يسمح بوضع أشياء إضافية تحت سلم القفز مثلاً وضع قفاز تحت القفاز.

أ- الصعود:

- إذا اللاعبة في المحاولة الأولى للصعود لمست سلم القفز أو الجهاز
  - يتم خصم درجة كاملة (لجنة التنفيذ E)
  - يجب أن تبدأ الروتين.
  - لن يتم منح أي قيمة صعوبة للصعود.
  - سوف يتم حسم عن (الصعود بدون قيمة) من قبل (لجنة التنفيذ E).
  - .
- إذا اللاعبة في المحاولة الأولى لم تلمس سلم القفز ولا لمست الجهاز يسمح لها بتنفيذ الصعود مرة أخرى (مع تطبيق حسم)
  - حسم درجة كاملة
- **الركضة الثالثة غير مسموح بها**

لجنة الصعوبة D سوف تقوم بالحسم عن ذلك من الدرجة النهائية.

ب- التوقيت

لا يجب أن يزيد الروتين في عارضة التوازن عن 1:30 (90 ثانية)

- يبدأ الميقاتي 1 بحساب الوقت من لحظة إقلاع اللاعبة من سلم القفز أو البساط، وتقوم الحكم بإيقاف التوقيت لحظة لمس اللاعبة للبساط بعد اكتمال الروتين.
- سوف يكون هناك تنبيه صوتي قبل عشر ثواني من اكتمال الوقت وتنبيه صوتي عند اكتمال الوقت 1:30.
- إذا تم الهبوط تماما مع صوت التنبيه الصوتي فلا يوجد حسم عن ذلك.
- إذا تم الهبوط بعد صوت التنبيه فسوف يكون هناك حسم عن تجاوز وقت الروتين
- سوف يكون الحسم عند 91 ثانية أو أكثر 0.1 من الدرجة
- الحركات بعد 90 ثانية سوف يتم تقيم بطريقة طبيعية من لجنة الصعوبة D ولجنة التنفيذ
- الحسم سوف يتم اتخاذه من الدرجة النهائية قبل إعلانها للجمهور، بعد قيام حكم الزمن 1 بالكتابة إلى رئيس اللجنة

ج - وقت السقوط (توقيت السقوط)

يسمح بوقت 10 ثواني بعد انقطاع الروتين بسبب السقوط من الجهاز.

- إذا تعدت اللاعبة هذا الوقت المسموح به فأنه يتم احتساب حسم محايد 0.3 إذا عادت اللاعبة لإكمال الروتين.
- يبدأ الميقاتي 2 التوقيت من لحظة وقوف اللاعبة على قدميها بعد السقوط.
- وقت السقوط يتم احتسابه بشكل منفصل ولا يعتبر ضمن وقت الروتين.
- سيتم عرض الوقت على الشاشة بالثواني للزمن خلال فترة العودة للجهاز بعد السقوط.
- ينتهي وقت السقوط عندما تغادر قدمي اللاعبة البساط.
- سوف يكون هناك تحذير صوتي عند 10 ثانية
- إذا لم تعد اللاعبة لمواصلة الروتين بعد 60 ثانية سوف يعتبر الروتين منتهياً بالسقوط.
- ليس ضروريًا تحية الحكام قبل الصعود مرة أخرى.
- بعد العودة لمواصلة الروتين الميقاتي رقم 1 سوف تقوم بإعادة تشغيل التوقيت من أول حركة للاعبة على العارضة

12.2: محتوي الروتين

يتم احتساب أعلى 8 حركات قيمة متضمناً الهبوط.

