

GIMNASTIČKI SAVEZ SRBIJE
MUŠKA SPORTSKA GIMNASTIKA

PROPOZICIJE C PORGRAMA

2017. – 2020.

Autori dopuna i izmena sastava iz prethodnog ciklusa:

doc. dr Saša Veličković, selektor MSG

Dejanović Dejan, predsednik sudijske komisije MSG

Vladimir Drakulić, trener juniorske i kadetske reprezentacije

NIŠ, JUN 2016.

S A D R Ź A J

OPŠTE ODREDBE C PROGRAMA	3
PROPOZICIJE.....	6
I KATEGORIJA (VEŽBE ZA I-IV RAZRED OŠ)	6
II KATEGORIJA (VEŽBE ZA V-VI RAZRED OŠ)	13
III KATEGORIJA (VEŽBE ZA VII-VIII RAZRED OŠ).....	19
IV KATEGORIJA (VEŽBE ZA I-IV RAZRED SŠ)	26

OPŠTE ODREDBE C PROGRAMA

Član 1.

Takmičenja u "C" programu muške sportske gimnastike za period od 2017. godine do 2020. godine održavaće se u obaveznim sastavima primenjivanim na školskim prvenstvima u četiri kategorije. U četvrtoj kategoriji postoji i mogućnost osvajanja dodatnih bonus poena.

Takmičenja se održavaju u ekipnom i pojedinačnom višeboju. Ekipu u svakoj selekciji čini 5-5-3. Za konačan zbir bodova ekipe računaju se tri najbolje ocene po spravama. Gimnastičari koji čine sastav ekipe prijavljuju se za svako takmičenje posebno - poimenično.

Pojedinačni deo takmičenja podrazumeva takmičenje svih prijavljenih gimnastičara u istoj kategoriji, bez obzira da li su prijavljeni u okviru ekipe ili kao pojedinci.

Član 2.

Takmičenja u "C" programu u jednoj kalendarskoj godini, održava se, najpre u 2 (dva) kvalifikaciona kola (proleće i jesen), na nivou regiona i potom finalno takmičenje na nivou Republike Srbije. Prava učešća na finalnom takmičenju imaju ekipe i pojedinci koji su na kvalifikacionim takmičenjima, zbrajanjem rezultata sa oba kvalifikaciona kola, ostvarili plasman u prva tri mesta (po tri ekipe i tri pojedinca iz svakog regiona).

Član 3.

Svi gimnastičari koji će nastupati u "C" programu moraju biti registrovani u Gimnastičkom savezu Srbije u skladu sa registracionim Pravilnikom GSS.

Na takmičenju "C" programa pravo nastupa imaju svi registrovani gimnastičari koji u tekućoj godini nisu nastupili u drugim sistemima takmičenja GSS ("A" i "B" program Pionirske gimnastičke lige i KUP-a Srbije).

Član 4.

Gimnastičari, odnosno njihovi treneri, profesori fizičkog vaspitanja ili predstavnici društava obavezni su da na svakom takmičenju prikažu overenu takmičarsku knjižicu GSS nadležnoj takmičarskoj komisiji. U slučaju neadekvatne dokumentacije gimnastičar neće moći da nastupi na datom takmičenju.

Član 5.

Svi gimnastičari moraju imati potvrdu o obavljenom lekarskom pregledu koji potvrđuje da su zdravi i sposobni za takmičenje. Potvrda ne sme da bude starija od 6 (šest) meseci. Potvrda se na svakom takmičenju pokazuje nadležnoj takmičarskoj komisiji.

Član 6.

Svi gimnastičari nastupaju na vlastitu odgovornost, odnosno na odgovornost svojih društava.

Član 7.

Uzrasne kategorije i sastav ekipa

“C” PROGRAM

Kategorija	ekipa	godište
I KATEGORIJA	5-5-3	7 - 16 g
II KATEGORIJA	5-5-3	7 - 16 g
III KATEGORIJA	5-5-3	7 - 16 g
IV KATEGORIJA	5-5-3	7 - 16 g

C program je identičan programu školskih takmičenja u muškoj sportskoj gimnastici, za prve četiri kategorije i to:

- Program u I kategoriji C programa identična je programu I - IV razreda OŠ;
- Program u II kategoriji C programa identična je programu V - VI razreda OŠ;
- Program u III kategorija C programa identična je programu VII - VIII razreda OŠ;
- Program u IV kategorija C programa identična je programu I do IV razreda SŠ;

Pri opredeljenju za određeni program ne uzima se u obzir godište gimnastičara. Gimnastičari mogu nastupati u “C” programu, poštujući propisana godišta ili u kategorijama koja predviđaju viša godišta. Kada jednom nastupi u višoj kategoriji,

gimnastičar ne može da se vrati u nižu kategoriju u takmičarskoj godini (bez obzira na godine starosti).

Svako društvo može da nastupi sa maksimalno dve ekipe u svakoj kategoriji.

Član 8.

NAGRAĐIVANJE: Adekvatne nagrade za sva takmičenja "C" programa u ekipnoj i pojedinačnoj konkurenciji obezbeđuje GSS.

TAKMIČENJE	PLASMAN	NAGRADE
C program, kolo	I mesto, pojedinačno	Diploma
C program, kolo	II mesto, pojedinačno	Diploma
C program, kolo	III mesto, pojedinačno	Diploma
C program, kolo	I mesto, ekipno	Diploma
C program, kolo	II mesto, ekipno	Diploma
C program, kolo	III mesto, ekipno	Diploma
C program, ukupno	I mesto, pojedinačno	medalja+diploma
C program, ukupno	II mesto, pojedinačno	medalja+diploma
C program, ukupno	III mesto, pojedinačno	medalja+diploma
C program, ukupno	I mesto, ekipno	medalje+diplome+pehar
C program, ukupno	II mesto, ekipno	medalje+diplome+pehar
C program, ukupno	III mesto, ekipno	medalje+diplome+pehar

Član 11.

Organizatori takmičenja "C" programa mogu da budu samo ona društva koja imaju adekvatne tehničke uslove za održavanje takmičenja nivoa školskih prvenstava:

- sve sprave muškog gimnastičkog višeboja sa strunjačama u skladu sa zahtevima vežbi (sastava);
- minimum dve sudijske komisije uz odgovarajuću tehničku podršku (računarska oprema i dodatno tehničko osoblje);
- medicinska služba.

