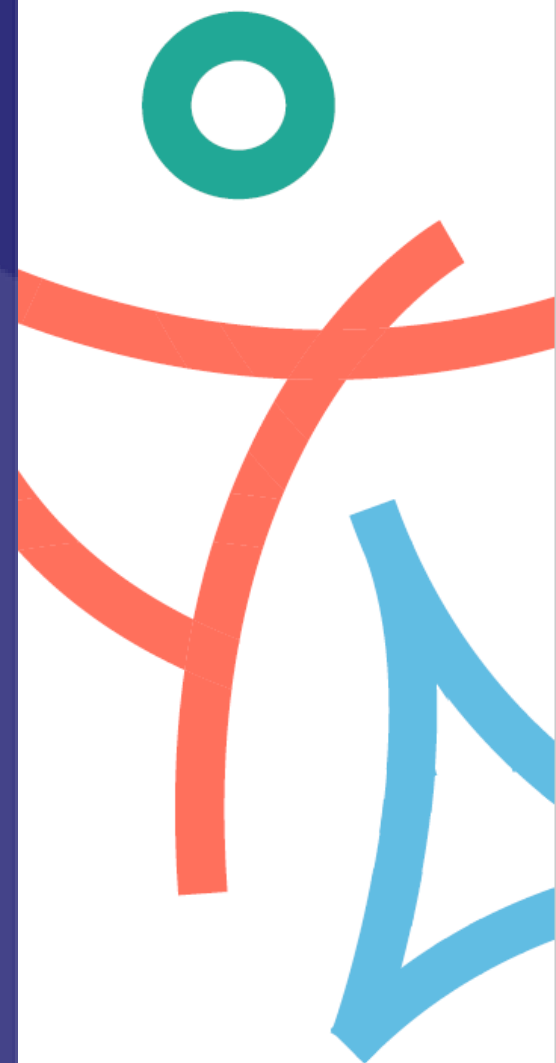


השתלמות שיפוט פס אקרובטיקה 2022-2024

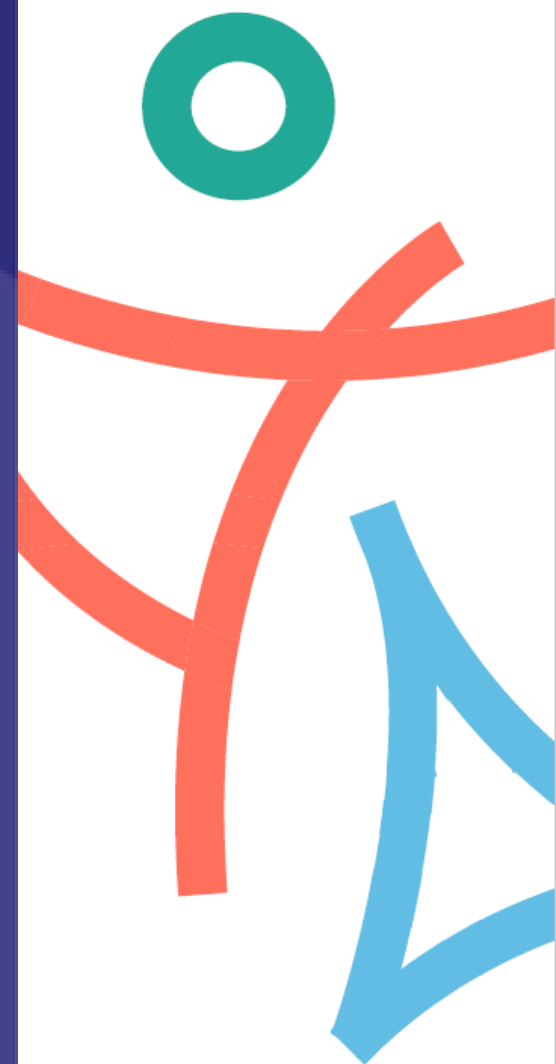


ענף פס אקרובטיקה TUMBLING

ענף פס אקרובטיקה (TUMBLING) הינו ענף מוכר ע"י ה F.I.G אשר במסגרתו פעיל תחת ענף הטרמפולינה.

במסגרת דרישות הענף, המתעמלים נדרשים לבצע שני פסים אשר מורכבים מרצף של שמונה אלמנטים ברצף.

בענף טאמבלינג השאיפה היא לראות פסים אשר ידגימו אלמנטים שיבוצעו שוטף, מהיר וללא הפסקות אשר יתוכננו כך שידגימו אלמנטים קדימה, אחורה ולצדדים ויבוצעו תוך שליטה גופנית מקסימאלית בדגש על ביצוע ושמירה על קצב.



