

ТЕНДЕНЦИИ ПРИ КОМПОЗИЦИОННАТА СТРУКТУРА НА СЪЧЕТАНИЯТА НА ВИСИЛКА

Здравко Куртев

Национална спортна академия „Васил Левски“, катедра „Гимнастика“

ORCID 

Zdravko Kurtev – <https://orcid.org/0000-0001-6033-8554>

РЕЗЮМЕ

Съвременните упражнения на висилка трябва да бъдат изпълнени динамично без видими паузи, което се състои изцяло от плавно преминаване и връзки между упражненията във вис със или без обръщания, прелитания, упражнения с летежна фаза и такива близо до лоста в различни видове хватове, така че да се демонстрира пълният потенциал на уреда. Целта на това изследване е да се анализират промените в съдийския правилник по спортна гимнастика за мъже (2021–2024 г.) и да се установи влиянието им върху съставянето на състезателните съчетания на висилка. Избрани са произволно съчетания, изпълнени от елитни гимнастици, участвали на международни първенства през 2021 и 2022 г., на които са изготвени диаграми, за да се установи разликата в началните оценки на съчетанията им в съответните състезания. В изследването сме използвали следните методи: видеоанализ, експертна оценка и педагогическо наблюдение. На всеки четири години международният съдийски правилник търпи промени, целящи намаляване субективизма от страна на съдиите при оценяването на състезателите, по-правилно и точно отбелязване на упражненията. Смятаме, че получените резултати ще подпомогнат специалистите, занимаващи се със спортна гимнастика, в съставянето на състезателните съчетания на висилка.

Ключови думи: спортна гимнастика, съдийски правилник, промени, висилка

TRENDS IN THE COMPOSITION STRUCTURE OF THE EXERCISE OF HORIZONTAL BAR

Zdravko Kurtev

National Sports Academy „Vassil Levski“, Department of Gymnastics

ABSTRACT

A contemporary horizontal bar exercise must be a dynamic presentation that consists entirely of the fluid connection of swinging, turning, and flight elements alternating between elements performed near to and far from the bar in a variety of hand grips so as to demonstrate the full potential of the apparatus. The aim of this study is to analyze the changes in the cod of points in artistic gymnastics – men (2020 – 2024), and to establish their influence on the composition of the competitive exercise of the horizontal bar.

Exercises were chosen at random performed randomly by elite gymnasts who participated in international championships in 2021 and 2022, on which diagrams have been prepared in order to establish the difference in the start value of their exercises in the respective competitions. In the research we used the following methods: video analysis, expert evaluation and pedagogical observation. Every four years, cod of points in artistic gymnastics – men undergo changes aimed at reducing the subjectivity of the judges in the evaluation of competitors, more correct and accurate recording of the exercises. We believe that the obtained results will help the specialists dealing with artistic gymnastics in compiling the competitive combinations of the horizontal bar.

***Keywords:** artistic gymnastics, cod of points, changes, horizontal bar*

ВЪВЕДЕНИЕ

Спортното усъвършенстване е система, която съдържа множество компоненти, а показател за ефективността на подготовката е спортният резултат. Известно е, че високото ниво на техническа подготовка е един от решаващите фактори за достигане на високи спортни постижения. Повишаването на техническото майсторство е основна задача на всекидневния тренировъчен процес. Техническата подготовка се смята за един от най-съществените раздели на спортната подготовка (Хаджиев, 1978).

Усложняването на състезателната програма и усъвършенстването на изпълнителското майсторство се явяват основна особеност на спорта за високи постижения в спортната гимнастиката. Достигането до нови, технически сложни и рисковани упражнения се превръща в основна професионална функция на треньора и гимнастика.

Краят на 80-те и началото на 90-те години бележат нова ера в развитието на спортната гимнастиката, като в съчетанията се включват нови, сложни технически и координационно упражнения. Следващата по-значима промяна е въвеждането на новата система за оценяване и принципно нов съдийски правилник на основа отворена оценка и ограничение на изпълняваните упражнения.

Главната задача на Правилника по спортна гимнастика – мъже, е да осигури обективни средства за оценяване на мъжките гимнастически съчетания на всички нива – на регионални, национални и международни състезания, да обезпечи идентификацията на най-добрите гимнастици във всяко едно състезание, да ръководи треньорите и гимнастиците в създаването на състезателните им съчетания. Авторският колектив, създаващ правилника, дава указания за техническото изпълнение на упражненията и определя сложността им, като тенденцията е трудността при изпълнение на упражненията да нараства все повече и повече.

Съдийският правилник определя, от една страна, насоката за развитие и усъвършенстване на съвременната гимнастика и, от друга, служи като средство за оценяване на уменията и спортното майсторство на състезателите (Куртев, 2013). Според Petrova (2017) промените в гимнастическия правилник насочват вниманието на специалистите към атрактивност на гимнастическите съчетания.

