



# الاتحاد الدولي للجمباز

## القانون الدولي للجمباز الفني سيدات

2024-2022

The Code of Point is the property of the FIG

حقوق الملكية الفكرية للقانون الدولي تعود للإتحاد الدولي للجمباز

من إعداد اللجنة الفنية للسيدات فبراير 2020

الترجمة العربية / صالح جعفر عيسى نور

المراجعة: اللجنة الفنية في الإتحاد 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

<b>President</b>	Donatella Sacchi	ITA
<b>1<sup>st</sup> Vice-President</b>	Kym Dowdell	AUS
<b>2<sup>nd</sup> Vice-President</b>	Qiurui Zhou	CHN
<b>Secretary</b>	Johanna Gratt	AUT
<b>Member</b>	Liubov Andrianova	RUS
<b>Member</b>	Elena Davydova	CAN
<b>Member</b>	Tatiana Perskaia-Borisovna	USA
<b>Athlete representative</b>	Oksana Chusovitina	UZB
<b>Advisor to the Women's Technical Committee</b>	Naomi Valenzo	MEX
Illustrations	James Stephenson & Koichi Endo	USA JPN
Original illustrations	Ingrid Nicklaus	GER
Original Symbols	Margot Dietz	GER
Editing – Illustrations, Symbols, Charts	Linda Chencinski Milvia Bernasconi Sue Tredgold	USA ITA GBR

وضعية الجسم: هي وصف الجسم عندما يكون في الهواء

شكل الجسم: وهي وصف وضعية الجسم عندما تكون القدمين على الأرض وأيضاً خلال الحركات الكوروجرافية

## الفهرس

### الجزء الأول: لوائح بالمشاركين في البطولات

القسم الأول: أغراض القانون

القسم الثاني: لوائح الملاعبات

القسم الثالث: لوائح للمدربين

القسم الرابع: لوائح تنظيم عمل اللجنة الفنية

القسم الخامس: لوائح تنظيم وبناء لجان الأجهزة

### الجزء الثاني: تقييم التمارين

القسم السادس: طريقة تحديد الدرجة

القسم السابع: قواعد حول درجة الصعوبة D-Score

القسم الثامن: قواعد حول درجة التنفيذ E-Score

القسم التاسع: توجيهات وإرشادات فنية

### الجزء الثالث: الأجهزة

القسم العاشر: طاولة القفز

القسم الحادي عشر: المتوازيان

القسم الثاني عشر: عارضة التوازن

القسم الثالث عشر: البساط الأرضي

# الجزء الأول

# لوائح المشاركين في البطولات

- 1- الهدف الأول من القانون هو وضع معايير موضوعية لتقييم التمارين في كل المستويات 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 جمبازي 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 الالعاب

### 2.1: حقوق الالعاب

#### 2.1.1: عموميات

##### أ- الالعاب لهن الحق في:

- أن يقيم أدائها بدقة من قبل القضاة وبحسب القانون الدولي للجماز.
- الحصول كتابة وفي وقت مناسب على صعوبة القفزة أو الحركة الجديدة التي قدمتها.
- أن تحصل على إظهار درجتها فوراً بعد أدائها أو بحسب القواعد المنظمة لتلك البطولة.
- أن يقوم بإعادة الروتين بعد موافقة اللجنة العليا للبطولة (بدون حسومات) في حال:
  - في حالة انقطاع أداءه لأسباب خارجه عن إرادته ومسئوليته.
  - في حال تمزق خوذة اليد في المتوازيين ويجب أن تقوم بعرض ذلك مباشرة 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 جمبازية فإن اللجنة العليا تحدد الوقت.

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

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

ح. الحصول ومن خلال قائد بعثتها مخرجات النتائج الصحيحة والتي تعرض كل درجاتها المتحصل عليها خلال البطولة.

#### 2.1.2: الأجهزة:

##### الالعاب لهن الحق في:

- الحصول على الأجهزة القانونية والأبسطة المعترف بها من الاتحاد الدولي في صالة التدريب وقاعة الإحماء وعلى البوديوم.
- يحق لها وضع القفاز فوق البساط الإضافي 10 سم في المتوازيين وعارضة التوازن.
- يحق لها استعمال المجزوم في المتوازيين ووضع علامات صغيرة منه على عارضة التوازن.
- يسمح لها بحضور مساعد في المتوازيين.
- الراحة لمدة لا تزيد عن 30 ثانية في حالة السقوط في المتوازيين و10 ثواني في عارضة التوازن (بدون حسم).
- التحدث مع مدربها خلال الثلاثين ثانية والخاصة به والتالية للسقوط من الجهاز أو فيما بين القفرتين الأولى والثانية في القفز.
- تقديم طلب لرفع بار المتوازيين إذا كانت القدمين تمان البساط.

## الإحماء

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

- كل جمبازية (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 التصنيفات لنهايي الأجهزة يمكن السماح بثلاث قفزات كحد أقصى.  
العارضة والبساط  
30 ثانية

المتوازيان: 50 ثانية على المتوازي من ضمنها تجهيز المتوازي.

## ملاحظة:

- في التصنيفات (المرحلة الأولى) 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.
- نهاية وقت الإحماء تتم الإشارة اليه بإشارة صوتية، وفي حال أن وقت الإحماء انتهى وما زال هناك جمبازية 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.

- أ. معرفة قانون الجمناز ليتصرف بحسبه.
- ب. إذا كان لديه حركة جديدة فعليها أو مدربها أن يقوم بكتابتها وتسليمها إلى رئيس اللجنة العليا قبل 24 ساعة من بدء الروتين في منصة البطولة.
- ت. يمكن السماح بتغيير ارتفاعات المتوازيان للاعبات التي تلمس أرجلهن البساط خلال الروتين ولكي يتم ذلك يجب تحرير طلب إلى اللجنة المنظمة قبل الاجتماع التوجيهي الذي يتم قبل البطولة أو على الأقل خلال تدريبات البوديوم التي تكون قبل البطولة ويقوم رئيس أو عضو من أعضاء اللجنة العليا بالتأكد من ذلك.

## 2.3: واجبات اللاعبين

### 2.3.1: عموميات

1. تقديم نفسها بالطريقة المتعارف عليها برفع إحدى أو كلتا اليدين عالياً إلى 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 القضاة الفعليين خلال البطولة.
7. تجنب تأخير البطولة، البقاء على البوديوم لمدة طويلة، الصعود على البوديوم مرة أخرى بعد الانتهاء من الروتين وأي مضايقات أخرى تخل بحقوقه أو تتعارض مع حقوق جمنازيين آخرين.
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 اللاعبين الأخريات (أمثلة: تعليم البساط بالمغزيوم، 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 للجمناز.

**2.3.2: اللباس**

1. يجب عليهن لبس الملابس غير الشفافة، مايوة أو يونيتارد (قطعة واحدة حتى القدمين)، والذي يكون عليه تصميم 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 منتصف عظم القفص الصدري 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 المقعدة.
4. لهن الخيار في لبس الحذاء الخاص بالجماز 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 العارضة والحركات الأرضية، 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 الاتحاد 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 المشاركات فردياً مع نفس الاتحاد بدون فريق من الممكن أن يلبسوا لباس مختلف.
9. وافي اليدين والباتداج (الرباطات) الخاص بالجسم وواقسي المعصمين مسموح بها ويجب أن تكون مثبتة 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 وافي الحوض أو أي وافي غيره.
12. طلاء الوجه غير مسموح به، أي مكياج يجب أن يكون متواضع ولا يوجد تشبيه به مع أشكال حيوانات أو سلالات بشرية معينة.

- أ. الحسم المعتاد للمخالفة للقوانين والنظم المبينة في المادة الثانية والمادة الثالثة تصنف بالأخطاء المتوسطة 0.30 لأخطاء السلوكيات وأخطاء كبيرة 0.50 للمخالفات نحو الأجهزة وهذا الحسم يتم من الدرجة النهائية من قبل D1، ومن الضرورة إعلام اللجنة العليا.
- ب. المخالفات الأخرى المحتملة مبينة مع حسوماتها في 8.3:
- ت. في الأحوال الاستثنائية من الممكن استبعاد اللاعب أو المدرب من صالة البطولة بالإضافة إلى تطبيق الحسومات الأخرى

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

الحسم	المخالفة
	مخالفات اللبس
0.30 من الدرجة النهائية مرة واحدة من فترة المسابقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• رباطات غير صحيحة.</li> <li>• عدم وجود شعار الدولة و/ أو موضوع بشكل غير صحيح.</li> <li>• عدم وجود البيب نمبر</li> <li>• لباس غير صحيح - مابوة غير صحيح - المجوهرات - البانداج - الألوان ... الخ</li> </ul>
حسم درجة كاملة في مرحلة التصفيات ونهائي الفرق في مرحلة ارتكاب المخالفة	مخالفة قواعد اللباس والتي ترتبط بالفريق
0.3 من الدرجة النهائية	• لبس لاعبة مابوه مختلف من عن باقي الفريق
0.3 من الدرجة النهائية	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 اللاعب من تحت البار السفلي للصعود
0.3 من الدرجة النهائية في الجهاز المعني	الإعلانات غير الصحيحة
يتم حذف نتيجة اللاعب أو الفريق	الغياب من حفلة التكريم

مخالفات سلوكيات الأجهزة	
0.50 من الدرجة النهائية بواسطة D1.	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 القفاز
0.50 من الدرجة النهائية بواسطة D1	رفع مستوى الجهاز بدون إذن

## 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 اللاعب أو الفريق وأن يقوم بالكتابة للمختصين لتغيير ارتفاعات الأجهزة أو للحصول على تقييم لحركة جديدة أو قفزة.
- ب. مساعدة اللاعب أو الفريق خلال الروتين على البوديوم أو خلال الإحماء وفي كل الأجهزة.
- ت. مساعدة اللاعب أو الفريق في إعداد الأجهزة للمسابقات.
  - تجهيز القفز وخصوصاً طوق الإسبرنج.
  - القفز، المتوازيان، العارضة لتجهيز القفز ووضع البساط الإضافي في المكان المرغوب.
  - المتوازي في تجهيز البارين.
- ث. أن يكون حاضراً فوق البوديوم بعد الضوء الأخضر لتنحية 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 اللاعب لجملتها في جهاز المتوازي وهنا ممكن أن يكون نفس الشخص الذي قام بتنحية الاسبرنج أو غيره.
- ح. التحدث مع اللاعب أو مساعدتها خلال 30 ثانية بعد السقوط قبل العودة للجهاز وكذلك بين القفزين في القفز.
- خ. أن يحصل على إظهار درجة لابعته فوراً بعد انتهاء اللاعب من الأداء وبحسب القواعد المنظمة لتلك البطولة.
- د. يسمح للمدرب بالتواجد في كل الأجهزة في حال تعرض اللاعب لحادث أو لخلل في الجهاز.
- ذ. تقديم الاعتراض للجنة العليا حول تقييم محتوى الروتين للجمبازي (أنظر المادة 8.4).
- 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 بالقفز.
4. تحاشي أي تصرفات قد تؤخر المسابقة أو أي تصرف آخر قد يحرمه من حقوقه وتحاشي التصرفات المزعجة للآخرين.
5. تحاشي التحدث مع اللاعب أو مساعدته بأي طريقة أخرى (إعطاء إشارة - الصراخ - الهتاف أو ما شابه ذلك) أثناء الأداء.