מסלול בינלאומי JUNIOR-SENIOR

דרגה	ג'וניור	סניור
גיל	13-16	17 ומעלה
מספר אלמנטים	8	8
מספר אלמנטים "פס קצר**"	5	5
דרגת קושי	אין מינימום	אין מינימום
מד לחץ	Mb100	Mb100
דרישות	<p>1. כל תרגיל מורכב משמונה (8) אלמנטים.</p> <p>2. תרגיל חייב להסתיים בסלטו</p> <p>3. 2. ללא חזרה על אלמנט בשניהם של התרגילים</p> <p>מלבד אפשר לחזור (פליק פלק, טמפו, בורג מעבר)</p>	<p>1. כל תרגיל מורכב משמונה (8) אלמנטים.</p> <p>2. תרגיל חייב להסתיים בסלטו</p> <p>3. ללא חזרה על אלמנט בשניהם של התרגילים</p> <p>מלבד אפשר לחזור (פליק פלק, טמפו, בורג מעבר)</p>

מסלול בינלאומי

AGE GROUP

דרגה	AGE Y	AGE 1	AGE 2	AGE 3	AGE 4
גיל	9-10	11-12	13-14	15-16	17-21
מספר אלמנטים	5-8	8	8	8	8
מספר אלמנטים "פס קצר**"	5	5	5	5	5
דרגת קושי*		אין מינ' מקס 2.8	אין מינ' מקס 4.3	אין מינ' מקס 4.3	אין מינ' מקס 4.5
מד לחץ	Mb80	Mb100	Mb100	Mb100	Mb100



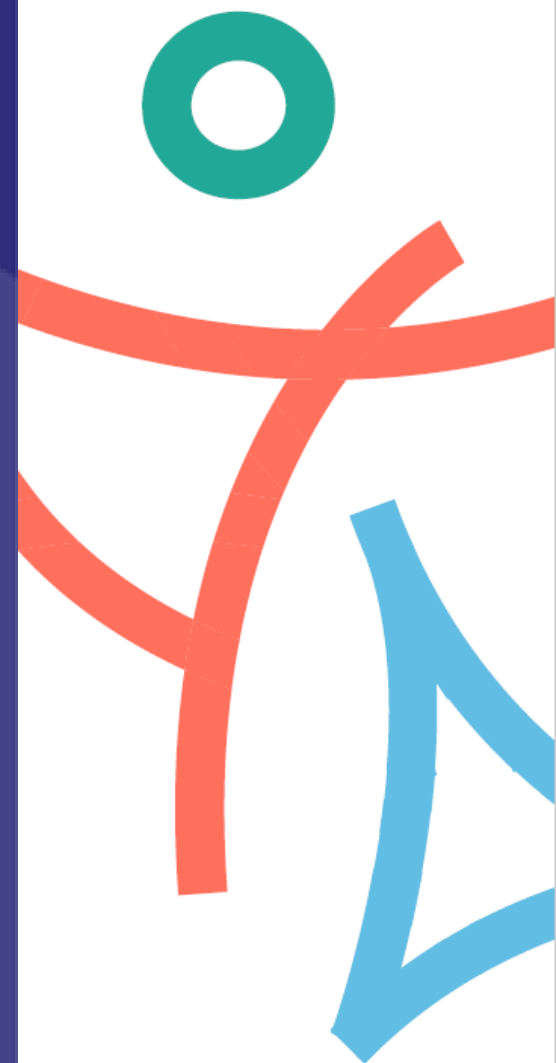
נהלי תחרויות

זכות השתתפות באליפות ישראל / גמר ליגה

1. אגודות רשאיות לרשום עד 4 מתעמלים בכל קטגוריה בנים / בנות.

מעברים בין מסלולים ודרגות:

1. מתעמלים רשאים לעבור בין מסלולים ודרגות(כל עוד אלו מתאימות לקבוצת הגיל של המתעמל) וזאת עד לתחרות גביע האיגוד. לאחר תחרות זו כאמור, דרגת המתעמל "נעולה" עד תום עונת הפעילות.
2. במידה ומתעמל לא השתתף בגביע האיגוד, מסלול התחרות שלו ייקבע בהתאם לתחרות הראשונה אליה הוא נרשם (כל עוד התחרות התקיימה אחרי גביע האיגוד)
3. מתעמלים רשאים להתחרות בדרגה התואמת את גילם בלבד.



כלל עלייה לגמר

אין מוקדמות בשני מסלולים.
הסכום של ציוני שני התרגילים שיבוצעו
ביום התחרות יקבע את דירוג הזוכים



