2024

Съдийска система на БФАРР



БФАРР

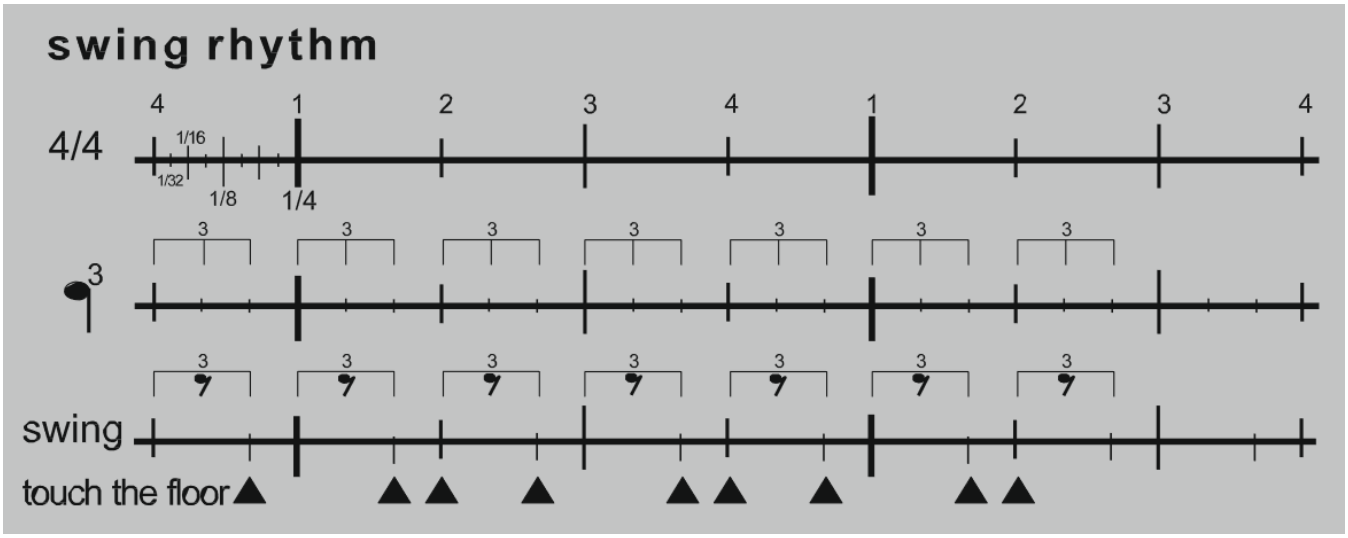
Актуализирана

30 / 01 /2024

СЪДЪРЖАНИЕ

1. Рокендрол ОСНОВЕН ХОД 2
   - 1.1. Интерпретация на музиката 3
   - 1.2. Основни принципи – за какво се допуска намаление на оценката 5
   - 1.3. Кикове: различни стилове с правилна техника 6
   - 1.4. Стойка 7
   - 1.5. Движения на ръцете – линии на ръцете 10
   - 1.6. Рокендрол движения на ръцете 10
   - 1.7. Съкращения 10
2. ОЦЕНЯВАНЕ НА ТАНЦА 11
   - 2.1. Основен ход (макс. 20 точки) 11
   - 2.2. Акробатични елементи (юноши 2, капъл-денс-шоу) 11
   - 2.3. Танцови фигури (макс. 25 точки) 11
   - 2.4. Хореография (макс. 20 точки) 11
3. РОКЕНДРОЛ ОСНОВЕН ХОД 11
   - 3.1. Грешки – намаляване на оценката 11
   - Приложение – таблица с грешки 12
4. ТАНЦОВИ ФИГУРИ 15
5. ХОРЕОГРАФИЯ 16
6. ТАНЦОВИ ГРУПИ 20
   - 6.1. Група 1 20
   - 6.2. Група 2 21
   - 6.3. Група 3 21
   - 6.4. Група 4 22
7. СВЪРЗВАНЕ НА ТАНЦОВИ И АКРОБАТИЧНИ ЕЛЕМЕНТИ 22
8. Оценяване на акробатични елементи в класовете РнР юноши и РнР капъл-денс-шоу 22
9. РИТМИЧЕСКИ ГРЕШКИ 23

1. РнР основен ход (ОХ)



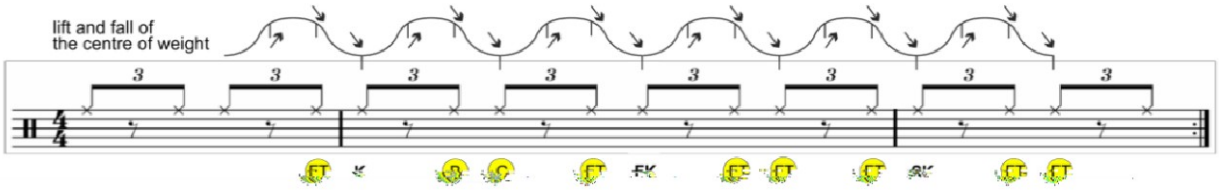
Първоначално Рокендролът е вдъхновен от Суинга. Типичният суинг-ритъм е в основата на базовата ни техника.

Основният ход, изпълнен правилно и във верния ритъм и техника, може да се танцува практически перфектно на всяка музика, дори и ритъмът на музиката да не е основан на суинга.

Ритъмът характеризира основния ход и то не защото иначе нямаше да отговаря на музиката, но защото той определя правилните стъпки и дава смисъл на същността на техниката.

1.1 Интерпретация на музиката

Деветорен ход: при РнР ОХ пода се докосва 9 пъти



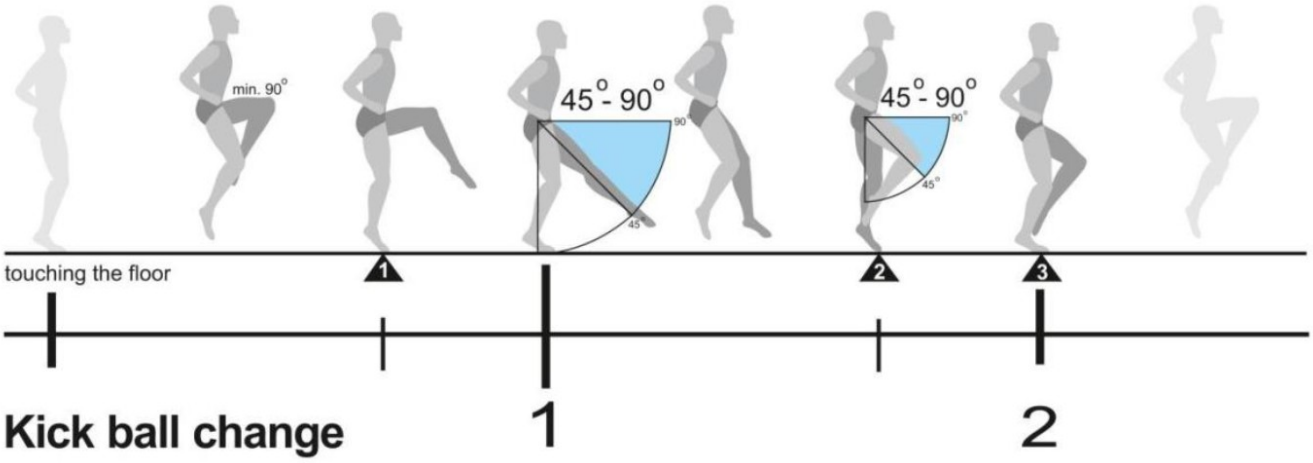
FT- докосване на пода; К – кик; В – боул (високи полупалци); С – смяна на опорния крак, FK – първи кик; SK – втори кик

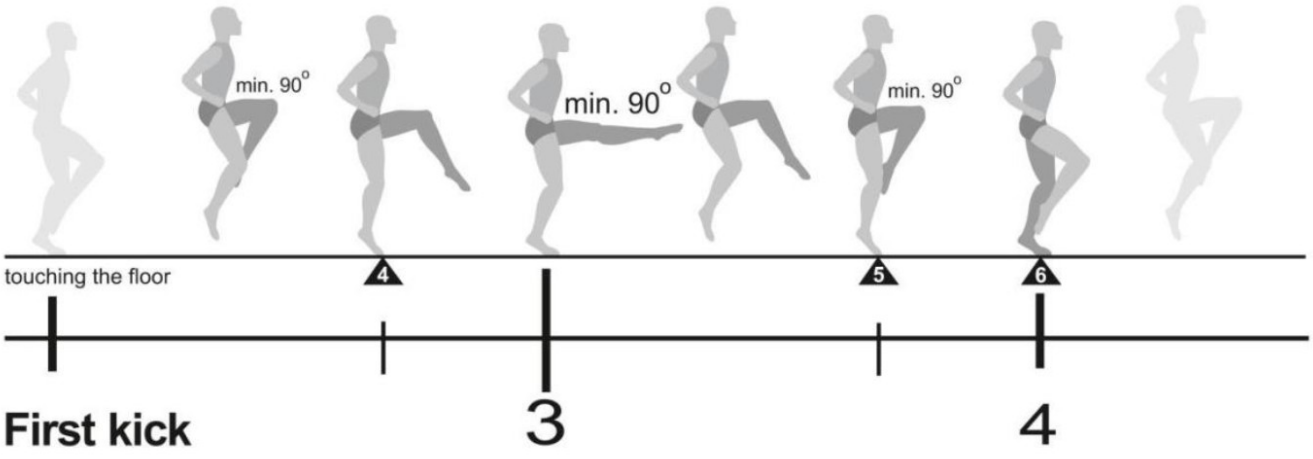
ОПИСАНИЕ НА ОСНОВНИЯ ХОД

броим	център на тежестта	мъж	докосва пода (мъж/дама)		дама
			мъж	дама	
„и”	↑	LF коляно се вдига (НОР)			RF коляно се вдига (НОР)
	↓	RF докосва пода	R	L	LF докосва пода
1	↓	LF кик напред			RF кик напред
„и”	↑	LF изтегля се назад прав RF коляно се вдига (НОР)			RF изтегля се назад прав LF коляно се вдига (НОР)
а	↓	Скок на LF	L	R	Скок на RF
2	↓	RF стъпва на място	R	L	LF стъпва на място
„и”	↑	LF коляно се вдига (НОР)	R	L	RF коляно се вдига (НОР)
а	↓	RF докосва пода			LF докосва пода
3	↓	LF кик напред			RF кик напред
„и”	↑	LF се издърпва назад (НОР)			RF се издърпва назад (НОР)
а	↓	RF докосва пода	R	L	LF докосва пода
4	↓	LF стъпва на място	L	R	RF стъпва на място