PROPOZICIJE

I. KATEGORIJA

(VEŽBE ZA I – IV RAZRED OŠ)

PARTER – I. KATEGORIJA

Parter dijagonala 17. metara.

Stav spetni, priručiti

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE</i>
I	Odručanjem, odnožiti desnom, ispad u desno do čučnja, i sp. odrazom desnom nogom prinožiti sa priručenjem;	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • savijanje kolena; • mala amplituda odnoženja; • nedovoljno dubok ispad; • neprecizno odručenje;
II	odručanjem, odnožiti levom, ispad u levo do čučnja, i sp. odrazom levom nogom prinožiti sa priručenjem;	0.50	
III	visokim prednoženjem (stopalo iznad nivoa kuka) iskorak levom - desnom, sa uzručanjem čeonu vaga (stajna i noga u zanoženju potpuno opružene, peta zanožene noge iznad nivoa ramena), izdržaj 2", usprav do stava spetnog, priručiti	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • savijanje kolena stajne ili zanožene noge; • zanožena noga u vagi ispod nivoa kuka; • izdržaj kraći od 2" (vidi pravila ocenjivanja);
IV	čučan, predručiti, potpunim opružanjem kolena kolut napred (kolena saviti tek u fazi povaljke), spojeno skok u vis (opruženim telom) zamahom kroz predručenje, do uzručanja sa okretom od 180° i spojeno;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • kolut napred bez naglašenog opružanja kolena u prvoj fazi; • nepravilna povaljka (udar leđima o tlo); • raširene noge u prvoj fazi i kolena u fazi povaljke; • skok bez naglašene faze leta, savijena kolena u fazi leta, ruke nisu u uzručanju, okret više ili manje od 180°, nesiguran doskok;
V	čučan, kolut nazad, spojeno, povaljka, nazad do stava na plećima opiranjem pruženim rukama o tlo, izdržaj 2";	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • kolut nazad bez opiranja rukama o tlo, raširena kolena, pomeranje glave u stranu, završetak elementa na kolenima, a ne na stopalima; • u stavu na plećima telo nije potpuno opruženo i vertikalno, izdržaj kraći od 2" (vidi pravila ocenjivanja);
VI	opruženim nogama povaljka napred do seda raznožno, pretklonom odurčiti (grudi pripojene uz tlo, leđa ravna, noge opružene), izdržaj 2";	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • grudi nisu pripojene za tlo; • savijena kolena i stopala prilikom pretklona; • izdržaj kraći od 2";

VII	kolut nazad raznožno, do pretklona (trup vodoravno) u stavu raskoračno, odručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none">• kolut nazad bez opiranja rukama o tlo, pomeranje glave u stranu;• savijena kolena u pretklonu, trup nije vodoravan;
VIII	zamahom do uzručenja, odskok do stava spretnog;	0.50	
IX	visokim prednoženjem (stopalo iznad nivoa kuka) levom-dosnom, uz odručenje, okret za 90° u levo-desno, premet strance u levo-desno, kroz stav raskoračno i odručenje prinožiti u stav spetni, pruručiti.	2.50	<ul style="list-style-type: none">• prednoženje ispod nivoa kuka;• premet strance nije izveden u jednoj liniji i kroz stav u uporu, sklanjanje tela u zgl. kuka;• savijanje kolena i stopala u toku prolaska kroz stav u uporu;
"D" OCENA		10.00	

KONJ SA HVATALJKAMA – I. KATEGORIJA

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	čeonno iza konja, naskok u upor prednji na hvataljkama (naglasiti aktivan upor);	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • nesiguran i neaktivan upor, savijene ruke u upor;
II	premah odnožno desnom napred do upora jašućeg (naglasiti);	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • premah izveden sedom na konja, a ne kroz oslanjanje na suprotnu ruku; • premah izveden savijenom nogom; • doticanje konja nogom kojom se vrši premah • aktivan upor nije naglašen;
III	premah odnožno levom napred do upora stražnjeg (naglasiti);	1.50	
IV	premah odnožno desnom nazad do upora jašućeg (naglasiti),	1.50	
V	premah odnožno levom nazad do upora prednjeg (naglasiti);	1.50	
VI	sunožni provlak grčeno između hvataljki i odrivom rukama, prednoška.	2.50	<ul style="list-style-type: none"> • doticanje konja stopalima; • slab odriv rukama; • loš doskok (mali korak ili poskok –, veliki korak ili poskok).
"D" OCENA		10.00	

Vežba se može započeti i levom nogom. Dozvoljena upotreba odskočne daske prilikom naskoka.

KRUGOVI - I. KATEGORIJA

Visina krugova minimum 180cm (od strunjače)

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg, vučenjem grčeno (pružene ruke, grčene noge) do visa uzneto (noge horizontalno i potpuno savijanje u zgl. kuka), naznačiti;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • podizanje izvedeno zamahom, a ne vučenjem; • noge u visu uznetom nisu horizontalno, savijena kolena i labava stopala, telo nedovoljno sklonjeno, izdržaj nije naznačen;
II	vis strmoglavo (telo potpuno opruženo i vertikalno), naznačiti;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • telo nije potpuno opruženo, telo nije vertikalno, pomeranje tela u toku izdržaja, izdržaj nije naznačen;
III	vis uzneto, naznačiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • isto kao i u prvom slučaju deo I;
IV	vis stražnji (glava u zaklonu, telo optimalno opruženo, ugao u ramenom zgl. veći od 100°), naznačiti;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • kukovi u visini ramena, • savijanje u zglobu kuka, • izdržaj nije naznačen;
V	saskok puštanjem krugova i uzručenjem u fazi leta.	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • doskok u pretklonu, • nesiguran doskok.
"D" OCENA		10.00	

PRESKOK - I. KATEGORIJA

Kozlić visine 110 cm

	<i>PRESKOK</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Raznoška (max. zanoženje 45°)	10.00	<ul style="list-style-type: none"> • izraženo prednoženje u I fazi leta i u toku odraza rukama; • savijanje kolena i labava stopala u toku izvođenja celog preskoka; • zanoženje ispod 30°, zanoženje u nivou horiznotale, bez zanoženja (ispod horizontale); • niska i kratka faza drugog leta; • nesiguran doskok.

