

МЕТОДИКА ОЦЕНИВАНИЯ ОСНОВНОГО ХОДА В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

Член судейского комитета
Козаков Михаил

Семинар 03 мая 2020г

ОСНОВНОЙ ХОД (ДАЛЕЕ ОХ)

- Понятие ОХ прописано в новой редакции правил по АРР, а именно в п.1.9.

Основной ход рок-н-ролла - особенность движений ног, определяющих стиль акробатического рок-н-ролла как отдельного танцевального направления на которых строятся танцевальные фигуры и смены.

Основной ход рок-н-ролла состоит из двух основных движений - кик-бол-чендж и кик-степ (начало первого движения на ОХ партнер выполняет левой ногой, партнерша - правой)

Основной ход имеет длительность $1\frac{1}{2}$ такта содержит 6 долей (счетов): и-1, и-2, и-3, и-4, и-5, и-6 и исполняется **на пружинке**.

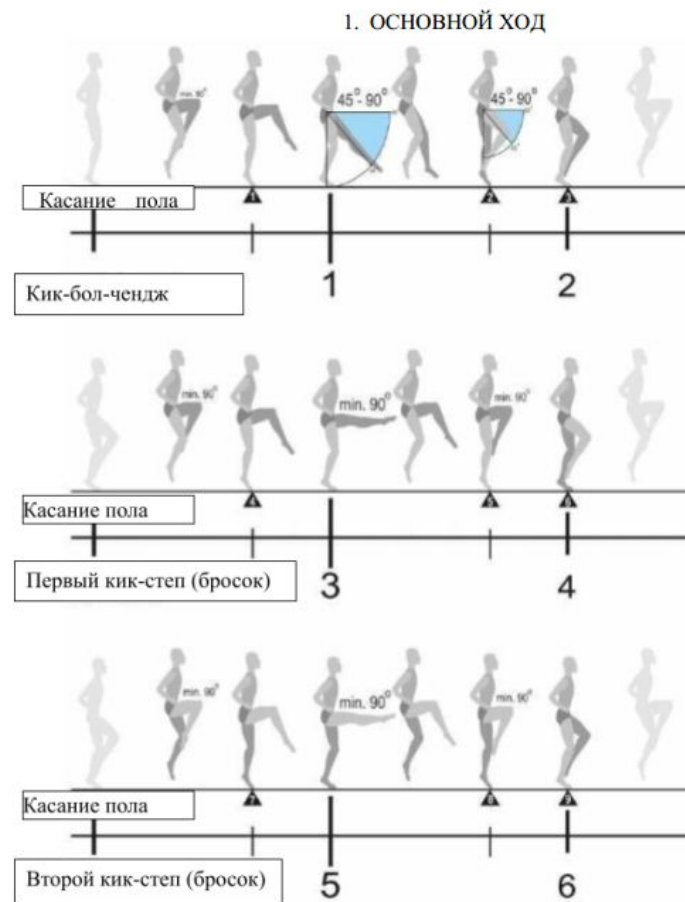
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТЕРМИНЫ

- **Пружинка** - основа техники работы ног в акробатическом рок-н-ролле; заключается в акцентированной работе голеностопного сустава (вверх-вниз) с отрывом стопы от пола.
- **Кик-степ** - бросок, акцентированное выпрямление рабочей ноги вперед из приподнятого положения с последующей постановкой рабочей ноги на пол.
- **Кик-болл-чендж** - бросок рабочей ноги вперед с последующей сменой опорной ноги; партнер выполняет левой ногой, партнерша - правой.
- **Вариации основного хода** - бросковые движения ногами на пружинке, не составляющие полного основного хода

