

# GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA



## REGULAMENTO ESPECÍFICO 12 A 14 ANOS

## CAPÍTULO I – DA PARTICIPAÇÃO

**Art.1º** A competição de Ginástica Artística Masculina 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** Cada delegação participará com 3 (três) ALUNOS/atletas do naipe Masculino, (um) professor/técnico.

**Art.3º** A competição será realizada para as estudantes-atletas nascidos, exclusivamente, nos anos de 2008, 2009 e 2010.

**Art.4º** Nenhum estudante-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	
INFANTIL - GINASTAS NASCIDOS EM 2007 A 2009 (12 A 14 ANOS)	
Bases técnicas	
SÉRIES OBRIGATÓRIAS	
Séries 01, 02 e 03	
APARELHOS	SOLO, SALTO, PARALELA e BARRA
INFORMAÇÕES GERAIS	A participação, em relação aos níveis nos aparelhos é opcional, ou seja, de acordo com o nível técnico de cada ginasta.
	O técnico deverá informar aos árbitros o nível que o ginasta irá executar através de um formulário próprio assinado, e este será avaliado por este nível.
	Quando o ginasta retirar (não tentar executar) qualquer movimento da série será penalizado em 0,50 p. + o valor da parte.
	Quando o ginasta acrescentar qualquer movimento à série será

	penalizado em 0,50 p. As partes das séries têm exercícios principais, e se estes não forem válidos por qualquer motivo, o ginasta perderá o valor total da parte.	
<b>PREMIAÇÃO</b>		
<b>POR EQUIPES</b>	Somatório das 03 melhores notas da equipe em cada aparelho por cada faixa etária.	Medalha de 1º ao 3º lugar para ginastas e treinador por faixa etária
<b>INDIVIDUAL GERAL</b>	Soma das 04 notas por aparelhos GAM	Medalha do 1º ao 3º lugar por faixa etária
<b>APARELHOS</b>	3 melhores ginastas por aparelhos	Medalha do 1º ao 3º lugar por faixa etária

<b>CONFIGURAÇÃO DOS APARELHOS</b>		
<b>APARELHOS</b>	<b>Observações</b>	<b>Colchões de segurança</b>
<b>SOLO</b>	pista de 16 metros	Não permitido
<b>SALTO</b>	125 cm	Oficial
<b>PARALELA</b>	Livre até 180 cm do colchão, altura única para toda equipe	Colchão de 10 cm
<b>BARRA</b>	220 cm	Oficial

**SOLO****SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 5,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

<b>PARTE</b>	<b>ELEMENTO</b>	<b>VALOR</b>
1.	Posição fundamental, elevação dos braços acima da cabeça, chute com uma das pernas, avião (2 segs.) e retornar a posição fundamental.	0,50
2.	Corrida sobre passo rodante salto levemente selado aterrissagem.	1,00
3.	Rolamento para trás com as pernas estendidas e afastadas.	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 segs.)	0,50
5.	Esquadro afastado (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés unidos no solo. Levantar-se até a posição fundamental.	1,00

6.	Chute com uma das pernas passagem pela parada de mãos no impulso seguido de rolamento à frente à posição fundamental.	0,50
7.	Corrida sobre passo Reversão com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

**SÉRIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 6,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Posição fundamental, elevação dos braços acima da cabeça, chute com uma das pernas, avião (2 segs.) e retornar a posição fundamental	0,50
2.	Corrida sobre passo rodante flic salto levemente selado aterrissagem	1,00
3.	Oitava à parada de mãos com os braços estendidos	0,50
4.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 segs.)	0,50
5.	Esquadro afastado (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	1,00
6.	Parada de mãos à força, rolamento à frente à posição fundamental	1,50
7.	Corrida sobre passo Reversão com as pernas unidas, salto à posição fundamental.	1,00

**SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 7,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Posição fundamental elevação lateral dos braços acima da cabeça, chute com uma das pernas, AVIÃO (2 segs.) e retornar a posição fundamental (A-C).	0,50
2.	Rodante um flic seguido de	0,50
3.	Mortal grupado para trás a posição fundamental	1,00
4.	Oitava à parada de mãos com os braços estendidos	0,50
5.	Descer a posição sentada, com as pernas em grande afastamento, flexão do tronco à frente (cachorrinho) (2 segs.)	0,50
6.	Esquadro afastado (2 segs.), elevação do quadril, sem as pernas tocarem o chão até o apoio dos pés afastados no solo.	0,50
7.	Parada de mãos a força subindo com afastamento das pernas (2 segs.), rolamento à frente imediato salto	1,50
8.	Corrida sobre passo REVERSÃO ao passo seguido de ESTRELA, coreografia qualquer	1,00
9.	Corrida seguida de mortal para frente grupado a posição fundamental.	1,00