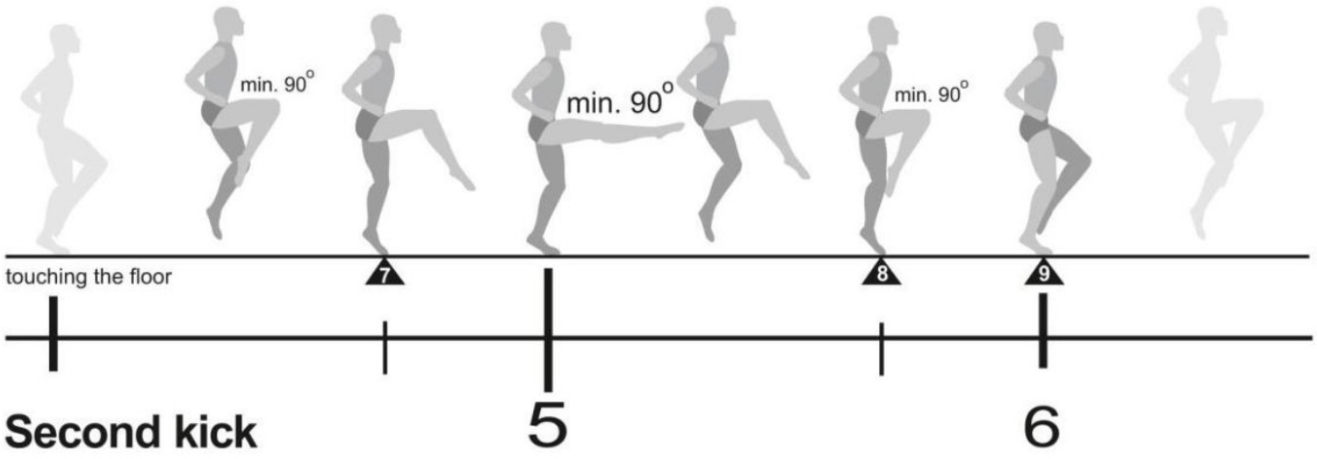
броим	център на тежестта	мъж	докосва пода (мъж/дама)		дама
			мъж	дама	
„и”	↑	RF коляно се вдига (HOP)			LF коляно се вдига (HOP)
а	↓	LF докосва пода	L	R	RF докосва пода
5	↓	RF кик напред			LF кик напред
„и”	↑	RF се издърпва назад (HOP)			LF се издърпва назад (HOP)
а	↓	LF докосва пода	L	R	RF докосва пода
6	↓	RF стъпва на място	R	L	LF стъпва на място

R, RF – дясно, десен крак; L, LF- ляво, ляв крак,



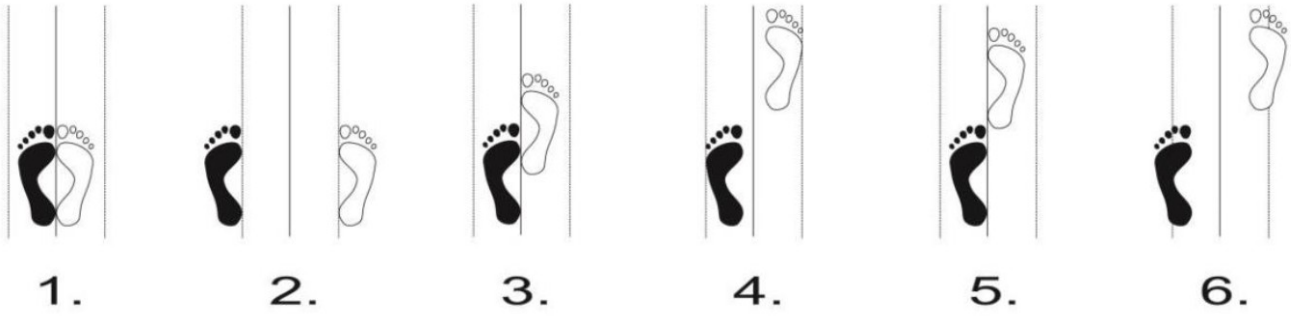


ПЪРВИ КИК



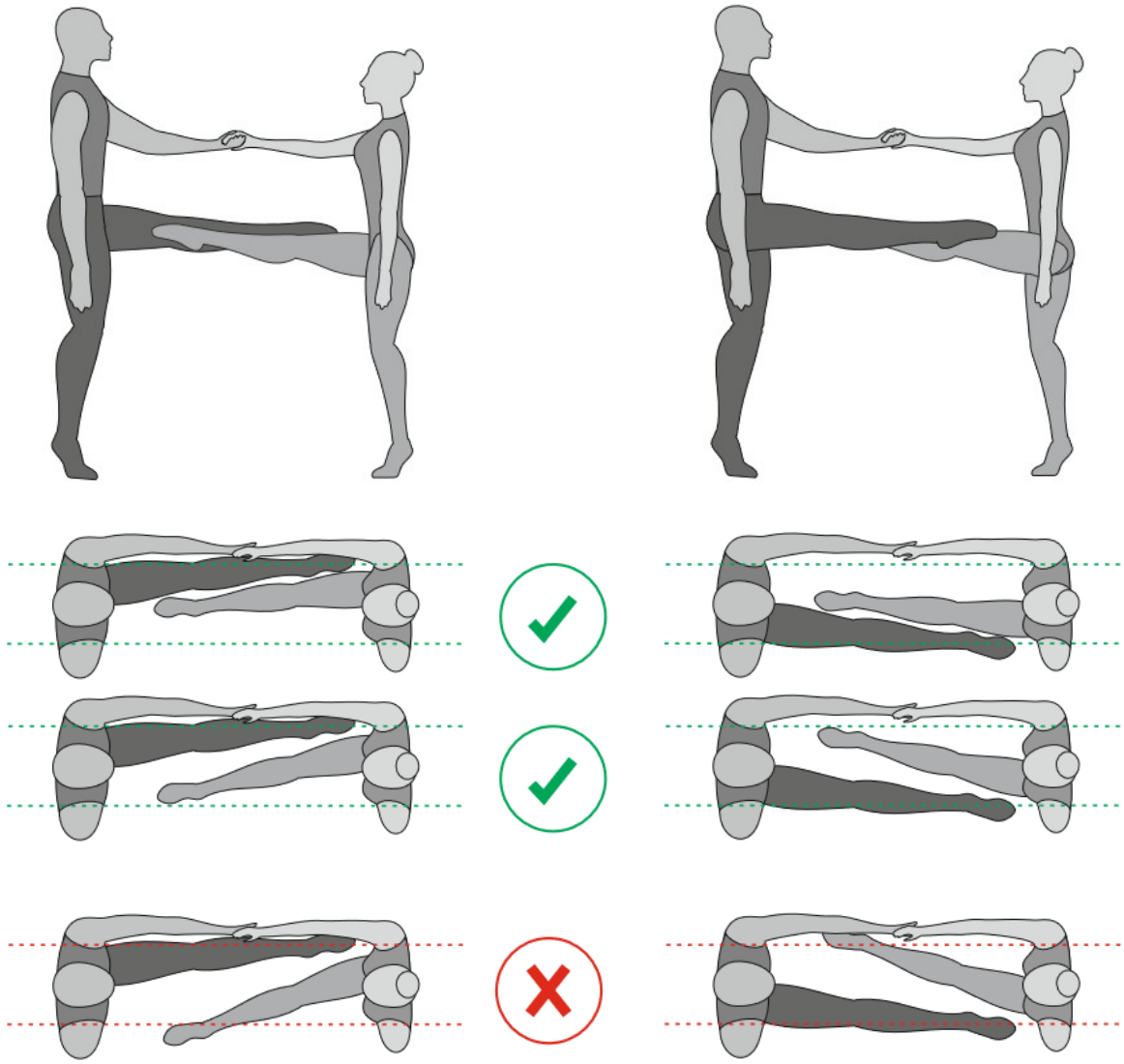
ВТОРИ КИК

ОХ в рокендрола се основава на паралелна позиция на стъпалата. Това означава, че стъпалата са позиционирани успоредно едно до друго. Коляното следва движението на стъпалото във всички случаи.



1.2 Основни принципи – възможности за намаляване на оценката:

- Обърнете внимание на постоянното подскачане, **акцентът надолу** трябва да се запази.
- Честотата / височината на скока / хопа трябва да са еднакви за всички движения.
- Височината на кика трябва да бъде минимум хоризонтална.
- Изпълнението на кика и връщането на крака/стъпалото назад трябва да бъде по **една и съща траектория**. *Няма изискване кракът/петата да докосва пода преди и след кика*.
- Коляното на опорния крак никога не е напълно изправено, но величината сгъването на коляното зависи от танцьора.
- Ханшът не трябва да се движи като следствие от кика;
- Стойката трябва да е контролирана, танцьорът не трябва да ляга назад (да накланя тялото назад) при изпълнението на кика (това е уморително и грозно и освен това е вредно за гръбнака)
- Петата трябва да бъде възможно най-високо по време на подскачащото движение. Петата никога не докосва пода по време на основния ход!
- Стъпалото трябва да е изпънато надолу (да сочи надолу) от една страна по естетически причини от друга - за да се избегнат травми: изпълнявайки това движение с отпуснат глезен може да доведе до навяхването му при натоварването на крака.



