

ENTE NAZIONALE DEMOCRATICO DI AZIONE SOCIALE

CODICE DEI PUNTEGGI

**GINNASTICA ARTISTICA
MASCHILE E FEMMINILE**

(ANNO 2018-2019)

Art.1-Diritti e doveri degli atleti

- l'atleta deve attenersi a tutti i regolamenti del Codice dei Punteggi;
- il costume del ginnasta deve corrispondere ai principi sportivi estetici;
- i bendaggi sono autorizzati solo se ben fissati, tranne le fasce in vita;
- il ginnasta può portare dei calzini o delle scarpette a suo piacimento;
- alla trave può mettere dei punti di riferimento;
- il ginnasta deve presentarsi ai giudici all'inizio ed alla fine dell'esercizio
- la fine del riscaldamento è segnata da un segnale acustico; se in quel momento il ginnasta si trova ancora sull'attrezzo, ha il diritto di terminare l'elemento iniziato. Se dopo questo tempo o durante un arresto per una consultazione dei giudici, un ginnasta sale sull'attrezzo, riceve ogni volta una penalità di punti 0.10 per comportamento scorretto;
- il ginnasta deve iniziare l'esercizio entro 30 secondi dal segnale di partenza dato dal giudice;
- deve altresì lasciare immediatamente il podio dopo aver terminato il suo esercizio;
- il ginnasta può lasciare il campo di gara solo in caso di assoluta necessità e solo dopo aver informato il Presidente di Giuria. La sua assenza non deve causare ritardo allo svolgimento della gara. Se lascia il campo di gara senza il necessario preavviso si ha la squalifica.

Art.2-Diritti e doveri del tecnico

- il tecnico deve conoscere il Codice dei Punteggi ed uniformarsi ai regolamenti;
- durante l'esercizio dell'atleta non può fare alcuna segnalazione acustica e non può toccare l'attrezzo;
- non è ammesso che il tecnico durante la gara ponga domande o chiarimenti riguardanti le valutazioni emesse dalla giuria. Qualsiasi richiesta va posta tramite il Presidente di Giuria;
- è responsabile dell'ordine e della disciplina della propria squadra durante il riscaldamento guidato agli attrezzi, durante i cambi di attrezzo e in generale durante l'intera competizione;
- sono ammessi in campo di gara al massimo due tecnici per società;
- il tecnico può stare sul podio durante l'esercizio soltanto se questo presenta elementi di notevole difficoltà;
- il tecnico non può abbandonare il campo di gara senza aver affidato i propri ginnasti ad un altro tecnico responsabile e senza aver avvertito il Presidente di Giuria.

Art.3-Diritti e doveri dei Giudici

I Giudici devono attenersi al Codice dei Punteggi senza cercare di interpretarlo in modo soggettivo, pena l'ammonizione e nei casi più gravi la sospensione dal loro incarico ad opera del P.d.G.

E' compito dei Giudici, avvalendosi di questa pubblicazione, considerare nel loro insieme:

- la composizione dell'esercizio;
- le difficoltà in esso inserite;
- l'armonia tra la musica e l'esecuzione dell'esercizio a corpo libero, nonché l'espressività e la capacità interpretativa dell'atleta.

Il Giudice deve:

- valutare l'esercizio correttamente, in maniera imparziale e con grande competenza specifica;
- compilare in modo chiaro, rapido ed esatto il foglietto su cui scrive il suo punteggio e sottoscriverlo, nonché annotare i falli di esecuzione e gli elementi imposti di tutti gli esercizi ove si rendesse necessario chiarire le valutazioni assegnate;
- in caso di rettifiche, la correzione deve essere sottoscritta dal giudice interessato, pena la nullità della correzione;

In nessun caso il Giudice è tenuto a dare chiarimenti ad altri se non al P.d.G. e nel caso quest'ultimo lo ritenga opportuno, alla Commissione Tecnica d'Appello (C.T.A.).

VALUTAZIONE DEGLI ESERCIZI

Art. 4-Ripetizione dell'esercizio

Durante la competizione gli esercizi non possono essere ricominciati.

Tra le eccezioni ricordiamo:

- attrezzo difettoso;
- errori dell'organizzazione.

La ripetizione dell'esercizio può essere decisa solo dal Presidente di Giuria.

Art. 5- Tolleranza dei punteggi

Gli scarti massimi consentiti tra i punteggi dei due Giudici all'attrezzo, sono:

0.10 quando la media delle penalità è minore o uguale a 0.40

0.20 quando la media delle penalità è compresa tra 0.45 e 0.60

0.30 quando la media delle penalità è compresa tra 0.65 e 1.00

0.40 quando la media delle penalità è compresa tra 1.05 e 1.50

0.50 quando la media delle penalità è compresa tra 1.55 e 2.00

0.60 quando la media delle penalità è compresa tra 2.05 e 2.50

0.70 quando la media delle penalità è maggiore o uguale a 2.55

TABELLA DEI FALLI GENERALI E DELLE PENALITA'

