



HOE KOMT EEN CIJFER BIJ DAMES TURNEN TOT STAND?

Het cijfer dat door de jury in de turnsport wordt gegeven is af en toe moeilijk te begrijpen. Zeker nu er boven de 10.00 punten gescoord kan worden voor een oefening. Daarom maar eens een korte uitleg over hoe een cijfer tot stand komt.

D-score en E-score

Een cijfer is opgebouwd uit een D-score en een E-score. De D staat voor difficulty wat moeilijkheid betekent. Iedere oefening heeft zijn eigen moeilijkheidsgraad. De E staat voor exercise wat uitvoering betekent. De E-score start in principe vanaf 10 punten. De jury trekt van deze 10 punten de fouten af.

Verplichte/Voorgeschreven oefenstof

Voor de leeftijdscategorieën instap t/m jeugd 1 zijn er verplichte oefeningen. De categorie waar je in zit hangt af van je geboortejaar. De jongsten zijn de pré-instappers, daarna komen de instappers, de pupillen 1 en 2 en de jeugd.

Iedereen van dezelfde leeftijd in hetzelfde niveau turnt dus dezelfde oefening. Doordat de oefeningen verplicht zijn, is de basis D-score van iedere oefening vooraf al bekend. Als de turnster alle onderdelen herkenbaar uitvoert heeft zij bijvoorbeeld een D-score van 4.40 (dit varieert van 3,00 tot 4,80). Zou de turnster alle onderdelen ook nog perfect uitvoeren krijgt zij 10 punten voor de uitvoering (de E-score). De hoogste score die de turnster kan halen is de D en de E score bij elkaar opgeteld, dus een 14.40.



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie

Er zijn vier basisniveaus op districtsniveau: D1, D2, D3 en D4 en vier op Nationaal niveau: N1, N2, N3 en N4. DOK doet mee op districtsniveau. Binnen de vereniging zijn clubwedstrijden op D4 niveau. Voor D1, D2 en D3 niveau zijn er ook regionale wedstrijden (waarbij D1 dus het moeilijkst is).

Bonus/malus bij de D-score

Voor sommige onderdelen staat een vervangend onderdeel in de oefenstof. Dit kan een makkelijker of een moeilijker onderdeel zijn wat natuurlijk invloed heeft op de D-score. Voorbeeld: bij balk mag bij sommige niveaus gekozen worden voor een koprol of een radslag op de balk. De koprol wordt gezien als een makkelijker onderdeel en dat betekent dat de D-score met 0.30 omlaag gaat (malus). De maximaal haalbare score voor deze oefening wordt dan 14.10. Het kan uiteraard ook andersom. Als de turnster de overslag op vloer doet in plaats van een arabier die als basis in de oefening staat, gaat de D-score omhoog met 0,30 (bonus).

N-score

Binnen de verplichte oefenstof zijn er een aantal mogelijkheden ingebouwd die een turnster in staat stelt tot een hogere D-score te komen. Wat er ook kan gebeuren is dat een turnster een onderdeel vergeet of bewust niet doet. Als de turnster het onderdeel echt niet heeft geprobeerd dan gaat er 0.3 van de D-score af. (De oefening wordt makkelijker want er wordt een onderdeel niet uitgevoerd). Dat is echter niet het enige. Er gaan dan ook 2 punten van de neutrale aftrek af. Dit is de N-score. Het niet uitvoeren van een element leidt in totaal dus tot 2.30 punten aftrek.





E-score

Terug naar de E-score. Zoals al gezegd worden van de E-score de foutjes afgetrokken. Valt een turnster dan kost dit haar 1,0 punt. Een kleine wiebel op balk is 0,10 punt eraf, een middelmatige wiebel is 0,3 en een hele grote wiebel is een 0,5 punt eraf. Zo zijn er een heleboel dingen waar de jury naar kijkt en waarvoor aftrek geldt als de onderdelen niet correct worden uitgevoerd.