- إذا لم يوجد هبوط يتم حسم 0.5 من الدرجة من الدرجة النهائية (عبر صعوبة D)

- دخل أعلى 8 حركات يجب على الأقل توفر
  - 3 حركات رقص
  - 3 حركات أكرو
- عدد 2 حركات اختيارية

12.3: متطلبات التركيب لجنة الصعوبة D (2.00)

1. ربط يتكون من على الأقل حركتين رقص، حركة واحدة منهم وثبة أو قفزة مع سبليت 180 درجة (أمامي أو جانبي) أو متفارج.	0.50
2. دوران من المجموعة 3 أو دحرجة \مقصات.	0.50
3. خط أكرو على الأقل يتكون من حركتين واحدة منهما تكون قلبة هوائية (من الممكن أن تكون الحركة هي نفسها مكررة)	0.50
4. حركة أكروفي أتجاه مختلف (أمام – خلف – جانب)	0.50

الحركات التالية تستوفي المتطلب الثاني

1.207, 1.308, 1.514, 4.203, 4.204, 4.304, 4.105, 4.305, 4.206, 4.306, 4.307, 5.405, 5.505

حركات الطيران قد تكون مع استناد باليد أو بدون

ملاحظة:

- المتطلب 1، 2 (دوران) و3، 4 يجب أن تنفذ فوق العارضة
- الوقوف على اليدين وحركات الثبات لا تستوفي المتطلبات
- الدحرجات فقط تستوفي متطلب المجموعة 2

12.4: الربط (CV) ومحسنات السلاسل (sb)

أ - الربط يمكن أن يمنح فقط للربط المباشر.

ب – درجة الربط سوف تضاف إلى درجة الصعوبة D Score

ج – محسنات السلاسل سوف تمنح لربط 3 حركات أو أكثر.

د – لن يتم منح محسنات الربط عند مسك العارضة.

منهجية احتساب الربط (الربط المباشر)

الحركات الأكروباتيكية	
0.1	0.2
حركتين أكرو، متضمنة الصعود مستثنى منها الهبوط كل الربط يجب أن يكون ارتدادي	
C + C B + D (هذا الترتيب فقط) (للخلف) B + E	C/D + D أو أكثر B + D (الحركتين للأمام) B + F
حركات الرقص مع حركات (أكرو- حركات طيران فقط) باستثناء الهبوط	
0.10	0.20
C + C (رقص) أو أكثر A + C دوران فقط B + D مختلط	D + D أو أكثر
ملاحظة: الدوران يمكن أن يتم تنفيذه مع خطوة للبدء في اللف على الرجل الأخرى (المضادة) حركة دمي بليي على قدم أو على القدمين غير مسموحة.	
محسنات السلاسل (SB) + 0.1	
يتم منح محسنات لمجموعة ترابط بين حركات أكروبات (حركات ارتدادية أو غير ارتدادية) B + B + C بأي ترتيب وتتضمن الصعود وكذلك الهبوط (على الأقل صعوبة C) أو أكثر من حركات الربط **المثال الأول** B + B + C = +0.10 محسنات ربط D + B + C = +0.10 محسنات ربط **المثال الثاني** C + C + C CV+0.1 CV+0.1 +0.10 محسنات ربط الإجمالي CV + SB = 0.30	
للحصول على محسنات ربط السلسلة (SB): • يجب استخدام حركة أكروباتيكية بدون طيران على الأقل صعوبة B. • نفس حركة (الطيران أو الحركة غير الطيران) يمكن تكرارها داخل الربط	

الحركات التالية بصعوبة B من حركات الأكرو والتي تحتوي على استناد باليد

- فليك فلاك والقدمين معاً.
- فليك فلاك ستيب أوت
- جاينر فليك فلاك
- روندوف
- الشقلبة الأمامية

يمكن أن هذه الحركات تنفذ للمرة الثانية لتتحصل على محسنات الربط ومحسنات السلاسل، ولكن لا يمكن أن تستخدم مرة ثانية لتتحصل على المجموعة الحركية.

