

«УТВЕРЖДАЮ»  
Председатель  
Технического комитета ФСАР

  
Д.А. Винников



«УТВЕРЖДАЮ»  
Президент Федерации  
спортивной акробатики России

  
Н.В. Никитин

«10» декабря 2021 г.

«10» декабря 2021 г.

## Обязательной программы по спортивной акробатике 2022-2024 годы

### 1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящая Классификационная программа по спортивной акробатике разработана на основе Правил вида спорта «спортивная акробатика» (далее – Правил), утвержденных Министерством спорта России (далее – Минспорт РФ). Действие Классификационной программы распространяется на все официальные спортивные соревнования, проводимые на территории Российской Федерации. Целью настоящей Классификационной программы по спортивной акробатике является обеспечение проведения соревнований с соблюдением требований в рамках Правил соревнований по спортивной акробатике, и разработанных Техническим комитетом Федерации спортивной акробатики России (далее - ФСАР) дополнений и изменений к Правилам.

1.1 Соревнования по спортивной акробатике проводятся в спортивных дисциплинах в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта (ВРВС).

- Пара - многоборье (мужчины; юниоры; юноши)
- Пара - многоборье (женщины; юниорки; девушки)
- Смешанная пара- многоборье (мужчины, женщины; юниоры, юниорки; юноши, девушки)
- Тройка - многоборье (женщины; юниорки; девушки)
- Четвёрка - многоборье (мужчины; юниоры; юноши)
- Пара – балансовое упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)
- Пара – балансовое упражнение (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Смешанная пара - балансовое упражнение (мужчины, женщины, юниоры, юниорки, юноши, девушки, мальчики, девочки)
- Тройка - балансовое упражнение (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Четвёрка - балансовое упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)
- Пара – темповое упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)
- Пара – темповое упражнение (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Смешанная пара - темповое упражнение (мужчины, женщины, юниоры, юниорки, юноши, девушки, мальчики, девочки)
- Тройка – темповое упражнение (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Четвёрка – темповое упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)
- Пара – комбинированное упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)
- Пара – комбинированное упражнение (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Смешанная пара – комбинированное упражнение (мужчины, женщины, юниоры, юниорки, юноши, девушки, мальчики, девочки)
- Тройка – комбинированное (женщины, юниорки, девушки, девочки)
- Четвёрка – комбинированное упражнение (мужчины, юниоры, юноши, мальчики)

- 1.2 Возраст спортсменов, допускающий выполнение разрядных норм определяется ЕВСК. Разница в возрасте между партнерами, выступающими по программе спортивных разрядов - не лимитирована. Исключение – программа Возрастных групп.
- 1.3 Спортсмены, выступающие по программе III юношеского спортивного разряда, выполняют упражнение, включающую в себя от 6 до 8 индивидуальных элементов, которые должны быть представлены 4-мя категориями: гибкость, баланс, ловкость (элементы в позу) и акробатические прыжки. Упражнение разрабатывается и утверждается региональными федерациями.
- 1.4 Спортсмены, выступающие по программе II и I юношеских спортивных разрядов выполняют одно обязательное упражнение – Комбинированное.  
  
Спортсмены, выступающие по программе III и II спортивных разрядов выполняют два обязательных упражнения – Балансовое и Темповое.
- 1.5 Спортсмены, выступающие по программам I спортивного разряда и разряда кандидат в мастера спорта России, выполняют два обязательных (Балансовое и Темповое) упражнения и одно произвольное (Комбинированное) упражнение, которое соответствует действующим Правилам, а также требованиям, разработанным Техкомом ФСАР и утверждённым Исполкомом ФСАР.
- 1.6 Спортсмены, выступающие по программе мастер спорта России, выполняют три произвольных упражнения согласно действующим Правилам, а также требованиям к трудности выполняемых упражнений согласно Таблице 1.
- 1.7 Для выполнения разрядного норматива необходимо выполнить все требования, предъявляемые к обязательным упражнениям (согласно Таблиц 1 и 2) и к произвольному Комбинированному упражнению в соответствии с Таблицей 1, и действующими Правилами и Требованиями ФСАР.
- 1.8 Спортивные разряды, юношеские спортивные разряды присваиваются за выполнение нормы по программе соответствующего или более высокого спортивного разряда, юношеского спортивного разряда, согласно ЕВСК. В нормативе для выполнения разряда учитываются оценка или сумма оценок за технику исполнения упражнений.
- 1.9 Пункты, касающиеся составления упражнений и судейства, не оговоренные в данной Квалификационной программе, будут определяться согласно действующим Правилам соревнований и дополнениям, утверждённым ФСАР.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ К СОСТАВЛЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ**

