



## «ЗИМНИЕ УЗОРЫ 2018»

8-9 декабря 2018 г.

детские любительские соревнования по фигурному катанию на коньках

### Технические требования к содержанию программ ПРОИЗВОЛЬНОГО КАТАНИЯ

#### группа «Любители»

Уровень исполнения	Программа	Время исполнения программ	Компоненты		Перечень элементов, подлежащих исполнению в программе
			коэф-нт	оцениваемые	
1 степень «Начинающий фигурист» БАЗОВЫЙ	Катание под музыку	до 1.40	1,2	навыки скольжения и представление программы.	<p><b>1. Прыжковый элемент</b> – Прыжки на 2-х ногах в пол-оборота (3 раза подряд) + «Козлики» вперёд (3 раза подряд), выполняются <b>одной связкой</b> в любой последовательности. (прыжковый элемент записывается как 1W).</p> <p><b>2. Элемент - Хореографическая последовательность (ChSg1)</b> включающая в себя: – Фонарики вперёд, змейка вперёд, скольжение ёлочкой, фонарики назад, змейка назад, «косичка» вперёд, «журавлик», выпад вперёд. А также должна включать в себя <b>две любые позиции</b> (удерживать не менее 2 секунд) из перечисленных: цапля, обезьянка, ласточка, пистолетик, тюльпанчик. Элемент выполняется одной связкой. <b>Началом считается</b> выполнение первой из вышеперечисленных позиций.</p> <p><b>3. Вращательный элемент</b> - Циркуль вперёд + вращение только на 2-х ногах (мин. 1 оборот). (Элемент будет записан как USp B)</p> <p>Все три элемента выполняются в любом порядке, нельзя разбивать выполняемый элемент другими. (Например: в ChSg1 вставлять прыжки или вращения).</p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>
2 степень «Начинающий фигурист» ПРОДВИНУТЫЙ	Катание под музыку	до 1.40	1,2	навыки скольжения и представление программы.	<p><b>1.</b> Перекидной прыжок (1W)</p> <p><b>2. Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 2 об.). <u>Запрещен</u> заход прыжком</p> <p>Максимальный уровень вращения - <b>базовый</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т.п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>2 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p><b>3 ступень</b> Юный фигурист - - БАЗОВЫЙ</p>	<p>Катание под музыку</p>	<p><b>до</b> <b>1.40</b></p>	<p><b>1,2</b></p>	<p>навыки скольжения и представление программы</p>	<p>1. Только два различных прыжковых элемента. <u>Разрешены:</u> 1W, 1S, 1T; <u>запрещены:</u> 1Lo, 1F, 1Lz.</p> <p>2. <b>Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 3 об.). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращения - <b>базовый</b>.</p> <p>3. Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>2 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>
<p><b>4 ступень</b> Юный фигурист - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p>Катание под музыку</p>	<p><b>до</b> <b>2.10</b></p>	<p><b>1,2</b></p>	<p>навыки скольжения и представление программы</p>	<p>1. Только три прыжковых элемента. Один перекидной прыжок и два различных прыжка в 1 оборот. <u>Разрешены</u> любые прыжки в 1 оборот; <u>запрещен</u> 1A.</p> <p>2. <b>Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 3об.). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращения - <b>базовый</b>.</p> <p>3. Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p align="center"><b>5 ступень</b> <b>Зий юношеский -</b> <b>- БАЗОВЫЙ</b></p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.10</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>1,5</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только три прыжковых элемента. Два разнообразных прыжка в один оборот. <u>Запрещены</u> 1А и прыжки в два и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2. Два различных вращения</b> в базовой позиции без смены ноги и позиции.(не менее 3об.) <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>первый</b>.</p> <p><b>3.</b>Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1</p>
<p align="center"><b>6 ступень</b> <b>Зий юношеский -</b> <b>- ПРОДВИНУТЫЙ</b></p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.10</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>1,5</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только три прыжковых элемента. Два разнообразных прыжка в один оборот, один из которых 1А. <u>Запрещены</u> прыжки в 2 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2. Два вращения</b>, одно из которых должно быть вращением только в одной базовой позиции без смены ноги (не менее 3об.). Второе вращение – комбинированное, может состоять из двух или трех позиций (минимум 6 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>первый</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p align="center"><b>7 ступень</b> 2ой юношеский - БАЗОВЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center">1,6</p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только четыре прыжковых элемента, один из которых 1А. <u>Запрещены</u> прыжки в 2,5 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2.</b> Два <b>вращения</b>, одно из которых должно быть вращением только в одной базовой позиции <b>со сменой ноги</b> (не менее 6 оборотов в сумме). Второе вращение – комбинированное (минимум 10 оборотов в сумме). <b>При отсутствии</b> попытки выполнения <u>«либелы»</u> или <u>«волчка»</u>, вращение не засчитывается. <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить 1А и один прыжок в 2 оборота, средняя оценка бригады судей за все элементы - не менее (-1).</p>
<p align="center"><b>8 ступень</b> 2ой юношеский - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center">1,6</p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> <b>Только</b> четыре прыжковых элемента, один из которых 1А. Запрещены прыжки в 2,5 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2.</b> Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых должно быть вращением в одной базовой позиции <b>со сменой ноги</b> (не менее 6 оборотов в сумме). Второе вращение – комбинированное(минимум 10 оборотов в сумме). <b>При отсутствии</b> попытки выполнения <u>«либелы»</u> или <u>«волчка»</u>, вращение не засчитывается. <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить 1А и два любых прыжка в 2 оборота, средняя оценка бригады судей за все элементы - не менее (-1).</p>

