

# GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA



## REGULAMENTO ESPECÍFICO 11 E 12 ANOS

**CAPÍTULO I – DA PARTICIPAÇÃO**

**Art.1º** A competição de Ginástica Artística Feminina dos Jogos Escolares Maranhenses – JEM's/2022 obedecerá às Regras Oficiais da Fédération Internationale de Gymnastique - FIG, reconhecidas pela Confederação Brasileira de Ginástica - CBG, observando-se as adaptações deste Regulamento e do caderno de deduções específicas, disponível no site da Confederação Brasileira de Ginástica - CBG.

**Art.2º Para Etapa Estadual** participará com 3 (três) alunas/atletas do naipe feminino, (um) professor/técnico.

**Art.3º** A competição será realizada para as alunas/atletas nascidas, exclusivamente, nos anos de 2010 e 2011.

**Art.4º** Nenhuma aluna/atleta ou equipe poderá competir sem a presença de um professor/técnico com CREF atualizado. Na ausência deste, os mesmos não serão impedidos de disputar a competição, porém caso vença, terá o resultado investido a favor do adversário(a).

**Art.5º** É obrigatória a participação dos representantes do município na reunião técnica da modalidade, que será realizada em data e local previamente estabelecidos pela Comissão Organizadora.

CATEGORIAS	FAIXA ETÁRIA	OBSERVAÇÃO
	11 E 12 ANOS	NASCIDAS EM 2010 E 2011

OBS: As idades serão consideradas completas no ano do campeonato.

**É PERMITIDA A PARTICIPAÇÃO NOS EVENTOS DE ACORDO COM AS FAIXAS ETÁRIAS  
CITADAS ABAIXO:**

SÉRIES OBRIGATÓRIAS NÍVEIS 1 AO 3		
<b>Sistema de Competição</b>		
A equipe será formada por no mínimo 03 ginastas e no máximo 06 ginastas por categoria. Podendo participar ginastas avulsas.	Séries obrigatórias	Todas participam nos 04 aparelhos.
OBS: Competição classificatória, por Equipes, Individual geral e Aparelhos		
CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS		
Salto sobre a mesa	1.25 m do chão.	
Paralelas Assimétricas	Medidas oficiais. Séries Obrigatórias	

<b>Trave de equilíbrio</b>	Altura Oficial. Tempo máximo de 1'30". A montagem da série é livre, porém os elementos são obrigatórios.
<b>Solo</b>	Pista de 14 metros. Tempo máximo de 1'30". A montagem da série é livre, porém os elementos são obrigatórios. A música poderá ser igual ou diferente para toda equipe.
<b>Informações gerais para séries obrigatórias.</b>  Assimétricas Obrigatório ao treinador se manter ao lado da ginasta em toda a apresentação. Trave de Equilíbrio: Obrigatória a presença do treinador ao lado de suas ginastas na saída.	A escolha das séries obrigatórias nos aparelhos é aleatória, ou seja, de acordo com o nível técnico da ginasta.
	O técnico deverá informar o nível que a ginasta irá apresentar junto a ordem de apresentação da equipe em formulário padrão.
	As séries devem ser compostas somente pelos elementos obrigatórios. Caso seja acrescentado um elemento, haverá uma dedução neutra de 0,50p.cada vez
	Em caso de omissão de qualquer elemento das séries haverá uma dedução neutra de 0,50p. + o valor da parte não apresentada.
	Se um elemento não atingir as especificações descritas não será considerado, perdendo seu valor total, porém não acarretará na Dedução Neutra por elemento faltante.
<b>PREMIAÇÃO</b>	
<b>Equipes:</b> Três melhores notas por aparelho por categoria.	Medalhas do 1° ao 3° lugar para ginastas e treinadores por categoria
<b>Individual Geral - 11 e 12 anos</b>	Medalhas do 1° ao 3° lugar.
<b>Por Aparelhos - 11 e 12 anos</b>	Medalhas do 1° ao 3° lugar


**SÉRIES OBRIGATÓRIAS**


- O treinador poderá escolher o nível de cada aparelho de sua ginasta.