И мъжът и дамата изпълняват винаги кика перпендикулярно спрямо ханша си, **НО** позицията един срещу друг („лице в лице“) разрешава следните посоки на кика:

- Мъжа - за да избегне крака на дамата, мъжът може да изпълни кика **леко** в страни.
- Дамата – отклонение от перпендикулярната посока се допуска само в рамката на двете страни на ханша.

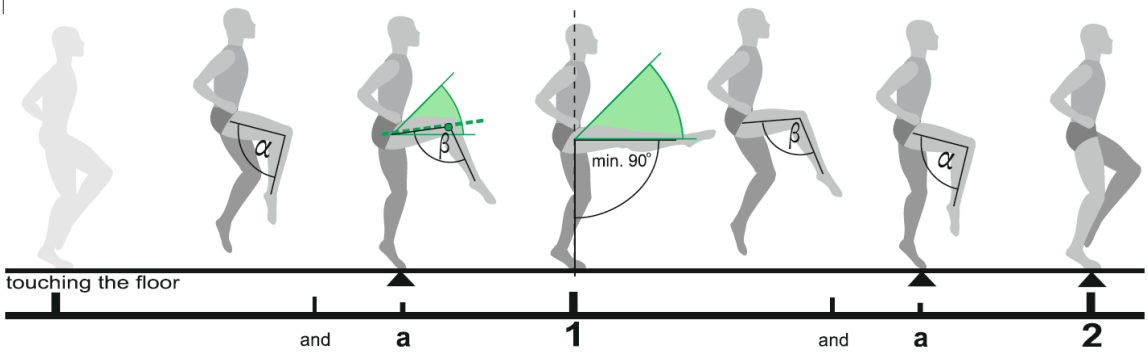
Това е много важно, защото срещуположните крака изпълняват кика едновременно.

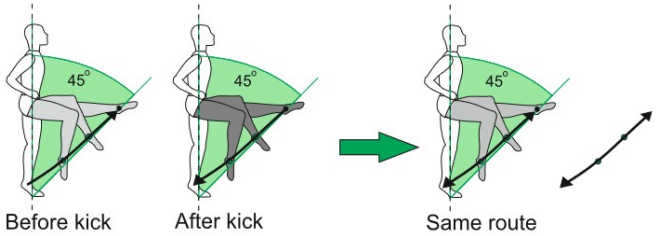
Всички тези движения се изпълняват така, че крака се изстрелва енергично до права позиция, тъй като по този начин танцьорът трябва да използва мускулите си само за да вдигне коляното и да започне изправянето. Всички останали движения ще се извършат почти само с помощта на импулсна енергия без ненужно използване на мускулите.

1.3 Кикове: различни стилове с правилна техника

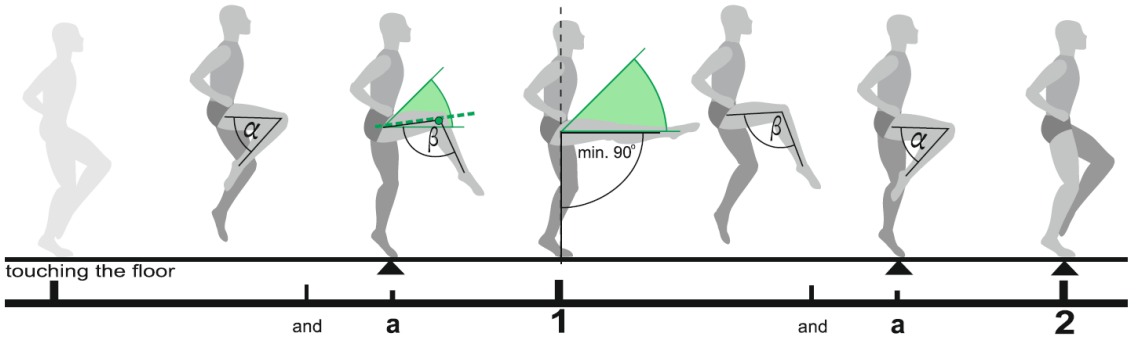
Изпълнението на кика и връщането на крака/стъпалото обратно трябва да се извършва по една и съща траектория.

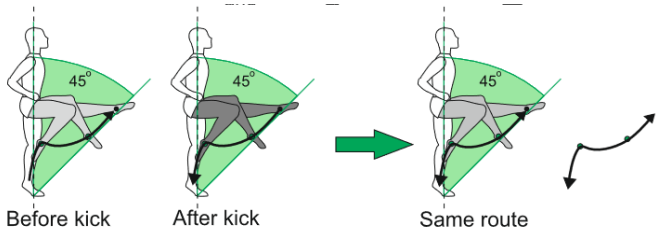
Version1 **NO REDUCTION** - БЕЗ АМАЛЕНИЕ



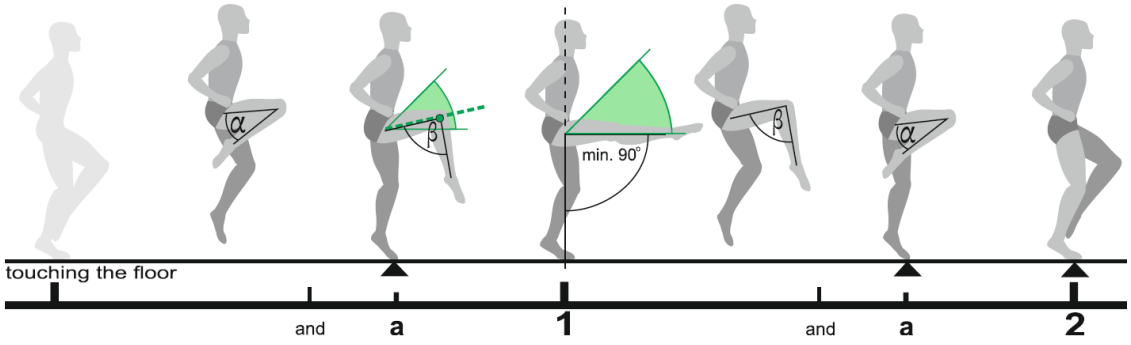


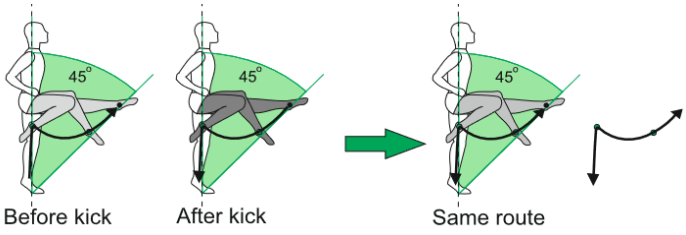
Version2 **NO REDUCTION** - БЕЗ АМАЛЕНИЕ



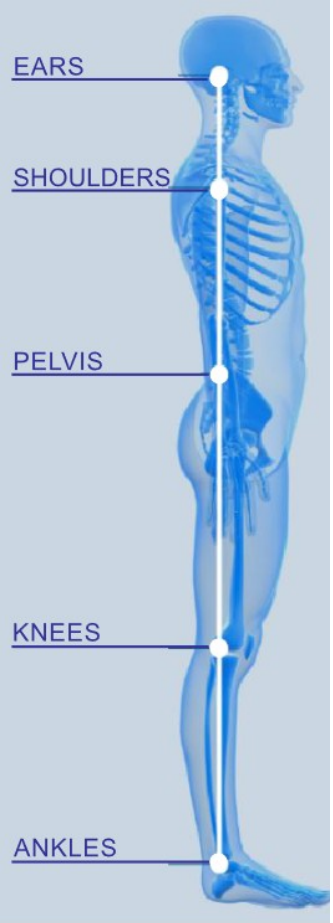


Version3 **NO REDUCTION** - БЕЗ АМАЛЕНИЕ





1.4 Стойка



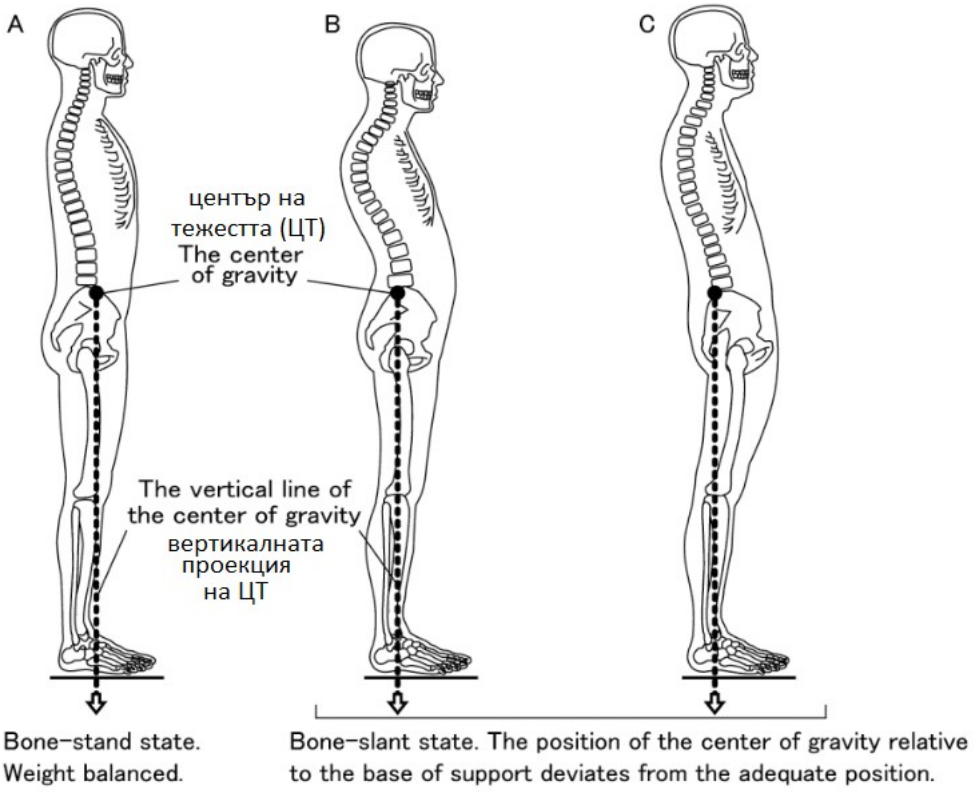
Правилната стойка не е важна само от естетическа гледна точка, но и заради здравето на танцьора. Тъй като основния ход и всички акробатични елементи в АРР са изградени на базата на определено баунсово движение, от изключително значение е предпазването на гръбначния стълб и ставите. Лоша стойка и неправилна позиция на стъпалата може да доведат до хронични здравословни проблеми и травми. По тази причина, когато инструктираме танцьори и съдии на състезания не можем да допускаме грешката да не посочим грешната техника.

