



# Federação Paulista de Ginástica

## Regulamento Específico – 2014 Ginástica Artística Feminina

### JUVENIL B

**Idade em 2014:** 12 à 15 anos (nascidas em 1999, 2000, 2001, 2002)

#### **Composição da Equipe**

##### **Equipe Completa:**

Uma equipe poderá ser composta de no máximo 6 (seis) e no mínimo 4 (quatro) ginastas, para a classificação por equipes será levado em consideração a somatória das 4 melhores notas de cada aparelho.

##### **Ginastas Individuais:**

No mínimo de 1 (uma) e no máximo de 3 (três) ginastas.

Número ilimitado para as entidades com equipe completa.

##### **Provas:**

- a) Salto
- b) Barras Paralelas Assimétricas
- c) Trave de Equilíbrio
- d) Solo

##### **Exigências:**

Livre com adaptações

##### **Programação:**

- a) CI – Classificação por equipe, individual geral e por aparelhos

##### **Premiação:**

- a) Por equipe - Troféus do 1º ao 3º lugar e medalhas de 1º ao 3º lugar para os ginastas e treinadores.
- b) Individual Geral - A classificação Individual Geral será subdividida em duas idades:
  - Troféus do 1º ao 3º lugar – 14 e 15 anos.
  - Medalhas do 4º ao 8º lugar – 14 e 15 anos
  - Medalhas do 1º ao 8º lugar – 12 e 13 anos.
- c) Individual por Aparelho - Medalhas do 1º ao 3º lugar.
- d) Certificados – para todas as entidades
- e) Participação – medalha de participação para todas as integrantes das entidades a partir do 4º lugar por equipes.

**OBS.** Ginastas que participaram do Juvenil A e Adulto A não poderão retornar para o Juvenil B.



# Federação Paulista de Ginástica

## REGULAMENTO TÉCNICO 2013-2016

### GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA 2014

#### JUVENIL B

➔ A avaliação será baseada nos seguintes fatores:

❖ **Valor de dificuldade (VD):**

Serão considerados os 06 VD de maior dificuldade + saída na PA/TRA/SO.

Na trave e solo:

- Máximo de 4 acrobáticos
- Mínimo de 3 dança

O Painel D sempre reconhecerá o VD do elemento, exceto quando não reúne os requisitos técnicos próprios do elemento.

- Elementos A = 0,10
- Elementos B = 0,20
- Elementos C = 0,30
- Elementos D ou + = 0,40

❖ **Requisitos de Composição (RC) – Max. 2,50p – 5 x 0,50p**

Os RC estão descritos nos respectivos aparelhos.

Na série livre, um elemento pode cobrir mais de um RC, no entanto um elemento não pode ser repetido para cobrir outro RC.

❖ **Valor de ligação (VL) – de acordo com o CP + ligações especificadas nos aparelhos**

❖ **EXERCÍCIO CURTO –Paralelas/Trave de Equilíbrio e Solo**

**Dedução Neutra quando se realiza:**

**5 elementos: - 4.00P.**

**3-4 elementos: - 6.00P.**

**1-2 elementos: - 8.00P.**

**Se não realiza elementos: - 10.00P.**

**O critério de aplicação de EXERCÍCIO CURTO é sobre o número de VD total independente da regra de número mínimo de elementos de dança e o número máximo de elementos acrobáticos(TRA e SO)**



# Federação Paulista de Ginástica

<b>SALTO</b>		
<b>Altura: 1.25m</b>	2 Saltos iguais ou diferentes	NF = Melhor Salto
	NOTA D = CP	Nota E = 10.00