**SALTO SOBRE A MESA**

<b>T</b>		
<b>Nível 1</b> Altura da Mesa: 1,15 m 2 trampolins sobre postos	2 saltos iguais (1.00) Reversão  Nota D = 1.00p	NF = Nota do melhor salto  NE = 10.00p
<b>Nível 2</b> Altura da Mesa: 1,15 m 1 trampolim	2 saltos iguais (1.00) Reversão Nota D = Código de Pontuação 2.00p	NF = Nota do melhor salto NE = 10.00p

## PARALELAS ASSIMÉTRICAS


 Nível 1		
Nota D: 2.00p. Nota E: 8.00p.	Nota máxima: 10.00 pontos	
1.	Oitava ao apoio facial	0.50p
2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.50p
3.	Giro de quadril para trás (2.105)	0.50p
4.	Saída de sublançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	0.50p


 Nível 2		
Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p.	Nota máxima: 11 pontos	
1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	1.00p
2.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
3.	Giro de quadril para trás (2.105)	0.30p
4.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.30p
5.	A partir do impulso à suspensão para BS, ½ giro gigante para trás ao apoio facial (oitavão)	0.30p
6.	Impulso para trás na horizontal com pernas unidas.	0.40p
7.	Saída de sub lançamento para frente com apoio dos pés na barra (pernas unidas ou em afastamento lateral)	0.30p

 Nível 3		
Nota D: 4.00 p Nota E: 8.00 p.	Nota máxima: 12 pontos	
1.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
2.	Impulso para trás acima horizontal com pernas unidas.	0.30p
3.	Giro Facial Livre para trás na horizontal	0.60p
4.	Kipe ao apoio facial BI (1.101)	0.40p
5.	Subida grupada ao apoio dos pés impulso à suspensão na BS	0.40p
6.	Kipe ao apoio facial BS (1.104)	0.40p
7.	Impulso para trás acima horizontal com pernas unidas.	0.30p

8.	½ giro gigante para trás ao apoio facial (Oitavão)	0.50p
9.	Saída de Mortal para trás (6.104)	0.70p

## TRAVE DE EQUILÍBRIO


	Nível 1	
Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p.	Nota máxima: 11 pontos	
1.	Entrada livre	Sem valor
2.	Posição de preparação para o giro + equilíbrio 2" sobre um dos pés na ½ ponta-perna livre na posição de passé- unir os pés em 3ª posição de ballet e giro de 180° sobre os dois pés com joelhos estendidos	0.60p
3.	Equilíbrio facial: - Avião: (4.102) 2"	0.60p
4.	Parada de mãos (É necessário unir as pernas na linha vertical)	0.60p
5.	Jump: Salto Grupado	0.60p
6.	Saída: A partir da corrida quicar com pernas unidas e salto estendido na ponta da trave (Preparação para o mortal de frente)	0.60p


	Nível 2	
Nota D: 4.00 p. Nota E: 8.00 p.	Nota máxima: 12 pontos	
1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição longitudinal ao aparelho)	0.50p
2.	Giro de 180° sobre um dos pés-perna livre na posição de passé-finalizar com os dois pés em ½ ponta sustentando 2"	0.70p
3.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102)+ Parada de mãos (em afastamento ântero-posterior de pernas 180°)	0.60p
4.	Estrela/Roda (4.107)	0.60p
5.	Leap:- Salto galope (2.110)	0.40p
6.	Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral(2.203) /sissone(2.108)ou Wolf (2.112)	0.50p
7.	Saída: Mortal para frente grupado (6.101)	0.70p

	Nível 3	
---	---------	--

Nota D: 5.00 p. Nota E: 8.00 p.	<b>Nota máxima: 13 pontos</b>	
1.	Entrada: Esquadro em afastamento lateral das pernas (posição transversal ao aparelho)	0.50p
2.	Giro de 360° sobre um dos pés (3.101)	0.70p
3.	Reversão Lenta para trás/Ponte para trás (4.109)	0.80p
4.	Equilíbrio facial: - Avião 2" (4.102) + Parada de mãos (em afastamento ântero-posterior de pernas 180°) 2"	0.70p
5.	Leap: Salto em grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (2.101/2.201)	0.80p
6.	Jump: Salto em grande afastamento anterior-posterior das pernas (2.202) / lateral(2.203) /sissone(2.108) ou Wolf (2.112)	0.70p
7.	Saída: Roda/Estrela (4.107) + salto estendido.	0.80p