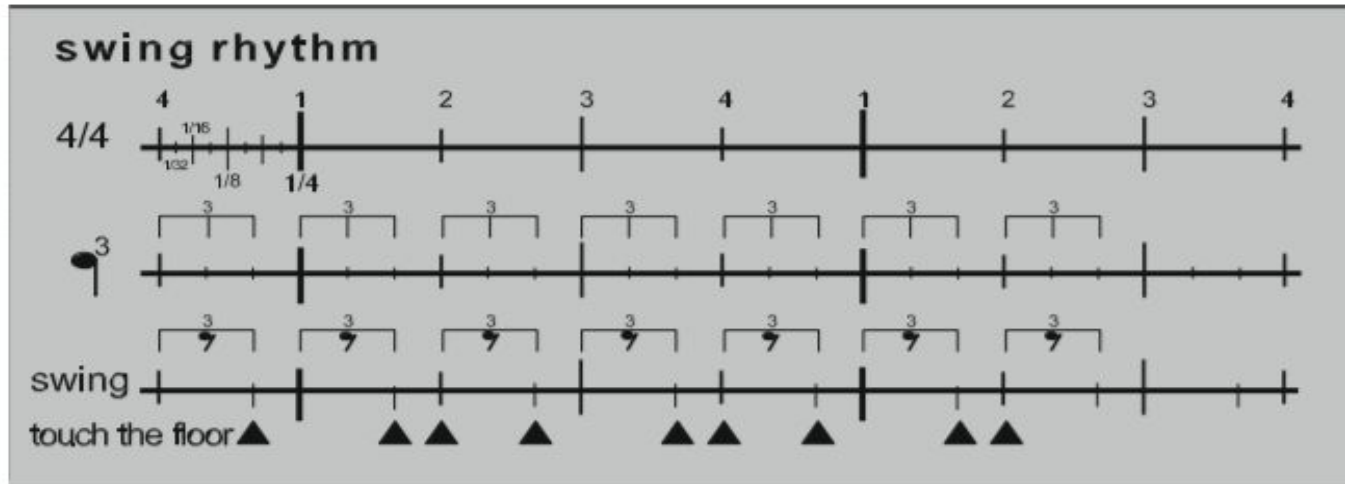
ПОЛНЫЙ ОСНОВНОЙ ХОД

- Полный ОХ -
исполнение
кик-бол-чендж
+ кик-степ
+ кик-степ

ТОЛЬКО В ЭТОМ
порядке !!!

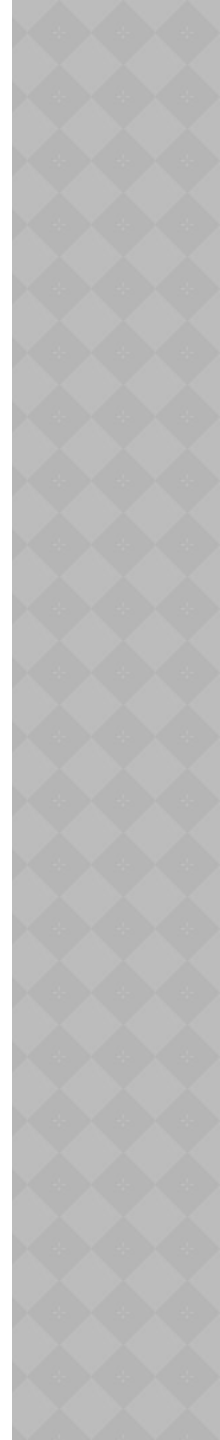
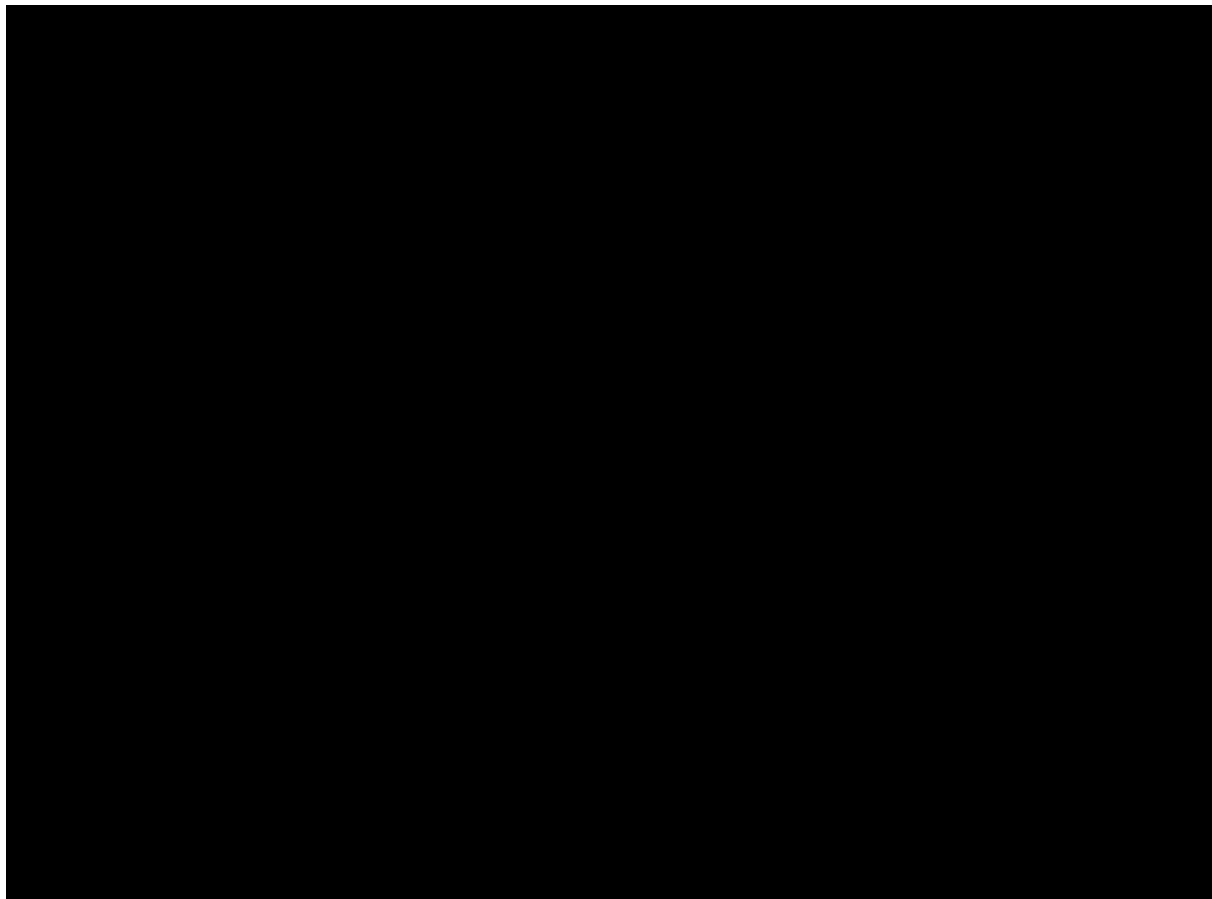