12.5: حسومات التركيب والجمال الحركي لجنة التنفيذ

الخطأ	0.10	0.20
التنفيذ الجمالي (ارتستري) - عدم كفاية الجمال الحركي خلال الروتين بالكامل • وضعية سيئة للجسم (الرأس -الكتفين - الجذع) • امتداد غير كافي للحركة • امتداد غير كافي لأجزاء الجسم. • ضعف امتداد في حركات مرجحة الرجلين أو الركلات. • ضعف حركات القدم - عدم شد المشط أو ارتخاء \ دوران للداخل. - ضعف خلال تنفيذ الريلفي - الإيقاع والرتم • التنوع غير الكافي في الرتم والإيقاع في الحركات (حركات غير ذات قيمة)	X X x x x x x x x	X X
أخطاء التركيب • صعود بدون صعوبة كل حركات الصعود التي ليست لها قيمة سوف تعتبر بشكل عام صعوبة A ما عدا رفع رجل واحدة من فوق للجلوس، سكوات فوق العارضة، قفزة بسيطة للجلوس أو الركوع أو الهبوط على العارضة بقدم واحدة أو بالقدمين. • الاستخدام القليل لأجزاء العارضة - فقدان الحركات الجانبية (بدون قيمة) - فقدان التصاحب في الحركات/ فقدان الحركات القريبة من العارضة مع جزء من الكاحل (متضمن الرأس، الفخذ، الكاحل) تلمس العارضة (حركات غير ضرورية).	X X X	
- الاستخدام وحيد الاتجاه للحركات • أكثر من مرة من 180على القدمين برجلين مستقيمة خلال الروتين.	X	

12.6: الحسومات الخاصة بالجهاز – لجنة التنفيذ

الخطأ	0.1	0.3	0.5
الرتم الضعيف خلال الربط	X كل مرة		
التحضير الكبير لتنفيذ الحركة • التصحيح (خطوات بدون كوروجرافي، حركات غير ضرورية) • حركات الذراعين الكبيرة قبل تنفيذ حركات الرقص • التوقف لمدة ثانيتين (يطبق عند ثانيتين)	 X كل مرة X كل مرة X كل مرة		
الاستناد الإضافي للقدم على جانب العارضة		X	
مسك العارضة لتلافي السقوط			X
حركات إضافية لتحقيق التوازن	X	X	X

حركة النهاية (الهبوط):

أ - إذا لم تبدأ القلبة الهوائية (لا يوجد دوران) وحدث سقوط

مثال رقم 1 رندف ثم القفز من العارضة

التقييم

- عدم منح قيمة حركة النهاية فقط يتم احتساب 7 حركات (من لجنة الصعوبة D)
- حسم عن عدم وجود حركة النهاية 0.50 من لجنة الصعوبة D
- حسم عن السقوط من لجنة التنفيذ E 1.00
- في حال عادت ونفذت حركة النهاية فإننا لا نحسم عن عدم وجود حركة النهاية.

ب – في حال تم تنفيذ القلبة الهوائية وبعد ذلك حدث سقوط بحيث لم يتم الهبوط على القدمين أولاً

مثال رقم 2

التقييم

- عدم حساب قيمة الصعوبة لحركة النهاية ويتم احتساب 7 حركات فقط.
- حسم عن السقوط من قبل لجنة التنفيذ 1.00

12.7: ملاحظات

السقوط في حركات الرقص وحركات الاكرو

يجب الرجوع على العارضة ب (مشط القدم أو وجه القدم في الحركات الراقصة وحركات الأكرو) لتتحصل على قيمة الصعوبة

- في حال الهبوط على قدم واحدة أو القدمين أو بحسب الوضعية الموصوفة للحركة على العارضة سوف يتم منح القيمة لصعوبة الحركة.
- في حال عدم الهبوط على قدم واحدة أو القدمين أو بحسب الوضعية الموصوفة للحركة على العارضة سوف لن يتم منح القيمة لصعوبة الحركة ويمكن أن اللاعبة تقوم بإعادة الحكرة للحصول على قيمتها.

حركات الصعود

1. فقط حركة أكرو واحدة يمكن أن تسبق الصعود للعارضة
2. هناك بعض الحركات المذكورة في القانون (الدحرجات، الوقوف على اليدين، حركات الثبات) والتي تصلح أن تكون للصعود وأيضا يمكن أن تنفذ خلال الروتين، ولكن فقط ستحصل على قيمة الصعوبة مرة واحدة.

