**Правила ПОМПОНЫ**

**1.Секция ПОМПОНЫ – черлидеры - сокращение ПОМ**

- Два помпона на одного участника

Соревнования: группы, соло, формейшен ПОМ

**1.1.Группы**

- Маршевое дефиле ПОМ

1.Длина маршрута: 100 метров, ширина минимально 6 м.

2.Маршрут может иметь до 4 поворотов.

3.Защитная зона 2 м. вдоль боковых линий и достаточной комнаты позади финишной черты для заключения маршевого дефиле

4.Максимальное время 3 минуты

- Сцена ПОМ

1. Площадка: 12 x 12 метров

2.Защитная зона 2 м. вдоль боковых линий всех сторон

3.Время: минимум 2:30 и максимальные 3 минуты (без времени для входа и выхода)

- Комбинация маршевого дефиле + этап с командами ПОМ

1.Каждая соревнующаяся команда ПОМ должна выполнить дефиле и выступление на сцене

2.Спортсмены на этих этапах должны выступать одни и те же участники соревнования.

3.По организационным или техническим причинам, одна из дисциплин может быть отменена.

**1.2. Соло, дуэты, трио, мини формейшен ПОМ**

- Выступление только на сцене

1. Площадка: 12 x 12 метров

2.Защитная зона 2 м. вдоль боковых линий всех сторон

3.Время: между 1:15 и 1:30 минуты (не включая время на вход и выход)

**1.3.Маршевое дефиле**

- Схемы выступления

1.Подготовка к старту

2.Дефиле

3.Пересечение финишной черты

4.Окончание выступления, стоп - фигура

**1.3.1. Подготовка к старту**

1.Выход группы

- В начале группа стоит подготовленной на линии старта. Группы, выступающие после, не должны стоять сразу за ней и мешать конкурсному выступлению своей подготовкой

2.Измерение времени

- Продолжительность марш-парада измеряется с момента музыки. Заступ за стартовую линию до этого считается нарушением. Штраф – 0,10 балла

**1.3.2. Маршевое дефиле**

1.Характеристика дисциплины

- Основной элемент, например, шаг марширующих участников должен выполняться всегда в направлении от старта к финишу

- Техника передвижения марширующих и техника шага должны соответствовать музыке и правильно выражать характер дисциплины

- Для ПОМ доминирующим основным элементом должен быть маршевый шаг

2.Характер перемещения

- Выступление должно иметь сбалансированный темп на протяжении всего маршрута, не допускается использовать прыжки в длину для того, чтобы “закрыть пробел”

- Остановки и выполнения хореографии на месте не допускаются

- Короткие остановки или движение в противоположном направлении, допускаются только для изменения фигур, форм

3.Техника шага

- Шаг должен соответствовать ритму и такту музыки

- В различных национальных школах (стилях и интерпретациях) ценят высоту поднятия колена или каблуков (выдвижение ноги назад), но это не является решающим, важно, чтобы поднятие было сбалансировано с обеих сторон

- Колени должны быть расслаблены в течение марша, лодыжки и подъем стоп находиться под контролем так, чтобы этот шаг являлся мягким и гладким

- Ступни должны располагаться параллельно, желательно наступать на подушечки ступней

**1.3.3. Пересечение финишной черты**

1.Прохождение через весь маршрут

- Группа должна пройти через весь маршрут соревнования и остаться позади финишной линии

- Если вся группа или некоторые участники остаются на маршруте, он засчитывается за несовершенство хореографии или неправильное исполнение

2.Измерение времени

- Измерение времени прекращается в момент остановки группы за финишной линией, участники занимают окончательное положение и музыкальная композиция заканчивается

- Решающие значение имеет момент остановки в конечной позиции

3.Окончание выступления

- Марш-парад заканчивается в момент остановки группы позади финишной линии и , разворота назад, в сторону зрителей и жюри

- Расхождения между окончанием музыки и прекращением марш-парад считается ошибкой хореографии

**1.4. Выступление на сцене**

1.Схема выступления

- Выход без музыки после объявления

- Остановка, принятие начальной позиции (стоп фигура)

- Сценическая хореография

- Остановка, конец музыки, стоп - фигура

- Выход со сцены без музыки

**1.4.1.Выход на сцену**

1.Характеристика выхода

- Характер выхода на сцену (участники могут появиться на сцене только после объявления распорядителем). За преждевременный выход налагается штраф

- Выход не должен сопровождаться музыкальным (акустическим) сопровождением

- Выход должен быть коротким, быстрым и простым, он служит только для принятия исходного положения для выступления

- Участники должны ограничиться “малой хореографией”

- Выход заканчивается стоп – фигурой, он должен быть четко отделен от конкурсной программы

- Принятие основной позиции перед хореографией само по себе считается приветствием, но может включать в себя также другие приветственные жесты, вроде: военный салют, танцевальный поклон, наклон головы, движение руки т.д.