СВИНГОВЫЙ РИТМ И ОХ



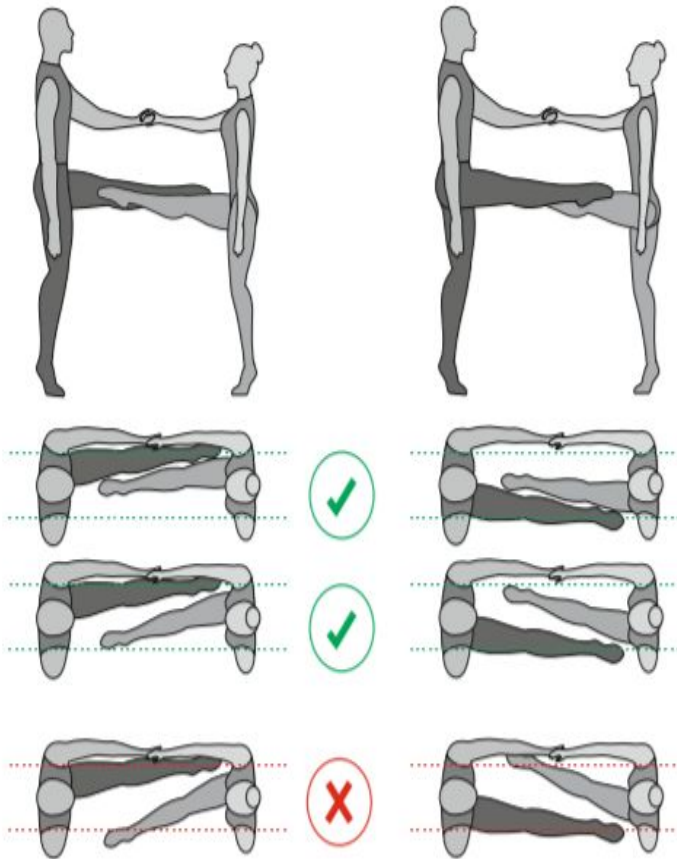
- Исполнение основного хода основывается на свинговом ритме. Необходимо девять раз в течение одного основного хода коснуться ногами пола.
- Должен сохраняться постоянный прыжок (пружинка).
- Музыкальным исполнением основного хода считается, когда броски выполняются в сильную долю музыки (на счет 1 и 3 такта) и постановка в слабую долю (на счет 2 и 4 такта).

OX HA MECTE (WRRC)

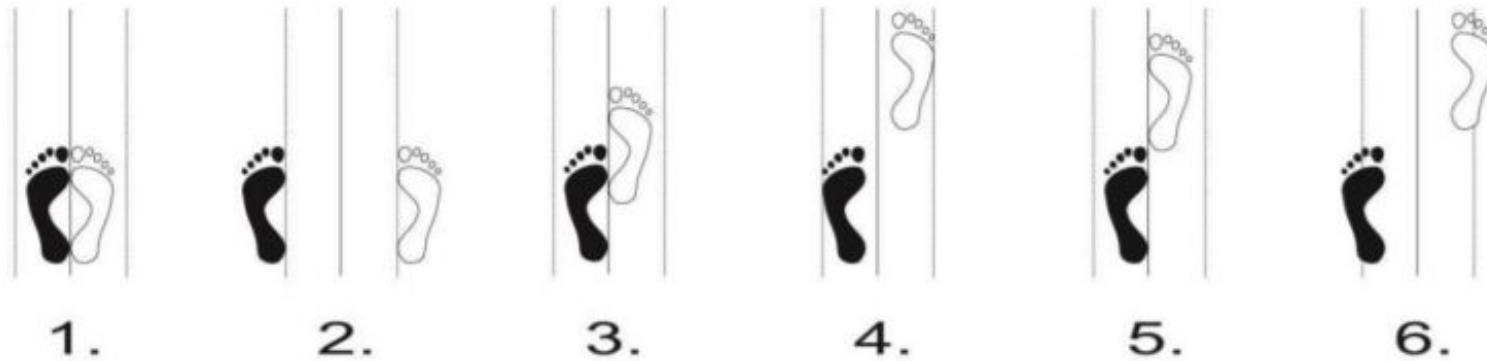


ОСНОВНОЙ ХОД В ПАРЕ

- Кик выполняют оба партнера всегда перпендикулярно своим бедрам.
- **Партнер** - чтобы избежать контакта во время исполнения кик, выполняет его ногой немного наружу.
- **Партнерша** - отклонение от перпендикулярного направления (перекрестный удар ногой) допускается только в промежутках между ударами ногой партнера.
- Движения должны быть выполнены так, чтобы выпрямление ноги происходило энергично. Танцоры должны использовать свои мышцы, только чтобы поднимать колени и начинать бросок (выпрямление ноги). Все иные движения исполняются по инерции, без дополнительного использования мышц.