RAZBOJ - I. KATEGORIJA

Visina razboja 150cm (od strunjače)

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Naskokom u potpor, prednjim upor do seda raznožno na pritkama, naglasiti opružanjem u zgl. kuka;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • spor i neravnomeran izlazak iz potpora; • savijanje kolena, labava stopala i preveliko sklanjanje u zgl. kuka; • nema naglasaka u završnom položaju
II	presed - premah desnom unutar pritke, sa okretom u desno za 90° u upor ležeći za rukama čeonu i spojeno premah odnožno levom napred unutar pritki sa okretom u desno za 90° u upor sedeći raznožno pred rukama (metanja)	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • stopalo ispod nivoa ramena u karajnoj amplitudi premaha; • savijena kolena i ruke;
III	snožiti do prednosa, izdržaj 2”;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge su ispod horizontalne; • noge su iznad horizontale; • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat; • izdržaj kraći od 2”;
IV	raznoženjem, upor sedeći raznožno pred rukama, naglasiti;	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat;
V	premah desnom (levom) nogom preko leve pritke i okretom 180° oko uporne ruke saskok odbočno.	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • premah ispod nivoa ramena; • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat; • nesiguran doskok.
"D" OCENA		10.00	

VRATILO - I. KATEGORIJA

Dočelno vratilo

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz zgiba stojećeg, sunužnim odrazom uzmak opruženim nogama do upora prednjeg, naznačiti upor prednji;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • savijanje nogu i labava stopala, • u završnom položaju noge prelaze vertikalnu vratila; • savijeni laktovi u uporu prednjem; • nema naglaska završnog položaja;
II	sunožnim zamahom nazad, kovrtljaj nazad opruženim telom i opruženim rukama do upora prednjeg, i spojeno,	3.50	<ul style="list-style-type: none"> • sunožni zamah nazad izveden labavim i raširenim nogama, na kraju zamaha ruke nisu opružene; • savijanje nogu i ruku, sklonjen položaj tela, glava previše zaklonjena, udarac u pritku prilikom izvođenja kovrtljaja nazad;
III	sunožnim zamahom nazad (iznad 30° od horizontale ramena), odnjihom saskok.	3.50	<ul style="list-style-type: none"> • dupliranje zamaha nazad; • zastoj posle kovrtljaja nazad; • nedovoljno visok zamah unazad (ispod 30°, horizontala, ispod horizontale); • labave noge i raširene noge, savijen lakat u drugoj fazi zamaha; • nesiguran doskok.
"D" OCENA			10.00

II. KATEGORIJA

(VEŽBE ZA V – VI RAZRED OŠ)

PARTER - II. KATEGORIJA

Parter dijagonala 17. metara.

Stav spetni, pruručiti

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Visokim prednoženjem iskorak desnom (levom) sa uzručenjem, čeonu vaga, izdržaj 2", usprav do stava spetnog, pruručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> savijanje kolena stajne ili zanožene noge; rame ispod nivoa kuka; zanožena noga ispod nivoa kuka; izdržaj kraći od 2" (vidi pravila osenjivanja);
II	zamahom do uzručenja sunožni poskok i spojeno odskokom kolut leteći u visini grudi i spojeno,	2.00	<ul style="list-style-type: none"> niska faza leta koluta letećeg (ispod visine kukova); odskok za kolut leteći izveden počučnjem, a ne iz stopala i opruženim nogama; preveliko sklanjanje tela, grčenje i širenje nogu; loša amortizacija koluta;
III	zamahom kroz predručenje do uzručenja, sunožni odskok sa okretom 180° doskokom odskok sa odručenjem do stava raskoračno;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> ne sinhronizovano izvođenje; ne pravilan rad rukama i nogama (za deo kretanja, za celo kretanje);
IV	predručiti i dubokim pretklonom kolut nazad raznožno do stava raskoračno sa uzručenjem;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> savijanje nogu prilikom pretklona kolut nazad bez opiranja rukama o tlo, savijena kolena, pomeranje glave u stranu;
V	predručiti i dubokim pretklonom povaljka nazad sunožno do stava na plećima, opiranjem pruženim rukama o tlo, izdržaj 2";	1.00	<ul style="list-style-type: none"> u stavu na plećima telo nije potpuno opruženo i vertikalno, izdržaj kraći od 2";
VI	povaljka napred do upora čučućeg, usprav kroz predručenje do uzručenja;	0.50	<ul style="list-style-type: none"> nepravilan rad rukama;
VII	visokim prednoženjem levom (desnom), uz odručenje okret za 90° u desno (levo), premet strance u levo (desno), do stava raskoračno i odručenje prinožiti u stav spetni, pruručiti;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> prednoženje ispod nivoa kuka; premet strance nije u izveden u jednoj liniji i kroz stav u uporu, sklanjanje tela u zgl. kuka; savijanje kolena i stopala u toku prolaska kroz stav u uporu;
VII I	suručnim zamahom kroz predručenje do uzručenje skok sa okretom 360°, do stava spetnog sa odručenjem.	1.00	<ul style="list-style-type: none"> nizak skok; nezavršen okret; ukrštanje nogu, labave noge u toku okreta; nesiguran doskok.
"D" OCENA		10.00	

KONJ SA HVATALJKAMA - II. KATEGORIJA

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	čeono iza konja naskokom na hvataljke u upor prednji i sp.;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • estetske greške;
II	premah odnožno levom napred i prolaskom kroz upor jašuci;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • premah izveden sedom na konja, a ne kroz oslanjanje na suprotnu ruku; • premah izveden savijenom nogom; • doticanje konja nogom kojom se vrši premah; • niski premasi (ispod nivoa pojasa -); • premasi nisu vezani i tečni;
III	premah odnožno desnom napred, i prolaskom kroz upor stražnji;	1.50	
IV	premah odnožno levom nazad i prolaskom kroz upor jašuci;	1.50	
V	premah odnožno desnom nazad, i prolaskom kroz upor prednji;	1.50	
VI	premah odnožno levom napred i prolaskom kroz upor jašuci, spojeno;	1.50	
VII	premah desnom napred odbočka sa okretom od 90° u levo, doskok bočno pored konja hvatom levom za hvataljku.	1.50	
"D" OCENA		10.00	

Vežba se može započeti i desnom nogom. Dozvoljena upotreba odskočne daske prilikom naskoka.