6. تحاشي الكلام مع القضاة 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 الفرق (المرحلة الرابعة) لـ:
  - الفريق الكامل      مدرب أو مدربان
  - الدول المشاركة فردياً      مدرب واحد
- بطولة الفردي العام (المرحلة الثانية) ونهائيات الأجهزة (المرحلة الثالثة)
  - كل جمبازي      مدرب واحد

## سلوكيات المدرب

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

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

**المخالفة الأولى: 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 الألعاب 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 يمك منصب رئيس اللجنة العليا وبقية الأعضاء يعملون في اللجنة العليا وكمراقبين أجهزة.

### مهام رئيس اللجنة العليا كالتالي:

رئيس اللجنة الفنية للسيدات أو من يمثله 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 القضاة واجتماعات التعليمات.
3. تطبيق شروط القضاة 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 اللانحة الفنية في المادة 8.4.
8. بالتعاون مع أعضاء اللجنة العليا لتحذير ولاستبدال قاض من القضاة 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 للجماز.
11. في بعض الظروف الخاصة من الممكن أن يعين أحد الحكام في البطولة.
12. تقديم تقرير للجنة التنفيذية للاتحاد الدولي للجماز 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 وخلصاتهم وتوصياتهم للمستقبل.
- تقرير مفصل حول القضاة بمقترحات حول التشجيع للحكام الجيدين ومعاقبة السيئين.
- تقرير مفصل حول التدخلات (تغير الدرجة قبل الإشهار وبعده)
- التحليل الفني حول حكام درجات الصعوبة.

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. المشاركة في إدارة اجتماعات القضاة واجتماعات التعليمات المختلفة وإرشاد القضاة للخروج بتقييم صحيح في الجهاز المعني.
2. تطبيق قواعد القضاة 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 اللاعب الدرجة الممنوحة له على تمرينه.
7. التأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة في الروتين وفي الإحماء وفي قاعة البطولة وتوافقها مع مواصفات وقياسات الأجهزة المعتمدة من الإتحاد الدولي للجيمباز.

# الفصل الخامس قواعد بناء وتركيب لجان الأجهزة

## المادة 5.1: مسئوليات القضاة

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

1. المعرفة التامة بـ:
  - اللوائح الفنية الخاصة بالاتحاد الدولي
  - القانون الدولي للجماز - السيدات
  - قواعد القضاة.
  - الإلمام التام بكافة اللوائح التي تعمل على تحمله لمسئوليته خلال البطولة.
2. أن تكون حائزة على شارة تحكيمية دولية بالسلك الحالي.
3. أن يكون في فئة الحكام التي تسمح له بالتحكيم في تلك البطولة.
4. أن يكون ملماً بكافة المعارف اللاعبة العصرية وأن يفهم المواضيع الخاصة.
5. أن يحضر كل اجتماعات الحكام قبل البطولة المعنية ومن الممكن فقط عمل استثناءات من قبل اللجنة الفنية في الاتحاد الدولي للجماز.
6. الانخراط في كل الفعاليات المنظمة والخاصة بالحكام من قبل اللجنة المنظمة (مثال: تعليمات طريقة إدخال البيانات).
7. حضور التدريبات على منصة البطولة إجباري على كل الحكام لحكام لجنة الصعوبة.
8. أن يكون مستعداً للعمل على كل الأجهزة.
9. أن يكون قادراً لتأدية مهام متعددة مثل:
  - تعبئة استمارة الدرجات بطريقة صحيحة.
  - استخدام الحاسوب أو أي آلة أخرى.
  - الفعالية في إنجاز العمل.
  - التواصل الصحيح بفعالية مع الحكام الآخرين.
10. أن يكون جاهزاً ومستعداً ويحضر على الأقل بساعة قبل موعد البطولة أو بحسب خطة العمل المقدمة في البطولة.
11. أن يلبس اللباس المحدد من قبل الإتحاد الدولي (معطف أزرق داكن - أو تنورة بنطلون رمادي وبلوزة بيضاء - قميص أبيض مع كرافتة للحكام الذكور) ما عدا في الألعاب الأولمبية والفعاليات الأخرى التي يتم فيها تزويد اللجنة المنظمة للحكام بالملابس.

1. التصرف باحترافية في العمل والتصرف بالتصرفات اللائقة.
  2. القاضي عليه المسئوليات المحددة في المادة 5.4.
  3. تقييم كل التمارين بسرعة وطريقة صحيحة وعادلة وحين يكون هناك شك يمنح الشك لصالح اللاعب.
  4. تسجيل علاماتهم في السجل الخاص بهم.
  5. البقاء في مكانه المحدد (باستثناء في حالة طلب منه D1) وتحاشي الكلام والتناقش مع اللاعبين، المدربين، رؤساء الفرق والحكام الآخرين.
- الحسومات حول سوء التقييم والسلوكيات الخاصة بالحكام سوف تكون بالتنسيق مع اللوائح الخاصة بالقضاة أو اللوائح الفنية المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي للجماز.

### المادة 5.2: حقوق القضاة

في حالة تدخل مراقب اللجنة، القاضي له الحق في تفسير درجته والموافقة أو لا 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 القاضي له الحق في اتخاذ التالي:

- يتقدم الى اللجنة العليا في البطولة في حال تمت العقوبة عليه من قبل مراقب الجهاز.
- يتقدم الى لجنة الطعن في حال أن العقاب تم عليه من قبل اللجنة العليا.

## لجنة الجهاز (لجنة التحكيم)

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

- قضاة لجنة D يتم تعيينهم بالقرعة عن طريق اللجنة الفنية في الاتحاد الدولي للجمباز بحسب اللوائح الفنية المعتمدة.
  - قضاة لجنة E والقضاة الإضافيين سوف تتم القرعة بهم من خلال المفوض الفني بالتوافق مع اللوائح الفنية المعتمدة.
- بناء وتركيب لجان الأجهزة سيكون كالتالي

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

- 2 قضاة خط للتمارين الأرضية.
  - قاضي خط لطاولة القفز.
  - ميقاتي في التمارين الأرضية.
  - ميقاتي لزمّن الإحماء في المتوازيين.
  - عدد 2 ميقاتي في عارضة التوازن.
- من الممكن تغيير هيكل لجنة التحكيم للبطولات الدولية الأخرى أو البطولات الوطنية والمحلية.

### المادة 5.4.1: وظيفة قضاة لجنة D

1. تدوين محتوى الروتين بطريقة الرموز، التقييم باستقلالية بدون تحيز ومن ثم يقومان بتحديد محتوى درجة D، المناقشة بينهما مسموحة.
2. إدخال الدرجة D إلى جهاز الحاسوب.
3. درجة D تحتوي على:
  - قيمة الحركات (قيمة الصعوبة) بحسب جدول الحركات.
  - قيمة التركيب
  - قيمة الربط بحسب القواعد المنظمة للربط في كل جهاز.
4. يجب أن تتأكد لجنة الصعوبة في طاولة القفز من مراقبة حكم الخط لمتطلبات الإحماء.

### مهام القاضي D1:

1. العمل كهزمة وصل بين لجنة الجهاز وبين مراقب الجهاز. مراقب الجهاز في حالة الضرورة يستشير اللجنة العليا.
2. تنسيق العمل لحكم الخط، الميقاتي، السكرتارية.
3. التأكد من السير الحسن للجهاز متضمناً سير الإحماء.
4. عرض الضوء الأخضر أو أي علامة مرئية أخرى للاعبات لإعلامهم ببدء الروتين خلال 30 ثانية.
5. التأكد من أنه تم حسم مخالفات الخط والزمن والمخالفات الأخرى من الدرجة النهائية.
6. التأكد من أنه تم تطبيق الحسم والصحيح عن الروتين القصير
7. التأكد من أنه تم تطبيق الحسومات التالية:
  - فشل اللاعب في تقديم نفسه في بداية الروتين أو في نهايته.
  - تنفيذ قفزة غير صالحة " قفزات 0.00"
  - حصول المساعدة للجمازي خلال: القفزة أو الروتين أو الهبوط.

سوف يقومون 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 اللاعب ورقمها.
- محتوى كل التمارين التي تم تنفيذها وتقديمها كتابة إلى رئيس اللجنة الفنية وإلى مراقب الجهاز في اللجنة العليا بلغة من لغات الاتحاد الدولي المعتمدة خلال مدة شهرين من تاريخ نهاية البطولة.

## المادة 5.4.2: وظائف لجنة E:

يجب عليهم:

1. مراقبة كامل الروتين بانتباه وتقييم الأخطاء وتسجيل ذلك بشكل صحيح. باستقلاليه وبدون تشاور مع الحكام الآخرين.
2. تدوين المخالفات تحو الأمور التالية:
  - الأخطاء العامة.
  - أخطاء التنفيذ الخاصة بالأجهزة.
  - أخطاء الجانب الفني.
3. يجب عليهم تدوين الدرجة في ورقتهم ويوقعونها أو إدخال الدرجة من خلال الحاسوب.
4. يجب أن يكون لديهم القدرة على تقديم تقرير شخصي عن تقييمهم 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 البساط الأرضي والقفز يحددان مقدار الخروج من الخط كما يجب عليهم الاعلام عن ذلك من خلال رفع علم.
- إعلام رئيس اللجنة بالمخالفة وقيمة الحسم من خلال كتابة ذلك وتوقيع التقرير المكتوب.
- في القفز يقومون بمراقبة عدد القفزات المنفذة لكل لاعب خلال الإحماء.

