



# PRAVIDLA platná od 1. 9. 2018

## 1 CHARAKTERISTIKA

Český svaz aerobiku a fitness FISAF.cz. ve spolupráci s Asociací školních sportovních klubů (AŠSK), pořádají v rámci projektu „Česko se hýbe“ soutěž v pohybových skladbách „Česko se hýbe ve školách“. Otevřená soutěž pro děti a mládež je soutěží zaměřenou na tvorbu a předvedení pohybové skladby jako hudebně-pohybové kompozice.

### 1. 1 Podmínky účasti a startovné

Podmínkou účasti je zaslání elektronické přihlášky a úhrada startovného, které je nevratné. Přihláška je zveřejněna na webových stránkách [www.ceskosehybe.cz](http://www.ceskosehybe.cz) u jednotlivých termínů postupových kol. Přihláška se zasílá vždy nejpozději 14 dní před termínem postupového kola. Zasláním přihlášky se každý zavazuje k úhradě startovného, které je nevratné. Startovné činí 50 Kč za každého člena skupiny a start v postupovém kole a 80 Kč na Republikovém finále. (např. Anička soutěžící v kategorii aerobik a tanec bude platit 2x 50 Kč nebo 2 x 80 Kč ve finále). Startovné se hradí převodem na účet na základě vystavené faktury kanceláří FISAF.cz. Startovné je nevratné.

## 2 VĚKOVÉ KATEGORIE

Do každé věkové kategorie se skupina řadí podle věkového průměru (počítá se dosažený věk v daném roce u každého člena skupiny):

1. MŠ – pro děti od 3 let (ve skupině nesmí být dítě, které nenavštěvuje MŠ nebo chodí na ZŠ)
2. průměr do 7,99 (určeno skupině, která nespĺňuje podmínky kategorie MŠ)
3. průměr 8,00 – 10,99
4. průměr 11,00 – 13,99
5. průměr 14,00 – 16,99 let
6. průměr 17,00 a více
7. Osoby se specifickými potřebami

## 3 KATEGORIE DLE ŽÁNRU

Pohybové skladby jsou rozlišeny podle převažujícího obsahu a charakteru pohybové činnosti (neplatí pro kategorii Osoby se specifickými potřebami a kategorii MŠ):



1. **Tanec** (např. Hip Hop; Free style; Step; tanec společenský, lidový, country, scénický; rokenrol; mažoretky aj.)
2. **Aerobik** (různé formy aerobiku jako je např. step aerobik, taneční aerobik, country aerobik, latino aerobik, rope skipping aj.)
3. **Gymnastika** (rytmická; sportovní; moderní; akrobatická; teamgym; aj.)

Pohybová skladba je předvedena na soutěži skupinou cvičenců na libovolný hudební doprovod. Kompozice a provedení pohybového obsahu mají vycházet ze zvoleného námětu skladby. Výběr pohybového obsahu a celkové zpracování vybraného námětu mají být přiměřené věku skupiny a úrovni její výkonnosti. Úroveň tvorby pohybové skladby je vyjádřena souladem mezi složkou pohybovou, hudební a choreografickou (ztvárnění pohybu v prostoru a změny pohybu po ploše), popř. výtvarnou. Kvalitu tvůrčí činnosti podporuje využití principů tvorby (celistvosti, gradace, kontrastu, opakování, variace, frázování), současně i začlenění motivů pohybové komunikace a spolupráce. Ve skladbě je možno využít náčiní, nářadí, různé pomůcky a vhodné rekvizity.

## 4 POŽADAVKY NA SOUTĚŽNÍ SKLADBU

### 4. 1 Délka skladby, závodní plocha

Délka skladby je 2:00 - 3:00 minut. Při překročení časového limitu sníží každá rozhodčí své bodové hodnocení o 0,5 bodu.

Závodní plocha má rozměr 12 x 12 metrů a je jasně označena čarou kontrastní barvy, která je široká 5 až 10 cm. Vnější okraj čáry je vnějším okrajem závodní plochy, tzn., že čára je součástí závodní plochy. Závodníci se musí pohybovat uvnitř závodní plochy po celou délku sestavy.

### 4. 2 Počet členů ve skupině

Skupinu tvoří 5 až 30 členů.

### 4. 3 Hudební doprovod

Výběr hudební předlohy by měl odpovídat námětu pohybové skladby. Nahrávka musí být vhodně zpracována pro veřejnou produkci. Nahrávka (instrumentální i zpívaná) by měla být zvukově vyvážená, případný sestřih by měl co nejvíce zachovávat hudební formu. Ve finálové soutěži musí být použita stejná hudba jako v postupovém kole.

