

COPA ESTREANTE DE GINÁSTICA RÍTMICA




REGULAMENTO TÉCNICO – 2019

1. GENERALIDADES

- 1.1 A Copa Estreante de Ginástica Rítmica é um evento aberto às ginastas iniciantes de todo o Estado de Santa Catarina, podendo participar entidades filiadas e não filiadas à FGSC.
- 1.2 A criança que participar da Copa Estreante não poderá participar do Torneio Estadual ou do Campeonato Estadual de Ginástica Rítmica no ano de 2019.
- 1.3 O objetivo da Copa Estreante é incentivar a prática da Ginástica Rítmica no Estado de Santa Catarina, assim como detectar possíveis talentos na modalidade.
- 1.4 A competição será realizada em duas etapas:
a) 1ª Etapa – Competição de Conjunto;
b) 2ª Etapa - Competição Individual
- 1.5 As inscrições deverão ser encaminhadas à FGSC até a data prevista no calendário.
- 1.6 A criança deverá preferencialmente competir caracterizada com o personagem de sua coreografia (fantasia)

2. CATEGORIAS E PROVAS

| CATEGORIAS | INDIVIDUAL |
|--|--|
| ESTREANTE 1 07 anos (2012) |  |
| ESTREANTE 2 08 anos (2011) |  |
| ESTREANTE 3 09 e 10 anos (2010 - 2009) |  OU  |

| CATEGORIAS | CONJUNTO |
|---|--|
| ESTREANTE 1 07 e 08 anos (2012 e 2011) |  |
| ESTREANTE 2 09 e 10 anos (2010 e 2009) |  OU  |

3 COMPOSIÇÃO DAS EQUIPES:

3.1. 1ª Etapa: As equipes poderão inscrever até 20 (vinte) ginastas, independente da categoria.

3.2. 2ª Etapa: As equipes poderão inscrever até 5 conjuntos. Cada conjunto poderá ser composto por no mínimo 2 e máximo 5 ginastas.

4 PROGRAMAÇÃO:

Haverá apenas uma apresentação, tanto na etapa de individual, quanto na etapa de conjuntos.



5 PREMIAÇÃO

As ginastas participantes serão premiadas em 1º, 2º e 3º lugar.

5.1 **PRIMEIRO LUGAR** – 20% dos participantes que atingirem as notas mais altas;

5.2. **SEGUNDO LUGAR** – 30% dos participantes

5.3. **TERCEIRO LUGAR** – os outros 50% dos participantes


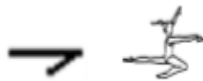



5.4. Serão realizadas algumas premiações extras, como: a ginasta mais simpática, a mais elegante, a que estiver vestida com a fantasia mais a caráter, etc.


6. REGRAS GERAIS DE JULGAMENTO

- a. Cada árbitro irá pontuar a dificuldade (D), e a execução (E), a não ser que se tenham mais de 04 árbitros no evento.
- b. As deduções da execução e de artístico serão as seguintes e serão deduzidas da nota máxima de 10 pontos.
 - Falta pequena – 0,10
 - Falta média – 0,20
 - Falta grave – 0,30
 - Queda ou perda do aparelho - 0.50
- c. A música e o artístico serão avaliados como parte da nota de execução até o máximo de 1,0 ponto de dedução.
- d. Um elemento é validado mesmo que seja executado com erros, a menos que os erros sejam grave ao ponto de modificarem a característica do elemento.
- e. A Nota de Dificuldade é calculada pela soma do conteúdo dos exigência para cada exercício, cada elemento tem um valor de 0,30 pontos

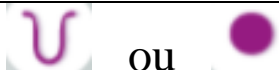


A convocação da arbitragem é de responsabilidade da FGSC.




