

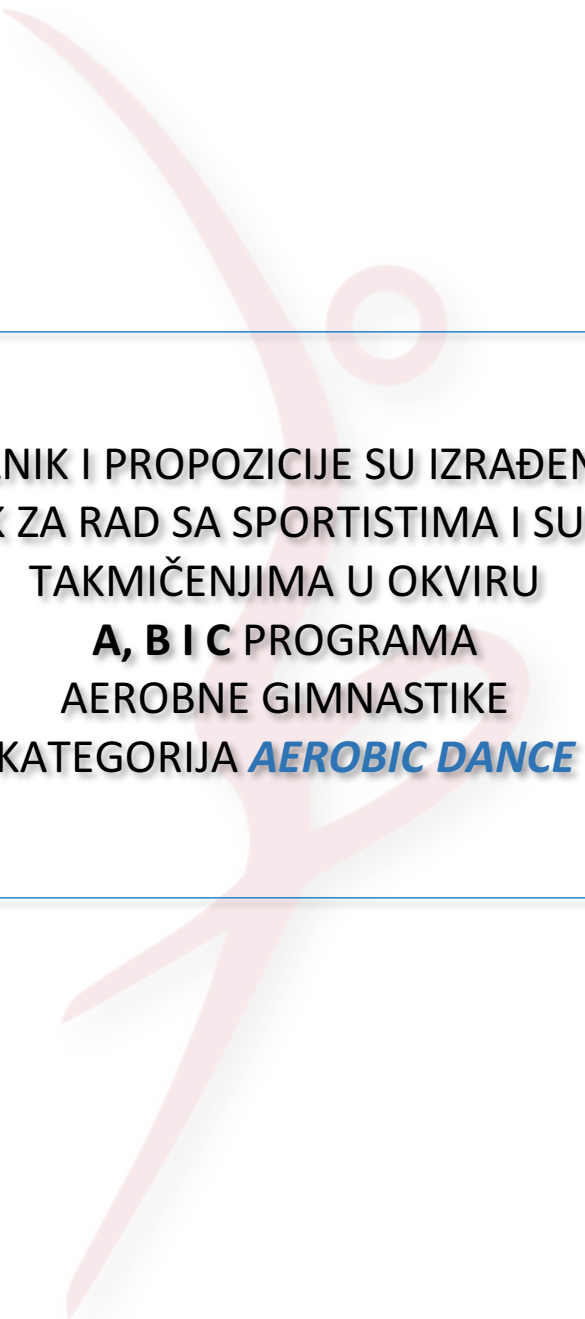
AEROBNA GIMNASTIKA
(SPORTSKI AEROBIK)

PRAVILNIK I PROPOZICIJE

AEROBIC DANCE

A, B, C PROGRAM

2017-2020



PRAVILNIK I PROPOZICIJE SU IZRAĐENI KAO
PRIRUČNIK ZA RAD SA SPORTISTIMA I SUĐENJE NA
TAKMIČENJIMA U OKVIRU
A, B I C PROGRAMA
AEROBNE GIMNASTIKE
KATEGORIJA **AEROBIC DANCE**

AEROBIC DANCE – A PROGRAM

OPŠTE INFORMACIJE

Grupna koreografija od 6 - 8 takmičara (ženskog ili muškog pola ili mešovito), koja prikazuje sekvence osnovnih aerobik pokreta (AMP sekvence - Aerobic Movement Pattern Sequences) sa integrisanim minimumom od 32- *bita* a maksimalno 64 *bita* plesnog stila *STREET DANCE*. U koreografiju mogu biti uključeni elementi težina i/ili akrobatski elementi ali oni ne dobijaju težinsku vrednost elementa

VREME TRAJANJA KOREOGRAFIJE

1:20 ± 5" internacionalna takmičenja i nacionalni A program

1:30 – 2:00 nacionalna takmičenja, B i C program

MUZIKA

Bilo koji stil muzike prilagođen za aerobnu gimnastiku

TAKMIČARSKI PROSTOR

10m x 10m

BROJ TAKMIČARA U AEROBIC-DANCE GRUPI

- Internacionalna takmičenja: kadeti i juniori (6 – 8), seniori 8
- Nacionalna takmičenja: **A program** 5 – 8; **B i C program** 4 – 10