حركات الثبات

أ- الوقوف على اليدين (بدون لف) وحركات الثبات يجب الثبات فيها ثانيتين حيث يشير إلى ذلك القانون الدولي للجمباز، وإذا لم يتم الثبات الحركة ولم تظهر كحركة أخرى من القانون فإنه من الممكن أن تنزل قيمتها حرف واحد للأسفل أو لا يتم الاعتراف بها بتاتاً.

ب- بهدف الحصول على درجة التركيب والربط وربط السلسلة يمكن أن تكون الحركة الأكروباتيكية (مع الطيران) المنتهية بالثبات آخر حركة في الربط.

ت- و الحركتين في الرمز السابق إذا لم يتم الثبات ثانيتين فيهما يمكن أن تعطى قيمة أقل بصعوبة واحدة.

- في حال أن اللاعبة قامت بتنفيذ الحركة مرة أخرى وثبتت 2 ثانية فإنها لا تتحصل على قيمة صعوبة الحركة.

حركات خاصة

وضعية اليدين يجب أن تكون بالاتجاه الطولي

الوضعية الصحيحة لليدين على العارضة

في حال اليد الأمامية دارت بالكامل للوضع الجانبي يتم تطبيق حسم عن عدم الدقة

في حال اليدين في الوضع الجانبي يتم تطبيق حسم عن عدم الدقة

القسم 13: البساط الأرضي

الفـــــن (الأرستري)

الأداء الفني

الأداء الفني هو عندما تظهر اللاعبة مهارتها في تحويل تمرينها في البساط من بناء جيد الى أداء فني. وبهذا اللاعبة يجب أن تعرض انسياب كوروجرافي، فني، التعبير الفني، الموسيقى والتقنية الجيدة.

الهدف الرئيسي: هو تكوين الجمباز الفني المتوازن عن طريق الربط بين حركات الجسد والتعبير الحركي للاعبة مع نوعية وطبيعة الموسيقى.

التكوين والجانب الكورو جرافي

يعتمد تكوين الحركات الأرضية على الحركة فيما بين مفردات لاعبة الجمباز، بالإضافة إلى تصميم الكورو جرافي بهذه العناصر والحركات، لهذا تخطيط حركات الجسم يشمل كل من الجمباز والفن باستغلال المساحة والزمن والعلاقة بين البساط والتناغم مع الموسيقى المختارة.

الكوروجرافي يجب أن يتحسن بالطريقة التي فيها انسياب للحركات مع إنشاء شعور قوي بالتباين في إيقاع الحركات وقوتها ووتيرتها.

الكورو جرافي الإبداعي هو في الأصل تكوين الحركات، ويعني ذلك أن الروتين تكون وتم تنفيذه باستخدام أفكار وهيئات جديدة مع تفادى النسخ والتقليد

ليكون الأداء يسير بشكل متناغم، البناء الجيد للروتين يشمل العناصر التالية:

- اختيار المتنوع للحركات من مختلف المجاميع الحركية من الحركات في جداول الصعوبات.
- تغيير المستوى بين العالي والمنخفض (فوق وتحت).
- تغيير الاتجاهات (أمام، خلف، للجانب وتقوسات)
- إبداع للحركات الأصلية والربط والانتقالات بين خطوط الأكرو.
- وهذه ما يسمي (ماذا أدت اللاعبة)

التعبير الحركي

يمكن وضع التعبير الحركة بأنه الأسلوب الخاص باللاعبة فيما يخص مدى المشاعر خلال تنفيذ الحركات من خلال العرض الواضح على الوجه والجسم، وهذا يتم التعبير عنه بكيفية عرض اللاعبة لنفسها وتواصلها مع الحكام والجمهور، وفي نفس الوقت قدرتها على الاحتفاظ بمشاعرها خلال تنفيذ الحركات الصعبة والمعقدة، وهو أيضاً قدرتها على التمثيل أو التحلي بخصائص معينة خلال تنفيذ الأداء، بالإضافة إلى التنفيذ الفني بانسيابية وطابع أنثوي يجب أن يؤخذ في الاعتبار.

