

PROGRAMMA TECNICO DI SQUADRA 2009-2010

GINNASTICA RITMICA

a cura della C.T.N Ginnastica Ritmica

CATEGORIE	ANNO	MEDIUM	LARGE	SUPER
COCCINELLE	2004-2005	SQUADRA CORPO LIBERO da 3-6 ginnaste		
LUPETTE	2002/03	SQUADRA CORPO LIBERO da 3-6 ginnaste	SQUADRA CORPO LIBERO da 3-6 ginnaste	SQUADRA CORPO LIBERO da 3-6 ginnaste
I CATEGORIA	2001/98	SQUADRA da 3-6 CERCHI o CORPO LIBERO da 3/6 ginnaste	SQUADRA da 3-6 CERCHI o CORPO LIBERO da 3/6 ginnaste	SQUADRA da 3-6 CERCHI o CORPO LIBERO da 3/6 Ginnaste
II CATEGORIA	1997 e precedenti	SQUADRA da 3-6 PALLE	SQUADRA da 3-6 PALLE	SQUADRA da 3-6 PALLE

CATEGORIE E LIMITI DI ETÀ

Le ginnaste possono partecipare nella propria categoria o in una categoria superiore nel limite del 50% delle componenti della squadra.

Per la partecipazione alle gare di livello medium e large consultare il “Regolamento ginnastica ritmica CSI”

Una ginnasta del livello medium può andare a comporre una squadra di livello large ma non viceversa.

MUSICA

Categoria Coccinelle e Lupette durata musica da 1'20" a 1'30".

I e II Categoria durata musica non cantata da 1'30" a 2'

PROGRAMMA TECNICO

Per le generalità delle e per l'elenco completo delle difficoltà corporee che si possono inserire all'interno degli esercizi fare riferimento all'allegato delle difficoltà (“a” più le difficoltà presenti nel Codice di Ginnastica Ritmica FGI 2009-2012 da pag 26 a pag.70.)

Le difficoltà corporee devono essere eseguite con il maneggio dell'attrezzo.

LA GIURIA

Nelle competizioni ufficiali CSI la giuria, individuale e di squadra, è composta da 3 gruppi di giudici.

Esecuzione: valuta l'esecuzione (falli tecnici).

Artistico: valuta il valore artistico della Composizione di Base: accompagnamento musicale e coreografia (scelta degli elementi attrezzo, scelta degli elementi corporei, unità e varietà) .

Difficoltà: valuta le difficoltà presenti

La giuria è assistita da una Responsabile che oltre alla funzione di controllo, applica le penalità che riguardano le uscite di pedana, la durata dell'esercizio e le penalità che riguardano la disciplina.

Le giudici sono responsabili dei punteggi che sono definitivi.

Nelle Fasi locali la giuria deve essere composta da almeno due giudici: una per l'esecuzione e le difficoltà e una per l'Artistico. Le penalizzazioni della Giudice Responsabile verranno applicate dalla giudice dell'esecuzione.

SUDDIVISIONE E CALCOLO DEI PUNTEGGI

Il punteggio finale di ogni esercizio è dato dalla somma dei punteggi così suddivisi:

- **Esecuzione:** falli esecuzione da 0 a 10,00 punti max.
(media aritmetica dei punteggi del gruppo di giudici dell'esecuzione)
- **Artistico:** da 0 a 12,00 punti max.
5,50 punti per la composizione (gruppi tecnici, e gruppi corporei,formazioni,collaborazioni,scambi)
6,50 punti di Coreografia
- **Difficoltà:** valore delle difficoltà corporee presenti e degli scambi: 2,60 punti max. nella cat. Coccinelle e Lupetti(C.L) e 3,60 punti max. nella I categoria(C.L). 4,60 I categoria cerchio . 5,10 II categoria palla.
(media aritmetica dei punteggi del gruppo di giudici della composizione)

Al punteggio così ottenuto saranno detratte le penalità del giudice Responsabile.

CORPO LIBERO $D(2,60/3,60)+A(12,00)+E(10,00)=24,60/25,60$ p.

CERCHIO $D(4,60)+A(12,00)+E(10,00)=26,60$ p.

PALLA $D(5,10)+A(12,00)+E(10,00)=27,10$ p.

