



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie

## Introductiebijeenkomst TD1 Jurycursus 2017-2020

NTS Voorgeschreven Oefenstof Niveau D2/D3

Docent:  
Email:



## Programma

- Opbouw Cursus
  - uitleg modules
  - uitleg reglement
- Opbouw van het cijfer
- E-score (uitvoering)
- Pauze
- D-score

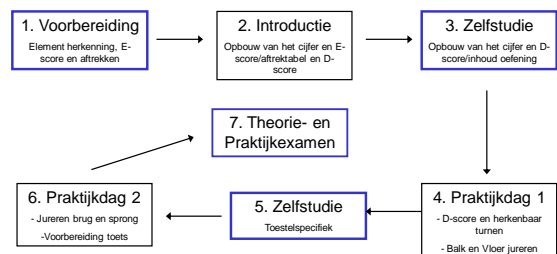


## Programma

- Opbouw Cursus
  - uitleg modules
  - uitleg reglement
- Opbouw van het cijfer
- E-score (uitvoering)
- Pauze
- D-score



## Opbouw van de cursus



## Doelstellingen TD1 cursus

1. **Herkennen en beoordelen basiselementen binnen het turnen** (Voorbereidende modules + Introductiebijeenkomst)
2. **Opdoen van kennis omtrent het reglement van toepassing op de niveaus D2/D3** (Introductiebijeenkomst + Zelfstudiemodules)
3. **Jureren van de voorgeschreven oefenstof D2/D3** (Zelfstudiemodules + Praktijkdag 1 + Praktijkdag 2)
4. **Voorbereiding op jureren op wedstrijden** (Praktijkdag 2)



## Examen momenten

Om het TD1 brevet te halen, dient men te slagen voor de eindtoets in de module

Het examen omvat theorievragen waaronder 4 praktijk oefeningen

(1 oefening per toestel en theorie omvat alle algemene modules en alle toestelmodules)

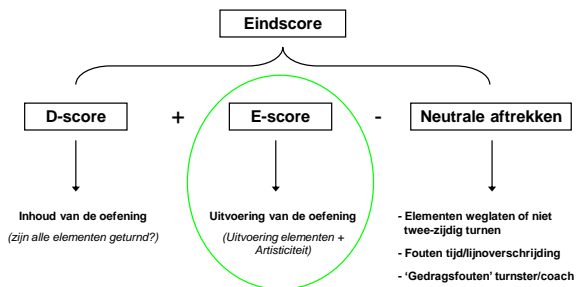
## Programma

- Opbouw Cursus
  - uitleg modules
  - uitleg reglement
- Opbouw van het cijfer
- E-score (uitvoering) (**sectie 8**)
- Pauze
- D-score

## Jurereen – welke handelingen?

- Waarnemen:
  - Houdingsfouten, technische fouten, inhoud
  - Gedragsfouten van trainers en turnsters!
- Noteren:
  - Symbolschrift inclusief afwijkingen!
- Cijfer bepalen:
  - Inhoud (=D-score) + Uitvoering (E-score) - Neutrale aftrekken
- Motiveren van het cijfer

## Opbouw van het cijfer



## Opbouw van het cijfer

**E-score = 10.00 – fouten in uitvoering/artistiek**

Voorbeeld:	10.00
Uitvoering/Technische fouten	-2.50
Artistiek	-0.40
<b>E-score</b>	<b>7.10</b>

De maximale E-score aftrek is 10.00 punten

## De E-score

- **Fouten omtrent uitvoering** staan omschreven in sectie 8.3
- **Technische fouten** van specifieke elementen staan omschreven in sectie 9
- **Toestelspecifieke aftrekken** staan omschreven in secties 10 t/m 13

## Onderscheid maken in uitvoering

Fouten	klein	middel	groot	zeer groot
	0.10	0.30	0.50	1.00

Licht gebogen armen/knieën Benen licht uit elkaar Tenen niet gestrekt Lichte balansverstoring Klein pasje/hupje bij de landing Onvoldoende hoogte (licht)	Duidelijk gebogen armen/knieën Duidelijke balansverstoring Grote pas/hup bij de landing Benen uit elkaar (schouderbreedte) Onvoldoende hoogte (sterk)	Sterk gebogen armen/knieën Balk: zeer grote wiebel Diepe hurkzit in landing	Val
--	---	---	-----