<b>BARRAS PARALELAS ASSIMÉTRICAS</b>		
<b>VD – Valor de Dificuldade</b>	<b>6 elementos de maior dificuldade + saída</b>	
<b>RC – Requisitos de Composição  5x 0.50 cd = 2.50</b>	1) a -Um giro circular próximo a barra do Grupo 2 com ou sem giro no EL, mínimo B (Oitavas) b -Stalder para frente ou trás do Grupo 4, ou Giro de sola para frente <b>ou</b> trás do Grupo 5, com ou sem giro no EL, mínimo B	1a ou 1b +0.30  1a+1b +0.50
	2) - Um elemento sem voo e com giro de 180° no EL, com passagem pela parada de mãos (não será considerado entrada e/ou saída) <b>ou</b> - Um elemento com giro de 360°, com passagem pela parada de mãos (não será considerado entrada e/ou saída)	+0.30  + 0.50
	3)- Mínimo 1 elemento de voo (na mesma barra ou com troca de barra) - 2 elementos de voo	+0.30 +0.50
	4) 2 tomadas (empunhaduras) diferentes – exceto entrada/saída ou impulso à parada de mãos	+0.50
	5) Saída: - Sem saída - Mortal para frente ou trás, mínimo A(6.104/6.108) - Mortal para frente ou trás, mínimo B(exceto 6.204 com ½ giro)	0.00 +0.10 +0.50
	<b>VL-Valor de Ligação</b>	C+C(um elemento com voo ou giro) C+Dou+



# Federação Paulista de Ginástica

<b>TRAVE DE EQUILÍBRIO</b> <b>Tempo da série - máximo 1'30''</b>		
<b>VD – Valor de Dificuldade</b>	<b>6 elementos de maior dificuldade + saída</b> <b>Máximo 4 acrobáticos e mínimo 3 dança</b>	
<b>RC – Requisitos de Composição</b>  <b>5x 0.50cd = 2.50</b>	1) Ligação de dança: 2 elementos de dança diferentes, um deles salto (leap/hop/jump) com grande afastamento ântero-posterior ou lateral das pernas de 180º	+0.50
	2) Giro da Tabela de Elementos do Grupo 3	+0.50
	3) Sequencia acrobática: mínimo 2 elementos acrobáticos de voo executados sobre a trave	+0.50
	4) Elementos acrobáticos em diferentes direções (Frente/Lado e Trás)	+0.50
	5) Saída - Sem saída - Saída A - Saída B - Saída C	+0.00 +0.10 +0.30 +0.50
<b>VL – Valor de Ligação</b>	VL – CP/FIG acrescentando: #1 Ligação de dança: Bou+ (leap) - salto com grande afastamento antero-posterior das pernas)+Aou+ # 3        B + Cou + # 5        B +Cou+ B+B+Cou+	+0.10 +0.20 + 0.10 +0.20



# Federação Paulista de Ginástica

<b>Deduções por Apresentação Artística e Coreografia- Painel E</b>			
	0.10	0.30	0.50
Insuficiente Apresentação Artística durante toda a série incluindo: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Confiança</li> <li>✓ Estilo pessoal</li> </ul> Ritmo e tempo <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Insuficiente variação de ritmo e tempo nos movimentos (não VD)</li> <li>✓ Apresentação do exercício completo como um a série de movimentos desconectados</li> </ul>	X X X X		
<b>Composição &amp; Coreografia</b> – Falta de criatividade nos movimentos e transições – Falta de uma combinação de movimentos no sentido lateral da trave ( deve ter deslocamento) – Uso insuficiente de todo o aparelho: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Utilização insuficiente de todo o comprimento da trave</li> <li>✓ Falta de uma combinação de movimentos próximo à trave com uma parte do torso (incluindo a coxa, e/ou cabeça) encostando-se à trave.</li> </ul> - Uso unilateral dos elementos <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mais de um ½ giro sobre os 2 pés com pernas estendidas durante todo o exercício</li> </ul>	X X X X X	X	

<b>Deduções Específicas do Aparelho- Painel E</b>			
	0.10	0.30	0.50
- Pausa(+1") e ou preparação excessiva antes dos elementos. - Movimentação excessiva de braços antes dos elementos de dança	Xcd Xcd		
Postura pobre durante a série: - Postura do corpo, posição da cabeça - Pés sem ponta, relaxados, virados para dentro - Amplitude (Máximo de alongamento nos movimentos corporais) Agarrar-se na trave para evitar queda Movimentos adicionais para manter o equilíbrio Falta de tentativa de saída	X X X X	X	X X X
Falta de um salto de dança em grande afastamento lateral ou Antero posterior das pernas 180° (leap/hop)		X	