PENALITÀ APPLICATE DAL GIUDICE RESPONSABILE (programma individuale e di squadra)

Durata esercizio:

Il cronometro è attivato dal primo movimento della ginnasta ed è arrestato all'immobilizzazione completa della ginnasta.

Penalità

- 0,05 per ogni secondo in più o in meno

Uscita dalla pedana:

Penalità

- 0,10 ogni volta che la ginnasta o l'attrezzo tocca il suolo fuori dei limiti della pedana
- 0,50 se la ginnasta termina l'esercizio al di fuori della pedana

Disciplina istruttori:

Penalità

- 0,50 qualora un allenatore o un altro membro della società comunicasse con la ginnasta in pedana durante l'esercizio

Scheda difficoltà:

Penalità

- 0,50 se la scheda di gara con l'elenco delle difficoltà presenti nell'esercizio non è scritta correttamente

Generalità:

Attrezzo non conforme alle norme ufficiali: 0,30

Divisa della ginnasta non regolamentare: 0,20

Ginnasta che abbandona il gruppo nel corso dell'esercizio: 0,50 (per l'insieme)

Mancato rispetto delle norme di registrazione, registrazione non regolamentare : 0,50

DIFFICOLTA'(D)

- **ELEMENTI DI DIFFICOLTÁ** : 2,60 punti max. nella cat. Coccinelle e Lupetti(C.L.)
3,60 punti max. nella I categoria(C.L.).
4,60 punti max. nella I categoria (Cerchio) (difficoltà 3,60+ scambi 1,00)
5,10 punti max. nella II categoria (Palla) (difficoltà 3,60 + scambi 1,50)

Ogni squadra deve presentare anticipatamente e per iscritto sulla scheda ufficiale la successione degli elementi tecnici di difficoltà presi da ogni gruppo strutturale dell'attrezzo (vedi codice della ginnastica ritmica 2009-2012 e allegato delle difficoltà "a"). L'esercizio dovrà contenere 6 difficoltà ripartite in maniera equilibrata per ogni gruppo fondamentale dell'attrezzo. Fanno unica eccezione gli esercizi della categoria Coccinelle e Lupette che dovranno contenere solo 4 difficoltà. Ogni difficoltà ha un valore di 0,50 punti. Le difficoltà dichiarate non vanno ripetute.

In ogni esercizio, di qualunque categoria e livello, possono essere presenti, a discrezione delle ginnaste, elementi di difficoltà supplementari (vedi codice della ritmica 2009 2012 e allegato delle difficoltà "a") che fino ad un massimo di 2 dovranno essere dichiarate nella scheda dell'esercizio e avranno un valore uguale a 0,30 punti ognuna. Tutte le difficoltà dichiarate devono essere scritte in ordine di esecuzione precisando quali sono le due supplementari.

Le difficoltà dovranno essere effettuate contemporaneamente o in rapida successione, con un movimento tecnico dell' attrezzo.

Ogni elemento di difficoltà è valido e mantiene il suo valore a condizione che sia eseguito senza i falli tecnici seguenti:

- grave alterazione delle caratteristiche di base proprie di ciascun gruppo corporeo
- perdita dell'attrezzo durante la difficoltà (con o senza lanci)
- perdita d'equilibrio durante la difficoltà, con appoggio di una o delle due mani al suolo o all'attrezzo, o caduta.

	0,30	0,50
PENALITA' DIFFICOLTA'	Assenza di ogni difficoltà supplementare, max. 2	Per l'assenza di ogni elemento tecnico di difficoltà mancante
		Per ogni scambio mancante

ESECUZIONE (E)

L'Esecuzione ha un valore massimo pari a 10,00 punti.

PENALIZZAZIONE DEI GIUDICI DELL'ESECUZIONE

I falli d'esecuzione sono da penalizzare ogni volta e per ciascuno elemento in fallo, eccetto nel caso delle penalizzazioni forfettarie.