KRUGOVI - II. KATEGORIJA

Visina krugova minimum 180 cm (od strunjače)

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg vučenjem sklonjeno (ruke i noge opružene), vis uzneto naznačiti;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • kretanje izvedeno zamahom; • savijene noge i pogrčene ruke; • noge u visu uznetom nisu horizontalno, savijena kolena i labava stopala, telo nedovoljno sklonjeno, izdržaj nije naznačen;
II	vis strmoglavo naznačiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • telo nije potpuno opruženo, telo nije vertikalno, pomeranje tela u toku izdržaja, izdržaj nije naznačen;
III	vis uzneto naznačiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • isto kao i I deo;
IV	vis stražnji naznačiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • kukovi u visini ramena, • veliko savijanje u zglobu kuka, • izdržaj nije naznačen;
V	vučenjem vis uzneto i povezano;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • vučenje izvedeno savijanjem nogu i uz vidljiv nedostatak snage;
VI	podmetni njih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • nije u visini krugova; • estetika ruku i nogu (širenje, grčenje, labavljenje); • kidanje u vertikalni;
VII	zanjih (blago uviti položaj tela, kukovi u horizontalni, a pete iznad horizontalne krugova, ruke i noge potpuno opružene);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • kukovi ispod horizontalne, pete u nivou horizontalne; • nizak zanjih • estetika ruku i nogu;
VII I	prednjih (blago ulučen položaj tela sa malim uglom u zgl. ramena, kukovi u horizontalni, a prsti iznad horizontalne, ruke i noge potpuno opružene);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • kukovi ispod horizontalne, prsti u nivou horizontalne; • nizak prednjih, ramena su izrazito niska; • estetika ruku i nogu;
IX	zanjihom saskok.	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • krugovi se puštaju pre nego što telo dostigne horizontalu krugova; • nesiguran doskok;
"D" OCENA		10.00	

PRESKOK - II. KATEGORIJA

Kozlič visine 125cm

	PRESKOK	Vredn.	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
I	Raznoška (max. zanoženje 45°)	10.00	<ul style="list-style-type: none"> • izraženo prednoženje u I fazi leta i u toku odraza rukama; • savijanje kolena i labava stopala u toku izvođenja celog preskoka; • zanoženje ispod 30°, zanoženje u nivou horiznotale, bez zanoženja (ispod horizontale); • kratka faza drugog leta; • nesiguran doskok.

RAZBOJ - II. KATEGORIJA

Visina razboja minimum 150 cm (od strunjače)

Deo	OPIS VEŽBE	Vredn.	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
I	Naskok u potpor, prednjim upor do seda raznožno na pritkama, naznačiti;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • neaktivan potpor; • izlazak u upor prvo oslanjanjem nogu, pa zatim rukama; • krajnji položaj nije naznačen; • estetske greške nogu i ruku;
II	snožiti do prednosa, izdržaj 2";	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge su ispod horiznotalne; • noge su iznad horizontale; • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat; • izdržaj kraći od 2";
III	opružanjem u prednjih iznad nivoa pritki;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • opružanje izvedeno ispod pritki; • estetske greške nogu i ruku;
IV	zanjih, telo opruženo, kukovi iznad nivoa ramena;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • zanjih izveden ispod horizontale, do nivoa pritki; • sklanjanje tela ili uvijanje tela • estetske greške nogu i ruku;
V	prednjih, telo opruženo, kukov iznad nivoa ramena;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • prednjih ispod nivoa ramena; • preveliko sklanjanje tela; • estetske greške nogu i ruku;
VI	zanjihom saskok zanoška, telo do nivoa 45° u odnosu na horizontalu ramena.	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • sakok izveden do horizontale ramena, ispod horizontale ramena; • nesiguran doskok.
"D" OCENA		10.00	

VRATILO - II. KATEGORIJA

Visina vratila 250 cm (od strunjače) FIG.

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg, nathvatom, zgibom (pruženim nogama) uzmak do upora prednjeg;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • uzmak izveden zamahom; • estetske greške nogu; • u uporu prednjem noge prelaza vertikalnu vratila;
II	sunožnim zamahom unazad, kovrtljaj nazad u uporu prednjem i spojeno;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • dupliranje zamaha; • sunožni zamah nazad izveden labavim i raširenim nogama, na kraju zamaha – odnija ruke nisu opružene; • savijanje nogu i ruku, sklonjen položaj tela, glava previše zaklonjena, udarac u pritku prilikom izvođenja kovrtljaja nazad; • usled lošeg prehvata, zastoj i nemogućnost nastavka kretanja;
III	podmetom prednjih;	3.00	<ul style="list-style-type: none"> • nisko kukovi u visu uzneto prednjem – preveliko sklanjanje u zglobu kuka; • nizak prednjih; • estetske greške nogu i ruku;
IV	zanjihom saskok (ramena i gornji deo leđa u nivou horizontale vratila).	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • prerano otpuštanje vratila – pre krajnje amplitude zanjih; • nesiguran doskok;
"D" OCENA		10.00	

III. KATEGORIJA

(VEŽBE ZA VII – VIII RAZRED OŠ)

PARTER - III. KATEGORIJA

Parter dijagonala 17. metara.

Stav spetni, prurčiti

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Visokim prednoženjem iskorakom levom (desnom) sa uzručenjem, čeona vaga, izdržaj 2", usprav do stava spetno, prurčiti;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> savijanje kolena stajne ili zanožene noge; rame ispod nivoa kuka; zanožena noga ispod nivoa kuka; izdržaj kraći od 2" (vidi pravila osenjivanja);
II	zamahom do uzručenja sunožni poskok i spojeno odskokom kolut leteći, u visini grudi;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> nema sunožnog i akcentiranog odraza kod izvođenja letećeg koluta; nizak leteći kolut (ispod visine kukova); preveliko sklanjanje tela, grčenje i širenje nogu; slaba amortizacija koluta;
III	is spojeno zamahom kroz predručenje do uzručenja, sunožni odskok sa okretom 180° do stava spetnog, uzručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> nizak odskok, nesinhronizovano izvođenje; nedovršen okret ili okret veći od propisanog;
IV	predručiti i dubokim pretklonom sed pruženim nogama i spojeno, kolut nazad sklonjeno do upora stojećeg, usprav, uzručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> savijanje nogu prilikom pretklona kolut nazad bez opiranja rukama o tlo, savijena kolena, pomeranje glave u stranu; estetske greške nogu;
V	visokim prednoženjem levom (desnom), uz odručenje okret za 90° u desno (levo), premet strance sa pola okreta (90°) u levo (desno) (okret ka pravcu kretanja), uzručiti, predložiti levom (desnom), i spojeno;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> prednoženje ispod nivoa kuka; premet strance nije u izveden u jednoj liniji i kroz stav u uporu, sklanjanje tela u zgl. kuka; savijanje kolena i stopala u toku prolaska kroz stav u uporu;
VI	stav u uporu, prevalom povaljka napred i spojeno;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> nema prolaska kroz stav u uporu; loša amortizacija prilikom kolutanja; estetske greške;
VII	suručnim zamahom kroz predručenje do uzručenja skok sa okretom 360° do stava spetnog, odurčiti.	1.50	<ul style="list-style-type: none"> nizak skok; nezavršen okret; ukrštanje nogu, labave noge u toku okreta; nesiguran doskok.
"D" OCENA			10.00

