

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

### INDICE SCHEDE TECNICHE

ARGOMENTO/DISCIPLINA	pagina
AEROMODELLISMO	2
ARRAMPICATA SPORTIVA	3
ATLETICA LEGGERA - CORSA CAMPESTRE	4
ATLETICA PISTA	5
BADMINTON	8
BASEBALL E SOFTBALL	11
BOCCE	12
BOWLING	13
BRIDGE	14
CALCIO	15
CALCIO A 5	16
CANOA	17
CANOTTAGGIO	18
CANOTTAGGIO SEDILE FISSO	19
CICLISMO	20
CRICKET	21
DAMA	22
DANZA SPORTIVA	23
GINNASTICA	25
GINNASTICA AEROBICA	36
GOLF	47
HOCKEY SU GHIACCIO	48
HOCKEY SU PISTA	49
HOCKEY SU PRATO	50
JUDO	51
KARATE	53
LOTTA	54
NUOTO	56
NUOTO PINNATO ED ATTIVITA' SUBACQUEE	58
NUOTO SALVAMENTO	60
ORIENTAMENTO	61
PALLACANESTRO	64
PALLAMANO	66
PALLAPUGNO LEGGERA	67
PALLATAMBURELLO	69
PALLAVOLO	72
PALLAVOLO BEACH VOLLEY	73
PATTINAGGIO CORSA	74
PATTINAGGIO SU GHIACCIO	75
PESCA SPORTIVA	76
PUGILATO EDUCATIVO SCOLASTICO	77
RUGBY	78
SCACCHI	79
SCHERMA	80
SPORT INVERNALI	81
SQUASH	84
TENNIS	86
TENNISTAVOLO	87
TIRO A SEGNO	88
TIRO A VOLO	89
TIRO CON L'ARCO	90
TRIATHLON	91
TWIRLING	92
VELA	94
WUSHU – KUNGFU	95

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### AEROMODELLISMO AERO CLUB D'ITALIA

#### **Programma tecnico**

Lanci di un aeromodello (non inferiore a 3).

Ogni lancio consiste in 2 prove ed è considerato ufficiale:

- a) alla prima prova con tempo di volo pari o superiore a 20”;
- b) alla seconda prova con qualunque tempo di volo.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di istituto, di libera composizione, è composta da n° 3 alunni/e.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla competente commissione.

#### **Impianti ed attrezzature**

Il campo di gara è quello riconosciuto idoneo dalla F.A.I.

Sono ammessi aeromodelli aventi le seguenti caratteristiche ed assemblati a scuola:

- superficie portante max cm 18,
- apertura alare max cm 120,
- peso minimo in ordine di volo gr 220.

I modelli possono essere realizzati con materiali acquistabili a basso prezzo presso ogni negozio di aeromodellismo o forniti a titolo gratuito alle scuole dagli Aero Club.

#### **Disciplina sul campo**

La gara è riservata esclusivamente ai giovani concorrenti senza interferenze da parte di Insegnanti, Genitori o aiutanti.

#### **Punteggi e classifiche**

Il tempo di volo verrà misurato in secondi interi in difetto con scarto dei decimi e dei secondi.

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica finale come segue: 1 punto al primo, 2 punti al secondo, ecc. fino all'ultimo regolarmente classificato; ai ritirati e per ogni elemento delle squadre incomplete si assegnano tanti punti quanti sono i partecipanti ammessi più uno.

La classifica per Rappresentative scolastiche si ottiene sommando i punteggi conseguiti dai 3 elementi componenti la stessa.

#### **Casi di parità**

Ai fini della classifica individuale in caso di parità fra 2 o più concorrenti, verrà disputato un lancio di spareggio per il quale verrà accreditata l'intera durata di volo in minuti e secondi interi arrotondati per difetto.

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### ARRAMPICATA SPORTIVA

#### **Programma tecnico**

Prove di boulder – prevedendo di adottare, laddove le condizioni lo consentano, la formula del raduno – velocità e/o difficoltà.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di istituto, maschile o femminile, è composta da 3 atleti/e per ogni categoria.

#### **Partecipazione**

La partecipazione del numero di Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Palestra scolastica dotata di grandi attrezzi o pareti attrezzate per l'arrampicata, o impianti sportivi federali, materassi e materiali per l'arrampicata a norma UIAA.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### ATLETICA LEGGERA



### Corsa campestre

#### Partecipanti

Il numero dei partecipanti per ogni squadra è stabilito da ogni singola commissione organizzatrice.

#### Impianti ed attrezzature

I percorsi devono essere pianeggianti, ricavati su fondo naturale con piccoli ostacoli facilmente prevedibili. E' necessario che il terreno presenti un ampio spazio per la partenza in linea. Anche in prossimità del traguardo il terreno deve essere sufficientemente ampio in modo da consentire l'eventuale arrivo contemporaneo di più concorrenti.

#### Distanze gara:

Categoria	Anni di nascita	Distanze
Allievi	1994/95/96	Min 2.000 Max 2.500m
Allieve	1994/95/96	Min. 1500m max 2000m

#### Punteggi

In tutte le fasi sarà attribuito ai partecipanti di squadra il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza, come segue: 1 punto al primo, 2 al secondo, 3 al terzo, fino all'ultimo regolarmente classificato.

Un componente la squadra classificata nella fase precedente, che si ritira o che viene squalificato prende tanti punti quanti sono il numero dei partecipanti di squadra ammessi alla manifestazione più uno.

La squadra vincitrice risulterà quella che avrà sommato il minor punteggio dei suoi **quattro concorrenti** meglio classificati.

#### Casi di parità

In caso di parità fra 2 o più rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

#### Ammissione Fase Nazionale

- 1) Partecipano alla fase Nazionale gli Istituti scolastici primi classificati delle fasi Regionali nelle categorie maschili e femminili di 2° grado con squadre composte da 4 atleti + 1 accompagnatore.
- 2) Partecipano inoltre, a titolo individuale, tutti i vincitori delle prove maschili e femminili delle fasi Regionali, qualora non facessero parte delle squadre vincitrici.
- 3) Non è prevista la sostituzione dell'atleta individualista se lo stesso dovesse rinunciare alla Fase Nazionale.

#### Classifica di squadra

La somma dei **3 migliori piazzamenti individuali** determinerà la classifica finale maschile e femminile.

#### Note Tecniche

Nella fase Nazionale la distanza delle varie categorie sarà quella massima prevista dalla scheda tecnica.

**Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**  
**Secondo ciclo di Istruzione**

**ALUNNI CON DISABILITÀ**



**Corsa campestre**

**- PROGRAMMA GARE FASI INIZIALI E FINALE NAZIONALE -**

<b>Categorie di disabilità</b>	<b>Maschile</b>	<b>Femminile</b>
DIR- HFD	da 1600 a 3200 Mt	da 1000 a 2000 Mt
NU - NV	da 3200 a 4000 Mt	da 2000 a 3000 Mt

**ATLETICA LEGGERA**



**Pista**

**Programma tecnico**

Allievi Allieve (Anni di nascita 1994/95/96)

**Corse**

100 – 400 – 1000 – 100hs (0,76) A/e – 110 hs (0,84) A/i.

**Salto**

Alto – Lungo – Triplo

**Lanci**

Peso (4 Kg A/e – 5 Kg A/i) – Disco (1 Kg A/e – 1,500 Kg A/i).

**Staffetta**

100 – 200 – 300 – 400.

**Marcia** (solo a titolo individuale)

Km 3,00

**Qualora sul territorio esiste la possibilità, e su delibera delle competenti commissioni, potranno essere previste manifestazioni per gruppi di scuole o per classi. A titolo esemplificativo si ricorda che possono essere svolte gare per classi per le sole corse (anche su strada), per i lanci, per i salti o per le staffette.**

Si ricorda inoltre che le competenti commissioni organizzatrici stabiliscono le modalità di accesso alle fasi successive degli atleti individualisti.

**Rappresentativa di Istituto**

Fino alla finale provinciale compresa il numero di atleti che ogni scuola può iscrivere alle varie gare in programma viene stabilita dalla competente commissione.

Alla finale regionale la squadra finalista dovrà essere composta da 7 atleti.

La staffetta 100-200-300-400 è composta da 4 alunni dei 7 alunni componenti la squadra.

**Punteggi e classifiche**

Verrà redatta una classifica individuale per ogni specialità in base alla tabella di punteggio prevista dalla Fidal per le categorie interessate.

Ai ritirati e agli eventuali squalificati si assegnano punti 0.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### Casi di parità

In caso di parità fra 2 o più rappresentative prevarrà quella che avrà ottenuto in assoluto il migliore punteggio individuale.

### Norme di Partecipazione

- 1) Ogni atleta gareggia in 2 gare di due gruppi diversi (1 corsa + 1 salto o 1 corsa + 1 lancio o 1 lancio + 1 salto) + all'eventuale staffetta.
- 2) Ogni squadra non può iscrivere più di 3 atleti in ogni singola gara.

### Norme di classifica valide per tutte le fasi (allievi/e)

- 1) La somma dei 10 migliori punteggi dei singoli atleti (9 individuali + 1 per la staffetta) determinerà la classifica finale.
- 2) Per ogni singolo gruppo di specialità bisogna prendere almeno 2 punteggi utili.
- 3) Partecipano a titolo individuale solo i vincitori della gara di marcia.

### Ammissione Fase Nazionale

- 1) Partecipano alla fase nazionale gli Istituti scolastici primi classificati delle fasi Regionali nelle categorie maschili e femminili di 2° grado con squadre composte da 7 atleti + 1 accompagnatore.
- 2) Non è prevista la partecipazione di atleti a livello individuale.
- 3) A titolo individuale partecipano solo gli atleti vincitori Regionali della gara di marcia.

## ALUNNI CON DISABILITÀ



**PISTA**

### - PROGRAMMA GARE FASI INIZIALI (PROVINCIALE E REGIONALE) -

#### **100 metri piani M/F;**

Per tutte le categorie di disabilità.

#### **300 metri piani M/F;**

Per tutte le categorie di disabilità

#### **1000 metri piani M/F;**

Per tutte le categorie di disabilità

#### **Staffetta 4x 100 metri**

Sono ammesse esclusivamente staffette integrate ossia composte da un minimo di 2 alunni disabili appartenenti indifferentemente ad una o più delle categorie di disabilità, e da un massimo di 2 alunni normodotati frequentanti lo stesso Istituto degli alunni disabili.

Le staffette possono essere miste (maschi e femmine).

#### **Getto del Peso Maschile - 4 kg (nella pedana del Getto del Peso)**

Per tutte le categorie di disabilità.

Sono previsti 3 lanci + 3 se la gara è finale diretta.

#### **Getto del Peso Femminile - 3 kg (nella pedana del Getto del Peso)**

Per tutte le categorie di disabilità.

Sono previsti 3 lanci + 3 se la gara è finale diretta.

#### **Lancio del Vortex Maschile e Femminile -(nella pedana del lancio del Giavellotto)**

Per tutte le categorie di disabilità.

Sono previsti 3 lanci + 3 se la gara è finale diretta.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### **Salto in Lungo con rincorsa Maschile e Femminile (battuta 1mt.)**

Per tutte le categorie di disabilità con esclusione degli alunni HFC.  
Sono previsti 3 salti + 3 se la gara è finale diretta.

#### **Salto in Alto con rincorsa Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità con esclusione degli alunni HFC.  
Sono previsti 3 salti + 3 se la gara è finale diretta.

### - PROGRAMMA GARE FINALE NAZIONALE -

#### **100 metri piani M/F;**

Per tutte le categorie di disabilità

#### **Getto del Peso M/F;** 4 e 3 KG.

Per tutte le categorie di disabilità.  
Sono previsti 3 lanci + 3 se la gara è finale diretta.

#### **1000 metri piani M/F;**

Per tutte le categorie di disabilità. Per gli alunni DIR nessuna distinzione tra livello A e livello B.

#### **Salto in Lungo con rincorsa Maschile e Femminile (battuta 1mt.)**

Per tutte le categorie di disabilità con esclusione degli alunni HFC.  
Sono previsti 3 salti + 3 se la gara è finale diretta.

#### **Salto in Alto con rincorsa Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità con esclusione degli alunni HFC.  
Sono previsti 3 salti + 3 se la gara è finale diretta.

#### **Staffetta 4x 100 metri**

Le staffette sono composte esclusivamente dagli alunni disabili qualificatisi alla Finale Nazionale indipendentemente dalla categoria di disabilità e devono essere possibilmente rappresentative della regione di appartenenza degli alunni. Le staffette possono essere miste (maschi e femmine).

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### BADMINTON



#### Categoria Allievi/e.

#### Programma tecnico – Campionato a squadre

Singolo maschile, Singolo femminile, doppio misto, doppio maschile, doppio femminile.

#### Rappresentativa d'Istituto

La rappresentativa d'Istituto è composta da 4 alunni (2 m + 2 f).

A rotazione uno degli atleti svolgerà anche funzioni di arbitro.

#### Torneo

Fase Provinciale, Regionale e Nazionale: per ciascun incontro sono previste 2 partite di singolo (maschile e femminile) e 3 di doppio (misto, maschile e femminile). Ogni atleta potrà disputare fino ad un massimo di due partite. Gli atleti che disputano i rispettivi singolari, non potranno gareggiare per il doppio misto;

In caso di assenza di due o più atleti la squadra perde l'incontro per forfait (0 – 5).

In caso d'infortunio di un atleta, la squadra perderà gli incontri nei quali il giocatore era iscritto.

#### Partecipazione

Riguardo alle modalità di partecipazione degli alunni/e in ritardo scolastico o in anticipo, la FIBa si rimette alle indicazioni emanate dal MIUR.

La formula di svolgimento è decisa dal Direttore di gara.

La partecipazione delle rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto è stabilita dalla competente commissione organizzatrice.

#### Impianti ed attrezzature

Il campo di gara è quello regolamentare (per il singolo 13,40m. x 5,18m.; per il doppio 13,40m. x 6,10m.), vincolante per tutti.

La rete è posta ad un'altezza di 1,55 m.

Il volano ufficiale per le gare è quello in materiale sintetico; previo accordo tra le parti è consentito l'uso del volano in piuma naturale. Durante l'incontro non è consentito cambiare tipo di volano.

#### Regole di base

Vince il set il giocatore, o la coppia, che arriva per primo/a a 11 punti. In caso di parità (10 - 10), l'incontro si conclude con due punti di distacco e comunque ai 15 punti .

Ogni incontro si disputa al meglio dei 2 set su 3.

**NOTA BENE:** *il punteggio segue la regola del Rally Point System, ovvero chi serve e vince lo scambio ottiene un punto e serve di nuovo, ma se perde lo scambio il servizio passa all'avversario che conquista a sua volta anche un punto.*

#### Punteggi e classifiche

Le due squadre che si incontrano devono giocare le 5 partite previste (2 singoli e 3 doppi), per cui i risultati possibili in un incontro sono 5 - 0, 4 - 1, o 3 - 2.

Ogni singola partita vinta darà diritto ad un punto . Tutti i punti ottenuti da ogni squadra concorrono a formare la classifica finale per ciascun girone.

**NOTA BENE:** da non confondere i punti che concorrono a formare la classifica finale (1 partita di singolo vinta = 1 punto) dai punti ottenuti nei parziali dei due set giocati (ad es. 11 – 8).

L'ordine di svolgimento delle partite è il seguente:

- I) Singolare maschile, II) singolare femminile, III) doppio misto, IV) doppio maschile, V) doppio femminile.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**

### **Secondo ciclo di Istruzione**

#### **Tabelloni di Gara**

I tabelloni di gara consigliati prevedono gironi all'italiana di qualificazione e classificazione:

Fino a 5 rappresentative: girone unico;

Da 6 a 8: due gironi di qualificazione ed incontro di classificazione tra le 2 vincenti i gironi;

Da 9 a 15: tre gironi di qualificazione e girone di classificazione tra le 3 vincenti i gironi;

Da 16 a 20: quattro gironi di qualificazione ed incontro di classificazione tra le 4 vincenti i gironi.

Le formule di svolgimento possono essere modificate dal Direttore di Gara in relazione al numero delle squadre partecipanti in base ai campi e al terreno a disposizione.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra due o più rappresentative si utilizzeranno i seguenti criteri:

- 1) Scontro diretto; 2) partite vinte; 3) giochi vinti; 4) punti fatti nei set giocati; 5) in caso di ulteriore parità prevarrà la squadra con l'età media inferiore (anni, mesi, giorni).

Il conteggio di cui ai punti 2, 3 e 4 si intende come differenza tra partite, giochi o punti vinti e quelli persi.

#### **Finali Nazionali**

Per la categoria Allievi, a prescindere dalle indicazioni Ministeriali, la FIBa prevede l'organizzazione delle Finali Nazionali indicativamente nella seconda metà di maggio.

#### **Categoria JUNIORES**

##### **Programma Tecnico – Campionato individuale maschile e femminile.**

##### Fase Provinciale

Sono previste solo gare di Singolo Maschile e Singolo Femminile. Ciascun Istituto potrà iscrivere fino ad un massimo di 3 alunni per il Campionato individuale Maschile e fino a 3 alunne per quello Femminile (3M e/o 3F).

A rotazione uno degli atleti svolgerà anche funzioni di arbitro.

##### Fase Regionale

Sono ammessi i primi tre atleti classificati in ogni provincia.

##### Finale Nazionale

Ciascun atleta Campione Regionale, maschile e femminile, potrà accedere alla Finale Nazionale.

#### **Partecipazione**

Ogni Istituto può prendere parte al solo torneo maschile, al solo torneo femminile o ad entrambi, precisandolo al momento dell'iscrizione. Riguardo alle modalità di partecipazione degli alunni/e in ritardo scolastico o in anticipo, la FIBa si rimette alle indicazioni emanate dal MIUR.

La formula di svolgimento è decisa dal Direttore di gara.

La partecipazione degli atleti alle fasi seguenti quella d'Istituto è stabilita dalla competente commissione organizzatrice.

#### **Impianti ed attrezzature**

Il campo di gara è quello regolamentare (per il singolo 13,40m. x 5,18m), vincolante per tutti.

La rete è posta a 1,55 m. al centro del campo.

Il volano ufficiale per le gare è quello in materiale sintetico; previo accordo tra le parti è consentito l'uso del volano in piuma naturale. Durante la partita non è consentito cambiare tipo di volano.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### Regole di base

Vince il set il giocatore che arriva per primo a 11 punti. In caso di parità (10 - 10), l'incontro si conclude con due punti di distacco e comunque ai 15 punti .

Ogni incontro si disputa al meglio dei 2 set su 3.

**NOTA BENE:** *il punteggio segue la regola del Rally Point System, ovvero chi serve e vince lo scambio ottiene un punto e serve di nuovo, ma se perde lo scambio il servizio passa all'avversario che conquista a sua volta anche un punto.*

#### Punteggi e classifiche

Gli atleti si classificheranno in base al posizionamento finale nel tabellone principale.

#### Casi di parità nei gironi

In caso di parità fra due o più atleti nei gironi si utilizzeranno i seguenti criteri:

- 1) scontro diretto; 2) partite vinte; 3) giochi vinti; 4) punti fatti nei set giocati;

Il conteggio di cui ai punti 2, 3 e 4 si intende come differenza tra partite, giochi o punti vinti e quelli persi.

#### Tabelloni di Gara

Si suggeriscono i seguenti tabelloni:

- ad *Eliminazione Diretta* da 8 o più atleti con eventuali gironi di qualificazione all'italiana da 3 atleti;
- oppure, *Doppio KO* dove un giocatore viene eliminato solo dopo aver perso la seconda partita.

Le formule di svolgimento possono essere modificate dal Direttore di Gara in relazione al numero degli atleti partecipanti, in base ai campi e al tempo a disposizione.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### BASEBALL E SOFTBALL



#### **Composizione delle squadre**

La squadra maschile (Baseball) è composta da 15 alunni (9 giocatori e 6 riserve).

La squadra femminile (Softball) è composta da 15 alunne (9 giocatrici e 6 riserve).

Non sono ammesse squadre con un numero inferiore a 10 giocatori.

#### **Tempi di gioco**

Le partite si disputano sulla distanza delle 6 riprese o di 1h e 30' di gioco.

#### **Disposizioni tecniche**

Valgono le regole del “Regolamento tecnico softball” sia per le squadre maschili che per quelle femminili.

Eccezioni al Regolamento:

- Limiti di punteggio: indipendentemente dal numero di eliminati, l'arbitro dovrà porre termine alla fase di attacco della squadra che avrà raggiunto i 4 punti nella ripresa (in tutte le fasi della manifestazione).
- In caso di pareggio si disputeranno gli innings supplementari mettendo in seconda base l'ultimo battitore che ha completato il suo turno nell'inning precedente, fino a che, a parità di attacchi, una squadra non si porterà in vantaggio.
- Utilizzazione del/la lanciatore/trice: non potrà prendere posizione in pedana, nella stessa giornata o in due giorni consecutivi, per più di 3 riprese complete anche se non consecutive, potrà comunque essere schierato in campo in altra posizione difensiva.
- I suggeritori possono essere 2 adulti.

#### **Impianti ed attrezzature**

Gli incontri devono svolgersi, ove possibile, su campi con misure regolamentari, in alternativa possono essere adattati campi da gioco di altri sport, rispettando le seguenti misure:

distanza tra le basi: m. 18,29; distanza pedana del lanciatore: m. 12,11.

Devono essere usate palle “incrediball”, da softball (possibilmente da 12”).

E' obbligatorio l'uso di mazze regolamentari approvate “Softball”.

Per i ricevitori è obbligatorio l'uso della maschera con caschetto e paragola protettivo.

#### **Abbigliamento**

Per i ragazzi è necessaria, senza distinzione di ruolo, un'adeguata protezione “tipo conchiglia”.

E' fatto assoluto divieto calzare scarpe con spikes o tacchetti metallici; sono raccomandate (specialmente su campi erbosi) le scarpe con tacchetti di gomma.

#### **Casi di parità**

Nei casi di squadre in parità di classifica, al termine della manifestazione, la stessa sarà definita tenendo conto:

- del risultato dell'incontro diretto;
- della classifica avulsa in caso di più squadre in parità;
- della squadra più giovane;
- del sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma tecnico**

La gara è una Prova Combinata di tiro, con il seguente sviluppo:

- > Tiro di precisione da fermo.
- > Tiro rapido di raffa a staffetta.
- > Tiro rapido di volo a staffetta.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto, di libera composizione, è composta da 3 alunni/e.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Il campo di gara, di norma, è quello regolamentare (lunghezza m. 22 e larghezza m. 5). La tracciatura è quella prevista dal Regolamento federale scolastico. Le bocce sono di mm. 90-100 di diametro e di gr. 600-700 di peso.

#### **Regole di base**

- Tiro di precisione da fermo: La prova consiste nel colpire 4 bocce - bersagli posizionati sul terreno di gioco da una zona di lancio distante m. 7 e dal diametro massimo di cm. 50. Ogni giocatore ha 4 bocce a disposizione. Si può uscire dal cerchio solo dopo che la boccia lanciata ha toccato il terreno. Ogni boccia può colpire una sola boccia bersaglio.

- Tiro rapido di raffa a staffetta: La prova consiste nel colpire il maggior numero di obiettivi costituiti da una boccia bianca in materiale sintetico del diametro di mm. 100 utilizzando le bocce disponibili nel tempo massimo di 4'. Ogni giocatore di una squadra avrà a disposizione n° 8 bocce e pertanto ogni squadra tirerà complessivamente n° 24 bocce.

Il tiro di raffa è regolare se la boccia lanciata supera in volo la linea dei 3 metri dalla linea di lancio.

Dinamica della staffetta: il giocatore, con la boccia in mano e al di là della linea di partenza, parte al segnale sonoro ed effettua un tiro sull'obiettivo n° 1 senza oltrepassare la prima linea di lancio. Prosegue poi la corsa fino all'altra estremità del campo, raccoglie la boccia nel portabocce e dopo la virata tira sull'obiettivo n° 2 senza oltrepassare la seconda linea di lancio. Corre quindi nella zona di cambio per toccare il braccio del compagno che inizierà il suo gioco e così di seguito.

- Tiro rapido di volo a staffetta: La prova consiste nel colpire il maggior numero di obiettivi costituiti da una boccia bianca in materiale sintetico del diametro di mm. 100 utilizzando le bocce disponibili nel tempo massimo di 4'. Ogni giocatore di una squadra avrà a disposizione n° 8 bocce e pertanto ogni squadra tirerà complessivamente n° 24 bocce.

Il tiro di volo è regolare quando la boccia cade a non più di cm. 50 dall'obiettivo colpito o quando lo colpisce direttamente.

Dinamica della staffetta: il giocatore, con la boccia in mano e al di là della linea di partenza, parte al segnale sonoro ed effettua un tiro sull'obiettivo n° 1 senza oltrepassare la prima linea di lancio. Prosegue poi la corsa fino all'altra estremità del campo, raccoglie la boccia nel portabocce e dopo la virata tira sull'obiettivo n° 2 senza oltrepassare la seconda linea di lancio. Corre quindi nella zona di cambio per toccare il braccio del compagno che inizierà il suo gioco e così di seguito.

#### **Punteggi e classifiche**

Tiro di precisione da fermo: Bersaglio n° 1 = 2 punti, n° 2 = 3 punti, n° 3 = 4 punti, n° 4 = 6 punti.

Tiro rapido di raffa a staffetta: il punteggio finale della squadra è dato dalla somma dei punteggi ottenuti dai 3 giocatori. Ogni obiettivo colpito vale 2 punti.

Tiro rapido di volo a staffetta: il punteggio finale della squadra è dato dalla somma dei punteggi ottenuti dai 3 giocatori. Ogni obiettivo colpito vale 2 punti.

La classifica individuale è data dalla somma dei punti ottenuti nelle singole prove.

La classifica per Rappresentative scolastiche si ottiene sommando i punti dei 3 alunni componenti la stessa.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra le Rappresentative prevarrà quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## BOWLING



### **Classifica unica Allievi + Juniores.**

#### **Programma tecnico**

Le squadre saranno composte da 3 elementi. Dovranno essere formate da elementi maschili o femminili che giocheranno in 2 Gironi separati con classifiche divise..

#### **Rappresentativa di Istituto**

La rappresentativa di istituto è composta da squadre comprendenti TRE alunni (formazioni maschili o femminili.)

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle rappresentative scolastiche alle fasi successive quella d'Istituto viene stabilita dalla competente Commissione Organizzatrice.

#### **Impianti ed attrezzature**

L'impianto di gara è quello regolamentare vincolante per tutti.

Le bocce, in dotazione in tutti i centri bowling, potranno variare tra sei libbre (kg 2.700) e 16 libbre (kg 7.250).

#### **Regole di base**

Una partita di bowling a 10 birilli è composta da 10 frazioni. Un giocatore effettua due lanci in ognuna delle prime 9 frazioni, a meno che non realizzi uno *strike* (abbattimento di 10 birilli col primo lancio).

Nella decima frazione, se realizza uno *strike* o uno *spare* (abbattimento di 10 birilli con 2 lanci) il giocatore effettua 3 lanci.

Le frazioni devono essere completate da tutti i giocatori, secondo un ordine prestabilito.

#### **Punteggi e classifiche**

La classifica verrà stilata sommando i risultati dei tre giocatori della formazione. Tutti e tre i componenti della squadra giocheranno per intero le partite previste.

#### **Tabelloni di gara**

La manifestazione si svolgerà in 4 FASI:

FASE 1 – LIVELLO LOCALE – RAPPRESENTATIVE DI ISTITUTO- 1 partita totale birilli.

FASE 2 – LIVELLO PROVINCIALE- 1 partita totale birilli.

FASE 3 – LIVELLO REGIONALE- 2 partite totale birilli.

FASE 4 – FINALE NAZIONALE- Il Regolamento della Finale Nazionale sarà comunicato dalla Segreteria FISB prima della fase Regionale.