2.Измерение времени на старте

- Время сценической хореографии измеряется без учета времени на выход

- Измерение времени сценической хореографии начинается в момент начала сопровождающей музыки

**1.4.2.Сценическая хореография**

1.Характеристика

- Заключение выступления должно соответствовать окончанию музыки. Несоответствие считается несовершенством хореографии

- Сопровождающая музыка должна заканчиваться одновременно с окончанием хореографии, она не должна продолжаться, без перерыва, в качестве аккомпанемента для ухода

- Выступление заканчивается остановкой участников и принятия окончательных позиций, оно должно быть четко отделено ( с точки зрения движения, а также музыки) от ухода

- Окончательная позиция может включать в себя военный салют, танцевальный поклон, поклон головой, приветственным движением рук и т.д.

2.Включение танцевальных и гимнастических элементов

- Композиция может включать в себя компоненты и мотивы социальных или фольклорных танцев, если соответствуют характеру музыки

- Гимнастические элементы (например, элементы с демонстрацией равновесия, гибкости, махов, прыжков, пируэтов) могут быть включены в программу, если они осуществляются без нарушения гладкости программы, если они не являются самоцелью, но в связи с элементом, с реквизитом, с формой и узором танца

- если гимнастические элементы выполняются только некоторыми участниками группы или соло формации, другие не должны находиться в статической, выжидательной позиции

3.Окончание измерения времени

- Измерение времени прекращается, как только участники выполняют стоп-фигуру и заканчивается музыка

- Расхождение между окончанием музыки и прекращением программы считается ошибкой хореографии

**1.4.3.Уход со сцены**

- Уход со сцены должен быть без музыки или акустического аккомпанемента. За невыполнение этого условия накладывается штраф

- Уход должен быть коротким, быстрым и простым, он служит только для выхода из зоны соревнований

- Он не должен содержать элементов сложнее “малых форм хореографии”

**2.Принципы оценки ПОМ**

Зона оценивания и критериев устроена, так что судья не может ошибиться, оценивая и подсчитывая очки важных элементов

1.Для оценивания не имеет решающего значения, выполняет ли конкурсант программу в классическом или современном стиле

2.Решающее значение для оценивания имеет композиция и исполнение

3.Колличество начисленных баллов должно быть основано на наблюдаемых ошибках, недостатках и преимуществах

4.В случае сомнений, решение принимается в пользу выступающих

5.Начальная отметка во всех секциях для всех конкурентов составляет 10,00 баллов, а именно независимо от порядка, в стартовом списке. Вычеты определяются в соответствии со следующей шкалой штрафной:

- Малые ошибки 0,1 балла

- Существенные ошибки 0,3 балла

- Серьезные ошибки 0,5 или 1,0

6.Вычет для выполнения одного элемента, в одном выступлении не может быть больше, чем 1,0.Незавершенные элементы и падения оцениваются (вычитываются) отдельно.

7.Повторные и суммарные ошибки могут быть включены в качестве дальнейшего штрафования после окончания выступления

**2.1.Критерии оценивания - хореография и композиция**

Судья также учитывает размер группы при оценке сложности и исполнении выступлении группы. Размер группы сам по себе не является основанием для низкой или высокой оценки.

**2.1.1.Вариативность и разнообразие**

1.Разнообразие элементов. Судья оценивает:

- Выбор и разнообразие элементов

- Избыток танцевальных или гимнастических элементов, а также их возможная чрезмерность

- Избыток реквизита

- Выполняются ли элементы всеми одинаково ил по-разному в подгруппах

- Оригинальность

- Гимнастические элементы

- Пирамида на трех уровнях не разрешена

2.Использование площади выступления. С хореографической точки зрения программа должна быть составлена таким образом, чтобы вся площадка использовалась. Судья оценивает:

- Структуру и выбор форм и узоров, их разнообразие (круги, квадраты, строки, столбцы, диагонали и пр.)