- حساب قيمة زمن الروتين في عارضة التوازن والبساط الأرضي.
  - حساب الزمن الكلي في عارضة المتوازي وعارضة التوازن.
  - حساب الزمن بين الضوء الأخضر وبدء الروتين.
  - التأكد من سير الوقت بشكل صحيح 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 تحدثت والحسومات يقوم بالتوقيع وتسليم ورقة بذلك لرئيس اللجنة.
  - مخالفات الزمن حين لا يكون هناك إدخال في جهاز الحاسوب يجب على الميكاتي 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:

- التأكد من المرور الصحيح للفرق ولللاعبات.
- تشغيل الضوء الأخضر والضوء الأحمر.
- العرض الصحيح للدرجة النهائية.

يجب أن يتم جلوس القضاة بمسافة من الجهاز بحيث أن هذه المسافة تسمح لهم بروية كامل الروتين بحيث أنه يمكنهم القيام بمهامهم في التقييم بدون أي عوائق.

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

E 2	E 3	E 1	E 4	E 5	E 6	E 7
			D 2	D 1	سكرتارية	

من الممكن تغيير أماكن جلوس الحكام بحسب شروط قاعة البطولة.

### المادة 5.7: قسم القضاة

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

# الجزء الثاني: تقييم الروتين

## القسم السادس - تحديد الدرجة

### 6.1: عموميات

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

### المادة 6.2: تحديد الدرجة النهائية

- 1-الدرجة النهائية في كل جهاز للتمرين سوف تؤسس من خلال درجتين منفصلتين هما درجة D ودرجة E.
- 2- لجنة الصعوبة تحدد درجة D والتي هي محتوى الروتين ولجنة التنفيذ تحدد درجة E والتي هي درجة التنفيذ ودرجة الجانب الفني.
- 3- الدرجة النهائية ستؤسس بإضافة درجة D مع الدرجة النهائية لـ E وفي بعض الأحوال يتم حسم الحسومات المحايدة منها (المادة 5.4.1).
- 4- درجة المجموع العام هي مجموع الدرجات النهائية المتحصل عليها على الستة الأجهزة.
- 5- درجة الفريق سوف تحسب بحسب اللوائح الفنية الجارية والخاصة بتلك البطولة.
- 6- التأهل إلى / والمشاركة في النهائيات (الفرق - - الفردي العام - الأجهزة سوف تحسب بحسب اللوائح الفنية الجارية والخاصة بالبطولة.
- 7- كمبدأ عام لا يمكن تكرار الروتين.

**حساب الدرجة النهائية**

مثال درجة D + درجة E = الدرجة النهائية

درجة D

الصعوبة (E 2 ,D 3 ,C 3) + 3.10

متطلبات التركيب + 2.00

محسنات الربط + 0.6

إجمالي درجة الصعوبة D + 5.7

درجة التنفيذ E

التنفيذ - 0.7

الجانب الفني - 0.3

الإجمالي 1

درجة E = 9

إجمالي الدرجة النهائية 14.70

ملاحظة: درجة التنفيذ ودرجة الجانب الفني يتم جمعها مع بعض ثم يتم التقصير من عشرة نقاط.

درجة E يتم احتسابها من خلال استخراج المتوسط

**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
- عدد 5 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

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

## القسم السابع

### القواعد الخاصة بحساب درجة الصعوبة D Score

#### 7.1 : درجة الصعوبة D Score (المحتوي)

- درجة الصعوبة في القفز هي الدرجة الموجودة داخل الجداول الخاصة بطاولة القفز لكل قفزة.
- درجة الصعوبة في المتوازيين والعارضه والحركات الأرضية تتضمن أعلى 8 حركات صعوبة ومتطلبات التركيب ودرجة الربط.

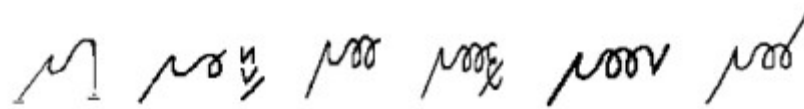
#### 7.2 : درجة الصعوبة (الصعوبات)

- درجة الصعوبة تتحدد بحسب الحركات الموجودة داخل جداول الصعوبات والذي يتوسع باستمرار بحسب الحاجة.
- أعلى 8 حركات صعوبة متضمنة حركة النهاية في المتوازي والعارضه والحركات الأرضية.
- لجنة الصعوبة سوف تحتسب بشكل دائم للصعوبات ماعدا في حال فشل اللاعب 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

- للاعترااف بالحركة يجب أن تكون منفذة بحسب الوصف الفني لوضعية الجسم في جداول الصعوبات.
- الحركة سوف تتحصل على قيمة مرة واحدة فقط وبحسب الترتيب الزمني.
- قلبات الأرابيان سوف تعتبر حركات قلبات أمامية.

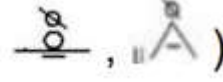



ث- الاعتراف بالحركات المماثلة أو حركات مختلفة.

- حركات الرقص 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 Pirouettes) هو 1/4 أي 1440 درجة (أربع لفات)، لذلك تنفيذ 1/5 منها سوف يعتبر نفس الحركة مثل (1/4).

• جميع البيروبيت مع وضعيات مختلفة للرجل هي 1/3 (1080 درجة) (ثلاث لفات).

• السبلت/ الوثبات والقفزات مع فتح الرجلين الواسع (سترادلد) (ie. ) هي 1 1/2 (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

### • المتوازي

- إذا تمت مع / أو بدون نط يغير في القبضة.

- 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 الذنب بالنط برجل واحدة

القفز بالقدمين لقفزة الذنب

- التنفيذ بشكل طولي أو عرضي (عارضة التوازن)

❖ القفز الجانبي سوف يتحصل على صعوبة حرف واحد للأعلى عن القفز الأمامي.

❖ إذا تم تنفيذ قفرتين للأمام وللجانب سوف يتم منح قفزة واحدة بحسب الترتيب الزمني.

❖ القفزات التي تبدأ من الوضعية الجانبية وتنتهي في الوضعية الأمامية أو العكس سوف تعتبر أنها قفزة أمامية

(إضافة 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 الأكرو 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  $1/2$ ،  $1/1$ ،  $1$  (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 فنياً سوف يتم الاعتراف ك:

- حركة أخرى من الجداول.
- بدون قيمة أو
- قيمة أقل بصعوبة واحدة.

ب. في حال الاعتراف بالحركة كحركة أخرى من جداول الصعوبات ثم تم تنفيذها مرة أخرى سوف يتم الاعتراف بالحركتين.

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

- مثال في عارضة التوازن: ✓ سوف تعتبر حركة أخرى من القانون الدولي ○ بسبب 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 بسبب الفشل في تحقيق المتطلبات التقنية للحركة وتم تكرارها لاحقاً في الروتين سوف يتم اعتبار ذلك تكرار ولن يتم منحها أي قيمة.

- مثال في المتوازي: حركة الدورة العظمي (الجابنت) للخلف مع لفة ونصف  $1/2$  والتي تم منحها صعوبة بحرف أقل (C)، بسبب الفشل للوصول إلى الوقوف على اليدين قبل اللف (المرجحة). إذا تم تكرارها مرة أخرى وتم إكمال الدوران  $1/2$  لن يتم منحها صعوبة (D).

- 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 و فيديو 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 تحصل 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 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 ما 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 موصوفة في الفصل الخاص بكل جهاز وأعلى درجة تتحصل عليها اللاعب هي 2.00.

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

- في الربط ليس من المهم أن تكون ضمن الحركات المعودة، ولكن يجب أن تكون داخل جداول الصعوبات.
- قيمة الربط التي ستمنح ستكون كالتالي

+ 0.1

+ 0.2

- طريقة الربط المعتمدة موصوفة في الفصول الخاصة بالأجهزة.
- الحركات التي تم تخفيضها ممكن أن تستخدم في الربط.
- حتى تتحصل الحركة على محسن الربط يجب أن تؤدي بدون سقوط وبحسب الطريقة الموصوفة فنياً في الفصل الخاص بالجهاز.

**7.4.1 : الربط المباشر والربط غير المباشر**

جميع أنواع الربط يجب أن يكون مباشر

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

الربط المباشر هو الربط الذي يتميز بعدم وجود العوامل التالية:

- توقف بين الحركات
- خطوة إضافية بين الحركتين.
- لمس القدم للعارضة خلال الحركة.
- فقدان التوازن بين الحركات.
- المد الواضح للرجل أو الورك في الحركة الأولى قبل القفز للحركة الثانية.
- مرجحة إضافية كبيرة للذراعين.

**الربط غير المباشر** في جملة من حركات الأيرو في البساط والذي يكون فيها مرحلة طيران وأيضا وضع اليدين على البساط، كمثل تنفيذ حركة الرندف، فليك فلاك والتي هي حركات إعدادية وتنفيذها بين حركات القلب الهوائية.

**الاعتراف** بالربط بين الحركات المباشرة والحركات غير المباشرة في الحركات الأرضية يجب أن يتم بمقتضى مصلحة اللاعب.

## 7.4.2 : تكرر الحركات للحصول على قيمة خلال الربط

- أ. لا يمكن تكرر الحركات في ربط آخر للحصول على قيمة الربط والاعتراف يتم بحسب الترتيب الزمني.
- ب. الحركة نفسها في المتوازي وحركات الأكرو في العارضة والبساط 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

عارضه التوازن - فليك فلاك مع لفة مرتين

البساط - سواء بالربط المباشر او غير المباشر تنفيذ حركة التامبو مرتين قبل حركة القلبتين الخلفية المنحنية.

ت. في الربط المباشر لثلاث حركات أو أكثر، الحركة الثانية يمكن أن تستخدم كالتالي:

- المرة الأولى كآخر حركة في الربط.