Съдиите, като един от факторите по време на състезание, също са обект на изследване. Vard и колектив (1980) провеждат експеримент със седем съдии, от които четирима са опитни, а трима са с малък практически опит. Получените от изследването резултати показват, че съдиите експерти се фиксират в по-голяма степен в горната част на тялото на гимнастиците, докато начинаещите съдии концентрират вниманието си върху краката. Очаквано, по-опитните съдии откриват повече на брой грешки при изпълненията.

Целта на това изследване е да се анализират промените в съдийския правилник по спортна гимнастика за мъже (2021–2024 г.) и да се установи влиянието им върху съставянето на състезателните съчетания на висилка.

В тази връзка си поставихме следните задачи:

1. Да се направи анализ на съчетания на висилка.
2. Да се установи разликата в началните оценки на съчетанията, оценени по правилата за 2017–2020, и текущия правилник – 2021–2024 г.

МЕТОДИ

Обект на изследването са съчетанията на висилка. Предмет на изследване са промените в началната оценка (за трудност) на състезателите.

За да изпълним поставените цел и задачи на изследването, използвахме следните методи: *педагогическо наблюдение, видеоанализ и експертна оценка.*

Изследването проведохме през м. септември 2023 г. Наблюдавахме и анализирахме съчетанията на висилка, изпълнени от осемте финалисти на ОИ Токио 2020. С помощта на експертна оценка от двама международни съдии на основание международния правилник по спортна гимнастика – мъже (2021–2024), анализирахме съчетанията на състезателите и произволно избрахме две съчетания, които оценихме по правилата.

РЕЗУЛТАТИ

Международният съдийски правилник търпи промени на всеки четири години, целящи намаляване субективизма от страна на съдиите при оценяването на състезателите, по-правилно и точно отбелязване на упражненията, все по-съвършени като техническо изпълнение и трудност.

След направените промени в съдийския правилник за новия олимпийски цикъл (2021–2024 г.) началната оценка остава отворена (т.е. няма ограничение на оценката за трудност). Тези промени имат за цел балансирането на оценките за трудност и изпълнение, а също така и строга диференциация между отделните гимнастици. Голяма част от промените целят запазването на здравето и намаляването на травматизма при гимнастиците, а именно разрешаването за използване на мека (10 см) постелка на уреда халки, както и увеличаването на височината на уреда с 10 см. Остава и забраната за изпълнение на някои сложни упражнения от младежите (до 17 г.) на уредите халки, успоредка и земна гимнастика.

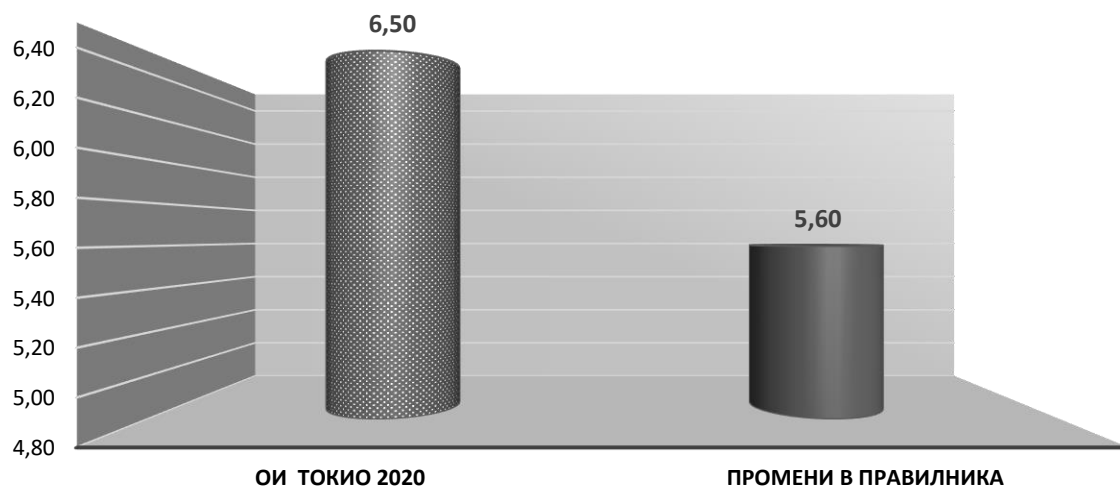
Според правилника по спортна гимнастика – мъже, всяко упражнение, изпълнено от състезателите, получава съответна стойност: $A=0,1$, $B=0,2$, $C=0,3$, $D=0,4$, $E=0,5$, $F=0,6$, $G=0,7$, $H=0,8$, $I=0,9$.

