



GINNASTICA AEROBICA
CODICE DEI PUNTEGGI 2017-2020
Agosto 2017

APPENDICE VI
GUIDA AL GIUDIZIO DELL' AEROBIC DANCE

AEROBIC DANCE

INFORMAZIONI GENERALI

Coreografia di gruppo composto da 8 atleti che utilizza le sequenze di movimento aerobico con lo stile dance.

La routine deve includere da 32 a 64 tempi di STREET DANCE, come secondo stile.

La routine può includere elementi acrobatici e/o di difficoltà, ma non riceveranno nessun valore

DEFINIZIONE

CATEGORIA AEROBIC DANCE

Gruppo di 8 ginnasti (maschi/femmine / misto)

ETA'

18 anni o più nell'anno della competizione

TEMPO

1'20"/+/- 5

AREA DI COMPETIZIONE

10x10

MUSICA

Qualsiasi stile musicale

CODICE DI ABBIGLIAMENTO

- Aspetto atletico
- Body intero o a 2 pezzi (pantaloni, leggings, shorts e top) sono permessi
- La biancheria intima non deve essere visibile
- L'abbigliamento può essere diverso fra i componenti, ma deve essere armonizzato
- Non è ammesso un abbigliamento largo
- I componenti devono indossare scarpe di aerobica o sportive
- I capelli devono essere fissati vicino alla testa
- Non sono permessi elementi aggiuntivi (tubi, bastoni, palle, ecc.) o accessori (cinture, bretelle, nastri, ecc.)
- Un abbigliamento raffigurante temi di : guerra, violenza, religione, è vietato
- Le paillettes non sono consentite per la tenuta di gara maschile

SOLLEVAMENTI

E' ammesso un sollevamento (lift) opzionale ma non riceverà nessun valore

QUALITA' ARTISTICA (10 punti)

1 Composizione (Complessa e originale)

- A Musica e Musicalità
- B Contenuto Dance
- C Contenuto Generale
- D Spazio / Formazioni

2 Prestazione

- E Abilità artistica

ESECUZIONE (10 punti)

Abilità tecnica 7p.ti

Sincronizzazione 3p.ti

CAPO GIURIA

La routine può includere movimenti di altre discipline, ma senza un uso eccessivo, ben integrati nella coreografia.

Combinazione di elementi acrobatici

Al massimo 2 elementi acrobatici fatti in combinazione (set/ serie) e contemporaneamente, possono essere eseguiti nella routine, ma non più di 3 volte.. Se la stessa o diversa combinazione è eseguita in modo consecutivo, essa sarà contata come 2 o più combinazioni (dipende da quante se ne eseguono)

Se una diversa combinazione di elementi acrobatici è eseguita contemporaneamente essa sarà contata come set .

Esempi :

rondata+ flic flac +salto =DEDUZIONE

rondata+ salto = NESSUNA DEDUZIONE

Più di 2 elementi acrobatici realizzati in una combinazione (serie)=-0.50 ogni volta

Più di 3 combinazioni acrobatiche(serie) in una routine = -0.50 ogni volta

GIUDICI

Capo Giuria del pannello 1

Giudice delle Difficoltà 1-2

Giudice della Qualità Artistica 1-4

Giudice dell'Esecuzione 1-4

Giudice di Linea 1-2

Giudice di Tempo 1

QUALITA' ARTISTICA

1 COMPOSIZIONE (Complessità/Originalità)

A) Musica e Musicalità

Selezione e Composizione

Qualsiasi tipo di musica può essere utilizzata. Una buona scelta musicale contribuirà a stabilire la struttura e il ritmo, così come il tema dell'esercizio. Il tutto sosterrà e metterà in evidenza la prestazione. Vi deve essere una forte coesione fra la performance e la musica scelta.

Tecnicamente la musica deve essere perfetta, senza tagli bruschi, dando il senso di un unico brano musicale, deve fluire, deve avere un inizio e una fine chiari, con effetti sonori ben integrati (se inclusi), nel rispetto delle frasi musicali che possono essere di 8 tempi o meno , ma devono rispettare una struttura, dando un senso di unità. La registrazione ed il mixaggio della musica devono essere di qualità professionale e ben integrati. Per il secondo stile, si raccomanda di utilizzare una musica diversa dal tema principale in modo da essere riconoscibile come uno stile diverso.

Uso (Musicalità) :

Musicalità è la capacità di un atleta/i di interpretare la musica e dimostrare non solo il suo ritmo e la sua velocità, ma anche la sua fluidità, la forma, l'intensità e la passione grazie alla sua prestazione fisica.

Tutti i movimenti devono adattarsi perfettamente con la musica scelta.

Lo stile della routine deve armonizzarsi con l'idea della musica.