TECNICA CON L'ATTREZZO			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,50
Perdita e uscita dello l'attrezzo (ogni ginnasta)	Perdita e ripresa immediata	Perdita e ripresa al suolo o dopo 1 o 2 passi	Perdita e ripresa dopo grande spostamento o con uscita di pedana
	Uscita dell'attrezzo che tocca il suolo fuori dalla pedana		Perdita dell'attrezzo e utilizzazione dell'attrezzo di riserva
			Perdita dell'attrezzo alla fine dell'esercizio
Tecnica con l'attrezzo (ogni ginnasta)	Traiettoria imprecisa e ripresa al volo con 1 passo	Traiettoria imprecisa e ripresa al volo con più passi	
	Ripresa scorretta o con l'aiuto di una mano	Ripresa nettamente scorretta o con l'aiuto del corpo	
	Contatto involontario con il corpo durante l'esecuzione con alterazione della traiettoria		

TECNICA DEL CORPO				
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 o più	
Tecnica di base	Movimento incompleto		Movimento incompleto durante l'esercizio 0,30	
	Tenuta scorretta durante un movimento		Tenuta scorretta di più segmenti durante l'esercizio 0,30	
	Forma non definita e fissata durante le difficoltà		Tecnica del corpo scorretta per una gran parte dell'esercizio 0,50	
	Mancanza di ampiezza nella forma			
	Perdita di equilibrio: movimento supplementare senza spostamento	Perdita di equilibrio: movimento supplementare con spostamento		Perdita di equilibrio con appoggio di 1 o 2 mani o appoggio sull'attrezzo 0,40
				Perdita totale di equilibrio con caduta 0,50
Salti	Piccola mancanza di elevazione			
	Arrivo pesante al suolo			
Pivots	Appoggio del tallone durante la rotazione		Asse del corpo non verticale e terminare con 1 passo 0,30	
Elementi acrobatici		Imprecisioni nel piano o nella direzione		
		Tecnica d'esecuzione scorretta		
		Arrivo pesante al suolo		
Musica Movimento	Perdita di ritmo durante l'esecuzione (ogni volta)		Assenza di concordanza tra musica e movimento alla fine dell'esercizio 0,30	

FALLI DI SQUADRA			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
Sincronizzazione e armonia	Mancanza di sincronizzazione ogni volta (fino a un massimo di 1,00p.)		
	Imprecisione nella direzione e nella forma degli spostamenti		
Formazioni e spostamenti	Alterazione della formazione		Collisione fra le ginnaste(più le conseguenze)

PALLA			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
Tecnica di base	Maneggio scorretto: palla appoggiata contro l'avambraccio, palla afferrata (ogni volta)		Maneggio scorretto per una gran parte dell'esercizio 0,50
Rotolamenti		Rotolamento scorretto con rimbalzo	
		Rotolamento involontariamente incompleto sul corpo	
CERCHIO			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
Tecnica di base	Maneggio scorretto: alterazione del piano di lavoro, vibrazioni (ogni volta)		Maneggio scorretto per gran parte dell'esercizio 0,50
Rotolamenti		Rotolamento scorretto con rimbalzo	
		Rotolamento involontariamente incompleto sul corpo	
Rotazioni	Rotazioni irregolari sull'asse verticale	Scivolamento sull'avambraccio o sul braccio	
Lanci e riprese		Ripresa: contatto con l'avambraccio	Ripresa: contatto con il braccio
Passaggio attraverso	Inciampo nel cerchio		

ARTISTICO (A)

L'artistico ha un valore massimo 12,00 punti di cui:

5,50 punti COMPOSIZIONE DELL'ESERCIZIO

L'esercizio di ginnastica ritmica è caratterizzato dall'armonia tra i movimenti del corpo della ginnasta e i movimenti degli attrezzi che sono utilizzati nella maniera più varia possibile. La ginnasta in pedana è sempre in contatto con l'attrezzo che deve essere continuamente in movimento durante l'esercizio.

La composizione dell'esercizio deve tenere conto dei gruppi fondamentali dell'attrezzo: pertanto ogni esercizio dovrà contenere:

- almeno un elemento per ogni gruppo tecnico dell'attrezzo, anche non di difficoltà,
- Gruppi corporei obbligatori (GCO) anche non di difficoltà in numero uguale a quello indicato nelle schede attrezzo.
- Formazioni (0,30 l'una)
- Collaborazioni (0,40 l'una)

Un elemento anche non di difficoltà potrà soddisfare anche più di un punto qui sopra descritto. (es. Palla - rotolamento sulla lunghezza delle braccia in staccata. Risponde esigenza corporea souplesse e gruppo tecnico dell' attrezzo rotolamento libero sul corpo).