Основната промяна при уреда висилка е обединяването на част от упражненията с различна стойност под един номер с еднаква стойност. Пример за тази промяна са упражненията „Ткачов“ и „Ткачов с обръщане на 180°“, съответно със стойност С и D по съдийски правилник 2017–2020 г., но по правилата на правилник 2021–2024 г. тези две упражнения са със стойност С, което води до невъзможността гимнастиците да изпълняват повече от едно от тези упражнения в своите съчетания.

Ограничаването на броя прелитания от един и същ тип (Ткачов или Пиати, Ковач) на две или ако двете са директно свързани, се позволява и изпълнението на трето прелитане от същия тип е друга съществена промяна в правилата на правилника по спортна гимнастика – мъже.

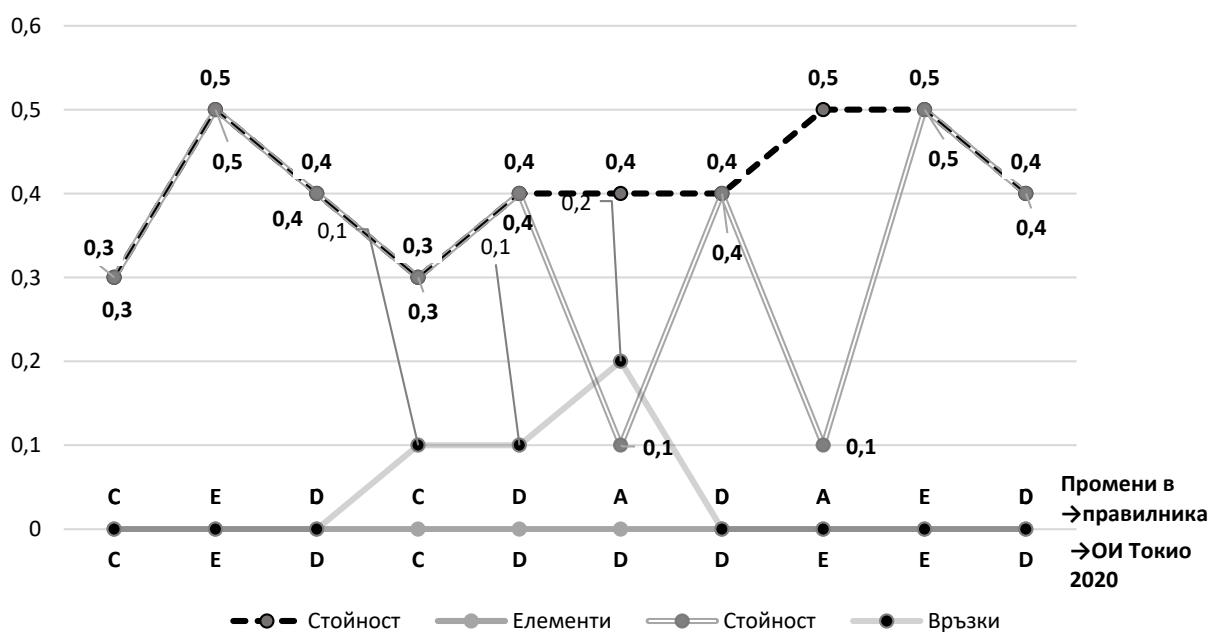
Друга промяна е разделянето на елементи близо до лоста (Ендо, Сталдер) и обръщания след тях на две самостоятелни упражнения, пример за тази промяна е Ендо с обръщане на 360° до обърнат хват = D, съответно ще получи две стойности: В за Ендо и С за обръщането.

На Фигура 1 са показани началните оценки на Т. S., участник на Олимпийските игри в Токио 2020.



Фигура 1. Начални оценки на висилка на Т. С.

Началната му оценка на олимпийския фестивал е била със стойност 6,50 т., но съдийстван по новите правила, оценката му е 5,60 т. Основната причина за по-ниската начална оценка на състезателя е премахването на два елемента от типа Ткачов, а по-точно Ткачов с обръщане на 180° и обтегнат Ткачов с обръщане на 180°, които по правилата на правилник 2017–2020 г. са със стойност съответно D и E. Съдийстван по правилата на правилник 2021–2024 г., тези два елемента са едни и същи с Ткачов и обтегнат Ткачов. Поради тази причина началната му оценка е по-ниска с 0,7 точки. Пример за тази разлика е онагледен на Фигура 2.