KONJ SA HVATALJKAMA - III. KATEGORIJA

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Čeono iza konja hvatom za hvataljke naskok u upor prednji i spojeno	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • premah izveden sedom na konja, a ne kroz oslanjanje na suprotnu ruku; • premah izveden savijenom nogom; • doticanje konja nogom kojom se vrši premah; • niski premasi (ispod nivoa pojasa); • premasi izvedeni samo nogom dok se karlica ne pomera; • premasi nisu vezani i tečni;
II	premah odnožno levom napred kroz upor jašući; premah desnom napred kroz upor stražnji;	1.50	
III	premah odnožno levom nazad kroz upor jašući; premah desnom nazad kroz upor prednji;	1.50	
IV	premah odnožno levom napred spolja, na hrptu konja, premah desnom napred i spojeno prelaz desnom rukom na levu hvataljku, do upora raznožno van na jednoj hvataljci i spojeno;	2.00	
V	premah odnožno levom nazad, premah desnom nazad i spojeno;	1.50	
VI	premah odnožno levom napred na levi kraj konja i spojeno prelaz levom rukom na levi kraj konja i spojeno;	1.50	
VII	premahom odnožno desnom napred odbočka sa okretom 90 ⁰ u levo, doskok levim bokom pored konja.	1.50	
"D" OCENA		10.00	

Vežba se može započeti i desnom nogom. Dozvoljena upotreba odskočne daske prilikom naskoka.

KRUGOVI - III. KATEGORIJA

Visina krugova 260 cm (od strunjače) **FIG.**

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg zgibom i vučenjem sklonjeno vis strmoglavu, naznačiti;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • kretanje izvedeno zamahom; • savijene noge; • telo u visu strmoglavom nije potpuno opruženo, telo nije vertikalno, pomeranje tela u toku izdržaja, izdržaj nije naznačen;
II	vis uzneto naznačiti, podemetni njih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge u visu uznetom nisu u horizontali, vis nije naznačen, savijene noge; • podmetni njih izveden ispod horizontale, savijene noge, kidanje u horizontali;
III	zanjih, prednjih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • kukovi ispod horizontale u krajnjim amplitudama njija; • podizanje ramena, pete ispod horizontale u zanjihu; • veliki ugao u ramenima u prednjihu; • savijene noge, preterano sklanjanje ili uvijanje tela;
IV	zanjihom iskret napred do visa uzneto, naznačiti;	2.50	<ul style="list-style-type: none"> • rano i nisko izveden iskret napred (kukovi nisu u horizontali, pete nisu iznad horizontale u krajnjoj amplitudi zanjija pre samog iskreta napred); • savijene noge i ruke; • visu uzneto nije naznačen;
V	podmetni njih, zanjih;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • isto kao i u slučaju II i III dela;
VI	prednjihom prekopyt raznožno nazad.	2.50	<ul style="list-style-type: none"> • estetske greške nogu; • puštanje karika pre nego da su kukovi dostigli visinu karika; • nema faze otvaranja u drugom delu;
"D" OCENA		10.00	

PRESKOK - III. KATEGORIJA

Kozlić visine 125cm

	<i>PRESKOK</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Zgrčka (max. zanoženje 45°)	10.00	<ul style="list-style-type: none">• raširena kolena u toku izvođenja celog preskoka;• zanoženje ispod 30°, zanoženje u nivou horizontalne, bez zanoženja (ispod horizontalne);• kratka faza drugog leta;• nesiguran doskok.

RAZBOJ - III. KATEGORIJA

Visina razboja 180 cm (od strunjače) **FIG.**

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Naskok u potpor, prednjim upor do seda raznožno na prtkama;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • neaktivan potpor; • izlazak u upor prvo oslanjanjem nogu, pa zatim rukama; • krajnji položaj nije naznačen; • estetske greške nogu i ruku;
II	prehvat iz zaručenja, kroz uzručenje do upora sedećeg raznožno za rukama;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • gubitak ravnoteže; • ruke ne prolaze kroz naznačenu putanju; • estetske greške;
III	kolut napred raznožno do upora sedećeg raznožno pred rukama;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • odgurivanje nogama od pritke; • propadanje kroz pritki, veći oslonac na podlaktice; • loša amortizacija koluta, kasno izvršen preхват;
IV	snožiti do prednosa, izdržaj 2”;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge su ispod horizontalne; • noge su iznad horizontale; • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat; • izdržaj kraći od 2”;
V	opružanjem u prednjih, zanjih, telo opruženo kukovi iznad niva ramena;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • opružanje u prednjih izvedeno ispod nivoa pritki; • zanjih izveden ispod horizontale, do nivoa pritki; • preveliko sklanjanje tela ili uvijanje tela, neaktivan upor • estetske greške nogu i ruku;
VI	prednjih, telo opruženo, kukovi u nivou ramena;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • u prednjihu kukovi ispod nivoa ramena; • preveliko sklanjanje tela, neaktivan upor; • estetske greške nogu i ruku;
VII	zanjihom saskok zanoška, telo do nivoa 45° u odnosu na horizontalu ramena.	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • sakok izveden do horizontale ramena, ispod horizontale ramena; • nesiguran doskok.
"D" OCENA		10.00	