ПОЛОЖЕНИЕ СТОП НА ОХ



- Во время исполнения ОХ стопы находятся параллельно, направление колен совпадают с направлением стопы!

ЛИНЕЙНЫЕ СУДЬИ

- Основной ход у партнера (М) и партнерши (W) оценивается отдельно. При оценке основного хода проставляется сбавка, выраженная в процентах, в зависимости от ошибок.
- Четкое знание перечня сбавок за возможные ошибки в ОХ, умелое расставление приоритетов в сбавках, а так же умение оперативно применять их в процессе соревнований и определит объективную оценку за ОХ.

		Основной ход, сбавки в %							
W	×	-75	-50	-35	-25	-15	-10	-5	OK
M	×	-75	-50	-35	-25	-15	-10	-5	OK

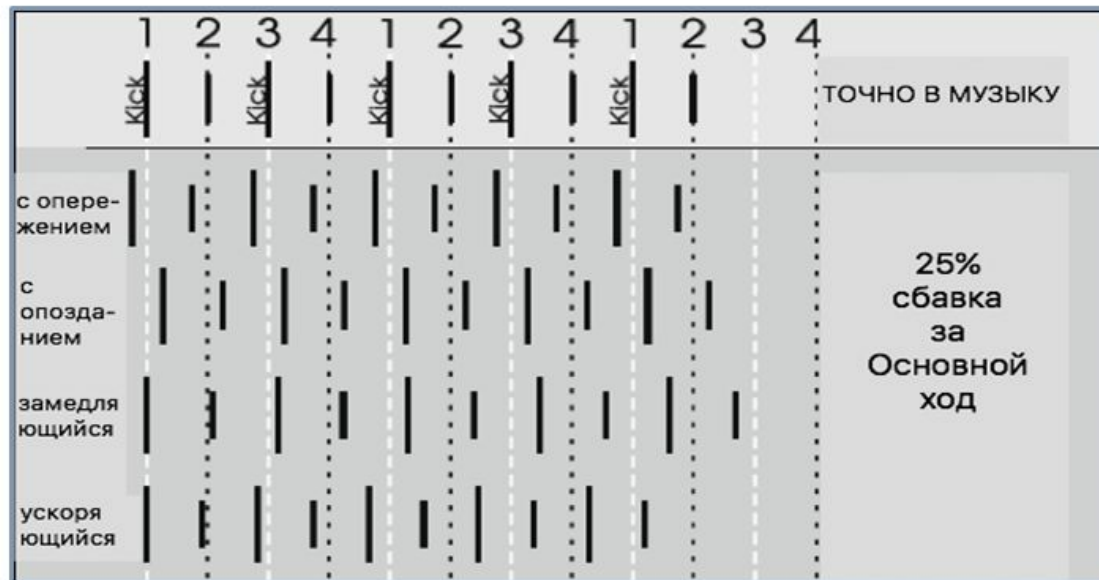
СБАВКИ ВЫСТАВЛЯЮТСЯ ЗА:

- ❖ Ошибки по ритму;
- ❖ Ошибки в движениях ног;
- ❖ Ошибки в корпусе и направлении;
- ❖ Ошибки в движениях рук.