7.1. CONJUNTO





| EXIGENCIAS DOS EXERCÍCIOS DE CONJUNTO - 7 e 8 anos | | |
|---|-------------|--|
| Duo, trio ou + máx. 5 ginastas | | |
|  | | |
| DESCRIÇÃO | VALOR | FALTAS |
| <p>1. SALTO - Salto corsa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Braços: um a frente e outro na lateral  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma - Recepção pesada - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento - Braços em posição incorreta |
| <p>2. EQUILÍBRIO – Perna a frente 90°</p> <ul style="list-style-type: none"> - Perna de apoio em posição de relevê, - Braços em posição “alongé” - Posição mantida durante no mínimo 2 segundos  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Perda de equilíbrio: movimento suplementar com deslocamento |
| <p>3. ROTAÇÃO – Pivot passé (306°)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Braços em 3ª posição  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Apoio do calcanhar durante uma parte da rotação quando se executa “em releve” - Deslocamento durante a rotação - Eixo do corpo não na vertical e terminar com um passo |
| <p>4. ONDA CORPORAL PARA TRÁS – equilíbrio dinâmico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Braços de cima para tras terminando em relevê  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de extensão corporal - Falta de coordenação dos braços - Onda corporal pouco profunda |

| | | |
|---|-----------------|---|
| <p>5. Duas combinações de passos de dança, de acordo com o ritmo, caráter e tempo da música – mínimo 8 segundos.</p> <p style="text-align: center;">S</p> | 2 x 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Não corresponde ao caráter da música - Não corresponde com o ritmo da música - Não corresponde com o tempo - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |
| <p>6. Dois Elementos Acrobáticos – Rolamento para frente, para tras ou roda lateral</p> <p style="text-align: center;"></p> | 2 x 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Técnica não autorizada - Recepção pesada - Erros de execução |
| <p>7. Três Colaborações sem rotação do corpo</p> <p style="text-align: center;">C</p> | 3 x 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Nem todas as ginastas participam da colaboração - Durante a colaboração uma ou várias ginastas estão sem aparelho ou imóveis. |
| TOTAL | 3,30 | |


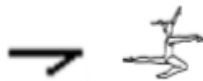
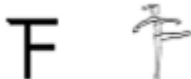


Obs> será autorizada a participação de ginasta com 06 anos de idade



| | | |
|---|--------------|---|
| EXIGENCIAS DOS EXERCÍCIOS DE CONJUNTO - 9 – 10 anos | | |
| Duo, trio ou + máx. 5 ginastas | | |
|  ou  | | |
| DESCRIÇÃO | VALOR | FALTAS |
| <p>1. SALTO - Salto zancada</p> <p style="text-align: center;"></p> | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma - Recepção pesada - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |

| | | |
|---|--------------------|--|
| <p>2. EQUILÍBRIO – Perna livre na horizontal 90°, arabesque ou “atitude” com pé plano. Tronco alinhado. Manter no mínimo 2 segundos</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Perda de equilíbrio: movimento suplementar com deslocamento |
| <p>3. ROTAÇÃO – Pivot passé (360°), perna livre estendida na horizontal a 90°</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Apoio do calcanhar durante uma parte da rotação quando se executa “em releve” - Deslocamento durante a rotação - Eixo do corpo não na vertical e terminar com um passo |
| <p>4. ONDA CORPORAL PARA TRÁS – equilíbrio dinâmico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Braços de cima para tras terminando em relevê  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de extensão corporal - Falta de coordenação dos braços - Onda corporal pouco profunda |
| <p>5. Uma combinação de passos de dança, de acordo com o ritmo, caráter e tempo da música – mínimo 8 segundos.</p> <p style="text-align: center;">S</p> | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Não corresponde ao caráter da música - Não corresponde com o ritmo da música - Não corresponde com o tempo - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |

| | | |
|--|-----------------|--|
| <p>6. Três Elementos Acrobáticos de livre escolha</p>  | 3 x 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Técnica não autorizada - Recepção pesada - Erros de execução |
| <p>7. Uma troca - mínimo 4 metros ou recuperar no solo</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Trajetória imprecisa e recuperação em voo |
| <p>8. Três Colaborações sem rotação do corpo (a intensão é utilizar as colaborações de 0,10 do código de pontuação)</p>  | 3 x 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Nem todas as ginastas participam da colaboração - Durante a colaboração uma ou várias ginastas estão sem aparelho ou imóveis. |
| <p>9. Uma Colaboração com rotação corporal (a intensão é utilizar as colaborações de 0,20 ou 0,30 do código de pontuação).</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Nem todas as ginastas participam da colaboração - Durante a colaboração uma ou várias ginastas estão sem aparelho ou imóveis. |
| <p>10; Grupos Técnicos dos aparelhos – 1 de cada grupo</p> | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Todos os grupos técnicos são necessários para receber 0,30 |
| TOTAL | 4,20 | |