De jury

In geval van twee juryleden jureren zij allebei de oefening. De jury mag een halve punt uit elkaar zitten wat betreft de aftrek van de E-score. Vervolgens wordt het gemiddelde genomen van de aftrek van de juryleden en dit wordt de totale aftrek. Voor elk toestel is er voor elk niveau (in de verplichte oefenstof) een oefening gemaakt met een basis D-score. Hoe hoger het niveau hoe moeilijker de oefening maar ook hoe hoger de basis D-score.

De keuze oefenstof

Vanaf de categorie jeugd 2 is er keuze oefenstof. Dit gaat weer op geboortjaar. En dit begint zo'n beetje vanaf de middelbare school. Daarna zijn de categorieën: junior en senior. Ook hier zijn weer veel verschillende niveaus: A tot en met H. DOK doet mee met niveau D tot en met H, waarbij H het laagste niveau is en A het hoogste niveau.

Samenstellingseisen

Deze oefenstof zit iets anders in elkaar dan bij de verplichte oefenstof wat betreft de D-score. In de keuze oefenstof mag er zelf gekozen worden welke onderdelen in een oefening worden geturnd. Er gelden natuurlijk wel bepaalde samenstellingseisen waaraan de oefening moet voldoen. Dit noemen we afgekort SE. Voor elk niveau zijn er vijf SE, elke SE kan maximaal een halve punt opleveren. Dit betekent dat wat betreft de samenstelling er dus maximaal 2,50 punt kan worden verdiend door alle SE te voldoen. Deze 2,5 punt worden opgeteld bij de D-score. Mis je een SE, dan kost het je een halve punt per eis. Per niveau zijn er andere eisen.

Elementen in de oefening

Naast de samenstelling gaat het natuurlijk om welke elementen er worden geturnd. In het FIG (het reglement met alle bestaande elementen) staan de elementen ingedeeld op moeilijkheidswaarde. De makkelijkste zijn de TA elementen dit zijn Toegevoegde A elementen. Deze leveren 0,1 punt op. Vanaf niveau D zijn TA elementen niets meer waard. Daarna komen de A elementen. Deze zijn ook 0,1 waard. Daarna worden de elementen steeds moeilijker en worden ze steeds 0,1 meer waard. Het gaat zelfs tot G elementen. Maar deze zijn zó moeilijk dat je ze zelfs op de Olympische Spelen bijna nooit ziet. Per niveau loopt het aantal elementen die je moet turnen op. Een turnster moet minimaal 6 of 7 elementen turnen, meer mag. Dit kan bijvoorbeeld worden gedaan om de bepaalde eisen of meer verbindingswaarde (zie onder) te halen. Elk onderdeel wordt overigens wel beoordeeld. Dus ook al tellen alleen de hoogste 7 elementen, als er 14 worden geturnd kan er in alle 14 worden afgetrokken. Als de turnster maar 4 of 5 elementen turnt (te weinig dus) gaat haar E-score met 4 punten omlaag. Zij kan dan dus maar voor de E-score maximaal een 6 halen. Dit gebeurt wel eens als een oefening halverwege door een val wordt onderbroken en de turnster niet meer verder kan.

Verbindingswaarde





In de niveaus kun je ook nog punten halen door elementen aan elkaar te koppelen. Als een turnster bijvoorbeeld een B element in combinatie met een A element turnt krijgt ze hier ook nog 0,1 punt extra voor. Stel dat een turnster nog tweemaal een verbindingswaarde (vw) heeft gehaald dan krijgt ze dus hier nog 0,2 extra voor.

Ik hoop dat het zo iets duidelijker is over hoe een cijfer tot stand komt. Er is een altijd een tekort aan juryleden. Dus mocht u na dit verhaal denken dat wil en kan ik ook, dan worden er worden met enige regelmaat cursussen georganiseerd. U start altijd met de TD1 cursus als u deze heeft gehaald kunt u al verplichte oefenstof jureren. Voor de andere niveaus kunt u daarna nog de TD2 en de TD3 cursus volgen. Ook zijn er jurycursussen voor TH (turnen heren), trampoline springen, groepsspringen, rhonrad en acro. Mocht u interesse hebben dan is er meer info te vinden op de KNGU site of kunt u mailen met jojannekevanderboom@gmail.com voor meer informatie.