VRATILO - III. KATEGORIJA

Visina vratila 260 cm (od strunjače) **FIG.**

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vredn.</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg nathvatom, zgibom uzmak;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> uzmak izveden zamahom; estetske greške nogu; u uporu prednjem noge prelaza vertikalnu vratila;
II	sunožnim zamahom nazad, kovrtljaj nazad i spojeno;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> dupliranje zamaha; sunožni zamah nazad izveden labavim i raširenim nogama, na kraju zamaha ruke nisu opružene; savijanje nogu i ruku, sklonjen položaj tela, glava previše zaklonjena, udarac u pritku prilikom izvođenja kovrtljaja nazad; usled lošeg prehvata, zastoj i nemogućnost nastavka kretanja;
III	podmetni njih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> nisko kukovi u visu uzneto prednjem - preveliko sklanjanje u zglobu kuka; nizak prednjih; estetske greške nogu i ruku;
IV	zanjih, (ramena u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.50	<ul style="list-style-type: none"> mala amplitude zanjih; estetske greške ruku i nogu;
V	prednjih (pleća u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.50	<ul style="list-style-type: none"> prednjih izveden bez biča; mala amplituda prednjih; estetske greške ruku i nogu;
VI	zanjihom preхват u ukršteni hvat (ramena u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> mala amplitude zanjih; estetske greške ruku i nogu;
VII	u prednjihu okret za 180° i saskok do stava na tlu;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> prednjih izveden bez biča; mala amplituda prednjih; estetske greške ruku i nogu; nezavršen okret; nesiguran doskok;
"D" OCENA		10.00	

IV. KATEGORIJA
(VEŽBE ZA I – IV RAZRED SŠ)

PARTER - IV. KATEGORIJA

Parter dijagonala 17. metara.

Stav spetni, priručiti

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Visokim prednoženjem iskorak levom (desnom) sa uzručenjem, čeona vaga, izdržaj 2", usprav do stava spetnog, priručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> savijanje kolena stajne ili zanožene noge; rame ispod nivoa kuka; zanožena noga ispod nivoa kuka; izdržaj kraći od 2" (vidi pravila osenjivanja);
II	Iz proizvoljnog zaleta (3-5 koraka) kolut leteći u nivou ramena i spojeno	1.50	<ul style="list-style-type: none"> nema sunožnog i akcentiranog odraza; kolut leteći izveden ispod nivoa ramena; kolut leteći izveden u nivou kukova; estetske greške ruku i nogu; loša amortizacija koluta;
III	suručnim zamahom kroz predručenje do uzručenja skok uvito, doskok u počučanj sa odručenjem i spojeno, skok sa okretom 180°, doskok u počučanj sa odručenjem, usprav do stava spetnog, uzručiti;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> skokovi izvedeni nisko; neprotivan redosled skokova i neprotivan i netačan rad rukama; estetske greške;
IV	kroz predručenje dubokim pretklonom, sed pruženim nogama i spojeno kolut nazad kroz stav u uporu do upora čučćećeg;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> sed nije izveden pruženim nogama, loša amortizacija seda (direktan pad na zadnjicu), kolut nije izveden kroz stav u uporu;
V	usprav, kroz predručenje uzručiti, visokim prednoženjem levom (desnom), uz odručenje okret za 90° u desno (levo), premet strance sa pola okreta (90°) u levo (desno) (okret ka pravcu kretanja), uzručiti,	1.00	<ul style="list-style-type: none"> prednoženje ispod nivoa kuka; premet strance nije u izveden u jednoj liniji i kroz stav u uporu, sklanjanje tela u zgl. kuka; savijanje kolena i stopala u toku prolaska kroz stav u uporu; okret na kraju premeta nije izveden po naznačenom tekstu;
VI	prednožiti levom (desnom), i spojeno stav u uporu, prevalom povoljka napred do upora čučćećeg i spojeno	1.00	<ul style="list-style-type: none"> nema prolaska kroz stav u uporu; estetske greške ruku i nogu; slaba amortizacija prevala;

VII	suručnim zamahom kroz predručenje do uzručenja, sunožni odskok koso napred, Rondati, i spojeno skok uvito, doskok u počučanj, usprav do stava spetnog, odručiti.	2.00	<ul style="list-style-type: none"> nizak i kratak sunožni skok; rastavljene noge u drugom delu Rondata; nema naglašenog skoka sa ruku na noge (kurbet); skok uvito izvedeno nisko i bez naglašenog uvinuća;
"D" OCENA:		9.00	

VEŽBE ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

VEŽBA	Vrednost	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
<p><i>Vežba sa kojom se može zameniti samo deo iz obaveznog sastava pod rednim brojem III</i></p> <p>Salto napred zgrčeno</p>	0.30	<ul style="list-style-type: none"> Vežba nije izvedena u visini ramena; Nedozvoljeno širenje nogu; Nema faze otvaranja pri doskoku; Nesiguran doskok (opšta pravila).
<p><i>Vežba sa kojom se može zameniti samo deo iz obaveznog sastava pod rednim brojem V</i></p> <p>Prednožiti levom-desnom, i spojeno stav u uporu, prevalom na opružene ruke, povoljka napred opruženim nogama do upora stojećeg i spojeno;</p>	0.20	<ul style="list-style-type: none"> nema prolaska kroz stav u uporu; estetske greške ruku i nogu; slaba amortizacija prevala;
<p><i>Vežba sa kojom se može nastaviti samo deo iz obaveznog sastava pod rednim brojem VI</i></p> <p>Posle Rondata, spojeno premet nazad i spojeno skok uvito, doskok u počučanj, usprav do stava spetnog, priručiti.</p>	0.50	<ul style="list-style-type: none"> Grčenje ruku i nogu; Širenje nogu; Nepovezanost Rondata i premeta nazad; Nema upora na rukama, nema kurbeta i ostale tehničke greške.

Maksimalna bonifikacija iznosi 1.00 bod.

Svaka vežba za osvajanje dodatnih bonus poena izvedena sa velikom greškom (0.50) se ne priznaje.

KONJ SA HVATALJKAMA - IV. KATEGORIJA

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Čeono iza konja, hvatom leve za levi kraj konja, obrnutim hvatom desne za levu hvataljku, sunožnim odskokom premah odnožno levom unazad sa okretom 180° u levo oko desne (uporne) ruke, naskok u upor jašući;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • savijena uporna ruka; • nisko zanoženje – premah odnožno nazad; • zasotoj u uporu jašućem;
II	i spojeno premah desnom nazad kroz upor prednji;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • premah izveden sedom na konja, a ne kroz oslanjanje na suprotnu ruku; • premah izveden savijenom nogom; • doticanje konja nogom kojom se vrši premah; • niski premasi (ispod nivoa pojas; • premasi izvedeni samo nogom dok se karlica ne pomera; premasi nisu vezani i tečni;
III	premah odnožno levom napred kroz upor jašući; premah desnom napred kroz upor stražnji;	1.00	
IV	premah odnožno levom nazad kroz upor jašući; premah desnom nazad kroz upor prednji;	1.00	
V	premah odnožno levom napred spolja, na hrptu konja, premah desnom napred i spojeno prelaz desnom rukom na levu hvataljku, do upora raznožno van na jednoj hvataljci i spojeno;	2.00	
VI	premah odnožno levom nazad, premah desnom nazad i spojeno;	1.00	
VII	premah odnožno levom napred na levi kraj konja i spojeno prelaz levom rukom na levi kraj konja i spojeno;	1.00	
VIII	premahom odnožno desnom napred odbočka sa okretom 90° u levo, doskok levim bokom pored konja.	1.00	
"D" OCENA:			

