**Прыжки на батуте** — вид спорта, включающий в себя следующие спортивные дисциплины:

|  |  |
| --- | --- |
| **Название дисциплины** | **Примечание** |
| Индивидуальные прыжки | Включена в программу Олимпийских игр с 2000 года |
| Синхронные прыжки |  |
| Акробатическая дорожка | До 1998 года была дисциплиной другого вида спорта - спортивной акробатики. |
| Двойной минитрамп | Первое появление прыжков на двойном минитрампе, а также соревнования среди возрастных групп были в 1970 году в Замке «Пикеттс» в Лондоне. |

**Индивидуальные прыжки**

Индивидуальные прыжки на батуте представляют собой выполнение упражнении, состоящих из 10 элементов в каждом упражнении. Элементы выполняются во время высоких, непрерывных ритмических прыжков с вращениями с ног на ноги, с ног на спину, живот или в сед без задержек или промежуточных прямых прыжков. Упражнение на батуте должно демонстрировать разнообразие элементов с вращением вперед и назад с пируэтами и без них. Упражнение должно выполняться с хорошей координацией, позами тела, техники и с сохранением высоты прыжков. Соревнования у взрослых спортсменов, как правило, проходят в 3 этапа: предварительные соревнования, которые состоят из обязательного упражнения (в котором оценка складывается из оценки за технику исполнения, времени полета и коэффициента трудности 2-х из 10 элементов не повторяющихся в произвольном упражнении) и произвольного упражнения (в котором оценка складывается из оценки за технику исполнения, времени полета и коэффициента трудности всех 10 элементов); полуфинальные и финальные соревнования, которые состоят только из одного произвольного упражнения.

**Акробатическая дорожка**

Соревнования по прыжкам на акробатической дорожке состоят из 2-х произвольных упражнений в предварительных соревнованиях и 2-х произвольных упражнений в финальных соревнованиях с 8 элементами в каждом упражнении. Прыжки на акробатической дорожке характеризуются выполнением прыжков с вращением ритмично с рук на ноги и с ног на ноги с постоянной скоростью без остановок и промежуточных шагов. Акробатическая комбинация может включать серию прыжков с передним, задним и боковым вращением. Упражнение должно выполняться с хорошей координацией, техникой и сохранением темпа без повторения элементов в каждом упражнении.

На сегодня фаворитами по прыжкам на акробатической дорожке в России являются акробаты из Северо-Кавказского региона и Красноярского края. С Северного Кавказа лучшими показали себя: **Тагир Муртазаев**(МСМК с 2004)*г.Краснодар*,**Григорий Носков**(МС с 2009)*г.Ставрополь*,**Анна Карабейкина**(МСМК с 2011)*г.Ставрополь*. А лучшими из Красноярского края являются **Александр Лошов** (Заслуженный МС с 2008)*г.Норильск*,**Каянкина Кристина**(МС с 2010)*г.Норильск* ,**Иноземцев Дмитрий** (Заслуженный МС с 2013)*г.Норильск*.*Сейчас представитель в АРКрым г.Севастополь* ,**Воронин Александр** (МСМК с 2008)*г.Абакан*,Виталий Стрелков (Заслуженный МС с 2001)*г.Красноярск.*

**Синхронные прыжки**

Соревнования в синхронных прыжках проводятся между синхронными парами которые состоят из 2-х мужчин или 2-х женщин (мужские пары и женские соревнуются отдельно). Спортсмен может выступать только в одной синхронной паре. Соревнования в синхронных прыжках состоят из 2-х произвольных упражнений в предварительных соревнованиях и 1-го произвольного упражнения в финальных соревнованиях. Партнеры должны выполнять одинаковые элементы в одно и то же время (не должны более чем на половину элемента опережать своего партнера) и начинать упражнение, стоя лицом в одну сторону. Не требуется выполнять повороты по винтовому вращению в одну сторону.