#### **Casi di parità**

In caso di parità in classifica fra le squadre, prevarrà quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma tecnico**

Tornei a coppie: con e/o senza licita; la coppia può essere composta da giocatori di diverso sesso.

Tornei a squadre: in tutte le fasi devono essere effettuati con la licita (fase dichiarativa).

#### **Rappresentativa di Istituto**

La rappresentativa di istituto è composta da 2 alunni; se si tratta di gara a squadra la rappresentativa d'istituto è composta da 4 alunni con un 5°, eventuale riserva. Capitano è il Docente accompagnatore che può delegare uno dei componenti.

#### **Partecipazione**

Il numero di Rappresentative scolastiche (anche della stessa scuola) partecipanti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilito dalla commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Le attrezzature, tavoli (possibilmente di cm.90x90 posti ad una distanza di almeno mt.2,5 uno dall'altro), sedie, settore riservato all'arbitro, microfono e postazione per PC, e tutto il materiale tecnico- carte, boards, scores e, laddove vengano effettuate gare con la licita, bidding-box devono essere predisposte a cura degli organi periferici federali.

Nella sola fase di finale nazionale a squadre possono essere utilizzati i "sipari". Le norme di sicurezza devono essere rispettate in toto.

#### **Regole di base**

Non è prevista (ma possibile, nel caso) organizzazione di manifestazioni che prevedano classifiche stilate tenendo in considerazione la differenza di sesso, mentre sarà possibile disputare manifestazioni specifiche per gli studenti delle Medie Inferiori e delle Medie Superiori, pur se, per opportunità, in molti casi potranno giocare insieme.

Le manifestazioni d'Istituto dovranno prevedere lo svolgimento di un torneo a coppie senza fase dichiarativa (licita: quindi di solo gioco) e, ove possibile e/o per gli studenti più esperti, di una gara con fase dichiarativa nonchè l'adesione alle fasi successive (simultanei nazionali equiparati alle fasi a coppie dei GSS).

Le manifestazioni e le fasi successive saranno organizzate dalla FIGB o dai suoi organi periferici con modalità definite e reperibili nel progetto tecnico FIGB ed in sintonia con le normative dei Giochi Sportivi Studenteschi.

Le fasi d'Istituto e Comunale possono essere dirette da un "precettore", da un "monitore" o da un "direttore FIGB" designato dal Comitato Provinciale. Le fasi successive dovranno essere dirette da un "arbitro FIGB" designato dal Comitato Regionale.

La manifestazione nazionale è prevista solo per i "tornei a squadre".

#### **Punteggi e classifiche**

Secondo le disposizioni tecniche della FIGB.

#### **NORME PARTICOLARI**

Tutte le manifestazioni si svolgono secondo le regole di gioco attualmente previste per l'attività agonistica del settore Giovanile e Scolastico della FIGB; laddove non vi fossero delle specifiche normative, o indicazioni, o casi di parità, si farà riferimento al "Codice Internazionale di Gara" emanato dal W.B.F. e riconosciuto e approvato dalla F.I.G.B. Per tutti gli aspetti normativi non specificatamente riportati, si rimanda al progetto tecnico FIGB dei Giochi Sportivi Studenteschi annualmente inviato a tutte le scuole che vi aderiscono ufficialmente; mentre per gli aspetti organizzativi (calendario delle fasi) ci si deve attenere al Progetto Tecnico e norme tecniche emanate dal MIUR in collaborazione con il CONI.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## CALCIO

### CALCIO A 11

#### ***Programma tecnico***

Tornei a squadre di calcio a 11 maschili e femminili.

#### ***Composizione delle squadre***

Calcio a 11: squadre composte da 14 giocatori/trici, di cui 10 scendono in campo ed uno in porta. Tutti componenti la squadra devono obbligatoriamente essere iscritti a referto (**lista**).

#### ***Tempi di gioco***

##### **Calcio a 11 maschile:**

2 tempi di 40 minuti.

Tra il 1° e 2° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 15 minuti con inversione di campo.

##### **Calcio a 11 femminile:**

2 tempi di 30 minuti.

Tra il 1° e 2° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 15 minuti con inversione di campo.

#### ***Impianti ed attrezzature***

Si gioca su campi di calcio omologati.

Maschile: si gioca con il pallone n. **5**

Femminile: si gioca con il pallone n. **4**.

#### ***Regole di base***

Chi esce dal campo può rientrare.

Sono ammessi cambi liberi.

#### ***Abbigliamento***

Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello dei compagni di squadra.

Il giocatore non deve indossare alcun oggetto che sia pericoloso per gli altri giocatori (catenelle, braccialetti, anelli, orologi, ecc.).

E' obbligatorio l'uso dei parastinchi.

#### ***Casi di parità***

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri:

- risultati conseguiti negli incontri diretti;
- differenza reti;
- maggior numero di reti realizzate;
- classifica disciplina calcolata in base ai provvedimenti adottati in ogni gara;
- dalla minore età media dei giocatori;
- dal sorteggio.

Ogni vittoria vale in classifica punti 3, ogni pareggio punti 1, ogni sconfitta punti 0.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### CALCIO A 5 Maschile e Femminile

#### **Composizione delle squadre**

Squadre composte da 10 giocatori/trici, di cui 4 scendono in campo ed uno in porta. Tutti i componenti la squadra devono obbligatoriamente essere iscritti e referto (**lista**).

#### **Tempi di gioco**

##### **Calcio a 5 maschile:**

2 tempi di 30 minuti.

Tra il 1° e 2° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 15 minuti con inversione di campo.

##### **Calcio a 5 femminile:**

2 tempi di 20 minuti.

Tra il 1° e 2° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 10 minuti con inversione di campo.

#### **Impianti ed attrezzature**

Il campo di gioco ha le seguenti misure:

lunghezza max mt. 42 min mt. 25; larghezza max mt. 25 min mt. 15.

Misure della porta altezza mt. 2, larghezza mt. 3. Le porte devono essere fissate al terreno.

Le porte devono essere fissate al terreno.

Si gioca con un pallone di circonferenza massima di 64 cm minima 62 cm e del peso che varia da 390 a 430 grammi.

#### **Regole di base**

Sono ammessi cambi liberi.

Chi esce dal campo può rientrare.

Non esiste la regola del fuorigioco.

Le due squadre hanno la possibilità di richiedere un minuto di time-out per ogni tempo di gioco.

#### **Abbigliamento**

Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello dei compagni di squadra.

I giocatori non devono indossare alcun oggetto che sia pericoloso per gli altri (catenelle, braccialetti, anelli, orologi, ecc.). Sono consentite soltanto calzature tipo scarpe da ginnastica, scarpe di tela con soles in gomma o altro materiale simile. E' obbligatorio l'uso dei parastinchi.

#### **Casi di parità**

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri:

- risultati conseguiti negli incontri diretti;
- differenza reti;
- maggior numero di reti realizzate;
- classifica disciplina calcolata in base ai provvedimenti adottati in ogni gara;
- minore età media dei giocatori;
- sorteggio.

Ogni vittoria vale in classifica punti 3, ogni pareggio punti 1, ogni sconfitta punti 0.



### **CALCIO A 5 INTEGRATO MISTO**

I Giochi Sportivi Studenteschi di Calcio a 5 sia nelle fasi iniziali (Provinciali e/o Regionali) che nella fase Nazionale (quando prevista) si svolgeranno previa iscrizione di un minimo di 3 squadre. Le squadre devono essere composte da un minimo di 3 alunni disabili (qualsiasi tipo di disabilità) e da un massimo di 2 alunni normodotati frequentanti lo stesso Istituto degli alunni disabili.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

**Programma tecnico**

Staffetta 4x200.

Prova individuale in linea di m. 200.

**Rappresentativa di istituto**

La Rappresentativa di Istituto, di libera composizione, è composta da 4 alunni/e.

**Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

**Impianti ed attrezzature**

Le gare si possono svolgere sia su acque libere che in piscina.

**Punteggi e classifiche**

Al termine delle varie fasi verrà stilata una classifica finale per ciascuna delle 2 prove.

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica finale come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente classificato; ai ritirati e per ogni elemento delle squadre incomplete, si assegnano tanti punti quanti sono i concorrenti ammessi più uno.

Alle fasi successive sono ammesse le Rappresentative di istituto che, avendo obbligatoriamente partecipato a tutte e 2 le prove, abbiano ottenuto il minor punteggio contando il risultato della prova di squadra e di tutti e 4 i componenti la stessa nella prova individuale in linea, secondo quanto previsto dalla competente Commissione Organizzatrice.

**Casi di parità**

In caso di parità fra due Rappresentative prevarrà quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### CANOTTAGGIO



#### **Programma tecnico**

Maschile e Femminile:

Remoergometro: mt. 100 e/o mt. 2000.

Barca: metri 1000 in GIG Quattro di punta con timoniere.

#### **Rappresentativa di istituto**

Per le competizioni al Remoergometro la Rappresentativa d'Istituto è composta dall'insieme degli Alunni/Studenti partecipanti.

Per le regate in barca la Rappresentativa d'Istituto, maschile o femminile, è composta dall'equipaggio e quindi da 4 alunni/e più il timoniere.

#### **Partecipazione**

Gli istituti potranno liberamente scegliere l'attività a cui aderire.

Sono previste, limitatamente alle competizioni in barca, regate riservate agli Alunni/Studenti che non hanno mai partecipato ad alcuna regata Ufficiale indetta dalla F.I.C. (categoria Esordienti).

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle eventuali fasi seguenti quella d'Istituto, se previste, viene stabilita dalla commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Nelle regate verranno utilizzate le imbarcazioni GIG Quattro di punta con timoniere messe a disposizione dal Comitato Organizzatore.

Il remoergometro è un attrezzo ideato ed utilizzato per la pratica del canottaggio "a secco". E' uno strumento alternativo e/o propedeutico del canottaggio che permette quindi di simulare, in tutta sicurezza, il gesto del vogare.

#### **Punteggi e classifiche**

Sono previste distinte classifiche maschile e femminile, per categoria sia per le prove al remoergometro che per le regate in barca.

Le finali delle regate in barca si svolgono con un massimo di otto equipaggi, salvo diversa disposizione del Bando di Regata, che verranno classificati dal 1° all'8° posto secondo l'ordine di arrivo; alla finale si accede con le modalità previste dal Codice delle regate FIC (Federazione Italiana Canottaggio).

Per il Remoergometro verrà stilata una classifica individuale ed una per Rappresentative di Istituto.

La classifica finale per Rappresentative d'Istituto verrà determinata dalla somma dei migliori tempi di ogni categoria ( 2 maschili e 2 femminili) fatti registrare in ogni singolo Istituto.

#### **Casi di parità**

Limitatamente alla determinazione della classifica individuale dei primi 3 posti, in caso di parità nella prova singola prevarrà il più giovane. In caso di ulteriore parità si procederà ad un sorteggio.

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative prevarrà la squadra più giovane. In caso di ulteriore parità si procederà al sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### CANOTTAGGIO SEDILE FISSO

#### **Programma Tecnico**

Maschile e femminile:

regate sulla "Barca per la Famiglia" con 2 vogatori + 1 timoniere su una distanza massima di 300 m ad inseguimento con due giri di boa.

#### **Rappresentativa d'istituto**

Ogni istituto potrà iscrivere alla fase successiva tre equipaggi per un totale di 9 alunni/e.

#### **Partecipazione**

1<sup>a</sup> fase: Fase di Istituto

Partecipazione libera.

2<sup>a</sup> fase: Fase provinciale

Partecipano i primi tre classificati di ogni istituto.

3<sup>a</sup> fase: Fase regionale

Partecipano i primi tre istituti classificati di ogni provincia.

4<sup>a</sup> fase: Fase nazionale

All'eventuale fase nazionale partecipano i primi tre istituti classificati di ogni regione.

#### **Impianti ed attrezzature**

Nelle regate vengono utilizzate le nuove barche per la famiglia a due vogatori con remata di coppia con il timoniere.

Tale imbarcazione è stata espressamente progettata per facilitare la pratica del canottaggio ai neofiti ed anche alle persone diversamente abili.

Gli organizzatori delle manifestazioni delle varie fasi dei Giochi Sportivi Studenteschi forniranno le imbarcazioni e tutte le attrezzature necessarie.

#### **Regole di base**

Le gare ad eliminazione diretta con tabellone di tipo tennistico saranno composte da due equipaggi e si svolgeranno ad inseguimento. Il tabellone verrà composto tenendo conto dei seguenti criteri:

- nella fase provinciale, equipaggi dello stesso istituto non potranno affrontarsi nel primo turno eliminatorio;
- nella fase regionale, equipaggi della stessa provincia non potranno affrontarsi nel primo turno eliminatorio;
- nella fase nazionale, equipaggi della stessa regione non potranno affrontarsi nel primo turno eliminatorio.

Il campo di gara sarà composto da tre boe allineate con le due esterne distanti 150 metri circa e con la centrale equidistante da esse. Le due imbarcazioni partecipanti alla gara verranno poste ognuna diretta verso una delle due boe esterne, con la prua sulla boa centrale ed in modo che questa rimanga sempre alla destra dei timonieri; la gara verrà portata a termine effettuando un giro completo in senso orario (300 m circa) attorno alla linea ideale formata dalle tre boe, che per tutto lo svolgimento della stessa dovranno sempre trovarsi alla destra dei timonieri. Il primo equipaggio che raggiungerà la boa di partenza vincerà la gara.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## CICLISMO



#### Programma tecnico

Prova di fuoristrada:

- |                          |                              |                   |
|--------------------------|------------------------------|-------------------|
| <input type="checkbox"/> | 14 anni maschile e femminile | massimo 20 minuti |
| <input type="checkbox"/> | 15-16 anni maschile          | massimo 30 minuti |
| <input type="checkbox"/> | 15-16 anni femminile         | massimo 20 minuti |
| <input type="checkbox"/> | 17-18 anni maschile          | massimo 40 minuti |
| <input type="checkbox"/> | 17-18 anni femminile         | massimo 30 minuti |

#### Rappresentativa d'istituto

Possono essere formate rappresentative d'istituto maschili e femminili, ciascuna formata da minimo 3 elementi.

#### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dal C.O.P.

#### Impianti ed attrezzature

Bicicletta da MTB è obbligatorio indossare il casco ed i guanti.

Le prove devono essere svolte su un circuito erboso e/o sterrato da ripetere anche più volte.

#### Punteggi e classifiche

Sono previste distinte classifiche maschile e femminile.

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica finale di appartenenza come segue: 1 punto al 1°, 2 punti al 2°, 3 punti al 3° fino all'ultimo classificato; ai ritirati e per ogni elemento delle squadre incomplete, si assegnano tanti punti quanti sono i concorrenti di squadra ammessi più uno.

La classifica per Rappresentative scolastiche si ottiene sommando i punteggi acquisiti dai 3 alunni.

#### Casi di parità

In caso di parità fra due o più rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto, nell'ordine, i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## CRICKET

### **Composizione delle squadre maschili o femminili**

Ogni squadra (maschile o femminile), potrà iscrivere a referto in ogni gara 10 giocatori , di cui 8 scendono in campo. Non sono ammesse squadre con un numero inferiore ad 8 giocatori. Nel caso in cui una squadra si presenti con meno di 8 giocatori, la gara non verrà effettuata e la squadra in difetto avrà partita persa per 60-0 ed un punto di penalizzazione in classifica.

### **Tempi di gioco**

Le gare si svolgeranno in 2 innings di 7 overs l'uno (42 palle valide), con intervalli di 5 minuti tra il primo ed il secondo innings

### **Impianti ed attrezzature**

Sono sufficienti i campi da calcio, parchi pubblici o strutture sportive aperte o chiuse ma ben livellati e in una fascia di 2 metri per 20,50 nella parte centrale.

Non sono tollerate misure diverse se non per situazioni straordinarie.

Gli stumps sono quelli a molla da palestra o campi sintetici e con palla morbida in gomma o da tennis nuova.

### **Regole di base**

#### **1. EIGHT-a-SIDE (8 contro 8)**

Solo 2 innings, uno in battuta e l'altro al lancio

#### **2. Avvicendamento dei giocatori**

Nell'innings di lancio l'insegnante deve obbligatoriamente sostituire (in caso di 10 giocatori iscritti) 2 degli 8 giocatori. Questi 2 giocatori possono essere sostituiti nel corso dell'innings di lancio solo con giocatori che non hanno battuto o non batteranno. Si ritiene soddisfatto tale obbligo quando un giocatore rimane in campo almeno per 2 overs.

#### **3. Durata azione di lancio e battuta**

Ogni qualvolta un giocatore è al lancio o battuta non può rallentare volutamente il gioco. Gli arbitri veglieranno che non si perda inutile tempo per cercare d' infastidire gli avversari. A secondo richiamo il giocatore verrà espulso dal campo e non potrà essere sostituito.

#### **4. Arbitraggio coerente con il rispetto del prossimo**

Ogni volta che l'arbitro rileva una mancanza di rispetto per gli avversari dovrà interrompere il gioco. Alla prima infrazione ammonirà ufficialmente il giocatore, alla seconda infrazione l'arbitro potrà richiedere al docente il ritiro dal campo del giocatore (l'eliminato per provvedimento disciplinare non può essere sostituito – in caso di battitore sarà eliminato per **D. A.** – decisione arbitrale).

#### **5. Casi di parità**

Nel caso di parità al termine dei 2 innings, si svolgerà un "bowl out" su 7 lanci ( tutti lanciano ad esclusione del W.K.), perdurando la parità si continuerà fino a un errore di un lanciatore.

#### **6. Le partite si vincono**

Per scontro diretto, per abbandono o non presentazione della squadra in campo, al bowl out al superamento del punteggio avversario anche solo di un punto entro il numero dei lanci previsti come massimo nella partita (7 overs).

**Gli arbitri saranno forniti dalla F.Cr.I. con persone abilitate, con documentazione fornita direttamente alle scuole interessate dopo la richiesta da effettuarsi almeno 30 giorni prima delle partite.**

### **Durata delle partite**

Il primo innings di lancio non potrà durare più di 45 minuti. In caso di rallentamento la fase di battuta sarà ridotta del tempo perso calcolato con un overs per ogni 5' persi.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma tecnico**

Il torneo è individuale e misto (maschi e femmine insieme).

#### **Rappresentativa di istituto**

La Rappresentativa di Istituto, di libera composizione, è composta da 3 alunni/e.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

**Dama italiana:** La damiera è un piano quadrato diviso in 64 caselle uguali, alternativamente chiare e scure. Le pedine sono 12 bianche, o di colore chiaro, e 12 pedine nere, o di colore scuro.

**Dama internazionale:** La damiera è un piano quadrato diviso in 100 caselle uguali, alternativamente chiare e scure. Le pedine sono 20 bianche, o di colore chiaro, e 20 pedine nere, o di colore scuro.

#### **Punteggi e classifiche**

Tutte le squadre partecipanti saranno inserite in un tabellone con formula "all'italiana" o "a sistema italo - svizzero". Per ogni incontro i risultati individuali, ottenuti dai componenti della squadra, determineranno il risultato del turno e si assegneranno alla rappresentativa due punti per la vittoria, un punto per il pareggio e zero punti per la sconfitta (6 a 0, 5 a 1, 4 a 2 daranno 2 punti di squadra; 3 a 3 un punto, 2 a 4, 1 a 5, 0 a 6 zero punti).

Al termine della fase verrà stilata una classifica determinata dal punteggio complessivo raggiunto dalla squadra, dai punti totalizzati dai singoli componenti e dal quoziente del girone di appartenenza.

Parteciperanno alle fasi successive a quella provinciale le Rappresentative di istituto in base all'ordine di classifica ed ai posti disponibili nella fase successiva.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più rappresentative ed anche ai fini della qualificazione alla fase successiva, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### DANZA SPORTIVA

#### **Programma Tecnico**

Danze di coppia: a scelta tra 15 proposti nel testo F.I.D.S. “Balli e danze di società”.

Danze di squadra: un ballo di gruppo stile libero.

#### **Composizione delle squadre - numero ed età dei partecipanti**

La competizione verrà suddivisa in differenti categorie (fasce d'età):

Scuola Secondaria di Primo Grado: categoria unica

#### **Tempi di gara**

Ogni performance presentata, dovrà rispettare i seguenti tempi di gara:

1,30'' minuti / 2,00''

Per le danze di squadra si prevede un tempo massimo di 3.00''.

#### **Impianti ed attrezzatura**

Le gare dovranno svolgersi su pista in parquet, linoleum o altra pavimentazione adatta alla danza.

Soluzioni di ripiego possono essere adottate, tenuto conto dello spirito di adattamento e di promozione insito nelle finalità dei Giochi Sportivi Studenteschi.

#### **Regole di Base**

Danze di coppia: consistono in una coreografia danzata in coppia maschio-femmina, a scelta tra 15 balli proposti nel testo F.I.D.S. “Balli e danze di società”. La base musicale è proposta dal dj. Ogni istituto può presentare più coppie.

Danze di squadra: possono essere suddivise in piccolo gruppo, cioè composto da 3 a 7 alunni e grande gruppo composto invece da oltre 8 alunni. Consistono in una dimostrazione coreografica anche di fantasia e su base musicale propria.

Per i passi e le figurazioni si considera il testo: “Balli e danze di società” della Federazione Italiana Danza Sportiva.

#### **La consegna delle musiche di gara**

NB: ogni gruppo che danzerà su musica propria, deve consegnare due C.D. (non riscrivibili), con la medesima traccia e recanti sul dorso una targhetta con le generalità del gruppo e dell'Istituto Scolastico di appartenenza. L'accompagnatore ufficiale dovrà essere in grado di presentare, qualora richiesto dalla SIAE, il CD originale dal quale è stata estrapolata la traccia musicale.

#### **Metro di giudizio, punteggi e classifiche**

Danze di squadra: i componenti il pannello giudicante, obbligatoriamente in numero minimo pari a 3, esprimeranno il loro giudizio per ciascuna performance in gara, assegnando un punteggio in decimali da 5.1 a 6.00 e tenendo conto dei seguenti parametri:

⇒ Espressività ritmica e coreografica

⇒ Rispetto del tempo

Danze di coppia: i componenti del pannello giudicante, obbligatoriamente in numero minimo pari a 3, esprimeranno la propria preferenza per l'accesso alla finale, mentre in fase di finale esprimeranno il loro giudizio con valori da 1 a 6, dove 1 indica la posizione migliore e 6 indica l'ultima.

#### **Classifica per Disciplina e Categoria**

Si provvederà ad una classificazione separata per ciascuna disciplina e categoria con premiazione dei primi classificati in base al sistema skating federale. In caso di parità si procederà ad uno spareggio e in caso di ulteriore parità, si darà il privilegio all'unità competitiva di età anagrafica minore.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**

### **Secondo ciclo di Istruzione**

#### **Classifica per Rappresentativa di Istituto**

Tenendo conto delle posizioni acquisite nelle discipline, verrà stabilita una classifica per Rappresentative di Istituto. In caso di parità tra due o più rappresentative, prevarrà quella che ha ottenuto il miglior piazzamento dando privilegio all'istituto che ha partecipato in entrambe le discipline.

#### **Modalità di Iscrizione**

Ciascun Istituto Scolastico, dopo aver regolarmente completato la circolare ministeriale, esprimendo tra le preferenze anche quella per la Danza Sportiva, riceverà i moduli predisposti dalla FIDS per l'adesione ai Giochi Sportivi Studenteschi, e sarà invitato a segnalare eventuale disponibilità della propria palestra per lo svolgimento della fase comunale di detti Giochi.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Omologazione dei risultati - Reclami**

Una volta terminata la competizione e le premiazioni, potrà essere proclamata la Rappresentanza d'Istituto vincitrice dei Giochi.

Eventuali richieste immediate di chiarimento al Direttore di Gara, potranno riferirsi esclusivamente:

⇒ alla classifica finale (solo per errori di trascrizione o calcolo)

⇒ alla collocazione degli atleti nella categoria

e potranno essere poste in forma scritta, solo dai docenti nominati per preparare gli alunni di ciascun Istituto, e accreditati attraverso il modulo di adesione ai Giochi Sportivi Studenteschi.

Non è consentito alcun reclamo avverso i punteggi attribuiti dalla giuria, avverso decisioni di natura tecnico disciplinare adottati dal Direttore di Gara anche per quanto si riferisce alla praticabilità ed alla regolarità della pista di gara o alla composizione del Collegio Giudicante.

Per quanto non previsto nel presente regolamento si fa riferimento alle norme federali vigenti

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## GINNASTICA



### PROGRAMMA GARE

- Giochi Sportivi Studenteschi di I° Grado
- Giochi Sportivi Studenteschi di 2° Grado

Il programma prevede gare di squadra

### COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE

#### **Giochi Sportivi Studenteschi di I° e II° Grado**

Ciascuna squadra, sia per il concorso maschile che per il concorso femminile, dovrà essere formata da 4 alunni/e, mentre per la ginnastica aerobica (Scuola di I° e II° Grado) può essere anche mista ed è composta da 5/8 alunni/e.

### CLASSIFICHE

Possono essere stilate più classifiche:

- a) classifica per il Percorso
- b) classifica per l'esercizio a Corpo Libero (concorso maschile, I e II grado), a Corpo Libero con l'uso del piccolo attrezzo (concorso femminile, I grado) e a Corpo Libero (concorso femminile, II grado)
- c) classifica per l'esercizio di ginn. aerobica
- d) classifica per il Percorso + l'esercizio a Corpo Libero o a Corpo Libero con l'uso del piccolo attrezzo (concorso maschile e femminile)

**NOTA:** per il Percorso è possibile stilare una classifica individuale.

### CASI DI PARITA'

Solo ai fini della qualificazione alla fase successiva deve essere data la precedenza alla squadra che nella composizione risulti con la maggiore età media dei partecipanti.

### ABBIGLIAMENTO

Tenuta sportiva libera, adeguata e decorosa (penalità p. 0.20 ogni volta).

Non sono ammessi collanine, orecchini, orologi, bracciali, etc. (penalità p. 0.20 ogni volta).

### IMPIANTI / ATTREZZATURA

Ogni campo di gara è opportuno che sia dotato di impianto di amplificazione completo di diffusori acustici, microfoni, lettore CD e cronometri. Sono necessari gli attrezzi per la prova del percorso; una striscia di gomma o di moquette o un certo numero di tappeti per l'esercizio a corpo libero.

**Nota:** si consiglia nastro biadesivo per bloccare i

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**

### **Secondo ciclo di Istruzione**

tappeti e di prestare attenzione al fissaggio degli  
attrezzi.

**Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**  
**Secondo ciclo di Istruzione**

**Programma di Gara**

**CONCORSO MASCHILE – CONCORSO FEMMINILE**  
**CONCORSO DI GINNASTICA AEROBICA**

PROPOSTA PER UN PERCORSO DI GARE SINO ALLA FASE  
 PROVINCIALE E REGIONALE

<b>MANIFESTAZIONI</b>	<b>PROGRAMMA TECNICO</b>	<b>PERIODO</b>
ATTIVITA' D'ISTITUTO	PERCORSO GINNASTICO	ENTRO GENNAIO
ATTIVITA' DISTRETTUALE	<p align="center">1° giornata            PERCORSO GINNASTICO</p> <p align="center">2° giornata            ESERCIZIO A CORPO LIBERO</p> <p align="center">3° giornata            ESERCIZIO DI GINNASTICA            AEROBICA</p>	<p align="center">GENNAIO            FEBBRAIO</p>
ATTIVITA' COMUNALE PROVINCIALE E REGIONALE	COME PER L'ATTIVITA' DISTRETTUALE	<p align="center">MARZO            APRILE            MAGGIO</p>

**Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**  
**Secondo ciclo di Istruzione**

**Programma di Gara**

**CONCORSO MASCHILE – CONCORSO FEMMINILE**  
**CONCORSO DI GINNASTICA AEROBICA**

PROPOSTA PER UN PERCORSO GARE SINO ALLA FASE NAZIONALE

MANIFESTAZIONI	PROGRAMMA TECNICO
ATTIVITA' D'ISTITUTO	<p align="center">Percorso ginnastico            (4 alunni per le gare maschili)            (4 alunne per le gare femminili)</p> <p align="center">Ginnastica Aerobica            Esercizio di squadra            (5/8 alunni/e)</p>
ATTIVITA' DISTRETTUALE O COMUNALE	<p align="center">Percorso ginnastico            (4 alunni per le gare maschili)            (4 alunne per le gare femminili)</p> <p align="center">Ginnastica Aerobica            Esercizio di squadra            (5/8 alunni/e)</p>
DALLA/E FASE/I PROVINCIALE/I in poi	<p align="center">Percorso ginnastico            ed            Esercizio a squadra a corpo libero            (4 alunni per le gare maschili)            (4 alunne per le gare femminili)</p> <p align="center">Ginnastica Aerobica            Esercizio di squadra            (5/8 alunni/e)</p>

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### Programma Tecnico

Il programma per entrambi i concorsi comprende due prove:

**Prova 1:**

Percorso ginnastico a staffetta: 4 alunni/e

**Prova 2:**

Esercizio collettivo a corpo libero: 4 alunne

Esercizio di squadra a corpo libero: 4 alunni

**Punteggio:**

Prova 1:

- Percorso ginnastico Punti 40

Prova 2:

- Esercizio a corpo libero Punti 40

Percorso (a staffetta)

Il percorso si svolge su un tracciato rettangolare delle seguenti dimensioni:

- Lato AB m 3
- Lato BC m 12

- Lato CD m 3
- Lato AD m 12

**Impianti e attrezzature**

Ogni impianto di gara è opportuno che sia dotato di un impianto d'amplificazione completo di diffusori acustici, microfono, registratore a cassette e cronometri. Sono inoltre necessari i seguenti attrezzi:

**Per il percorso ginnastico:**

1/2/3/4 = Tappeti m 2 x 1

5 = Contenitore con palla (ritmica o pallavolo)

6 = Boa

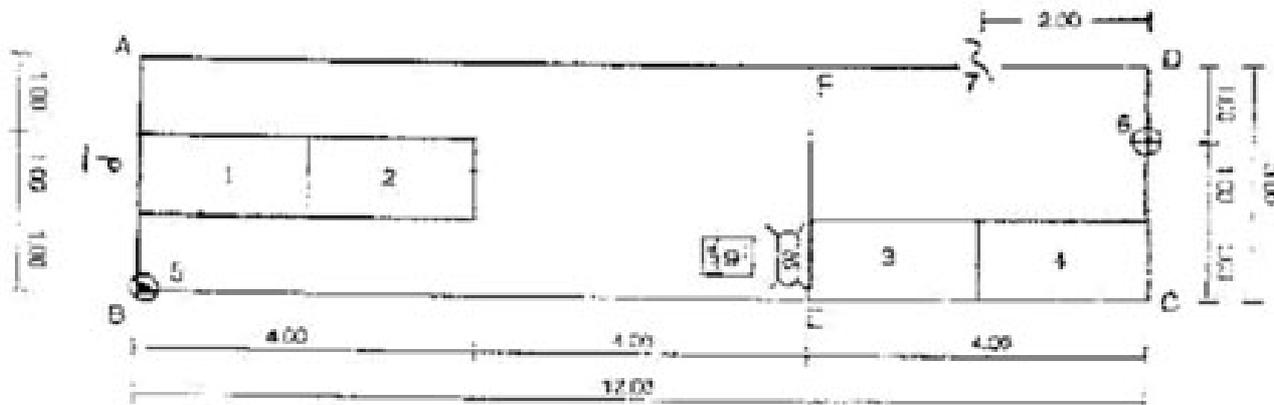
7 = Funicella

8 = Cavallina (m 1.10)

9 = Pedana

**Per la prova a Corpo Libero (spazio di metri 8x12):**

- strisce di gomma o moquette o un certo numero di tappeti.



**PERCORSO**

Abbigliamento: **Tenuta sportiva libera**

**PERCORSO GINNASTICO A STAFFETTA**

Il percorso ginnastico a tempo con piccoli e grandi attrezzi, da effettuare in forma di staffetta; il tempo impiegato viene trasformato in punti secondo la tabella allegata

*Non sono previste penalizzazioni per l'esecuzione*

tecnica, ma solo penalizzazioni relative alla realizzazione o meno dei movimenti ginnastici indicati.

**Modalità esecutive**

- Ogni concorrente, parte dal punto P posto sul lato AB, ed esegue le prove richieste lungo il percorso Sino a toccare il compagno successivo.
- L'arrivo dell'ultimo concorrente sulla linea AB indica la conclusione della staffetta.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### PROVE DEL PERCORSO (Fig. B)

**NOTA:** è consentito l'uso di una propria funicella e di una propria palla – di pallavolo – ma comune a tutti gli alunni della squadra (funicella e/o palla non conformi, ovvero con modifiche facilitanti, 5 sec. di penalità ogni volta).

##### Prova n.1

- Il/la concorrente, con partenza in decubito prono, spalle dietro la linea di partenza AB, corpo in atteggiamento lungo, al via si alza, prende la palla dal contenitore la lancia in alto ed esegue di seguito una capovolta rotolata avanti sui tappeti, la riprende e la ripone nel contenitore e corre verso la cavallina.

##### Prova n.2

- Con battuta a piedi pari in pedana e con la posa delle mani sulla cavallina esegue un volteggio a gambe divaricate frontalmente (staccata) arrivo al suolo a piedi pari dorso all'attrezzo.

##### Prova n.3

- Dopo l'arrivo al suolo, esegue mezzo giro ed effettua una capovolta indietro (con appoggio delle mani e rotolamento sul dorso) e di seguito esegue un cambio di fronte; quindi aggira esternamente la boa posta sul lato CD ad un metro dall'angolo D.

##### Prova n.4

- Prende la fune ed esegue 8 saltelli pari uniti sul posto con 8 giri inversi della fune (un giro all'indietro per ogni saltello). Al termine mette la fune a terra nello spazio compreso tra il lato CD e la linea EF (a m 4,00 da CD).

##### Prova n.5

- Esegue due ruote laterali e di corsa va a toccare il concorrente successivo. L'arrivo dell'ultimo concorrente sul lato AB segna la fine della prova.

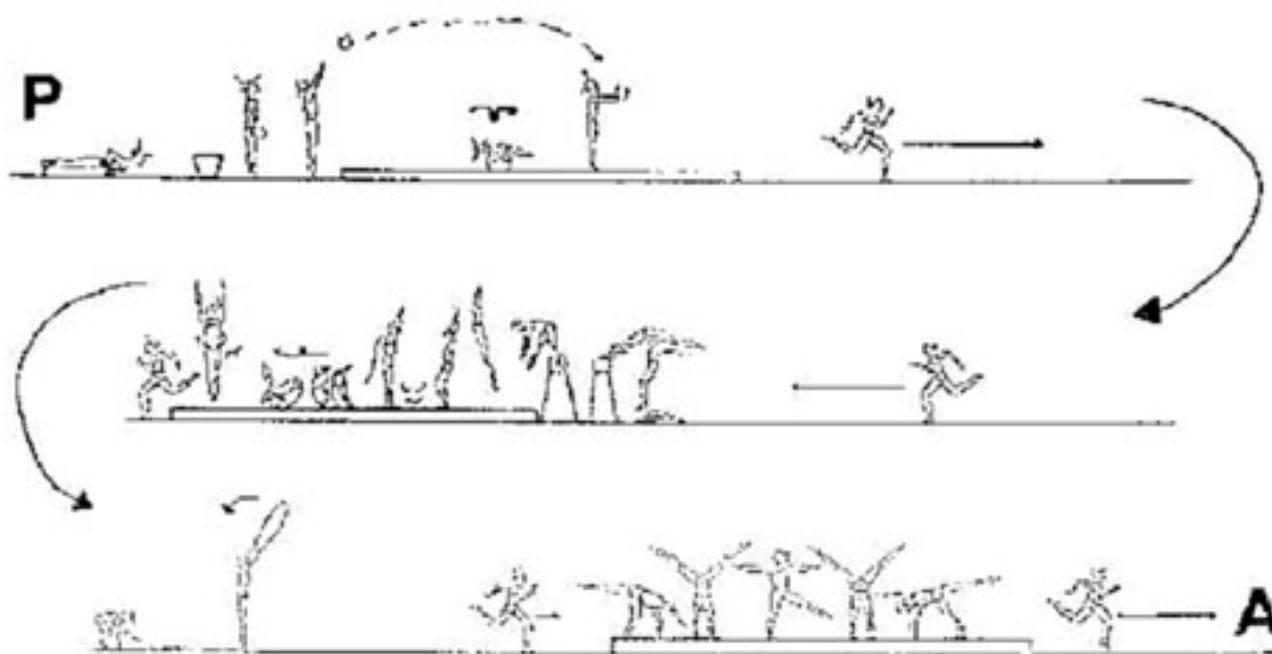


Fig. B

#### Penalizzazioni generali

(da applicare in caso di mancanza delle penalità specifiche di ogni prova)

- Ogni elemento non eseguito correttamente 5 sec
- Ogni prova omessa 15 sec
- Ogni ostacolo abbattuto o attrezzo spostato durante la prova deve essere collocato nella giusta posizione dal concorrente prima di terminare il proprio percorso, in caso contrario 15 sec.
- Partire prima del segnale di partenza, o sollevare una parte del corpo per anticipare la partenza 5 sec.

##### Prova n.1

- Capovolta non eseguita 15 sec.

##### Prova n.2

- Battuta in pedana non a piedi pari 5 sec.
- Arrivo non a piedi pari 5 sec.
- Arrivo fronte diversa da quella descritta 5 sec.

##### Prova n.3

- Capovolta non eseguita 15 sec.
- Non aggirare la boa 5 sec.

##### Prova n.4

- Ogni saltello in meno 5 sec.
- Funicella o parte di essa fuori dallo spazio indicato 5 sec.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

## Secondo ciclo di Istruzione

- Non rimettere la palla nel contenitore 5 sec.

Prova n.5

- Ogni ruota non eseguita

15 sec.

## Tabella

comparativa dei tempi e dei punteggi relativi al percorso ginnastico

TEMPO	PUNTI								
50"	40,00	99"	37,55	148"	35,10	197"	32,65	246"	28,40
51"	39,95	100"	37,50	149"	35,05	198"	32,60	247"	28,30
52"	39,90	101"	37,45	150"	35,00	199"	32,55	248"	28,20
53"	39,85	102"	37,40	151"	34,95	200"	32,50	249"	28,10
54"	39,80	103"	37,35	152"	34,90	201"	32,45	250"	28,00
55"	39,75	104"	37,30	153"	34,85	202"	32,40	251"	27,90
56"	39,70	105"	37,25	154"	34,80	203"	32,35	252"	27,80
57"	39,65	106"	37,20	155"	34,75	204"	32,30	253"	27,70
58"	39,60	107"	37,15	156"	34,70	205"	32,25	254"	27,60
59"	39,55	108"	37,10	157"	34,65	206"	32,20	255"	27,50
60"	39,50	109"	37,05	158"	34,60	207"	32,15	256"	27,40
61"	39,45	110"	37,00	159"	34,55	208"	32,10	257"	27,30
62"	39,40	111"	36,95	160"	34,50	209"	32,05	258"	27,20
63"	39,35	112"	36,90	161"	34,45	210"	32,00	259"	27,10
64"	39,30	113"	36,85	162"	34,40	211"	31,90	260"	27,00
65"	39,25	114"	36,80	163"	34,35	212"	31,80	261"	26,90
66"	39,20	115"	36,75	164"	34,30	213"	31,70	262"	26,80
67"	39,15	116"	36,70	165"	34,25	214"	31,60	263"	26,70
68"	39,10	117"	36,65	166"	34,20	215"	31,50	264"	26,60
69"	39,05	118"	36,60	167"	34,15	216"	31,40	265"	26,50
70"	39,00	119"	36,55	168"	34,10	217"	31,30	266"	26,40
71"	38,95	120"	36,50	169"	34,05	218"	31,20	267"	26,30
72"	38,90	121"	36,45	170"	34,00	219"	31,10	268"	26,20
73"	38,85	122"	36,40	171"	33,95	220"	31,00	269"	26,10
74"	38,80	123"	36,35	172"	33,90	221"	30,90	270"	26,00
75"	38,75	124"	36,30	173"	33,85	222"	30,80	271"	25,90
76"	38,70	125"	36,25	174"	33,80	223"	30,70	272"	25,80
77"	38,65	126"	36,20	175"	33,75	224"	30,60	273"	25,70
78"	38,60	127"	36,15	176"	33,70	225"	30,50	274"	25,60
78"	38,55	128"	36,10	177"	33,65	226"	30,40	275"	25,50
80"	38,50	129"	36,05	178"	33,60	227"	30,30	276"	25,40
81"	38,45	130"	36,00	179"	33,55	228"	30,20	277"	25,30
82"	38,40	131"	35,95	180"	33,50	229"	30,10	278"	25,20
83"	38,35	132"	35,90	181"	33,45	230"	30,00	279"	25,10
84"	38,30	133"	35,85	182"	33,40	231"	29,90	280"	25,00
85"	38,25	134"	35,80	183"	33,35	232"	29,80	281"	24,90
86"	38,20	135"	35,75	184"	33,30	233"	29,70	282"	24,80
87"	38,15	136"	35,70	185"	33,25	234"	29,60	283"	24,70
88"	38,10	137"	35,65	186"	33,20	235"	29,50	294"	24,60
89"	38,05	138"	35,60	187"	33,15	236"	29,40	285"	24,50
90"	38,00	139"	35,55	188"	33,10	237"	29,30	286"	24,40
91"	37,95	140"	35,50	189"	33,05	238"	29,20	287"	24,30
92"	37,90	141"	35,45	190"	33,00	239"	29,10	288"	24,20
93"	37,85	142"	35,40	191"	32,95	240"	29,00	289"	24,10
94"	37,80	143"	35,35	192"	32,90	241"	28,90	290"	24,00
95"	37,75	144"	35,30	193"	32,85	242"	28,80		
96"	37,70	145"	35,25	194"	32,80	243"	28,70		
97"	37,65	146"	35,20	195"	32,75	244"	28,60		
98"	37,60	147"	35,15	196"	32,70	245"	28,50		
									Tutti i tempi oltre i 290"
									p 20,00

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### CONCORSO FEMMINILE

#### ESERCIZIO DI SQUADRA ( punti 40.00 )

**Abbigliamento:** Tenuta sportiva libera.

- Esercizio collettivo di ginnastica a corpo libero della durata compresa tra 1'10"/1'30" eseguito da 4 alunne
- Pedana di lavoro m 12 x 8

#### NORME GENERALI

Musica: La musica, registrata su CD, è di libera scelta, suonata da uno o più strumenti, o orchestrale e/o cantata, con inizio e termine precisi, della durata compresa tra 1'10" e 1'30". La durata dell'esercizio viene calcolata dal primo movimento all'ultima azione ginnastica eseguita. L'inizio dell'esercizio può coincidere con quello della musica, precederlo o posticiparlo leggermente. La conclusione dell'esercizio deve coincidere con la fine della musica.

Sono vietati gli ingressi in pedana con accompagnamento musicale.

L'ingresso e l'uscita dalla pedana non devono eccedere i 10 sec.ogni volta.

E' vietato sfumare o arrestare manualmente la musica durante l'esecuzione.

#### INDICAZIONI PER L'ELABORAZIONE DELL'ESERCIZIO

L'esercizio di gruppo è la realizzazione collettiva di movimenti individuali e d'insieme. I movimenti degli alunni sono realizzati attraverso esercizi individuali, a coppie, per terziglie, per quattro.

Per il lavoro d'insieme si possono utilizzare:

- a) legamenti a braccia, a mano, a spalle, etc.
- b) passaggi attorno ai compagni a passi, a balzi, descrivendo cerchi o curve etc. nelle direzioni avanti, indietro, laterali, in obliquo etc.
- c) superamento o sottopassaggio di ostacoli, rappresentati da legamenti o dai compagni.
- d) Azioni durante le quali uno o più alunni si muovono nello spazio per azioni compiute da uno o più compagni, per esempio:
  - trasportare un compagno
  - trainare un compagno
  - camminare su uno o più compagni raggruppati
  - far girare un compagno in appoggio libero al Suolo

- eseguire uno o più rotolamenti in appoggio su uno o più compagni, senza contatto con il suolo
- etc.
- e) azioni con varietà di stazioni (seduti, in ginocchio, etc.)

L'impiego degli esercizi d'insieme determina la costituzione di Formazioni (schieramenti).

Il passaggio da una formazione all'altra avviene attraverso spostamenti logici e vari.

#### CONTENUTO ESERCIZIO

Esercizio al corpo libero di libera ideazione con elementi obbligatori ( riportati nella tabella allegata), eseguiti in libera successione contenente minimo 4 formazioni diverse (schieramenti) e sei elementi obbligatori scelti tra quelli riportati nella tabella, eseguiti contemporaneamente dai 4 alunni in modo identico pur rispettando la lateralità individuale.

#### TABELLA DEGLI ELEMENTI OBBLIGATORI

Elementi eseguiti contemporaneamente dai 4 studenti

- 1) Capovolta avanti rotolata, con partenza e arrivo liberi
- 2) Capovolta indietro con partenza, e arrivo liberi
- 3) Rotolamento (360°) intorno all'asse longitudinale in atteggiamento lungo
- 4) Sforbiciata degli arti inferiori in appoggio sugli arti superiori
- 5) Giro perno di 360° su un avampiede, l'altra gamba in atteggiamento libero
- 6) Una circonduzione contrapposta degli arti superiori effettuata sul piano sagittale
- 7) 2 salti artistici, in serie
- 8) Un equilibrio tenuto 2" ed eseguito su un arto inferiore o in posizione rovesciata
- 9) Esercizio di libera scelta (esclusi gli elementi già utilizzati) eseguito in coppia ed in

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

collaborazione di lavoro

- 10) Candela tenuta due secondi, gambe unite e tese.

#### PUNTEGGIO

Il punteggio è ripartito in composizione e esecuzione:

#### Composizione Punti 20.00

- valore dei sei elementi p.12.00
- valore delle quattro formazioni p.2.00
- utilizzo dello spazio p.2.00
- varietà nel ritmo e negli accenti p.2.00
- varietà nella scelta dei collegamenti p.2.00

#### Esecuzione Punti 20.00

- tecnica corporea e tecnica degli elementi e dei collegamenti p.15.00
- lavoro in accordo con musica p.1.00
- precisione delle formazioni e degli spostamenti p. 1.00
- sincronia del lavoro tra le alunne p.1.00
- mancanza di fluidità nell'esecuzione dell' esercizio p.2.00

Tot. Punti 40.00

#### *Falli generali*

- Ingresso in pedana con musica p.0.30
- Intervenire manualmente sulla musica p. 0.30
- Fuori tempo:
  - esercizio più corto di 1'10"o
  - esercizio più lungo di 1'30" p.0.50
- esercizio senza accompagnamento musicale p2:00
- fuori pedana ogni volta p.0.10
- caduta ogni volta p.0.50
- errori tecnici ogni volta sino a 0.30
- atteggiamento scorretto degli arti o di tutto il corpo ogni volta sino a 0.30
- perdita di equilibrio ogni volta sino a 0.30
- mancanza di fluidità (pause) ogni volta sino a 0.10
- mancanza di precisione ogni volta 0.10
- lavoro non in accordo con la musica ogni volta sino a 0.10
- elemento omesso perdita del valore



**Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011****Secondo ciclo di Istruzione**

- FUORI TEMPO: ogni secondo in più

0.05

**NOTE ESPLICATIVE****1) ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO ( PUNTI 4.00 )****penalità**

- Rallentamento/interruzione o.v. fino a 0.10 (max 0.50 per alunno)
- Mancanza di precisione negli spostamenti o.v. fino a 0.10 (max 0.80 per la squadra)
- Mancanza di continuità (armonia) di esecuzione fino a 0.60 ( tutto esercizio )
- Utilizzo limitato dello spazio fino a 0.60 ( tutto esercizio )

La voce “organizzazione del lavoro” va riferita all’ordine e precisione di presentazione del lavoro; non esiste contemporaneità di esecuzione, ma la somma delle singole progressioni deve produrre un “unico” esercizio armonioso. Va considerata inoltre l’organizzazione del lavoro dal punto di vista degli spostamenti degli alunni e della gestione dello spazio a disposizione.

2) Gli elementi richiesti sono: 5 del gruppo “A” e 4 del gruppo “B” per ciascun alunno. All’interno della stessa progressione gli elementi devono essere tutti “diversi” tra loro. Le progressioni possono essere differenti, sia nella scelta che nella successione degli elementi, come anche uguali per tutti i ragazzi.

3) La zona di lavoro per il corpo libero è 8m x 12m e l’esercizio si può sviluppare su tutto questo spazio attraverso progressioni (prima tutti gli alunni con la tornata di elementi del gruppo “A” e poi tutti con la tornata di elementi “B” ) realizzate su direzioni rettilinee in modo libero. **NON** ci sono penalità per chi sviluppa l’esercizio su una striscia con un lavoro di andata e ritorno.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

# GINNASTICA AEROBICA

### 1. ABBIGLIAMENTO

Tenuta sportiva libera aderente. I capelli corti o legati; non sono ammessi collane, orecchini, bracciali, ecc.

### 2. SQUADRA

La squadra da 5 a 8 componenti. Può essere formata da alunni, alunne o mista.

### 3. PEDANA DI LAVORO

L'area di lavoro è di 10x10.

### 4. DURATA DELL'ESERCIZIO

La durata dell'esercizio è di 1 minuto e 15 secondi, con una tolleranza in più o in meno di 5 secondi. Il tempo viene calcolato dal momento in cui è udibile il primo suono della musica (il segnale di avvertimento o *beep* è escluso), fino al termine del brano.

### 5. MUSICA

La scelta musicale è libera, e deve accompagnare l'esercizio per tutta la sua durata. La musica deve essere allegra, motivante. Tutta la squadra deve mettere in evidenza con i movimenti prescelti lo stile ed il carattere del brano musicale scelto. La velocità della musica è consigliata compresa tra i 140 e i 155 B.p.M. (Battiti per minuto). E' consentito l'uso di più brani musicali uniti insieme. Sono permesse musiche originali ed effetti sonori, purché adeguati alla musica. Il brano deve necessariamente terminare con la fine dell'esercizio. Il CD o le cassette devono contenere una sola musica. Sopra di esse deve essere indicato il nome della scuola/istituto.

### 4. PROGRAMMA TECNICO

Ogni gruppo dovrà proporre una libera composizione coreografica di ginnastica aerobica contenente i passi base caratteristici della disciplina.

La **COMPOSIZIONE COREOGRAFICA** dovrà prevedere:

- ✓ 8 elementi obbligatori (vedi allegato)
  - 2 A. forza dinamica;
  - 2 B. forza statica;
  - 2 C. salti;
  - 2 D. flessibilità ed equilibrio;
- ✓ Un sollevamento
- ✓ Minimo 2 interazioni

### 5. INDICAZIONI PER L'ELABORAZIONE DELL'ESERCIZIO

- ✓ **Tutti i componenti della squadra devono eseguire il medesimo esercizio, come un'unica entità, il lavoro deve essere sincronizzato o a canone.**
- ✓ **L'esercizio deve presentare varietà di spostamenti per tutta l'area di gara con frequenti cambi di orientamento.**
- ✓ **Le transizioni devono essere fluide in combinazione con gli elementi tecnici obbligatori.**
- ✓ **La coreografia dovrà prevedere fasi di alto e basso impatto.**
- ✓ **Va evidenziato il lavoro di coordinazione differenziata tra i segmenti corporei, su assi e piani, emicorpo destro e sinistro degli arti inferiori e arti superiori.**

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

- ✓ Il sollevamento può essere eseguito in qualsiasi parte della costruzione coreografica. Se eseguito alla fine della routine essere eseguito l'atleta o gli atleti sollevati non possono toccare la pedana con nessuna parte del corpo finché la routine non è ultimata.
- ✓ Un sollevamento è così definito: quando 1 o più atleti vengono sollevati, supportati, portati via dal suolo; può coinvolgere qualsiasi combinazione di atleti, mostrare diverse forme, ma deve essere eseguito allo stesso tempo.
- ✓ L'interazione fisica è così definita: relazione tra 1 o più atleti durante un movimento eseguito sul pavimento o in volo.

#### 6. MOVIMENTI PROIBITI

1. Salti acrobatici, capovolte, rovesciate e verticali.
2. Tutti gli appoggi sulle mani con il corpo in posizione verticale.
3. Uso di qualsiasi movimento in direzione completamente opposta alla naturale postura, ad esempio è proibito qualsiasi arco dorsale o compressione dorsale, piroetta sul ginocchio, sollevarsi da terra o scendere a terra in appoggio sul dorso del piede e posizione "dell'aratro".
4. Uso di accelerazioni o decelerazioni balistiche, ad esempio il calcio a frusta.
5. Qualsiasi movimento circense o acrobatico, ad esempio break dancing.
6. La propulsione o lancio sono proibiti. E' definito lancio quando un atleta viene spinto da un compagno o il compagno viene usato per darsi lo slancio necessario per effettuare una fase di volo. Si considera fase di volo quando una persona non ha contatto con la superficie o con il compagno.

#### 7. PUNTEGGIO (punti 20,80)

Il punteggio è ripartito in

- ✓ Valore degli elementi 0,10 x 8 elementi = pt. 0,80
- L'elemento è valido solo se risponde ai requisiti minimi**
- ✓ Qualità artistica pt. 10
  - Composizione coreografica pt. 2
  - Utilizzo dello spazio pt. 2
  - Interpretazione musicale pt. 2
  - Comunicazione pt. 2
  - Coordinazione pt. 2
- ✓ Esecuzione pt. 10
  - Tecnica dei passi base
  - Allineamento posturale
  - Sincronia
- Falli di esecuzione
  - uscita di pedana ogni volta 0,10
- Falli tecnici
  - fallo lieve ogni volta 0,10
  - fallo medio ogni volta 0,20
  - fallo grave ogni volta 0,30
  - caduta ogni volta 0,50
- Falli relativi alla musica
  - fuori tempo ogni volta 0,10 (massimo 0,50)
  - fuori sincro ogni volta 0'10 (massimo 1 pt.)
  - esercizio più corto o più lungo del tempo richiesto 0,50
  - esercizio senza accompagnamento musicale 2,00
- Falli generali
  - mancanza del sollevamento o sollevamento addizionale 0,50
  - mancanza di elemento obbligatorio 0,50 ogni volta
  - mancanza della famiglia 0,50
  - mancanza di interazione 0,50 ogni volta
  - inserimento elemento proibito 0,50 ogni volta

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **ABBIGLIAMENTO**

Gli alunni devono indossare una tenuta ginnica libera possibilmente aderente in modo da consentire alla Giuria di valutare la giusta postura e l'esecuzione dei movimenti.

I capelli sono corti o legati sul capo; non sono ammessi collanine, orecchini, orologi, bracciali.

#### **SQUADRA**

La squadra di 5 - 8 componenti può essere formata sia da alunni che alunne o mista.

#### **PEDANA DI LAVORO**

L'area di lavoro è m. 12 x12; **NON** ci sono penalità per l'uscita di pedana.

#### **DURATA DELL'ESERCIZIO**

La durata dell'esercizio è di 1 minuto e 15 secondi, con una tolleranza di più o meno 10 secondi. Il tempo viene calcolato dal momento in cui è udibile il primo suono della musica ( il segnale di avvertimento o *beep* è escluso).