6,50 punti COREOGRAFIA

Per coreografia si intende la scelta ed il modo di collegare gli elementi tecnici fra loro (studio e costruzione dell'esercizio) dimostrando armonia tra movimenti e musica. La valutazione della coreografia avviene basandosi sui seguenti criteri di varietà:

- Varietà negli elementi realizzati sia in ordine alle parti del corpo che agli attrezzi;
- Varietà nel dinamismo dimostrando sia capacità di esecuzione dei movimenti ampi e controllati, sia agilità ed abilità nel maneggio degli attrezzi;
- Varietà nei collegamenti;
- Varietà negli spostamenti: spostamento in tutte le direzioni (avanti, dietro, laterale, diagonale, circolare, curvilineo) con movimenti attorno a tutti gli assi corporei (sagittale, longitudinale e trasversale) e uso dei vari piani (sagittale, frontale e orizzontale) con equa distribuzione fra le parti in volo, a terra e con appoggio a terra (livelli di lavoro).

Tutti gli esercizi devono essere eseguiti nella loro totalità con accompagnamento musicale. La composizione musicale che accompagna un esercizio di ginnastica ritmica deve presentare delle caratteristiche conformi alle necessità dell'accompagnamento musicale d'un esercizio di ginnastica ritmica: un carattere coerente allo sviluppo dell'esercizio ed un ritmo ben marcato, chiaro ed efficace al fine di accompagnare il ritmo dei movimenti della ginnasta.

E' obbligatoria un'armonia molto stretta tra il carattere ed il ritmo della musica e quello dell'esercizio e dei suoi movimenti. I rumori impropri sono vietati. Un'introduzione musicale di max. 8 tempi è tollerata.

PENALIZZAZIONE DEI GIUDICI DELL'ARTISTICO

MUSICA (6,50 punti)			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
	Assenza di unità tra i differenti temi musicali		
	Fine della musica interrotta bruscamente		
	Assenza d'armonia nel carattere di ogni sequenza di movimenti con la musica (ogni volta fino a un max.di 0,50p.)		
	Assenza d'armonia nel ritmo di ogni sequenza di movimenti con la musica (ogni volta fino a un max. di 0,50p.)		Musica di fondo (1,00 punto fisso)

COREOGRAFIA			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
Generalità	Interruzione nella logica dei concatenamenti dei movimenti(0,10 ogni volta fino a un max. di 0,40)		Insufficienza dei collegamenti tecnici, estetici ed emozionali in rapporto alla musica (mancanza d'unità): 0,40
		Ripartizione non omogenea delle difficoltà	
		Utilizzazione insufficiente della superficie della pedana	
Scelta degli elementi attrezzo	Mancanza di varietà nei lanci/riprese:piano-direzione/livello/modalità (fino a un massimo di 0,30)		Mancanza di varietà dei movimenti tecnici

Scelta degli elementi corpo		Varietà insufficiente nell'utilizzazione del corpo	Assenza di contatto con l'attrezzo all'inizio o alla fine dell'esercizio(fallo di composizione)
			Partecipazione insufficiente di tutto il corpo(utilizzazione segmentaria del corpo)
			Assenza di varietà nell'utilizzazione dello spazio:direzioni/traiettorie/livelli/modalità di spostamento (fino a un max.di 0,50)
			Assenza di varietà nel dinamismo (velocità ed intensità dei movimenti) (fino a un max.di 0,50)
Relazione tra le ginnaste	Assenza di varietà nell'organizzazione del lavoro collettivo		
Formazioni	Varietà insufficiente nei disegni	Arresto prolungato in una formazione	

COMPOSIZIONE (5,50 punti)			
Penalizzazioni	0,10	0,20	0,30 e più
		Per ogni gruppo corporeo mancante	Per ogni formazione mancante
		Per ogni gruppo tecnico mancante	Per ogni collaborazione mancante oltre gli scambi 0,40

Valutazione dell'Artistico(A)

Il Giudice dell'Artistico deve rilevare tutti i falli di composizione ed assegnare il totale delle penalizzazioni.

