

Herrarnas redskapsgymnastik, bedömning i klass 1-3

E-domarbedömningens kriterier

Typ av fel	Litet (-0,1)	Medelstort (-0,3)	Stort (-0,5)	Exempel
Oidentifierbar position (gruppering, pikering, rak)	x	x	x	Grupperad volt på parterr eller hopp
Korrigerig av hand eller grepp (varje gång)	x			Korrigerig av hand på barr
Gång eller hopp i handstående (varje gång)	x			Ett steg i handstående på barr eller parterr
Extra vidrörning av redskapet	x			Benen rör svampen i hästserien
Slag eller stöt mot redskapet			x	Benen stöter mot skalmen på barr
Prestationen avbryts (prestationen stannar, men gymnasten faller ej)			x	
Böjningar (händer, ben, kropp)	x	x	x	Extra böjningar på olika redskap
Benen isär (bla. volter och nedslag)	≤ axelbredd	> axelbredd		Nedslaget i grupperad volt på parterr
Instabilitet eller kraftig rörelse med händerna i nedslaget	x			Söker balansen i nedslaget på olika redskap
Tappar balansen i nedslaget	Litet steg/hopp	Stort steg/hopp ELLER vidrörning av golvet med 1 eller 2 händer	Fall ELLER stöd av golvet med 1 eller 2 händer: -1.0 p.	Nedslagen på olika redskap
Svingar och statiska övningar	0°-15° grader	16°-30° grader	31°-45° > 45° övningen godkänns ej	Vinkelsittande eller otillräcklig sträckning i svingarna
Övningarnas höjd (bl.a. i volter)	x	x		Höjden på volterna på parterr och hopp
Tid i statiska övningar (2 sek)		under 2 sek	inget stopp (+ övningen godkänns ej)	Vinkelsittande eller handstående (då 2 sek krävs)
Instabilitet eller fall från handstående	x	stor svajning	fall	Handstående på barr
Tränaren hjälper gymnasten		rör gymnasten, men hjälper inte	Hjälper -1.0 + övningen godkänns ej	
Förberedande av nedslaget (bl.a. sträckning)	x	x		Öppning av nedslagen och förberedning av nedslaget
Ringar: Extra vidrörning av redskapet		rör vajrarna	tar stöd av vajrarna (+ övningen godkänns ej)	Händerna rör eller stöd av vajrarna i grupperad stödvåge
Hopp: Benen isär i förflygskedet	x	x	x	Olika hopp på matthögen, benen isär efter avstampen
Hopp: Flygskedets höjd	x	x	x	
Mellansvingar		Halv	Hel	