#### **MUSICA**

La routine deve essere eseguita con accompagnamento musicale per tutta la sua durata. I concorrenti possono scegliere il brano musicale liberamente. La musica deve essere allegra, motivante e di genere proponibile in una lezione di ginnastica aerobica. Tutta la squadra deve rendere evidente che i movimenti prescelti seguono lo stile ed il carattere del brano musicale interpretato. E' consentito l'uso di più brani musicali uniti insieme .

Sono permesse musiche originali ed effetti sonori. Questi ultimi, devono essere adeguati alla musica scelta ed ai movimenti eseguiti sottolineando momenti originali o di particolare enfasi. Il brano deve necessariamente terminare con la fine dell'esercizio.

#### **PROGRAMMA TECNICO**

Ogni gruppo dovrà proporre una dimostrazione coreografica di ginnastica aerobica. L'esercizio di gara è libero con alcuni elementi imposti. Le coreografie devono prevedere fasi di alto e basso impatto; queste fasi dovranno essere ben ripartite senza porre maggior enfasi su una delle due.

Tutti i componenti della squadra devono eseguire all'unisono il medesimo esercizio come un'unica entità. È consentito tuttavia, nelle 16 battute (2x8) iniziali e nelle 16 battute (2x8) finali, eseguire transizioni, spostamenti o elementi coreografici liberi dove i componenti della squadra possono cambiare formazione, posizioni, passi e figure. Non sono ammessi elementi tecnici provenienti da altre discipline.

#### **LINEA BASE**

Negli spostamenti e combinazioni di movimenti in stazione eretta, è obbligatorio eseguire i passi fondamentali dell'aerobica che costituiscono così la linea base del programma tecnico. I passi tipici dell'aerobica devono rappresentare elementi proponibili in una lezione di ginnastica aerobica tradizionale cercando di sviluppare le combinazioni in modo equilibrato con l'emicorpo destro e sinistro. Cura particolare deve essere dedicata all'esecuzione dei passi base: allineamento dei segmenti corporei, contrazione addominale, appoggi ed arrivi dei piedi al suolo controllati ed ammortizzati. Tutta la squadra deve dimostrare il dinamismo che caratterizza il gesto aerobico e dovrà cercare di mantenere la stessa energia di esecuzione per tutta la durata della gara. Tutta la squadra dovrà dimostrare *spirito di gruppo*, carisma ed entusiasmo tale da trascinare il pubblico.

#### **COMPOSIZIONE**

La composizione dell'esercizio deve rispettare alcune regole di costruzione coreografica:

#### **COORDINAZIONE**

La coordinazione si basa sui seguenti criteri:

- **Asimmetria:** gli arti superiori ed inferiori eseguono simultaneamente movimenti che differiscono gli uni dagli altri o eseguono movimenti completamente differenti (almeno un'asimmetria ogni 1x8).

L'asimmetria può essere creata con:

- **Piani:** arti superiori e/o inferiori si muovono su diversi piani.

- **Movimenti contrapposti:** movimenti eseguiti in direzioni opposte dagli arti inferiori, dagli arti superiori o dagli superiori ed inferiori (adduzione/abduzione, flessione/estensione, pronazione/supinazione).

- **Cambi di orientamento:** girare la fronte in un'altra direzione dello spazio mentre si eseguono simultaneamente degli spostamenti e delle complesse combinazioni e sequenze di aerobica (almeno un cambio di orientamento ogni 1x8).

#### **COREOGRAFIA E CONTENUTO SPECIFICO**

- **Transazione e collegamenti:** abilità di combinare insieme in modo fluido, vario ed originale i passi base dell'aerobica, gli elementi imposti, gli schemi di movimenti aerobici, il passaggio da un livello di lavoro all'altro, da una situazione all'altra, da uno stile all'altro (quando c'è il cambio di stile).

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

- Combinazioni: movimenti e passi tipici dell'aerobica variati e con frequenti cambi di impatto (almeno un cambio ogni 1x8).
- Uso dell'area di gara: varietà di spostamenti, direzioni ed utilizzo completo dell'area di gara (evitare lo stazionamento per più di 1x8).

#### MUSICALITÀ

- Interpretazione musicale: lo stile ed il tipo di movimenti e la presentazione della squadra devono essere perfettamente integrati con le caratteristiche del brano musicale scelto.
- Interpretazione stilistica: qualora la squadra presenti la variazione stilistica, lo stile ed il tipo di movimenti e la presentazione devono essere perfettamente integrati con le caratteristiche della variazione musica/stilistica proposta.
- Tempo: tutti gli atleti devono muoversi a tempo con il beat musicale e l'esercizio deve terminare con il terminare della musica.
- Effetti sonori: devono essere adeguati alla musica ed ai movimenti seguiti.

#### PRESENTAZIONE

Presentazione dell'esercizio da parte degli atleti (entusiasmo, spirito di gruppo, carisma) particolarmente coinvolgente e originalità delle misure iniziali, finali e dell'intero esercizio.

#### VARIAZIONE DI STILE

La squadra può, ma non è obbligata, inserire una variazione di stile all'interno della routine. Nel caso in cui tale variazione venga inserita (funk, latino-americano, afro, orientale, folk, etc.) non deve superare 2x8 (16 tempi).

#### INIZIO

Per inizio dell'esercizio si intende le prime 16 beat musicali (2x8=16 tempi) in cui gli atleti possono presentare una composizione coreografica dove ogni atleta può eseguire singolarmente dei movimenti, spostamenti e combinazioni aerobiche (es. cambi di posizione e formazione, sollevamenti, supporti, posizioni di partenza nei vari livelli di lavoro, a coppie, ad incastro), per poi continuare all'unisono con il resto della composizione coreografica.

#### FINE

Per fine dell'esercizio, si intende le ultime 16 beat musicali (2x8=16 tempi) che concludono l'esercizio.

Anche qui, come per l'inizio, la squadra può presentare una composizione coreografica in cui ogni atleta può eseguire singolarmente dei movimenti, spostamenti e combinazioni aerobiche. (es. cambi di posizione e formazione, sollevamenti, supporti, posizioni di partenza nei vari livelli di lavoro, a coppie, ad incastro), per concludere l'esercizio in una posizione statica finale "posa".

#### SINCRONIA

Tutti i componenti della squadra devono eseguire all'unisono il medesimo esercizio come un'unica entità, con gli stessi piani, direzioni, formazioni e posizioni, con la stessa fronte e la stessa ampiezza di movimento.

#### ELEMENTI IMPOSTI

I seguenti elementi obbligatori dovranno essere inseriti nella routine:

- 3 ripetizioni di Jumping Jacks (saltelli pari-uniti e pari-divaricati)
- 3 ripetizioni alternate di Lunges ( contropiegate)
- 3 ripetizioni alternate di High kicks o kicks ( slanci degli arti inferiori)
- 3 ripetizioni alternate di Knee Lift ( elevazione degli arti flessi)
- 3 ripetizioni di (Sit-up) crunch ( esercizi addominali)
- 3 ripetizioni di Push-up ( piegamenti sulle braccia)
- 1 salto air jack ( salto divaricato)

Le tre ripetizioni di ogni elemento obbligatorio devono essere eseguite consecutivamente all'unisono da tutti i componenti della squadra. Ogni ripetizione dell'elemento deve essere eseguita in modo completo: la posizione iniziale e finale degli elementi obbligatori eseguiti in stazione eretta dovrà essere necessariamente a piedi uniti. Le ripetizioni devono essere identiche senza interruzioni, transizioni o variazioni anche per ciò che concerne gli arti superiori. Per ripetizioni identiche si intende che ciascun componente della squadra dovrà eseguire il medesimo elemento imposto con le stesse parti del corpo (arti inferiori e superiori), nella medesima direzione, con la stessa fronte e lo stesso piano e senza spostamento. Le ripetizioni di tipo asimmetrico ( ad es. gli affondi) dovranno essere eseguiti alternando l'emicorpo destro a quello sinistro.

#### ESECUZIONE TECNICA

Aspetto tecnico-esecutivo degli Elementi Imposti e dell'intero esercizio:

- **Allineamento:** abilità di mantenere la postura corretta e l'allineamento dei segmenti corporei (al suolo, in piedi, in volo e negli arrivi) sia durante l'esecuzione degli elementi imposti che in tutti gli altri passi, combinazioni di movimenti e transizioni di aerobica dell'esercizio intero.
- **Precisione:** armonia tra l'ampiezza ed il grado di completamento del movimento nel rispetto dei piani e delle direzioni.
- **Equilibrio:** controllo appropriato e stabilità negli elementi imposti, transizioni, stacchi, arrivi e combinazioni di movimenti di aerobica. Gli atleti devono dimostrare di possedere un buon controllo neuromuscolare nell'accelerazione e nella decelerazione dei movimenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### MOVIMENTI PROIBITI

Non sono ammessi elementi di difficoltà provenienti dalla Ginnastica Artistica o Ritmica (es. squadre, capovolte, staccate, salti enjambée o con rotazione, etc.), dalla Danza classica, dalle Arti marziali, dall'Acrobatica, dall'Aerobica Sportiva e dalle altre discipline. Inoltre sono considerati movimenti controindicati tutti quelli che sollecitano eccessivamente l'apparato osteo-articolare e muscolo legamentoso esponendo i partecipanti al rischio di traumi (compresi alcuni sollevamenti/supporti). Sono vietate le iperflessioni ed iperestensioni della colonna vertebrale e delle grandi articolazioni e comunque tutti i movimenti non proponibili in una lezione di Ginnastica Aerobica.

## Esercizio con lo “step” PROGRAMMA SPERIMENTALE

*(da proporre, in forma facoltativa, in ambito regionale per squadre maschili, femminili o miste)*

#### 1. ABBIGLIAMENTO

Tenuta sportiva libera aderente. I capelli corti o legati; non sono ammessi collane, orecchini, bracciali, ecc.

#### 2. SQUADRA

La squadra da 5 a 8 componenti. Può essere formata da alunni, alunne o mista.

#### 3. PEDANA DI LAVORO

L'area di lavoro è di 10x10.

#### 4. DURATA DELL'ESERCIZIO

La durata dell'esercizio è di 1 minuto e 15 secondi, con una tolleranza in più o in meno di 5 secondi.

Il tempo viene calcolato dal momento in cui è udibile il primo suono della musica (il segnale di avvertimento o *beep* è escluso).

#### 5. MUSICA

La scelta musicale è libera, e deve accompagnare l'esercizio per tutta la sua durata. La musica deve essere allegra, motivante. Tutta la squadra deve mettere in evidenza con i movimenti prescelti lo stile ed il carattere del brano musicale scelto. La velocità della musica è consigliata compresa tra i 128 e i 135 B.p.M. (Battiti per minuto). E' consentito l'uso di più brani musicali uniti insieme. Sono permesse musiche originali ed effetti sonori, purché adeguati alla musica.

Il brano deve necessariamente terminare con la fine dell'esercizio.

Il CD o le cassette devono contenere una sola musica. Sopra di esse deve essere indicato il nome della scuola.

#### 4. PROGRAMMA TECNICO

Ogni gruppo dovrà proporre una dimostrazione coreografica di step.

La **COMPOSIZIONE COREOGRAFICA** dovrà prevedere:

- ✓ **almeno n°1 interazione fisica**
- ✓ **minimo n°2 formazioni differenti con lo step**
- ✓ **massimo n° 1 sollevamento.**
- ✓ **n° 1 sequence.**

#### 5. INDICAZIONI PER L'ELABORAZIONE DELL'ESERCIZIO

- ✓ Tutti i componenti della squadra devono eseguire il medesimo esercizio, come un'unica entità, il lavoro deve essere sincronizzato o a canone e mantenere il più possibile il contatto con l'attrezzo (lo step non deve restare più di 2x8 senza essere utilizzato).
- ✓ E' consentito eseguire transizioni o spostamenti per consentire cambi di formazioni, posizioni, figure.
- ✓ Gli atleti possono lavorare individualmente sul loro step o su più step fatto salvo per la “sequence” imposta dove lo step dovrà essere utilizzato individualmente.
- ✓ La “Sequence” obbligatoria di 4x8 è una combinazione di passi base dello step e combinazioni di arti superiori. **Deve essere suddivisa in 2x8 ed eseguita in maniera identica e consecutivamente, fronte (2x8) e spalle (2x8) alla giuria.** La “Sequence” è obbligatoria e può essere posta in qualsiasi parte della coreografia.
- ✓ Il sollevamento deve essere eseguito solo alla fine della routine sulle ultime note musicali. L'atleta o gli atleti sollevati non possono toccare la pedana con nessuna parte del corpo finché la routine non è ultimata. Gli step possono essere utilizzati come supporto per il sollevamento finale, ma non devono superare l'altezza delle spalle.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

- ✓ Un sollevamento è così definito: quando 1 o più atleti vengono sollevati, supportati, portati via dal suolo; può coinvolgere qualsiasi combinazione di atleti, mostrare diverse forme, ma deve essere eseguito allo stesso tempo.
- ✓ L'interazione fisica è così definita: relazione tra 1 o più atleti durante un movimento eseguito sul pavimento o sullo step.

#### 6. MOVIMENTI PROIBITI

1. Salti acrobatici, capovolte, rovesciate e verticali.
2. Tutti gli appoggi sulle mani con il corpo in posizione verticale.
3. Uso di qualsiasi movimento in direzione completamente opposta alla naturale postura, ad esempio è proibito qualsiasi arco dorsale o compressione dorsale, piroetta sul ginocchio, sollevarsi da terra o scendere a terra in appoggio sul dorso del piede e posizione "dell'aratro".
4. Uso di accelerazioni o decelerazioni balistiche, ad esempio il calcio a frusta.
5. Qualsiasi movimento circense o acrobatico, ad esempio break dancing.
6. La propulsione o lancio sono proibiti. E' definito lancio quando un atleta viene spinto da un compagno o il compagno viene usato per darsi lo slancio necessario per effettuare una fase di volo. Si considera fase di volo quando una persona non ha contatto con la superficie o con il compagno.
7. I salti dallo step al suolo.
8. I lanci dello step.
9. I salti da step a step.
10. Salire spalle allo step.

#### 7. PUNTEGGIO (punti 20)

Il punteggio è ripartito in

- ✓ Qualità artistica pt. 10
  - Composizione coreografica pt. 2
  - Utilizzo dello spazio pt. 2
  - Interpretazione musicale pt. 2
  - Comunicazione pt. 2
  - Coordinazione pt. 2
  
- ✓ Esecuzione pt. 10
  - Tecnica con l'attrezzo
  - Allineamento posturale
  - Sincronia

#### PENALITA'

- Falli di esecuzione  
uscita di pedana ogni volta 0,10
- Falli tecnici  
fallo lieve ogni volta 0,10  
fallo medio ogni volta 0,20  
fallo grave ogni volta 0,30  
caduta ogni volta 0,50
- Falli relativi alla musica  
fuori tempo ogni volta 0,10 (massimo 0,50)  
fuori sincro ogni volta 0,10 (massimo 1pt.)  
esercizio più corto o più lungo del tempo richiesto 0,50
- Falli generali  
mancanza del sollevamento o sollevamento addiz. 0,50  
mancanza della sequenze obbligatoria 0,50  
mancanza di formazione 0,50 ogni volta  
mancanza interazione 0,50  
inserimento di movimenti proibiti 0,50 ogni volta

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

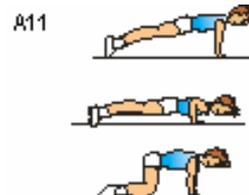
#### FORZA DINAMICA - FAMIGLIA A

##### **ELEMENTO A1 - Valore 0.10**

1. Partenza corpo proteso dietro piedi uniti.
2. Effettuare un piegamento delle braccia, gomiti chiusi o aperti, fino a 10 cm dal suolo, mantenendo l'allineamento del corpo.
3. Risalire in posizione quadrupedica.

##### **REQUISITO MINIMO:**

10 cm dal suolo.

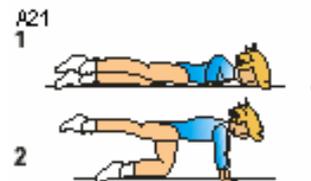


##### **ELEMENTO A2 - Valore 0.10**

1. Partenza prono 1 gamba sollevata, braccia piegate.
2. Sollevare il corpo teso per arrivare in appoggio su 1 ginocchio, 1 gamba libera tesa.
3. Allineamento del busto.

##### **REQUISITO MINIMO:**

Estensione completa delle braccia.

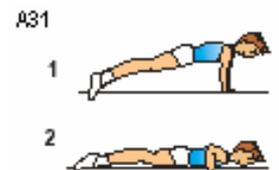


##### **ELEMENTO A3 - Valore 0.10**

1. Partenza corpo proteso dietro.
2. Mantenendo l'allineamento del corpo, effettuare un piegamento delle braccia per arrivare con il corpo a terra.
3. La discesa deve essere controllata.

##### **REQUISITO MINIMO:**

Mantenere l'allineamento del corpo



##### **ELEMENTO A4 - Valore 0.10**

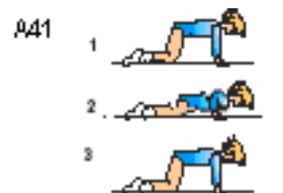
1. Partenza in posizione quadrupedica, ritornare nella stessa posizione.
2. Gomiti chiusi o aperti. Bacino avanti alle ginocchia arrivare con il busto parallelo al suolo. Spalle minimo a 10 cm da terra.
3. Ritornare nella stessa posizione.

##### **REQUISITO MINIMO :**

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

Spalle minimo a 10 cm dal suolo.



### FORZA STATICA - FAMIGLIA B

#### ELEMENTO B1- Valore 0.10

1. Corpo proteso avanti, corpo e braccia tesi.
2. Allineamento testa-bacino-punte dei piedi.
3. Spalle basse.

#### REQUISITO MINIMO:

Mantenere la posizione 2 secondi.



#### ELEMENTO B2 - Valore 0.10

1. Partenza seduti, gambe tese, le mani e i piedi sono a terra.
2. Elevazione di una gamba tesa. Il palmo della mano deve stare completamente a terra, spalle basse, gambe tese, busto dritto (mani in appoggio al suolo tra ginocchio e bacino).
3. Formare un angolo tra busto e gambe di circa 90°.

#### REQUISITO MINIMO:

Mantenere la posizione 2 secondi.



#### ELEMENTO B3 - Valore 0.10

1. In posizione quadrupedica mantenere l'equilibrio su un ginocchio e un braccio.
2. La gamba e il braccio libero sono in posizione orizzontale e contrapposta.
3. Mantenere l'allineamento mano-testa-bacino-piede.

#### REQUISITO MINIMO:

Mantenere la posizione 2 secondi.



## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### ELEMENTO B4 - Valore 0.10

1. In appoggio laterale su 1 mano.
2. Gamba libera piegata e incrociata avanti, l'altra tesa in appoggio sul piano frontale..
3. Braccio libero teso alla verticale.
4. Corpo allineato e tenuto.

#### REQUISITO MINIMO:

Mantenere la posizione 2 secondi.



### SALTI - FAMIGLIA C

#### ELEMENTO C1 - Valore 0.10

1. Salto raggruppato, gambe chiuse.
2. Partenza su 1 piede, arrivo su 2 piedi.
3. Estensione completa degli arti inferiori prima dell'arrivo.
4. Braccia libere.

#### REQUISITO MINIMO:

Elevazione delle ginocchia fino al punto vita.

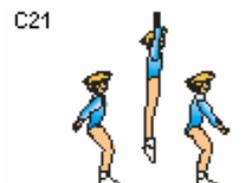


#### ELEMENTO C2 - Valore 0,10

1. Salto verticale, partenza su 2 piedi arrivo su 2 piedi.
2. Estensione completa degli arti inferiori.
3. Corpo allineato, tenuto.
4. Braccia in posizione verticale.

#### REQUISITO MINIMO:

Mantenere il corpo allineato durante il salto.



#### ELEMENTO C3 - Valore 0.10

1. Air Jack: partenza su 2 piedi, salto divaricato in volo, braccia in alto, arrivo su 2 piedi.
2. Apertura delle gambe sul piano frontale (90°).
3. Corpo allineato.
4. Arrivare a piedi uniti.

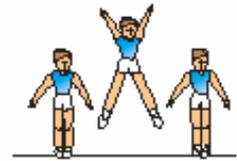
## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

**REQUISITO MINIMO:**

Apertura delle gambe 90°.

C31

**ELEMENTO C4 - Valore 0.10**

1. Partenza su 1 piede con elevazione alternata delle gambe flesse in fase di volo.
2. Arrivo alternato dei piedi.
3. Ginocchia all'altezza del punto vita.
4. Braccia libere

**REQUISITO MINIMO:**

Ginocchia all'altezza del punto vita.

C61

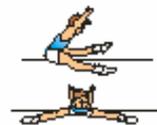
**FLESSIBILITA' - FAMIGLIA D****ELEMENTI D1 - valore 0,10**

1. Gambe divaricate o chiuse.
2. Formare un angolo di 45° tra il busto e le gambe.
3. Dorso piatto, mantenere l'allineamento testa –bacino.

**REQUISITO MINIMO:**

Angolo 45° e dorso piatto.

D11

**ELEMENTO D2 - Valore 0,10**

1. Mantenere per 2 secondi l'equilibrio su un piede.
2. La gamba libera posizionata dietro a 45°.
3. Mantenere l'allineamento gamba libera, bacino, testa.
4. Gamba d'appoggio tesa.
5. Busto in avanti circa 45°. Le braccia seguono il prolungamento del corpo.

**REQUISITO MINIMO:**

Mantenere l'equilibrio 2 secondi.

D21



## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

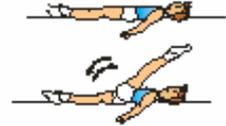
#### ELEMENTO D3 - Valore 0,10

1. Decupito supino.
2. Slancio della gamba  $>135^\circ$  in direzione della spalla.
3. Gamba di terra tenuta, piede ruotato in fuori.

#### REQUISITO MINIMO:

Ampiezza dello slancio  $>135^\circ$ .

D31



#### ELEMENTO D4 - Valore 0,10

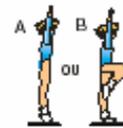
#### Eeguire a scelta l'elemento A oppure l'elemento B

1. **A.** Equilibrio sull'avampiede. Gambe chiuse e tese. Corpo allineato, braccia tese in alto e sul prolungamento del busto.
2. **B.** Equilibrio piede a terra, ginocchio flesso, braccia libere. Gamba d'appoggio tesa.

#### REQUISITO MINIMO:

Equilibrio tenuto 2 secondi.

D41



## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## GOLF

#### Programma Tecnico

#### **GIOCATORI NON TESSERATI FIG**

Gara di Putting Green 18 buche, medal.

#### **GIOCATORI TESSERATI FIG CON HCP O NC**

Gara su 9 buche, stableford hcp

#### Partecipazione

Sono ammesse tutte le scuole, anche se prive di tesserati F.I.G.

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto verrà stabilita dalla Commissione competente.

#### Impianti e Attrezzature

Le gare saranno svolte su impianti regolamentari e saranno seguite da Arbitri designati dalla FIG tramite i suoi Organismi Regionali che provvederanno anche a nominare un Comitato di Gara.

#### Rappresentativa d'Istituto

**Gara di Putting Green** 18 buche, medal:

una squadra per Istituto formata da minimo 6, massimo 8 studenti (di cui almeno 3 alunne).

**Gara su 9 buche Stableford:**

nessuna limitazione numerica per Istituto (salvo eventuali restrizioni decise dal Comitato di Gara in caso di esubero degli iscritti)

#### Categorie di Gioco

Valide quelle previste dalla Circolare Ministeriale sull'Attività Sportiva Scolastica 2010/2011.

#### Classifiche

##### A SQUADRE

Saranno presi in considerazione e sommati il migliore risultato conseguito dagli atleti della scuola partecipanti alla gara per non tesserati (Putting Green) e il miglior risultato netto della gara per tesserati (9 buche stableford).

In caso di parità sarà considerata vincitrice la Squadra con il miglior punteggio netto nella gara su 9 buche stableford. In caso di ulteriore parità verrà disputato uno spareggio play-off sul Putting Green che sarà disputato dal componente della squadra che avrà segnato il miglior punteggio nella gara di Putting Green.

##### INDIVIDUALE

- Miglior risultato lordo assoluto (Vincitore dei GSS)
- Miglior risultato netto di tutte le categorie previste dalla Circolare Ministeriale sull'Attività Sportiva Scolastica 2010/2011
- Miglior risultato netto Giocatori NC

#### Casi di parità

In caso di parità per il miglior risultato lordo assoluto, verrà disputato un immediato spareggio buca per buca; per tutti gli altri premi valgono le norme FIG per i casi di parità.

#### Caddies e Carrelli elettrici

I giocatori della gara su 9 buche potranno avere come caddie esclusivamente uno studente regolarmente iscritto allo stesso Istituto. Sono vietati i carrelli elettrici.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### HOCKEY SU GHIACCIO



#### **Composizione delle squadre**

Ogni rappresentativa scolastica maschile è composta da un massimo di 14 ragazzi, compresi 2 portieri. Sono presenti sul campo 6 giocatori di cui uno è portiere.

#### **Tempi di gioco**

2 tempi di 20 minuti effettivi di gioco ciascuno, con 15 minuti di intervallo.

#### **Impianti ed attrezzature**

Gli incontri devono svolgersi su piste artificiali coperte di m. 30 di larghezza e m. 60 di lunghezza.

Soluzioni di ripiego possono essere adottate nelle manifestazioni comunali e provinciali, tenuto conto dello spirito promozionale e delle finalità dei Giochi Sportivi Studenteschi.

Le porte e la segnatura del campo di gioco devono essere quelle previste dal Regolamento Tecnico dell'Hockey su ghiaccio della FISG.

#### **Abbigliamento**

La divisa di gioco deve essere quella regolamentare. Il portiere indossa una maglia di colore diverso da quello dei compagni di squadra.

E' obbligatorio l'uso del casco con la maschera e di tutte le protezioni previste dal Regolamento tecnico.

#### **Norme particolari**

Ogni squadra deve essere presente in campo con almeno 12 giocatori: il mancato rispetto di questa regola determinerà l'omologazione della gara con il miglior risultato in favore della squadra avversaria.

#### **Casi di parità**

Nessun incontro potrà terminare in parità. Qualora dovesse verificarsi un tale caso, si procederà ad effettuare dei tiri di rigore secondo i dettami del Regolamento FISG.

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri: 1) risultati conseguiti negli incontri diretti; 2) differenza reti negli incontri diretti; 3) differenza reti complessiva (reti realizzate e reti subite); 4) maggior numero di reti realizzate; 5) minore età; 6) sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## HOCKEY PISTA

### Composizione delle squadre

Ogni squadra, maschile e femminile, è composta da un massimo di 8 giocatori/trici di cui 3 prendono parte al gioco, senza portiere.

Sono ammesse sostituzioni in qualunque momento della partita e il giocatore sostituito può rientrare.

### Tempi di gioco

4 tempi di 8 minuti ciascuno, con 2 minuti di intervallo.

### Impianti ed attrezzature

Il campo di gioco misura di norma m. 15 di larghezza e m. 30 di lunghezza. Può essere situato all'aperto o in locali chiusi. La superficie del campo deve essere levigata di qualunque natura e materiale.

Le porte sono costituite in tubo metallico o in materiale plastico a sezione tonda di cm. 105 di larghezza e cm. 85 di altezza.

Il bastone da gioco può essere sia del tipo da Hockey che da Street-hockey.

La pallina è di plastica vuota del diametro di cm 5 - 7.

A tutti i giocatori è consentito l'uso di attrezzature protettive e del casco, anche con visiera, purché la stessa sia di materiale plastico infrangibile e non arrechi danno all'altrui incolumità.