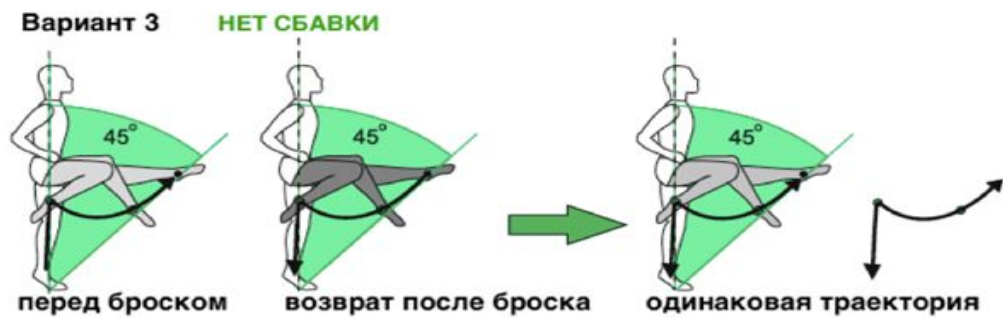
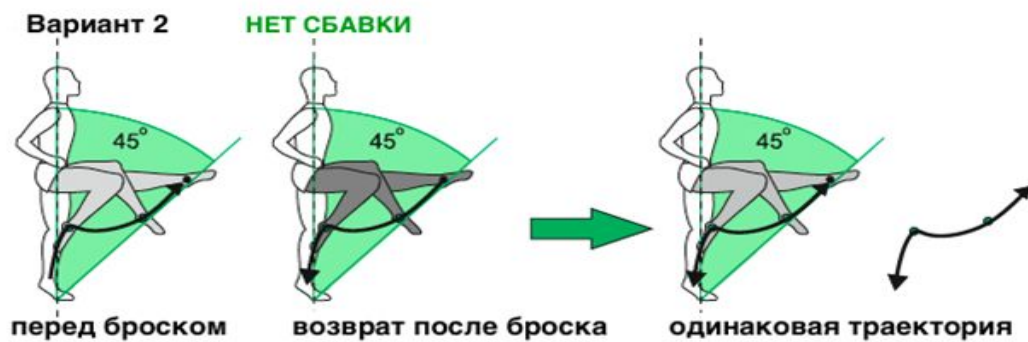
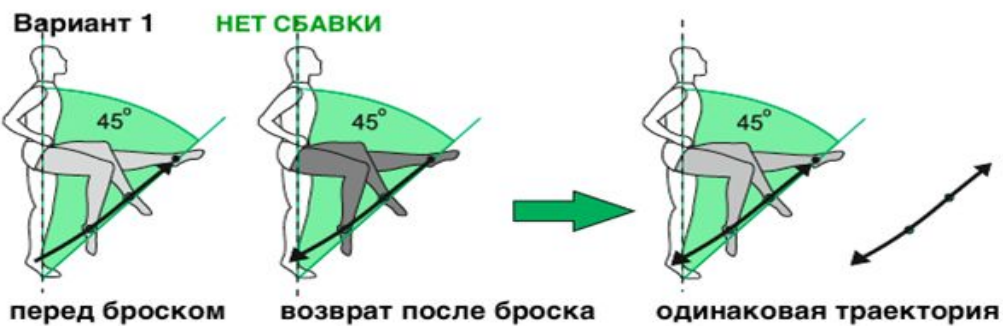
ОШИБКИ ПО РИТМУ

№	Описание ошибки	10%	15%	25%
1	Танцевание рядом с музыкой (при правильном свинговом ритме) (см. рис. 1)			X
2	Неправильный свинговый ритм на кик-бол-чендж		X	
3	Неправильный свинговый ритм на киках		X	
4	Замедленный кик-бол-чендж перед исполнением акробатического элемента	X		

Рис. 1



ДВИЖЕНИЯ НОГ



ОШИБКИ В ДВИЖЕНИЯХ НОГ

№	Описание ошибки	5%	10%	15%	25%	35%
5	Неправильный акцент: высокий прыжок после кика (при возврате ноги)				X	
6	Низкий подъем колена перед киком (неправильное исполнение кика и возврата по одной траектории) (рис.2)				X	
7	Низкий подъем колена перед кик-бол-чендж			X		
8	Слишком высокий прыжок на кик-бол-чендж		X			
9	Исполнение кика и возврата по разным траекториям (поднимается колено после броска)	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3		Вариант 4
10	Отсутствие высоты на всех киках и на кик-бол-чендж			60°–90°	30°–60°	
11	Отсутствие высоты на одном из киков	60°–90°	30°–60°			
12	Невыпрямленное колено при кике (рис.3)		X			
13	Ненатянутая стопа	X				
14	Низкое положение пятки	X				

ДЕТАЛИЗАЦИЯ ОШИБОК В ДВИЖЕНИИ НОГ ДЛЯ КИК-БОЛ-ЧЕНДЖ

Сбавка	5%	10%	15%	25%	35%
кик-бол-чендж					
Низкое колено перед кик-бол-чендж			X		
Слишком высокий прыжок на кик-бол-чендж		X			

⦿ Видео к ошибке

ДЕТАЛИЗАЦИЯ ОШИБОК В ДВИЖЕНИИ НОГ ДЛЯ КИК-СТЕПА

№	Описание ошибки	5%	10%	15%	25%	35%
5	Неправильный акцент: высокий прыжок после кика (при возврате ноги)				X	
6	Низкий подъем колена перед киком (неправильное исполнение кика и возврата по одной траектории) (рис.2)				X	