- المرة الثانية كأول حركة في الربط.

$$\begin{array}{c} \text{ح} \quad \text{ح} \quad \text{ح} \\ \hline \text{D} + \text{D} + \text{D} \\ \text{0.10} + \text{0.10} \end{array}$$

$$\begin{array}{c} \text{ح} \quad \text{ح} \quad \text{ح} \\ \hline \text{D} + \text{D} + \text{D} \\ \text{CV } 0.20 + 0.20 \\ \text{SB} + 0.10 \end{array}$$

- ث. في الربط المباشر لثلاث حركات أو أكثر، حركة الطيران المكررة في المتوازي أو العارضة أو البساط يجب أن تربط بشكل مباشر وقيمة الربط سيتم منحها لكل الربط.

المتوازي

$$\begin{array}{c} \text{ح} \quad \text{ح} \quad \text{ح} \quad \text{ح} \\ \hline \text{D} + \text{D} + \text{X} + \text{D} \\ \text{0.10} + \text{0.20} + \text{0.10} \end{array}$$

إجمالي الربط 0.40

حركة الطيران ح استخدمت كالتالي:

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

$$\begin{array}{c} \text{C} + \text{C} + \text{X} \\ \text{CV } 0.10 + 0.10 \\ \hline \text{SB} + 0.10 \end{array}$$

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

$$\begin{array}{c} \text{C} + \text{X} + \text{C} \\ 0.10 + 0.10 \end{array}$$

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 الأخرى غير محتوي على سقوط.

# القسم الثامن - القواعد في تحكيم درجة التنفيذ

## 8.1: وصف درجة التنفيذ (الأداء)

لإتقان التنفيذ والتجميع والأداء الفني من الممكن أن تحصل اللاعب على حد أقصى 10.00 درجات.

درجة E تتضمن حسومات عن الأخطاء التالية:

- التنفيذ
- الجانب الفني لعرض الروتين.

## 8.2: 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.

## 8.3: جدول بالحسومات الخاصة بلجنة التنفيذ

كبير جداً 1.00	كبير 0.5	متوسط 0.3	صغير 0.1	الخطأ	
<b>E بواسطة لجنة E</b>					
<b>أخطاء التنفيذ</b>					
	X	X	X	كل مرة	ثني الذراعين أو ثني الرجلين
		X اتساع الكتفين أو أكثر	X	كل مرة	تباعد الرجلين أو الركبتين
			X	كل مرة	تقاطع الرجلين خلال الحركات المحتوية على الدورانات
		X	X	كل مرة	عدم الارتفاع الكافي في الحركات (إمتداد المظهر الخارجي)
		X الورك/ الركبة فوق 90 درجة	X الورك/ الركبة 90 درجة	كل مرة	عدم وضوح الوضعية المتكورة، المنحنية أو المستقيمة في القلبات الهوائية المنفردة الغير محتوية على اللف
			X الورك/ الركبة فوق 90 درجة	كل مرة	عدم وضوح الوضعية المتكورة، المنحنية أو المستقيمة في القلبات الهوائية المزدوجة الغير محتوية على اللف
		X	X	كل مرة	الفشل في الاحتفاظ بوضعية الجسم المستقيم وثني مبكر للجسم
			X	كل مرة	التردد خلال تنفيذ الحركة

		X		كل مرة	محاولة بدون تنفيذ الحركة (الركض الفارغ)
			X	كل مرة	الانحراف عن الاتجاه المستقيم
					وضعية الجسم أو الرجل خلال الحركة (لا رقص)
			X	كل مرة	- امتداد الجسم
			X		- مشط القدمين غير مشدود (مرتخي)
		X	X		- عدم كفاية السبلت في حركات الأكرو (بدون الطيران)
	X	X	X	كل مرة	الفشل في تحقيق المتطلبات الفنية في حركات الرقص (وضعية الجسم)
					بحسب المادة 9 من قائمة أخطاء حركات الرقص
			X	كل مرة	الدقة
		X		كل مرة	تنفيذ الهبوط بشكل قريب من الجهاز في المتوازي والعارضة
إذا لم يكن هناك سقوط فمن الممكن ألا يزيد الحسم عن 0.8					أخطاء الهبوط (من كل الحركات متضمن حركة النهاية)
			X	كل مرة	تفارج الرجلين خلال الهبوط
			X		مرجحة زائدة للذراعين
		X	X	كل مرة	فقدان الاتزان
			X	كل مرة	خطوة إضافية، نطة بسيطة
		X		كل مرة	نطة واسعة أو قفزة كبيرة (أكثر من اتساع الكتفين)
		X	X	كل مرة	أخطاء وضعية الجسم
	X			كل مرة	هبوط عميق (سكوات عميق)

		<b>X</b>			لمس أو خدش الجهاز أو البساط باليدين بدون سقوط
<b>1.00</b>					الاستناد على البساط أو الجهاز بيد واحدة أو اثنتين
<b>1.00</b> <b>1.00</b>					السقوط على البساط على الركبتين أو الورك السقوط على أو ضد الجهاز
<b>1.00</b>					الفشل في الوصول على الهبوط على القدمين أولاً من الحركة

الخطأ				
كبير جداً 1.00 أو أكثر	كبير 0.5	متوسط 0.3	صغير 0.1	
<b>D Jury</b> حسومات بواسطة لجنة الصعوبة				
عدم الحصول على الربط (CONNECTION) ومحسن التسلسل (العارضة) لا محسنات				المتوازي والعارضة والبساط
				تنفيذ الربط مع سقوط تنفيذ حركة النهاية مع سقوط
لا قيمة صعوبة، ولا للربط، ولا للمتطلبات التركيبية، لا محسنات التسلسل (العارضة)				كل مرة
				الفشل في الهبوط على القدمين أولاً بما يتطابق مع وصف الحركة
لا قيمة صعوبة، ولا للربط، ولا للمتطلبات التركيبية				البساط
				القفز (الإقلاع) خارج الحدود المعلمة
من الدرجة النهائية		<b>X</b>		الصالة / الفعالية
				الفشل في تقديم اللاعبة لنفسها قبل أو بعد نهاية الروتين

حسم درجة من الدرجة النهائية						المتوازي والعارضه والبساط	حصول المساعدة من المدرب لـ اللاعبه (المساعدة)
* في حال المساعدة بعد اكتمال الحركة وعدم الاعتراف بالربط.						كل مرة	
* في حال المساعدة لتنفيذ الحركة عدم الاعتراف بالصعوبة والربط والمتطلبات الحركية وعدم منح محسن عن حركة النهاية.							
من الدرجة النهائية		X				الصالة / الفعالية	حضور مساعد غير مرخص له
حسومات بواسطة لجنة D مع التوجيه بالملاحظة إلى اللجنة العليا للبطولة							
							مخالفات تخص الأجهزة
الحركة تتحصل على صفر						الصالة / الفعالية	الفشل في استخدام طوق الأمان في القفز لحركات الدخول بالرندف أنظر المادة 10.4.3
	X					الصالة / الفعالية	الفشل في استخدام البساط الإضافي
من الدرجة النهائية	X					الصالة / الفعالية	وضع القفاز فوق سطح غير مسموح به

من الدرجة النهائية	X			الصالة / الفعالية	استخدام بساط إضافي غير مرخص
	X				تحريك البساط الإضافي خلال الأداء أو تحريكه إلى نهاية غير المسموح بها لعارضة التوازن
حسومات عبر رئيس اللجنة العليا عند إعلامه بالمخالفة من لجنة D					
مخالفات الأجهزة					
من الدرجة النهائية	X			الصالة / الفعالية	استخدام سيء للمغنيزيوم أو تخريب الجهاز
	X			الصالة / الفعالية	إضافة أو تنقيص اسبرنج من القفاز
	X			الصالة / الفعالية	تغيير ارتفاع الجهاز بدون تصريح
حسومات عبر رئيس اللجنة العليا عند إعلامه بالمخالفة من لجنة D					
مخالفات سلوكيات اللاعبين					
من الدرجة النهائية	X				استخدام سيء أو غير جمالي للبادينج (قطع اسفنجية تحت الرباط)
في البطولة الفرقية ونهائي الفرقي والفردى العام يتم الحسم مرة واحدة خلال تلك المرحلة	X				شعار الدولة غير موجود أو وضعه في مكان غير مكانه الصحيح
من الجهاز الذي تم اكتشاف الخطأ فيه، في بطولة فردي الأجهزة يتم الحسم من تلك الفعالية	X			الفعالية	فقدان البيب نمبر أو عدم استخدامه
	X				ملابس غير مناسبة

يتم الحسم من الدرجة النهائية عند التبليغ من الجهة المختصة	X			الفعالية	إعلانات غير مصرحة أو غير صحيحة
من الدرجة النهائية	X			الفعالية	سلوك غير رياضي
من الدرجة النهائية	X			الفعالية	البقاء غير المصرح به فوق البوديوم
من الدرجة النهائية	X			الفعالية	العودة لصعود البوديوم بعد انتهاء الروتين
من الدرجة النهائية	X			الفعالية	التحدث مع القضاة الفعليين خلال البطولة
في البطولة الفرقية ونهائي الفرق يتم حسم درجة كاملة من درجة الفريق المعني في الجهاز المرتكب فيه المخالفة				الفعالية	ترتيب مرور غير صحيح للاعبات ضمن الفريق
في البطولة الفرقية ونهائي الفرق يتم حسم درجة كاملة من درجة الفريق المعني مرة واحدة في الجهاز الذي تم اكتشاف الخطأ فيه أول مرة				الفعالية	اختلاف لبس اللاعبات خلال البطولة الفرقية
إقصاء				الفعالية	الفشل في اكمال البطولة بسبب الغياب من منطقة البطولة
إقصاء				الفعالية	تأخير غير مبرر للبطولة
<b>الإخطارات الخاصة حكم الخط للجنة الصعوبة D</b>					
من الدرجة النهائية	X	X		الفرق	تجاوز كبير لوقت الإحماء بالرغم من التحذير * فردياً
من الدرجة النهائية	X			الفعالية	الفشل في البدء بعد 30 ثانية
يتم الغاء الحق في بدء الروتين				الفعالية	الفشل في البدء بعد 60 ثانية
			X	الفعالية	زيادة في وقت الروتين في العارضة والبساط
					بدء الروتين بدون إشارة من D1 أو والضوء الأحمر مازال مضيئاً