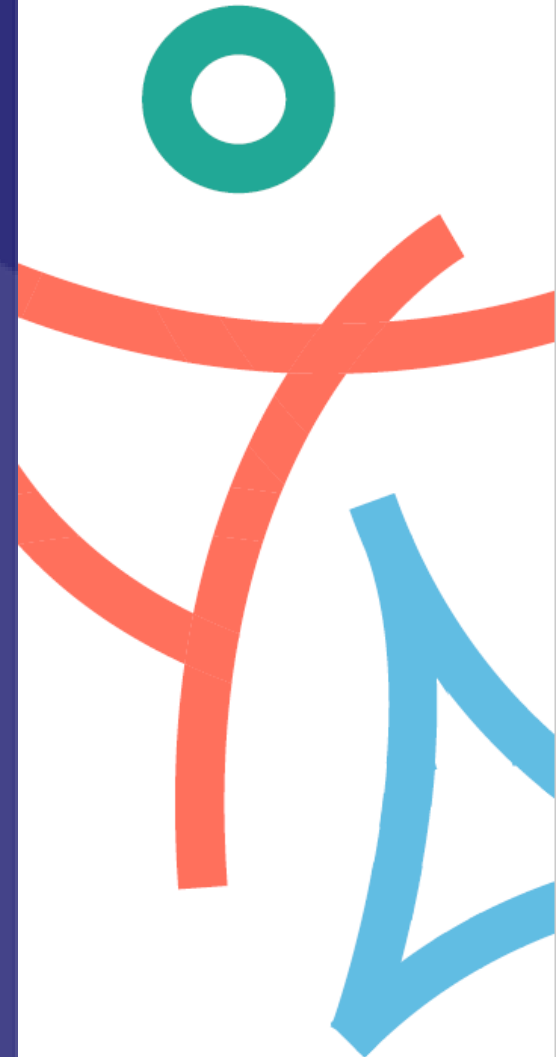
פאנל השיפוט

ה CJP הינו השופט הבכיר והאחראי בפאנל

E - שופטי ביצוע

D - שופטי קושי

מסלול	פאנל השיפוט
ליגה	<p>שופט ראשי של התחרות ניטרלי, אחראי על כל הפסים ובנוסף על כל פס :</p> <p>CJP + DIF - שופט אחד שימלא את שתי הפונקציות.</p> <p>מינימום ארבע/שישה שופטי E.</p>
בינלאומי	<p>שופט ראשי של התחרות ניטרלי, אחראי על כל הפסים - CJP</p> <p>DIF - ניתן לאחד בין תפקידי CJP ו DIF במידת אם אין שופט D</p> <p>ארבע / שישה שופטי E.</p> <p>בתחרויות המאורגנות ע"י אגודות ניתן לשבץ 3 שופטי E</p>



חישוב הציון

- חישוב הציון יתבצע בהתאם לנוסחה שלהלן :

$$\text{Score} = E1 + E2 (\text{max. 20 pts}) + D - \text{Penalty}$$

חישוב ציון E כתלות במספר שופטי הביצוע:

מינימום 4/6 שופטי ביצוע הציונים הקיצוניים נופלים ושנים ציונים E שנשארו מחברים (בהתאם לחוקה הבינלאומית הקיימת).

אם יש 3 שופטי ביצוע - $\text{Score} = ((E1 + E2 + E3) / 3) * 2 + D - P$

סמכויות השופטים הינן בהתאם להגדרות הקבועות בחוקה הבינלאומית.

השיפוט של התרגילים במסלול הליגה או במסלול הבינלאומי יהיה בהתאם לחוקה הבינלאומית, להוציא הנחיות ספציפיות שמובאות בתוכנית המקצועית.



תפקיד וסמכויות CJP

ה CJP הינו השופט הבכיר והאחראי בפאנל

תפקידיו המרכזיים הינם

- קביעת הציון ההתחלתי .
- קובע מספר הורדות בתרגיל .
- קובע האם יש ענישה.
- **במידה ואין שופט DIF:**
- קבוע דרגת קושי בתרגיל.
- *** תצוגה, בפומבי (דגל אדום), אם מתעמל ביצע אלמנטים) אחרים מהמצוין ב- כרטיס תחרות או לשנות את הסדר שלהם.**
- קובע בונוסים (לאחר שכל התרגיל הושלם כנדרש אז יחשבו כל הבונוסים)
- קובע מתי נחשב אלמנט טמפו ?
- כל אלמנט סלטה אחורה בגובה כתפיים ומטה ולא תלוי במצבו יחשב כטמפו (סעיף חוקה בין לאומית)

יובהר: הפורמט הנ"ל הינו בהלימה לחוקה הבינלאומית.

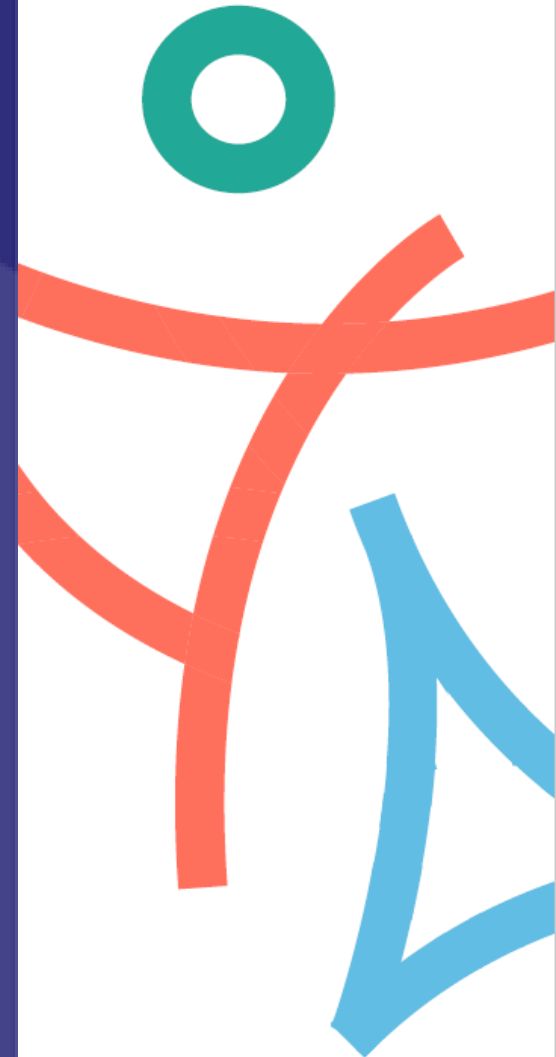
אחריות כוללת על פאנל
השיפוט

ניהול התחרות בפס
(שמירה על בטיחות ונהלים)