### Norme particolari

Tutti gli alunni che compongono la squadra devono, obbligatoriamente, giocare almeno un tempo della partita.

Ogni giocatore può essere sostituito in qualsiasi momento. Un giocatore deve essere sostituito in caso di espulsione definitiva.

La gara già iniziata non può essere portata a termine se una squadra, per qualsiasi motivo rimane in pista con meno di 3 giocatori. Nel caso in cui questa eventualità si verifichi, la squadra che ha determinato la sospensione verrà dichiarata perdente per 2-0 o con il punteggio più favorevole alla squadra avversaria al momento della sospensione.

In caso di pareggio al termine dei tempi regolamentari si procede nel seguente modo: ogni squadra batte alternativamente 5 tiri diretti. In caso di ulteriore parità si procede ad oltranza con i tiri diretti, fino a determinare una squadra vincente.

### Casi di parità

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri: 1) risultato incontro diretto; 2) differenza reti negli incontri diretti; 3) maggior numero di reti segnate; 4) media dell'età dei componenti la squadra, passa quella più giovane; 5) sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## HOCKEY PRATO

#### Composizione delle Squadre

Ogni squadra, maschile o femminile, è composta da un massimo di 10 giocatori/trici di cui 5 prendono parte al gioco. Non è previsto il ruolo del portiere.

#### Tempi di gioco

Di norma 2 tempi di 20' ciascuno con 5' di intervallo ma possono essere adottati tempi diversi in base alle necessità della manifestazione, di norma 15'.

#### Impianti e Attrezzature

Il campo di gioco misura di norma 40 metri di lunghezza e 20 di larghezza. Sono ammessi anche campi di misure diverse. La superficie del campo deve essere liscia, di qualunque natura o materiale. Le porte, oltre le regolamentari di m. 3,66 x m. 2,14 o di m. 3 x m. 2, possono essere di m. 2 di larghezza e m. 1 di altezza.

L'area di tiro è una linea semicircolare tracciata dai pali della porta o una parallela alla linea di fondo posta ad almeno 6 m. e fino ad un massimo di m. 9 da detta linea.

Il bastone da gioco è in resina o in plastica e pesa circa 400-460 grammi; la pallina, 90-100 grammi circa.

#### Regole di base

1. I giocatori possono utilizzare il bastone con la sola parte piatta.
2. Sono ammessi tutti i colpi della tecnica di gioco eccetto il Drive (tiro pendolare con impugnatura a due mani a contatto) il Reverse-Hit (tiro di rovescio, alto e basso). Non è ammesso il Self-Pass (auto passaggio).
3. Sono ammesse sostituzioni in ogni momento della partita (tranne che in occasione di un corner corto o di un rigore). Il giocatore sostituito può rientrare.
4. Non esiste il fuorigioco.
5. Non è ammesso sollevare la pallina se crea gioco pericoloso.
6. Nessun giocatore può trovarsi a meno di 3 metri durante i tiri di punizione effettuati entro i 3 metri dall'area di tiro.
7. Il tiro di angolo si effettua a m. 3 dall'angolo sulla linea laterale. Viene concesso quando un giocatore della squadra in difesa, involontariamente invia o devia la pallina oltre la propria linea di fondo.
8. Nelle rimesse dal fondo e laterali, nei tiri di angolo lungo e nei tiri di punizione (a parte quelli entro i tre metri dall'area di tiro, vedi il punto 6) tutti gli avversari devono stare ad almeno 3 metri di distanza.
9. La pallina deve superare completamente la linea di porta per segnare una rete.

#### Norme Particolari

- Corner corto facilitato: la squadra in attacco colloca un giocatore con la pallina sulla linea di fondo a m. 6 dal palo ed un giocatore fuori dall'area di tiro (uno dei due giocatori deve essere quello che ha subito il fallo). Il giocatore della squadra in difesa (che ha causato il fallo) difende posizionandosi con entrambi i piedi dietro la linea della porta. Tutti gli altri giocatori sono nell'area della porta opposta. Quando il giocatore con la pallina effettua il passaggio al compagno, questi deve prima fermarla o comunque controllarla fuori area e poi giocarla con un tiro (che non sia pericoloso) in porta o con un passaggio per un 2 contro 1 o con un'azione di 1 contro 1 per cercare il goal, mentre tutti gli altri scattano per aiutare o contrastare.

- Tiro di rigore: l'esecuzione del rigore è un flick eseguito a m. 6 dalla porta dal giocatore che ha subito il fallo. Viene concesso quando un giocatore commette un fallo, dentro la propria area di tiro, che impedisca un goal certo.

- Sono consentite protezioni ed accessori personali al solo scopo di sicurezza (paradenti, parastinchi, guantini)

#### Casi di parità

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri:

1°- Risultato incontro diretto; 2°- Differenza reti negli incontri diretti; 3°- Differenza reti totale (di tutte le partite);

4°- Maggior numero di reti segnate; 5°- Media dell'età delle squadre (passa la più giovane); 6°- Sorteggio.

Nelle partite uniche, se al termine dell'incontro le squadre sono in parità, verranno tirati 5 tiri di rigore.

In caso di ulteriore parità tiri di rigore ad oltranza distanziando il punto del rigore di 1 metro (distanza di 7 metri).

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### JUDO

#### Programma tecnico

#### Categorie di peso e durata dei combattimenti

Maschili: fino a kg. 46 - kg. 50 - kg. 55 - kg. 60 - kg. 66 - kg. 73 - kg 81 -kg 90 - kg + 90 .

Femminili: fino a kg. 44 - kg. 48 - kg 52 - kg. 57 - kg 63 – kg 70 - kg + 70.

Ogni combattimento , maschile o femminile, dura 3 minuti effettivi.

#### Rappresentativa di Istituto

La Rappresentativa di Istituto è di libera composizione.

#### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative Scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### Impianti ed attrezzature

Le gare vengono svolte su impianti regolamentari o approvati dalla Federazione.

#### Regole di base

Valgono le regole arbitrali FIJKAM di seguito riportate:

#### SHIAI

#### Il criterium di SHIAI (combattimento) ha il seguente scopo:

Promuovere, nelle classi minori, un Judo positivo al fine di favorire la formazione tecnica di base, prevenire taluni effetti negativi riscontratisi nel tempo, favorire una formazione multilaterale del giovane judoka.

Nello SHIAI si possono utilizzare solo le seguenti tecniche di base con relativi RENRAKU (combinazioni) e GAESHI (controcipi controtecniche) tra queste :

#### TACHI WAZA (tecniche in piedi)

DE ASHI BARAI (spazzata del piede avanzato)  
 HIZA GURUMA (ruota al ginocchio)  
 SASAE TSURI KOMI ASHI (bloccaggio del piede sollevando)  
 O SOTO GARI (grande falciata esterna)  
 O UCHI GARI (grande falciata interna)  
 KO SOTO GARI (piccola falciata esterna)  
 KO UCHI GARI (piccola falciata interna)  
 IPPON SEOI NAGE (proiezione da un punto caricando sul dorso)  
 UKI GOSHI (anca flutuante)  
 O GOSHI (grande anca)  
 TSURI KOMI GOSHI (caricamento sull'anca pescando)  
 HARAI GOSHI (spazzata d'anca)  
 TAI OTOSHI (grande spinta del corpo verso il basso)  
 UCHI MATA (falciata interno coscia).

#### KATAME WAZA (tecniche di immobilizzazione)

HON KESA GATAME (controllo fondamentale a fascia)  
 YOKO SHIO GATAME (controllo laterale a 4 punti d'appoggio)  
 KAMI SHIO GATAME (controllo a 4 punti dall'alto)  
 TATE SHIO GATAME (controllo a 4 punti in diagonale)  
 USHIRO KESA GATAME (controllo a fascia rovesciato)

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

- a) INIZIO DEL COMBATTIMENTO: L'arbitro dà inizio al combattimento dopo che i combattenti avranno effettuato la presa fondamentale (BAVERO MANICA) ognuno sul lato preferito.
- b) Quando entrambi i combattenti hanno rotto oppure lasciato **entrambe** le prese l'arbitro annuncerà MATTE.
- c) Alla ripresa del combattimento e prima che l'arbitro riannunci HAJIME i combattenti ripeteranno la presa fondamentale dopo essersi portati alle posizioni iniziali di combattimento.

Precisazione:

Dopo l'Hajime i combattenti potranno adattare nel modo preferito il proprio Kumi Kata (presa), ad eccezione di avvolgere e bloccare il collo dell'avversario.

E' consentita la presa dietro al collo **se non supera l'asse del tratto cervicale**, ovvero la prima metà del collo.

**Combattenti che “non stabilizzano la presa che precede l'Hajime”**

Accade quando i due contendenti sono di guardia opposta ed entrambi ricercano la presa favorita ai baveri dello stesso lato riflesso, eseguendo reciproci passaggi sottostanti, continui e rapidi, per conquistarsi il vantaggio.

In tal caso, se l'arbitro è impossibilitato ad annunciare l'Hajime, potrà fargli mantenere solamente la presa alla manica, mentre all'hajime dovranno fare immediatamente la presa al bavero.

d) AZIONI PROIBITE: oltre alle azioni proibite dal Regolamento Internazionale verranno punite **immediatamente** le seguenti azioni:

- AZIONI DI ANCA O DI OSOTO GARI PORTATE A SINISTRA CON LE PRESE A DESTRA E VICEVERSA.
- AZIONI CON LE GINOCCHIA AL SUOLO
- AZIONI IN TACHI WAZA CON PRESE AL DI SOTTO DELLA CINTURA
- AZIONI CHE AVVOLGONO O BLOCCANO IL COLLO DELL'AVVERSARIO
- AZIONI DI MAKI-KOMI E SUTEMI WAZA

Sono, inoltre, vietate le tecniche di SHIME-WAZA (SOFFOCAMENTO) e KANSETSU-WAZA (LEVA ARTICOLARE).

Se si dovesse rifare spontaneamente una presa, nel tempo di circa 3 secondi, l'arbitro potrà desistere dall'annunciare il Matte per favorire lo svolgimento di un Judo dinamico.

**Se un atleta nel rifare la presa per eseguire un'azione tecnica prende il bavero contrario (ERI SEOI), il braccio dallo stesso lato della presa alla manica (tai o toshi) , o dietro alla scapola, o cintura (Harai Goshi, O Goshi), l'azione sarà valutata** allorché Tori rimanga, nell'eseguire la tecnica, in piedi.

Il ko uchi gake è permesso allorché sia un renraku di un attacco;

**è proibito bloccare prima la gamba dell'avversario con la mano e poi agganciarla con la gamba.**

I Giudici di Gara, qualora riscontrassero nel comportamento scorretto di uno dei contendenti la possibilità di ledere l'incolumità dell'avversario, alla seconda sanzione inflitta per lo stesso motivo, possono decretarne la squalifica.

#### **Classifiche**

A conclusione della fase verrà redatta una classifica per Istituto in base ai piazzamenti ottenuti dagli atleti.

In caso di parità fra due Rappresentative prevarrà quella con minor numero di Atleti ed in caso di ulteriore parità quella in cui gli atleti risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### KARATE

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto è di libera composizione.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative Scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Le gare vengono svolte all'interno di impianti sportivi e su superfici (materassini) regolamentari approvate dalla Federazione.

#### **REGOLE DI BASE**

##### **PROVA STRUTTURATA – Tecnica.**

Per motivi di accessibilità e sicurezza viene applicato il regolamento esordienti nella specialità Kumite (combattimento) e Kata (Composizione di forme).

##### **Prova KUMITE**

La prova consiste in un combattimento simbolico (simulato e senza alcuna forma di contatto) che consente una espressione articolata di fondamentali degli arti inferiori e superiori come da regolamento FIJKAM.

*Categorie di peso e durata dei combattimenti come da regolamento adattato FIJKAM.*

##### **Prova KATA**

La prova consiste nella combinazione in successione di posture ed azioni fondamentali del Karate come da regolamento FIJKAM.

##### **Classifiche**

A conclusione della fase verrà redatta una classifica per Istituto in base ai piazzamenti ottenuti dagli atleti.

In caso di parità fra due Rappresentative prevarrà quella con minor numero di atleti ed in caso di ulteriore parità quella in cui gli atleti risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## Lotta

### Gioco del Cerchio

Il “Gioco del Cerchio” è il gioco che la FIJLKAM settore Lotta propone al mondo della “Scuola”. E’ un gioco di contatto che mostra alcuni aspetti della Lotta Olimpica, adatto ai ragazzi/e della scuola secondaria di primo e secondo grado.

#### *Categorie di peso e durata dei combattimenti*

**Esordienti B**                      **14°-15° anno**

**Le categorie di peso:** (pesi indicativi: nessuno deve essere escluso)

**Maschi:** da Kg 35 – fino a 41 – 47 – 54 – 61 – 68 – 75 – 85 – da kg. 85 a kg. 96

**Femmine:** da Kg 30 - fino a 35 – 40 - 45 – 50 – 55 – 60 – 66 – da Kg. 66 a Kg. 74

Ogni combattimento, maschile e femminile, dura 2 minuti effettivi continui.

### Rappresentativa d’ Istituto

La Rappresentativa d’Istituto è stabilita dopo la *fase di selezione d’Istituto. Per garantire la partecipazione di tutti gli alunni, si procede pesando i ragazzi/e preventivamente allo scopo di formare gruppi di peso omogenei.*

### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative Scolastiche alle fasi seguenti quella d’Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

### Impianti ed attrezzature

Le gare vengono svolte su impianti regolamentari o approvati dalla Federazione.

**Area di gioco:** *tappeto sul quale è disegnato un cerchio di mt. 5 di diametro.*

**Abbigliamento:** i concorrenti devono indossare una maglietta a maniche corte, un pantaloncino corto, un paio di scarpe da ginnastica, possibilmente alte, ben allacciate.

### Regole di base

***Il “Gioco” consiste nell’indurre il compagno ad uscire dal cerchio, anche con un piede, attraverso azioni e combinazioni tecniche semplici di spinte e trazioni, sbilanciamenti: tecniche di base della lotta.***

I due concorrenti, dopo la stretta di mano in segno di rispetto e lealtà, si pongono al centro del tappeto con la medesima ***presa obbligata di braccio e tronco, petto contro petto, che deve essere mantenuta sempre in ogni fase del gioco.***

### Punteggi:

**E’ attribuito 1 punto:**

- al concorrente che porta il compagno fuori dal cerchio anche con un piede
- al concorrente che induce il compagno a poggiare almeno una mano sul tappeto, o un ginocchio;
- al concorrente che induce il compagno a cadere a terra senza andare in posizione di pericolo;
- al concorrente che induce il compagno a lasciare la presa per evitare l'uscita dal cerchio.

**Sono attribuiti 2 punti:**

- al concorrente che porta il compagno a terra **direttamente in posizione di pericolo** (specchio).

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

**Dopo ogni assegnazione di punteggio l'arbitro fa riprendere il gioco dal centro del tappeto con presa obbligata.**

Il concorrente che gradisce la guardia sinistra, deve informare l'arbitro prima dell'inizio dell'incontro; solo in questo caso l'arbitro assegna prese alternate dopo ogni punto attribuito.

Alla fine del periodo l'arbitro decreta il vincitore sulla base dei punti acquisiti alzandogli il braccio.

In caso di parità al termine del tempo regolamentare, si assegna la vittoria al concorrente che ha conquistato l'ultimo punto.

**Formula di gara:** eliminazione del concorrente dopo due sconfitte.

**E' fatto divieto assoluto:**

- **di effettuare torsioni del busto con proiezione attraverso la schiena;**
- **effettuare prese sugli indumenti.**

**Classifiche**

A conclusione della fase verrà redatta una classifica per Istituto in base ai piazzamenti ottenuti dagli atleti.

In caso di parità fra due Rappresentative prevarrà quella con minor numero di atleti ed in caso di ulteriore parità quella in cui gli atleti risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### **Rappresentativa d'istituto**

La composizione della Rappresentativa di Istituto è stabilita dalla competente commissione organizzatrice. Successivamente alla fase provinciale ogni rappresentativa sarà composta da **6 alunni**.

### **Programma tecnico**

Maschile e Femminile.

50 metri Dorso , 50 metri Rana, 50 metri Farfalla, 50 metri Stile Libero.

Staffetta 4x50 Mista ( quattro Stili ).

Staffetta 6x50 stile libero.

### **Partecipazione**

La partecipazione delle rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella di istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

Tutti gli alunni componenti la rappresentativa d'istituto potranno essere iscritti ad una sola gara individuale e alle due staffette.

Ogni istituto potrà iscrivere non più di due allievi alle gare individuali.

### **Impianti e attrezzature**

Le gare si disputeranno in impianti idonei.

### **Punteggi e classifiche**

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di specialità come segue: un punto al primo, due punti al secondo, tre punti al terzo fino all'ultimo regolarmente arrivato.

Ai fini del calcolo della classifica finale a squadre (nella gara dove risulteranno iscritti due atleti dello stesso istituto) sarà preso in considerazione il miglior risultato conseguito da uno dei due componenti la rappresentativa. Al secondo partecipante dell'istituto alla medesima gara non verrà attribuito alcun punteggio e si procederà senza considerare la sua presenza .

Gli atleti non partiti, i ritirati e agli eventuali squalificati si vedranno assegnare tanti punti quanti sono gli iscritti di squadra più uno.

Entrambe le staffette porteranno punteggio come già spiegato per le gare individuali.

Risulterà vincente la rappresentativa che avrà totalizzato il minor punteggio.

In caso di parità tra rappresentative prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti. Nel caso di ulteriore parità si procederà prendendo in considerazione i risultati cronometrici ottenuti in primo luogo nella staffetta 4x50 mista e successivamente nella staffetta 6x50 stile libero.

## ALUNNI CON DISABILITÀ



### - PROGRAMMA GARE FASI INIZIALI (PROVINCIALE E REGIONALE) -

#### **25 metri Stile Libero - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

#### **50 metri Stile Libero - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

#### **25 metri Dorso - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### **50 metri Dorso - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **25 metri Rana - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **50 metri Rana - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **Staffetta 4 x 25 Stile Libero/ Staffetta 4 x 50 Stile Libero**

Sono ammesse esclusivamente staffette integrate ossia composte da un minimo di 2 alunni disabili appartenenti indifferentemente ad una o più delle categorie di disabilità, e da un massimo di 2 alunni normodotati frequentanti lo stesso Istituto degli alunni disabili.

Le staffette possono essere miste (maschi e femmine).

## - PROGRAMMA GARE FINALE NAZIONALE -

### **50 metri Dorso - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **50 metri Stile Libero - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **50 metri Rana - Maschile e Femminile**

Per tutte le categorie di disabilità.

### **Staffetta 4 x 50 Stile Libero**

Ogni regione potrà iscrivere una sola staffetta. Le staffette sono composte esclusivamente dagli alunni disabili che fanno parte della rappresentativa regionale indipendentemente dalla categoria di disabilità. Le staffette possono essere miste (maschi e femmine).

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### NUOTO PINNATO ED ATTIVITA' SUBACQUEE

#### NUOTO PINNATO

##### **Programma Tecnico e distanze**

Maschile e femminile.

Nuoto Pinnato – Velocità:

- Stile pinne: 50 metri e staffetta 4 x 50
- Stile Nuoto Pinnato: 50 metri e staffetta 4 x 50

##### **Rappresentativa d'Istituto**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

##### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

##### **Impianti ed attrezzature**

Le gare si disputeranno in piscina (25 o 50 metri).

Le attrezzature previste per lo stile pinne sono: pinne in gomma o derivati di essa di produzione industriale, non modificate nella sostanza, aventi misura fuori tutto di cm. 65.

Le attrezzature previste per lo stile nuoto pinnato sono libere: pinne o monopinne di qualsiasi materiale, secondo le dimensioni regolamentate.

##### **Punteggi e classifiche**

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza come segue: 1 punto al 1° classificato, 2 punti al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, ai non partiti, agli eventuali squalificati si assegnerà un punto in più dell'ultimo classificato.

Ai fini della classifica finale a squadre si terrà conto del risultato ottenuto dalle due staffette e dei migliori 2 risultati ottenuti in ciascuna delle gare individuali.

Risulterà vincente la rappresentativa d'Istituto che avrà totalizzato il minor punteggio.

##### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più rappresentative prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

In caso la parità dovesse persistere prevarrà la rappresentativa che avrà ottenuto il miglior piazzamento nella staffetta 4 x 50 stile nuoto pinnato.

##### **Abbigliamento**

Costume, ciabatte, cuffia ed occhialini.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### ATTIVITA' SUBACQUEE

#### **Programma Tecnico e distanze**

Maschile e femminile.

Nuoto Subacqueo in Apnea di Regolarità,  
con dichiarazione della distanza e del tempo in cui si intende effettuare la prova.

I partecipanti si classificheranno con qualsiasi distanza effettuata, farà fede il testimone rilasciato sul fondo.

- Range di distanze a stile pinne, a scelta:
- Da 0 a 12,5 mt.
- Da 0 a 25 mt.
- Range di distanze a corpo libero (rana subacquea), a scelta:
- Da 0 a 12,5 mt.
- Da 0 a 25 mt.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Le gare si disputeranno in piscina (25 o 50 metri), partenza in acqua.

Le attrezzature previste per lo stile pinne sono: pinne in gomma o derivati di essa di produzione industriale, non modificate nella sostanza, aventi misura fuori tutto di cm. 65.

#### **Punteggi e classifiche**

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza come segue: 1 punto al 1° classificato, 2 punti al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, ai non partiti, agli eventuali squalificati si assegnerà un punto in più dell'ultimo classificato.

Ai fini della classifica finale a squadre si terrà conto del risultato ottenuti in ciascuna delle gare individuali.

Risulterà vincente la rappresentativa d'Istituto che avrà totalizzato il minor punteggio.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più rappresentative prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

#### **Abbigliamento e testimone**

Costume, ciabatte, cuffia, occhialini o maschera, eventualmente stringinaso.

Testimone.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

**NUOTO SALVAMENTO**  sito ufficiale

### ***Programma Tecnico***

- 50 mt stile libero e sottopassaggi;
- 50 mt stile libero con pinne e sottopassaggi;
- 50 mt trasporto del sacchetto (5 kg);
- staffetta 4x50 stile libero con sottopassaggi.

### ***Rappresentativa d'istituto***

La composizione della rappresentativa di Istituto è stabilita dalla competente commissione organizzatrice. Successivamente alla fase provinciale la rappresentativa sarà composta da 4 alunni (4M o 4F).

### ***Partecipazione***

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

### ***Impianti ed attrezzature***

Le gare si disputeranno in impianti idonei.

### ***Regole di base***

#### Trasporto del sacchetto

Dopo un segnale acustico, il concorrente si tuffa in acqua, nuota mt. 25 a stile libero e recupera il sacchetto affondato, alla profondità di cm. 50. il sacchetto, durante il trasporto, rimane sommerso. La presa è libera, la nuotata a dorso o sul fianco. L'attrezzo è costituita da un sacchetto di tela, riempito di ghiaia, del peso di Kg. 5, collegato, attraverso una sagola di cm. 50, ad una boetta.

Non sono previste penalità per la gara di trasporto del sacchetto.

#### Nuoto con sottopassaggi:

gli ostacoli saranno realizzati con la classica struttura. (pannelli verticali dell'altezza di cm. 70 della lunghezza della corsia). In alternativa si potranno realizzare dei sottopassaggi orizzontali di larghezza non superiore ai 2 mt. Utilizzando ad esempio: teli, fasce, nastri, corsie disposte trasversalmente.

Dopo un segnale acustico, il concorrente si tuffa in acqua e nuota a stile libero. Il concorrente deve riemergere dopo il tuffo di partenza e dopo essere passato sotto ciascun ostacolo. Il concorrente si può dare la spinta sul fondo della piscina, quando riemerge da ciascun sottopassaggio. Non sono previste penalità.

### ***Punteggi e classifiche***

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza per ciascuna prova come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, ai non partiti, agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra più uno.

Ai fini del calcolo della classifica finale individuale si sommeranno i punteggi acquisiti nelle singole prove. Risulterà vincente la rappresentativa d'istituto che avrà totalizzato il minor punteggio.

Per la classifica a squadra verranno sommati i punteggi dei quattro componenti la medesima rappresentativa e i punteggi della staffetta, vincerà la rappresentativa che avrà totalizzato il minor punteggio.

### ***Casi di parità***

In caso di parità fra 2 o più rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti. Nel caso la parità dovesse persistere passerà il turno la rappresentativa più giovane.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## ORIENTAMENTO

### *Programma tecnico*

#### **Categorie**

Allievi/e.

Juniore M/F

**Distanze di gara:**( indicazioni di massima espresse in tempo del vincitore e in chilometri sforzo).

Cat. Allievi tempo percorrenza 15-25 minuti (3,0-3,2 Kmsf)

Cat. Allieve tempo percorrenza 15-25 minuti (2,8-3,0 Kmsf)

Cat. Juniores Maschi tempo percorrenza 15-25 minuti (3,4-3,6 Kmsf)

Cat. Juniores Femmine tempo percorrenza 15-25 minuti (3,2-3,4 Kmsf)

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto è composta da 3 alunni/e (3M / 3F)

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalle Commissioni competenti.

#### **Impianti ed attrezzature**

L'impianto ideale per le gare di corsa di orientamento è l'ambiente naturale (in genere un bosco, un parco urbano od extra urbano). La porzione di territorio utilizzato per le manifestazioni va cartografato in scala idonea (indicativamente 1:4000, 1:5000, 1:7.500, 1:10.000) al fine di permettere una semplice e chiara lettura. La riproduzione su supporto cartaceo seguirà le norme previste per la simbologia dalla International Orienteering Federation.( IOF)

#### **Abbigliamento**

Non si prescrivono particolari norme per l'abbigliamento di gara ma si raccomanda l'uso di scarpe antidrucciolo con suola scolpita per fare buona presa sul terreno, e tuta con pantaloni lunghi.

#### **Punteggi e classifiche**

A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente classificato. Ai ritirati, agli eventuali squalificati e alle rappresentative incomplete, si assegnano tanti punti quanti sono i classificati più uno.

Verrà stilata una classifica per Rappresentative di istituto che terrà conto dei 3 migliori risultati ottenuti da studenti appartenenti allo stesso istituto.

La squadra vincente sarà quella che avrà sommato il minor punteggio.

Accederanno inoltre alle fasi successive gli alunni primi classificati in assoluto non facenti parte della squadra ammessa.

#### **Casi di parità**

Ai fini della classifica, in caso di parità fra 2 o più rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto fra i suoi componenti, il miglior piazzamento.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### TRAIL – O /ORIENTAMENTO DI PRECISIONE



#### **Programma Tecnico**

La FISO (Federazione Italiana Sport Orientamento), di concerto con il CIP (Comitato Italiano Paralimpico) promuove la disciplina del TRAIL - O aperta a tutti gli alunni.

#### **Categorie:**

- Paralimpici: riservata agli alunni con disabilità certificata
- Open: aperta a tutti gli alunni (compresi i paralimpici)

L'iscrizione degli alunni nella categoria Paralimpici e Open non prevede vincoli anagrafici né distinzione per sesso.

#### **Percorso di gara**

Unico per le due categorie

#### **Distanze di gara e caratteristiche del percorso**

La competizione si svolge lungo comode stradine, con pendenze lievi e percorribili con sedia a rotelle.

Il tempo massimo concesso per completare il percorso, non deve superare i 90 minuti. Per il calcolo si utilizzano i seguenti parametri:  $T_{max} = 3'$  per ogni 100 metri di percorso +  $3'$  per ogni punto di vista +  $3'$  per ogni 10 metri di dislivello percorsi.

#### **Rappresentativa d'Istituto**

La rappresentativa di Istituto è composta da tre alunni nella categoria Open e da tre alunni nella categoria Paralimpici. È ammessa la partecipazione degli istituti in una sola categoria (Open o Paralimpici), nel qual caso la partecipazione degli alunni è a titolo individuale e non concorrono alla classifica per Rappresentativa di Istituto.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto, viene stabilita dalle Commissioni competenti.