SQUADRA CORPO LIBERO 3-6 ginnaste (Coccinelle Medium, Lupette Medium, Large, Super)

GRUPPI CORPOREI OBBLIGATORI (gco) (valore 0,20)

- Salti



- Equilibri



- Pivots



- Souplesse/Onde



Ogni esercizio deve contenere almeno 2 difficoltà di ogni gruppo corporeo elencati.

ALTRI GRUPPI (validi per gli spostamenti)

Spostamenti

Saltelli

Oscillazioni e conduzioni (durante gli spostamenti)



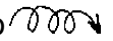






Giri a passi

Passi ritmici





ALEMENO 4 FORMAZIONI DIFFERENTI (valore 0,30)

ALMENO 4 COLLABORAZIONI DIFFERENTI (valore 0,40)

SQUADRA 3/6 CERCHI (I Categoria Medium Large Super)

GRUPPI TECNICI (valore 0,20)	
Passaggi attraverso il cerchio	
Elementi al di sopra del cerchio	
Rotolamenti	<ul style="list-style-type: none"> • Sul corpo  • Al suolo 
Rotazioni:	<ul style="list-style-type: none"> • intorno ad una mano o ad un'altra parte del corpo  • intorno ad un'asse del cerchio tenuto in appoggio al suolo o su una parte del corpo o in sospensione 
Lanci e riprese	<ul style="list-style-type: none"> • con rotazioni dell'attrezzo  • sul piano obliquo 
Maneggio:	<ul style="list-style-type: none"> • Oscillazioni,  • Circondazioni • Movimenti ad otto

GRUPPO CORPOREO OBBLIGATORIO (GCO)

Salti	
Equilibri	
Pivots	
Souplesse/onde	

In ogni esercizio deve essere presente almeno un elemento corporeo di ogni gruppo corporeo elencato. Negli esercizi di livello Large e Super gli elementi corporei obbligatori sono 2 per ogni gruppo.

ALMENO 2 SCAMBI DIFFERENTI di cui 1 obbligatorio di lancio (valore 0,50)

ALMENO 4 FORMAZIONI DIFFERENTI (valore 0,30)

ALMENO 3 COLLABORAZIONI DIFFERENTI (valore 0,40)

SQUADRA CORPO LIBERO (I Categoria Medium e Large Super)

GRUPPI CORPOREI OBBLIGATORI (valore 0,20)

- Salti



- Equilibri



- Pivots



- Souplesse/Onde



Ogni esercizio deve contenere almeno 2 difficoltà di ogni gruppo corporeo elencato.

ALTRI GRUPPI (validi per gli spostamenti)

Spostamenti

Saltelli

Oscillazioni e conduzioni (durante gli spostamenti)



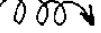

Giri a passi

Passi ritmici

ALEMENO 4 FORMAZIONI DIFFERENTI (valore 0,30)

ALMENO 4 COLLABORAZIONI DIFFERENTI (valore 0,40)

SQUADRA 3/6 PALLE (II Categoria Medium e Large Super)

GRUPPI TECNICI (valore 0,20)
Lanci e riprese 
Palleggi 
Rotolamenti liberi : <ul style="list-style-type: none"> • sul corpo  • al suolo
Maneggio:  <ul style="list-style-type: none"> • Slanci • Oscillazioni • Circonduzioni • Movimenti ad otto • Rovesci con o senza movimenti circolari delle braccia (con la palla in equilibrio su una mano o su una parte del corpo) • Rotazioni della mano attorno alla palla • Piccoli rotolamenti • Rotolamenti accompagnati
Note. La palla afferrata (griffé) è considerata statica. La palla appoggiata sulla mano, senza un movimento autonomo del braccio, è considerata statica, dunque è tollerata solamente durante un solo movimento corporeo. La serie di palleggi è composta da almeno 3 palleggi dell'attrezzo a terra. Ogni esercizio deve contenere almeno una serie di palleggi. Il lavoro con la palla tenuta a due mani, non è tipico di questo attrezzo, quindi non deve essere predominante nella composizione. La ripresa della palla è, normalmente, ad una mano (se non è specificato è consentita a due mani per Lupette e Tigrotte).