- 2.1 Каждое упражнение представляет собой набор обязательных элементов, имеющих Специальные требования, и произвольных элементов парно-группового и индивидуального характеров. Все элементы должны быть выбраны из Таблиц Трудности (ТТ), соответствующей дисциплины спортивной акробатики с учетом Специальных требований и ограничений.  
Все заявленные для трудности и Специальных требований элементы должны быть задекларированы в Тарифном листе (ТЛ).
- 2.2 При составлении упражнений разрешается использование любых акробатических элементов, как включенных в Таблицы Трудности, так и не включенных в них (не имеющих трудность). Элементы, не имеющие трудность или не вошедшие в действующие ТТ, могут получить временную стоимость, которая утверждается одним из членов Технического Комитета (ТК) ФСАР, присутствующего на отдельных соревнованиях. После

этого, необходимо будет подать заявку в ТК ФСАР для рассмотрения и утверждения стоимости таких элементов.

Элементы, не имеющие утвержденную стоимость, получают трудность ноль единиц.

- 2.3 Не расцененные элементы или элементы с трудностью 0 единиц, учитываются только для выполнения Специального требования (см. Таблицы №1 и 2 данной программы).
- 2.4 Тарифные листы (ТЛ) должны быть заполнены согласно требованиям Правил. Не заявленные в ТЛ, но выполненные в упражнении элементы не получают трудность, при этом они могут засчитываться для выполнения Специального требования.
- 2.5 Элементы выполняются в любой последовательности в виде композиции под музыкальное сопровождение. В любом из упражнений допускается музыка со словами. В юношеских разрядах разрешается выполнение упражнения без музыки.
- 2.6 Продолжительность каждого упражнения по программам со II юношеского спортивного разряда по II спортивный разряд включительно, не должна превышать 2 минуты. Продолжительность каждого упражнения для I спортивного разряда и КМС - согласно действующим Правилам, утверждённым Минспортом России.

### СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

- 2.7 Во всех упражнениях минимальное количество парно-групповых и индивидуальных элементов должно отвечать требованиям согласно Таблицы 1. При нарушении данного требования последует сбавка 1.0 балл за каждый невыполненный элемент.
- 2.8 В Балансовом и Темповом упражнениях должны быть выполнены парно-групповые элементы соответствующего характера согласно Таблицы 2.

Комбинированное упражнение I спортивного разряда и КМС должно включать Специальные требования согласно действующим Правилам соревнований и Таблице 1.

Комбинированное упражнение II и I юношеских спортивных разрядов должно включать все Специальные требования к парно-групповым элементам для Балансового и Темпового упражнений согласно Таблице 2. Требуется минимум 6 элементов: 3 балансовых и 3 темповых. Трудность между балансовой и темповой частями упражнения может иметь любые пропорции.

За каждый невыполненный элемент и/или Специальное требование – сбавка 1.0 балл.

- 2.9 В каждом упражнении все партнеры должны выполнить индивидуальные элементы обязательного характера согласно Таблицы 2.
  - 2.9.1 В Балансовом упражнении, при условии выполнения обязательных индивидуальных элементов, остальные элементы могут быть представлены любой из 3-х категорий: гибкость, баланс или ловкость (элементы в позу).
  - 2.9.2 В Темповом упражнении все партнеры должны выполнить индивидуальные элементы из категории акробатических прыжков.
  - 2.9.3 В Комбинированном упражнении могут выполняться любые индивидуальные элементы. Для I спортивного разряда и КМС один элемент должен быть сальто любой категории.

В Комбинированном упражнении II и I юношеских спортивных разрядов должны быть выполнены все индивидуальные элементы, требуемые для Балансового и Темпового упражнений, указанных в Таблице 2. Дополнительно могут выполняться любые индивидуальные элементы.