			X		
					- تجاوز الوقت المسموح به بعد السقوط (الوقت المستقطع بعد السقوط). - تجاوز الوقت المسموح به بعد السقوط (الوقت المستقطع بعد السقوط) (أكثر من 60 ثانية).
				الروتين منتهي	

لجميع بطولات الاتحاد الدولي الرسمية المسجلة	بواسطة رئيس اللجنة العليا بالتشاور مع باقي أعضاء اللجنة
سلوكيات المدرب ذات التأثير غير المباشر على النتيجة والأداء للاعبة / الفريق	
المرحلة الأولى - كارت اصفر للمدرب (إنذار).	سلوك المدرب غير الرياضية حيث لا يوجد تأثير مباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة لكل أدوار البطولة)
المرحلة الثانية - كارت احمر وطرده 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 وطرده للمدرب من مكان المنافسة. *	
سلوكيات المدرب ذات التأثير المباشر على النتيجة والأداء للاعبة/ الفريق	
المرحلة الأولى: حسم 0.5 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث مع القضاة النشطين.	سلوك المدرب غير الرياضية ذات التأثير المباشر على النتيجة أو الأداء (صالحة للبطولات) مثال تأخير البطولة، أو إزعاج للبطولة، التحدث مع القضاة الفعليين (ماعد القاضي D1).
المرحلة الأولى: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني وكارت اصفر للمدرب (إنذار) في حالة الحديث بعدوانية مع القضاة النشطين.	
المرحلة الثانية: حسم 1.0 من اللاعبة أو الفريق في الجهاز المعني + طرد المدرب من منطقة البطولة.	

حسم 1.00 من درجة اللاعب أو الفريق خلال الفعالية وكارت احمر للمدرب واستبعاد 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.
---------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

**المخالفة الأولى:** 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.

# القسم 9 – إرشادات فنية

لأجل الاعتراف بصعوبة الحركات يجب النظر الى بعض التوجيهات الخاصة ببناء الحركات من حيث الزوايا ووضعية الجسم

## 9.1 كل الأجهزة وضعية الجسم



زاوية الورك والركبتين 90 درجة في القلبات الهوائية وحركات الرقص

المتكورة



زاوية الورك 90 درجة في القلبات الهوائية وحركات الرقص

المنحنية



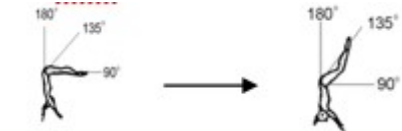
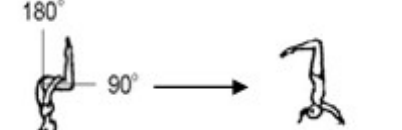
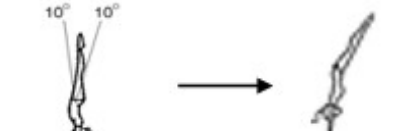
الجسم يشكل خط مستقيم

المستقيمة

### 9.1.1 الاعتراف بالحركات

#### الوضع المستقيم

- اغلب وضعية القلبة الهوائية يجب ان يكون فيها الثبات أكثر في الوضع المستقيم 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

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

الهبوط من القلبات المنفردة مع اللف

أ- الحركات مع اللف تنفذ

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

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

### 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 اللاعب الإستمرار في القلبة الثانية فإن الحركة الأولى لن يتم خفض قيمتها.

**9.1.3 : السقوط خلال الهبوط**

- أ- مع الوصول على القدمين أولاً:  
 ب- مع عدم الوصول على القدمين أولاً:  
 يتم احتساب الحركة  
 عدم احتساب الحركة

**9.2 : العارضة والبساط****9.2.1: 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 سيتم 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 يستدعي أن تكون الرجل الحرة في وضعية محددة وهذه الوضعية يجب أن يتم الاحتفاظ بها خلال كامل الدوران.
- إذا لم تكن الرجل الحرة في الوضعية المحددة الموصوفة فسيتم النظر إلى الحركة كحركة أخرى من القانون.

**أ- للدوران الناقص على قدم داعمة**

→			
- BB	⊗	تصبح	⊗
- FX	⊗	تصبح	⊗

**9.2.2: 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 1/2 لفة (180 درجة) الشكل الموصوف يجب أن يتم في بداية أو في نهاية الدوران في الحركة.

## وضعية الكتفين والورك حاسمة



## مثال

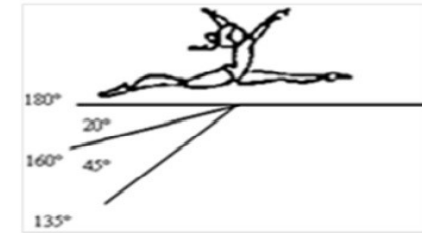
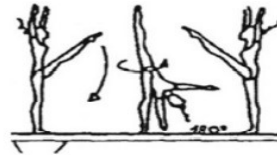
- BB/FX  $\cong$  تصبح  $\cong$
- FX  $\cong$  تصبح  $\cong$
- FX  $\cong$  تصبح  $\cong$
- BB  $\cong$  تصبح  $\cong$
- إضافة ربع لفة لا تشكل فرقاً في الحركة

## 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 القفز والوثبات مع السبلت تفارج الرجلين 180 درجة أمر مطلوب.

## 9.2.3: متطلب السبلت

الدرجة المفقودة لتفارج الرجلين خلال الوثبات والنطات وحركات القفز












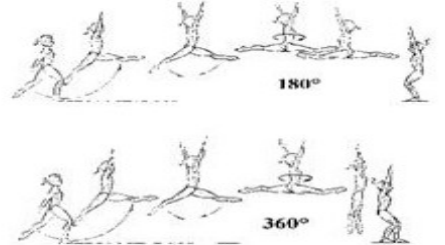


السبلت غير الكافي


- 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

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 الأفقي لجنة الصعوبة	أقل من 135 درجة في زاوية الورك أو الركبتين يمكن أن يؤدي 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 يؤدي 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

<p>الرجل الممدودة في المستوى الأفقي خطأ بسيط</p> <p>الرجل الممدودة تحت المستوى الأفقي خطأ متوسط</p>	<p>زاوية الورك أكبر من 135 درجة يمكن أن يؤدي ذلك إلى عدم الاعتراف بالحركة أو اعتبارها حركة أخرى</p>	<p>زاوية الورك أقل من 90 درجة</p> <p>الرجل الممدودة فوق المستوى الأفقي</p>	<p>قفزة الذنب مع أو بدون الدوران</p> 
<p>عدم كفاية التقوس خطأ بسيط</p> <p>القدم الخلفية بمستوى الرأس خطأ بسيط</p> <p>القدم الخلفية بمستوى الكتف خطأ متوسط</p>	<p>عدم وجود التقوس في الظهر وضعية خاطئة للرأس سوف يتم الاعتراف بها قفزة سبليت أو قفزة سيزون</p> <p>عدم وجود سبليت يؤدي إلى عدم الاعتراف</p>	<p>تقوس في الظهر العلوي والتحكم بالرأس بالرجوع للخلف.</p> <p>180 من السبليت في المستوى المائل.</p> <p>الرجل الخلفية تعتبر مثل التاج فوق الرأس فتصل إلى أمام جبهة الرأس</p>	<p>قفزة الرنج</p> 
<p>عدم كفاية التقوس خطأ بسيط</p> <p>القدمين بمستوى الرأس أو أقل خطأ بسيط</p> <p>عدم كفاية فتح زاوية الورك خطأ بسيط</p> <p>زاوية الرجلين أقل من 90 درجة خطأ بسيط</p>	<p>عدم وجود القوس أو وضعية خاطئة للرأس يؤدي إلى عدم الاعتراف.</p> <p>القدمين تحت مستوى الكتفين يؤدي إلى عدم الاعتراف</p>	<p>تقوس في الظهر ورجوع الرأس للخلف والقدمين تلمس الرأس.</p> <p>فتح زاوية الورك</p>	<p>قفزة شيبب</p> 
<p>عدم كفاية وضع التقوس خطأ بسيط</p> <p>0.1</p> <p>عدم تحقيق حركة ما فوق السبليت ولكن الرجلين في المستوى الأفقي خطأ بسيط</p> <p>0.1</p>	<p>عدم وجود التقوس أو الرأس للأمام يمكن أن يتم الاعتراف بها قفزة سبليت أو سيزون</p> <p>الرجل الأمامية تحت المستوى الأفقي يمكن أن يتم الاعتراف بها كقفزة الرنج</p>	<p>قوس كبير للجسم</p> <p>فتح الرجلين فوق مستوى السبليت والرجل الأمامية فوق المستوى الأفقي</p>	<p>يانج بو</p> 
<p>الرجل الحركة أقل من 45 درجة خطأ بسيط</p> <p>0.1</p> <p>ثني الرجل الحرة خطأ بسيط أو متوسط بحسب الزاوية</p>		<p>مرجحة الرجل الحركة على الأقل 45 درجة</p> <p>المرجحة بالرجل الحرة المستقيمة</p>	<p>قفزة سبليت</p> 

<p>الرجل الحرة أقل من 45 درجة خطأ بسيط 0.1 ثني الرجل الحرة خطأ بسيط أو متوسط بحسب الزاوية</p>	<p><b>D-Panel</b></p> <p>•   </p> <p>•    </p> <p>•  </p> <p>•  </p>	<p>مرجحة الرجل الحرة على الأقل 45 درجة المرجحة بالرجل الحرة المستقيمة يجب إظهار السبلت المقاطع بشكل واضح أو إظهار السبلت الجانبي المتفارج المنحني</p>	<p>قفزة السبلت مع تغيير الرجلين والدوران وثبة جونسون مع الدوران</p> 
---------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

قفزة السبلت إلى الرنج / قفزة السبلت مع تغيير الرجل إلى الرنج / قفزة سبلت مع إلى الرنج مع أو بدون الدوران

