

«Подготовка спортсменов в условиях современного подхода к тренировочному процессу»

Международный союз конькобежцев (ISU) планирует изменить правила фигурного катания для улучшения баланса между спортивной и артистическими составляющими данного вида спорта.

1. Разрешено повторять четверной прыжок только одного вида, а не двух как раньше.

По новым правилам повышенный коэффициент за прыжки во второй части программы будет даваться за один элемент в короткой и за три – в произвольной. Кроме того, спортсмены смогут прыгать в произвольной программе один из видов четверных дважды, но все остальные виды только по одному разу.

То есть, Новые правила дают бонус только за последний прыжковый элемент, сделанный во второй половине короткой программы (которая имеет три прыжка), и последние три во второй половине произвольной. Базовая стоимость которых будет умножаться на коэффициент 1,1.

Как отмечают в международной организации, такое нововведение придаст программам больше разнообразия и даст больше шансов фигуристам, владеющим всеми четверными прыжками.

2. Меньше времени на льду

Сокращение хронометража произвольных программ в парном и мужском одиночном катании на 30 секунд (с 4:30 до 4 минут). Мужчины теперь смогут исполнять только семь прыжков вместо восьми.

3. Расширение шкалы оценивания и стоимость прыжков

СТОИМОСТЬ ПРЫЖКОВ

Поменялась базовая оценка прыжков - стоимость всех тройных и четверных прыжков, за исключением, тройного флипа, стала меньше.

Недокрученным теперь будет считаться прыжок, невыполненный на четверть поворота, но не больше, чем на поворот. Падение должно наказываться, согласно новой системе GOE, -5, приземление на две ноги и "степ-аут" – 3-4 в GOE. Все эти изменения, по мнению ISU, должны стать для фигуристов стимулом для качественных прокатов. "Мы уже достигли такой сумасшедшей сложности, что не надо поощрять просто попытки – надо поощрять хорошее исполнение.

КАК ИЗМЕНИЛАСЬ СТОИМОСТЬ ПРЫЖКОВ

ЭЛЕМЕНТ	СТАРАЯ СИСТЕМА	МАКСИМАЛЬНЫЙ БОНУС	НОВАЯ СИСТЕМА	МАКСИМАЛЬНЫЙ БОНУС
2A (аксель)	3,3	1,5	3,3	1,65
3T (тулуп)	4,3	2,1	4,2	2,1
3S (сальхов)	4,4	2,1	4,3	2,15
3Lo (риттбергер)	5,1	2,1	4,9	2,45
3F (флип)	5,3	2,1	5,3	2,65
3Lz (лутц)	6	2,1	5,9	2,95
3A (аксель)	8,5	3	8	4
4T (тулуп)	10,3	3	9,5	4,75
4S (сальхов)	10,5	3	9,7	4,85
4Lo (риттбергер)	12	3	10,75	5,25
4F (флип)	12,3	3	11	5,5
4Lz (лутц)	13,6	3	11,5	5,75
4A (аксель)	15	3	12,5	6,25

КАК ИЗМЕНИЛИСЬ БОНУСЫ

Одно из важнейших изменений – новая шкала GOE (Grade of Execution – шкала уровня исполнения) или, проще говоря, бонусы за исполнение элементов. Теперь судья оценивает качество исполнения каждого элемента "-5" до "+5", тогда как раньше было от "-3" до "+3". В таблице выше показано, какими были и какими станут максимальные бонусы за прыжки, разберем это подробнее.

Теперь "+1" – это плюс 10% к базовой стоимости элемента, "+2" – плюс 20% и так далее. То есть "+5" – плюс 50% от базовой стоимости. То же самое и с минусами. Таким образом, чем выше базовая стоимость

элемента, тем больше бонусов можно заработать за идеальное исполнение, но при этом есть риск много потерять при неудачной попытке.

Например, базовая стоимость самого дорогого четверного прыжка – четвертого лутца – 11,5 балла. Исполнив его идеально, можно заработать бонусами 5,75 балла, то есть в сумме получается 17,25 балла. Но если упадешь, то можно получить минус 5,75 плюс штрафной балл за падение – в итоге выходят скромные 4,75 балла.

Так что теперь гораздо опаснее рисковать, вставляя в программу дорогие прыжки, которые спортсмен исполняет не очень стабильно – можно потерять очень много баллов. Зачастую лучше ограничиться тройным.

Тогда как при старой системе многие рисковали вставлять в программу тот же четверной лутц. Стоил он много – 13,6, в самом худшем случае потерять можно было четыре балла и получить 9,6. А идеально исполненный тройной лутц с максимальными бонусами приносил 8,1 балла.

КАК СЧИТАЮТСЯ БОНУСЫ

Старая система. Девять судей после каждого элемента выставляют оценку от "-3" до "+3", лучшая и худшая отбрасываются. Оставшиеся семь оценок складываются, делятся на семь, а полученный результат умножается на единый коэффициент – 0,5 для вращений, 0,7 для тройных прыжков, 1 для четверных прыжков.

Новая система. Девять судей после каждого элемента выставляют оценку от "-5" до "+5", лучшая и худшая отбрасываются. Оставшиеся семь оценок складываются и делятся на семь. Только теперь найденное среднее арифметическое, скажем, 3,42, будет означать, что спортсмен получит бонус или штраф в размере 34,2% от базовой стоимости элемента.

Судьи при выставлении оценок руководствуются специальным списком.

Положительные оценки выставляются в случае:

– очень хорошие высота и длина (всех прыжков каскада или комбинации);

- хорошие отрыв и приземление;
- выполнение всего элемента без видимых усилий;
- шаги перед прыжком, неожиданный или необычный заход на элемент;
- очень хорошее положение тела в воздухе от отрыва до приземления;
- соответствие элемента музыке.

Для того чтобы получить "+1", необходимо выполнить один из пунктов из списка. Для того чтобы получить "+2" – два пункта. Для "+3" – три пункта. Для "+4" – четыре пункта. Для "+5" – пять или более пунктов. Причем для оценки "+4" и "+5" первые три пункта обязательны к исполнению.

Штрафные баллы выставляются в случае:

- падение – "-5" баллов;
- плохой отрыв – "-2" или "-3" балла;
- приземление на две ноги – "-3" или "-4" балла;
- слишком долгая подготовка к выполнению элемента – "-2" или "-3" балла;
- касание льда одной рукой – от "-1" до "-3" баллов;
- касания льда двумя руками – "-2" или "-3" балла;
- Неправильное ребро на толчке при исполнении флипа или лутца – "-3" или "-4" балла;

Исходя из всех этих критериев, судья и выносит свой вердикт.

ИТОГ: Это еще не все изменения, которые произошли в фигурном катании, некоторые еще обсуждаются. Мы с вами затронули главные изменения в спортивных разрядах.

Все изменения вступят в силу с 1 января 2019 года.

К новому всегда сложно привыкать, но от этого интереснее работать. В виду новых изменений, акцент будет падать не только на сложные прыжки, но и усложнением вращений, шагов и связок, так как хореография, танцевальность и артистизм будет оцениваться не ниже прыжков.