#### **Impianti ed attrezzature**

L'impianto ideale per le gare di Trail-O è l'ambiente naturale (in genere un bosco o un parco cittadino ecc), molto ricco di dettagli e cartografato in scala da 1:1000 a 1:5000. La riproduzione su supporto cartaceo seguirà le norme previste per la simbologia dalla International Orienteering Federation. (IOF)

#### **Abbigliamento**

Non si prescrivono particolari norme per l'abbigliamento di gara.

#### **Accompagnatori**

Gli Insegnanti o il personale preposto all'accompagnamento degli alunni, ha unicamente la funzione di sorveglianza e/o di aiuto ai concorrenti per superare le difficoltà legate agli spostamenti che si dovessero manifestare lungo il percorso di gara. Non possono interferire sulle risposte fornite dal concorrente.

#### **Classifiche**

Verrà stilata una unica classifica individuale finale, avendo cura di evidenziare accanto al nominativo del concorrente la categoria di appartenenza.

La Classifica terrà conto del numero di risposte esatte fornite e del rilievo cronometrico ottenuto nelle piazzole a tempo. Unicamente ai fini delle premiazioni la classifica individuale delle due categorie verranno scorporate e premiate separatamente

Verrà stilata una classifica per Rappresentativa di istituto che terrà conto dei 2 migliori risultati ottenuti da studenti appartenenti allo stesso istituto nella categoria Open e nella categoria Paralimpici.

La squadra vincente sarà quella che avrà totalizzato il maggior numero di risposte esatte e a parità di risposte esatte abbia ottenuto il minor rilievo cronometrico nelle risposte a tempo.

Accederanno inoltre alle fasi successive gli alunni primi classificati in assoluto non facenti parte della squadra ammessa. Alla fase nazionale parteciperà la prima rappresentativa scolastica classificata nella fase regionale.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### Casi di parità

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto, fra i suoi componenti, il miglior piazzamento.

#### Prescrizioni tecniche di gara

**Cartellino di gara:** va consegnato all'alunno ad inizio gara in duplice copia. Sullo stesso

**Punzone:** per la punzonatura del cartellino di gara l'organizzazione consegna ad ogni concorrente un punzone personale oppure ne rende disponibile uno per ogni piazzola.

**Percorso:** l'itinerario da seguire va segnalato sulla carta e se necessario nella realtà con mezzi idonei. Non è permesso uscire dall'itinerario.

**Piazzole di sosta/punti di vista:** non vengono indicate nella carta, ma rese ben evidenti sul terreno.

**Grappolo di lanterne:** da ogni punto di vista al concorrente devono essere visibili sempre tre lanterne (A,B,C) individuate seguendo l'ordine da sinistra verso destra. Una sola delle tre lanterne è indicata in carta e posizionata correttamente.

La risposta di tipo Zero (nessuna lanterna è posizionata nel centro del cerchio sulla mappa) non è permessa.

Le lanterne possono essere posizionate sul terreno secondo i seguenti due principi:

1. posa su oggetti diversi e ben distinti, con una sola delle tre lanterne contenuta in carta all'interno del cerchio. In questo caso non è prevista la descrizione del punto.
2. posa su un unico o più oggetti simili, con tutte e tre le lanterne contenute in carta all'interno del cerchio. In questo caso è obbligatorio introdurre la descrizione del punto in forma letterale. In caso di discrepanza fra descrizione punto e centro del cerchio prevale il centro del cerchio.

**Postazioni a tempo:** vanno predisposte da un minimo di due ad un massimo di quattro piazzole per la rilevazione del tempo impiegato a fornire la risposta da parte dei concorrenti. Queste postazioni possono essere allestite sia all'interno del percorso, sia al di fuori dello stesso, con l'utilizzo di una carta parziale appositamente predisposta e in possesso solo dei giudici di gara. Il tempo massimo per fornire la risposta è di 1 minuto. Penalità: 60" per ogni risposta errata in aggiunta al tempo impiegato a rispondere, 120" per risposta non fornita o fornita oltre il tempo stabilito.

**Tempo massimo di gara:** deve essere indicato in carta e comunicato al concorrente. Il superamento del tempo massimo di 5 minuti, o sue frazioni, comporta la sottrazione di 1 punto. Le postazioni a tempo non vengono computate nel tempo di gara.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### PALLACANESTRO



#### Composizione delle squadre

Ogni squadra, maschile e femminile, potrà iscrivere a referto in ogni gara 12 giocatori/trici., di cui 5 scendono in campo.

#### Norme particolari - Sanzioni

Non sono ammesse squadre con un numero inferiore ad 8 giocatori/trici.

Nel caso in cui una squadra si presenti con meno di 8 giocatori/trici, la gara non verrà effettuata e la squadra in difetto avrà partita persa per 30-0 ed un punto in meno in classifica, qualora si tratti di un torneo con formula di girone all'italiana.

#### Tempi di gioco

Incontri di 4 tempi da 10 minuti effettivi ciascuno, con intervalli di 2' tra il primo ed il secondo tempo e tra il terzo e il quarto tempo, mentre tra il secondo ed il terzo tempo si osserva un intervallo di 10'.

#### Impianti ed attrezzature

I campi, i canestri ed i palloni sono di tipo regolamentare (altezza canestri: m. 3.05, misura palloni: maschile n° 7 – femminile n° 6).

#### Regole di base:

##### Sospensioni :

Può essere chiesta una sospensione di un minuto nel 1°, 2° e 3° periodo di gioco e nel tempo supplementare, due sospensioni di un minuto ciascuna nel 4° periodo di gioco per ogni squadra. Le sospensioni non sono cumulabili.

**Bonus:** Il bonus dei falli è fissato a 4 per ogni tempo.

#### Durata azione di attacco:

Ogni qualvolta un giocatore acquisisce il controllo di una palla viva sul terreno di gioco, la sua squadra deve effettuare un tiro entro 24 secondi. Si applica la regola dei 24'' con azzeramento del tempo ad ogni azione.

Rimangono vigenti tutte le altre regole a tempo (3'', 5'', 8'') e l'infrazione di metà campo.

Si può attuare qualsiasi tipo di difesa (individuale, zona, zona-press, ecc.).

#### Casi di parità

Nel caso di parità al termine dei tempi regolamentari, si svolgerà un tempo supplementare di 5 minuti, ed in caso di ulteriore parità si procederà con i tempi supplementari ad oltranza, fino a quando non si sblocchi la parità.

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri: 1) risultati conseguiti negli incontri diretti; 2) quoziente canestri risultante da detti incontri; 3) quoziente canestri risultante da tutti gli incontri sostenuti; 4) dal maggior numero di canestri realizzati dalla squadra.

Per quanto non esplicitamente previsto, si fa riferimento al "Regolamento Tecnico Ufficiale della Pallacanestro 2009".

### PALLACANESTRO INTEGRATA MISTA



I Giochi Sportivi Studenteschi di Pallacanestro sia nelle fasi iniziali (Provinciali e/o Regionali) che nella fase Nazionale (quando prevista) si svolgeranno previa iscrizione di un minimo di 3 squadre. Le squadre in campo devono essere composte da un minimo di 3 alunni disabili (qualsiasi tipo di disabilità) e da un massimo di 2 alunni normodotati frequentanti lo stesso Istituto degli alunni disabili.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**

### **Secondo ciclo di Istruzione**

#### **Regolamento:**

La partita si svolge in quattro tempi di 10 minuti. Ogni squadra nella realizzazione dei canestri deve tenere conto del criterio dell'alternanza fra studenti normodotati e disabili (gli studenti normodotati possono realizzare un canestro solo se uno degli studenti disabili della propria squadra ne ha già realizzato uno); il primo canestro deve essere realizzato necessariamente da un alunno disabile. Gli eventuali tiri liberi non seguono questo criterio.

Dopo il tiro, quando non vi è realizzazione, tutti i giocatori possono entrare in possesso della palla nello spazio esterno all'area dei "tre secondi". Diversamente, nello spazio tecnico dei "tre secondi", durante il rimbalzo, la palla può essere contesa e posseduta solo da giocatori disabili.

E' vietato il gioco a zona. I giocatori normodotati non possono mai contrastare i giocatori diversamente disabili. La palla che sta per entrare nella sfera di competenza del giocatore disabile e, a seguito di un passaggio o di altra azione di gioco, non può essere intercettata dal giocatore normodotato.

Le infrazioni alle regole suddette sono sanzionate con una rimessa laterale in favore della squadra che è stata danneggiata.

Tutti i giocatori normodotati, ai fini del facile riconoscimento da parte dell'arbitro, devono indossare un polsino di colore bianco.

Per quanto non contemplato con il presente regolamento valgono le norme emanate dalla F.I.P..

#### **FASE NAZIONALE**

Qualora prevista, accederà alla fase nazionale una sola squadra per regione ovvero i campioni regionali o, in caso di rinuncia, i vice campioni o la squadra classificata immediatamente dopo. Ogni squadra, che accede alla fase finale, dovrà essere composta da un massimo di otto alunni.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## PALLAMANO



#### Composizione delle squadre

Ogni squadra, maschile e femminile, è composta da un massimo di 14 giocatori. Sono presenti sul campo di gioco 7 giocatori, di cui uno è portiere. Non sono ammesse squadre con numero inferiore a 8 giocatori/trici: il mancato rispetto di questa regola determinerà l'omologazione della gara con il migliore risultato in favore della squadra avversaria.

#### Tempi di gioco

Gli incontri si disputano in 2 tempi di 25' ciascuno con intervallo di 10'.

#### Impianti ed attrezzature

Il campo misura di norma m. 20 di larghezza e m. 40 di lunghezza. Sono consentite misure inferiori. Le porte di gioco possono essere in legno, lega leggera o in ferro delle dimensioni di mt. 2 di altezza e mt. 3 di larghezza e con una sezione quadrata di cm. 8 per lato e devono essere ancorate al terreno.

Ogni squadra dovrà presentarsi alle gare con almeno un pallone (n° 3 per il settore maschile e n° 2 per il settore femminile).

#### Abbigliamento

La numerazione della squadra è libera. Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello dei compagni di squadra e dai componenti della squadra avversaria. Al momento che il portiere viene utilizzato come giocatore in campo la maglia che andrà ad indossare dovrà avere lo stesso numero della maglia utilizzata come portiere.

#### Disposizioni tecniche

Dopo la segnatura di una rete il gioco deve riprendere prontamente dal centrocampo. Il tiro d'inizio è eseguito dal centro del terreno di gioco in qualsiasi direzione (passaggio al compagno di squadra) entro 3 secondi dal fischio dell'arbitro. Il giocatore che esegue il tiro d'inizio deve trovarsi con almeno un piede sulla linea mediana fino a che il pallone non ha lasciato al sua mano. Gli attaccanti possono superare la linea mediana subito dopo il fischio dell'arbitro. E' ammesso 1 time-out di 1 minuto per tempo per squadra. Il time out deve essere richiesto al tavolo che provvederà a darne comunicazione all'arbitro. Il time out può essere concesso alla squadra che lo ha richiesto solo al verificarsi della seguente condizioni:

- possesso di palla da parte della squadra richiedente.

Ogni vittoria vale in classifica punti 3, ogni pareggio punti 1, ogni sconfitta punti 0

#### Sanzioni e penalizzazioni

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- ammonizione (cartellino giallo): è consentita una sola ammonizione al giocatore e 3 ammonizioni alla squadra.
- esclusione (di 2 minuti): massimo tre volte per ogni giocatore dopo di che viene squalificato (cartellino rosso), e può essere sostituito da un compagno di gioco scontati i due minuti di esclusione.
- espulsione definitiva (cartellino rosso - comportamento gravemente antisportivo): il giocatore non può essere sostituito e la squadra continua a giocare fino al termine della gara con un giocatore in meno.

La posizione non regolare di un giocatore determina la perdita dell'incontro 0-5 e la penalizzazione di un punto in classifica.

#### Casi di parità

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata dai seguenti criteri: 1) risultati conseguiti negli incontri diretti; 2) differenza reti negli incontri diretti; 3) differenza reti complessiva (reti realizzate e reti subite); 4) maggior numero di reti realizzate; 5) dalla minore età; 6) dal sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## PALLAPUGNO LEGGERA



### Programma tecnico

L'incontro si svolge sulla distanza di 2 set su 3 (ciascuno dei quali sulla distanza minima di 5 giochi con termine quando una delle due squadre arriva per prima a quota 5 con almeno 2 giochi di scarto). Il punteggio dei singoli giochi è 15 - 30 - 40 gioco, senza vantaggi. Alternativamente, per le fasi di qualificazione gli incontri possono essere svolti a set unico, sulla distanza minima di 7 giochi e termine quando una delle 2 squadre arriva per prima a quota 7 con almeno 2 giochi di scarto. Il gioco inizia, dopo il classico sorteggio, con l'azione di battuta, eseguita nella zona prestabilita di m. 2. Batte un giocatore per un intero gioco, poi un altro della stessa squadra; successivamente il turno di battuta passa alla formazione avversaria per due giochi. Dopo quattro giochi si invertono i campi. In campi all'aperto, in particolari situazioni meteorologiche, sarà l'organizzazione del Torneo a stabilire l'inversione del campo.

### Rappresentative d'Istituto

Dovranno essere composte da un massimo di 6 giocatori (quattro titolari e due riserve). Ogni squadra dovrà essere presente in campo, all'inizio di ogni partita, con almeno tre giocatori, in caso contrario non potrà giocare ed avrà partita persa.

### Impianti ed attrezzature

Le dimensioni regolari del campo di gioco sono 18 x 9 mt. Le gare si svolgono di norma su campi indoor. Sono impiegati preferibilmente palloni omologati; è in generale consentito l'uso di vari tipi di pallone, purché vengano rispettate le seguenti norme: peso da 60 a 80 grammi; diametro: 110 mm. (tolleranza 5 mm.).

È consentito l'uso di leggeri guanti protettivi o di un sottile bendaggio alle mani ed ai polsi.

### Regole di base

Il battitore deve avviare il pallone colpendolo con il palmo della mano o con il pugno. La battuta deve essere effettuata con un movimento dell'arto superiore dal basso verso l'alto, con il vincolo di staccare la palla dalla mano prima del colpo (la mano nell'impatto non deve superare l'altezza della spalla e del gomito); non è consentito farla rimbalzare a terra prima di colpirla. Qualora il battitore, dopo aver lanciato la palla, decidesse di non effettuare la battuta, la palla deve ricadere a terra senza essere toccata. Nelle fasi di gioco si può colpire il pallone al volo o dopo un rimbalzo. per il contatto è valido tutto l'avambraccio. Si può uscire dal campo per ricacciare il pallone, ma fino a quando il battitore non colpisce la palla (inizio gioco), tutti i giocatori devono essere in campo. Le posizioni dei giocatori (sia in battuta che al ricaccio) sono libere, senza nessun obbligo di rotazione. Permane l'obbligo dell'alternanza in battuta, secondo una sequenza prestabilita: 1-2-3-4. Negli incontri a set unico, dopo il primo turno di battute, ciascun giocatore potrà tornare a battere secondo la sequenza dei giochi precedenti.

È consentito un minuto di sospensione (time out) per ogni squadra ad ogni set (uno ad incontro per le gare a set unico).

All'inizio di ciascun set può essere schierato un quartetto diverso, scegliendo tra gli atleti iscritti a referto, e per ciascun set possono essere effettuate due sostituzioni, per ciascuna squadra. Un giocatore sostituito può rientrare solo al posto del compagno con il quale ha effettuato la prima sostituzione, questa è da considerarsi come seconda sostituzione. Per le gare a set unico le sostituzioni restano 2.

Si commette un fallo, che comporta l'assegnazione di un "15" alla squadra avversaria quando:

- la palla non supera al volo la linea mediana del campo, sia in battuta che in fase di ricaccio;
- il battitore esce dalla zona delimitata o calpesta la linea di fondo campo;
- la palla esce al volo sia lateralmente che sul fondo;
- la palla tocca il soffitto o un elemento fisso della palestra;
- la palla tocca una parte del corpo che non sia la mano o l'avambraccio;
- la palla viene colpita con entrambe le mani o anche da una sola se le mani sono unite o ravvicinate;
- la palla tocca la linea mediana del campo o quelle di delimitazione;
- il giocatore invade il campo avversario con il piede o altra parte del corpo (è consentita l'invasione aerea, a patto che non venga disturbata l'azione dell'avversario e la palla venga colpita successivamente al colpo dell'altra squadra; non è considerata invasione se l'azione avviene a gioco morto, cioè dopo il fischio dell'arbitro; nel caso in cui la palla acquisti un forte effetto, tale da battere sul terreno di una squadra e tornare nell'altro campo senza essere colpita, l'azione è da considerarsi a vantaggio della formazione che per ultima l'ha giocata);
- la palla, dopo essere stata colpita da un giocatore, viene toccata da un altro della stessa formazione;

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

- un giocatore commette l'azione cosiddetta di "velo" (i giocatori della prima linea della squadra in battuta, prima che la palla venga colpita, creano azioni di disturbo, con ondeggiamenti o movimenti ostruzionistici, nei confronti della squadra al ricaccio).

#### **Casi di parità**

Nei casi di 4 – 4, al primo e al secondo set sarà disputato un nono ed ultimo gioco, nel quale batterà il giocatore che aveva già battuto nel primo gioco; nel terzo set invece si prosegue ad oltranza (la vittoria si realizza con due giochi di vantaggio: 6 – 4, 7 – 5, ecc. e l'alternanza in battuta diventa un gioco per squadra, ripetendo però per i giocatori l'ordine dei giochi precedenti).

Nei casi di 6 – 6, per gli incontri a set unico, si prosegue ad oltranza (la vittoria si realizza con i due giochi di vantaggio: 8 – 6, 9 – 7, ecc.; in tal caso l'alternanza alla battuta varia comportando il cambio dopo ogni gioco, rispettando però la sequenza dei battitori prestabilita per ciascuna squadra).

#### **Punteggi e classifiche**

Vengono assegnati 1 punto per la vittoria e 0 punti per la sconfitta. In caso di rinuncia di una squadra a disputare l'incontro, viene assegnato il punteggio di 2 set a 0 (ciascuno per 3 – 0) a favore della squadra avversaria o di 5 – 0 per incontri a set unico.

In caso di parità di classifica, nei gironi all'italiana, per designare la vincente di una qualificazione o una graduatoria di merito si ricorrerà ai seguenti criteri:

- 1) risultati conseguiti negli incontri diretti;
- 2) conteggio della migliore differenza tra i giochi fatti e quelli subiti complessivamente da ciascuna squadra;
- 3) conteggio della migliore differenza tra i 15 fatti e subiti complessivamente;
- 4) minore età media della squadra;
- 5) sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### Composizione delle squadre

**Ogni squadra è composta da dieci giocatori/trici, tutti da iscrivere a referto, dei quali minimo otto sono tenuti a prendere parte al gioco:** la composizione della squadra con minimo otto giocatori è condizione essenziale per poter prendere parte al gioco.

**La squadra in difetto** non può partecipare al torneo.

**La squadra che in campo resti**, per qualsiasi motivo (*disciplinare, infortunio, malattia, etc.*), con un numero di giocatori inferiore a otto, ha partita persa 13-0.

#### Impianti ed attrezzature

**Le gare si svolgono su campi indoor** aventi le seguenti dimensioni: lunghezza mt. 28, larghezza mt. 12, altezza mt. 8. E' inoltre prevista una "zona di rispetto", profonda 2 metri dalla linea di fondo campo ed 1,5 m dalla linea laterale.

Sono tollerate fino alle fasi regionali *comprese*, le seguenti misure: lunghezza mt. 26, larghezza mt. 11, altezza mt. 7.

Le righe perimetrali fanno parte del terreno di gioco.

La linea mediana è in comune: quest'ultima, che fa parte del terreno di gioco, non può essere superata da un giocatore con nessuna parte del corpo ne con il tamburello, in caso contrario si commette fallo di invasione e si perde il quindici.

#### Sono impiegati:

1. **palle omologate** del diametro di mm. 61/63, del peso di gr. 38/40
2. **tamburelli sonori**, di forma circolare, del diametro di cm 28, con membrana industriale o animale. Non è in alcun caso consentito l'uso di tamburelli afoni.

#### Regole di base

**Ciascuna squadra inizia l'incontro schierando in campo i primi 5 giocatori.**

Ad ogni chiusura di gioco la squadra che ha effettuato la battuta ruota come di seguito indicato nella figura n. 2.

**La scelta del campo** avviene per sorteggio; la squadra che vince il sorteggio sceglie anche se effettuare o meno per prima il servizio.

**Le squadre cambiano campo ogni tre giochi; la battuta (o servizio) si alterna da una squadra all'altra ad ogni gioco.**

Ogni gioco si articola **nella progressione di: 15, 30, 40, gioco; nel caso di 40 pari, il punto successivo e' decisivo per l'assegnazione del gioco. L'arbitro e' tenuto a segnalarlo prima che venga effettuato il relativo servizio.**

**Vince l'incontro** la squadra che per prima realizza 13 giochi; se le squadre realizzano entrambe il punteggio di 12-12, la partita ha termine con il pareggio, salvo quanto espressamente previsto nel paragrafo "classifiche e casi di parità".

**La battuta** (o servizio) viene eseguita all'esterno del rettangolo di gioco, per tutta la sua larghezza e senza limiti di profondità per la rincorsa.

Nell'effettuare la battuta la palla dovrà essere colpita al volo dopo aver lasciato la mano del battitore; non e' consentito il rimbalzo della palla a terra.

Se nell'effettuare il servizio il battitore dovesse lanciare male la palla, occorrerà che ai fini della ripetizione del gesto questa cada a terra senza aver toccato ne il tamburello ne alcuna parte del corpo del battitore: in caso contrario si perde il quindici; e' consentito riprovare il servizio solamente una seconda volta.

**Le azioni di gioco si svolgono** ordinariamente all'interno del campo: è consentito uscire da questo solo per il recupero della palla, avvenuto il quale il giocatore deve tempestivamente rientrare. In caso contrario la squadra perde il quindici.

**Ogni squadra ha diritto** a 2 sospensioni di gioco da 1 minuto ciascuna, non cumulabili.

**In caso di infortunio** ad un/a giocatore/trice l'arbitro concederà una sospensione del gioco di due minuti, trascorsi i quali farà riprendere la gara (dopo aver fatto uscire l'infortunato/a dal terreno di gioco).

Il giocatore infortunato viene sostituito dal primo compagno in ordine di ingresso, che entra nella stessa posizione dell'infortunato.

**Ogni squadra deve avere un proprio Capitano**, il cui nominativo deve essere indicato nel momento della presentazione della lista dei giocatori all'arbitro.

**L'insegnante è tenuto** a sostare all'esterno del campo, lateralmente, in prossimità della propria panchina.

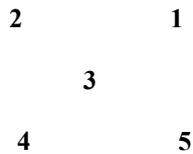
**I giocatori/trici di ogni squadra devono recare sulle magliette i numeri da 1 a 10, progressivi** (altezza minima dei numeri cm 20, base minima di ogni numero cm 2). I numeri vanno posti sulla parte anteriore delle maglie dei giocatori/trici.

**Le posizioni dei 5 giocatori/trici in campo** devono rispettare lo schema riportato nella **figura 1** (5 battitore, 4 rimettitore, 3 centrocampista/mezzovolo/cavalletto, 2 terzino sinistro, 1 terzino destro):

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### figura 1



#### Casi di espulsione

Ad insindacabile giudizio dell'arbitro un giocatore sarà allontanato dal terreno di gioco:

1. in caso di doppia ammonizione,
2. in caso di intemperanze verbali o gestuali,
3. in caso di comportamento scorretto, reiterato, nei confronti dei compagni, degli avversari, dei Giudici di gara.

In caso di espulsione di un giocatore, la squadra continua il gioco con quattro elementi fino al momento in cui dovrà effettuare la rotazione.

#### Fallo di posizione

**Al momento della battuta e durante il gioco** i giocatori debbono rispettare le posizioni illustrate nella figura 1: in caso contrario incorrono in fallo di posizione.

Durante il gioco i giocatori non possono scambiarsi di posto se non a seguito di situazioni di emergenza che richiedano l'intervento di altro giocatore: quest'ultimo però, colpita la palla, deve immediatamente riprendere la posizione iniziale: in caso contrario incorre in fallo di posizione.

(Esempio: qualora il giocatore numero 3 si trovi ad intervenire al posto del numero 2, deve -immediatamente dopo aver colpito la palla - riprendere il proprio posto, che prevede: avanti a sinistra il numero 2, avanti a destra il numero 1, dietro a sinistra il numero 4 e dietro a destra il numero 5; lo stesso criterio va applicato anche alla posizione degli altri giocatori che dovessero intervenire a sostegno di un proprio compagno di squadra).

**Incorre egualmente nel fallo di posizione** quel giocatore che, prevaricando in modo evidente la posizione di un compagno in grado di intervenire sulla palla a lui diretta, interferendo sulla traiettoria, colpisca in sua vece la palla.

**Quando si verifica un fallo di posizione**, commesso dallo stesso giocatore:

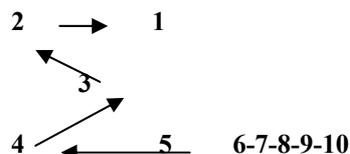
- la prima volta l'arbitro fischia e richiama il giocatore,
- la seconda volta la squadra perde il quindici,
- la terza volta il giocatore che ha commesso il fallo viene ammonito e la squadra perde il quindici,
- la quarta volta il giocatore che ha commesso il fallo viene espulso e la squadra perde il quindici.

#### Rotazione dei giocatori

La rotazione si effettua alla fine di ogni gioco: ruotano solamente i giocatori/trici della squadra che ha effettuato la battuta.

Al momento della rotazione viene sostituito/a il giocatore/trice (come da figura 2, esce il giocatore che è in posizione n.1) con un altro/a della stessa squadra (come da figura , che prenderà il posto n.5 ) seguendo l'ordine progressivo da 1 a 10. **La squadra che commette fallo di rotazione** perde il quindici.

Figura n.2



#### Classifica e casi di parità

Alla squadra che vince l'incontro sono attribuiti due punti; in caso di pareggio a ciascuna squadra è attribuito un punto; la squadra che perde l'incontro non ha diritto alla assegnazione di alcun punto.

In caso di parità di classifica nei gironi all'italiana, per designare la vincente si ricorre ai seguenti criteri:

- a) risultati conseguiti negli incontri diretti,
- b) conteggio della migliore differenza tra i giochi fatti e quelli subiti complessivamente da ciascuna squadra,
- c) conteggio dei 15 fatti e subiti complessivamente,
- d) minore età,
- e) sorteggio.