<p>لجنة الصعوبة D تنظر إلى التالي وجود قوس في الظهر مع رجوع الرأس للخلف، يمكن تقييمها على أنها حركة سبلت أو حركة تغيير أو سبلت</p>	<p>الظهر الخلفي العلوي مع تقوس ورجوع الرأس للخلف. سبلت 180 درجة الرجل الأمامية في المستوى الأفقي والرجل الخلفية مثنية 135 درجة لتكون أمام الرأس. اللف يجب أن يتم تنفيذه بعد رؤية حركة الرنج.</p>	
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

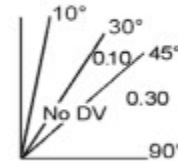
الانحراف عن الأداء المثالي للتقنية من الممكن أن يؤدي إلى حسم بسيط أو متوسط أو كبير (وضعية الجسم) أخطاء وضعية الجسم تتضمن

- عدم كفاية وضع السبلت.
  - ثني للرجلين.
  - مشط القدم غير مشدود
  - انفراج الرجلين
  - وضعيات خاطئة خاصة ببعض الحركات مذكورة في المادة 9.3
  - 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 8.3

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

### كاست للوقوف على اليدين

#### 9.4.1 Cast to Handstand



#### D-Panel

If element completed:

- within 10° of vertical – Credit DV
- >10° – No DV

#### E-Panel

- > 30° – 45° – 0.10
- > 45° – 0.30



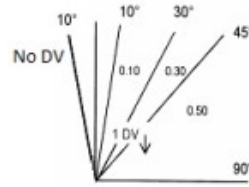
يجب أن تكتمل حركة الكاست في مدى 10 درجات لتحصل على القيمة وإذا زادت الزاوية عن 10 درجات فإنه لا يتم الاعتراف بها من لجنة D لجنة التنفيذ

سوف يتم احتسابها للحسومات كالتالي

- أكبر من 30 إلى 45 درجة خطأ بسيط 0.1

أكثر من 45 درجة خطأ متوسط 0.3

حركات الدورانات للوقوف على اليدين بدون دورانات وحركات الطيران من البار العلوي للوصول ووقوف على اليدين في البار السفلي



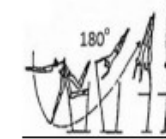
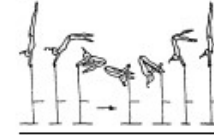
#### D-Panel

If element completed

- > 10° before vertical – No or other DV
- > 10° after vertical – 1 DV lower

#### E-Panel

- > 10° – 30° – 0.10
- > 30° – 45° – 0.30
- > 45° – 0.50



### لجنة الصعوبة (D jury) 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.

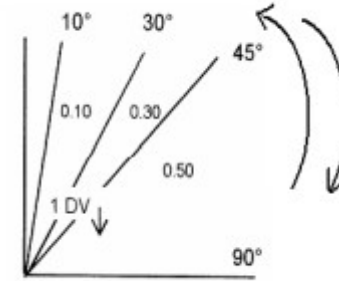
### لجنة التنفيذ (E jury)

- 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



### 9.4.3: حركات المرجحة – الحركات مع الدوران والتي تحتوي على:

- عدم الوصول للوقوف على اليدين
- لا تمر بالوضع العمودي
- تستمر الحركة بعد الدوران، ولكن في الاتجاه المضاد



### لجنة الصعوبة (D jury)

إذا انتهت الحركة

- أكبر من 10 درجات قبل المحور العمودي سوف يتم الاعتراف بالحركة
- أكبر من 10 درجات بعد المحور العمودي قيمة صعوبة أقل بصعوبة واحدة عن حركات الدائرة مع دوران للوقوف على اليدين.

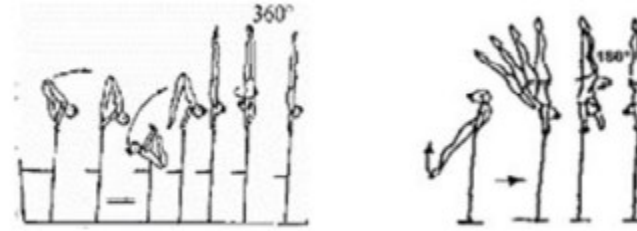
### لجنة التنفيذ (E jury)

- 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

يجب أن يصل جميع أجزاء الجسم إلى الوضع العمودي لتتحصل اللاعب على قيمة الحركة وإلا سوف يتم اعتبارها مرجحة فارغة يعني لا توجد حركة.

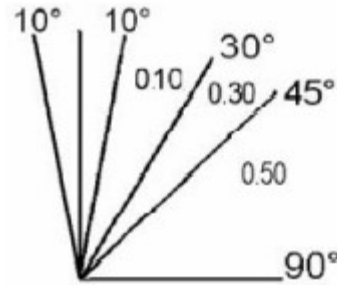
## 9.4.4: حركات الدوران (سيركل) مع اللف للوقوف على اليدين وحركات كاست مع اللف للوقوف على اليدين



## لجنة الصعوبة D

إذا تم أكمال الحركة

• في مجال 10 درجات من المستوى العمودي (أي إتجاه) تحتسب القيمة



## E-Panel

- > 10° - 30°
- > 30° - 45°
- > 45°

## لجنة التنفيذ

- 0.10
- 0.30
- 0.50

إذا تم تنفيذ الحركة مرة بنوع سيركل ومرة بنوع مرجحة فسوف يتم أخذ صعوبة الحركة الأولى حسب الترتيب الزمني

## 9.4.5 متطلبات بعض الحركات الخاصة في البار المختلف الارتفاع

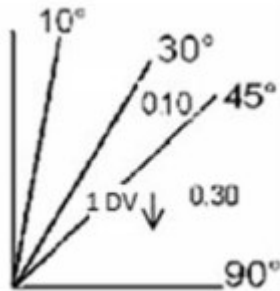
حركة إبلر (5.501)



## لجنة الصعوبة D

إذا اكتملت الحركة في مدى 30 درجة من الوضع العمودي يتم احتساب قيمتها

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



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

# الجزء الثالث - الأجهزة

## القسم ١٠ - ١٣

## القسم 10 – طاولة القفز

### عموميات:

بحسب متطلبات أدار البطولة اللاعبة يجب عليها تنفيذ قفزة أو قفرتين 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 القفز بالقدمين إما 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 بالإسبرنج 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 رئيس اللجنة لتنفيذ القفزة يجب على اللاعبة البدء بالركض وتنفيذ القفزة ثم مباشرة العودة إلى بداية ممر الركض لتنفيذ القفزة الثانية وإعطاء الرقم للقفزة الثانية.
- بالبدء بالإقلاع يبدأ تقييم القفزة للاعبة
  - الطيران الأول (مرحلة ما قبل القفزة)
  - مرحلة الدفع باليدين
  - مرحلة الطيران الثاني والهبوط

### 10.2 الركضة التقريبية

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

- عندما يكون هناك قفزة واحدة:
  - يسمح بالركضة الثانية مع حسم.
  - ركضة ثالثة غير مسموح بها.
- عندما يكون هناك قفرتين:
  - 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 سواءً في الطيران الأول أو الطيران الثاني.
- II. المجموعة الثانية: شقلبة أمامية مع أبو بدون لفة (360) حول المحور الطولي في الطيران الأول – قلبه هوائية أمامية أو خلفية مع أو بدون اللف في الطيران الثاني.
- III. المجموعة الثالثة: شقلبة أمامية مع ربع أو نصف لفة (90 – 180 درجة) في الطيران الأول (تسوكاهارا) - قلبه 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 - قلبه هوائية خلفية مع أو بدون اللف حول المحور الطولي في الطيران الثاني.
- V. المجموعة الخامسة: روندف مع نصف لفة (180 درجة) في الطيران الأول – قلبه هوائية أمامية أو خلفية مع أو بدون اللف في الطيران الثاني.

### 10.4: المتطلبات

- إعلان رقم القفزة سواءً 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.
    - اللاعب التي ترغب في التأهل إلى فردي الأجهزة في طاولة القفز يجب عليها تنفيذ قفرتين في التصفيات بحسب قواعد نهائيات الجهاز في الأسفل.
  - في النهائيات
    - يجب تنفيذ قفرتين في النهائيات وسوف يتم عمل متوسط للدرجتين.
    - القفزة الثانية يجب أن تكون من مجموعة أخرى غير المجموعة المنفذ منها القفزة الأولى.
    - في القفزة الثانية يجب تنفيذ الطيران الثاني بشكل مختلف عن القفزة الأولى.
- مثال:

1) إذا القفزة الأولى من المجمع الرابعة:

الدخول بالرندوف – فليك فلاك – قلبه هوائية خلفية مستقيمة مع لفتين ونصف الخيارات للقفزة الثانية من الممكن أن تكون كالتالي

المكتبة الرياضية الشاملة  
تسوكاهارا مستقيمة مع لفتين  
شقلبية أمامية مع لفة.

(2) إذا القفزة الأولى من المجموعة 2  
شقلبية أمامية مع قلبة هوائية أمامية

خيارات القلبة الثانية ستكون كالتالي

الدخول بالرندوف وشقلبية خلفية مع قلبة هوائية خلفية مستقيمة أو تسوكاهارا منحنية  
ملحوظة:

الشقلبية 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.