**Voorbeeld Artikel 8.3**

	0.10	0.30	0.50
Gebogen armen	x	x	x
Gebogen knieën	x	x	x
Geopende benen of knieën	x		
Schouderbreedte of meer		x	
Onvoldoende hoogte van elementen (amplitude)	x	x	

**Gebogen benen**

❖ Beetje – 0.10

❖ Kniehoek tot 135° – 0.30

❖ Kniehoek 90° – 0.50


**Gebogen armen**

❖ Beetje – 0.10

❖ Hoek tot 135° – 0.30

❖ Hoek 90° – 0.50



Gebogen knieën -0,30 (E-score)



jurycurus TD1 15



Gebogen armen -0,30 (E-score)



jurycurus TD1 16



	0.10	0.30	0.50
Aarzeling gedurende uitvoering van elementen en bewegingen	x		
Poging zonder uitvoeren element (loze aanloop)		x	
Afwijking van de rechte lijn	x		
Precisie	x		
Uitvoering afsprong te dicht bij het toestel (BO en BA)		x	

## Precisie

- Geldt per keer voor alle acro-, dans- en bruelementen
- Duidelijke begin- en eindhouding van elke beweging
- Elke fase van de beweging moet een perfecte controle laten zien

## Precisie



## Precisie 0.10 en Balans 0.10 (E-score)



## Te dicht bij het toestel 0,30 (E-score)



## Lichaams- en/of beenhouding in elementen

	0.10	0.30	0.50
<b>In niet-dans-elementen (per keer):</b>			
❖ Lichaamslijn	X		
❖ Voeten niet gestrekt/ontspannen	X		
❖ Onvoldoende spagaat in acro elementen (niet-vlucht)	X	X	
Niet voldoen aan de technische eisen in <b>dans-elementen</b> (volgens sectie 9)	X	X	X

## (p) Lichaamslijnen geen aftrek



## (p) Voeten niet gestrekt 0.10



## Fouten in de landing

	0.10	0.30
Benen uit elkaar bij de landing	x	
Extra armzwaaien	x	
Gebrek aan evenwicht	x	x
Extra passen, kleine hup	x	
Zeer grote pas of sprong (richtlijn - > 1 meter)		x
Lichaamshoudingfout	x	x

## Fouten in de landing

	0.50	1.00
Diepe hurkzit	x	
Steun op mat/toestel met 1 of 2 handen		x
Val op de mat op knieën of heupen		x
Val op of tegen het toestel		x
Niet eerst op de voeten landen vanuit een element		x

## Landingsfouten

- Alle elementen inclusief afsprongen
- Indien er geen val is, zijn de maximum landingsaftrekken niet meer dan 0.80 p.



27

## Landing op of van het toestel

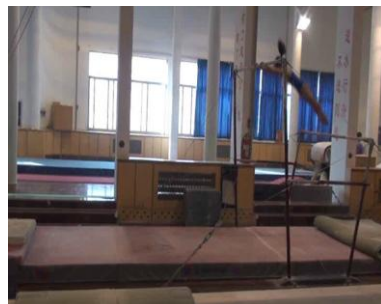


	0.10	0.30
Geopende benen bij landing	x	

## Benen geopend bij landing 0,10 (E-score)



## Landing stap 0,10



## Landing maximaal 0,80



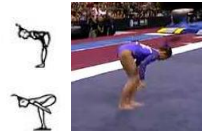
## Lichaamshouding bij landing

Een turnster dient rechtop te landen met slechts lichte inverting van enkels, knieën en heupen.

**Squathouding:** - lichte buiging van de benen  
- lichte inverting in heupen  
- rechte rug  
- armen zijwaarts



- Afwijking van de ideale houding of hoofd op heuphoogte - 0.10
- Hoofd op kniehoogte of lager - 0.30



## Hurkhouding bij landing

- Knie en heuphoek > 90° - geen aftrek
- Afwijking van de ideale houding
  - Heupen op kniehoogte - 0.10
  - Heupen tussen kniehoogte en diepe hurkzit - 0.30
- Diepe hurkzit
  - Heupen dicht bij de grond - 0.50



Hoeveel landings aftrek pas je toe?

