

## DODATEK č. 1

### Změny závodních sestav sportovní gymnastiky mužských složek (dále jen „Sestavy“), platných od 1. 9. 2013

Tímto dodatkem končí platnost změn sestav SG mužských složek schválených 21. 10. 2016.

Změny platné od 1. 9. 2017

#### Mladší žáci – III. sestavy

Dvě varianty, z kterých si mohou vybrat:

1. **Varianta – povinná sestava (viz stávající „Závodní sestavy“)**
2. **Varianta – volná sestava se skladebními požadavky** (akrobacie, kruhy, hrazda)  
(Za každý chybějící skladební požadavek je srážka 0,4 bodu)

#### **a. Prostná (Akrobacie)**

Sestava musí obsahovat (skladební požadavky):

- nejméně 5 rozdílných prvků, každý má hodnotu 1,2 bodu
- stoj na ruce (naznačit)
- rovnovážnou polohu s výdrží (2 s), (např.: váha, stoj na hlavě...)
- cvik uvolněnosti
- dvouprvkovou nebo víceprvkovou řadu (i dva přemety stranou spojitě)
- cvičenec musí projít pás minimálně 2x

#### **b. Kruhy**

Sestava musí obsahovat (skladební požadavky):

- nejméně 5 rozdílných prvků, každý má hodnotu 1,2 bodu
- přednos s výdrží (2 s) v jakékoli poloze (svis, shyb, vzpor)
- shyb, výdrž (2 s)
- komihání ve svisu 2x (předkmih – zákmih – předkmih – zákmih, nebo obráceně)

#### **c. Přeskok**

Přemet vpřed (přes bednu našší), (stejný skok, jako při povinném programu)

#### **d. Hrazda**

Sestava musí obsahovat (skladební požadavky):

- nejméně 5 rozdílných prvků, každý má hodnotu 1,2 bodu
- přechod z polohy nižší do polohy vyšší (výmyk, vzepření)
- libovolný toč
- libovolný přešvih (skrčmo, únožmo, přednožmo apod.)

**Poznámka: Volné sestavy všech kategorií žáků se musí lišit od povinných sestav. Volné sestavy vzniklé pouhým vypuštěním prvků z povinných sestav nebo náhradou prvků, prvky nižší obtížnosti budou hodnoceny jako povinné sestavy se záměnou prvků!**

## Odůvodnění:

Tyto změny vycházejí ze současných Sestav a ze zkušeností a připomínek cvičitelů a rozhodčích z dosavadních soutěží.

Pokud podle stávajících Sestav starší žák nebo jeho cvičitel ohlásil vrchnímu rozhodčímu na kruzích volnou sestavu a následně zacvičil II. sestavu, byla jeho výchozí známka 9,6 bodu (nesplnil jen přechod ze svisu do vzporu). Touto změnou je možnost uvedeného zvýhodnění odstraněna; zároveň ale muselo být pro zachování jednotnosti srážek zpřísněno nesplnění skladebních požadavků u všech volných sestav starších žáků, dorostenců a mužů.

Jelikož u II. sestavy pro starší žáky na kruzích je přednos s výdrží, měl by být logicky přednos s výdrží také u III. sestavy, jak je výše uvedeno.

Zpracovala sekce SG mužských složek komise soutěží OV ČOS.  
Byly zapracovány připomínky komise VG ČASPV.

Schválilo vedení náčelnictva ČOS dne 23. 6. 2017