Видео к ошибке №5

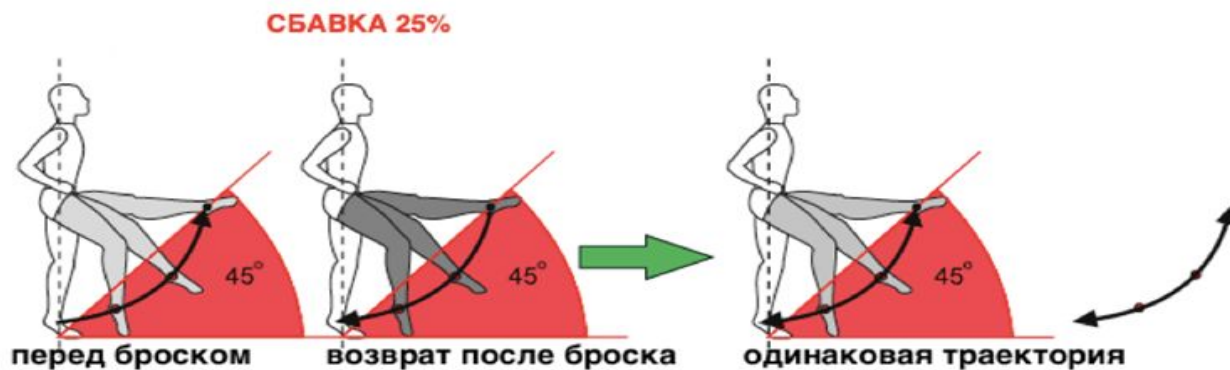
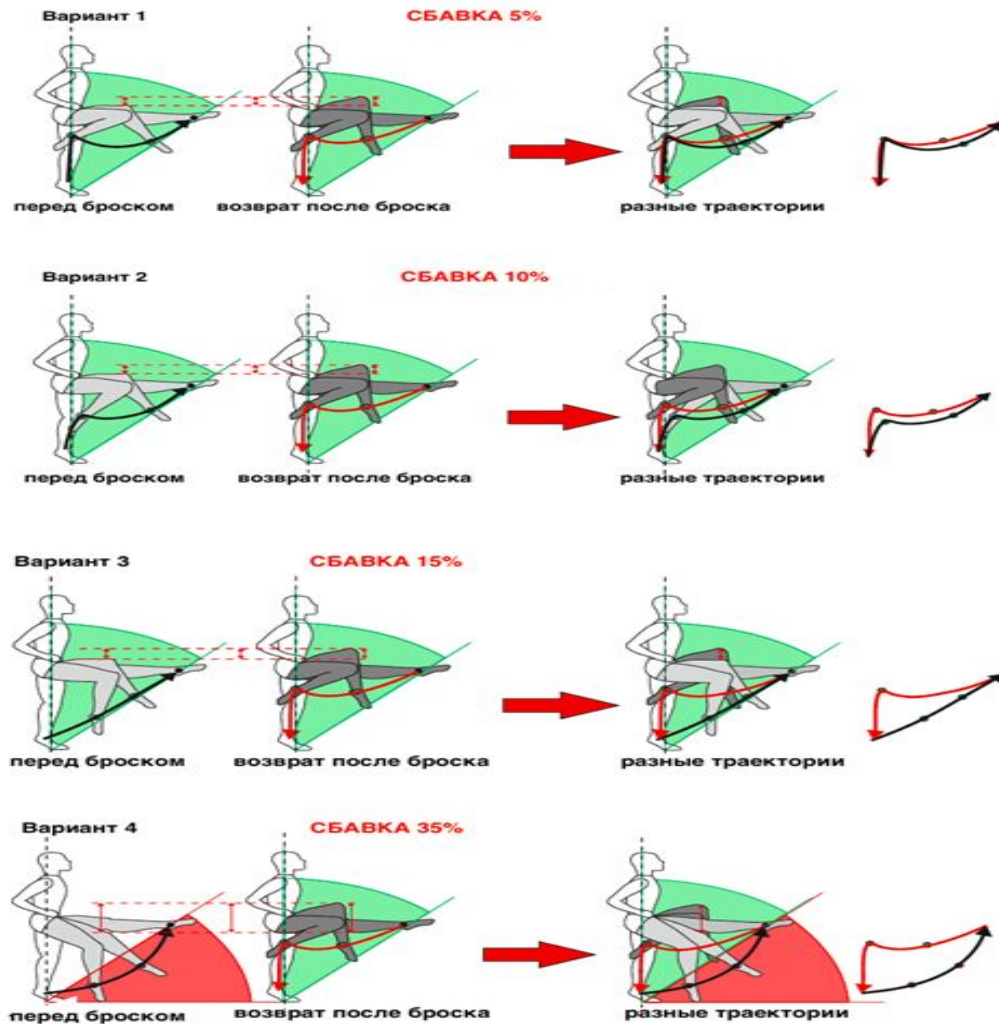


Рис.2 к ошибке-6

ДЕТАЛИЗАЦИЯ ОШИБОК В ДВИЖЕНИИ НОГ ДЛЯ КИК-СТЕПА (РИСУНОК БРОСКА)

№	Сбавка	5%	10%	15%	25%	35%
9	Исполнение кика и возврата по разным траекториям (поднимается колено после броска)	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3		Вариант 4