La composizione dei movimenti deve armonizzarsi con la struttura musicale(ritmo, battiti, accenti, frase) ed il tempo

B) Contenuto Dance

Nel contenuto Dance, sono valutati i movimenti Dance per tutta la routine compresi i movimenti del secondo stile.

.Se il secondo stile non è incluso o non è riconoscibile, o non corrisponde allo stile della street dance , il valore massimo ottenuto per il contenuto specifico sarà di 1.1 (inaccettabile)

Il contenuto Dance deve avere un alta corrispondenza tra il tema e lo stile della musica

Si raccomanda di dimostrare un alto livello di creatività nel contenuto Dance, soprattutto utilizzando lo stile e gli accenti della musica, ma senza ripetizioni .Il secondo stile deve essere chiaramente differente dal resto della coreografia e deve mostrare un alto grado di creatività

C) Contenuto Generale :

Il contenuto generale della routine comprende:

- Transizioni e collegamenti
- Partnership e collaborazioni
- Lift (se inclusi)
- Movimenti di altre discipline (se inclusi)

La routine dovrebbe includere minimo 4 movimenti (set/ serie/ combinazioni di movimenti) dal Contenuto Generale.

Con i movimenti della parte superiore, è da tenere in considerazione il seguente criterio:

Movimenti complessi = punteggio più alto

Movimenti semplici = punteggio più basso

Complessità / Varietà

I movimenti sono complessi, quando sono composti da molte parti del corpo interconnesse e questo li rende complicati e difficili da eseguire. Per questo motivo dovrebbero ricevere una maggiore valutazione rispetto a movimenti più semplici .Gli atleti che scelgono questa opzione dovranno avere dei benefici.

Per valutare la varietà della routine, i giudici della qualità artistica devono prendere in considerazione che tutti i movimenti devono essere realizzati senza ripetizioni dello stesso tipo di movimento o con un movimento simile. La prestazione dovrebbe includere azioni diverse, forme diverse, diversi tipi di movimenti e diverse capacità fisiche.

Fluidità:

Il collegamento da/per i movimenti deve essere liscio e fluido. Questo significa che tutti i movimenti presenti nella routine devono essere collegati senza inutili pause, di semplice esecuzione, realizzati con facilità e agilità senza mostrare affaticamento (laboriosi/ esitanti) o essere pesanti.

D) Spazio

Uso dello Spazio e Formazioni

L'area di gara deve essere utilizzata efficacemente con frequenti spostamenti, in tutte le direzioni e con diverse distanze.

I 3 livelli (lavoro a terra, in volo e in piedi) devono essere utilizzati senza la predominanza di uno sugli altri. I movimenti devono essere distribuiti in maniera equilibrata all'interno dello spazio di gara..

Formazioni

Le formazioni includono le posizioni fra gli atleti e il modo in cui cambiano posizione per realizzare delle formazioni diverse o simili, utilizzando delle sequenze di movimenti aerobici o di altro tipo, con delle distanze diverse fra i componenti del gruppo.

Durante la routine devono essere mostrate formazioni differenti e posizioni diverse eseguite in modo fluido, originale e complesso

I cambi di formazione devono essere fluidi e devono mostrare originalità e complessità

E) Abilità Artistica

L'abilità artistica è la capacità dei ginnasti di trasformare la composizione di una routine ben strutturata in una rappresentazione artistica. Tutti i membri del gruppo devono, pertanto dimostrare un'esecuzione impeccabile con espressività e partnership.

Essi devono trasformare la disciplina sportiva in un messaggio che catturi il pubblico, sempre nel rispetto delle regole, apportando dettagli che migliorino la qualità della routine.

Tutti i componenti della coreografia devono amalgamarsi perfettamente per trasformare un esercizio sportivo in una performance artistica, con caratteristiche uniche rispettando la specificità della Ginnastica Aerobica.

Qualità della Performance

Gli atleti devono dare un'impressione pulita, atletica con movimenti di alta qualità, adattati alla Danza Aerobica.

Originalità/Creatività ed espressione

Originalità/ Creatività di una routine include non solamente il tema dell'esercizio che deve essere in accordo con la musica scelta, ma anche l'innovazione e l'unicità degli altri movimenti (Lift- partnership- transizioni - ecc.) eseguiti con espressione naturale e genuina

La routine dovrebbe essere un piccolo pezzo d'arte, che deve lasciare un ricordo memorabile, occorre creare una storia oppure un'impressione nel rispetto della Ginnastica Aerobica.

Le routine creative sono quelle in cui tutti i componenti sono integrati perfettamente con la musica e il tema della routine nel rispetto dello sport, catturando l'attenzione e impressionando il pubblico.

L'originalità del secondo stile sarà un fattore essenziale e si realizzerà attraverso :

Originalità della coreografia

Originalità del secondo stile selezionato e ben integrato

Originalità utilizzando i movimenti di altre discipline

Presentazione di movimenti nuovi, creativi ed originali (collaborazioni, transizioni etc.)