החלטות שיפוטיות
בנושאים :
ניסיון נוסף, INTERRUPTIONS,

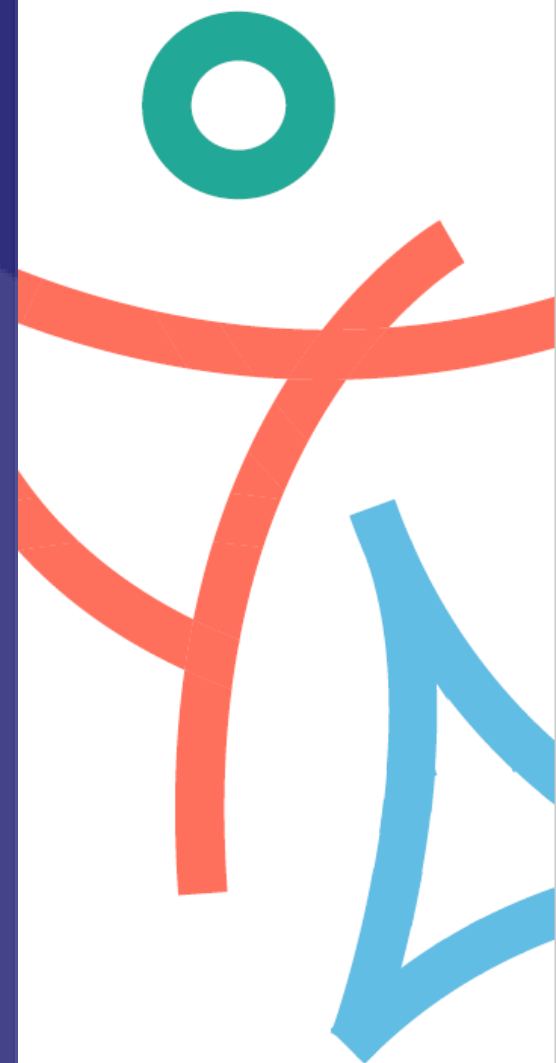


- ה CJP הינו השופט הבכיר והאחראי בפאנל, וסמכויותיו כוללות:
 - ניהול התחרות בפס .
 - ווידוא כי הציוד ומערכת השיפוט תקינים.
 - פיקוח על עבודת השופטים ושמירת פתקי הציונים .
 - פיקוח על ציוני השופטים והתערבות במקרים של טעות חישוב ניכרת .
 - החלפת שופט שאינו ממלא תפקידו כראוי . במידה ושופט יצא מהפאנל, ה CJP יכול להחליט שהציון האחרון אותו שופט נתן יוחלף בציון שהוא ממוצע הציונים שנתנו השופטים האחרים .
 - החלטות בנושא ערעורים .
 - בעל ההחלטה האם ניתן לבצע ניסיון נוסף, למשל במקרים של:
 - ציוד תקול או הפרעה חיצונית משמעותית
 - קובע מהו ציון התחלתי מקסימלי במקרה שהתרגיל הופסק . (interrupted)



ענישה (P) באחריות CJP

סעיף	הורדה
ביגוד (הופעה בלתי הולמת או שלא על פי הנהלים) מותר טייץ קצר מותר בכל צבע , (טייץ ארוך חייב באותו צבע חובה)	0.3
נחיתה מחוץ לקווים החיצוניים של הפס /איזור הנחיתה	1.0
אחרי הנחיתה, נגיעה או צעד מחוץ לקווים מעבר מאזור לאזור (הנ"ל)	0.2
חריגה מזמן חימום, או ביצוע יותר תרגולים מהמותר בזמן חימום	0.3
אי התחלת תרגיל תוך 20 שניות מסימון CJP לאחר 61 שניות לא תתאפשר לבצע תרגיל	0.2
מתן הנחיות ע"י מאמן למתעמל תוך כדי ביצוע התרגיל אי עזיבה של אזור התחרות לאחר ביצוע הפס	0.6
התנהגות בלתי הולמת	0.3
Dribble במעבר רגליים ונחיתה על קדמית או שתי רגליים	0.5
ריצה (חובה שני צעדים לפחות)	0.2
נחיתה על הפס (מלבד אלמנט רברס)	0.4



ציון התחלתי באחריות

CJP

סעיף	הורדה
חוסר אלמנט ://youtu.be/KCjb-aQ-KhM	2.0
נחיתה מחוץ קווי נחיתה על שתי רגליים או אחד (אלמנט לא נחשב) *** אין דרגת קושי	2.0
ביצוע האלמנט אחרון מאזור נחיתה : (אלמנט לא נחשב Nat 4 - Run 2 (lake off landing zone).mp4 (אין דרגת קושי)	2.0
CRASH - האלמנט לא נחשב לא יקבל דרגת קושי Crash 1.mp4	2.0



תפקיד וסמכויות שופטי ביצוע E -

מורידים ניקוד על
טעויות ביצוע
שקורות תוך כדי
התרגיל

מגישים ציון ביצוע /
הורדות ביצוע
לטובת חישוב הציון
הסופי

הורדות בנחיתה



סעיף

הורדה

- מיקום הזרועות 0.0-0.1 נק' (כולל זרועות כפופות ופתיחת זרועות בפיתול)
- מיקום הרגליים 0.0-0.2 נק' (כולל ברכיים כפופות, בהונות לא מחודדות, רגליים לא ביחד)
- תנוחת הגוף 0.0-0.2 נק' שלב פתיחה ונחיתה
- פתיחת הסלטה ושמירה על מיקום ישר 0.0-0.3 נק'
- ללא פתיחה 0.3 נק'
- חריגים לסיבוב מרובה ולסלטה משולשת 0.2 נק' במהלך התרגיל
- איבוד מהירות 0.0-0.2 נק'
- סטייה מהציר 0.0-0.1 נק'

ניתן לשלב כל אחד מהניכויים הללו עד 0.5 נק'

אי הדגמה של עמידה יציבה בנחיתה למשך 3 שניות על כל שניה

לאחר נחיתה, נגיעה עם יד אחת או שתיים

לאחר נחיתה, נגיעה /נפילה לברכיים או על כל חלק אחר .

