

## Bedömning, simhopp

Simhopp är en bedömningsport. För att bedömningen skall bli så rättvis som möjligt finns [FINA:s regelbok](#) som riktlinje. FINA-boken innehåller de regler som en domare skall tillämpa vid bedömning. Inom bedömningsporter bör man lära sig alla regler men sedan också hålla sig uppdaterad då regler ändras. Viktigt är att all bedömning tillämpas på ett rättvist sätt.

I bedömning finns det saker som dyker upp och som måste tas i beaktan, men som inte går att finna i regelboken. FINA:s TDC (Tekniska Hopp Kommitté) har för att underlätta tagit fram en skrift där saker som är värt att lägga på minnet lyfts fram. I denna skrift "[FINA Diving Officials Manual](#)" kan man få kunskap om tolkning av reglerna och hur dom skall används.

Några av de vanligaste reglerna som är viktiga att känna till i tävlingsammanhang presenteras sammanfattat här.

Bedömningen av ett hopp sker utifrån fem olika delar:

1. Startposition
2. Anlopp
3. Upphopp
4. Luftfärd
5. Nedslag

Ett hopp startar efter att hoppledaren givet en signal. Därefter får ingen assistans ges från tränare eller annan person. Varje del skall bedömas varefter varje domare gör de avdrag i hoppet som avviker från regelboken. Därefter sätter man samman hela hoppets utförande och får då en helhetsbedömning och en siffra enligt nedan, "*The Overall Impression*" Helhetsintrycket. Ett talesätt som brukar användas är: "*Judge what you see, not what you expect, Judge the dive, not the diver*". Dessa talesätt innebär att som domare skall man döma vad man ser och inte vad man förväntas se. Man ska i alla sammanhang vara neutral då man agerar domare.

### Domarna dömer ut hela och halva poäng från poängskalan 0 till 10:

- Helt misslyckat hopp: 0 poäng
- Otillfredsställande hopp: 0,5 till 2 poäng
- Knappt godkänt hopp: 2,5 till 4,5 poäng
- Godkänt hopp: 5,0 till 6,5 poäng
- Bra hopp: 7,0 till 8,0 poäng
- Utmärkt hopp: 8,5 till 9,5 poäng
- Perfekt hopp: 10 poäng

### Följande ger hopparen 0 poäng

- Om hopparen utför annat hopp än som skrivits in i hopplistan.
- Om ett hopp där huvudet ska komma först i vattnet avslutas med fötterna först i vattnet och tvärtom.
- Om hopparen inte efter varning utför hoppet inom en minut.
- Om hopparen får instruktioner efter hoppledarens signal.
- Om hopparen påbörjar hoppet på nytt två gånger.
- Om hopparen inte lämnar svikt eller trampolin med båda fötterna samtidigt.
- Om hopparen i ett skruvhopp har mindre eller mer än 90 grader från tänkt antal skruvar.

### **2 poängs avdrag per domare görs**

- Om hopparen har påbörjat sin ansats vid framåtsats eller påbörjat sin armsving eller knäböj vid bakåtsats och avbryter densamma skall det räknas som omstart.
- Om hoppare vid handstående flyttar händerna eller går tillbaka med fötterna ner på trampolinen efter det att båda fötterna har lämnat trampolinen.

### **2 poäng maximalt ges**

- Om hoppare utför ett hopp i en annan stilart än det som aviserats.
- Om ett hopp är för nära svikten/trampolinen med huvudet, "Dangerous close"

### **4½ poäng maximalt ges**

- Om en hoppare har en eller båda armarna ovanför huvudet i ett hopp där fötterna ska komma först i vattnet.
- Om en hoppare har en eller båda armarna utmed kroppen/nedanför huvudet i ett hopp där huvudet ska komma först i vattnet.

- **Domaravdrag ½ till 2 poäng**

- Om ett hopp inte utförs i den stilart som annonserats.
- Om det finns dubbelstuds (crow-hop) i stående hopp.
- Om ett handstående hopp inte visar på stadig balans i rakt vertikalt läge.
- Om satsen/gången i ett hopp inte är jämn.
- Om ett skruvhopp startas uppenbart från svikt eller trampolin.
- Om hopparen när hon/han går i vattnet inte är i vertikal position och benen inte är raka, fötterna inte är ihop och tårna inte är sträckta.

2020-04-01