# Federação Paulista de Ginástica

<b>SOLO</b>		
<b>Tempo da série - máximo 1'30"</b>		
<b>VD – Valor de Dificuldade</b>	<b>6 elementos de maior dificuldade + saída</b> <b>Máximo 4 acrobáticos e mínimo 3 dança</b>	
<b>RC – Requisitos de Composição</b>  <b>5x 0.50cd = 2.50</b>	1) Uma passagem de dança com no mínimo 2 saltos diferentes (leap/hop), 1 deles com grande afastamento ântero-posterior ou lateral das pernas de 180º (espacate/split)	+0.50
	2) Uma linha acrobática com um mortal para frente ou trás com giro no EI de no mínimo 360º	+0.50
	3) Uma linha acrobática com 2 mortais diferentes	+0.50
	4) Mortal em diferentes direções: frente/lado e trás	+0.50
	5) Saída: Última linha acrobática - Sem saída - Saída A - Saída B ou +	0.00 +0.30 +0.50
<b>VL – Valor de Ligação</b>	#3 Acro Direto de 2 mortais C+A C+B C+C	+ 0.10 + 0.20 +0.30
	Indireto e direto 3 mortais: A+A+C A+A+D	+0.20 +0.30
	Sequência mista Mortal B+ salto(jump)A(ou+) Mortal C + salto(jump)A(ou+)	+0.10 +0.20

Número máximo de linhas acrobáticas com mortal= 3

<b>Deduções por Apresentação Artística e Coreografia- Painel E</b>			
	0.10	0.30	0.50
Insuficiente Apresentação Artística durante toda a série incluindo: ✓ Expressividade ✓ Confiança ✓ Estilo pessoal - Falta de habilidade em atuar como um papel ou personagem durante a apresentação - Apresentação da série como uma sequência de elementos e movimentos desconectados	X X X X X		
<b>Composição &amp; Coreografia</b> - Falta de variedade e/ou criatividade nos movimentos e transições - Utilização insuficiente da área do solo ✓ Uso de linhas retas, curvas e mudanças de direção	X X		



# Federação Paulista de Ginástica

✓ Falta de uma passagem coreográfica com movimentos próximo ao solo (incluindo o tronco, coxa ou cabeça)	X	X	
--	---	---	--

<b>Música e Musicalidade</b>			
Falhas	0.10	0.30	0.50
✓ Edição da música (ex: sem início, final ou acentos) – música sem estrutura	X		
<b>Musicalidade</b> - Todos os movimentos devem se encaixar perfeitamente com a música escolhida. ✓ Falta de habilidade em seguir as batidas musicais, ritmo e compasso ✓ Fundo musical (o exercício/série está conectada com a música apenas no início e no final do exercício/série)	X	X	X
- Falta de sincronia entre os movimentos e a batida musical no final da série	X		

<b>Deduções Específica do Aparelho- Painel E</b>			
	0.10	0.30	0.50
Distribuição dos elementos			
- O exercício/série inicia imediatamente com a 1ª linha acrobática	X		
- Subseqüente linha acrobática (ida e volta na mesma diagonal) – deve ser realizada uma coreografia rica entre as linhas	X		
Preparação para as linhas acrobáticas			
- Mais de uma posição estacionária (6ª posição do ballet) antes da acrobacia	Xcd		
- Ajuste nos cantos utilizando passo/s ou corrida simples sem movimentação dos braços ou ampla movimentação do corpo	Xcd		
	Xcd		
- Pausa (+ 1" ) excessiva na preparação para os elementos	Xcd		
- Excessivo movimento dos braços antes dos elementos de dança.	xcd		
Postura pobre durante a série:			
- Postura do corpo, posição da cabeça e olhar	X		
- Pés sem ponta, relaxados, virados para dentro	X		
- Amplitude (Máximo de alongamento nos movimentos corporais)	X		
- Falta de intenção de saída			X
Falta de um Giro de no mínimo 360º sobre 1 dos pés do Grupo 2		X	