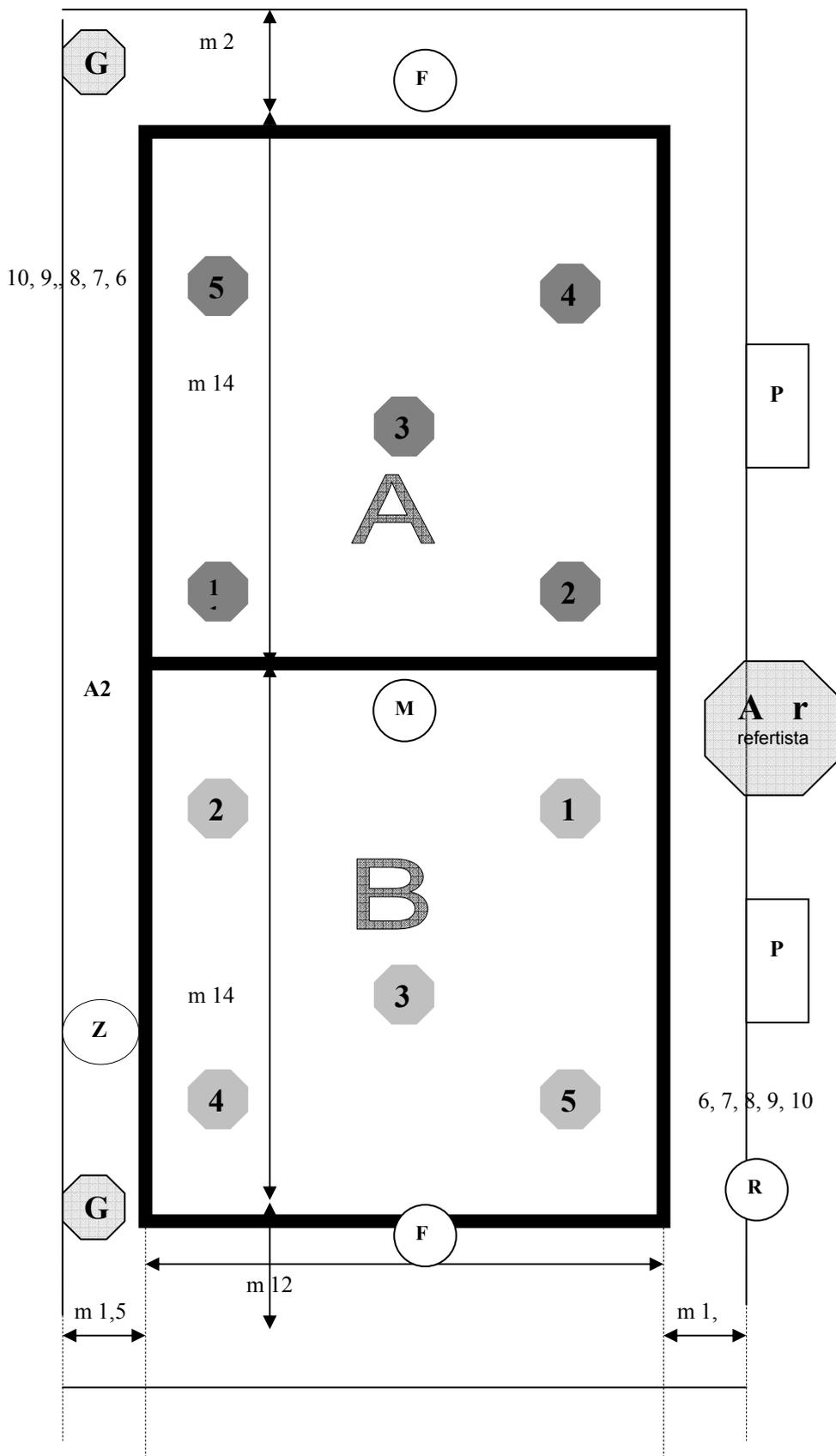
**Negli incontri ad eliminazione diretta**, in caso di parità sul 12-12, l'arbitro farà disputare tre giochi di spareggio dopo aver proceduto ad un nuovo sorteggio. E' data facoltà all'insegnante presentare all'arbitro, prima dell'inizio dei giochi di spareggio e rispettando la successione numerica (1, 2, 3 ..etc. per facilitare il controllo della regolarità della disposizione in campo), un nuovo assetto della squadra ai fini dell'ordine di ingresso dei giocatori in campo. In caso contrario dovrà essere adottato lo schieramento a referto prima dell'inizio della partita.

**Per quanto non contemplato** nel presente regolamento si fa riferimento alle Carte Federali in vigore della Federazione Italiana Palla Tamburello.

# Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

## Secondo ciclo di Istruzione

### CAMPO DI GIOCO indoor scolastico



#### SQUADRA A

- 1: terzino destro
- 2: terzino sinistro
- 3: mezzovolo
- 4: rimettitore
- 5: battitore spalla

- A : primo Arbitro
- A2: secondo Arbitro
- F : Linee di fondo campo
- G : Guardalinee
- M : Linea mediana
- P : Panchine
- r : Refertista
- R : Recinzione
- Z : Zona perimetrale

#### SQUADRA B

- 1: terzino destro
- 2: terzino sinistro
- 3: mezzovolo
- 4: rimettitore
- 5: battitore spalla

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## PALLAVOLO

### Composizione delle squadre

Ogni squadra è composta da un massimo di 12 giocatori con la presenza in campo, in ogni circostanza, di 6 giocatori. Non saranno ammesse alla disputa dell'incontro squadre con meno di 8 giocatori.

### Impianti e attrezzature

Il campo misura m. 9 di larghezza e m. 18 di lunghezza e la rete deve essere posta alle seguenti altezze:

cat. Allievi: mt. 2,35 - cat. Allieve: mt. 2,24

Cat. Jun/Maschile: mt. 2,43 - Cat. Jun/Femminile: mt. 2,24

E' consentito l'uso di vari tipi di pallone, in pelle o in materiale sintetico, purché vengano rispettate le seguenti dimensioni: circonferenza da cm 62 a cm 67, peso da gr. 220 a gr. 260.

### Regole di gioco

Tutti gli incontri si disputano su 3 set obbligatori (giocati con il Rally Point System ). Il terzo set prevede sia la ripetizione del sorteggio che il cambio del campo al 13° punto. Ogni set vinto vale un punto.

Gli incontri ad eliminazione diretta e/o con formule a concentramento<sup>1</sup> si disputano al meglio dei 2 set su 3, giocati con il "Rally point system" (il terzo set a 15 con cambio di campo a 8 punti).

Rally point system: per ogni azione viene assegnato un punto, sia che vinca la squadra al servizio che quella in ricezione. In questo secondo caso, oltre a conquistare il punto, la squadra acquisisce anche il diritto a servire, ruotando di una posizione in senso orario.

Ciascun set termina quando la squadra ha raggiunto 25 punti con un minimo di 2 punti di vantaggio sulla squadra avversaria.

La palla può colpire ogni parte del corpo del giocatore.

Quando la palla di servizio tocca la rete, ma passa comunque nel campo avverso, l'azione continua.

Sono ammesse 6 sostituzioni per ogni squadra ad ogni set.

L'uso del giocatore "libero" è consentito esclusivamente per le categorie Juniores Maschile e Juniores femminile.

L'insegnante può dare istruzioni di gioco agli atleti stando in piedi o muovendosi nella zona libera davanti alla propria panchina, dal prolungamento della linea di attacco all'area di riscaldamento, senza disturbare o ritardare il gioco.

Nel caso in cui due o più squadre risultino alla pari, la graduatoria viene stabilita, in ordine prioritario:

1. in base al maggior numero di gare vinte;
2. in base al miglior quoziente set;
3. in base al miglior quoziente punti;
4. risultato degli incontri diretti tra le squadre a pari punti.

### RIFERIMENTO:

Per quanto non previsto nel presente regolamento, vige il regolamento tecnico della FIPAV.

*Su proposta della Federazione Nazionale Pallavolo, ogni Commissione Organizzatrice potrà attivare, fino alla fase provinciale inclusa, ed in collaborazione con i locali comitati FIPAV, tornei di Beach Volley "(Beach'nd school)" riservati agli studenti degli istituti di istruzione secondaria di secondo grado.*

<sup>1</sup> Per concentramento si intende ogni manifestazione che prevede per una squadra più di una gara in una giornata.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### BEACH VOLLEY 2010-2011

#### Composizione delle squadre

Ogni squadra è composta da 2 giocatori in campo. È previsto l'uso di un'eventuale riserva che potrà sostituire il giocatore titolare solo ad inizio dell'incontro oppure, nel caso sostituisca un giocatore infortunato, in qualsiasi momento ed una sola volta.

#### Impianti e attrezzature

Il terreno di gioco è un rettangolo di m 16 x 8, circondato da una zona libera larga almeno 3 metri in ogni parte.

Lo spazio di gioco libero, che è quello al di sopra della superficie di gioco, deve essere libero da ogni ostacolo con un'altezza di almeno 7 metri.

La rete deve essere posta alle seguenti altezze:

	Maschi	Femmine
Categoria Allievi	mt. 2,24	mt. 2,24
Categoria Juniores	mt. 2.43	mt. 2,24

#### Palloni

E' consentito l'uso di vari tipi di pallone da beach volley, di cuoio soffice o sintetico che non assorba umidità e che sia utilizzabile anche sotto la pioggia, purché vengano rispettate le seguenti dimensioni: circonferenza da cm 66 a cm 68, peso da gr. 260 a gr. 280.

#### Sistema di punteggio

La gara è vinta dalla squadra che si aggiudica due set. Un set (eccetto il 3° decisivo set) è vinto dalla squadra che per prima consegue 21 punti con uno scarto di almeno due punti. In caso di 20 punti pari, il gioco continua fino a conseguire lo scarto di due punti (22-20, 23-21 etc.). Nel caso di punteggio 1-1 pari, il set decisivo (3°) è giocato a 15 punti con uno scarto di almeno due punti:

Per esigenze organizzative può essere adottato un sistema di punteggio di 1 set a 21, con le modalità di cui sopra.

Ogni qualvolta una squadra sbaglia un servizio, o sbaglia nel colpire la palla o commette qualsiasi altro tipo di fallo, la squadra avversaria conquista un punto con una delle seguenti conseguenze: se la squadra avversaria era al servizio, conquista un punto e continua a servire, se la squadra avversaria era a ricevere, guadagna il diritto a servire e conquista anche un punto.

#### Tempi di riposo

Ogni squadra ha diritto di richiedere 1 tempo di riposo per ciascun set.

#### Cambi di campo

Le squadre cambiano campo dopo ogni 7 punti giocati nel 1<sup>^</sup> e 2<sup>^</sup> set ed ogni 5 punti nel 3<sup>^</sup> set.

#### Intervalli

L'intervallo tra un set e l'altro ha la durata di 1 minuto. Durante l'intervallo, prima del set decisivo effettua un nuovo sorteggio.

#### Formula di svolgimento

Ogni Commissione organizzatrice adoterà le formule di gioco che riterrà più idonee in relazione a condizioni ambientali e numero di partecipanti, conformandosi, quando possibile, a quelle proposte dalla Fipav.

#### Riferimento

Per quanto non previsto nel presente regolamento, vige il regolamento tecnico della FIPAV.

I tornei di beach volley denominati "beach 'nd school" organizzati dalla Fipav, qualora le modalità di svolgimento siano conformi alla presente scheda tecnica, costituiscono la fase provinciale del torneo di beach volley dei Giochi sportivi studenteschi.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## PATTINAGGIO CORSA

### Programma tecnico

Prova individuale di minimaratona di km. 3.

Prova a squadre di regolarità.

### Rappresentativa di istituto

La Rappresentativa di Istituto, di libera composizione, è composta da 3 alunni/e.

### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

### Impianti ed attrezzature

Le gare si potranno svolgere su spazi aventi qualsiasi fondo e pavimentazione, anche superfici stradali.

E' libera la scelta dei pattini.

### Punteggi e classifiche

Per quanto riguarda la minimaratona ai primi 10 classificati sarà assegnato il seguente punteggio:

1° classificato	20 punti
2° classificato	18 punti
3° classificato	16 punti
4° classificato	14 punti
5° classificato	12 punti
6° classificato	10 punti
7° classificato	8 punti
8° classificato	6 punti
9° classificato	4 punti
10° classificato	2 punti
dal 11° classificato	½ punto.

La somma di tutti i punteggi acquisiti dagli alunni componenti la stessa squadra determina la classifica della prima prova.

Per quanto riguarda la prova di regolarità il punteggio massimo è determinato dal numero delle squadre partecipanti moltiplicato per 3 (es.: 12 squadre = punteggio massimo 36 punti). Alla prima squadra verrà assegnato il punteggio massimo poi via via a scalare di 3 punti per ogni posizione successiva.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi delle classifiche individuali delle due prove di ogni concorrente componente la stessa.

La Rappresentativa di istituto vincente sarà quella che avrà sommato il miglior punteggio.

### Casi di parità

Ai fini della qualificazione alla fase successiva, in caso di parità fra 2 o più rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### PATTINAGGIO SUL GHIACCIO



#### *Figura*

##### **Programma tecnico**

Esercizio collettivo di libera composizione (Precision skating).

##### **Rappresentativa di istituto**

La Rappresentativa di istituto, di libera composizione, è composta da minimo 4, massimo 8 alunni/e o mista.

##### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

##### **Impianti ed attrezzature**

Le gare in genere dovranno svolgersi su piste artificiali e con tracciati regolamentari.

Soluzioni di ripiego possono essere adottate nelle manifestazioni comunali e provinciali, tenuto conto dello spirito promozionale e delle finalità dei Giochi Sportivi Studenteschi.

La manifestazione nazionale dovrà svolgersi obbligatoriamente su pista artificiale coperta, anche se non al chiuso, salvo deroga dell'organo tecnico federale.

##### **Norme tecniche**

La prova a squadre (Precision skating) consiste in una dimostrazione coreografica, anche di fantasia, di libera composizione su una base musicale di 2 minuti, massimo 2 minuti e 30".

##### **Punteggi e classifiche**

Accedono alle fasi successive le Rappresentative prime classificate secondo quanto previsto dalle competenti Commissioni Organizzatrici.

##### **Casi di parità**

Solo ai fini della qualificazione alla fase successiva, in caso di parità, deve essere data la preferenza alla squadra che, nella composizione con cui ha effettuato la gara, risulti con la minore età media dei partecipanti.

#### **Velocità (Short Track)**

##### **Programma tecnico**

Maschile e femminile m.1000 (9 giri).

Per la Manifestazione Nazionale è prevista inoltre una staffetta maschile e femminile sulla distanza di m. 1500.

##### **Rappresentativa di istituto**

Le Rappresentative di Istituto, maschile e femminile, sono composte da 5 alunni/e.

##### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente..

##### **Impianti ed attrezzature**

La pista è un anello di ghiaccio di m. 111,12, composto da 2 curve e 2 rettilinei. Ogni curva sarà delimitata da 7 picchetti.

Le gare in genere dovranno svolgersi su piste artificiali e con tracciati regolamentari.

Soluzioni di ripiego possono essere adottate nelle manifestazioni comunali e provinciali, tenuto conto dello spirito promozionale e delle finalità dei Giochi Sportivi Studenteschi.

E' libera la scelta dei pattini in linea da usare fino alle Manifestazioni Regionali. Alla Manifestazione Nazionale è obbligatorio l'uso del pattino lungo.

##### **Punteggi e classifiche**

Le gare saranno disputate in gruppi da 2 a 5 concorrenti.

In base alla classifica finale individuale vengono riconosciuti in ogni gara i seguenti punteggi: 1 punto al 1°, 2 punti al 2°, 3 al 3°, 4 al 4°, 5 al 5° e così via.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi delle classifiche individuali di ogni alunno (si considerano i quattro migliori punteggi dei componenti dello stesso istituto).

Accedono alle fasi successive le Rappresentative di istituto prime classificate più i vincitori della classifica individuale se non già facenti parte delle squadre ammesse, secondo quanto previsto dalla competente Commissione Organizzatrice.

##### **Casi di parità**

Ai fini della qualificazione alla fase successiva, in caso di parità fra 2 o più Rappresentative,prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### PESCA SPORTIVA

#### Lanci Tecnici e Circuiti

##### Programma tecnico

Lancio Tecnico di Precisione  
Biathlon Indoor e Outdoor: Lancio Tecnico di Precisione e Corsa  
Biathlon del Pescatore : Cross-Country Outdoor  
Long Casting

##### Rappresentativa d'istituto

Le rappresentative d'istituto sono di libera composizione.

##### Impianti

Il campo di gara a seconda se specialità Indoor o Outdoor prevede delle pedane di lancio di diversa lunghezza e larghezza.

**Lancio Tecnico di Precisione:** sono previste tre pedane di 25 m. di lunghezza e di 4 m. di larghezza con una zona di lancio di 2 m. x 4 m. ; nelle tre pedane andranno effettuati il Lancio 1 “sottomano”, il Lancio 2 “divaricato” ed il Lancio 3 “media distanza”.

**Biathlon Indoor e Outdoor - Lancio Tecnico di Precisione e Corsa :** è un circuito da eseguirsi senza soluzione di continuità alternando una serie di lanci a dei tratti di corsa; le tre pedane di cui sopra sono intervallate da un breve circuito per la corsa (25 m.); in ogni pedana va effettuato una tecnica di Lancio diversa (1-2-3) ; queste le distanze dei bersagli : pedana lancio 1 (8-10-13 m.), pedana lancio 2 ( 9-11-14), pedana lancio 3 (19-21-23), nella versione Outdoor le dimensioni delle pedane di lancio sono ridotte a 15 m. ed i bersagli posti a 6 metri.

**Biathlon del Pescatore - Cross-Country Outdoor :** sono utilizzati le pedane di lancio ed i bersagli come nella prova Outdoor ma su percorsi naturali con tratti di corsa molto più lunghi e con giri di penalità in caso di bersaglio fallito; si cercheranno di valorizzare campi di gara tipici della pesca marina, fluviale o lacustre.

**Long Casting :** nel caso dei Lanci sulla lunga distanza verranno utilizzati dei campi gara outdoor con pedane di lancio di 80 m. di lunghezza e 4 m. di larghezza; i piombi da utilizzarsi verranno decisi dalla Commissione a seconda dell'età degli alunni se del 1° o 2° grado.

##### Attrezzature Standard

Canna da lancio lunghezza massima di cm. 180; filo diametro di 0, 18, mulinello, piombo finale gr. 8

##### Regole di base

Tutti i concorrenti devono effettuare i lanci dalla pedana rispettando i limiti della zona di lancio, pena la nullità del lancio.

Ogni concorrente effettuerà una serie di lanci a seconda della specialità.

Il bersaglio per il Lancio Tecnico di precisione è composto da materiale cartaceo idoneo a dimostrare il punto dove viene colpito, è di forma quadrata riportante tre cerchi concentrici con i colori della bandiera italiana ed un centro di colore azzurro.

##### Punteggi e classifiche

Zona esterna al bersaglio ma dentro ai limiti della pedana di lancio	punti 10
Zona Bianca esterna al cerchio rosso	punti 25
Cerchio rosso	punti 50
Cerchio bianco	punti 100
Cerchio verde	punti 200
Cerchio azzurro	punti 500

Qualora fosse colpita la linea di demarcazione tra due cerchi il punteggio sarà uguale alla somma del valore dei due cerchi diviso 2. I punteggi acquisiti saranno annotati su apposite schede.

Sono previste classifiche sia individuali che per squadre d'istituto fino alle fasi regionali.

##### Casi di parità

In caso di parità tra duo o più rappresentative prevarrà quella più giovane.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione

### PUGILATO EDUCATIVO SCOLASTICO



#### **Regolamento:**

- 1- Ogni Istituto scolastico potrà iscrivere un numero illimitato di atleti;
- 2- Gli atleti iscritti saranno elencati in ordine crescente di peso, quindi suddivisi in quattro gruppi ( categorie di peso );
- 3- Le formule di svolgimento dei tornei dovranno evitare l'eliminazione diretta e garantire ad ogni atleta più incontri;
- 4- La competizione si svolgerà sulle tre riprese della durata di 1' di cui la prima individuale di "vuoto" le altre due di confronto a coppie;
- 5- La ripresa di vuoto sarà oggetto di valutazione e consentirà di stabilire gli incontri tra atleti di livelli equivalenti;
- 6- Gli atleti dovranno indossare un casco con griglia protettiva e guanti da 16 once;
- 7- E' severamente vietato il contatto che sarà sanzionato con un richiamo ufficiale la prima volta e con la squalifica la seconda.

#### **Impianti ed attrezzature**

Le gare vengono svolte in impianti scolastici o spazi attrezzati approvati dalla Federazione.

***Si ricorda che, come da delibera Comitato Misto M.P.I. - C.O.N.I. (C.M. N° 63 del 19.02.98, Prot. N°: 525/AI) non è consentita la realizzazione di gesti tecnici che prevedano contatti fisici diretti tra allievi.***

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## RUGBY

### Categorie

- *Classi prime e seconde (nati nel 1995/1996) fino alla fase nazionale.*

*Regolamento Seven + modifiche.*

- *Classi terze, quarte e quinte (fino alla fase provinciale inclusa nati nel 1992/1993/1994).*

*Regolamento Seven + modifiche*

### Disposizioni tecniche per tutte e due le categorie Regolamento Rugby a 7.

#### Composizione delle squadre

Ogni squadra, maschile e femminile, è composta da un massimo di 12 giocatori di cui 7 in campo.

Non sono ammesse squadre con meno di 10 giocatori/trici.

Tutti i giocatori devono essere utilizzati nel torneo.

#### Tempi di gioco

Gli incontri si disputano in 2 tempi di 20' ciascuno con intervallo di 5'.

Nei tornei a concentramento o con più squadre il tempo di gioco di ogni squadra, nella giornata, non deve superare i 60 minuti.

#### Impianti ed attrezzature

Il campo misura di norma m. 40/50 di larghezza e almeno m. 56 di lunghezza. Il fondo deve essere possibilmente erboso e comunque non duro e pericoloso.

Si utilizza la palla ovale n° 5.

#### Abbigliamento

Scarpe da ginnastica e/o scarpe da gioco munite di tacchetti di gomma o plastica senza anima metallica.

#### Disposizioni tecniche

Ogni meta vale 5 punti. Alla fine dell'incontro verranno realizzati, mediante calcio di rimbalzo (drop), tanti tentativi di porta quante sono le mete realizzate da ciascuna squadra. Per ogni tiro trasformato 2 punti.

Il pallone può essere giocato con i piedi solamente dentro i "22", segnati a m.10 circa dalla linea di meta. La conquista del pallone può avvenire solo attraverso il tallonaggio. E' vietata la spinta.

Alla rimessa laterale nell'allineamento partecipano 2 giocatori per squadra e non si può alzare il saltatore.

Sono previste tutte le riprese del gioco e le sostituzioni "volanti".

La mischia è composta da 3 giocatori.

Dopo la segnatura di una meta il calcio di rinvio viene effettuato dalla squadra che l'ha realizzata.

#### Casi di parità

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata dai seguenti criteri:

- 1) risultati conseguiti negli incontri diretti;
- 2) differenza punti realizzati e punti subiti;
- 3) differenza mete;
- 4) media dell'età dei componenti la squadra, passa quella più giovane;
- 5) sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma tecnico**

Torneo per squadre.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto, maschile o mista e femminile, è formata ciascuna da 6 alunni/e, di cui 4 giocano in contemporanea.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente, che fisserà i termini di partecipazione in relazione al regolamento FSI vigente per i Giochi Sportivi Studenteschi.

#### **Impianti e attrezzature**

Le scelte delle sedi di gioco saranno definite dalla competente Commissione in collaborazione con il responsabile FSI (Federazione Scacchistica Italiana). Due squadre di 4 giocatori ciascuna si affronteranno davanti a 4 scacchiere, che saranno disposte secondo quanto previsto dal regolamento GSS FSI. Si utilizzerà un orologio per ogni scacchiera per definire la durata massima di ogni incontro.

#### **Norme tecniche**

Per la fase d'Istituto si consente la libera scelta organizzativa del torneo, nel rispetto del regolamento GSS FSI.

Per le fasi successive, in relazione al numero delle rappresentative scolastiche qualificate, può essere prevista una manifestazione con due tornei separati, uno *maschile/misto* ed uno femminile, oppure un unico torneo con classifiche finali separate. La normativa da attuare è definita in dettaglio nel regolamento FSI vigente per i Giochi Sportivi Studenteschi.

#### **Punteggi e classifiche**

*Le classifiche, femminile e maschile/mista, saranno compilate in base alla normativa fissata nel regolamento FSI vigente per i Giochi Sportivi Studenteschi.*

#### **Casi di parità**

Come previsto nel regolamento FSI vigente per i Giochi Sportivi Studenteschi.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## SCHERMA

### **Programma tecnico**

Staffetta in parallelo a 2-3-4 corsie.  
Prova di scherma a staffetta.

### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto, di libera composizione, è composta da 4 atleti/e.

### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

### **Impianti ed attrezzature**

Scherma: il campo gare è costituito dalle pedane di cm. 80/100 di larghezza e di m. 12/14 di lunghezza. E' prevista una zona di rispetto di almeno m. 2 per lato.

L'attrezzatura specifica di gara è costituita da fioretto e maschera di plastica. Si consiglia tuta con maniche lunghe, scarpe da ginnastica e guanto leggero per la mano che impugna l'arma.

Ove possibile verranno utilizzati fioretti con sistema di segnalazione delle stoccate.

Percorso: composto da 9 stazioni con zona di partenza-cambio. Va eseguito in forma di staffetta in parallelo a 2-3-4 corsie. Il percorso sarà sorteggiato sul luogo di gara tra quelli contenuti nella comunicazione dell'organizzazione della gara o del circuito di gare.

### **Regole di base**

Percorso: Ogni componente della squadra dovrà compiere il percorso in successione, dandosi il cambio l'un l'altro nell'apposita area. Verrà rilevato il tempo totale di tutti i componenti della squadra.

Scherma: La prova consiste in un assalto a staffetta. La prima frazione termina quando uno degli schermatori arriva a 4 stoccate; la seconda a 8; la terza a 12, e così via fino a far gareggiare tutti i componenti della squadra.

### **Punteggi e classifiche**

Per ogni percorso effettuato verrà assegnato un punteggio a decrescere dalla prima all'ultima squadra (es. 4 squadre in parallelo: 4 punti alla prima, 3 alla seconda, 2 alla terza, 1 alla quarta).

Nella scherma verranno assegnati 3 punti per ogni assalto vinto ed un punto per ogni assalto perso.

La classifica generale è data dalla somma delle 2 prove.

### **Casi di parità**

In caso di parità fra due Rappresentative prevarrà quella in cui gli allievi/e risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### SPORT INVERNALI

#### SCI ALPINO

##### **Programma tecnico**

Gara di slalom gigante maschile e femminile.

##### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e il numero degli studenti che ogni singola istituzione scolastica può iscrivere alle singole gare in programma viene stabilita dalla Commissione competente.

##### **Rappresentativa d'istituto**

La Rappresentativa d'Istituto, maschile e femminile, è composta da 3 alunni/e.

##### **Impianti e attrezzature**

Sono utilizzati impianti ed attrezzature regolarmente omologati secondo le norme tecniche federali per le specifiche categorie. Per la gara di gigante è previsto un dislivello di **mt.250/350, il numero delle porte (cambi di direzione) deve essere compreso fra il 11% e il 15% del dislivello del percorso**. Si ricorda l'obbligatorietà dell'uso del **casco (omologato da certificazione europea EN1077 rilasciato da Ente autorizzato)**, mentre è consigliato l'uso del paraschiena.

##### **Punteggi e classifiche**

Al termine di ogni gara verrà redatta una classifica individuale.

Ai partecipanti di squadra vengono riconosciuti i seguenti punteggi secondo l'ordine d'arrivo: 1 punto al 1°, 2 punti al 2°, 3 al 3°, 4 al 4°, 5 al 5° e così via fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra più uno.

La classifica di squadra si ottiene sommando i migliori tre piazzamenti dei componenti la Rappresentativa d'Istituto.

La squadra vincitrice risulterà quella che avrà totalizzato il punteggio più basso.

##### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

#### SCI NORDICO

##### **Programma tecnico**

Gara di fondo maschile e femminile – tecnica libera.

##### **Partecipazioni**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e il numero degli studenti che ogni singola istituzione scolastica può iscrivere alle singole gare in programma viene stabilita dalla Commissione competente.

##### **Rappresentativa d'istituto**

La Rappresentativa d'Istituto, maschile e femminile, è composta da 3 alunni/e.

##### **Impianti e attrezzature**

Sono utilizzati impianti ed attrezzature regolarmente omologati secondo le norme tecniche federali.