VEŽBE ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

VEŽBA	Vrednost	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
<p><i>Vežba koja sledi nakon dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem II</i></p> <p>Premah odnožno levom-desnom napred, njih u uporu jašućem (uzmahivanje), premah odnožno levom-desnom nazad, premah odnožno desnom-levom napred, njih u uporu jašućem (uzmahivanje), premah desnom-levom nazad do upora pednjeg</p>	0.40	<ul style="list-style-type: none"> • greške kao i u slučaju dela II; • uzmahivanja izvedena ispod nivoa ramena; • nepovezanost premaha i uzmahivanja; • estetske greške ruku i nogu.
<p><i>Vežba koja sledi nakon dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem II</i></p> <p>Kolo prednožno.</p>	0.30	<ul style="list-style-type: none"> • stopalo odnožene noge nije u visini ramena; • zastoj u uporu jašućem posle premaha nogom napred; • estetske greške (vidi opšta pravila).
<p><i>Vežba koja sledi nakon dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem III</i></p> <p>Kolo zanožno.</p>	0.30	<ul style="list-style-type: none"> • sklanjanje tela u toku premaha nogom nazad; • zastoj u uporu jašućem posle premaha nogom napred; • estetske greške (vidi opšta pravila).

Maksimalna bonifikacija iznosi 1.00 bod.

Svaka vežba za osvajanje dodatnih bonus poena izvedena sa velikom greškom (0.50) se ne priznaje.

KRUGOVI - IV. KATEGORIJA

Visina krugova 260 cm (od strunjače) **FIG.**

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg pojačanim hvatom, naupor vučenjem;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • korišćenje zamaha; • nepovezanost;
II	prednos izdržaj 2";	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge nisu u horizontali; • opiranje laktovima o sajle; • savijene noge; • izdržaj kraći od 2";
III	spad nazad do visa uzneto, naznačiti;	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • spad izveden bez kontrole; • spad završen kokovima ispod nivoa karika; • vis uzneto nije naglašen;
IV	podmetni njih, zanjih, prednjih;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • noge u visu uznetom nisu u horizontali, vis nije naznačen, savijene noge; • podmetni njih izveden ispod horitontale, savijene noge, kidanje u horizontali; • kukovi ispod horizontale u krajnjim amplitudama njija; • podizanje ramena, pete ispod horizontale u zanjihu; • veliki ugao u ramenima u prednjihu; • savijene noge, preterano sklanjanje ili uvijanje tela;
V	Zanjihom iskret napred do visa uzneto i spojeno;	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • rano i nisko izveden iskret napred (kukovi nisu u horizontali, pete nisu iznad horizontale u krajnjoj amplitudi zanjija pre samog iskreta napred); • savijene noge i ruke; • visu uzneto nije naznačen;
VI	podmetni njih, zanjih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • isto kao IV;
VII	prednjihom prekopit nazad raznožno van;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • estetske greške nogu; • puštanje karika pre nego da su kukovi dostigli visinu karika; • nema faze otvaranja u drugom delu;
"D" OCENA:			9.00

VEŽBE ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

VEŽBA	Vrednost	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
<p><i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem I</i></p> <p>Iz visa, vučenjem, sklonjenim telom, opruženim nogama i rukama do visa strmoglavog, sklopkom upor (dozvoljeno je malo savijanje ruku u zglobu lakta, ali krajnja pozicija mora biti upor), ili</p>	0.60	<ul style="list-style-type: none"> • vežba sklopkom upor završena u skleku; • estetske greške ruku i nogu (opšta pravila);
<p>Iz visa vučenjem sklonjenim telom, opruženim nogama i rukama do visa uznetog, podmetni njih, naupor zanjihom ((dozvoljeno je malo savijanje ruku u zglobu lakta, ali krajnja pozicija mora biti upor).</p>	0.40	<ul style="list-style-type: none"> • vežba zanjihom upor završena u skleku; • estetske greške ruku i nogu (opšta pravila);
<p><i>Vežba koja sledi nakon dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem II</i></p> <p>Vučanjem, sklonjenim telom do stava na ramenima (izdržaj 2 sek.), spust do visa uznetog.</p>	0.40	<ul style="list-style-type: none"> • vežba se više izvodi zamahom a ne snagom; • izdržaj kraći od 2 sek. (opšta pravila); • slaba kontrola izdržaja stava na ramenima; • spust nije izveden snagom; • estetske greške (opšta pravila).

Maksimalna bonifikacija iznosi 1.00 bod.

Svaka vežba za osvajanje dodatnih bonus poena izvedena sa velikom greškom (0.50) se ne priznaje.

PRESKOK - IV. KATEGORIJA

Konj u dužinu, visina 125 cm

<i>Preskok</i>		<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Raznoška sa kraja konja	9.00	<ul style="list-style-type: none"> • kratka I faza leta, te ruke nisu postavljene na III trećini konja; • izraženo prednoženje u I fazi leta i u toku odraza rukama; • savijanje kolena i labava stopala u toku izvođenja celog preskoka; • zanoženje ispod 30^o, zanoženje u nivou horiznotale, bez zanoženja (ispod horizontale); • kratka faza drugog leta; • nesiguran doskok.

(max. zanoženje 30^o, sa izraženom fazom drugog leta)

PRESKOK ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

<i>PRESKOK</i>		<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
Zgrčka (max. zanoženje 30 ^o , sa izraženom fazom drugog leta)	9.20	<ul style="list-style-type: none"> • kratka I faza leta, ruke nisu postavljene na III trećini konja; • zanoženje ispod 30^o, zanoženje u nivou horiznotale, bez zanoženja; • grčenje nogu u prvoj fazi leta; • kratka faza drugog leta; • nesiguran doskok. 	
Sklonka (max. zanoženje 30 ^o , sa izraženom fazom drugog leta)	9.50	<ul style="list-style-type: none"> • kratka I faza leta, te ruke nisu postavljene na III trećini konja; • zanoženje ispod 30^o, zanoženje u nivou horiznotale, bez zanoženja; • grčenje nogu u I i II fazi leta; • kratka faza drugog leta; • nesiguran doskok. 	
Premet	10.00	<ul style="list-style-type: none"> • I faza leta nije opruženim telom • kratka I faza leta, ruke nisu postavljene na III trećini konja; • ne postoji jasan odziv rukama od konja i II faza leta; • estetske greške (opšta pravila). • nesiguran doskok. 	