**История**

Вначале это была система страховки, используемая артистами трапеции, которую изобрел инженер Джордж НИССЕН (USA), в далеких 1930-ых годах. Профессор физической культуры, чемпион по прыжкам в воду и акробатическим прыжкам построил первый опытный образец батута в своем гараже, приложив часть холста к шарнирной металлической структуре, используя эластичные жгуты. Слово «Батут» получено из слов «trampling» (топтание) и «board» (доска). В течение долгого времени употребляется слово «trampolining» (дословно – «прыгание на батуте») и, наконец, «trampoline» («батут» или «прыжки на батуте»). Первоначально дисциплина применялась как игровой метод совершенствования и улучшения физического и психического состояния спортсменов. Это особенно улучшает способность управлять телом в космосе. В спортивной гимнастике это был седьмой снаряд, так как он использовался в качестве главного учебного средства. Успех в Соединенных Штатах Америки был очень быстрым. В 1948 состоялся первый национальный чемпионат США. В 1955 Батут пробивается в Пан-Американские Игры и, наконец, в Европу через швейцарского первопроходца Курта Бехлера, дожившего до 2003 года. Другим великим пионером, который был одним из родоначальников вида спорта, был Тед Блэйк из Великобритании. Шотландия была первой в Европе страной, которая создала свою собственную Национальную Федерацию, и произошло это в 1958 году. 4 марта 1964 года Международная федерация прыжков на батуте (ФИТ) была учреждена во Франкфурте-на-Майне в Германии. Рене Шаре (Швейцарец) был избран президентом, а Эрих Кинзель -Генеральным секретарем. 21 марта того же самого года в «Ройал Альберт Холл» в Лондоне состоялся первый Чемпионат мира. Джуди Виллс и Дэн Миллман (США) являются первыми чемпионами мира в прыжках на батуте. Программа состояла из прыжков на батуте и акробатических прыжков и для мужчин и для женщин. Первое появление прыжков на двойном минитрампе, а также соревнования среди возрастных групп были в 1970 году в Замке «Пикеттс» в Лондоне. Популярность прыжков на батуте росла со скоростью взрыва! В 1985 году дисциплина оказывается в программе Всемирных Игр в Лондоне. В 1988 году ФИТ была признана Международным Олимпийским Комитетом. Прыжки на батуте в это время начали рассматривать как претендента на включение в Олимпийские Игры, что создало фундаментальные изменения в нашем виде спорта. ФИТ расторгнута 1 января 1999 и прыжки на батуте становятся дисциплиной ФИЖ (Международной федерации гимнастики). Прежний президент ФИТ Рон Фрохлич (США) становится членом Исполнительного комитета ФИЖ, а немец Хорст Кунце сохраняет пост Президента Технического Комитета по прыжкам на батуте ФИЖ. 22 сентября 2000 года в 20:40 эти двое мужчин удостоены чести представить к первым Олимпийским медалям в истории прыжков на батуте россиян Ирину Караваеву и Александра Москаленко, победу которых в Сиднейском Супердоме так же наблюдал Джордж Ниссен, позже представленный во время празднования ФИЖ к подиуму и получивший истинное признание как создатель батута. Прыжки на батуте (и индивидуальные и синхронные) - это спорт, созданный для элиты. Это спорт, который предоставляет свободу в полете и пространстве. Многочисленные и сложные прыжки и элементы, выполненные приблизительно на высоте 8 метров, требуют технического мастерства, прекрасного контроля над телом и гармонии движений. Для всех видов обучения, содержащих акробатические элементы, батут применятся как основное средство в каждой из гимнастических дисциплин. В сущности своей прыжки на батуте - захватывающий вид спорта, который воплощает храбрость, элегантность, смелость и молодость. Акробатические прыжки (прыжки на акробатической дорожке или АКД). Акробатические прыжки характеризуются комплексом быстрых и ритмичных последовательных акробатических прыжков с рук на ноги, с ног на руки и непосредственно с ног на ноги в течение приблизительно 6 секунд и на акробатической дорожке 25 метров длиной с приземлением на мат. Акробатические прыжки являются красивым спортом, который представляет зрителю захватывающие элементы, проходящие на огромной скорости с сумасшедшим ритмом и многочисленными вращениями. Удивительный коктейль контролируемой виртуозности и энергии. Двойной минитрамп (прыжки на двойном минитрампе или ДМТ) Дисциплина, которая берет свое начало от минитрампа. ДМТ допускает больше акробатики. С разбега гимнаст выполняет наскок на снаряд, выполняет элемент на нем, с последующим выполнением элемента с приземлением на мат. Сильнейшие гимнасты выполняют двойные и тройные сальто с поворотами.