- Per la gara **individuale** di fondo maschile la lunghezza del percorso è di Km. 7,5 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 150/250 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.60**.
- Per la gara **individuale** di fondo femminile la **lunghezza** del percorso è di Km. 5 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 100/150 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.40**.
- Per la gara di staffetta maschile (3 concorrenti) la lunghezza del percorso è di Km. 7,5 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 150/250 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.60**.
- Per la gara di staffetta femminile (3 concorrenti) la lunghezza del percorso è di Km. 5 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 100/150 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.40**.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### **Punteggi e classifiche**

Al termine di ogni gara verrà redatta una classifica individuale.

Ai partecipanti di squadra vengono riconosciuti i seguenti punteggi secondo l'ordine d'arrivo: 1 punto al 1°, 2 punti al 2°, 3 al 3°, 4 al 4°, 5 al 5° e così via fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra più uno.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi delle classifiche individuali delle tre migliori prestazioni ottenute dai componenti la Rappresentativa d'Istituto.

La squadra vincitrice risulterà quella che avrà totalizzato il punteggio più basso.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## SNOWBOARD

#### **Programma tecnico**

Gara di slalom gigante maschile

Gara di slalom gigante femminile.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Rappresentativa d'istituto**

La Rappresentativa d'Istituto maschile è composta da **2 alunni**.

La Rappresentativa d'Istituto femminile è composta da **2 alunne**.

#### **Impianti e attrezzature**

Sono utilizzati impianti ed attrezzature regolarmente omologati secondo le norme tecniche federali per le specifiche categorie. **Si ricorda l'obbligatorietà dell'uso del casco (omologato da certificazione europea EN1077 rilasciato da Ente autorizzato), e del paraschiena.**

#### **Punteggi e classifiche**

Al termine di ogni gara verrà redatta una classifica maschile ed una femminile.

Ai partecipanti vengono riconosciuti i seguenti punteggi secondo l'ordine d'arrivo: 1 punto al 1°, 2 punti al 2°, 3 al 3°, 4 al 4°, 5 al 5° e così via fino all'ultimo regolarmente arrivato. Ai ritirati, agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra più uno.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi ottenute dai componenti la Rappresentativa d'Istituto.

La squadra vincitrice risulterà quella che avrà totalizzato il punteggio più basso.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.



## SPORT INVERNALI ALUNNI CON DISABILITÀ

### - PROGRAMMA GARE FASI INIZIALI (PROVINCIALE E REGIONALE) -

#### **Sci Alpino – Slalom Gigante**

Per tutte le categorie di disabilità

#### **Sci Nordico –**

Per tutte le categorie di disabilità.

Le distanze saranno definite in base al grado di preparazione dell'alunno e alle esigenze del Comitato Organizzatore Locale

**Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**  
**Secondo ciclo di Istruzione**

-  
-  
-

- **PROGRAMMA GARE FINALE NAZIONALE** -

**Sci Alpino – Slalom Gigante**

Per tutte le categorie di disabilità.

**Sci Nordico**

Per tutte le categorie di disabilità

<b>Maschile</b>	<b>Femminile</b>
da 1000 a 4000 Mt	da 800 a 3600 Mt

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### Ammissione

- 1) Ai **Giochi Sportivi Studenteschi, Individuali ed a Squadre**, sono ammessi a partecipare gli alunni che frequentano le scuole medie superiori nati nel 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997.
- 2) Tutti i partecipanti ai Giochi Sportivi Studenteschi, Individuali ed a Squadre, dovranno essere in possesso del certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica così come previsto dal D.M. 18.02.1982. Nella compilazione del modello ministeriale di iscrizione, il Dirigente scolastico dovrà attestare la regolare iscrizione, l'effettiva frequenza e l'idoneità all'attività sportiva agonistica.
- 3) Tutti i partecipanti ai Giochi Sportivi Studenteschi, Individuali ed a Squadre, dovranno essere muniti di documento di identità e di fotocopia della tessera sanitaria.
- 4) Sia per il Torneo Individuale, sia per quello a Squadre gli alunni saranno suddivisi in quattro categorie:
- 5) ALLIEVE FEMMINILI - nate nel 1995, 1996, 1997
- 6) ALLIEVI MASCHILI - nati nel 1995, 1996, 1997
- 7) JUNIORES FEMMINILI - nate nel 1992, 1993, 1994
- 8) JUNIORES MASCHILI - nati nel 1992, 1993, 1994

#### Formula di svolgimento

- 9) I Giochi Sportivi Studenteschi, Individuali ed a Squadre, femminili e maschili, saranno articolati in tre fasi:
- 10) **PROVINCIALE** – sarà organizzata, su iniziativa dei responsabili territoriali provinciali, entro il 15 Aprile di ogni anno. Previa certificazione da parte delle C.O.R. dell'avvenuto svolgimento, le prime due giocatrici, i primi due giocatori e le prime due squadre classificate di ogni Fase Provinciale, saranno ammesse alla Fase Regionale.
- 11) **REGIONALE** – sarà organizzata, su iniziativa dei responsabili territoriali regionali, entro il 14 Maggio di ogni anno. Previa certificazione da parte delle C.O.R. dell'avvenuto svolgimento, i vincitori del torneo individuale e di quello a squadre di ogni Fase Regionale, saranno ammessi alla Fase Nazionale.
- 12) **NAZIONALE** – sarà disputata in un unico fine settimana (sabato e Domenica), compreso nella seconda quindicina di Maggio di ogni anno.
  - a) **TORNEO A SQUADRE** - Previa certificazione da parte delle C.O.R. dell'avvenuto svolgimento delle fasi regionali, sono ammesse a partecipare le squadre vincitrici delle finali regionali dei Giochi Sportivi Studenteschi. Ciascuna squadra sarà composta di tre alunni (tre femmine o tre maschi) più eventuali due riserve.
  - b) **TORNEO INDIVIDUALE** - Previa certificazione da parte delle C.O.R. dell'avvenuto svolgimento delle fasi regionali, sono ammessi a partecipare i vincitori delle finali regionali individuali dei Giochi Sportivi Studenteschi.

#### Iscrizioni Finale Nazionale

- 13) Le iscrizioni alla Finale Nazionale dovranno essere inviate, entro il **18 Maggio 2011**, utilizzando gli appositi moduli ministeriali, sia al Referente organizzativo M.I.U.R. di II° grado che al Referente Organizzativo della F.I.G.S.

#### Regolamento di gioco

- 14) **Tornei Individuali** – Saranno disputati incontri di singolare, femminile e maschile. Essi si svolgeranno al meglio dei 3 games, ad eliminazione diretta. I tabelloni degli incontri ed i relativi orari di gioco saranno compilati mediante sorteggio.
- 15) **Tornei a Squadre** - Ogni squadra dovrà essere composta da tre atleti (tre femmine o tre maschi), più eventuali due riserve, iscritti allo stesso Istituto. Gli incontri si svolgeranno al meglio dei 3 games con l'attribuzione del punteggio secondo quanto previsto nei Campionati Italiani a Squadre della Figs. I tabelloni degli incontri ed i relativi orari di gioco saranno compilati mediante sorteggio.
- 16) Ai fini della sicurezza e della salute dei giovani agonisti l'uso degli occhiali o della maschera di protezione, è obbligatorio per tutti i partecipanti.
- 17) Per quanto non previsto si rimanda ai Regolamenti della Federazione Italiana Giuoco Squash.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011**

### **Secondo ciclo di Istruzione**

**Arbitri**

- 18) GLI INCONTRI SONO ARBITRATI SECONDO LE REGOLE INTERNAZIONALI DELLA WSF.
- 19) TUTTI I GIOCATORI ISCRITTI SONO TENUTI AD ARBITRARE INCONTRI.

**Premiazioni**

- 20) LA CERIMONIA DI PREMIAZIONE SI SVOLGERÀ A CONCLUSIONE DELLA MANIFESTAZIONE.
- 21) I PREMI POTRANNO ESSERE RITIRATI SOLAMENTE DURANTE LA CERIMONIA DI PREMIAZIONE.

**Reclami**

- 22) Tutti i reclami inerenti l'organizzazione e lo svolgimento dei Giochi Sportivi Studenteschi dovranno essere sottoposti, per iscritto, al Giudice di Gara, che si pronuncerà immediatamente. Contro le decisioni del Giudice di Gara è ammesso ricorso alla Commissione Tecnica Federale, che si pronuncerà immediatamente.

**Norme conclusive**

- 23) TUTTI I GIOCATORI, DURANTE TUTTE LE FASI DI UN TORNEO (INCONTRI E RISCALDAMENTO IN CAMPO), HANNO L'OBBLIGO DI UTILIZZARE GLI OCCHIALI PROTETTIVI.
- 24) E' OBBLIGATORIO L'USO DELLA SCARPA CON SUOLA CHIARA.
- 25) PER QUANTO NON CONTEMPLATO NEL PRESENTE BANDO SI RIMANDA ALLE NORMATIVE FEDERALI IN VIGORE.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### TENNIS

#### Programma Tecnico

La manifestazione si esplica attraverso un campionato a squadre in rappresentanza dell'Istituzione Scolastica: per il Campionato a Squadre le gare previste sono 2 incontri di singolare e il doppio.

La manifestazione si esplica inoltre attraverso Tornei individuali suddivisi per categorie (M/F- All./Jr.) per l'assegnazione dei Titoli individuali.

#### Rappresentativa d'Istituto a Squadre

La rappresentativa di istituto a squadre - maschile o femminile - è così composta:

##### Rappresentativa maschile

1 maschio 1° singolarista  
1 maschio 2° singolarista  
1 maschio doppista

##### Rappresentativa femminile

1 femmina 1° singolarista  
1 femmina 2° singolarista  
1 femmina doppista

Le categorie previste sono **allievi/e** e **juniores m/f**

**E' PREVISTA INOLTRE LA PARTECIPAZIONE A TITOLO INDIVIDUALE** con tabelloni differenziati per le categorie suindicate.

#### Norme di partecipazione

Il numero di squadre e di individualisti ammessi a partecipare alla fase successiva, è stabilito dalla Commissione competente.

#### Impianti e Attrezzature

Per il Campionato a squadre e per i tornei individuali i campi di gara sono regolamentari e misureranno m 23,77 x m 8,23 per il singolare e m 23,77 x 10,97 per il doppio. La racchetta da tennis è regolamentare. Le palle sono del tipo NORMALE. L'altezza della rete è regolamentare.

#### Regole di base

Valgono le regole del tennis. Per quanto non previsto si rimanda ai Regolamenti F.I.T.

#### Punteggi e classifiche

**Per il Campionato a squadre e per i Tornei** si disputeranno 2 set al meglio dei 4 games con tie break sul 4 pari; "no-advantage"; sul punteggio di un set pari, si disputerà un tie break (7 punti).

Per il campionato a squadre, vince l'incontro la rappresentativa che si aggiudica 2 gare sulle 3 previste (stante l'obbligo di disputare il doppio).

NELL'AMBITO DELLE MANIFESTAZIONI DEI G.S.S. LADDOVE SARANNO RISPETTATE LE NORME F.I.T. (TESSERA AGONISTICA, GIUDICE ARBITRO FIT, COMUNICAZIONE UFFICIALE DEI RISULTATI AL COM. REG. FIT COMPETENTE, ETC.) SARANNO ATTRIBUITI I PUNTEGGI VALIDI PER LE CLASSIFICHE FEDERALI NELLA MISURA DEL 60%, COME PREVISTO PER I TORNEI GIOVANILI RODEO.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

## TENNISTAVOLO



### Programma Tecnico e Formula di Competizione

Sono previste competizioni a squadre per rappresentative del settore maschile e del settore femminile.

Ogni incontro della competizione a squadre si articola su tre match (Formula Davis ridotta), due di singolare ed uno di doppio sia per le prove del settore maschile e del settore femminile.

Gli incontri vengono disputati secondo il seguente ordine: primo match di singolare, secondo match di singolare, successivo match di doppio.

SQUADRA 1	SQUADRA 2
Atleta X	Atleta A
Atleta Y	Atleta B
Doppio Atleti X-Y	Doppio Atleti A-B

L'incontro si concluderà al termine dei tre matches previsti.

Si aggiudica il confronto la rappresentativa che si affermi in almeno 2 dei 3 incontri previsti (stante l'obbligo di disputare tutti e 3 gli incontri).

Una squadra dovrà schierare durante l'incontro due atleti nei match di singolare ed in quello di doppio.

Le competizioni si svolgeranno con il sistema misto, fase iniziale con gironi all'italiana (formati da più squadre rappresentative) con incontri di sola andata, e fase finale con tabellone ad eliminazione diretta.

A conclusione della fase iniziale a gironi all'italiana, le prime due rappresentative d'istituto di ciascun girone passano al tabellone ad eliminazione diretta.

Vince la manifestazione la rappresentativa che giunge prima nel tabellone ad eliminazione diretta.

In caso di particolare necessità, l'Ente organizzatore potrà disporre altra formula di svolgimento della prova.

### Rappresentativa di Istituto

E' costituita da un massimo di due atleti.

In occasione della manifestazione territoriale a livello provinciale, ogni Istituzione Scolastica potrà presentare fino a 4 rappresentative.

### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

### Impianti e attrezzature

La gare si svolgeranno su tavoli regolamentari. Le racchette e le palline sono quelle regolamentari.

In occasione delle fasi territoriali, fino a quella provinciale, è ammessa una tolleranza all'utilizzo di materiale omologato ITTF.

### Regole di base

Ogni incontro si svolge al meglio dei 5 set. L'incontro si conclude quando un atleta vince 3 set su 5. I set vengono giocati al meglio degli 11 punti; in caso di parità 10-10, la partita si conclude quando uno dei due contendenti conquista due punti di vantaggio (12-10, 13-11, 14-12, 15-13 ecc...). Solo nei gironi, ove indispensabile per motivi organizzativi, i singoli incontri potranno essere disputati al meglio dei 3 set.

Le competizioni si svolgono rispettando il Regolamento Tecnico di Gioco approvato dalla Federazione Italiana Tennistavolo.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### TIRO A SEGNO

#### **Programma tecnico**

Illustrazione delle discipline olimpiche attraverso la visione di filmati.

Descrizione dell'attrezzo sportivo e della cartuccia da tiro.

Descrizione del bersaglio.

Educazione alla sicurezza nell'utilizzo dell'attrezzo sportivo.

Visita all'impianto da tiro.

Dimostrazione pratica, da parte di atleti qualificati, delle specialità "carabina e "pistola".

Sono consentite esercitazioni di tiro solo ed esclusivamente al simulatore elettronico.

#### **Partecipazione**

Il numero dei componenti le rappresentative scolastiche interessate sarà definito dall'insegnante in accordo con il responsabile federale sul territorio, al fine di valorizzare il significato dell'esperienza e della conoscenza sportiva.

**Si rammenta che a seguito delle deliberazioni del Comitato Misto M.P.I. - C.O.N.I. (del 19.02.98, Prot. n° 525/Al), non è consentita agli alunni alcuna prova pratica con le armi.**

**Il programma tecnico dovrà essere illustrato solo nelle parti teoriche.**

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## TIRO A VOLO

### Programma Tecnico

Illustrazione delle specialità olimpiche attraverso la visione di filmati  
Descrizione dell'attrezzo sportivo e della cartuccia da tiro  
Descrizione del bersaglio e della sua composizione: piattello  
Educazione alla sicurezza nell'utilizzo dell'attrezzo sportivo  
Visita all'impianto da tiro (macchine lanciapiattelli, armeria)  
Dimostrazione pratica, da parte di atleti qualificati, delle specialità olimpiche:  
Fossa Olimpica, Skeet e Double Trap.

### Partecipazione

Il numero dei componenti le rappresentative scolastiche, sarà definito dall'insegnante, in accordo con il responsabile federale sul territorio, al fine di valorizzare il significato dell'esperienza e della conoscenza sportiva.

**Si rammenta che a seguito delle deliberazioni del Comitato Misto M.P.I. - C.O.N.I. del 19.02.98, Prot. n°. 525/AI, non è consentita agli alunni alcuna prova pratica con le armi. Il programma tecnico dovrà essere illustrato solo nelle parti teoriche.**

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### TIRO CON L'ARCO

**Programma tecnico**

Gara di tiro a bersagli di cm. 80 di diametro posti ad una distanza di m. 20 (M e F).  
12 serie di tiri (tre frecce per serie) con per un totale di 36 frecce per ogni concorrente.

**Rappresentativa di istituto**

La Rappresentativa di istituto, maschile e femminile, è composta da 3 alunni/e.

**Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche e degli studenti alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

**Impianti ed attrezzature**

Le gare vengono svolte in impianti all'aperto o al coperto secondo le norme previste dal RTF.  
Vengono utilizzati gli archi-scuola con mirino ma senza accessori (stabilizzatori - clicker); i bersagli sono del tipo indoor.

**Punteggi e classifiche**

Verrà redatta una classifica individuale per ogni categoria. A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo regolarmente arrivato; ai ritirati si assegnano tanti punti quanti sono i concorrenti di squadra più uno.

Parteciperanno alle fasi successive le Rappresentative di istituto prime classificate nella fase più i vincitori delle gare maschili e femminili se non facenti parte della squadra, secondo quanto previsto dalla competente Commissione Organizzatrice.

**Casi di parità**

Ai fini della qualificazione alla fase successiva, in caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma Tecnico**

1. Triathlon (50 m Nuoto, 2 km ciclismo, 500m corsa a piedi)
2. Duathlon (400 m corsa a piedi, 2 km ciclismo, 200 m corsa a piedi)
3. Aquathlon ( 50 m nuoto + 1000 m di corsa)

#### **Rappresentativa di Istituto**

La rappresentativa di istituto è composta dai primi 3 M della classifica individuale. Analogo criterio per le F.

#### **Partecipazione**

Gli istituti possono liberamente scegliere 1, 2 o tutte e 3 le prove a cui aderire.

La partecipazione delle rappresentative scolastiche alle fasi seguenti a quella d'istituto viene stabilita dalla C.O.P.

#### **Impianti ed attrezzature**

Dove prevista si può usare qualsiasi tipo di bicicletta. E' fatto obbligatorio l'uso del casco.

##### Prova di Triathlon.

La piscina può essere di 25 m. o di 50 m. La zona di transizione deve essere ben delimitata e riservata solo ai partecipanti. Il percorso di ciclismo e di corsa può essere allestito su qualsiasi tipo di terreno (asfalto, terra, pista di atletica, erba). La prova viene svolta tutta di seguito.

##### Prova di Duathlon.

Stesse indicazioni del triathlon, mancando, però, la fase in piscina.

##### Aquathlon con partenza ad Handicap.

Si effettua per prima la prova di nuoto registrando il tempo impiegato da ogni concorrente.

Alla prova di corsa parte per primo il miglior tempo del nuoto, a seguire con il distacco accumulato (nella 1° prova) gli altri concorrenti. Vince chi arriva primo al traguardo della corsa.

#### **Punteggi e Classifiche.**

Sono previste classifiche distinte (maschile e femminile).

A tutti i partecipanti viene attribuito il punteggio corrispondente alla classifica finale, come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo classificato. Ai ritirati viene dato il punteggio dell'ultimo più un punto.

La classifica per rappresentative scolastiche maschili si ottiene sommando i punteggi dei primi 3 M. Altrettanto viene fatto per la classifica femminile. Vince la squadra con meno punti.

Alla fase successiva partecipano la prima squadra M e F.

#### **Casi di parità**

Ai fini della qualificazione alle fasi successive, in caso di parità fra 2 o più rappresentative, prevale quella che ottiene il migliore risultato:

1. classifica individuale

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



## TWIRLING

#### Programma Tecnico II grado

- Un percorso ginnastico a tempo realizzato sotto forma di staffetta (esecuzione individuale) per squadre composte da 4 alunni/e (anche misti).
- Esercizio collettivo a corpo libero ideato con l'utilizzo del bastone da twirling, di libera composizione da eseguire con accompagnamento musicale (orchestrato e/o cantato) da 4 componenti di ciascuna rappresentativa. Nell'esercizio devono essere inseriti movimenti di bastone e di corpo, coordinati tra loro secondo un logico sviluppo coreografico delle forme.

Nella fase d'istituto viene richiesto solo il percorso ginnastico; alla fase provinciale e successive le squadre ammesse dovranno eseguire, oltre al percorso ginnastico, l'esercizio a squadra.

#### Rappresentativa d'istituto

La rappresentativa d'istituto è composta da squadre formate da 4 alunni/e (anche misti).

#### Partecipazione

La partecipazione delle Rappresentative Scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto è stabilita dalla competente Commissione Organizzatrice.

#### Impianti ed attrezzature

Il campo di gara deve essere situato in un impianto sportivo all'interno; misura m 18 di lunghezza e m. 12 di larghezza.

Per l'esercizio collettivo a corpo libero il centro del campo di gara dovrà coincidere con quello del basket ove esistente.

Ogni impianto di gara deve avere un impianto d'amplificazione completo di diffusore acustici, con lettore audiocassette, lettore CD e cronometro. Inoltre, sono necessari gli attrezzi per il percorso ginnastico.

Per l'esercizio collettivo:

- Ogni squadra dovrà presentarsi alle gare con l'attrezzo previsto dalla Federazione Italiana Twirling (bastone di metallo con due pomelli di gomma di dimensioni diverse alle estremità).

Il pubblico deve essere collocato a distanza di sicurezza dal campo di gara.

#### Regole di base

- Il percorso ginnastico con piccoli e grandi attrezzi è basato sullo sviluppo delle capacità motorie e attività di gioco-sport e si svolge su un tracciato triangolare. Prevede una staffetta per squadre (esecuzione individuale) di 4 ginnasti/e. Ogni allievo parte dall'angolo A percorrendo il lato AC ed esegue le prove richieste lungo il percorso sino a toccare il compagno successivo.

Il tempo complessivo impiegato dalla squadra è dato dalla somma dei quattro tempi parziali. Al tempo complessivo di esecuzione verranno aggiunte eventuali penalità ottenendo così tempo totale definitivo. Tale tempo verrà poi trasformato in punti.

Sono previste penalizzazioni per la realizzazione scorretta dei movimenti ginnastici e tecnici indicati. Se il movimento è omesso (ovvero non presentato o sostituito) il punteggio è 0, il movimento abbozzato non è considerato omissione.

- L'esercizio collettivo a corpo libero dovrà presentare varietà di movimenti di corpo e di bastone eseguiti con precisione e sincronismo. Sono richiesti almeno 3 scambi di attrezzo tra i componenti la squadra. Gli scambi possono essere eseguiti simultaneamente, a coppie, in successione, ... secondo la creatività del costruttore. L'esercizio dovrà essere da un minimo di 1'30" ad un massimo di 2'00. E' prevista una tolleranza di 10 secondi in più o in meno per l'eventuale differenza di velocità fra i riproduttori musicali.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione

#### **Punteggi e classifiche**

Per la fase Provinciale e successive la classifica sarà determinata dalla somma dei punteggi delle due prove (percorso ginnastico punti 20 ed esercizio collettivo punti 80).

Alla fase Provinciale verranno redatte due classifiche:

- una per il percorso ginnastico a staffetta;
- una che sommerà il punteggio del percorso ginnastico e dell'esercizio a corpo libero; quest'ultima classifica determinerà il passaggio all'eventuale fase regionale.

Nella fase provinciale e successive l'esercizio collettivo viene valutato da una giuria composta da quattro componenti. Il Presidente di Giuria controlla i totali dei punteggi dati da ogni Giudice; vengono eliminati il punteggio totale più alto e il più basso; dei restanti totali si fa la media, si detraggono eventuali penalità e si ottiene il punteggio totale definitivo.

Per esprimere il suo punteggio il giudice oltre a considerare la tecnica di corpo e di bastone, la varietà dei movimenti, l'utilizzo del tempo e dello spazio, la continuità e lo sviluppo delle forme, l'interpretazione musicale, il valore d'intrattenimento, considererà anche gli scambi, le difficoltà create dal lavoro di squadra, la precisione e l'insieme.

#### **Casi di parità**

In caso di parità in classifica fra le rappresentative prevarrà quella in cui l'età media degli alunni risulterà più giovane.

#### **Abbigliamento**

Gli atleti possono indossare una tenuta sportiva libera tenendo presente che si tratta di un avvenimento sportivo. Devono essere indossate scarpe sportive.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011

### Secondo ciclo di Istruzione



#### **Programma tecnico**

Sono previste regate veliche con barche collettive da 3 o 4 membri di equipaggio, anche misto (maschi e femmine); la Federazione Italiana Vela comunicherà, contestualmente all'intenzione di svolgere la fase nazionale, da quanti membri dovrà essere composto l'equipaggio.

Oltre ad organizzare la selezione per la fase nazionale ogni Commissione Organizzatrice Regionale potrà attivare, fino alla fase regionale inclusa ed in collaborazione con i locali comitati della Federazione Italiana Vela:

- regate veliche individuali con imbarcazioni di una classe riconosciuta dalla FIV; categoria maschile e categoria femminile;
- regate veliche a coppie anche miste con imbarcazioni di una classe riconosciuta dalla FIV.

In tal caso non vi dovrà essere sovrapposizione di date, al fine di consentire anche ai partecipanti a queste regate la partecipazione alla selezione con la barca collettiva.

#### **Rappresentativa di istituto**

Le rappresentative di Istituto dovranno essere composte, conformemente all'equipaggio previsto per la fase nazionale, da tre o quattro alunni/e.

Per la fase regionale, nel caso si utilizzi una barca da 3 e la finale nazionale sia prevista con 4 membri d'equipaggio, occorrerà comunque che l'equipaggio sia composto da 4 membri uno dei quali iscritto come riserva

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi successive a quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente che fisserà i termini di partecipazione in relazione alle norme federali vigenti.

#### **Impianti ed attrezzature**

Il campo di gara sarà predisposto dal Comitato di Regata conformemente ai Regolamenti della Federazione Italiana Vela.

La barca collettiva ed i mezzi per l'assistenza in acqua saranno messi a disposizione dal Comitato Organizzatore.

#### **Formato**

Il formato della manifestazione sarà deciso dal Comitato Organizzatore a seconda del numero delle scuole iscritte, del numero di imbarcazioni disponibili e delle previsioni del tempo. Ogni concorrente potrà disputare un massimo di quattro prove nella stessa giornata e, comunque, i concorrenti non dovranno restare in acqua per più di 5 ore consecutive.

#### **Punteggi e classifiche**

Il sistema di punteggio sarà deciso conformemente al formato scelto, sulla base delle normative della Federazione Italiana Vela.

Parteciperanno alle fasi successive le Rappresentative di Istituto vincenti delle gare secondo quanto previsto dalla competente Commissione Organizzatrice o dalla stessa individuate attraverso criteri autonomamente applicati.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti. Se persiste una parità prevarrà la Rappresentativa in cui gli alunni risulteranno più giovani.

#### **Riferimento**

Per quanto non previsto nel presente regolamento, vige il regolamento tecnico della Federazione Italiana Vela.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2010/2011 Secondo ciclo di Istruzione



### WUSHU/KUNGFU (arti marziali cinesi)

#### **Programma tecnico Taolu (Forme)**

Categoria Mani nude (Changquan o Nanquan) arma corta (Sciabola o Spada) arma lunga (Bastone o Lancia) Duilian.

#### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di istituto è libera.

#### **Partecipazione**

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla Commissione competente.

#### **Impianti ed attrezzature**

Le gare vengono svolte su impianti regolamentari o approvati dalla Federazione CONI Fiwuk.

#### **Regole di base**

Le gare vengono arbitrate con il regolamento CONI FIWUK.

#### **Punteggi e classifiche**

A conclusione della fase verrà stilata una classifica per istituto in base ai piazzamenti ottenuti dagli atleti.

#### **Casi di parità**

In caso di parità fra due rappresentative, prevarrà quella con minor numero di atleti, ed in caso di ulteriore parità quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.