לאחר נחיתה, נגיעה עם הידיים ברצפה או עזיבת מקום הנחיתה כדי להימנע מנפילה

אובדן קצב באלמנט <https://youtu.be/yNEsFp4jhbU>

אלמנט נוסף

0.0 -0.5

0.1

0.5

1.0

1.0

0.2

1.0

הגדרות CRASH

אי הדגמה של הכנה / מוכנות לנחיתה
נחיתה ישירות על הגב, על הברכיים או נגיע קודם
בידיים לאחר מזה ברגליים או יחד) עמיד (6)

CRASH

אלמנט "קראש" לא נחשב ולא ייחשב לטובת חישוב דרגת
הקושי.
אין הורדות נוספות על האלמנט (כולל בנחיתה)

[M C 0.mp4](#) [Nat 7 - Run 2 \(f\).mp4](#)

[M C 1.mp4](#)

[M C 2.mp4](#) [Nat 7 - Run 3 \(f\).mp4](#)



מתי תרגיל

INTERRUPTED - עצירת תרגיל

מאמן נגע במתעמל תוך כדי התרגיל באחד האלמנטים .

<https://youtu.be/76hRMUmGegQ>

ביצוע צעדים או עצירה במהלך התרגיל <https://youtu.be/ThOatYncvLI> .

<https://youtu.be/dX58BdiHtKY>

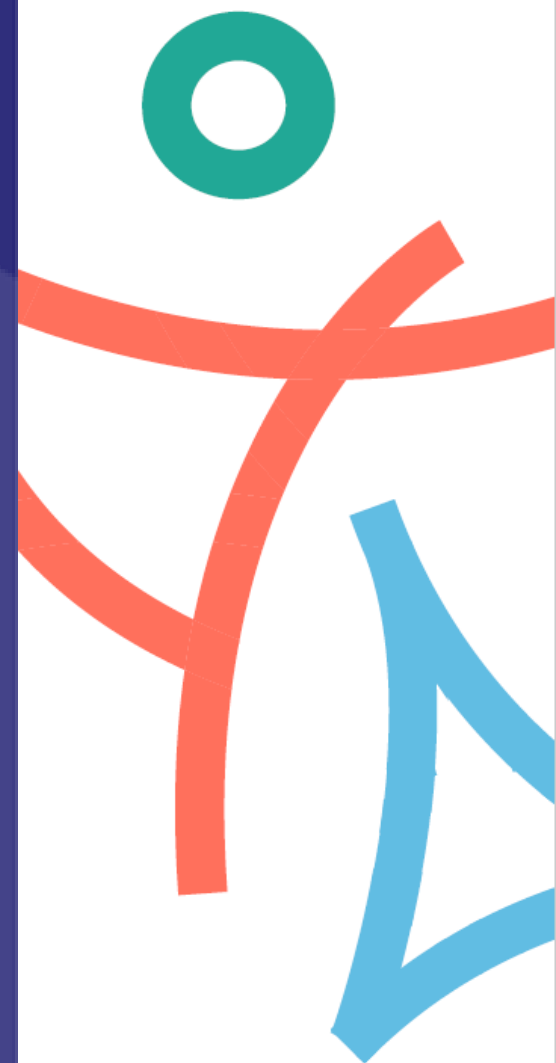
נגיעה על הפס עם כל חלק הגוף מלבד כפות היד ורגליים תוך כדי ביצוע התרגיל.

נגיעה מחוץ לקווים החיצוניים של הפס עם כל חלק גוף

במקרה כזה -האלמנט בו התרחשה לא ייחשב לטובת ציון דרגת קושי אלמנט לא נחשב וכן כל

האלמנטים שאחריו .

ה CJP אחראי להכריז על אלמנט כאמור ולקבוע את הציון ההתחלתי של התרגיל .