TAKMIČARSKI DRES

- Jednodelni triko koji pokriva celo telo ili dvodelni (top i duge helanke, jazzerice ili obične, ili šorts);
- Odeća mora biti uz telo, donji veš ne sme da se vidi;
- Šljokice su dozvoljne (osim za muškarce);
- Čvrste patike za aerobik;
- Kosa podignuta.

POSEBNI ZAHTEVI:

- Jedna podrška (opciono). Ne donosi posebnu težinsku vrednost.
- Vežba može da sadrži pokrete drugih disciplina ali bez ekscesivne upotrebe i dobro integrisane u koreografiju.
- Akrobatski gimnastički elementi mogu biti povezani ali ne više od 2 elementa u kombinaciji i ne više od 3 kombinacije (seta) u celoj vežbi;
- Ako se u isto vreme uradi različita kombinacija akrobatskih elemenata, računace se kao jedan set;
- Ako se ista ili različita kombinacija elemenata uradi konsektivno brojaće se kao dva seta ili više;
- Muzikalnost je sposobnost izvođača da ***pokretom tumači muziku*** i prati ne samo ritam i brzinu, već i njen tok i intenzitet, prikazujući visok nivo ekspresivnosti, energije i entuzijazma tokom izvedbe. Svi pokreti moraju da se savršeno uklapaju sa odabranom muzikom. Stil vežbe se mora usaglasiti sa idejom muzike. Sastav pokreta mora pratiti muzičku strukturu (ritam, takt, akcente i fraze);
- Preporučuje se drugi stil muzike za plesni deo, izdvojen od glavne teme. Odabrani stil mora da odgovara ideji muzičke pratnje;
- Ako plesni stil nije prepoznat kao *street dance* u A programu, maksimalna ocena za *dance* sadržaj je 1.1 (neprihvatljivo);
- Visok nivo kreativnosti, bez ponavljanja donosi veći skor;
- Opšti sadržaj u vežbi čine AMP sekvence, prelazi, veze, interakcije, podrške i pokreti drugih disciplina;
- Svi pokreti moraju biti prikazani sa maksimalnom preciznošću i bez greške;
- Potrebno je pokazati visok intenzitet izvođenja AMP, bez prekida. Kratka pauza u izvođenju je dozvoljena ukoliko se podudara sa muzičkom pratnjom i stilom koreografije;
- U drugom stilu nije neophodno da se prikaže visok intenzitet izvođenja pokreta i kreativnost.
- Zahteva se ravnomerna upotreba i raspodela pokreta na podu, u uspravnom položaju i u vazduhu;
- Promena formacija mora da bude fluentna, kompleksna i originalna;
- Posebno utiče na veći skor upotreba novih originalni pokreta interakcija / kolaboracija i prelaza.
- Veći skor za tehničku sposobnost donosi demonstracija statičke i eksplozivne snage, fleksibilnosti i pokreta izvedenih sa maksimalnom preciznošću tokom cele vežbe

SUDJENJE U KATEGORIJI AEROBIC – DANCE

ARTISTIČNOST (10 poena)

1. **KOMPOZICIJA** (kopleksnost i originalnost)

- Muzika i muzikalnost
- *Dance* sadržaj
- Opšti sadržaj koreografije
- Prostor / formacije

2. **ARTISTIČNOST (u užem smislu)** - (kvalitet, ekspresivnost i partnerstvo)

	neprihvatljivo		loše		zadovoljavajuće		dobro		vrlo dobro		odlično
Muzika i muzikalnost	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
<i>Dance</i> sadržaj	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Opšti sadržaj	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Prostor i formacije	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Artističnost	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0

IZVOĐENJE (10 poena)

Suđenje izvođenja bazira se na:

- Elementima težina i akrobatskim elementima ako su uključeni;
- Tehnička sposobnost (7 poena), uključuje procenu elemenata težina, akrobatskih elemenata, prelaza, veza, interakcija, partnersva, podrški i *dance* sadržaja;
- Sinhronizacija (3 poena).