Танцовата стойка е очевадно по-различна от небрежната ежедневна стойка. При правилната стойка надлъжната ос на тялото е напълно вертикална. Правилната стойка изисква да се стои на цели стъпала → достига пода в средата между двете стъпала.

Лесно може да проверите стойката си като застанете с гръб до една стена като я докосвате с тила, лопатките, седалищните мускули, прасците и петите. (Тила и долната извивка на гръбнака са съвсем слабо отдалечени от стената). Да се изпъне гърба е възможно по следния начин: вратната извивка може да се изпъне като вдигнете тила (брадичката остава хоризонтално) и като избутате надолу раменете и лопатките; гърба може да се изпъне като се вдигне гръдният кош, а лумбалната секция (долната извивка на гърба) като се стегнат коремните и седалищните мускули и се избутва надолу опашната кост.

Всичко това не трябва да води до прекалено напрегната и скована стойка, което няма нищо общо с отпусната (*релаксираната*) и елегантна танцова стойка.

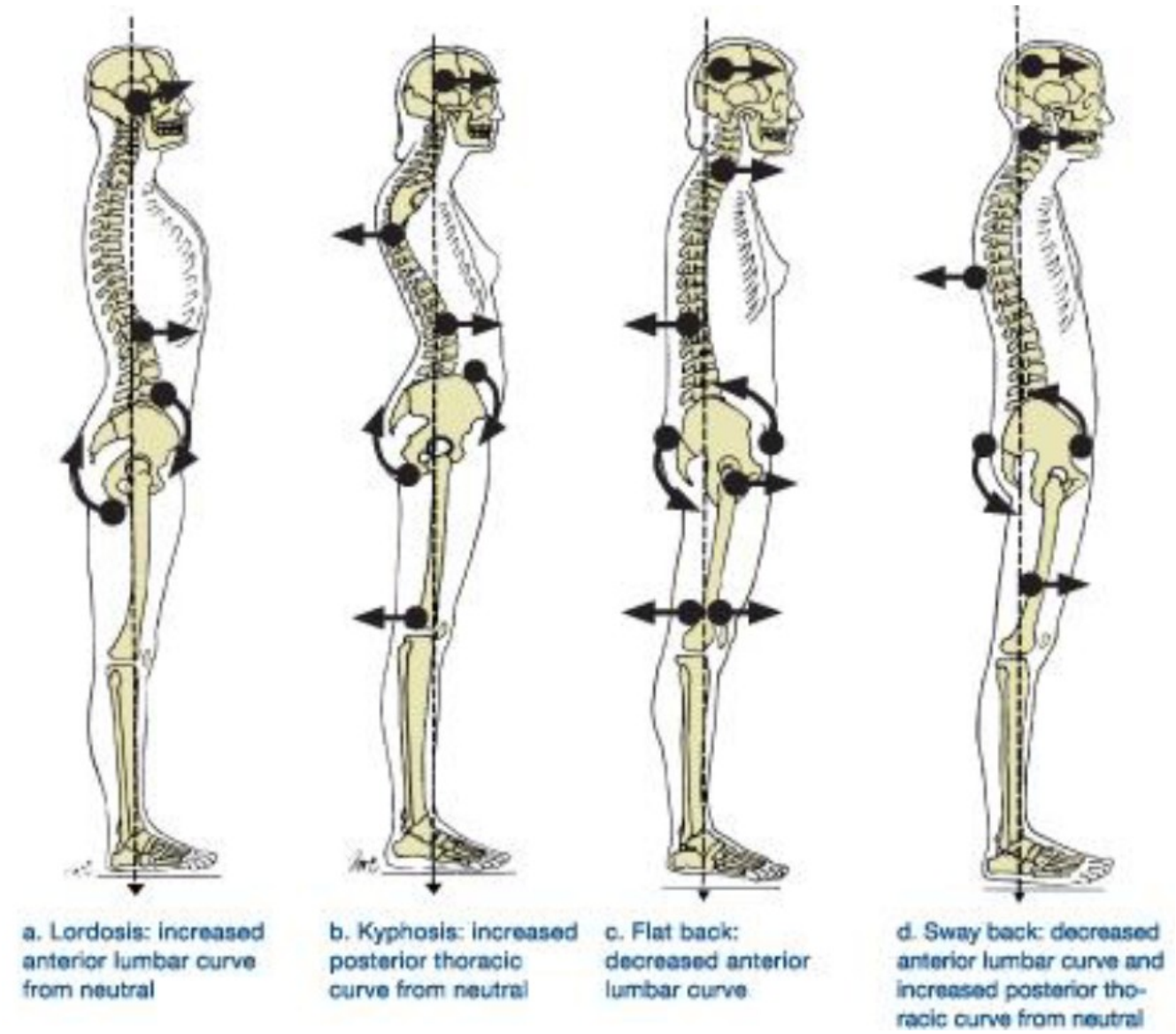
Всичко това трябва да е добре балансирано с правилна техника на дишане. Съзнателното и интензивно вдишване и издишване усилва периодичното сгъване и разпускане на мускулите, постепенно изчезва усещането за стегнато и напрегнато тяло и ни помага да се освободим от вътрешното усещане за напрегнатост.



Права позиция на скелета
Тежеста е балансирана.

Наклонена позиция на скелета. Позицията на ЦТ спрямо проекцията на пода на ЦТ се отконява от правилната посиция.

Следващата фигура показва различни неправилни стойки и дава представа как да я коригираме. Стрелката показва коя част от тялото трябва да коригира позицията си в каква посока. Също така се показва как положението на ханша оказва влияние върху извивките на гръбнака.



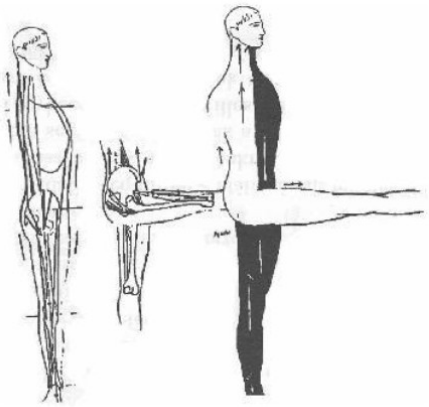
а.Лордоза: увеличена предната лумбална извивка спрямо неутралната позиция

б. Кифоза: увеличена задна гръдна извивка спрямо неутралната позиция

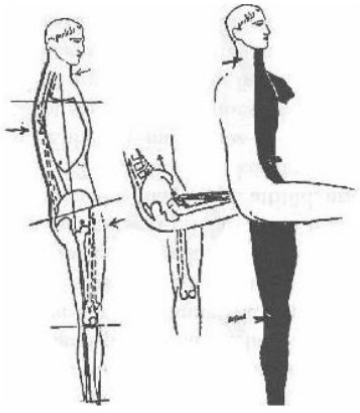
с. Плосък гръб: намалена предна лумбална извивка

д. Движещ се гръб: намалена предна лумбална извивка и увеличена задна гредна извивка спрамо неутралната позиция

Вие можете да видите правилната позиция на ханша по време на киковете във Фигура.а. Най-типичната грешна позиция на ханша е показана във Фигура b. Вдигането на крака напред и киковете са в единствената посока, при която височината на бедрото (вдигане на крака) не е ограничено от анатомични фактори, но за да бъдат изпълнени тези движения са необходими силни бедрени мускули като вдигащи мускули, както и силни мускули на корема и гърба за да задържат тялото в правилна позиция.



picture A: correct



picture B: incorrect

1.5 Движения на ръцете – линии на ръцете

Няма определени дефинирани линии на ръцете в правилата на рокендрола. Когато се танцува основния ход на рокендрол (PPOX), ръцете трябва да изпълняват контролирани движения. Движенията на ръцете, техният ритъм, динамика, естетика и акценти трябва са свързани с основния ход. Позицията на ръката, с която се осъществява хвата също трябва да е естетична.

Позициите на ръцете, които се използват в рокендрола са еквиваленти на „*allongé*" and „*arabesque*"; които са добре познати от балета (както и в джаза и спортните танци). Паралелните позиции на ръцете са взети от гимнастиката.

1.6 РнР движения на ръцете

В рокендрола движенията на ръцете се изпълняват подобно на гимнастиката с напълно оптегнати, изпънати стави на китката – различно от джаза – тъй като мощта и динамиката на основния ход може да бъде подчертан с това. Освен това, по време на цялата хореография могат да бъдат използвани движенията и позициите на ръцете взети от джаза или балета и други танцови стилове – разбира се изпълняват в съответствие със собствените им технически изисквания! (В този случай е очевидно, че липсата на пълно оптегнати и изпънати стави на китката не е грешка!). Някои основни правила трябва да се спазват, когато се изпълняват различните видове движения на ръцете:

- Нагоре (HP), в страни (LJA), в диагонална посока (VAP) ръцете никога не могат да се намират зад равнината на тялото! Още повече опънатите ръце трябва да са на една педя разстояние пред равнината на тялото. (ако не е така, лопатките ще преместят и правилната позиция на тялото не може да се задържи!) – *Очевидно по време на хореографията, когато се изпълнява специална фигура това не е грешка!*
- По време на движения с ръцете (и по всяко време, когато се танцува!) раменете трябва да се държат във възможно най-ниската позиция!
- Когато ръцете се държат в страни (LJA) или пред гърдите (RRCES) ръцете не трябва да се намират по-високо от линията на раменете, още повече те трябва да се намират по-ниско от тази линия (също заради лопатките). Държейки ръцете пред гърдите на височината на раменете или дори по-високо не е естетично и е с недостатъчна техника, разтварянето в страни , започвайки от изискваната позиция не може да приключи по-високо от началната позиция.