- Изменение фигур и узоров

- Использование всей площадки для выступления

- Использование разнообразных направлений (вперед, назад, диагональ, вбок)

- Использование разнообразных траекторий (строка, арка, волна, спираль, ломаная)

- Использование движущихся узоров

- Выполняются ли модели движения всеми одинаково или по-разному в подгруппах

3.Разнообразие темпа. Монотонный, неизменный темп представляет собой хореографическое несовершенство. Участники не должны оставаться в одной и той же формации, форме или фигуре слишком долго (больше чем один музыкальный мотив). Судья оценивает:

- Судья оценивает сегментацию программы в соответствии с музыкальными фразами, частотой вариаций после определенного количества тактов

- Степень выражения характера музыки, изменчивости динамики и темпа выступления в соответствии с музыкой

- Разнообразие темпа (чередование быстрых и медленных частей)

**2.1.2.Синхронность**

Судья оценивает:

1.Компактность всех участников выступления – одновременность движений конкурсантов, выполнение обязательных элементов, однородность

2.Ошибками синхронности во время выступления или при выполнении отдельных элементов является неисполнение компактности при выполнении узоров, точности и согласованности движений во время выступления и при остановке

**2.1.3.Структура хореографии**

Судья оценивает:

-1.Хореография должна логично вытекать, быть связана с ритмом и скоростью музыки (например, заметная пауза перед выполнением трудного элемента считается ошибкой)

2. Соединение связок должно совпадать с музыкальными фразами (элементы, изменение форм, волны)

3.Точность, четкость и плавность изменения форм и узоров

4.Четкая структура дефиле (начало – марш – финальная позиция)

- Долгое продолжение хореографии на месте во время выступления или после пересечения финишной черты, длинные прыжки и скачки для того, чтобы выиграть время, долгое движение в обратном направлении

5.Четкая структура выступления на сцене (выход – остановка – выступление – уход)

- Ошибочно: выход с музыкой, отсутствие начальной или конечной позиции, медленный уход, уход с музыкой

**2.1.4.Выбор музыки**

Судья оценивает:

1.Музыка не подходит для возраста участников и к дисциплине

2.Грмония выбранной музыке музыкальной композиции с исполнением

3.Сочетаемость смиксованной музыки, гармоничность последовательности музыкальных мотивов и отдельных звуков (барабаны, хлопки, вокализ, и пр.)

**2.1.5.Общее впечатление, выразительность**

Судья оценивает:

1.Выступление должно быть спортивными, не носить характер театральности

2.Влияние возрастного состава группы

3.Уровень взаимодействия между членами команды, техническое мастерство и синхронность движений всей команды

4.Движения должны быть выполнены легко (усилия не должны быть заметны зрителям)

5.Визуальное впечатление:

- Костюм, пригодность его и реквизита характеру музыки

- Прическа и макияж должны также соответствовать возрастному составу группы или соло-формации

**2.1.6.Основные ошибки в разделе хореография**

1.Дисбаланс и неточность линий, строк, кругов, диагоналей

2.Шаткие пирамиды (два этажа)

3.Конец музыки не соответствует концу выступления

4.Спортсменки не дошли до финиша

5.Часть хореографии длительно выполняется за пределами площадки (подгруппой)

6.Прерывание исполнения самих участников - см. также Главу о ходе соревнования, повтор выступления