(إنه ليس فقط ما تؤديه اللاعبة، بل هو كيف تؤدي اللاعبة)

الموسيقى

يجب أن تكون الموسيقى بدون عيوب أو تقطعات ويجب أن تعبر عن وحدة كامل التكوين والتركيب لمجمل الجملة الحركية خلال الأداء.

يجب أن تحتوي على وضوح تام للبداية والنهاية ويجب أن تكمل التعبير عن أسلوب أداء اللاعبة، حيث يجب أن تعبر عن ارشاد على الشكل الخارجي للأداء للاعبة.

- يجب أن يكون هناك علاقة واضحة بين الموسيقى والحركات، التصاحب بينها وبين الموسيقى بشكل عام يجب أن ينطلق من شخصية اللاعبة ليتناسب مع الفن وإتقان الحركات.

الموسيقية

لا تعبر فقط عن قدرة اللاعبة على التصاحب مع الموسيقي ورتم وإيقاع الموسيقى خلال الأداء فقط، ولكن أيضا القدرة على الانسيابية التامة والتعبير عن الشكل الموسيقي وشدة التفاعل.

الموسيقى يجب أن تدعم الأداء من خلال حركات اللاعبة يجب أن تعبر اللاعبة بشكل جيد كصورة كاملة عن أدائها للحكام والجمهور.

13.1: عموميات

أ – متطلبات الموسيقى

- يجب أن يتم تزويد اللجنة المنظمة بالموسيقى، وسيتم حساب وقت كل قطعة موسيقية ويجب أن يتم اعتماد التوقيت من قبل اللجنة المنظمة وأيضا رئيس المدربين في وفد اللاعبة،
- يجب توفر العوامل التالية في الموسيقى
  - اسم اللاعبة والثلاثة الأحرف المعتمدة من الاتحاد الدولي لبلد اللاعبة.
  - اسم ملحن الموسيقى وعنوان القطعة الموسيقية
- إذا تصاحب أداء فرقة أوركسترا أو بيانو أو أي أله أخرى فيجب التسجيل.
  - يجب استخدام إشارة صوتية في بداية المقطع، ومهما يكن لا يمكن استخدام اسم اللاعبة في الموسيقى.
- الصوت البشري يمكن استخدامه في الموسيقى لكن دون كلمات.
  - أمثلة على الصوت البشري الذي يمكن استخدامه هو الطنين التعبير الشفوي بدون كلمات، الصفير، الترديد.
  - يمكن قبول أي موسيقى لا يفهم منها أغنية أو أنها جزء من أغنية.
    - غياب الموسيقى أو موسيقى مع كلمات سوف يتم حسم 1.00 من الدرجة النهائية بواسطة رئيس اللجنة D1.
- في حالة الشك يمكن أن يتم عرض الموسيقى على رئيسة اللجنة الفنية.

ب - التوقيت

- يتم البدء في قياس زمن الروتين من أول حركة للاعبة ولا يمكن أن يزيد الأداء عن 1:30(90 ثانية).
- يقوم الميقاتي بحساب الوقت من أول حركة تقوم بها اللاعبة.
- يقوم الميقاتي بإيقاف حساب التوقيت مع آخر وضعية تقوم بها اللاعبة، والروتين يجب أن ينتهي مع الموسيقى.
- سوف يتم تطبيق حسم عن زيادة الأداء عن 90 ثانية كالتالي 91 أو أكثر 0.1
- الحركات التي تنفيذ بعد وقت 90 ثانية سوف يتم تقييمها من قبل لجنة الصعوبة وأيضاً لجنة التنفيذ.

