

INDICAZIONI PER TECNICI E UFFICIALI DI GARA

PROGRAMMA PT – FGI – SILVER 2017

Ginnastica Artistica Femminile

L'allenatore deve consegnare alla giuria la scheda, una per ogni ginnasta, compilata in ogni sua parte, evidenziando con un trattino in basso a destra della cella l'elemento che la ginnasta intende eseguire. Al Volteggio, qualora si opti per l'esecuzione di due salti, si dovrà indicare sulla scheda anche l'ordine di successione.

In ogni caso la Giuria riconoscerà gli elementi e i salti realmente eseguiti senza alcuna penalità per "errata dichiarazione".

La **GIURIA** deve registrare tutto l'esercizio in simboli e determinare il punteggio, che è composto da:

punteggio D, punteggio E + eventuale punteggio aggiuntivo.

Punteggio D: somma degli elementi di difficoltà (ED), vale a dire del valore di tutte le celle eseguite previste nel LIVELLO di appartenenza (max. 1 per riga)

Punteggio "E" = punti 10,00 meno penalità di esecuzione

Punteggio Aggiuntivo = punti 2,00 per esercizio con minimo 6 elementi appartenenti a righe diverse. Per gli esercizi di tutti i LIVELLI non è prevista alcuna penalità per esercizio troppo corto.

L'Ufficiale di Gara 1 è responsabile di tutte le penalità neutre che vengono detratte dal Punteggio Finale. Deve inoltre controllare che la somma degli elementi di difficoltà non superi il limite massimo previsto per il livello di appartenenza.

Al momento del riconoscimento delle difficoltà eseguite, la UG1 cercherà la cella corrispondente. Consegnerà poi la stessa alla segretaria che provvederà alla somma totale.

Esempio di calcolo del Punteggio:

Punteggio D (10 Elementi di Difficoltà x 0.30)	p. 3.00
Punteggio E (p.10 - Penalità di Esecuzione 1.30)	p. 8.70
Punteggio Aggiuntivo (più di 6 elementi)	p. 2.00

PUNTEGGIO FINALE =	p.13.70

Riconoscimento delle difficoltà

La ginnasta, indipendentemente dal livello, potrà scegliere liberamente le difficoltà fra tutti gli elementi presenti nella scheda. Saranno riconosciuti 10 elementi di maggiore valore, max. **UNO** per ogni riga, tenendo conto del valore massimo consentito per ogni livello.

Per elemento si intende tutto ciò che è contenuto nella stessa cella, siano due o tre elementi di difficoltà collegati insieme.

Se l'esecuzione di un elemento non corrisponde alla dichiarazione, si considera l'elemento realmente eseguito. Se l'elemento non esiste nella griglia, **NON AVRA' ALCUN VALORE**, e saranno applicate le eventuali penalità di esecuzione.

Per il riconoscimento delle difficoltà si devono seguire le direttive del C.d.P. in vigore, in particolare quelle della sezione 9.

Tutti i movimenti devono essere valutati secondo le direttive del Codice dei Punteggi in vigore.

Indicazioni specifiche agli attrezzi

VOLTEGGIO

In ogni Livello la ginnasta può eseguire 1 o 2 salti liberamente scelti nelle due righe previste dal Livello di appartenenza (Gruppo A e Gruppo B) purché diversi e l'allenatore dovrà indicarli sull'apposita scheda da consegnare alla giuria dichiarando **la successione dei salti**, scrivendo **il numero (1-2)** in basso a destra, all'interno della cella scelta, usando una penna blu o nera.

Sarà considerato il punteggio assegnato al **salto migliore**.

SALTI CON ARRIVO SUI TAPPETONI (LA - LB - LC - LD):

Non vanno penalizzati i passi o le cadute per eccesso

- in avanti (passi, rimbalzi o arrivo prono) per i salti con arrivo in avanti
- indietro (passi, rimbalzi o arrivo supino) per i salti con arrivo indietro
- laterale (passi o rimbalzi laterali) per i salti con arrivo laterale

SALTI SU TAPPETONI con tappeto sovrapposto (Lunghezza 2 m., Larghezza 1 m., altezza 40 cm.):

Il tappeto sovrapposto va posizionato trasversalmente, a distanza libera dal bordo dei tappetoni. La ginnasta deve superare il tappeto sovrapposto.

Per quanto riguarda la **caduta**, si specifica che verrà applicata la penalità prevista dal C.d.P. (1.00) **nei seguenti casi**:

- 1) caduta nella direzione opposta a quella del salto (caduta in avanti per i volteggi con arrivo fronte alla pedana; caduta indietro per i salti con arrivo dorso alla pedana; caduta in direzione della pedana per i salti con arrivo laterale)
- 2) ogni caduta causata non da eccesso di spinta ma da esecuzione scorretta e mancanza di tenuta

La regola vale anche per i salti effettuati con il tappeto supplementare ai tappetoni

Particolarità:

Capovolta saltata:

Per il riconoscimento del salto ci deve essere un momento in cui mani e piedi non sono a contatto della pedana e del tappeto.

- Se la ginnasta non si alza in piedi dopo il rotolamento: – 1.00 p.

NOTA: Per quanto non indicato diversamente si fa riferimento al C.d.P.

PARALLELE

Alle Parallele le ginnaste devono usare i "Paracalli". Se la ginnasta non utilizza i "Paracalli", il valore dell'esercizio sarà di p. 0,00.