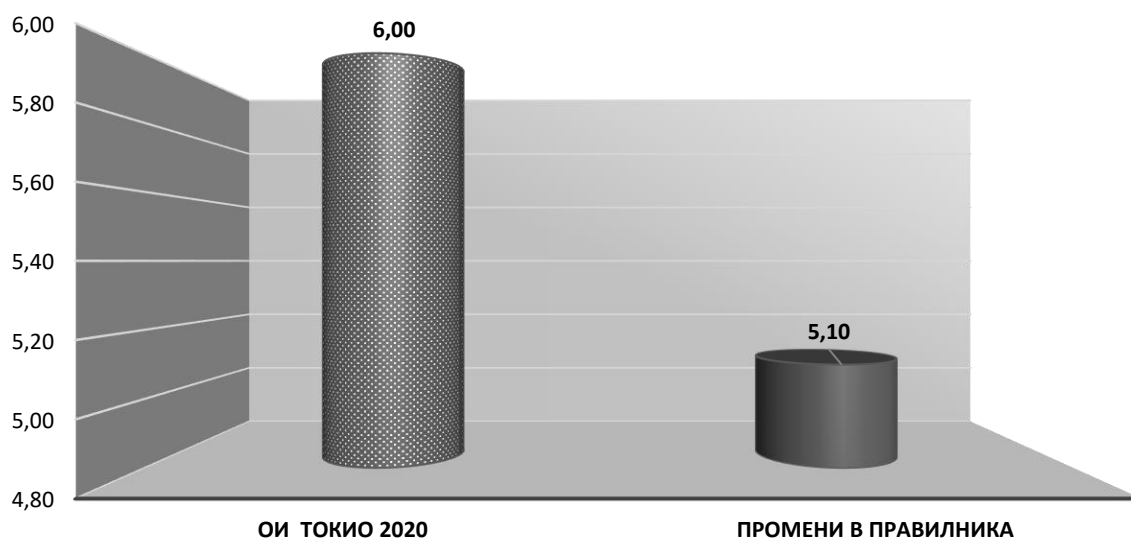
Фигура 2. Трудност на висилка на Т. С.

Директно свързани упражнения с летежна фаза се бонифицират, както следва: между С + С или D (или обратно) бонусът е **0,1** точки. D + D или по-висока стойност съответно **0,2** точки.

Разликата в началните оценки на гимнастика е, че отпада бонусът за свързването на тези елементите.

Началната оценка на N. N. на олимпийския турнир е съответно 6,00 т., но съдийстван съобразно промените в правилник 2021–2024 г., началната му оценка е по-ниска с **0,90** точки – съответно 5,10 т. (Фигура 3).

По-ниската стойност на началната оценка на N. N. (Фигура 4) се дължи на по-горе изброените причини, а именно премахването от съчетанието му на елемента обтегнат Ткачов с обръщане на 180° със стойност E. Този елемент е вписан в правилника под един и същ номер с обтегнат Ткачов, което води до незначитане от страна на съдиите на второто упражнение. Премахнат е също и Ткачов с обръщане на 180°, поради тази причина отпада и бонусът за директно свързани прелитания **0,1** точки.



Фигура 3. Начални оценки на висилка на N. N.

Следващата причина за понижаването на началните оценки на избраните от нас състезатели Т. S. и N. N., съответно Фигури 1 и 3, е, че доста от упражненията в правилник 2021–2024 г. са с променена стойност – съответно по-ниска или по-висока.

ЛИТЕРАТУРА

Куртев, З. (2013). Промените в съдийския правилник по спортна гимнастика – мъже (2012–2016) и влиянието им върху началните оценки на състезателните комбинации. *Спорт и наука*, изв. бр. 2, с. 93–98. // Kurtev, Z. (2013). Promenite v sadiyskia pravilnik po sportna gimnastika – mazhe (2012–2016 g.) i vliyanieto im varhu nachalnite otsenki na sastezatelните kombinatsii. *Sport i nauka*, izv. br., No 2, 93–98.

Хаджиев, Н. (1978). Структура на техниката на гимнастическите упражнения. *Въпроси на физическата култура*, № 3. // Hadzhiev, N. (1978). Struktura na tehnikata na gimnastichesките uprazhnenia. *Vaprosi na fizicheskata kultura*, № 3.

Bard, C., Fleury, M., Carrière, L., Hallé, M. (1980). Analysis of gymnastics judges' visual search. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51(2), 267-273.

Federation Internationale de Gymnastique (2017). *Code of Points – Men's Artistic Gymnastics*, 2017-2021, Lausanne, Switzerland.

Federation Internationale de Gymnastique (2021). *Code of Points – Men's Artistic Gymnastics*, 2021-2024, Lausanne, Switzerland.

Petrova, M. (2017). Expert analysis of the floor exercise training system. *Proceeding book. International Scientific Congress „Applied Sports Sciences“*, NSA Press, pp. 66-69.

Автор за кореспонденция:

Здравко Куртев

Национална спортна академия „Васил Левски“,

катедра „Гимнастика“,

e-mail: zdravko_kurtev@abv.bg