GRUPPO CORPOREO OBBLIGATORIO (GCO)

Souplesse/Onde 

In ogni esercizio devono essere presenti due elementi del gruppo corporeo obbligatorio.

ALMENO 3 SCAMBI DIFFERENTI di cui 1 obbligatorio di lancio (valore 0,50)

ALMENO 4 FORMAZIONI DIFFERENTI (valore 0,30)

ALMENO 4 COLLABORAZIONI DIFFERENTI (valore 0,40)

Scheda per i giudici ARTISTICO

MUSICA	Assenza d'unità tra differenti temi musicali	- 0,10	
	Fine della musica interrotta bruscamente	- 0,10	
	Assenza d'armonia nel carattere di ogni sequenza di movimenti con la musica	0,50	
	Assenza d'armonia nel ritmo di ogni sequenza di movimenti con la musica	0,50	
	Musica di fondo (1,00 punto fisso)	- 1,00	
GENERALITA'	Interruzione nella logica dei concatenamenti dei movimenti	0,40	
	Insufficienza dei collegamenti tecnici, estetici ed emozionali in rapporto alla musica (mancanza d'unità)	- 0,40	
	Ripartizione non omogenea delle difficoltà	- 0,20	
	Utilizzazione insufficiente della superficie della pedana	- 0,20	
ATTREZZO	Mancanza di varietà dei movimenti tecnici: forme, ampiezze, direzioni, piani, velocità	- 0,30	
	Mancanza di varietà nei lanci/riprese: <u>piano-direzione/livello/modalità</u>	0,30	
CORPO	Varietà insufficiente nell'utilizzazione del corpo	- 0,20	
	Partecipazione insufficiente di tutto il corpo (utilizzazione segmentaria del corpo)	- 0,30	
VARIETA'	Assenza di varietà nell'utilizzazione dello spazio: direzioni/traiettorie/livelli/modalità di spostamento	0,50	
	Assenza di varietà nel dinamismo (velocità ed intensità dei movimenti)	0,50	
INIZIO-FINE	Assenza di contatto con l'attrezzo all'inizio o alla fine dell'esercizio (fallo di composizione)	- 0,30	
COLLABORAZIONI RELAZIONI	Assenza di varietà nell'organizzazione del lavoro collettivo	- 0,30	
	Arresto prolungato in una formazione	- 0,20	
	Varietà insufficiente nei disegni	- 0,20	
TOTALE PENALITA'			

RIASSUNTO PER I GIUDICI

CORPO LIBERO

COMPOSIZIONE (5,50 p.)

Gruppi corporei obbligatori (salti, equilibri, pivot, souplesse)
4 formazioni
4 collaborazioni

- 0,20 x ogni esigenza mancante Tot.1,60
- 0,30 x ogni esigenza mancante Tot.1,20
- 0,40 x ogni esigenza mancante Tot.1,60

COREOGRAFIA (6,50 p.)

- i falli

ESECUZIONE (10,00 p.)

- i falli

DIFFICOLTA' (2,60/3,60 p.)

- le penalità (0,50 per ogni difficoltà mancante)

CERCHI

COMPOSIZIONE (5,50 p.)

Gruppi corporei obbligatori (salti, equilibri, pivot, souplesse)
Gruppi tecnici (attraversamenti, elementi al di sopra, rotolamenti,
rotazioni, lanci e riprese, maneggi)

- 0,20 x ogni esigenza mancante Tot.0,80/1,60
- 0,20 x ogni esigenza mancante Tot.1,20

4 formazioni

4 collaborazioni

- 0,30 x ogni esigenza mancante Tot.1,20
- 0,40 x ogni esigenza mancante Tot.1,20

COREOGRAFIA (6,50 p.)

- i falli

ESECUZIONE (10,00 p.)

- i falli

DIFFICOLTA' (4,60 p.) (difficoltà 3,60+ scambi 1,00)

- le penalità (0,50 per ogni difficoltà mancante)

PALLE**COMPOSIZIONE (5,50 p.)**

Gruppi corporei obbligatori (souplesse)

Gruppi tecnici (rotolamenti, lanci e riprese, maneggi)

- 0,20 x ogni esigenza mancante Tot.0,40

- 0,20 x ogni esigenza mancante Tot.0,80

4 formazioni

4 collaborazioni

- 0,30 x ogni esigenza mancante Tot.1,20

- 0,40 x ogni esigenza mancante Tot.1,60

COREOGRAFIA (6,50 p.)