- 2 grote passen
- diepe hurkzit, een grote pas en 2 kleine passen
- diepe hurkzit, gevolgd door plaatsing 1 hand op de mat



## Vallen

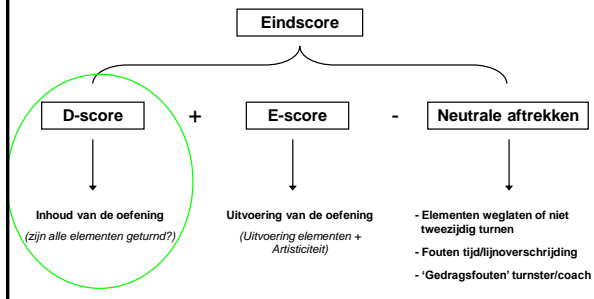
- ❖ Steun op mat met 1 of 2 handen 1.00
- ❖ Val op mat op knieën of heupen 1.00
- ❖ Val op of tegen toestel 1.00
- ❖ Niet op de voeten landen vanuit een element 1.00

## Einde deel 1 theorie

## Programma

- Opbouw Cursus
  - uitleg module
  - reglement
- Opbouw van het cijfer
- E-score (uitvoering)
- Pauze
- D-score (**sectie 7**)

## Opbouw van het cijfer



## D-score

De D-score geeft de inhoud (moeilijkheid) van de oefening weer.

Per niveau is een basis D-score vastgesteld voor brug, balk en vloer. (Sectie 7)

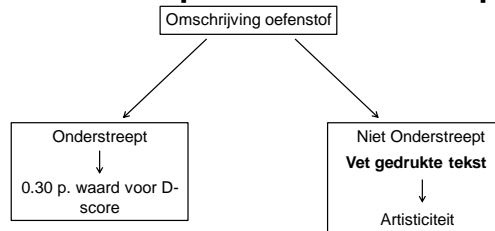
De D-score is opgebouwd uit een aantal elementen die staan omschreven. De turnster moet het aantal onderstreepte elementen turnen om voor de basis D-score in aanmerking te komen.

	Basis D-score
Jeugd 1	4.5
Pupil 2	4.5
Pupil 1	4.5
Instap	4.5

## (Basis) D-score

- Bestaat uit onderstreepte elementen
- Daarnaast kan gekozen worden voor makkelijkere of moeilijkere elementen
  - Moeilijkere elementen: + 0.30 punten
  - Makkelijkere elementen: - 0.30 punten
 De D-score kan met maximaal 1.20 punten verhoogd worden
- Elementen tussen haakjes hoeven niet geturnd te worden.
  - Indien + variant: element moet op die plek in de oefening geturnd worden

## Onderstreept / Niet onderstreept



**-0.30 p aftrek van D-score indien:**

- Element ontbreekt
- Element is niet herkenbaar geturnd
- Ander element dan omschreven geturnd
- Element uitgevoerd met hulpmiddelen
- De min-versie wordt geturnd

**-0.10 p aftrek van E-score indien niet geturnd**

## Herkenbaar turnen

Een element is herkenbaar uitgevoerd als alle bewegingsfasen aan de omschrijving in de oefenstof of de gangbare technische uitvoering voldoen. Zie sectie 7 (7.2.1)

Herkenbaar?

BO: niet tot steun

BA: geen 2 sec.