ج –الخطوط المعلمة

الخروج عن الخطوط المعلمة للبساط المحددة (12متر * 12 متر) ولمس خارج الخط بأي جزء من الجسم سوف يتم الحسم عنه كالتالي: -

- خطوة أو الهبوط برجل واحدة أو يد واحدة 0.1
- خطوتين، أو خطوات، أو الهبوط المباشر بالقدمين، أو باليدين، أو أي جزئين من الجسم خارج البساط 0.3

حسومات الخط وحسومات الزمن سوف يتم احتسابها من الدرجة النهائية وتخصم من قبل رئيس اللجنة بعد رفع تقرير من الحكم المعني كتابياً لرئيس اللجنة.

13.2: محتوى الروتين (الجملة الحركية)

أعلى 8 حركات صعوبة متضمن حركة النهاية سوف يتم أخذ قيمتها.

- في حال عدم وجود حركة النهاية يتم حسم **0.5**

داخل الـ 8 حركات يجب أن يكون هناك على الأقل

- 3 حركات رقص
- 3 حركات أكرو
- وحركتين اختيارية

حركة النهاية هي آخر خط أكرو يتم تنفيذه (يكون الأعلى صعوبة)، وسوف يتم اعتبار عدم وجود حركة النهاية في حال كان هناك فقط خط أكرو واحد خلال الروتين.

أ – الأكرو

- أقصى عدد للخطوط الأكرو هو 4 خطوط أكرو
- أي صعوبات تظهر في الخطوط الأكرو الزائدة لن يتم عدها
- أي حركة أكرو بعد الخط الأكرو الأخير الذي تم الاعتراف به لن يتم الاعتراف بها للصعوبة.
- أي خط أكرو يتكون من حركتين طيران مرتبطتين أحداهما يجب أن تكون قلبة هوائية.
  - حتى وإن حدث فشل في الوصول على القدمين أولاً في القلبة الهوائية سوف يتم اعتبار ذلك أيضا خط أكرو

13.3: متطلبات التركيب لجنة الصعوبة D (2.00)

1. مرور راقص يتكون من وثبتين أو نطتين من القانون الدولي مرتبطة بشكل مباشر أو بشكل غير مباشر مع بعضها (مع خطوات ركض أو وثبات صغيرة، نطات، شاسي، لف شايني) إحدى الوثبتين يجب أن تكون مع سبليت 180 درجة أمامي أو مقاطع أو مع فتح جانبي. يتم منح 0.5

(الهدف هو تكوين مدى انتقال واسع)

- لا يسمح بتنفيذ حركات دورانية أو حركات قفز لأنهم حركات تنفذ في المكان، حركة دورانات شايني (مع ½ لفة على القدمين) يمكن أن تنفذ لأنها حركة خطوات انتقالية
- يجب أن يتم الهبوط برجل واحدة في حركات النط وحركات الوثب إذا تم تنفيذها كحركة أولى في خط الرقص

2. قلبة هوائية مع لف طولي على الأقل 360 درجة يتم منح 0.5
3. قلبة هوائية مع إتساع المحور (مزدوج) يتم منح 0.5
4. قلبة هوائية أمامية وقلبة هوائية خلفية (ليست أريال) في نفس خط الأكرو أو في خطوط أكرو مختلفة يتم منح 0.5

ملاحظة: المتطلبات 2 و3 و4 يجب أن يكونا ضمن خطوط الأكرو

13.4: نقاط محسنات الربط والهبوط

أ- يمكن أن يتم منح نقاط إضافية (محسنات ربط) عند ربط حركتين أو أكثر بشكل غير مباشر (في حركات الأكرو) أو بشكل مباشر (حركات مختلطة بين الاكرو والدورانات)،

ب- يتم إضافة محسنات الهبوط فقط إذا كان هناك أكثر من خطين أكرو.

INDIRECT ACROBATIC	
0.10	**0.20**
B + D	C + D/E
A + A + D	A + A + E
DIRECT ACROBATIC	
A + D	A + E
C + C	B/C + D
MIXED	
D salto + B (dance) E salto + A (dance) *(this order only)*	
CONNECTION OF TURNS ON ONE LEG	
D + B	***Note:*** Turns must be performed with step into turn on opposite leg *(demi-plié is not permitted)*

الربط غير المباشر هو عند ربط شقلبات هواية محتوية على طيران واستناد باليدين مثال (الرندف – الشقلبة الخلفية – الخ والتي تعتبر حركات إعدادية) تم تنفيذها بين القلبات الهوائية.