**2.1.7.Начисление баллов в разделе Хореография и исполнение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерии оценивания | Малые ошибки  0,1 балла | Существенные ошибки  0,3 балла | Серьезные ошибки  0,5 балла |
| Хореография | | | |
| Разнообразие элементов | Повторяющиеся элементы | Выбор небольшого количества танцевальных, гимнастических элементов, элементов работы с реквизитом | Скудный выбор танцевальных, гимнастических элементов, элементов работы с реквизитом |
| Разнообразие в использовании площадки | Не используется часть площадки | Не используется 1/3 площадки | Не используется 1/2 площадки |
| Разнообразие в использовании фигур и узоров (круги, квадраты, пр.), изменение фигур, движение узоров | Повторяющиеся фигуры | Выбор небольшого количества фигур, прерывистые изменения форм | Скудный выбор фигур и узоров |
| Разнообразие темпа | Участники остались в одной той же формации, форме или фигуре слишком долго (больше чем один музыкальный мотив) | Монотонный неизменный темп/ незавершенность изменения форм по сравнению с музыкой | \* |
| Синхронизация | | | |
| Компактность участников выступления | \* | Основные танцевальные и гимнастические элементы и элементы работы с реквизитом выполняются только некоторыми членами команды | Видимая несинхронность в выполнении элементов |
| Ошибки синхронизации во время выступления или выполнения отдельных элементов, изменений форм | Иногда заметно, 1-2 в индивидуальных элементах, изменениях форм | Появление нескольких ошибок (3-5) в наблюдаемой зоне | Нет синхронизации в большинстве частей выступления в наблюдаемой зоне |
| Структура хореографии | | | |
| Соблюдение структуры выступления на подиуме (выход – остановка – исполнение –остановка – уход) | \* | Выход – уход с музыкальным сопровождением | Не соблюдение структуры |
| Соблюдение структуры дефиле (выход – остановка – исполнение –остановка – уход) | \* | Выход – уход с музыкальным сопровождением | Не соблюдение структуры |
| Связанность хореографии с ритмом и скоростью музыки | Незначительная несогласованность | Хореография не одновременна в нескольких частях | Хореографии не хватает согласованности, сплоченности с ритмом и скоростью музыки. |
| Совпадение с музыкальными фразами | незначительные | Наблюдается несколько раз | Совпадения нет |
| точность, четкость и плавность изменения форм и узоров | Незначительные потери в плавности | Не наблюдается точность изменений или плавность в нескольких частых | В хореографии периодически отсутствует точность и четкость или плавность изменения формы или рисунка |
| Выбор музыки | | | |
| Музыка не подходит для возраста участников и к дисциплине | \* | Некоторые части музыки не соответствуют теме или возрасту конкурсанток | Полностью неуместно |
| Соединение музыкальных фраз, частота изменений после определенного числа тактов | \* | Элемент работы с реквизитом выполняется в течение всей фразы, мотива или такта | Изменение фигуры выполняется в течение всей фразы, мотива или такта |
| Гармония выбранной музыкальной композиции с исполнением | Небольшое отсутствие | Наблюдается в нескольких местах | Музыка используется в фоновом режиме |
| Однородность музыкального соединения, переходов и согласованность музыкальных мотивов и отдельных звуков | Небольшое отсутствие | Разрозненность микса, или музыкальных переходов в нескольких местах | Музыка является абсолютно разрозненной |
| Общее впечатление, выразительность | | | |
| Контакт со зрителями – группа или солист не выражает настроение в хореографии (?) | \* | Небольшое отсутствие в некоторых частях | Хореография происходит без настроения |
| Эффект возрастного состава группы | Группа выглядит не везде одинаково в одной части хореографии. | Несоответствие в нескольких частях хореографии | Несоразмерность группы в течение всей хореографии |
| Костюм и грим - пригодность для возрастной категории, оборудования, дисциплине и музыке | \* | Непригодно для возрастной группы, реквизита, дисциплине, музыке. | \* |

**2.1.8.Бонусы за хореографию и исполнение**

Судья может наградить за каждый критерий отдельно:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| БОНУС | Малый 0,1 балла | Большой 0,3 балла |
| Синхронизация | | |
| Компактность всех участников выступления | Наблюдается синхронность при выполнении сложных элементов (критерий А , В, или С) | Чрезвычайная компактность / синхронизация всех конкурсантов группы во время выступления |
| Разнообразие | | |
| Выбор и разнообразие элементов / узоров | Включение оригинальных элементов / узоров | Включение разнообразных оригинальных элементов / узоров |
| Исполнение хореографии | | |
| Исполнение общей хореографии – фантастично совпадает с музыкальным сопровождением и костюмами | \* | Оригинальная хореография, музыка и костюмы раскрывают тему |
| Высокая точность, ровность фигур и их изменений | Во время исполнения всей композиции | \* |
| Общее впечатление | | |
| Впечатление/контакт со зрителями/ выражение настроения хореографии | Впечатляющий контакт со зрителями | Отлично общее впечатление |

**2.2.Критерии оценивания – техника движения**

Судья рассматривает трудность выступления групп также в зависимости от размера группы, в то же время, оценивая ритмическую координацию и синхронность. Размер группы сам по себе не является основанием для низкой или высокой оценки.

**2.2.1. Техника движения тела и техника шагов**

Осанка и ритмический шаг представляют основные черты эстетической привлекательности спортивных мажореток. Особенное, решающее значение для оценки имеют следующие факторы:

1.**Поза туловища :** наклон туловища назад, плечи вперед, движение в наклон вперед , жесткость, считаются ошибками;

2.**Поза и движения рук:**  движение рук без ритма, сжатый кулак, пассивные руки во время движения и поворотов, поднятие руки спереди до уровня плеч считаются ошибками;

3.**Поза и движения головы:**  неестественно положение головы считается ошибкой (наклон назад, в сторону, наклон вперед с видом вниз к ногам)

4.**Положение колен:**  высота подъема колен или каблуков, вынос назад не является решающим, подъем коленей должен быть сбалансирован с обеих сторон, хромота неправильна (подъем одного колена выше другого), также как и акцентирование одной ноге.