- 2.9.4 Каждый отдельно выбранный индивидуальный элемент должен принадлежать одной категории и исполняться всеми партнерами одновременно или последовательно.
- 2.10 Хореографические элементы не учитываются, как для выполнения специальных требований, так и для трудности.

За каждый не выполненный элемент и/или специальное требование – сбавка 1.0 балл.

- 2.11 Один элемент может удовлетворять несколько Специальных требований.

### ОГРАНИЧЕНИЯ

- 2.12 Во всех упражнениях оценивается ограниченное количество (максимум) парно-групповых и индивидуальных элементов согласно Таблице 1. Разрешается выполнять элементы, сверх лимита, которые не будут оцениваться для трудности, но могут засчитываться для выполнения Специальных требований.

- 2.13 Максимальная трудность отдельных элементов, как и общая трудность всего упражнения, НЕ ограничены. Минимальная трудность элементов может быть 0 ед.

В Балансовом упражнении при выполнении статического удержания, в котором трудность положения «Нижнего» или Базы не расценены или имеют трудность 0 ед., стоимость положения или движения «Верхнего» определяется по наименьшей трудности в парах и по 1-ой группе трудности в группах.

- 2.14 При составлении всех упражнений должны учитываться ограничения и исключения, специфические для каждого вида акробатики в соответствии с действующими Правилами и/или дополнениями, утверждёнными Исполкомом ФСАР, а также данной программой.

Для спортсменов, выступающих по программам со II юношеского спортивного разряда по КМС включительно действуют следующие ограничения:

- В категории стоек (стр.15 ТТ) в боксе «В» - «мексиканка» (с указанными разновидностями) считается различным положением по отношению к другим стойкам этого же бокса («краб», «ивушка» и т.п.). Разновидности стоек «краб» и «ивушка» считаются одинаковыми положениями.
- Горизонтальные исходные положения и ловли (стр.13,14 ТТ), выполняемые на согнутых руках «нижнего/их» (предплечья, в «рыбку»), а также в «зацеп» на бедра или в «прогон» под бедра «нижнего/их» («качели») и т.п., считаются одинаковыми положениями.  
Горизонтальные исходные положения и ловли, выполняемые на прямых руках «нижнего/их» («ласточка», «арабеска»), считаются одинаковыми положениями. Обе категории горизонтальных положений на согнутых руках и на прямых руках «нижнего/их» считаются различными по отношению друг к другу.
- Для II и I юношеских спортивных разрядов в темповом упражнении четверок может быть выполнено не более 3 (трех) горизонтальных ловлей для трудности.  
Для III и II спортивных разрядов в темповом упражнении четверок может быть выполнено не более 2 (двух) горизонтальных ловлей трудности.  
Для I спортивного разряда и КМС в темповом упражнении четверок может быть выполнена 1 (одна) горизонтальная ловля для трудности.
- В группах в Балансовом упражнении для разрядов со II-го юношеского спортивного разряда по II-ой спортивный разряд включительно могут выполняться без ограничения пирамиды из одной и той же категории, которые должны быть выбраны из разных боксов.  
Для I-го спортивного разряда и КМС пирамиды из одной и той же категории могут быть выполнены не более 2-х раз во всем упражнении.

При этом Специальное требование – минимум 2 пирамиды из различных категорий, должно быть выполнено во всех разрядах, кроме юношеских.

- Во всех разрядах базовые построения из одного бокса могут засчитываться в трудность 1 раз во всем упражнении.

2.15 Индивидуальные элементы, не характерные для определенного упражнения, а также не заявленные в ТЛ, либо выполненные повторно, (например «рондат»), не оцениваются по трудности, при этом все последующие элементы получают трудность и могут удовлетворять Специальное требование.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К СУДЕЙСТВУ

3.1 Судейство соответствует утвержденным Правилам и действующим дополнениям Технического Комитета ФИЖ и Исполкома ФСАР.

3.2 В программах II и I юношеских спортивных разрядов при выведении общей оценки за упражнение выставляются:

- Оценка за Исполнение
- Оценка за Артистизм не выставляется.
- Оценка за Трудность.