	0.10	0.30	0.50	1.00 o più
FALLI DI ESECUZIONE				
Braccia e gambe piegate o flesse	X	X	X	
Flessione insufficiente delle gambe	X	X		
Gambe e ginocchia divaricate	< spalle	> spalle		
Altezza insufficiente negli elementi	X	X		
Divaricata insufficiente (no nelle staccate)	X	X		
Insufficiente precisione nella posizione: -raggruppata, carpiata, tesa	angolo anche 90° 170°	angolo anche >90° <135° >135° <170°		
Insufficiente estensione in preparazione dell'arrivo	X			
Rotazioni non terminate (piroette, verticali, salti ginnici, circonduzioni delle braccia)	<45°	>45° <90°		
Rotazioni non terminate esattamente (sia in eccesso che in difetto)	X			
Corpo non allineato (mancanza di tenuta)	X			
Punte dei piedi non tese	X			
Gambe non parallele nella divaricata negli elementi ginnici (TR-CL)	X			
DURANTE TUTTO L'ESERCIZIO				
Dinamismo insufficiente (PA,TR,CL)	X	X		
Corpo non allineato - Mancanza di tenuta in tutto il corpo (PR,TR, CL)	X	X		
Artisticità (TR, CL)	X			
Utilizzo dello spazio (TR, CL)	X			
FALLI DI ARRIVO	Se non ci sono cadute la penalità max per l'arrivo non può superare p. 0.80			
Deviazione dalla linea di direzione	X			
Gambe aperte all'arrivo	X			
Troppo vicino all'attrezzo	X	X		
Oscillazioni supplementari delle braccia	X			
Movimenti supplementari del busto	X	X		
Movimenti supplementari del busto (TR)	X	X	X	
Piccolo rimbalzo o piccolo spostamento dei piedi	X			
Passi supplementari, salto leggero	X			
Lungo passo o salto (più di un metro)		X		
Massima accosciata			X	
Falli di posizione del corpo	X	X		
Caduta sulle ginocchia, sul bacino o su una o due mani				1.00
Caduta sull'attrezzo o contro				1.00
Aggrapparsi per evitare una caduta (TR)			X	
Toccare l'attrezzo o il tappeto con le mani per recuperare uno sbilanciamento			X	
Sfiorare il tappeto con le mani braccia o gambe (VO-CL)	X			
Battere sul tappeto con i piedi (VO-CL)		X		
Sfiorare l'attrezzo con le mani braccia o gambe (TR-PR)	X			
Sfiorare il tappeto con le mani braccia o gambe (PR-TR)		X		
Battere sull'attrezzo con i piedi (PR-TR)		X		
Battere sul tappeto con i piedi (PR-TR)			X	
Appoggio supplem. di una gamba sul lato della trave		X		

	0.10	0.30	0.50	1.00 o più
ALTRE PENALITA'				
Non arrivare con precedenza dei piedi				ELEM.NULLO
Interruzione di serie (o dei passi di danza)			X	
Facilitazione			X	
Elemento tentato ma fallito			X	
Posizioni di equilibrio mantenute meno di 2"		X		
Discostamento dal testo	X			
Pause di concentrazione più di 2" (TR-CL)	X			
Mancanza di sincronismo tra musica e movimento	Ogni volta 0.10	Max 0.30		
-alla fine dell'esercizio	X			
Musica troppo lunga		X		
Tecnica scorretta	X	X	X	
Corpo squadrato nella candela	X	X	X	
Divaricata insufficiente nella staccata	X	X	X	
Giri non eseguiti sugli avampiedi	X			
Esercizio senza uscita (PR) (TR)			X	
Oscillazione a vuoto (PR)		X		
Slancio intermedio (PR)	X	X	X	
Presenza poplitea in discesa (PR)		X		
Pausa (PR)	X			
Sistemare la presa (PR) (penalità per mano)	X			
Slanci avanti e indietro sotto l'orizzontale, anche posa dei piedi sullo staggio (PR)	X	X	X	
Insufficiente estensione nelle kippe (PR)	X			
FALLI DI COMPORTAMENTO DEL GINNASTA				
Non presentarsi alla giuria prima e/o dopo l'esercizio	X			
Continuare il riscaldamento allo scadere del tempo	X			
Non cominciare l'esercizio entro 30 sec.	X			
Toccare la pedana o il trampolino senza saltare				SALTO NULLO
Tenuta scorretta (body,gioielli,pantaloncini)	X			
Fasciature e imbottiture non corrette	X			
Iniziare l'esercizio prima del segnale della giuria	X			
Non usare correttamente il tappeto di protezione nei volteggi provenienti dalla rondata				SALTO NULLO
Abbandonare il campo di gara senza il permesso del P.d.G.		X		
Comportamento antisportivo		X		
Parlare con i giudici durante la gara		X		
FALLI DI COMPORTAMENTO DEL TECNICO				
Aiuto dell'istruttore				ELEMENTO O SALTO NULLO
Segnalazioni, parole al ginnasta		X		