1.7 Съкращения:

Позиция на ръката: AP

Позиция пред гърдите (CES) – длани обърнати към гърдите

Rock'n'Roll позиция пред гърдите (RRCES) – длани обърнати надолу

Успоредни ръце (HP) – успоредни ръце вдигнати високо

Джазова позиция – дълги ръце (LJA) – позиция на ръцете в страни (дланите обърнати надолу)

Джазова позиция обърнати дълги ръце (ILJA) – изпънати ръце в страни обърнати нагоре

Диагонални ръце (DIAG A)

V позиция на ръцете: (VAP)

- V позиция на ръцете над глава (VAPO)
- V позиция на ръцете напред (VAPF)
- V позиця на ръцете надолу (VAPD)

Hist най-вроятно става дума за **wrist** - китка (FI)

Ръка (от китката нататък) (HND)

Джазова ръка (JHND) – отворена длан, опъната, отворени пръсти.

2.ОЦЕНЯВАНЕ НА ТАНЦА

2.1 Основен ход (максимално 20 точки)

Технически точки: начална оценка - максимум.
Мъжът и дамата се оценяват отделно. Базирано на техническите изисквания и правилниците, то е по-скоро обективно.

Изключения:

APP клас B и клас A:

- във всички кръгове преди полуфинала: 15,385 точки (за да достигне максимално 50 точки в танцовата част).

2.2 Акробатични елементи (юноши 2, капъл-шоу-денс)

- APP клас юноши: 5 точки
- APP клас капъл-денс-шоу: 10 точки

2.3 Танцови фигури (ТФ) (макс. 25 точки)

Изключения:

- APP клас юноши 2: 20 точки
- APP капъл-денс-шоу: 15 точки
- APP клас B и клас A: във всички кръгове преди полуфинала: 19,230 точко (за да достигне максимално 50 точки в танцовата част)

Какво е изпълнението? – прецизност, сложност, разнообразие, художествена стойност/хармония.

Артистични точки. Тук са включени прецизността и естетиката на изпълнението на танцовите фигури.

2.4. Хореография (макс. 20 точки)

Изключения:

- APP клас B и клас A: във всички кръгове преди полуфинала: 15,385 точки (за да достигне максимално 50 точки в танцовата част)

Какво е изпълнението? – прецизност, сложност, разнообразие, художествена стойност/хармония.

Артистични точки, НО също така е от съществено значение да се взема в предвид до каква степен хореографията отговаря на техническите изисквания и правилници.

3.APP ОСНОВЕН ХОД

Начална оценка 10 + 10 точки (мъж + дама)

3.1 Грешки – намаляване на оценката

Рокендрол Основен Ход - започва от 10 + 10 точки (мъж + дама)

ГРЕШКИ

РИТЪМ

	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%	100%
1	неправилен свуинг ритъм при кик-боул-чайнч (КВС)			X					
2	неправилен свуинг ритъм при киковете			X					
3	бавен КВС преди акробатични елементи		X						

КРАКА

	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%	100%
4	най-висок подскок след кика когато се връща назад крака / стъпало				X				

	грешен акцент:								
5	ниско повдигане на коляното преди кика (същият път назад)				X				
6	ниско повдигане на коляното преди КВС			X					
7	прекалено висок подскок при КВС		X						
8	кик с различен път - към кика и обратно (прекалено високо повдигане на коляното след кика)	Версия 1	Версия 2	Версия 3		Версия 4			
9	липса на височина при всички кикове и КВС			60° - 90°	30° - 60°				
10	липса на височина на 1 кик в ОХ	60° - 90°	30°- 60°						
11	липса на изпъване на крака по време на киковете		X						
12	кракът при повдигане не сочи към земята, релаксиран шпиц (Lack of pointed feet)	X							
13	ниска позиция на петата	X							

СТИЙКА И ПОСОКИ

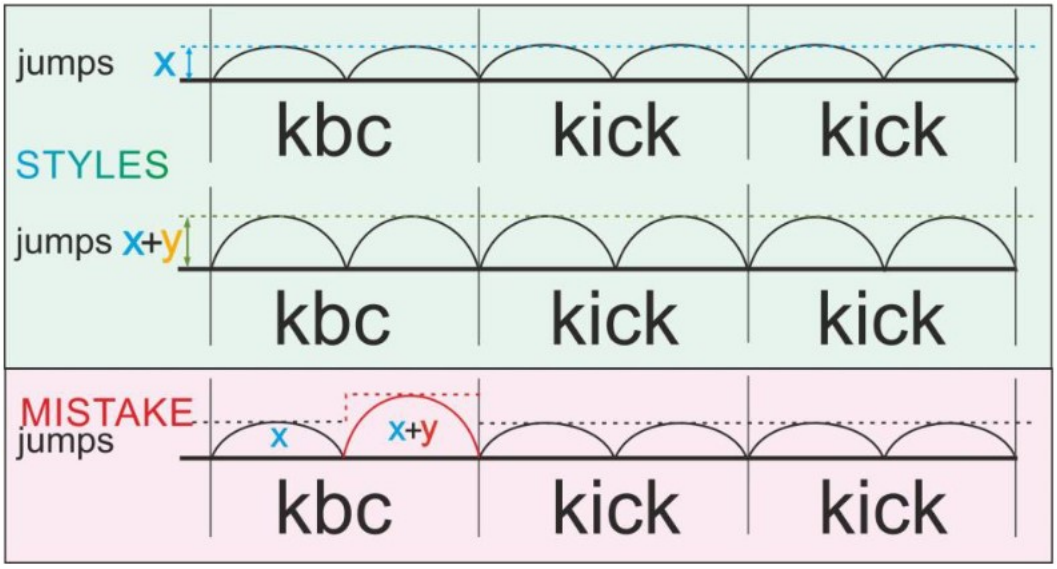
	Описание	**5%**	**10%**	**15%**	**25%**	**35%**	**50%**	**75%**	**100%**
14	рамене, гръб и ханш се движат по време на ОХ				**X**				
15	ханшът се движи заради киковете (липса на гъвкавост, грешна стойка)			**X**					
16	наклон по време на киковете (раменете се движат)		**X**						
17	липса на паралелна позиция на стъпалата завъртане на страни на ханша (и опорния крака)		**X**						
18	неправилна посока на киковете		**X**	**ексремно**					
19	неправилно положение един към друг		**X**						

ДВИЖЕНИЕ НА РЪЦЕ

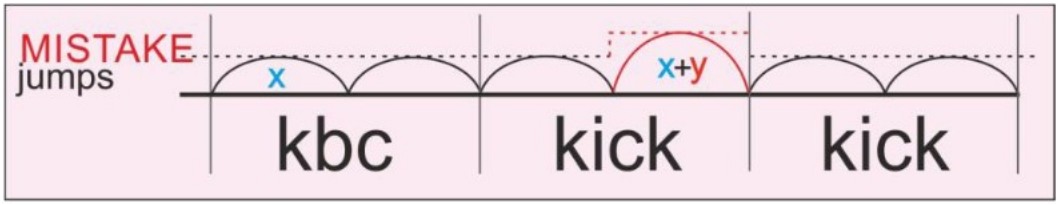
	Описание	**5%**	**10%**	**15%**	**25%**	**35%**	**50%**	**75%**	**100%**
22	неконтролирани движения на ръцете		**X**						
23	неправилна позиция на ръцете	**X**							
24	липса на "изпънатост", динамика, естетика на ръцете	**X**							
25	липса на синхрон с ОХ	**X**							

Приложение за таблиците за грешки

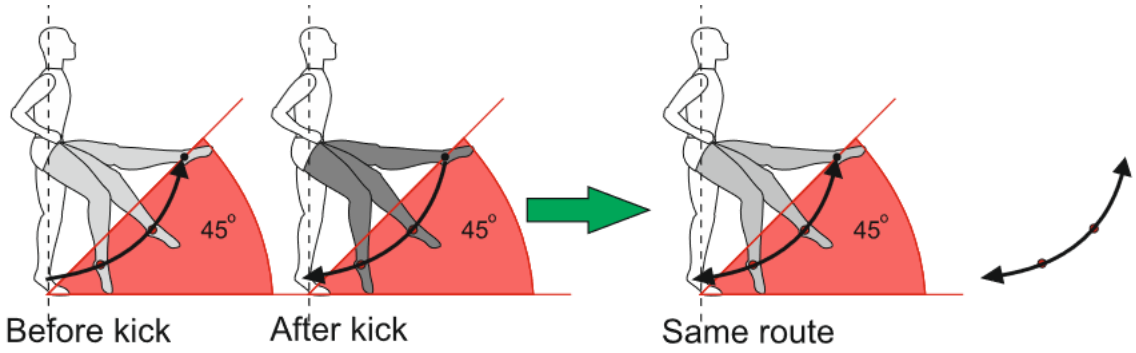
	Описание	**5%**	**10%**	**15%**	**25%**	**35%**	**50%**	**75%**	**100%**
7	прекалено висок подскок при КВС		X						