ODBICI ZA KOREOGRAFIJU				
<i>Dance sadržaj (za svakih 8 bita)</i>	0.1	0.3		1.0
Prelazi i veze (svaki put)	0.1	0.3		1.0
Podrške	0.1	0.3		1.0
Partnerstvo i kontakti	0.1	0.3		1.0

ODBICI ZA SINHRONIZACIJU	
Svaki put	0.1
AD i AS	maksimalan odbitak 3.0 boda

ODBICI ZA ELEMENTE TEŽINA I AKROBATSKE ELEMENTE				
	mala greška	srednja greška	neprihvatljivo izvođenje	pad
Svaki put	0.1	0.3	0.5	1.0
Maksimalan odbitak po jednom elementu je 0.5				

	ODBICI GLAVNOG SUDIJE (CJP)
0.2	Greška u prezentaciji
0.5	Više od jedne podrške (svaki put)
0.5	Za nedozvoljene pokrete u podršci ili nedozvoljenu podršku
0.5	Više od 2 akrobatska elementa u kombinaciji (svaki put)
0.5	Više od 3 kombinacije akrobatskih elemenata (svaki put)
0.5	svaki put za prekid izvođenja u vremenu od 2 – 10 sekundi
2.0	prekid izvođenja duži od 10 sekundi
0.5	<i>Late appearance</i> – nepojavljivanje takmičara u roku od 20 sekundi od momenta kada je prozvan
X	Diskvalifikacija – kada se takmičar ne pojavi u roku od 60 sekundi od momenta kada je prozvan (<i>Walk-over</i>)
0.2	greška u predstavljanju (bez teatralnosti, na jednostavan sportski način, nakon najave takmičar staje na startnu poziciju)
0.2	greška u opremi (<i>FIG AER Code of Points 2017 – 2020, Chapter 2/2.3</i>)
0.3	na dresu nedostaje amblem
0.2	vremenski prekršaj (<i>time infraction</i>). Vežba traje 1.20 sekundi +/- 5 sek. Odbitak nastaje kada se na ovo vreme doda +/- 2 sekunde odn. ako vežba traje 1:13, 1:14 i 1:26. 1:27 sek.
0.5	vremenska greška (<i>time fault</i>) - dobija se za vežbu kraću od 1:13 sek. i dužu od 1:27 sek.
2.0	tema u suprotnosti sa Olimpijskim i Etičkim kodeksom

NACIONALNI B I C PROGRAM

	B PROGRAM	C PROGRAM
DUŽINA VEŽBE	1:30 – 2:00	1:30 – 2:00
AMP SEKVENCE	Minimalno 6 Pored 7 osnovnih, mogu se koristiti i svi ostali aerobik hi/lo koraci	Minimalno 4 Pored 7 osnovnih, mogu se koristiti i svi ostali aerobik hi/lo koraci
DANCE SADRŽAJ	minimum 32- bita a maksimum 64 – bita <i>plesni stil (street dance i aerobic dance)</i>	
ELEMENTI TEŽINA	Opciono 0.1 – 0.4	Opciono 0.0 – 0.3
AKROBATSKI ELEMENTI	Ne više od 4 pojedinačno izvedena od strane jednog ili više takmičara A1 – A5 Jedna kombinacija od dva elementa izvedena od strane jednog ili više takmičara	Ne više od 4 pojedinačno izvedena od strane jednog ili više takmičara (odvojeno ili konsekutivno) A1 – A3 Bez kombinacija
DOZVOLJENI ELEMENTI	Most Stav o šakama duži od 2 sekunde na početku ili na kraju koreografije	Most Stav o šakama duži od 2 sekunde na početku ili na kraju koreografije
PODRŠKA	1 opciono	1 opciono