#### 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:

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

#### 10.4.2: حسومات خاصة بالجهاز - لجنة الصعوبة D

هذه الحسومات يتم حسمها من الدرجة النهائية من القفزة المعنية

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

- الحركة المنفذة بدون مرحلة استناد على الأقل بيد واحدة
- الفشل في استخدام طوق القفز في حركات الدخول بالرندوف
- الحصول على مساعدة في الحركة
- الحركة التي لا يمكن تمييزها بسبب رداة التنفيذ أو اللاعبة تدفع الطاولة بالقدمين
- تنفيذ قفزة غير مرغوبة (مع فتح الرجلين، حركات سابقة قبل الطاولة غير الوندف، 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 أوماتيكية 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

الخطأ		
خطأ كبير 0.5	خطأ متوسط 0.3	خطأ بسيط 0.1
مرحلة الطيران الأول		
لفقدان بعض زوايا الدوران في القلبات التي تحتوي على نصف لفة		
	$90 \geq$	$45 \geq$
	$45 \geq$	$45 \geq$
$90 <$	$90 \geq$	$45 \geq$
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ المجموعة الأولى: للدوران 180 درجة</li> <li>▪ المجموعة الثالثة: مع ربع لفة (90 درجة)</li> <li>▪ المجموعة الرابعة: مع لفة إارب (270 درجة)</li> <li>▪ المجموعة الأولى أو الثانية: مع لفة (360 درجة)</li> <li>○ التقنية السيئة أو الضعيفة</li> </ul>		

	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ زاوية الورك</li> <li>▪ التقوس</li> <li>▪ ثني الركبتين</li> <li>▪ الرجلين أو الركبتين متفارجة</li> </ul>
X	X	X	
			أخطاء خلال مرحلة الدفع باليدين
			○ التقنية السيئة أو الضعيفة
X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>- وضعية اليدين المرتبكة في المجموعات 1، 2 و 5</li> <li>- ثني الذراعين</li> <li>- زاوية في الكتفين</li> <li>- الفشل في المرور في الوضع العمودي</li> <li>- بدء اللف الموصوف مبكراً</li> </ul>
	X	X	
	X	X	
			أخطاء مرحلة الطيران الثاني
	X	X	السحاب القوي (سحب قوي وهو سحب الرجلين أكثر من اللازم بحيث الوضعية المستقيمة يحدث لها انحناء)
X	X	X	الارتفاع
		X	دقة اللف بما فيها حركات كيرفو
			وضعية الجسم
	X	X	<ul style="list-style-type: none"> <li>- دقة وضعية القلب الهوائية (التكور- المنحني)</li> <li>- دقة وضعية القلب الهوائية مع الدوران (التكور- المنحني)</li> <li>- امتداد الجسم (الخط المستقيم) في القلبات الهوائية المستقيمة</li> <li>- امتداد الجسم (الخط المستقيم) في القلبات الهوائية المستقيمة مع اللف</li> <li>- الفشل في الاحتفاظ بالوضعية المستقيمة للجسم إنحناء مبكر</li> <li>- عدم كفاية أو التأخير في الفتح للهبوط (في القلبات المتكورة أو المنحنية)</li> </ul>
X	X	X	ثني الركبتين
	X	X	فتح الرجلين أو الركبتين
		X	عدم كفاية دوران القلب الهوائية
	X		<ul style="list-style-type: none"> <li>- بدون سقوط</li> <li>- مع السقوط</li> </ul>
	X	x	المسافة (عدم كفاية مدى الحركة)
		X	الانحراف عن الاتجاه المستقيم
	X	X	الحيوية
			أخطاء الهبوط
			أنظر القسم 8

# القسم 11: المتوازي مختلف الارتفاع

## 11.1: عموميات

يتم بدء الروتين عن طريق الإقلاع من القفاز أو من البساط، الدعم الإضافي من تحت القفاز غير مسموح به (مثلاً وضع قفاز آخر تحت القفاز).

### أ- الصعود

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

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

لجنة الصعوبة D سوف تقوم بالحسم عن ذلك من الدرجة النهائية قبل إشهارها للجمهور

### ب- وقت السقوط (توقيت السقوط)

يسمح بوقت ثلاثين ثانية بعد انقطاع الروتين بسبب السقوط من الجهاز، وإذا تعدت اللاعب هذا الوقت المسموح به فإنه يتم احتساب حسم محايد إذا عادت اللاعب لإكمال الروتين.

- يبدأ التوقيت من لحظة وقوف اللاعب 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

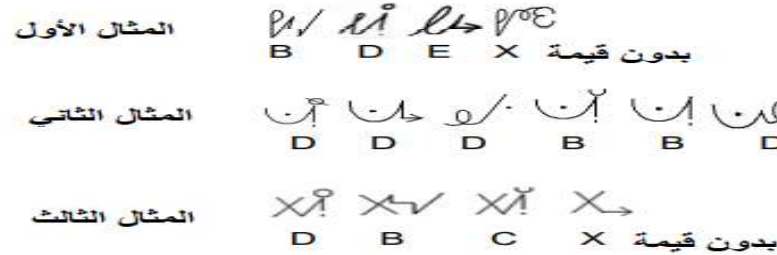
○ 20 ثانية

○ 30 ثانية

- الروتين سيتم اعتبار أنه بدأ رسمياً عندما تغادر القدمين للبساط
- إذا لم تعد اللاعب لمواصلة الروتين بعد 60 ثانية سوف يعتبر الروتين منتهياً بالسقوط.
- غير مهم عمل تحية لمواصلة 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)



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

MTs (e.g.  $\overline{SE}$ ,  $\overline{SE}$ ) and DMTs (e.g.  $\overline{PE}$ )

- الحركة التي لا تحصل على قيمة بسبب الفشل التقني خلال التنفيذ لن يتم عددها ضمن الحركات ذات الجذر المشترك.
- سيتم الاعتراف بحركة تكاتشيف 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

- الدورة العظمى للأمام (جاينت أمامي)
- الدورة العظمى للخلف (جاينت خلفي)
- المرجحة وحركات لف بالورك.
- شتالدر للأمام والخلف.
- الدوائر المنحنية للأمام والخلف

ب- الطيران

- 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

0.2	0.1
(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)	D + D أو أكثر

ملاحظة: حركة C أو حركة D يجب أن تكون حركة طيران أو تحتوي على اللف نصف لفة (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 نصف أو لفة كاملة لا يعتبر حركة طيران.

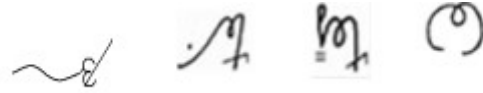
- كحركة صعود
- حركات المجموعة الأولى لا تعتبر حركات طيران.

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 فإن ذلك يلغي 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 شيبشونوكوفا مع أو بدون نصف لفة أو لفة كاملة والحركات التالية:



ملاحظة: إذا تم تنفيذ حركة الكب بعد حركة شيبشونوكوفا مع أو بدون نصف لفة أو لفة كاملة وحركة الهشت مع نصف لفة سوف يتم تطبيق حسم عن المرجحة الفارغة.

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

### 11.5: أخطاء التركيب (تحسم من قبل لجنة التنفيذ)

0.5	0.3	0.1	الخطأ
X			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

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

## 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.
- حسم 0.5 عن عدم وجود حركة النهاية (لجنة D).
- سقوط حسم درجة.
- إذا قامت اللاعب بالعودة 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 أو لا

10

مثال

التقييم

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

### الصعود للجهاز

- أ- يمكن أن يحقق متطلب عن الطيران من البار العلوي للبار السفلي
- ب- الحركات المستخدمة في الصعود يمكن أن تنفذ أيضاً داخل الروتين، ولكن لن تمنح قيمة الصعوبة مرة أخرى.

# 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 وتيرتها.

إنها موازنة بين:

- حركات الرقص
- حركات الاكرو
- الكوروجرافي

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)
- تغيير الرتم والإيقاع.
- الابتكار للحركات والانتقالات.

## 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 اللاعبه بعرض الابداع، الثقة في التنفيذ، الطابع الشخصي للأداء، التقنية السليمة والصحيحة ومع تنوع الإيقاع والرتم فأنها تحول ذلك البناء إلى أداء فني (لوحة فنية).  
ذلك ليس ما قامت بتنفيذه اللاعبه، ولكن كيف قامت بتنفيذه.

**12.1: عموميات**

بدء الروتين يتم عند إقلاع اللاعبه بواسطة القفاز أو البساط، لا يسمح بوضع أشياء إضافية تحت القفاز مثلاً وضع قفاز تحت القفاز.  
أ- الصعود:

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

لجنة الصعوبة D سوف تقوم بالخصم عن ذلك من الدرجة النهائية قبل إشهارها للجمهور

## ب- التوقيت

لا يجب أن يزيد الروتين في عارضة التوازن عن 90 ثانية (دقيقة ونصف)  
يبدأ الميقاتي 1 بحساب الوقت من لحظة إقلاع اللاعبه من القفاز أو البساط، وتقوم الحكم بإيقاف التوقيت لحظة لمس اللاعبه 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 تماماً مع صوت التنبيه الصوتي فلا يوجد خصم عن ذلك.  
إذا تم الهبوط بعد صوت التنبيه فسوف يكون هناك خصم عن تجاوز وقت الروتين  
سوف يكون الخصم عند 91 ثانية أو أكثر 0.1 من الدرجة  
الحركات بعد 90 ثانية سوف يتم تقييم بطريقة طبيعية من لجنة الصعوبة D ولجنة التنفيذ  
الخصم 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، وإذا تعدت اللاعبه هذا الوقت المسموح به فإنه يتم احتساب خصم محايد 0.3  
إذا عادت اللاعبه لإكمال الروتين.

- يبدأ الميقاتي 2 التوقيت من لحظة وقوف اللاعبه 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 اللاعب البساط.
- سوف يكون هناك تحذير صوتي عند 10 ثانية
- إذا لم تعد اللاعب لمواصلة الروتين بعد 60 ثانية سوف يعتبر الروتين منتهياً بالسقوط.
- بعد العودة لمواصلة الروتين الميقاتي رقم 1 سوف تقوم بإعادة تشغيل التوقيت من أول حركة للاعب على العارضة

## 12.2: محتوى 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)**

0.50	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 مقصية.
0.50	3. خط أكرو على الأقل يتكون من حركتين واحدة منهما تكون قلبه هوائية (من الممكن أن تكون الحركة هي نفسها مكررة)
0.50	4. حركة أكروفي اتجاه مختلف (أمام – خلف – جانب)

الحركات التالية تستوفي المتطلب الثاني

\* 1.303, 1.403, 1.304, 1.207, 1.308, 1.514, 4.203, 4.204, 4.304, 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 ( ) 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.