# Federação Paulista de Ginástica

## Regulamento Específico – 2014 Ginástica Artística Feminina

### JUVENIL A

**Idade em 2014:** 12 à 15 anos (nascidas em 1999, 2000 e 2001, 2002)

#### Composição da Equipe

##### Equipe Completa:

Uma equipe poderá ser composta de no máximo 6 (seis) e no mínimo 4 (quatro) ginastas, para a classificação por equipes será levado em consideração a somatória das 4 melhores notas de cada aparelho.

##### Ginastas Individuais:

No mínimo de 1 (uma) e no máximo de 3 (três) ginastas  
Número ilimitado para as entidades com equipe completa

##### Programação:

- a) CI – Final por equipes, e classificatória para a CII - Final individual geral e CIII- Final por aparelhos.
- b) CII e CIII – Final Individual Geral (24 ginastas) e Final por Aparelhos (8 ginastas por aparelho).

##### Premiação:

- a) Por equipe: Troféus do 1º ao 3º lugar e medalhas do 1º ao 3º lugar para as ginastas e treinadores. Somatória das 4 (quatro) melhores notas em cada aparelho.  
A classificação por equipe será determinada na C I.
- b) Individual geral:
  - Troféus do 1º ao 3º lugar – 14 e 15 anos.
  - Medalhas do 4º ao 8º lugar – 14 e 15 anos
  - Medalhas do 1º ao 8º lugar – 12 e 13 anos.A classificação individual geral será determinada na C II.
- c) Individual por aparelho: Medalhas do 1º ao 3º lugar.  
A classificação por aparelho será determinada na C III.
- d) Participação: Medalhas de participação para todas as integrantes das entidades a partir do 4º lugar por equipes e ginastas com participação individual.
- e) Certificados: Para todas as Delegações.





# Federação Paulista de Ginástica

## Provas:

Salto  
Barras Paralelas Assimétricas  
Trave de Equilíbrio  
Solo

**Exigências:** De acordo com o Código de Pontuação da FIG para a Categoria **Juvenil.**

## Seção 7 – Regulamento que regem a Nota D

### 7.2 Valor De Dificuldade (VD)

Restrições para VD: Se realizado elementos de valor “F” ou “G”, o valor máximo de 0,50 será creditado para cada elemento.

### 7.3 - Requisito de Composição(RC) 2.50 P.

Os Requisitos de Composição são descritos nos respectivos artigos dos Aparelhos.

#### – Princípios da Saída

<b>Paralelas Assimétricas Trave de Equilíbrio Solo</b>	<b>Sem Saída, Saída “ A”</b>	<b>0.00p.</b>
	<b>Saída “B”</b>	<b>+ 0.30 p.</b>
	<b>Saída “C” ou +</b>	<b>+ 0.50p.</b>

### 7.4 Valor de Ligação

Fórmulas para VL são descritos nos respectivos aparelhos Parte 3: Seções 11,12,13.

(Restrição do VD serão levados em consideração)

## Seção 10 - Salto

### 10.4 Requisitos

#### CI – Competição Qualificatória

- A ginasta que pretende se classificar para a Final por Aparelho, deve realizar 2 saltos segundo as regras abaixo:

#### CIII - Final por Aparelhos



# Federação Paulista de Ginástica

- A ginasta deve realizar 2 saltos diferentes. (Pode ser do mesmo grupo, mas com números diferentes).

## **Avaliação:**

Cálculo da Nota Final:

Nota Final = média dos 2 saltos

## **10.4.2 Deduções Específicas dos Aparelhos (Painel D)**

### **Na CI – Classificatória para CIII e na CIII– Final por Aparelhos**

- Quando apenas 1 salto é realizado ou quando um dos saltos recebe 0.00p.

Avaliação: Nota do salto realizado/ 2 = Nota Final

- O mesmo salto é realizado 2xs

Avaliação:

Avaliação: Nota do 1º salto/ 2 = Nota Final