<p align="center"><b>9 ступень</b> 1ый юношеский - - БАЗОВЫЙ</p>	<p align="center">Сбалансированная произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>2,0</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.Только</b> четыре прыжковых элемента. Хотя бы один из которых должен быть Аксель. <u>Запрещены</u> тройные прыжки и 2А. Максимум <b>два каскада</b> или комбинации. Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных. Только <b>два прыжка</b> могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>3. Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых вращение в одной базовой позиции со сменой или без смены ноги (минимум 6 оборотов). <u>Разрешен</u> заход прыжком. Второе - Комбинированное вращение <b>со сменой ноги</b> (минимум 10 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя <b>две различные позиции спирали, выполненные на разных ногах</b>, каждую из которых необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить каскад или комбинацию с 1А и двойным прыжком или двумя двойными прыжками, два различных двойных прыжка не менее, чем на (-1). Средняя оценка бригады судей за все элементы не менее, чем (-1)</p>
<p align="center"><b>10 ступень</b> 1ый юношеский - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p align="center">Сбалансированная произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>2,0</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.Только</b> четыре прыжковых элемента. Один из которых должен быть 2А. <u>Запрещены</u> тройные прыжки. Максимум <b>два каскада</b> или комбинации. Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных. Только <b>два прыжка</b> могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>3. Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых вращение в одной базовой позиции со сменой или без смены ноги (минимум 6 оборотов). <u>Разрешен</u> заход прыжком. Второе - Комбинированное вращение <b>со сменой ноги</b> (минимум 10 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя <b>две различные позиции спирали, выполненные на разных ногах</b>, каждую из которых необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить каскад или комбинацию с 1А и двойным прыжком или двумя двойными прыжками, два различных двойных прыжка не менее, чем на (-1). Средняя оценка бригады судей за все элементы не менее, чем (-1)</p>

<b>11 ступень</b> <b>2ой спортивный</b>	Короткая программа	<b>2.30</b>	<b>1,0</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1Аксель.</li> <li>2. Любой прыжок с шагов в два оборота.</li> <li>3. Каскад из двух прыжков: 2+2.</li> <li>4. Либела или Волчок со сменой ноги (мальчики), Заклон назад или в сторону (девочки).</li> <li>5. Комбинация вращений с одной сменой ноги (минимум 6 об. на каждой ноге).</li> <li>6. Одна дорожка шагов.</li> </ol> <p>Все прыжки Короткой программы должны быть различными, допустим каскад из 2х одинаковых прыжков.</p> <p>Максимальный уровень элементов - третий.</p>
	Сбалансированная произвольная программа	<b>3.00</b> <b>+0,10</b>	<b>1,8</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<p>Максимум 6 прыжковых элементов, хотя бы один из которых должен быть 1Аксель или 2Аксель, не менее четырех разнообразных прыжков в 2 об.</p> <p>В программе может быть до 2х каскадов или комбинаций, один из которых состоит из двух прыжков в 2об.</p> <p>Только 2 прыжка в 2,5 об. могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>Максимум 2 вращения, одно из которых должно быть Комбинацией вращений со сменой ноги (минимум 10 об. в сумме) и одно – Прыжком во вращение или вращением с заходом прыжком (минимум 6 оборотов).</p> <p>Максимум одна дорожка шагов.</p>

<b>12 ступень</b> <b>1ый спортивный</b>	Короткая программа	<b>2.30</b>	<b>1,0</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Двойной Аксель.</li> <li>2. Любой прыжок с шагов в два или три оборота.</li> <li>3. Каскад из двух прыжков: 3+3 или 3+2 или 2+2 или 2+3.</li> <li>4. Прыжки во вращение (минимум 8 оборотов в позиции приземления), позиция приземления отлична от позиции во вращении со сменой ноги.</li> <li>5. Заклон назад или в сторону - для девушек (минимум 8 оборотов); Либела или Волчок со сменой ноги - для юношей (минимум 8 оборотов).</li> <li>6. Комбинация вращений с только одной сменой ноги (минимум 6 оборотов на каждой ноге).</li> <li>7. Одна дорожка шагов.</li> </ol> <p>Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p>
	Сбалансированная произвольная программа	<b>Девушки = 3.30+0,10</b> <b>Юноши = 4.00+0,10</b>	<b>1,8</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<p>Максимум 6 прыжковых элементов для девушек и 7 прыжковых элементов для юношей.</p> <p>Не менее 4 разнообразных прыжков в два или три оборота, прыжок 2А и каскад прыжков с 2А.</p> <p>Необходимо исполнить прыжок 2А, все вращения и дорожку шагов, 4 различных прыжка в два или три оборота не менее, чем на (-1).</p>

Спираль\* – это скольжение на одной ноге по дуге в позиции, где линия верхней стороны бедра свободной ноги параллельна линии льда или выше линии ягодиц.