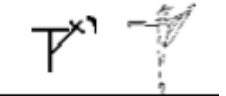
7.2 Individual




| EXIGENCIAS DOS EXERCÍCIOS INDIVIDUAIS - 7 e 8 anos | | |
|---|-------------|--|
|  | | |
| DESCRIÇÃO | VALOR | FALTAS |
| <p>1. SALTO - Salto corsa - Braços: um a frente e outro na lateral</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma - Recepção pesada - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento - Braços em posição incorreta |
| <p>2. EQUILÍBRIO – Perna a frente 90° - Perna de apoio em posição de relevê, - Braços em posição “alongé” - Posição mantida durante no mínimo 2 segundos</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Perda de equilíbrio: movimento suplementar com deslocamento |
| <p>3. ROTAÇÃO – Pivot passé (306°) - Braços em 3ª posição</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Apoio do calcanhar durante uma parte da rotação quando se executa “em releve” - Deslocamento durante a rotação - Eixo do corpo não na vertical e terminar com um passo |
| <p>4. ONDA CORPORAL PARA TRÁS – equilíbrio dinâmico - Braços de cima para tras terminando em relevê</p>  | 0,30 | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de extensão corporal - Falta de coordenação dos braços - Onda corporal pouco profunda |

| | | |
|---|------------------------|---|
| <p>5. Duas combinações de passos de dança, de acordo com o ritmo, caráter e tempo da música – mínimo 8 segundos.</p>  | <p>2 x 0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Não corresponde ao caráter da música - Não corresponde com o ritmo da música - Não corresponde com o tempo - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |
| <p>6. Dois Elementos Acrobáticos – Rolamento para frente, para tras ou roda lateral</p>  | <p>2 x 0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Técnica não autorizada - Recepção pesada - Erros de execução |
| <p>TOTAL</p> | <p>2,70</p> | |

Obs> será autorizada a participação de ginasta com 06 anos de idade

EXIGENCIAS DOS EXERCÍCIOS INDIVIDUAIS - 9 – 10 anos

|  | | |
|--|--------------------|---|
| DESCRIÇÃO | VALOR | FALTAS |
| <p>1. SALTO - Salto zancada</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma - Recepção pesada - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |
| <p>2. EQUILÍBRIO – Perna livre acima em posição lateral, com ajuda. Manter no mínimo 2 segundos</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Perda de equilíbrio: movimento suplementar com deslocamento |

| | | |
|---|------------------------|--|
| <p>3. ROTAÇÃO – Pivot attitude (360°), perns livre na horizontal</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de amplitude na forma, forma não definida ou não mantida - Segmento corporal mantido incorretamente durante o movimento - Apoio do calcanhar durante uma parte da rotação quando se executa “em releve” - Deslocamento durante a rotação - Eixo do corpo não na vertical e terminar com um passo |
| <p>4. ONDA CORPORAL ANTEROPOSTERIOR – - Equilíbrio Dinâmico con onda corporal total terminando en relevé</p>  | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Falta de extensão corporal - Falta de coordenação dos braços - Onda corporal pouco profunda |
| <p>5. Duas combinações de passos de dança, de acordo com o ritmo, caráter e tempo da música – mínimo 8 segundos.</p> <p style="text-align: center;">S</p> | <p>2 x 0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Não corresponde ao caráter da música - Não corresponde com o ritmo da música - Não corresponde com o tempo - Segmento corporal mantido incorretamente durante um movimento |
| <p>6. Três Elementos Acrobáticos de livre escolha</p>  | <p>3 x 0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Técnica não autorizada - Recepção pesada - Erros de execução |
| <p>7. Um EDR com um “chainé”.</p> <p style="text-align: center;">R</p> | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Trajetória imprecisa e recuperação em voo - Queda do aparelho |
| <p>8. Grupos Técnicos dos aparelhos – 1 de cada grupo fundamental</p> | <p>0,30</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Todos os grupos técnicos são necessários para receber 0,30 |
| <p>TOTAL</p> | <p>3,30</p> | |