In tutti i casi si applicano le penalità di esecuzione previste dal C.d.P. (gambe aperte o flesse, braccia piegate, etc.)

Per riconoscere i gradi (gli angoli) di ampiezza previsti nelle diverse celle, si considera il punto del corpo più basso (per esempio i piedi) nel momento in cui la ginnasta ha il corpo allineato e le gambe riunite (se a gambe divaricate).

Per l'assegnazione delle celle riguardanti tutti i movimenti che prevedono i gradi (gli angoli) di ampiezza si procederà in questo modo:

45° o più : si assegna quando il corpo è allineato sotto 10° e fino 45°. Nessuna penalità per ampiezza

- **45°** : si assegna quando il corpo è allineato sotto 45° e fino all'orizzontale. Nessuna penalità per ampiezza

- **0** : si assegna quando il corpo è allineato sotto l'orizzontale. Nessuna penalità per ampiezza

Per il calcolo del punteggio D, la Kippe può essere conteggiata una sola volta allo SS e una volta allo SI

Le Celle contenenti la stessa dicitura, anche se presenti su righe diverse, non possono essere ripetute. In caso di ripetizione ne verrà presa in considerazione solo una (la prima eseguita).

Es.: se si esegue l'elemento indicato nella cella 3C con valore 0,50 (slancio dietro a gambe unite - piedi sotto staggio) e successivamente si esegue lo stesso elemento indicato nelle celle con la stessa dicitura (righe 4 e 5 - colonna C – valore 0,50), le ultime due non vengono considerate.

La ginnasta che **non** termina il proprio esercizio con l'uscita (da C.D.P.: non tentare l'uscita) incorre in una penalità di p. 0,50 per "mancanza di uscita".

NOTA:

Per quanto non indicato diversamente si fa riferimento al C.d.P.

TRAVE

Durata dell'esercizio: come previsto dal C.d.P. in vigore, massimo 90". In ogni tipo di "Serie" non è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella, a meno che non sia indicato espressamente.

Le Celle contenenti la stessa dicitura, anche se presenti su righe diverse, non possono essere ripetute. In caso di ripetizione ne verrà presa in considerazione solo una (la prima eseguita).

La capovolta avanti, per esempio, è contemplata nelle celle 3C e 4C, ma se la ginnasta la eseguisse due volte, le verrebbe assegnata solo quella eseguita per prima.

La ginnasta che **non** termina il proprio esercizio con l'uscita (da C.D.P.: non tentare l'uscita) incorre in una penalità di p. 0,50 per "mancanza di uscita".

Dove non specificato gli Enjambeè, il Salto Divaricato e il Sissonne si intendono con apertura di 180°.

Enjambée: dove non specificato "sul posto" si intende spinta a 1 piede.

Solo gli elementi acrobatici e il salto in estensione possono essere ripetuti più volte se contenuti in combinazione in celle diverse.

Le **Serie Ginniche (riga 5)**, le **Serie Miste (riga 8)** e le **Piroette (riga 9)** se eseguite con interruzione, esitazione o sbilanciamento **tra gli elementi**, vedranno assegnato il valore della Cella ma con una **penalità di p. 0,30 ogni volta**. In caso di caduta **tra gli elementi** la cella non viene assegnata.

Penalità specifiche: Artisticità di esecuzione

- mancanza di sicurezza = 0.10;
- mancanza di stile personale = 0.10
- insufficiente variazione di ritmo nei movimenti (NO VD) = 0.10;
- esecuzione dell'intero esercizio come una serie di elementi e movimenti scollegati = 0.10.

NOTA: Per quanto non indicato diversamente si fa riferimento al C.d.P. ma non saranno applicate le altre penalità previste dal codice in relazione all'artisticità.

CORPO LIBERO

Durata dell'esercizio: come previsto dal C.d.P. in vigore, massimo 90". E' consentito il brano musicale cantato.

I salti ginnici spinta a 1 piede non possono essere uguali a quelli eseguiti nella riga 7 ("Passaggio di Danza"). Il "Passaggio di danza" deve avere almeno 1 dei salti con divaricata sagittale o frontale. In ogni tipo di "Serie" non è consentito invertire e/o modificare l'ordine degli elementi indicato nella cella, ad eccezione delle celle della riga 7 ("Passaggio di Danza").

Le Celle contenenti la stessa dicitura, anche se presenti su righe diverse, non possono essere ripetute. In caso di ripetizione ne verrà presa in considerazione solo una (la prima eseguita).

La ruota, per esempio, è contemplata nelle celle 1B e 4B, ma se la ginnasta la eseguisse due volte, le verrebbe assegnata solo quella eseguita per prima.

Dove non specificato gli Enjambeè, il Salto Divaricato e il Sissonne si intendono con apertura di 180°.

Dove non specificato gli Enjambeè si intendono spinta a 1 piede.

Dove non specificato il Flic Flac si intende a gambe unite.

Solo gli elementi acrobatici e il salto in estensione possono essere ripetuti più volte se contenuti in combinazione in celle diverse.

Penalità specifiche: Artisticità

- mancanza di espressività = 0.10;
- mancanza di sincronizzazione tra movimenti e musica = 0.10;
- esecuzione dell'intero esercizio come una serie di elementi e movimenti scollegati = 0.10.

NOTA:

Per quanto non indicato diversamente si fa riferimento al C.d.P., ma non saranno applicate le altre penalità previste dal codice in relazione all'artisticità.