3.3 В программах III и II спортивного разрядов при выведении общей оценки за упражнение выставляются:

- Оценка за Исполнение
- Оценка за Артистизм (не обязательна)
- Оценка за Трудность.

3.4 В программах I спортивного разряда и КМС при выведении общей оценки за упражнение выставляются:

- Оценка за Исполнение
- Оценка за Артистизм
- Оценка за Трудность.

3.5 Оценка за Трудность определяется делением общей трудности упражнения на 100 и не может превышать максимальный предел, установленного норматива трудности для соответствующего разряда согласно таблицы №1.

3.6 Допускается трудность упражнения ниже требуемой, но не ниже, чем на 20 ед. от требуемой трудности для КМС и на 10 ед. ниже требуемой трудности для I спортивного разряда.

Если трудность выполненного упражнения ниже допустимой трудности, то из оценки за трудность производится сбавка из расчета 0.1 балла за каждую недостающую единицу трудности.

Например, в темповом упражнении программы КМС выполнена трудность 25 ед. при требовании 50 ед. допустимая трудность составляет 30 ед. (на 20 ед. ниже требуемой). В этом случае последует сбавка судьи по трудности 0.5 балла за недостающие 5 ед.

3.7 Сбавки за разницу ростовых показателей партнёров пар/групп производятся из общей оценки:

- для спортсменов, выступающих по программе МС – согласно действующим Правилам, утверждённых Минспортом России.
- для спортсменов, выступающих по программам 1-го спортивного разряда и КМС – (0.1 / 0.3)

- для спортсменов, выступающих по программам юношеских спортивных разрядов, а также II и III спортивных разрядов, сбавка за разницу в росте между партнерами не производится.

3.8 При выведении Окончательной оценки за Исполнение, производятся следующие сбавки:  
 - невыполнение Специальных требований (СТр),  
 - ошибки времени при выполнении балансовых элементов.  
 Все остальные сбавки производятся из Общей оценки.

**Таблица 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

| СПОРТИВНЫЙ<br>РАЗЯД | Норматив трудности<br>упражнений (ед.)  |          |       | Требования к количеству элементов<br>(минимум – максимум) |                     |       |                   |                      | Разрядный<br>норматив<br>Сумма<br>баллов<br>(техника) |
|---------------------|---|----------|-------|---|---------------------|-------|-------------------|----------------------|---|
|                     | БАЛАНС  | ТЕМПОВОЕ | КОМБИ | БАЛАНС  |                     | ТЕМП  | КОМБИ             | Индивид.<br>элементы |   |
|                     |   |          |       | Пары  | Группы              |       |                   |                      |   |
| <b>III юн.</b>      | Упражнение из индивидуальных элементов различных категорий<br>6 - 8 элементов |          |       |   |                     |       |                   |                      |   |
| <b>II юн.</b>       |   |          | 15    |   |                     |       | 6 -10<br>(3Б*+3Т) | 3 - 6                | 7.5   |
| <b>I юн.</b>        |   |          | 20    |   |                     |       |                   |                      | 7.8   |
| <b>III спорт.</b>   | 20  | 15       |       | 5-10  | 2-4 пир.<br>3-10 СУ | 6-10  |                   | 3 - 6                | 16.0  |
| <b>II спорт.</b>    | 30  | 20       |       |   |                     |       |                   |                      | 16.4  |
| <b>I спорт.</b>     | 40  | 30       | 60    | 5-10  | 2-4 пир.<br>3-10 СУ | 6 -10 | 3 - 6             | 25.2                 |   |
| <b>КМС</b>          | 60  | 50       | 80    |   |                     |       |                   | 25.8                 |   |
| <b>МС</b>           | 90  | 80       | 110   | Согласно утвержденным Правилам                            |                     |       |                   |                      | 26.4  |