BA: tot hurkzit, daarna val

VL: niet volledig  
(30° afwijking toegestaan)

## Fouten in inhoud (D-score) met gevolgen voor de E-score

- A – afwijkend:** verwisseling in onderstreepte = één keer -0.30 aftrek in de gehele oefening
- A – toevoeging:** een toegevoegd onderstreept element = -0.30 aftrek **per keer**
- Verbinding niet geturnd:** = -0.30 aftrek

**Wat als er een val tussen de 2 elementen plaatsvindt?**

## Verbindingen

- **Verbinding:**  
een directe combinatie van 2 verschillende elementen  
- Voorbeeld: *loopsprong – loopsprong*
- Een verbinding telt indien deze wordt uitgevoerd **zónder**:
  - a) Aarzeling of stop tussen de elementen
  - b) Extra stap tussen de elementen
  - c) Een voet die de balk raakt tussen de elementen
  - d) Balansverstoring tussen de elementen
  - e) Duidelijke uitstrekking van benen/heupen in het 1e element vóór afzet van het 2e element
  - f) Extra arm/beenzwaaien tussen de elementen

## Opbouw van het cijfer

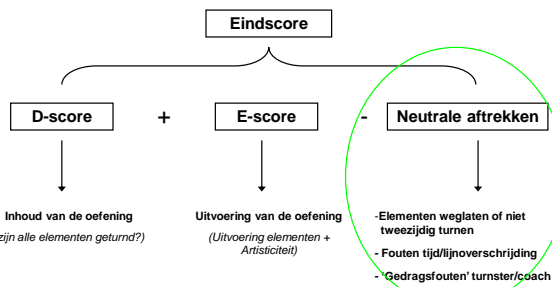
**D-score = basis score +/- varianten**  
**E-score = 10.00 – fouten in uitvoering/artistiek**

Voorbeeld: *Pupil 1 D3*

Basis D-score =	4.50		10.00
2x +element = +	0.60	E-score aftrekken:	- 1.20
D-score:	5.10	E-score:	8.80

Eindscore: 5.10 + 8.80 = 13.90

## Opbouw van het cijfer



## Jury- Panel

Algemene aftrekken  
 Sectie 8

## Neutrale aftrekken

- ❖ Niet presenteren aan jury voor/na oefening
- ❖ Sieraden / kleding / hulpstukken
- ❖ Lijnaftrekken vloer/ langemat, sprong
- ❖ Tijdoverschrijding balk, langemat
- ❖ Gedrag turnster / Gedrag van de coach
  - hulpverleners – ophoud podium – onsportief – aanpassingen toestel – gebruik mat
- ❖ Weglaten van onderstreept element

## Gedrag van de Coach

Aftrekken van EindScore (neutraal)

- ❖ Hulpverleners
  - 1.00 Neutraal
  - D -0.30
- ❖ Niet toegestaan ophoud van de coach op het podium
  - 0.50 Neutraal



## Hulpverlenen



- 1.00 Neutraal (geen MW) D -0.30



## Aftrek D score en N Sectie 6



- Indien een element wordt weggelaten -0.30 D score + - 2.00 N
- Indien 1-zijdig geturnd wordt  
waar 2-zijdig wordt gevraagd -0.30 D score + - 1.00 N
- Hulpverlenen -0.30 D score + - 1.00 N

## Overzicht neutrale aftrekken

(van de EindScore)



- ❖ Hulpverlenen -1,0 N
- ❖ Praten door trainer tegen turnster 1<sup>e</sup> keer -0,5 N
- ❖ Praten door trainer tegen turnster 2<sup>e</sup> keer -1,0 N
- ❖ Geen huidskleur bandages -0,3 N
- ❖ Niet gebruiken 10 cm matje -0,5 N
- ❖ Verplaatsen extra landingsmat -0,5 N
- ❖ Praten met jury door turnster -0,3 N
- ❖ Niet presenteren voor/na de oefening -0,3 N
- ❖ Incorrecte kleding -0,3 N
- ❖ Fouten in tijd en lijnoverschrijding -0,1 N -0,3 N of -0,5 N

## Te korte oefening



- 0 elementen weggelaten = geen aftrek
- 1 element weggelaten = -/- 2.0 punten
- 2 of 3 elementen weggelaten = -/- 4.0 punten
- 4 of 5 elementen weggelaten = -/- 6.0 punten
- 6 elementen weggelaten = -/- 8.0 punten
- 7 of meer elementen = -/-10.0 punten

Let op:

Dus niet standaard -2.00 N geven bij elk vergeten element

Einde introductiebijeenkomst