תפקיד וסמכויות

שופטי דרגת קושי D -

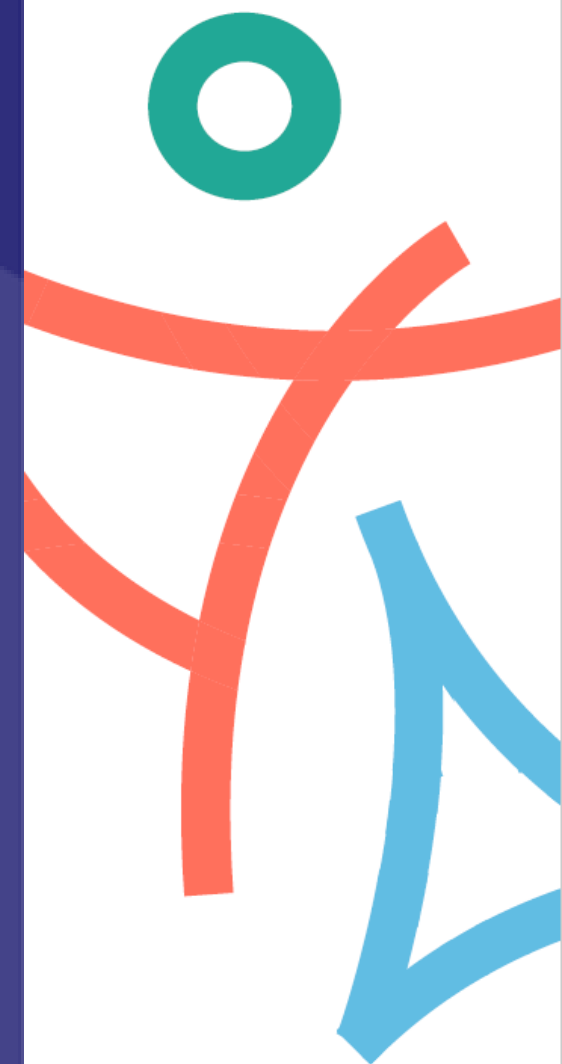
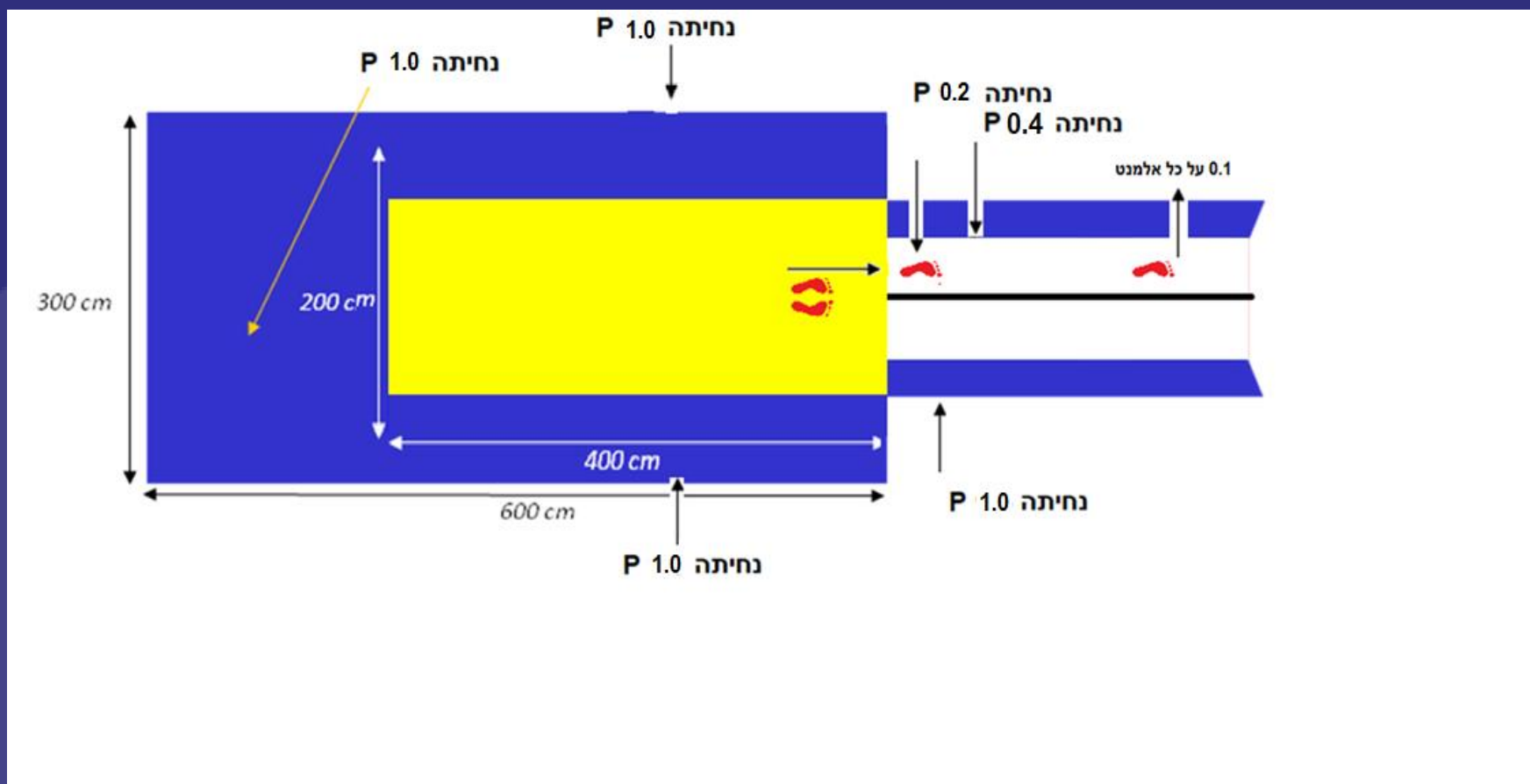
מסייעים ל CJP עם
הורדות של נחיתה