## SOLO

	<b>Nível 1</b>	
Nota D: 2.00 p. Nota E: 8.00 p.	<b>Nota máxima: 10 pontos</b>	
1.	Rodante (3.106) + salto estendido	0.40p
2.	Reversão lenta para trás(4.109)	0.40p
3.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105)	0.40p
4.	Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas (1.101)	0.40p
5.	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0.40p

	<b>Nível 2</b>	
Nota D: 3.00 p. Nota E: 8.00 p.	<b>Nota máxima: 11 pontos</b>	
1.	Rodante (3.106) + FlicFlac (3.107) + salto estendido	0.80p



2.	Reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105)	0.50p
3.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105)	0.50p
4.	Leap: Salto com grande afastamento ântero-posterior das pernas (1.101)	0.40p
5.	Jump: Salto com grande afastamento lateral das pernas (1.107)	0.40p
6.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p

Nível 3		
Nota D: 4.00 p. Nota E: 8.00 p.	Nota máxima: 12 pontos	
1.	Rodante (3.106) + FlicFlac (3.107) + FlicFlac (3.107) + salto estendido	0.80p
2.	Reversão para frente com aterrissagem alternada dos Pés (3.105) + reversão para frente com aterrissagem nos 2 pés (3.105)	0.80p
3.	Estrela sem mãos (4.104)	0.60p
4.	Passagem de dança: Leaps: 2 Saltos com grande afastamento ântero-posterior das pernas 180° (1.101 + 1.101)	0.50p
5.	Giro de 360° sobre um dos pés (2.101)	0.40p
6.	Jump: Salto com grande afastamento lateral ou ântero-posterior das pernas (1.107/1.109)	0.40p
7.	Mortal para frente grupado (4.101)	0.50p

**Art.6º** Toda e qualquer solicitação de substituição de alunas/atletas inscritos na competição deverá obedecer ao Regulamento Geral.

## CAPÍTULO II – DA PREMIAÇÃO

**Art.7º** A premiação ocorrerá das seguintes maneiras:

- Por equipe - 2 (duas) melhores notas por aparelho na Competição Obrigatória. Serão premiadas com medalhas as equipes classificadas em 1º, 2º e 3º lugares;
- Individual Geral - somatório das 6 (seis) notas na Competição Obrigatória – máximo de 1 ginasta por Estado. Serão premiados com medalhas os ginastas classificados em 1º, 2º e 3º lugares.

c) Por Aparelhos - 6 melhores ginastas por aparelhos – máximo de 1 ginasta por Estado – resultado da Competição Livre. Serão premiados com medalhas os ginastas classificados em 1º, 2º e 3º lugares por aparelho.

**Art.8º** Na contagem geral de pontos, serão premiados com troféus os 1º, 2º e 3º lugares e, com medalhas, os professores/técnicos, de acordo com a somatória de pontos referentes às classificações do estudantes-atletas, conforme quadro abaixo:

Pontuação	
1º Lugar	13 pontos
2º Lugar	9 pontos
3º Lugar	7 pontos
4º Lugar	5 pontos
5º Lugar	4 pontos
6º Lugar	3 pontos
7º Lugar	2 pontos
8º Lugar	1 ponto

**Parágrafo único** - Os critérios de desempate de premiação com troféus devem respeitar a seguinte ordem:

- Maior número de primeiros lugares;
- Maior número de segundos lugares;
- Maior número de terceiros lugares;
- Maior número de quartos lugares e assim por diante;
- Maior número de alunos/atletas participantes na modalidade e naipes;
- Sorteio

### CAPÍTULO III – CONSIDERAÇÕES GERAIS

**Art.9º** Casos omissos e situações excepcionais de caráter técnico serão decididas pelo Comitê Organizador dos Jogos Escolares Maranhenses, com o suporte dos gestores técnicos





da respectiva modalidade, não podendo, essas resoluções, contrariar as regras oficiais da modalidade.

Direção Técnica

Jogos Escolares Maranhenses - 2022