5.**Походка:** Походка должна быть выполнена на подушечку стопы, шаг с пятки считается неправильным выполнением, если это не танцевальный элемент

6.**Положение подошв:** Подошвы должны быть параллельны друг другу

7.**Повороты, обороты:** жесткие руки во время поворотов в relevé, плотно стоя на цыпочках, вращение в одной точке, завершении поворота без шага в сторону или прыжка, ось вращения тела должна быть вертикальной линией, ногой в relevé

8.**Равновесие:** правильные движения, уверенность в исполнении, гибкость

9.**Гибкость:** достаточная гибкость, правильные движения, уверенность в исполнении

**2.2.2.Выбор и вариативность элементов**

1.Вариативность и разнообразие танцевальных и гимнастических элементов

2.Обеспечение достаточного уровня сложности для своей возрастной категории

**2.2.3.** **Уровни сложности – Техника движения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Повороты | Прыжки | Координация / равновесие | Гибкость | Гимнастика / Акробатика |
| Уровень 1 |  | Строевой шаг | Позиция каблука |  |  |
|  |  | Простые движения рук в стойке |  |  |
| Уровень 2 | Поворот (1800) | Шаг с подскоком | Стойка releve |  | Стойка на голове (различные вариации ног) |
|  | Одновременные движения рук и маршевого шага |  |  | Вращение |
|  |  |  |  | Мостик |
|  |  |  |  | Колесо |
| Уровень 3 | Поворот (3600) | Простые выпады, шаги в сторону и прыжки | разведение и сведение ног врозь | Rope  Скакалка (?) | Колесо на одной руке |
|  | Chasse, distance transitions |  | Шпагат | Колесо с вариациями положения ног |
|  | Одновременное движение руки и шаг с подскоком |  | High backward straddle / crouch straddle sideward  Типа поперечного шпагата (?) | Колесо - комбинация из быстрой последовательности |
|  |  |  | Махи |  |
| Уровень 4 | Оборот с passé в стойке лицом, спиной или боком / cou de pié, в стойке лицом, спиной или боком | Прыжок оленя (Это тот, что в шпагате) | Баланс наклон вперед | Комбинация махов обеими ногами (левой правой) | Сальто вперед |
| Ножницы вперед |  | Мах в сторону (из положения стоя и лежа) с ассистентом | Сальто назад |
| «Чертик из табакерки» с приседанием и полным поворотом |  | Без помощи поперечный мах (из положения стоя и лежа) | Roundate |
| Чемодан, он же Pike |  | High backward straddle / sideward straddle | Стойка на руках |
| Прыжок прогнувшись |  |  | Стойка на руках - вращение |
| Horain |  |  |  |
| Уровень 4 | То же, что и в 4 уровне, только неоднократное | Длинный прыжок | Баланс в позиции "passé" | "I", possible also with the horizontal body (from the standing position and on the ground) | Сальто вперед/назад с поддержкой 1 конечностью |
|  | В высоком вперед (в сторону) стрэддл при содействии | Прыжок оленя с задней ноги | "Passé" прогнувшись в районе груди | Low sweep forward, sideward, backward | Сальто вперед/назад с изменением нижних конечностей |
|  |  |  |  | Низкий обратный наклон | Бабочка |
|  |  |  |  |  | Брейк-данс элементы |

**2.2.4.** **Ритмическая координация и синхронность**

Судья оценивает:

1.Ритм шага - шаг связан с музыкальным ритмом, особенно во время дефиле мажореток, несоблюдения ритма.

2.Ритмический элемент - выполнение должно соответствовать танцу.

3.Идентичный параллелизм движения, работая со снаряжением, во время изменений снаряжения

**2.3.Штрафы и особенности критериев**

Работа снаряжения определяет основу спортивных мажореток и его эстетики.

1.Помпон всегда должен находиться в контакте с телом

2.Во время программы, разрешено, чтобы у одного или более участников соревнования было 2 или более элементов оборудования

3.Участники соревнования должны закончить программу, держась или находясь в контакте со снаряжением и телом

4.Разрешено, чтобы один элемент оборудования был проведен или в контакте с многократными участниками соревнования или чтобы

один участник соревнования держался или находился в контакте с несколькими элементами оборудования.