КОМПЛЕКСНАЯ ОШИБКА В ДВИЖЕНИИ НОГ ПО ВЫСОТЕ

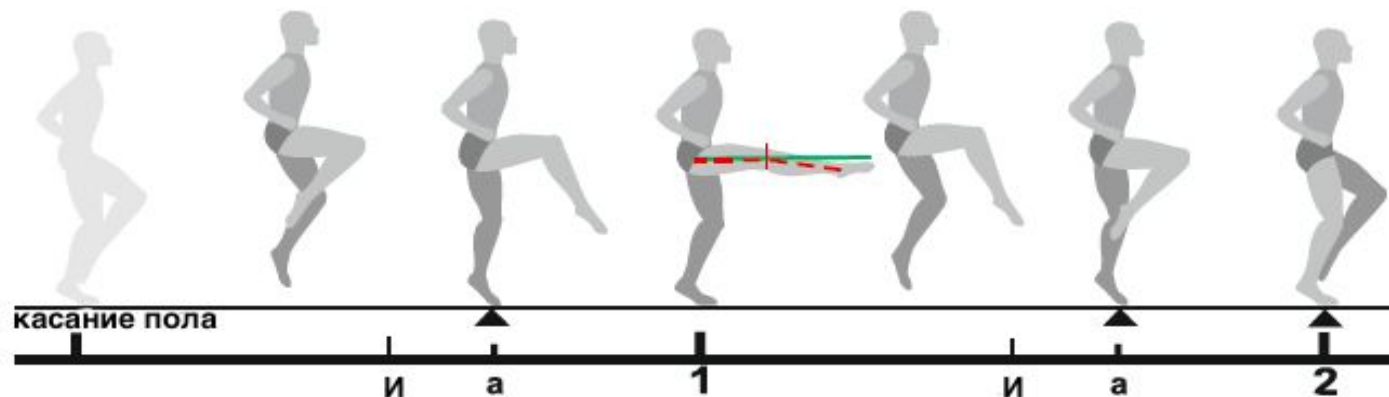
№	Сбавка	5%	10%	15%	25%	35%
10	Отсутствие высоты на всех киках и на кик-бол-чендж			60°–90°	30°–60°	
11	Отсутствие высоты на одном из киков	60°–90°	30°–60°			

⦿ Видео к ошибке № 10

ОШИБКА В ДВИЖЕНИИ НОГ (ЭСТЕТИЧЕСКАЯ)

№	Сбавка	5%	10%	15%	25%	35%
12	Невыпрямленное колено при кике (рис.3)		X			
13	Ненатянутая стопа	X				
14	Низкое положение пятки	X				

Невыпрямленное колено при кике **СБАВКА 10%**



РАНЖИРОВАНИЕ ОШИБОК В ДВИЖЕНИИ НОГ

Сбавка	5%	10%	15%	25%	35%
кик-бол-чендж					
Низкое колено перед кик-бол-чендж			X		
Слишком высокий прыжок на кик-бол-чендж		X			
кик-степ					
Низкий подъём колена перед киком (неправильное исполнение кика и возврата по одной траектории) (рис.2)				X	
Неправильный акцент: высокий прыжок после кика (при возврате ноги)				X	
кик-степ (рисунок броска)					
<i>Исполнение кика и возврата по разным траекториям (поднимается колено после броска)</i>	<i>Вариант 1</i>	<i>Вариант 2</i>	<i>Вариант 3</i>		<i>Вариант 4</i>
комплексная ошибка (амплитуда)					
Отсутствие высоты на всех киках и на кик-бол-чендж			60°–90°	30°–60°	
Отсутствие высоты на одном из киков	60°–90°	30°–60°			
эстетическая ошибка в работе ног					
Невыпрямленное колено при кике (рис.3)		X			
Ненатянутая стопа	X				
Низкое положение пятки	X				

ОШИБКИ В КОРПУСЕ И НАПРАВЛЕНИИ

№	Описание ошибки	10%	15%	25%
15	Плечи, спина и бедра двигаются при исполнении основного хода			X
16	Бедра двигаются во время бросков		X	
17	Корпус наклоняется во время бросков	X		
18	Поворот бедра в сторону при броске (непараллельное положение стоп)	X		
19	Неправильное направление бросков	X	экстремальное	
20	Неправильное направление бросков относительно друг друга	X		

⦿ Видео к ошибкам 15-20

ОШИБКИ В ДВИЖЕНИЯХ РУК

№	Описание ошибки	5%	10%
21	Бесконтрольные движения		X
22	Неправильное положение рук	X	
23	Отсутствие вытянутости, динамики, эстетики	X	
24	Отсутствие гармонии при исполнении Основного хода	X	

⦿ Видео к ошибкам 21-24

ВАЖНО!

- При оценивании основного хода необходимо особо обращать внимание на соотношение качества его исполнения в начале и в конце программы, и в случае заметного ухудшения качества исполнения применять сбавку в данном компоненте.
- Качество исполнения основного хода не должно ухудшаться на сложных танцевальных фигурах. Танцевальные фигуры должны быть четкими и понятными.
- При исполнении смены необходимо сохранять линии (танцуем по кресту).
- Динамичное исполнение основного хода должно быть не в ущерб технике исполнения.
- Изменение ракурса осуществляется на счет «и» перед киком (при подъеме колена для броска) или после кика (при опускании колена).
- При исполнении основного хода должны хорошо просматриваться все его фазы. Отсутствие одной из фаз основного хода должно влечь существенную сбавку в данном компоненте (например, кик-бол-чендж исполняется как кик-степ).