- i falli

ESECUZIONE (10,00 p.)

- i falli

DIFFICOLTA' (5,10 p.) (difficoltà 3,60+ scambi 1,50)

- le penalità (0,50 per ogni difficoltà mancante)

SCHEDE DI GARA

Per ogni esercizio di gara deve essere compilata una scheda che dovrà essere presentata al tavolo della giuria prima dell'inizio della gara.

Ogni scheda dovrà essere compilata in tutti gli spazi esclusi quelli riservati alla giuria: potrà essere compilata e stampata con l'aiuto di un computer o a mano in stampatello leggibile rigorosamente a penna blu o nera.

COME COMPILARE LA SCHEDA

Per facilitare la comprensione della spiegazione la scheda è stata divisa in 3 parti.



Ginnastica Ritmica

SCHEDA PER LA VALUTAZIONE DEGLI ESERCIZI

ATTREZZO



COMPETIZIONE _____ DATA _____

SQUADRA _____ SOCIETÁ _____

CATEGORIA _____ LIVELLO _____



- 1) barrare in maniera ben visibile l'attrezzo di gara a cui si riferisce tale scheda
- 2) compilare i dati della competizione e la data
- 3) scrivere il cognome e nome della ginnasta, la società di appartenenza, la categoria (Coccinelle, Lupetti, Tigrotti, Allieva, etc..) e il livello
- 4) (medium, Large o Super)

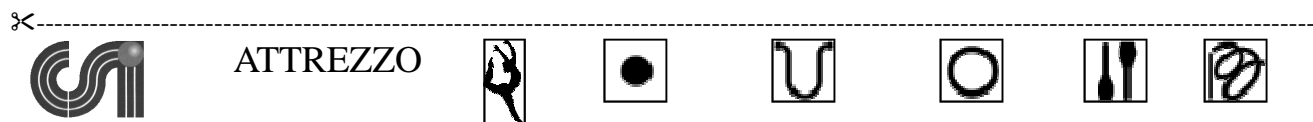
Numero DESCRIZIONE ELEMENTI GRUPPO CORPOREO E TECNICO
(simboli)

GIURIA ESECUZIONE *	GIURIA ARTISTICO*	PUNTEGGIO FINALE *
GIUDICE RESPONSABILE*		

Gli spazi contrassegnati dall'asterisco (*) saranno compilati esclusivamente dalla giuria.

✂-----

1) descrivere ogni elemento tecnico di difficoltà preso da ogni gruppo strutturale dell'attrezzo . Le difficoltà dichiarate non vanno ripetute. Tutte le difficoltà dichiarate devono essere scritte in ordine di esecuzione mettendo il numero nella casella di lato precisando quali sono le due supplementari scrivendo SUPPL. Nella casella del gruppo fondamentale mettere il simbolo di riferimento. Es: palleggi , salto  o scrivere se si tratta di collaborazione (C), scambio (S) o difficoltà (D).Le difficoltà di ogni esercizio sono 6+2 facoltative esclusa la cat. Coccinelle e Lupetti che ne presenta 4+2 facoltative2) gli spazi contrassegnati dall'asterisco saranno compilati dalla giuria che riporterà i punteggi sulla scheda.



COMPETIZIONE _____ DATA _____

SQUADRA _____ SOCIETÁ _____

CATEGORIA _____ PUNTEGGIO FINALE*

LIVELLO _____

Questa ultima parte della scheda sarà quella che verrà restituita alla società sportiva dopo la fine della gara e conterrà il punteggio finale dell' esercizio della ginnasta. Il punteggio sarà scritto nello spazio contrassegnato dall'asterisco (*) riservato alla giuria.

Ogni scheda dovrà comunque essere compilata anche in questa parte:
 barrare in maniera ben visibile l'attrezzo di gara a cui si riferisce tale scheda
 compilare i dati della competizione e la data

scrivere il cognome e nome della ginnasta, la società di appartenenza, la categoria (Lupetti, Tigrotti, Allieva, etc..) e il livello
 (medium, Large o Super)