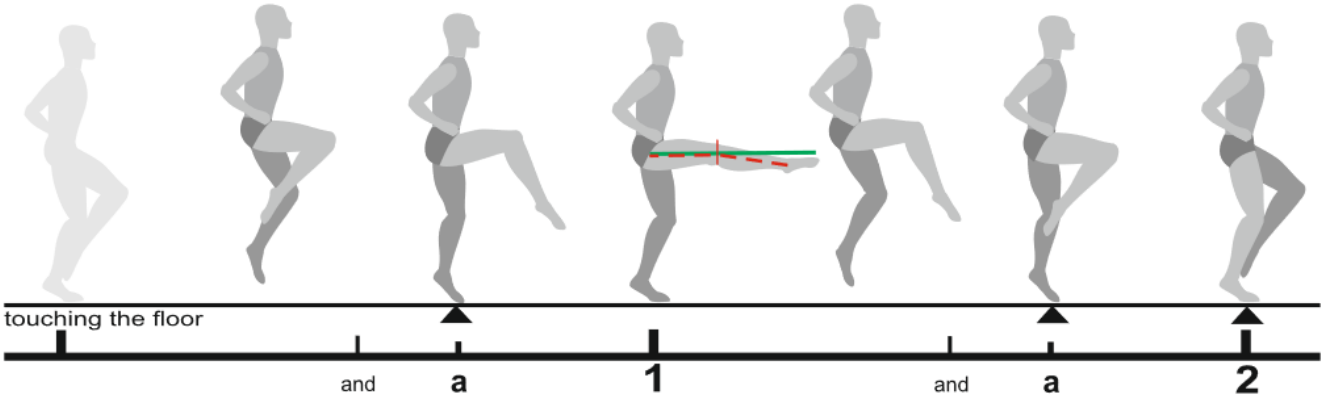
	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%		100%
4	Най-висок подскок след кик, когато се връща назад крака/ стъпалото (грешен акцент)				X					



	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%		100%
5	Ниско повдигане на коляното преди кик (същият път назад)				X					

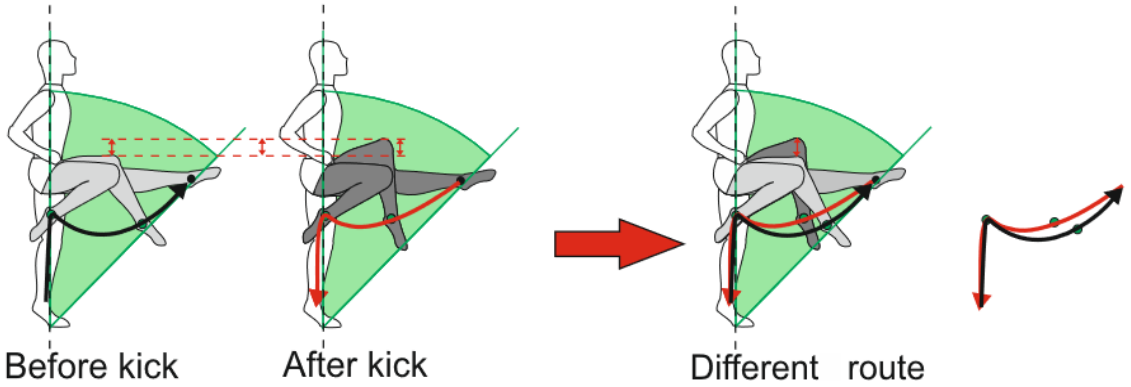


	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%		100%
11	липса на изпъване на крака по време на киковете		X							

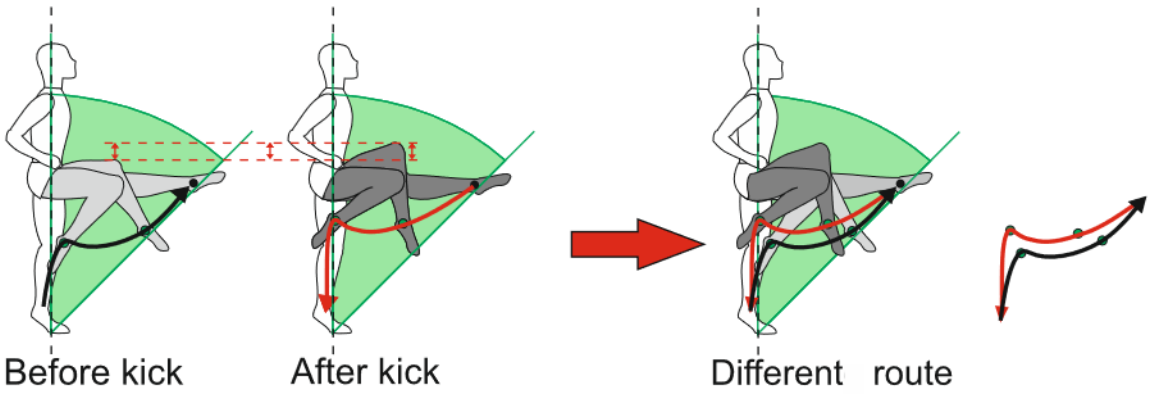


	Описание	5%	10%	15%	25%	35%	50%	75%		100%
8	кик с различен път - към кика и обратно (прекалено високо повдигане на коляното след кика)	Версия 1	Версия 2	Версия 3		Версия 4				

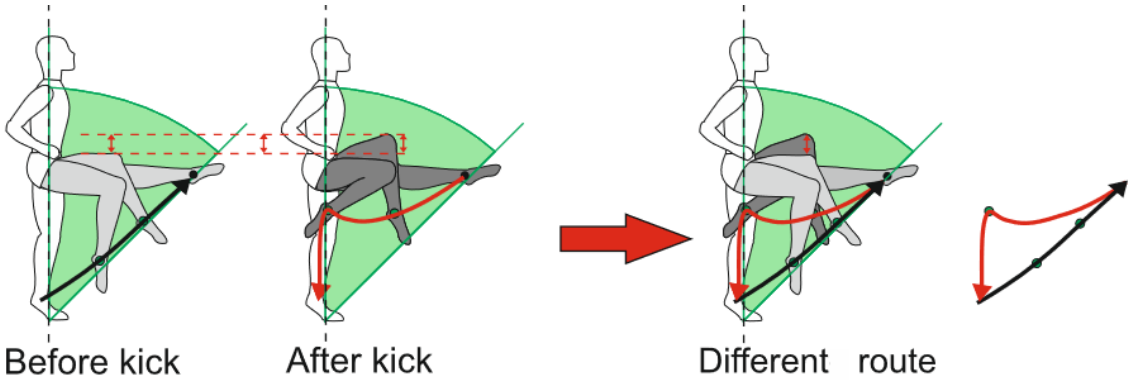
Version1 **5% REDUCTION**



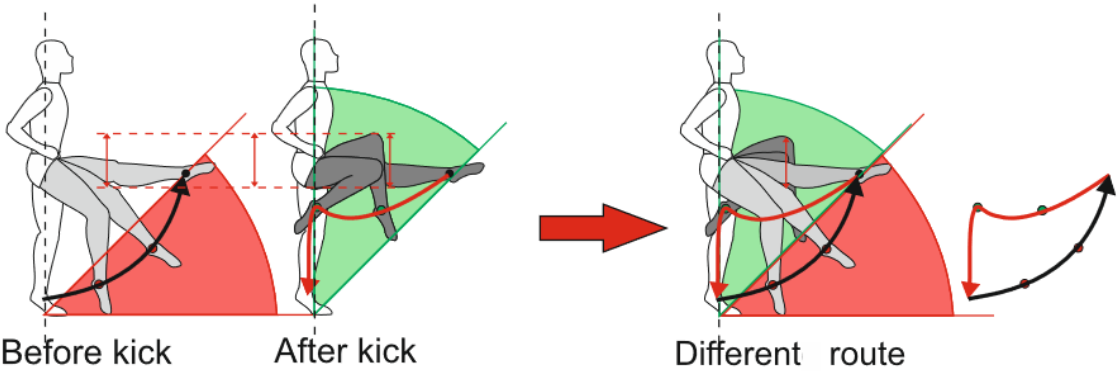
Version2 **10% REDUCTION**



Version3 **15% REDUCTION**



Version4 **35% REDUCTION**



4. ТАНЦОВИ ФИГУРИ

макс. 25 точки

Какво представляват?

Елементи:

- Движения с Основен Ход (артистична част на ОХ: динамика, стил, ...)
- Други танцови движения (Танцови Групи!!!, джаз, Въртения, скокове, ...)
- Акробатики.

Танцова фигура е самостоятелно, планирано движение по време на танц.

На таблета, съдията използва оценки от 0 – 10, разделени в 3 подкритерии:



0 -5 прецизност (0-1,5 недостатъчно; 2 – 3 средно; 3,5- 4 добро; 4,5-5 отлично)

0 -4 сложност, разнообразие (0-1 недостатъчно; 1,5-2 средно; 2,5-3 добро; 4 отлично)

0 – 1 артистичност/бонус за хармония (0 нищо специално, 0,5 нещо интересно, 1 нещо превъзходно)

0 -10 сумата

Прецизност (0 – 5 точки)

- Синхронност по време на фигура между танцьора и движението;
- Може ясно да се види кога танцовата фигура започва и кога завършва;
- Прецизност в движенията;
- Динамика;
- Основна танцова техника.

Сложност, разнообразие, оригиналност (0 – 4 точки)

- Различни въртения с едновременни многократни смени на танцовата позиция;
- Използването на така наречените „слепи фигури" (когато двойките/танцьорите не се виждат един друг);
- Въртения и други танцови фигури, смени с рокеднрол ОХ (RnR basics – може да означава и рокендрол техника);
- Движения, които изискват високо ниво на координация и изолация (координация, release, ronds-de-jambes и др.)
- Движения базирани на гъвкавост (grand battement jeté, split и др.);
- Скорост и брой на смяната на движения по време на последователноста на движенията (последователно изпълнени движения, е когато танцьори/двойките изпълняват една танцова фигура или изпълняват танцови фигури една след друга);
- Разнообразие на различни видове движения (танцови групи)
- Танцови фигури от джаза, Хип-Хоп и други стилове;
- Движения на ралични нива (скокове, елементи на пода)
- Отворени фигури с или без контакт;
- Разнообразие на линии;
- Фигури с различна динамика.