ملاحظة: حركات الأكرو المستخدمة للحصول على محسنات الربط يجب ألا تحتوي على حركات استناد باليدين.

13.5: حسومات التركيب والجمال الحركي لجنة التنفيذ E

الخطأ	0.10	0.20	0.30
التنفيذ الجمالي (ارتستري)			
• وضعية سيئة للجسم (الرأس -الكتفين - الجذع)	X	X	
• ضعف في الرجلين (مشط غير مشدود – ارتخاء – دوران للداخل)	X		
• امتداد غير كافي للحركة	x		
• امتداد غير كافي في أطراف الجسم..	x		
• عدم كفاية التعقيد للحركات (الحركة المعقدة هي التي تتطلب تدريب وقت أطول – تنسيق عضلي – وتحضير بشكل جيد)	x		
الموسيقية			
• التعبير الحركي الضعيف بالنسبة إلى اختيار الموسيقى.	x	x	x
• الافتقاد إلى التواصل بين الموسيقى وأجزاء التمرين.	x	x	x
• الافتقاد إلى التناسق بين الموسيقى وحركة النهاية.	x		
الموسيقى:			
• التحرير السيء للموسيقى (انتاج).	x		
التركيب			
• ضعف في الحركات الكوروجرافي في الزوايا، الافتقاد الى التنوع.	x		
• افتقاد حركات لمس البساط بالجسم (يتضمن على الأقل الجذع – الفخذين – أو الركبة أو الرأس).	x		

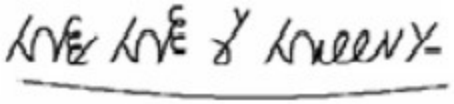
13.6: الحسومات الخاصة بالجهاز

الخطأ	الحسم 0.10
- التحضير الكبير • خطوات تحضيرية بدون كوروجرافي • مرجحة الذراعين الكبيرة قبل حركات الرقص • التوقف (يتم تطبيقه عند توقف مدة ثانيتين)	 X في كل مرة X في كل مرة X في كل مرة
توزيع الحركات بدء الروتين مباشرة بخط أو حركة أكرو تنفيذ خط أكرو مباشر على نفس الخط الطولي للبساط بعد خط أكرو بدون وجود حركات كوروجرافي بينهما ويسمح الخط الأكرو الطويل أكثر من خط أكرو طولي بشكل متتابع نهاية الروتين بخط أكرو بدوم حركات كوروجرافية	 X X في كل مرة X في كل مرة X

خطوط الأكرو والهبوط

أ- فقط خط أكرو واحد

المثال الأول



التقييم

- بدون صعوبة
- اعتبار الروتين بدون هبوط
- تطبيق حسومات الهبوط

يتم فقط عد 7 حركات (لجنة الصعوبة)
لن يتم منح 0.5 الخاصة بحركة النهاية (لجنة التنفيذ E)

المثال الثاني وفيه حالتين أ و ب

التقييم

- بدون صعوبة
- اعتبار الروتين بدون هبوط
- تطبيق حسومات الهبوط

يتم فقط عد 7 حركات (لجنة الصعوبة)
لن يتم منح 0.5 الخاصة بحركة النهاية (لجنة التنفيذ E)

ب- الحالة خطين أكرو

المثال الثالث

التقييم

منح حركة النهاية

المثال الرابع

اللاعبة فشلت في الوصول على القدمين أولاً في الخط الأكرو الثاني

التقييم

- لجنة D لا تمنح الحركة للصعوبة
- لجنة التنفيذ E تخصم درجة عن السقوط

ج – عندما يحدث تكرار لنفس الحركة

المثال الخامس

التقييم

- يتم احتساب فقط 7 حركات من قبل لجنة الصعوبة D
- يتم تطبيق حسومات حركة النهاية في حال وجودها.