\* Б – балансовый элемент  
 Т – темповой элемент  
 СУ – статическое удержание

**Таблица 2. СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

| Разряд         | КОМБИНИРОВАННОЕ УПРАЖНЕНИЕ  |  |  |                            |   |
|----------------|---|--|--|----------------------------|---|
|                | БАЛАНС  |  | ТЕМП   | ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ<br>ЭЛЕМЕНТЫ |   |
|                | Пары  | Группы   | Пары/Группы  | Баланс                     | Темп  |
| <b>III юн.</b> | Упражнение из индивидуальных элементов, включающая 4 категории:<br>гибкость, баланс, ловкость (элементы в позу) и акробатические прыжки |  |  |                            |   |
| <b>II юн.</b>  | - любая стойка «В»<br>с поддержкой «Н»  | - любая стойка «В»<br>с поддержкой «Н»                     | - элемент с пов.<br>не менее 180*                    | - элемент<br>кат.          | Акробатич.<br>прыжки:<br>- элемент из<br>кат. |
| <b>I юн.</b>   | - удержание «В» на<br>прямых<br>руках/ногах «Н»   | - удержание «В» на<br>прямых руках/ногах<br>двух партнеров | - соскок, прыжок<br>“В” на партнера<br>или подкидной | гибкость                   | переворот<br>****                             |

| Разряд                                | БАЛАНСОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ  |   | ТЕМПОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ  | ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ   |   |
|---------------------------------------|--|---|--|---|---|
|                                       | Пары   | Группы  | Пары/Группы  | Баланс  | Темп  |
| <b>III спорт.</b><br><b>II спорт.</b> | - любая стойка «В» без поддержки «Н»*<br>- движение «В»<br>- движение «Н»                      | - любая стойка «В» без поддержки «Н»*<br>- движение «В»<br>- удержание «В» на прямых руках/ногах одного из партнеров                        | - любая ловля «В»<br>- любое сальто не менее 3/4<br>- элемент с пов. не менее 360*   | - элемент кат.<br>гибкость<br>- элемент кат. баланс   | <u>Акробатич. прыжки:</u><br>- связка из двух или более элементов |
| <b>I спорт.</b><br><b>КМС</b>         | - стойка «В» на своих кистях без поддержки «Н»<br>- движение «В»<br>- движение «Н»<br>- вход** | - стойка «В» на своих кистях<br>- движение «В»<br>- удержание «В» на прямых руках/ногах одного из партнеров<br>- любая база на одной/ом «Н» | - любая ловля в вертикальное положение «В»***<br>- любое сальто не менее 4/4<br>- элемент с пов. не менее 360*<br>- соскок, прыжок «В» на партнера или подкидной | - элемент кат.<br>гибкость<br>- элемент кат. баланс<br>- элемент кат.<br>ловкость (прыжки в позу) | <u>Акробатич. прыжки:</u><br>- сальтовый элемент                  |
| <b>МС</b>                             | <b>СОГЛАСНО ПРАВИЛАМ СОРЕВНОВАНИЙ</b>  |   |  |   |   |

\* При выполнении стойки «В», поддержкой считается любая дополнительная опора, создаваемая «Н» под любую часть тела «В» (например, стойка «В» на плечах «Н» с поддержкой руками «Н»). Поддержка, создаваемая «В» своими руками не считается дополнительной опорой (например, стойка «В» плечами на прямых руках «Н» с поддержкой руками «В»).

\*\*Вход – передвижение «В» из более низкого или неоцениваемого положения в более высокое положение в пространстве с помощью партнера (- ов), завершающееся статическим удержанием.

\*\*\*Ловля в вертикальное положение - это ловля «В», находящегося вертикально на своей опоре, – это любая стойка или любое вертикальное равновесие на стопах с поддержкой или без.

Вертикальные висы, седы, упоры не являются вертикальными положениями и не удовлетворяют требованию обязательного элемента.

\*\*\*\* В Темповом упражнении темповой переворот должен выполняться с приземлением на две ноги одновременно. При приземлении последовательно по одной ноге, за ним в связке должен быть выполнен следующий прыжковый элемент. Переворот боком, («колесо») при приземлении последовательно на ноги, может выполняться в остановку.

*Данная программа разработана и составлена председателем Технического Комитета ФСАР Винниковым Д.А. с учетом предложений, представленных различными регионами страны и собранными в единый документ.*

*Начиная с 2014 года, члены Технического Комитета ФСАР внесли вклад в разработку данного документа и его совершенствование.*

*Технический Комитет благодарит Исполком ФСАР и всех тренеров, кто содействовал в его работе.*