Артистичност / бонус за хармония (0 – 1 точки)

- Артистична стойност на изпълнението
- Артистичен ефект
- Хармония между танцьорите
- Специфичен стил на движенията на танцьорите
- Изключителна трудност

5. Хореография – максимум 20 точки

Какво представляват?

Елементи:

- Движения с ОХ (въртения, позиции/пози, посоки, креативност, ...)
- Други танцови движения (Танцови Групи!!!, джаз, Въртения, скокове, ...)
- Акробатики.

Една хореография не е добра само защото всяко движение и акцент е поставен правилно в съответсвие с акцентите и стоповете на музиката. Съответно основният ход не трябва да бъде променян за да съответства на броенето на 8, което е най-разпространено при 4/4 ритъм.

Това което прави една хореография наистина вълнуваща е, че най-важните части могат да получат своите акценти и по този начин да се изгради кулминацията. От горе на всичко, ако поставим няколко танцови фигури с основен ход една след друга, може лесно да се върнем към предпочитания стил на 80-те и по този начин да подсилим рокендрол усещането в хореография.

При оценяването на хореографията трябва да се вземе в предвид, че комбинирането на различни танцови фигури трябва да е логично, хармонично и естетично.

Танцьорите трябва да са на разтояние един от друг когато са в хват, равно на напълно изпънатите им ръце.

Когато се оценява хореографията, вкусат на съдията е един важен фактор, но колко разнообразна е една хореография би трябвало също така да играе важна роля. За да може да се отличат двойките, които използват движения с по-широка амплитуда, трябва да има начин това да се отрази в системата за оценяване.

Ние може да избираме от четири групи, които са наличните възможности за да съставяме хореографията:

Групи	Описание	Продължи-телност	количество	знак
1.	Танцов елемент в двойка с РРОХ и хват (основен ход със смяна на позициите/ swifts, и др.)	1,5 такта	мин. 6 х ЗАДЪЛЖИТЛЕНО	
2.	Типични рокендрол вариации (kicks, kick-ball-change, повдигане на коляното изпълнени във всички посоки, и т.н.) с хват	2-4 такта препоръчително	мин. 2 х	
3.	Елементи без РРОХ (танцови фигури изпълнени изключително и само в двойка)	2 такта	мин. 2 х препоръчително	
4.	Други (въртения, фигури от други танцови стила, танцуване в линия, синхронни движения, и т.н.)	-	-	

Естествено, когато са използвани елементи от всичките групи, точките за хореогарфията ще започват от по-висока стойност. Това ще даде възмоцност да се възнаградят танцьорите, които изпълняват танца си на по-високо ниво като използват елементи от всичките четири групи пред двойките, които изпълняват променливи и многоцветни хореографии но на по-ниско ниво – точно както се възнаграждават акробатичните групи.

Препоръки за треньори и съдии:

- Брой индивидуални завъртания. Без контакт: : максимум 2 в една хореография;
- Елементи на пода: максимум 2 в една хореография;
  - Всички елемети изпълнени с контакт на тялото или ръце с пода (изключват се акробатични елементи)
- Високи скоци без хват: максимум 2 в една хореография;
- Елементи без хват (split elements): само 2 в една програма;
- ЗА ВСИЧКИ ИЗСИКВАНИЯ, ИЗБРОЕНИ ПО-ГОРЕ:
  - Ако са изпълнени заедно, се зачитат като един елемент;

- Ако са изпълнени отделно, се зачитат като един елемент.

На таблета, съдията използва оценки от 0 – 10, разделени в 3 подкритерии:



0 -5 прецизност (0-1,5 недостатъчно; 2 – 3 средно; 3,5- 4 добро; 4,5-5 отлично)

0 -4 сложност, разнообразие (0-1 недостатъчно; 1,5-2 средно; 2,5-3 добро; 4 отлично)

0 – 1 артистичност/бонус за хармония (0 нищо специално; 0,5 нешо интересно; 1 нещо превъзходно)

0 -10 сумата

Структура на хореографията, изпълнение и презентация (0-5 точки)

- Използване на различни линии в танца;
- Използване на танцовото пространство (3 измерения);
- Използване на ралични посоки по време на хореографията;
- Логичност, хармония и естетика в съчетаването на отделните фигури;
- Акробатичните елементи са добре вградени съгласно музиката;
- Езикът на тялото и изразителност;
- Непрекъснат двигателен поток в танца;
- Плавен, непрекъснат преход от акробатичен елемент към танца;
- Харизма;
- Самоувереност;
- Удоволствие от изпълнението на танца;
- Хармония и взаимовръзка между партньорите.

Идеи (0-4 точки)

- Връзката между музика, движенията, костюмите ... и т.н.
- Ясно разпознаваема тема или история;
- Оригинални движение или елементи / схеми (patterns);
- Оригиналност.

Бонус (0-1 точки)

- Специални идеи
- Много характерни движения
- Хубаво начало и крайна поза
- Оригинални движения
- Оригинални акробатични елементи

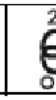
ТАНЦОВИ СИМВОЛИ

основен символ	с уточнение	DESCRIPTION
1		Танцова група 1 - ОХ с контакт и смяна на местат
	x 1	Трудно ниво Танцова група 1 - ОХ с контакт и смяна на местат
o 1		Без смяна на местата Танцоя група 1 - ОХ с контакт, БЕЗ смяна на местат
2		Танцова група 2 - вариации от киквое
3		Тамцова група 3 - танцови елементи с контакт
4		Танцова група 4 - други танцови елементи
A	1 A	Акробатични групи: 1, 2, 3, 4, 5, 6 (комбинации напр. 2 +5) акробатичен елемент
⌄	⌄ oo	елемент на пода (лесен, кратък, обикновенно движение) мъжа и дамата заедно
	⌄ o	елемент на пода (лесен, кратък, обикновенно движение) само жената
	⌄ ø	елемент на пода (лесен, кратък, обикновенно движение) само мъжа
^	^ oo	скок (лесен, кратък, обикновенно движение) мъж и жена заедно
	^ o	скок (лесен, кратък, обикновенно движение) само жената
	^ ø	скок (лесен, кратък, обикновенно движение) само мъжа
	—	всяко движение на пода (лежейки, на колене ...)
F	F oo F o F ø	елемент демонстриращ гъвкавост (лесен) - двамата, само жената, само мъжа
	x F oo x F o x F ø	елемент демонстриращ гъвкавост (труден) - двамата, само жената, само мъжа
Є	1 Є oo 1 Є o 1 Є ø	брой: 1, 2, 3, 4 ... въртене без контакт - двамата, само жената, само мъжа
	1 Є o 1 Є ø	брой: 1, 2, 3, 4 ... въртене със контакт - двамата, само жената, само мъжа
(0)		търкаляне
P		начална и крайна поза
	ø o	различни елементи за мъжа и жената изпълнени едновременно
	⌣	СВЪРЗАНИ ЕЛЕМЕНТИ (напр. въртене завършващо с елемент на пода без спиране между тях)

Обяснение на различни комбинирани движения

СИМВОЛ	ОПИСАНИЕ
	**единично въртене по време на скок - двамата танцьори заедно**
	**двойно въртене завършващо с елемент на пода - двамата танцьори заедно**
	**жена: труден елемент за гъвкавост по време на скок** **мъж: тройно въртене**
	**жената: труден елемент за гъвкавост на пода (напр. в лежаща позиция)** **мъж: елемент от Танцова група 4 (стоп или друго движение: изолация ...)**

Посока в хореографията

Simplified **упростен**												
P	1	Є	4	1	A	FЄ	2	3	1	1	Є	P
Detailed **делтайлирано**												
P	1		4				2	3	1			P

Това описание показва ранообразието и трудността на елементите в хореографията. Това е основата за оценяване на танцовите фигури.

Голям брой елементи не означава автоматично много точки за хореография, но това описание дава възможност за анализ на структурата на хореографията.

6. ТАНЦОВИ ГРУПИ

6.1 Група 1

Танцови елементи в двойка с хват, изпълнени с пълен рокендрол основен ход.

Смяна на местата/посоките с основни ходове

Задължителна бройка: двойката трябва да представи елементи от 1 група: минимум 6 пълни основни хода с контакт и със смени на местата и/или посоките – в противен случай ще получи жълта или червена карта.

(Във финал, танцова хореография 4 пълни РнР основни хода със същите изисквания.)

Основният ход е КВС+Kick+Kick (само в тази последователност)

Класическата смяна на местата се изпълнява с РРОХ. Хореографията не трябва да напуска своето оригинално място. (заради акробатичните елементи, би била доста опасно, ако двойките се приближат прекалено много една към друга).-

Следните движения/елементи се приемат в Група 1:

- Само изпълнен пълен ОХ се отнася към тази група.
- Двамата танцьори трябва да танцуват ОХ заедно по едно и също време.
- Основен ход с хват и смяна на местата и/или посоките, класическа или модерна смяна на местата.
- Не е необходимо да има хват през цялата смяна на местата, но трябва да е еднозначно изпълнен като елемент в двойка. Най-малко 2/3 от ОХ трябва да се изпълни с контакт (най-малко 4 времена от 6).
- Задължително елементите от група 1 се изпълняват със смяна на мястото и/или на посоката (наи-малко 90°). Допуска се **само един ОХ** да бъде изпълнен без смяна на местта или смяната на посоката - **естествено хвата е задължителен**.

НЕ СЕ ЗАЧИТА ЗА ТАНЦОВ ЕЛЕМЕНТ ОТ ГРУПА 1, КОГАТО:

- Двойката изпълни ОХ без контакт, на място (един към друг, един до друг ...)
- Ако контактът е по-кратък от 4 времена по време на ОХ.
- Кикът е заменен от повдигане на коляното или петите.
- ОХ не изпълнен до край/завършен от давамата партньори.