מתעדים אלמנטים
שבוצעו ומחשבים
את דרגת הקושי



איסוף ובדיקה של
כרטיסי TARIFF



סיכום הורדות נחיתה



טופס שיפוט -

TU - טופס שיפוט פס-קרקע

F/M

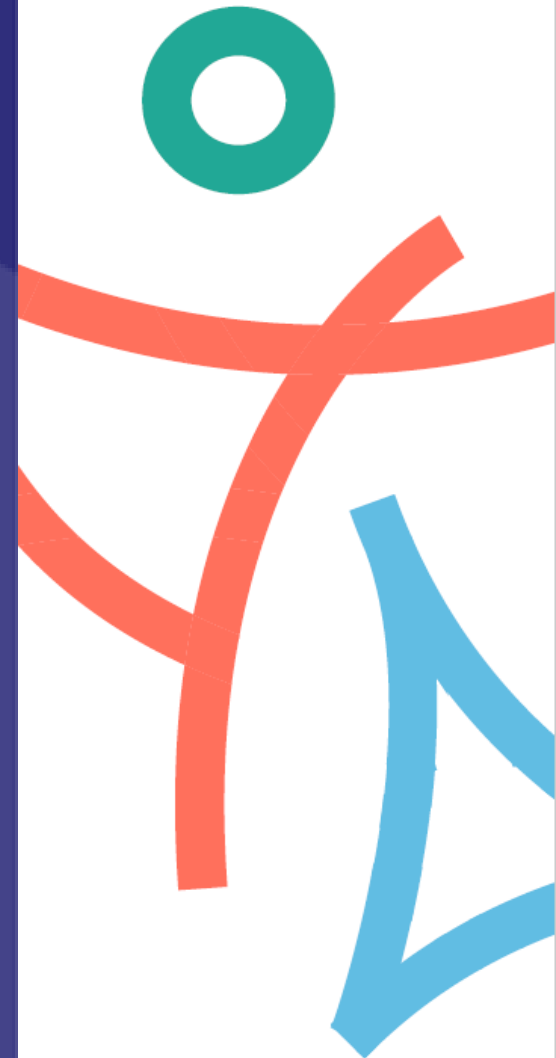
		1	2	1
דרגה		מס' התרגיל	מס' המתעמלת	מס' השופט

הורדות

1	2	3	4	5	6	7	8	נחיתה	ס"ה
0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.4	0.1	

ציון

2.2



טופס שיפוט D -



Competition Card- TUMBLING

NAME: _____ CLUB: _____

GENDER: _____ LEVEL: _____ Starting N°: _____

TUMBLING

Routine 1			
	Skill, position	Diff.	for judges use only
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Diff. Total _____

Routine 2			
	Skill, position	Diff.	for judges use only
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Diff. Total _____

Date _____

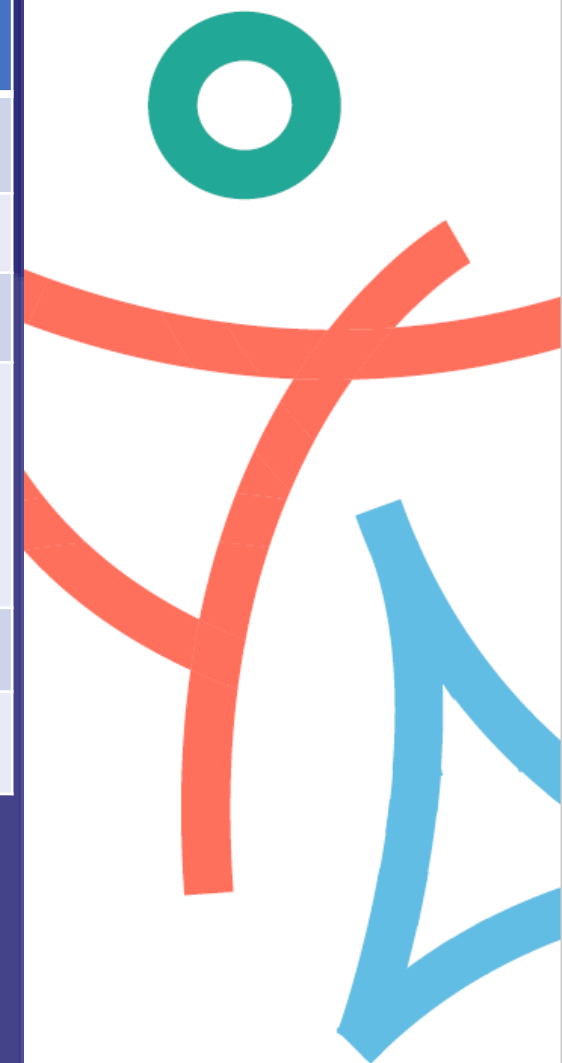
Signature _____



מסלול הליגה

דרגה	1	2	3	4	5
גיל	8-9	10-11	12-13	14-15	16 ומעלה
מספר אלמנטים	חובה	רשות	רשות	רשות	רשות
דרישות סף /דגשים	יש לבצע תרגיל לפי התוכנית.	חובה לסיים כל פס בסלטה. במידה ובוצעו פחות משני אלמנטים לא יינתן ציון על התרגיל .	חובה לסיים כל פס בסלטה. במידה ובוצעו פחות משלושה אלמנטים לא יינתן ציון על התרגיל .	חובה לסיים כל פס בסלטה. במידה ובוצעו פחות משלושה אלמנטים לא יינתן ציון על התרגיל .	חובה לסיים כל פס בסלטה. במידה ובוצעו פחות משלושה אלמנטים לא יינתן ציון על התרגיל .
לחץ מדד	Mb80	Mb100	Mb100	Mb100	Mb100
		סיום תרגיל בסלטה	סיום תרגיל בסלטה	סיום תרגיל בסלטה	דרישה