PENALITA' VOLTEGGIO

	CAPOVOLTA	CAPOVOLTA SALTATA lungh. volo min. cm. 50 angolo corpo ≥ 135°	CAPOVOLTA SALTATA lungh. volo min. cm. 100 angolo corpo ≥ 135°	VERTICALE + CADUTA (arrivo supine)	VERTICALE + SPINTA (arrivo supine)	RUOTA SPINTA (arrivo laterale a gambe divaricate)	RONDATA (arrivo ritte)	RIBALTATA (arrivo ritte)	½ g. e VERTIC. + SPINTA con ½ giro (arrivo supine)	RONDATA (in pedana) + FLIC FLAC (arrivo ritte)	VERTIC. + SPINTA con 1 giro (arrivo supine)
--	-----------	---	--	---------------------------------------	---------------------------------------	---	---------------------------	-----------------------------	--	---	---

1° VOLO

Altezza insufficiente		f. 0,50	f.0,50								
Eccessiva squadratura		f. 0,50	f. 0,50								
Corpo non in linea/tenuta				f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50
Gambe flesse	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50
Gambe divaricate	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Rotazione incompleta o eccessiva (errore fino a 45°)						f. 0,30					
Rotazione incompleta o eccessiva (errore >= 45°)						NULLO					
Rotazione incompleta (errore ≥90°)							NULLO		NULLO		
Rotazione incompleta (errore <90°)							f. 0,50				
Punte non tese	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10

APPOGGIO

Mani prima della zona d'appoggio		f. 0,50	f. 0,50	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
Mani oltre la zona d'appoggio				0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
Spalle avanti				f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Braccia piegate				f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50
Posa del capo				1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Sfiocare il tappeto dietro con le gambe	0,10	0,10	0,10								
Battere sul tappeto con le gambe dietro	f. ,3,0	f. 0,30	f. 0,30								
Chiusura del corpo anticipata	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50								
Corpo non passante per la vert.						f. 0,30	f. 0,30		f. 0,30		

2° VOLO / CADUTA / ROTOLAMENTO

Corpo non in linea/tenuta				f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Rotolamento poco fluido	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50								
Gambe flesse	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50
Gambe divaricate	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Altezza insufficiente					f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50
Lunghezza insufficiente					f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Rotazione anticipata									f. 0,30		f. 0,30
Rotazione incompleta (errore <90°)									f. 0,30		f. 0,30
Rotazione incompleta (errore ≥90°)									NULLO		NULLO
Punte non tese	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
Dinamismo insufficiente	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30

ARRIVO

Arrivo fuori asse	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30	f. 0,30
Arrivo scorr. (passi, sbilanc., etc.)	f. 0,80	f. 0,80	f. 0,80			f. 0,80	f. 0,80	f. 0,80		f. 0,80	
Arrivo seduti	1 + 0,50	1 + 0,50	1 + 0,50	f. 0,80	f. 0,80				f. 0,80		f. 0,80
Tenuta insuff. o arrivo non laterale				f. 0,50	f. 0,50	f. 0,50			f. 0,50		f. 0,50
Caduta		1,00	1,00			1,00	1,00	1,00		1,00	
Aiuto delle mani o dei gomiti	0,50	0,50	0,50								

PENALITA' MINI-TRAMPOLINO

Elevazione insufficiente	fino a p. 0,50
Posizione raggruppata carpiata o tesa insuff.	fino a p. 0,50
Gambe flesse	fino a p. 0,50
Flessione insufficiente delle gambe	fino a p. 0,30
Gambe divaricate	fino a p. 0,30
Punte non tese	p. 0,10
Rotazione anticipata	fino a p. 0,30
Rotazione incompleta (errore < 90°)	fino a p. 0,30
Rotazione incompleta (errore ≥ 90°)	NULLO
Rotazioni non terminate esattamente (sia in eccesso che in difetto)	p. 0,10
Insufficiente estensione in preparazione dell'arrivo	fino a 0.30
Chiusura del corpo anticipata (tuffo)	fino a 0.30
Rotolamento poco fluido (tuffo)	fino a 0.30
Dinamismo insufficiente	fino a p. 0,30
Tecnica errata	fino a p. 0.50
Arrivo scorretto (passi, sbilanciam., etc.)	fino a p. 0,80
Assistenza durante il salto	NULLO

PENALITA' MINI-TRAMPOLINO ENDAS TEAM

Elevazione insufficiente	fino a p. 0,30
Posizione raggruppata carpiata o tesa insuff.	fino a p. 0,30
Gambe flesse	fino a p. 0,50
Flessione insufficiente delle gambe	fino a p. 0,30
Gambe divaricate	fino a p. 0,30
Punte non tese	p. 0,10
Rotazione anticipata	fino a p. 0,30
Rotazione incompleta (errore < 90°)	fino a p. 0,30
Rotazione incompleta (errore ≥ 90°)	NULLO o DECLASS.
Rotazioni non terminate esattamente (sia in eccesso che in difetto)	p. 0,10
Insufficiente estensione in preparazione dell'arrivo	fino a p. 0,30
Dinamismo insufficiente	fino a p. 0,30
Tecnica errata	fino a p. 0.50
Arrivo scorretto (passi, sbilanciam., etc.)	fino a p. 0,80
Assistenza durante il salto	NULLO