Когато се изпълнява фигура смяна на местата, следните принципи трябва да се съблюдават:

- Смяната на посоката трябва да се изпълнява виндаги на „и”-то преди или след кика и с повдигане на коляното заменящо кика.
- Киковете и вдигането на коляното се изпълняват винаги перпендикулярно спрямо ханша. Смяната на посока се извършва с ханша и опорния крак – раменете могат да сочат друга посока независимо.
- Танцьорите в двойката трябва да изпълняват киковете в една и съща или противоположна посока (равнина) .
- Качеството на основния ход не трябва да бъде влошено заради сложността на танцовата фигура.
- Ясно аранжирани (подредени) фигури са желателни.
- Танцьорите трябва да обърнат специално внимание на „спазването на линиите на тацуване”: в рокендролът основно се танцува в „+”схема (на кръст) и танцьорите трябва да направят всичко възможно да не излизат от тази „+”схема (напр.: ако танцуват един до друг никой от тях не може ... ***изречението не е завършено***)
- В случай, че се изпълнява симетрична смяна на местата танцьорите трябва да полагат усилия на спазват синхрона с партньора си (формата на танцовото движение, ритъма му, диманиката, ...)
- Физиката и структурата на танцьорите (антропологичните дадености на тацьорите) трябва да се взема в предвид при изготвянето на хореографията (за да се получи естетичен резултат).

За всяка смяна на местата трябва да бъде уточнено:

- В коя част от движението ще бъде извършена смяната на посоките;
- От къде тръгва завъртането (от горе или от долу)
- Каква е динамиката на завъртането (постоянна, ускорителна, забавяща се ...)

6.2 Група 2

Типични рокендрол вариации

Типични рокендрол вариации изпълнени без пълен ОХ.

Отворени рокеднрол вариации – с контакт.

Препоръчителен брой и продължителност: 2-4 такта – най-малко 2 пъти.

- Типични фигури са синхронни кикове с хват за раменете или ръцете.
- Те могат да бъдат изпълнен един до друг или един зад друг.
- ОХ изпълнен съгласно определението от група 1 не се зачита за група 2!

Възможни движения:

- КВС и кикове
- Кикове диагонално или в страни
- повдигане на коляното или петите
- подскоци

Основни принципи:

- Кикът и повдигането на коляното се изпълняват перпендикулярно на ханша, смяната на посоките се изпълняват със завъртане на ханша и опорния крак – раменете могат да сочат в друга посока (независимо).
- Танцьорите трябва да полагат усилия да запазват синхрона с танцовия партньор (формата на движението, ритъм, динамика, ...)
- Танцьорите в двойката трябва да изпълняват киковете в една и съща равнина или огледално. „спазвай линиите"

6.3 Група 3

Танцови фигури с хват

Танцови фигури с хват изпълнени без РРОХ, смяна на места

Препоръчителен брой: 2 такта – 2 пъти

Танцови фигури изпълнени с контакт с партньора, при които се изисква помощта на партньора. Изпълнени самостоятелно движенията стават безмислени, контактът се запазва до края на танцовата фигура или се променя в друга форма на контакт.

6.4 Група 4 - ДРУГИ

Други танцови фигури

Всички танцови движения, които не се отнасят към предишните 3 групи.

Напр.: единични завъртания, танцови фигури взаимствани от други танцови стилове (джаз, хип-хоп, и т.н.), които могат да се изпълнят самостоятелно или синхронно с партньора.

7. СВЪРЗВАНЕ НА ТАНЦОВИ И АКРОБАТИЧНИ ЕЛЕМЕНТИ

Интегрирането на акробатични елементи в танца е изключително важно, тъй като в противен случай няма да се получи едно единно цяло. Свързването се състои от: входът в акробатиката и изхода от акробатиката.
Може да зависи от акробатичния елемент каква танцова стъпка ще се използва за вход в акробатиката, но най-често използваната (въпреки, че това не е задължително) кик-боул-чайнч (КВС) преди акробатиката. Мъжът и дамата могат да го изпълнят синхронно, но преди сложни акробатики мъжът може да изпусне КВС-а и да се подготви за хвърлянето или лифта/повдигане на партньора (обичайно с понижаване на центъра на тежестта).

Възможни грешки

- Грешна техника или естетика на изпълнението (ОХ, движения на ръцете, позиция на тялото)
- Грешен ритъм или скорост (неправилен, по-бързо, по-бавно);
- Липса на синхрон;
- Прекалено голямо или малко разстояние между партньорите;
- Ненужни движения между приземяването от акробатиката и първата танцова фигура;

Често преди акробатика се танцува един основен ход, който също влошава стойността на хореографията и прави входа в акробатичния елемент по-малко виртоозен.

За изход от акробатичния елемент може да се използва всеки танцов елемент, но най-често се използва за свързавщ елемент кикът. Кикът улеснява влизането в музика и все пак е едно елегантно решение.
–
Стоп и поза изпъленени непосредствено след изхода/приземяването от АЕ прекъсва суинга (двигателният поток) и оставя впечатление, че на двойката й е необходима допълнителна концентрация за да влезе в музиката (особено, когато се използва многократно). За изключение се счита случая, когато музиката изисква акацент-стоп в хореографията.

8. Оценяване на акробатични елементи в класовете РнР юноши 2 и РнР капъл-денс-шоу

В АРР клас юноши двойката може да получи максимум 5 точки за изпълнение на акробатичен елемент и всяка със стойност от 1 точка на таблета, съответстваща на 0,5 точки за финалната оценка.

В АРР клас капъл-денс-шоу двойката може да получи максимум 10 точки за изпълнение на акробатичен елемент и всяка със стойност от 1 точка на таблета, съответстваща на 0,5 точки за финалната оценка.

На таблета, съдията използва оценки от 0 – 10, разделени в 3 подкритерии:



0 -5 прецизност (0-1,5 недостатъчно; 2 – 3 средно; 3,5- 4 добро; 4,5-5 отлично)

0 -4 сложност, разнообразие (0-1 недостатъчно; 1,5-2 средно; 2,5-3 добро; 4 отлично)

0 – 1 артистичност/бонус за хармония (0 нищо специално; 0,5 нещо интересно; 1 нещо превъзходно)

0 -10 сумата

ИЗПЪЛНЕНИЕ (0-5 ТОЧКИ)

- Използвайте препоръките и структурата от таблицата за грешки за клас А и клас В;
  - за естетически грешки: макс. 4,5
  - за технически грешки макс. 2,5 - 4
  - за грешки отнасящи се до ниво на сигурност макс. 0,5 – 2,5
- изпълнение на акробатичен елемент в темпото на музиката

Трудност, разнообразие (0 – 4 точки)

- различни групи акробатични елементи не са задължителни, но важни:
  - Само 2-3 акробатични групи: макс. 3,0
  - Прекалено дълги комбинации: макс. 3,0
  - Само една група или повторение на елемент: макс. 2,0
- Внимавайте с повторенията!

Бонус (0-1 точки)

• дайте бонус за нова или интересна идея

• добра връзка с танцовата част

9.РИТМИЧЕСКИ ГРЕШКИ

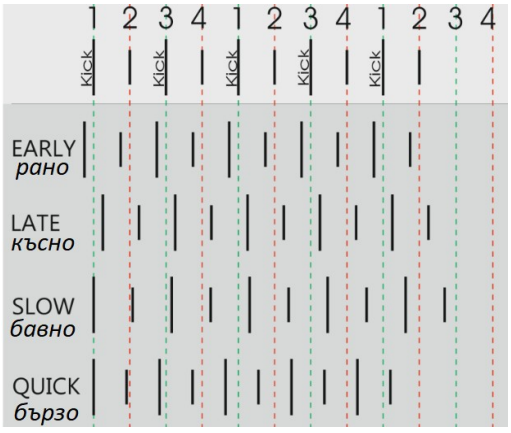
• танцуване на слабо време, неконтролирано танцово движение, прекъсване на танца (един или двамата танцьори), падане в танца.

Малка грешка: -2 точки
Голямя грешка: -10 точки
Ново начало (ристарт): -30 точки (само от техническия съдия)

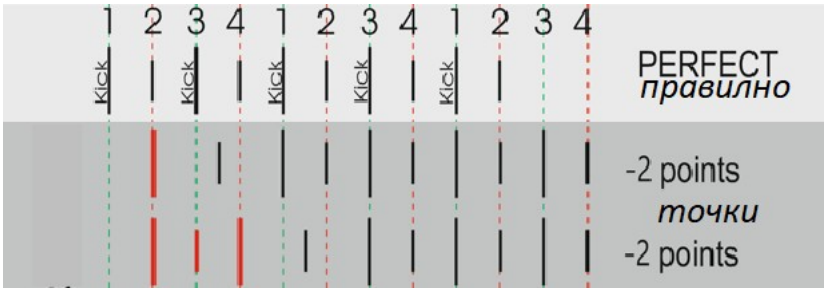
-2 точки (0-4 времена)

- Технически ритмични грешки в ОХ

само веднъж в програма/хореографията



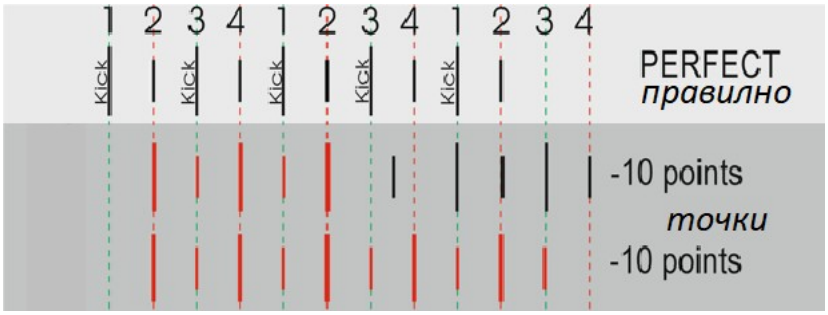
- Танцуване на слабо време (напр. след акробатичен/танцов елемент!)



- Неконтролирано танцово движение
- Падане в танца

-10 точки (5 и повече удара)

- Танцуване на слабо време



- Неконтролирано танцово движение
- Прекъсване на танца (един или двамата танцьори)
- Падане в танца