***ניתן לחזור על סלטות שונות אם האלמנט לפניהן הוא שונה.



טבלת הבונוסים

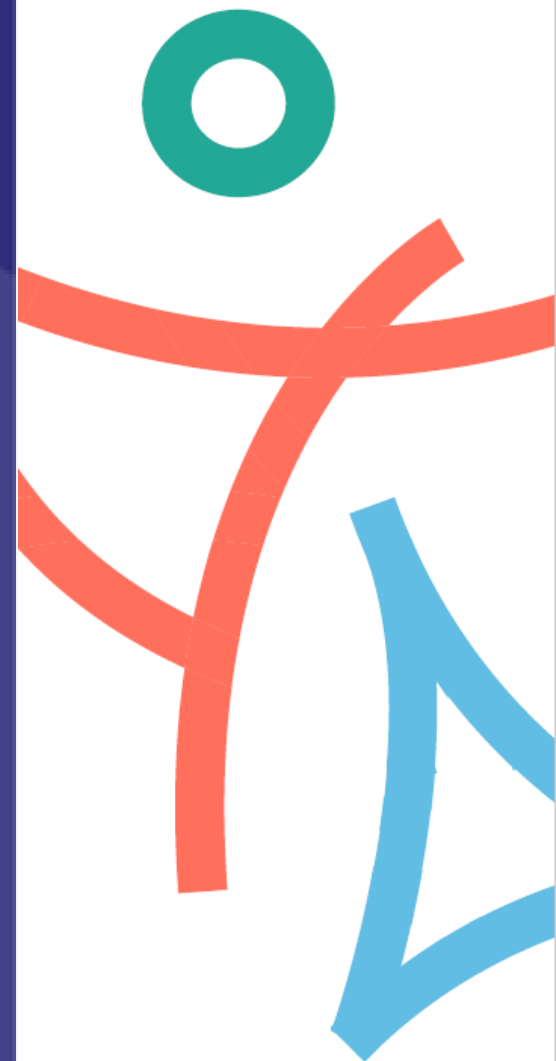
2022-2024 לליגה בלבד

אלמנט	אלמנט נוסף	טמפו	סלטה	אלמנט שדרגת קושי שלו ומעלה 0.9	במסלול בינלאומי (בנות בלבד) אלמנט שני בעל ערך 2.0 ומעלה
בונוס	0.2	0.3	0.4	0.5	1.0
הערות			רק במעבר	בסוף התרגיל ובמעבר	רק במעבר

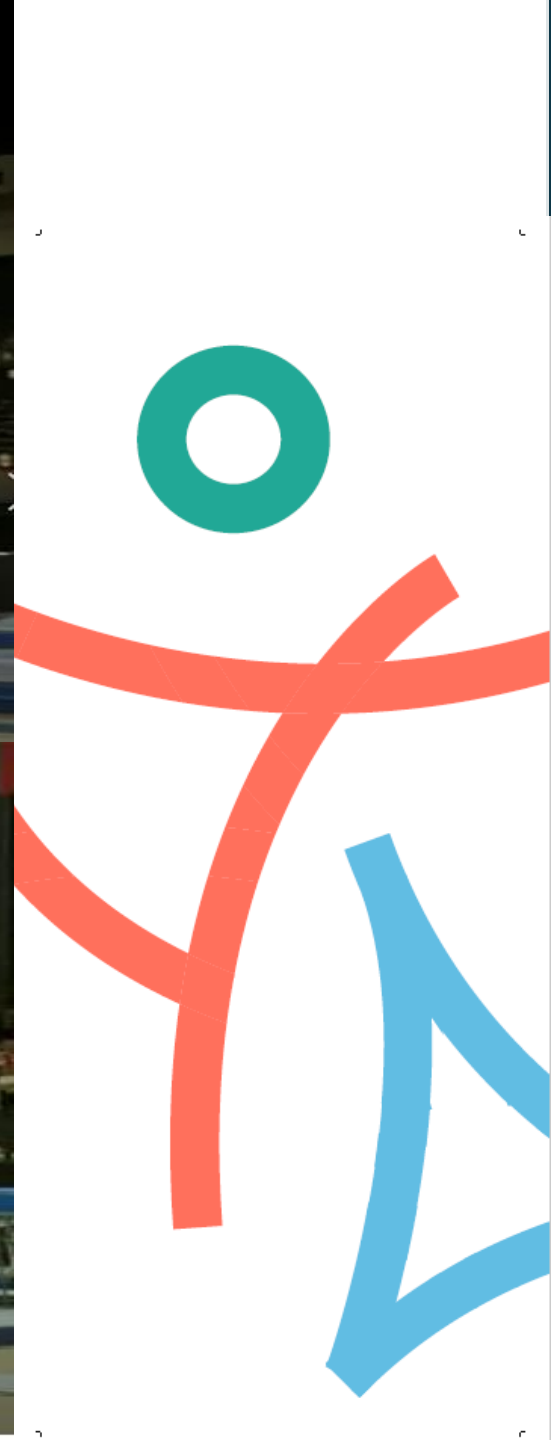
***** סלטה רגל רגל לפנים בתרגיל לא תקבל את הבונוס**



תרגול







סרטונים

[tum1.WebM](#)

[tum10.WebM](#)

[tum13.WebM](#)

[tum14.WebM](#)

[tum17.WebM](#)

[tum22.WebM](#)

[tum24.WebM](#)

[tum26.WebM](#)

[tum27.WebM](#)

[tum28.WebM](#)

[tum3.WebM](#)

[tum8.WebM](#)