Gli atleti devono mostrare un lavoro di equipe il fatto di essere tanti deve diventare un vantaggio, Questo comprende:

-Il lavoro di relazione fra gli atleti

-Come un ginnasta o un gruppo si presentano alla giuria e al pubblico

-La capacità di emozionare che si trasmette non solo con l'espressione del viso ma anche con i movimenti del corpo

-La capacità di controllare l'espressione del viso durante la realizzazione di movimenti difficili e complessi

Valutazione

Fare riferimento all'appendice I in ogni sua parte e adattarla all' Aerobic dance

SCALA per la valutazione della QUALITA' ARTISTICA

CRITERI	Inaccettabile		Mediocre		Sufficiente		Buono		Molto Buono		Eccellente
Musica / Musicalità	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Contenuto Dance	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Contenuto Generale	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Spazio / Formazioni	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0
Abilità Artistica	1.0	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	1.8	1.9	2.0

ESECUZIONE

VALUTAZIONE

Tutti i movimenti devono essere eseguiti con la massima precisione senza errori. La valutazione sarà in linea con il CdP FGI di Ginnastica Aerobica e l'appendice II.

Il punteggio dell'esecuzione viene assegnato su 10 punti, la valutazione è composta da 2 criteri

Funzione

Il giudizio dell'Esecuzione tiene conto dei seguenti criteri :

A Elementi di difficoltà e acrobatici se sono inclusi

B Coreografia

C Sincronizzazione

1 Abilità Tecnica (7 p.ti)

Il giudice dell'esecuzione valuta l'abilità tecnica di tutti i movimenti inclusi le difficoltà , gli elementi acrobatici, la coreografia (SMA contenuto Dance, Transizioni, Collegamenti, Partnership e Lift)

L'abilità di dimostrare: forza, potenza esplosiva, flessibilità e movimenti con una perfetta esecuzione per tutta la durata della routine.

Capacità Fisiche

Forma, postura e allineamento

l'abilità di mantenere il controllo del corpo in tutti i segmenti.

Precisione

Ciascuna fase del movimento deve dimostrare perfetto controllo.

Forza, potenza, flessibilità

L'abilità di dimostrare forza e potenza.
L'abilità di dimostrare flessibilità

Deduzioni per l'Esecuzione

A.1- Elementi : Difficoltà /Elementi Acrobatici (se inclusi)

L'esecuzione degli elementi di difficoltà deve rispettare la tecnica esecutiva(vedi Appendice II)

Massima deduzione per elemento 0.50

Deduzioni per elementi (Difficoltà/ acrobatiche)

Small	Medium	Large	Fall
0.10	0.30	0.50	1.0

A 2 Coreografia

Deduzioni per la coreografia	Small	Medium	Large
Contenuti dance (ogni 8 battute)	0.10	0.30	1.0
Transizioni e collegamenti (ogni volta)	0.10	0.30	1.0
Lift	0.10	0.30	1.0
Partnership e Collaborazioni	0.10	0.30	1.0

2 Sincronizzazione (3p.ti)

L'abilità di eseguire tutti i movimenti come un 'unica entità (tra i componenti del gruppo), con identica ampiezza di movimento, inizio e fine nello stesso tempo con movimento di qualità identica. Includendo anche i movimenti delle braccia : ogni movimento deve essere preciso e identico.

Deduzioni per la Sincronizzazione	
Ogni volta	0.10
Intera routine	Massimo 3.0

CAPO GIURIA

Le Deduzioni del Capo Giuria sono le seguenti

Errata Presentazione	0.20 punti
Abbigliamento	0.20 punti ogni volta
Mancanza dello stemma societario	0.30 punti
Interruzione della prova (2-10 secondi)	0.50 punti ogni volta
Infrazione di Tempo	0.20 punti
Fallo di tempo	0.50 punti
Non apparire sull'area di gara entro 20 secondi	0.50 punti
Più di un sollevamento	0.50 punti ogni volta
Più di 2 elementi acrobatici eseguiti in combinazione	0.50 punti ogni volta
Più di 3 combinazioni acrobatiche (set/ serie) nell'intera routine	0.50 punti ogni volta
Un Lift stando in piedi più alto di 2 persone una sopra l'altra	0.50 punti ogni volta
Temì in contrasto con la Carta Olimpica ed il Codice di Etica	2.0 punti
Stop della prova	2.0punti
Presenza in zona proibita, Comportamento inammissibile	Richiamo
Non indossare la tuta della società durante la cerimonia di apertura/ chiusura	Richiamo
Non indossare la tenuta di gara durante la cerimonia di premiazione	Richiamo
Ritiro, grave violazione dello Statuto FGI, del Regolamento Tecnico o del CdP	Squalifica