Kvalitně zpracovaná hudební nahrávka musí být vypálena jako hudební CD. Na CD smí být pouze jedna nahrávka. CD se odevzdává v místě konání u prezence. Obal s nahrávkou i samotná CD musí být označeno názvem školy/klubu, názvem skladby a věkovou kategorií. Pro případ chybně vypáleného CD je doporučeno mít hudbu s sebou na USB Flash disku.

#### 4.4 Oblečení, cvičební pomůcky, náčiní

Cvičební úbor nebo kostým a celková úprava zevnějšku mají odpovídat věku skupiny a zvolenému námětu skladby. Zvolený úbor a obuv musí být bezpečné. Úprava zevnějšku má umožňovat rozhodčím posuzování úrovně provedení pohybového obsahu.

Použití náčiní, nářadí, pomůcky nebo rekvizity je součástí námětu skladby, proto by se nemělo stát pouhou dekorací. Možnosti manipulace s náčiním je vhodné využívat minimálně polovinu doby trvání skladby. Případné odložení náčiní a jeho umístění na ploše musí být provedeno tak, aby nebránilo dalšímu bezpečnému cvičení.

## 5 PRŮBEH SOUTĚŽE

Soutěže v pohybových skladbách ČSH jsou jednokolové, s možností postoupit do celorepublikového finále.

Losování startovního pořadí v každé kategorii probíhá pomocí počítače po uzávěrce přihlášek. Do losování budou zařazeny pouze ty skupiny, které se v řádném termínu přihlásily a zaplatily startovné.

### 5.1 Hodnocení skladeb

Předvedené pohybové skladby jsou hodnoceny podle kritérií:

- a. **námět** – jeho zpracování a originalita
- b. **úroveň pohybové interpretace** – přiměřenost, obtížnost, technika provedení cvičení bez náčiní i s náčiním, jednotnost předvedení,
- c. **choreografie** – kompozice skladby (využití principů a motivů tvorby), rozmanitost a logická návaznost pohybového a prostorového řešení, zajímavost půdorysného řešení, pohybové vyjádření námětu skladby, využití celé závodní plochy
- d. **hudba** – vhodnost výběru, práce s hudebně-pohybovým motivem, pestrost výběru hudebně-pohybových vztahů, soulad pohybu a hudby
- e. **celkový dojem** – přesvědčivost a působivost provedení, emocionálnost předvedení, výtvarné řešení, navazování kontaktu mezi cvičenci ve skupině a s diváky.

### 5.2 Způsob vyhodnocení na postupových kolech

Skladby jsou hodnoceny panelem rozhodčích v počtu 5 členů, včetně hlavního rozhodčího. Nominaci rozhodčích určuje Sportovně-technická komise FISAF.cz.

Po předvedení skladby si rozhodčí zaznamená své hodnocení. Podle svého hodnocení vytvoří pořadí všech skladeb v dané kategorii. Ihned po ukončení každé části soutěže odevzdává své výsledné pořadí k hlavnímu rozhodčímu. Výsledné pořadí skupin v dané kategorii je určeno podle výše součtů pořadí celého panelu rozhodčích. V případě rovnosti součtů pořadí u více skupin rozhoduje o konečném



pořadí hodnocení hlavního rozhodčího. Rozhodčí mají na postupovém kole právo rozhodnout a doporučit změnu žánrové kategorie skladby pro účast na Republikovém finále.

Po hodnocení rozhodčích budou skladby dle předvedeného výkonu rozděleny do **výkonnostní kategorie A a B** (netýká se kategorií MŠ a Osob se specifickými potřebami). Do kategorie A patří skladby pokročilejší, do kategorie B skladby méně pokročilé. Tyto dvě kategorie budou následně vyhlašovány odděleně. V jednotlivých kategoriích může být libovolný počet skladeb nebo může být jen jedna.

Dle úrovně předvedených skladeb určuje panel rozhodčích počet postupujících z jednotlivých kategorií (A a B) na Republikové finále. Do Republikového finále postupuje libovolný počet zvolený panelem rozhodčích.

### 5. 3 Postupový klíč na Republikové finále

Na základě postupových kol bude vyhodnocen seznam postupujících skladeb, které budou následně rozřazeny do věkových, žánrových a výkonnostních kategorií. Do výkonnostních kategorií budou skladby zařazeny dle dosaženého výsledku v jednotlivých postupových kolech. V případě vícečetných startů na postupových kolech rozhoduje převaha zařazení do výkonnostních kategorií (např. 2x vyhodnocení v kat. A, jednou v kategorii B, tzn., že start na Republikovém finále bude v kategorii A). V případě rovnosti rozhoduje o zařazení do výkonnostních tříd hodnocení hlavního rozhodčího.

Postupující skupiny budou vyzvány k potvrzení účasti na Republikové finále. Po potvrzení účasti bude zaslána faktura na startovné a skupiny budou zařazeny do soupisky, která bude zveřejněna na [www.ceskosehybe.cz](http://www.ceskosehybe.cz).