СБАВКА ИЛИ ШТРАФ

- ⦿ неточное попадание в темп музыки (быстрее или медленнее темпа) влечет сбавку в данном компоненте;
- ⦿ броски в слабую долю или постановка в сильную долю влекут выставление **штрафа за потерю ритма**;
- ⦿ если движения спортсменов никоим образом не соотносятся ни с сильной, ни со слабой долей, то это влечет выставление **штрафа за потерю ритма**.

МЕТОДИКА СУДЕЙСТВО 5 ПАР (УПРОЩЕННОЕ)

- Какую долю итоговой оценки для пары в нем занимает ОХ...

Конечно же определяющую, так как этот критерий непосредственно влияет на качество исполнения ТФ, и косвенно на оценку за композицию.

А учитывая то, что в целом на оценивание пары у судьи будет от 15-20 сек, то важно увидеть не только ОХ на месте, но и ТФ с продвижением на ОХ!

МЕТОДИКА СУДЕЙСТВА ОХ 2 ИЛИ 3 ПАРЫ НА ПЛОЩАДКЕ

- ⦿ Задачи судьи оперативно распознать качество ОХ, увидеть ТФ 1 группы и как можно быстрее выставить начальную оценку за ТН партнеру и партнерши, что бы сфокусироваться и на оценке и других критериев. В том числе ошибок.
- ⦿ Важно понимать, что оценка за ОХ пары в начале ее программы может быть выше, чем по итогу в конце композиции.
- ⦿ Ближе к завершению программы, рекомендуется снова успеть обратить внимание на ОХ пары, и, в случае значительного (видимого) ухудшения качества исполнения ОХ, снизить соответственно первичную оценку за ТН.
- ⦿ В случае если, ТФ 1 группы в конце программы вами не будет выявлены, т.е. отсутствуют, в этом случае, вы имеете основание снизить оценку за композицию. (так как распределение ТФ1 группы в композиции оказались не гармоничным)

МЕТОДИКА СУДЕЙСТВО ОХ ПАРЫ В ФИНАЛЕ

- Учитывая, то что в финале одна пара на площадке, это не повод применить к ней все существующие сбавки одновременно!
- Важно, определить наиболее существенные сбавки по каждому виду ошибок (ритм+ноги+корпус+руки). И так же постараться это сделать в первой части программы, что бы иметь возможность более точно выявить в каком из подкритериев произойдет снижении оценки, что и определить итоговую оценку пары за основной ход.

МЕТОДИКА ОЦЕНИВАНИЯ ОСНОВНОГО ХОДА В ГРУППАХ

- Важно понимать, что все существующие сбавки по оцениванию основного хода для пар, применяются и в оценивании ОХ в группах.
- Однако, судья обязан выставить среднюю оценку за ОХ для всех спортсменов в составе группы.
- Мы применяем тот же метод быстрой оценки в начале программы за ОХ группе, и отслеживаем динамику ухудшения качества ОХ к завершению программы. А так же определяем спортсменов с заведомо слабым исполнением ОХ.

ФОРМИРОВАНИЕ СРЕДНЕЙ ОЦЕНКИ ЗА ОХ КОМАНДЕ

- Исполнение ОХ командой в больших формах по все площадке позволяет более качественно рассмотреть ошибки в работе ног, положения корпуса и рук. И соответственно сформировать сбавки по этим подкритериям за ОХ.
- Исполнение ОХ командой в колонах, шеренгах, а так же в плотных по своей структуре формейшен-фигурах, позволяет более качественно рассмотреть исполнения ритмичности ОХ, а именно 9 касаний (свинговый ритм).
- *Сбавка за танцевание рядом с музыкой(-25%) может стать наличие видимой «каскадности» в переходе от статических поз к ритмичному танцеванию ОХ и его вариаций, а так же продвижений на ОХ.*

Видео к ошибке

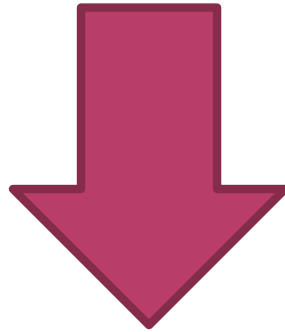
ОХ В ПРОДВИЖЕНИИ В ГРУППАХ

- Особое внимание в формировании средней оценки следует уделять при исполнении командой ОХ с продвижением по площадке или сменах:
 - Отсутствие отрыва от пола при исполнении ОХ с продвижением на Кик-бол-чендж;
 - Одновременно касание пола ногами на и2 и4 счет;

Дает нам основание применять сбавку за отсутствия свингового ритма либо на Кик-бол-чендж, либо на кик-степ. Либо он отсутствует на полном ОХ в продвижении.

ВАЖНО!

- действия судьи при наличии участников с заметно худшей техникой основного хода.



сбавка сдвигается на 1-2 позиции от средней оценки всех спортсменов группы.



МЕТОДИКА ОЦЕНИВАНИЯ ОСНОВНОГО ХОДА В АКРОБАТИЧЕСКОМ РОК-Н-РОЛЛЕ

Лектор
Козаков Михаил

Семинар 03 мая 2020г