## الحركات الأكروباتيكية

0.2

0.1

حركتين أكر، متضمنة الصعود مستثنى منها الهبوط  
كل الربط يجب أن يكون ارتداديC/D + D، أو أكثر  
B + D (الحركتين للأمام)  
B + FC + C  
(للخلف) (هذا الترتيب فقط)  
B + D  
B + E

## محسّنات السلاسل (SB) + 0.1

يتم منح محسّنات 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 الربطالمثال الأول  
محسّنات ربط  $B + B + C = +0.10$   
محسّنات ربط  $D + B + C = +0.10$ المثال الثاني  
 $C + C + C$   
محسّنات ربط إجمالي  $CV + SB = 0.30$   
 $+0.10$   $CV+0.1$   $CV+0.1$ 

## للحصول على محسّنات ربط السلسلة (SB):

- على الأقل صعوبة B من الحركات غير الأكروباتيكية
- نفس حركة (الطيران أو الحركة غير الطيران) يمكن تكرارها داخل الربط
- \* الربط للحركات الارتدادية يكون عبر الاستفادة من مطاطية للجهاز ويعمل على تطوير السرعة في اتجاه واحد
- الهبوط (على القدمين) من حركة الطيران الأولى بالاستناد باليد متبوع مباشرة بإقلاع فوري / ارتداد في الحركة الثانية، أو
- الهبوط من حركة الطيران الأولى (مع أو بدون استناد باليد) على رجل واحدة ووضع الرجل الحرة في مكان ارتداد مباشر بالرجلين في الحركة الثانية

حركات الرقص مع حركات (أكرو- حركات طيران فقط) باستثناء الهبوط	
0.20	0.10
أو أكثر D + D	أو أكثر (رقص) C + C دوران فقط A + C مختلط B + D

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.

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

0.10	الخطأ
	التنفيذ الجمالي (ارتستري)
	- عدم كفاية الجمال الحركي خلال الروتين بالكامل
X	● وضعية سيئة للجسم (الرأس - الكتفين - الجذع)
X	● امتداد غير كافي للحركة
X	● امتداد غير كافي في مرجحة الرجل.
X	● ضعف في الرجلين
	○ المشط غير مشدود
X	○ ضعف خلال تنفيذ الريلفي
X	● تناسق عمل الجسم غير الكافي
X	الإيقاع والرتم


X	• التنوع غير الكافي في الرتم والإيقاع في الحركات (حركات غير ذات قيمة)
X	• تنفيذ الروتين كحركات متقطعة بدون تدفق ولا انسيابية في الحركات
X	أخطاء التركيب • صعود بدون قيمة 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.
X	• الاستخدام القليل لأجزاء العارضة
X	○ فقدان الحركات الجانبية (بدون قيمة)
X	○ فقدان التصاحب في الحركات/ فقدان الحركات القريبة من العارضة مع جزء من الكاحل (متضمن الرأس، الفخذ، الكاحل) تلمس العارضة (حركات غير ضرورية).
X	الاستخدام وحيد الاتجاه للحركات أكثر من مرة من نصف لفة على القدمين برجلين مستقيمة خلال الروتين.

## 12.6: الحسومات الخاصة بالجهاز – لجنة التنفيذ

0.5	0.3	0.1	الخطأ
		X كل مرة	الرتم الضعيف خلال الربط
		X كل مرة X كل مرة 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		الاستناد الإضافي للقدم على جانب العارضة
X			مسك العارضة لتلافي السقوط
X	X	X	حركات إضافية لتحقيق التوازن

## حركة النهاية:

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

مثل 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



التقييم

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

## السقوط في حركات الرقص وحركات الأكرو

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 اللاعب يقوم بإعادة الكرة للحصول على قيمتها.
- حركات الصعود

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

ت-  الحركتين في الرمز السابق إذا لم يتم الثبات ثانيتين فيهما يمكن أن تعطى قيمة أقل بصعوبة واحدة، وفي حال أن اللاعب قامت بتنفيذ الحركة مرة أخرى وثبتت 2 ثانية فإنها لا تتحصل على قيمة صعوبة الحركة.



حركة أونودي تيك تاك

- يمكن فقط أن تستخدم كآخر حركة للحصول على قيمة متطلب التركيب ومحسن الربط.
- يمكن أن تستخدم في أي مكان للحصول على مسحات التسلسل.
- سوف يتم اعتبارها مثل حركة أونودي.

- يجب أن تكون وضعية اليدين في وضعية طولية



في حال كانت اليدين باتجاه طولي هذه الوضعية صحيحة



إذا كانت إحدى اليدين بوضعية عرضية يتم تطبيق حسن عن الدقة



ذا كانت اليدين بوضعية عرضية يتم تطبيق حسن عن الدقة



# القسم 13: البساط الأرضي

## الفن (الأرستري)

### الأداء الفني

الأداء الفني هو عندما تظهر اللاعبه مهارتها في تحويل تمرينها في البساط من بناء جيد الى أداء فني. وبهذا اللاعبه 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 الكوروجرافي

يعتمد تكوين الحركات الأرضية على الحركة فيما بين مفردات لاعبة الجمباز، بالإضافة إلى تصميم الكوروجرافي 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.

الكوروجرافي الإبداعي هو في الأصل تكوين الحركات، ويعني ذلك أن الروتين تكون وتم تنفيذه باستخدام أفكار وهيئات جديدة مع تبادى 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 الأكر.

### 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 اللاعبه 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 اللاعبه، بل هو كيف تؤدي اللاعبه)

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 المدرب 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 آلة 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، التردد.
  - 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 90 ثانية (دقيقة ونص).
- 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 تنفذ بعد وقت 90 ثانية سوف يتم تقييمها من قبل لجنة الصعوبة وأيضاً لجنة التنفيذ.

**ج - الخروج عن 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 وتخضع 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، وفي 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
- حركتين 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 عدّها
- أي حركة أكرو بعد الخط الأكرو الأخير الذي تم الاعتراف به لن يتم الاعتراف بها للصعوبة.
- خط الأكرو يتكون من حركتين طيران مرتبطتين أحدهما يجب أن تكون قلبية هوائية.
- حتى وإن حدث فشل في الوصول على القدمين أولاً في القلبة الهوائية سوف يتم اعتبار ذلك أيضاً خط أكرو

يتم منح 0.5

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 شائني) إحدى الوثبتين يجب أن تكون مع سبليت 180 درجة أمامي أو مقاطع أو مع فتح جانبي.

الهدف هو تكوين مدى إنتقال واسع

- لا يسمح بتنفيذ حركات دورانية أو حركات قفز لأنهم حركات تنفذ في المكان، حركة شائني مع نصف لفة يمكن أن تنفذ لأنها حركة بخطوات انتقالية
- يجب أن يتم الهبوط برجل واحدة في حركات النط وحركات الوثب إذا تم تنفيذها كحركة أولى في خط الرقص

يتم منح 0.5

قلبة هوائية مع لف طولي على الأقل 360 درجة

يتم منح 0.5

قلبة هوائية مع إتساع المحور

يتم منح 0.5

قلبة هوائية أمامية وقلبة هوائية خلفية (ليست أربال) في نفس خط الأكرو أو في خطوط أكرو مختلفة

المتطلبات الثاني والثالث والرابع يجب أن يكونا ضمن خطوط الأكرو

#### 13.4: نقاط محسنات الربط

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 الأكرو والدورات)،

ب- يتم إضافة محسنات الربط إلى درجة الصعوبة.

الربط غير المباشر هو عند ربط شقلبات هوائية 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.

حركات الأكرو الغير مباشرة	
0.10	0.20
B/C + D	C + E D + D
A + A + D	A + A + E
DIRECT ACROBATIC حركات الأكرو المباشرة	
A + D	A + E
C + C	C + D
MIXED حركات مختلطة	
D salto + B (dance) E salto + A (dance) (this order only)	
الربط المحتوي على الدوران برجل واحدة	
D + B	1 يمكن أن يحتوي الدوران المنفذ مع خطوة لدوران على الرجل العكسية دمي بلبي غير مسموحة

## 13.5: حسومات التركيب والجمال الحركي لجنة التنفيذ

	0.10	الخطأ
		التنفيذ الجمالي (ارتستري) عدم كفاية الجمال الحركي خلال الروتين بالكامل ● وضعية سينة للجسم (الرأس - الكتفين - الجذع) ● امتداد غير كافي للحركة ● امتداد غير كافي في مرجحة الرجل. ● ضعف في الرجلين ○ المشط غير مشدود ● تناسق عمل الجسم غير الكافي ● التعبير الحركي الضعيف غير المتوافق مع الموسيقى الإيقاع والرتم ● تنفيذ الروتين كحركات متقطعة بدون تدفق ولا انسيابية في الحركات
	X X X X X X X X	
X		أخطاء التركيب - الابتكار والتعقيد غير الكافي في الحركات (تنفيذ حركات معقدة وإبداعية هو هدف من الأهداف التي تحتاج وقت تدريبي طويل وإعداد مسبق) ○ في كامل الروتين ○ ضعف في الحركات الكوروجرافية في الزوايا والافتقار إلى التنوع. ○ فقدان حركات يلمس فيها جسد اللاعب لللبساط متضمن على الأقل (الجذع، الفخذ أو الركبة أو الرأس)
	X X X	
		الموسيقى - التكوين للموسيقى (بدون بداية أو نهاية أو لهجات) ● لا يوجد بناء محدد للموسيقى - الأداء الموسيقي ● فقدان الأداء التناسقي مع الموسيقى بين الحركات وإيقاع الموسيقى في نهاية الروتين ● الموسيقى الخلفية (عندما يرتبط الروتين مع الموسيقى جزئياً أو في البداية أو النهاية فقط) (
X	X X X	

الحسم في كل مرة	الخطأ
X X X	- التحضير الكبير • خطوات تحضيرية بدون كوروجرافي • مرجحة الذراعين الكبيرة قبل حركات الرقص • التوقف (يتم تطبيقه عند توقف مدة ثانيتين)
X X X X	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 بدون حركات كوروجرافية

خطوط الأكرو والهبوط

أ- فقط خط أكرو واحد

المثال الأول

التقييم

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

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

المثال الثاني وفيه حالتين أ و ب

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

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

ب- الحالة خطين أكرو

المثال الثالث

$\wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge$

التقييم

منح حركة النهاية

المثال الرابع

$\wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge$  سقوط

اللاعبة فشلت في الوصول على القدمين أولاً في الخط الأکرو الثاني

التقييم

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

ج - عندما يحدث تكرار لنفس الحركة

المثال الخامس

$\wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \wedge \downarrow$

D + D + X ( لم تكتمل )

التقييم

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