RAZBOJ - IV. KATEGORIJA

Visina razboja 180 cm (od strunjače) FIG.

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Naskok u potpor, prednjih, zanjih,	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • neaktivan potpor; • male amplitude njihanja – stopala ispod nivoa pritki; • estetske greške nogu;
II	prednjikom upor do upora sedećeg raznožno pred rukama;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • izlazak u upor prvo oslanjanjem nogu, pa zatim rukama; • krajnji položaj nije naznačen; • estetske greške nogu i ruku;
III	prehvat kroz zarućenje i uzrućenje do upora sedećeg raznožno za rukama;	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • gubitak ravnoteže; • ruke ne prolaze kroz naznačenu putanju; • estetske greške;
IV	vučenjem stav na ramenima, iz. 2";	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • odgurivanje od pritki; • nema tečnog izvlačenja; • telo nije opruženo u toku izdržaja; • izdržaj kraći od 2";
V	kolut napred do upora sedećeg raznožno pred rukama;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • propadanje kroz pritki, veći oslonac na podlaktice; • loša amortizacija koluta, kasno izvršen preхват;
VI	snožiti do prednosa, izdržaj 2";	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • noge su ispod horizontalne; • noge su iznad horizontalne; • savijena kolena, labava stopala, savijen lakat; • izdržaj kraći od 2";
VII	opružanjem u prednjih, zanjih, prednjih	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • amplitude njihanja nije iznad nivoa ramena; • estetske greške ruku i nogu;
VII I	zanjih, prednjikom prednoška sa pola okreta prema pritkama.	1.50	<ul style="list-style-type: none"> • saskok ispod nivoa ramena; • nezavršen okret; • estetske greške ruku i nogu; • nesiguran doskok;
"D" OCENA:		9.00	

VEŽBE ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

VEŽBA	Vrednost	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
<i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem II</i> Iz potpora zanjihom spad u vis, prednjihom naupor usklopno do seda raznožno pred rukama.	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • pogrčene noge u fazi visa uznetog; • pogrčene ruke u tokom dolaska do seda raznožno pred rukama; • estetske greške (opšta pravila);
<i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem V</i> Sklapanjem tela i prehvatom dolazak u potpor uzneto, sklopkom upor do seda raznožno pred rukama.	0.30	<ul style="list-style-type: none"> • nekontrolisan dolazak do potpora uzneto; • nekontrolisan dolazak u sed raznožno pred rukama (dolazak u sed raznožno pre upora pred rukama); • estetske greške (opšta pravila).
<i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem VIII</i> Zanjihom saskok odbočka sa okretom oko jedne ruke zgčeno.	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • saskok ispod nivoa ramena; • nezavršen okret; • estetske greške ruku i nogu; • nesiguran doskok;

Maksimalna bonifikacija iznosi 1.00 bod.

Svaka vežba za osvajanje dodatnih bonus poena izvedena sa velikom greškom (0.50) se ne priznaje.

VRATILO - IV. KATEGORIJA

Visina vratila 260 cm (od strunjače) FIG.

<i>Deo</i>	<i>OPIS VEŽBE</i>	<i>Vrednost</i>	<i>ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)</i>
I	Iz visa prednjeg, nathvatom, zgibom uzmak, naznačiti upor prednji;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • uzmak izveden zamahom; • estetske greške nogu; • u uporu prednjem noge prelaza vertikalnu vratila;
II	kovrtljaj napred i spojeno;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • kretanje izvedeno uz dosta korišćenje snage u drugom delu kovrtljaja; • estetske greške nogu;
III	sunožnim zamahom nazad, kovrtljaj nazad i spojeno;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • zastoj i dupliranje zamaha; • sunožni zamah nazad izveden labavim i raširenim nogama, na kraju zamaha ruke nisu opružene; • savijanje nogu i ruku, sklonjen položaj tela, glava previše zaklonjena, udarac u pritku prilikom izvođenja kovrtljaja nazad; • usled lošeg prehvata, zastoj i nemogućnost nastavka kretanja;
IV	podmetni njih;	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • nisko kukovi u visu uzneto prednjem - preveliko sklanjanje u zglobu kuka; • nizak prednjih; • estetske greške nogu i ruku;
V	zanjih, (ramena u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • mala amplitude zanjaha; • estetske greške ruku i nogu;
VI	prednjih (pleća u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • prednjih izveden bez biča; • mala amplituda prednjih; • estetske greške ruku i nogu;
VII	zanjihom preхват u ukršteni hvat (ramena u nivou vratila, telo blago ulučeno);	1.00	<ul style="list-style-type: none"> • mala amplitude zanjaha; • estetske greške ruku i nogu;
VII I	u prednjihu saskok sa okretom 180° do stava na tlu;	2.00	<ul style="list-style-type: none"> • prednjih izveden bez biča; • mala amplituda prednjih; • estetske greške ruku i nogu; • nezavršen okret; • nesiguran doskok;
"D" OCENA:		10.00	

VEŽBE ZA OSVAJANJE DODATNIH BONUS POENA:

VEŽBA	Vrednost	ESTETSKE I TEHNIČKE GREŠKE (sa veličinom greške)
<p><i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem I</i></p> <p>Uspostavljanje zamaha klimom, zanjih (ramena u nivou vratila, telo blago ulučeno), prednjim naupor usklono.</p>	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • mala amplituda zanjih; • naupor usklono se završava najpre u skleku; • estetske greške ruku i nogu;
<p><i>Vežba sa kojom se može zameniti vežba iz dela iz obaveznog sastava pod rednim brojem III</i></p> <p>Zamahom nazad, nagaz opruženim nogama raznožno van.</p>	0.50	<ul style="list-style-type: none"> • estetske greške ruku i nogu;

Maksimalna bonifikacija iznosi 1.00 bod.

Svaka vežba za osvajanje dodatnih bonus poena izvedena sa velikom greškom (0.50) se ne priznaje.

SO MSG GSS