**SALTO**

SALTO	ND	ALTURA MESA	OBSERVAÇÕES
Reversão (#101) Com 2 trampolins	1,00	1,25cm	- Nota Final = melhor salto - Nota de apresentação: 10,00 p.
Reversão (#101)	2,00		

**PARALELA****SÉRIE 01 - Nota de partida – 11,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 5,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Corrida de impulso, balanço suspensão 2x (abrindo o quadril)	1,00
2.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial, balanço à frente,	0,50
3.	Dominação dianteira, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente,	0,50
4.	Esquadro com pernas unidas (2 segs.).	1,00
5.	Lançamento à frente com extensão do quadril	0,50
6.	Balanço completo no apoio de mãos 2x	1,00
7.	Saída lateral sobre o barrote, apoio de ambas as mãos neste barrote a posição final.	0,50

**SÉRIE 02 - Nota de partida – 12,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 6,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Corrida de impulso, Quipe ao afastamento das pernas estendidas e apoio nos barrotes.	0,50
2.	Esquadro com as pernas unidas (2 segs.),	1,00
3.	Lançamento à frente com extensão do quadril, balanço para trás,	0,25
4.	Descida à suspensão (extensão total do corpo altura do barrote), seguido de	0,50

	balanço completo abrindo o quadril embaixo,	
5.	Imediato balanço atrás ao apoio braquial, balanço à frente,	0,50
6.	Dominação dianteira, afastamento das pernas e apoio nos barrotes, extensão total do corpo à frente, passagem do apoio de mãos à frente	0,25
7.	Esquadro afastado (2 segs.)	1,00
8.	Parada de mãos à força com pernas afastadas	1,00
9.	Balanço completo à parada de mãos passageira	0,50
10.	Balanço à frente, com saída à frente com ½ volta	0,50

**SÉRIE 03 - Nota de partida – 13,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 7,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

**Opção 1**

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Quipe ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão,	1,00
2.	Balanço completo na suspensão,	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial,	0,50
4.	Balanço à frente, dominação dianteira, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	Esquadro unido (2 segs.)	1,00
6.	Parada de mãos à força com pernas afastadas (2 segs.)	1,50
7.	Balanço completo à parada de mãos	0,50
8.	Saída em mortal grupado para trás	1,50

**Opção 2**

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Quipe ao apoio, balanço para trás, (pés na altura dos ombros) imediata descida à suspensão,	1,00
2.	Balanço completo na suspensão,	0,50
3.	Imediata dominação traseira ao apoio braquial,	0,50
4.	Balanço à frente, dominação dianteira, afastamento das pernas e apoio nos barrotes	0,50
5.	Esquadro unido (2 segs.),	1,00
6.	Parada de mãos à força com pernas afastadas (2 segs.).	1,50
7.	Balanço completo à parada de mãos	0,50
8.	Balanço à frente, balanço atrás com imediato mortal para frente grupado.	1,50

**BARRA****SÉRIE 01 - Nota de partida – 10,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 4,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Subida em oitava	1,50
2.	Lançamento atrás	0,50
3.	Giro de quadril	1,50
4.	Descer a frente (sub-lançamento)	0,50

**\* As séries que são compostas por câmbios na suspensão terão como referência a posição do corpo em relação a horizontal da linha da Barra**

**SÉRIE 02 - Nota de partida – 11,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 5,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Subida em oitava	1,00
2.	Lançamento atrás	0,50
3.	Giro de quadril	1,00
4.	Descer a frente (sub-lançamento) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente, balanço para trás	1,50
6.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

**SÉRIE 03 - Nota de partida – 12,00 pontos.**

Valor de Dificuldade – 6,00 pontos.

Valor de Apresentação – 6,00 pontos.

PARTE	ELEMENTO	VALOR
1.	Subida em oitava	1,00
2.	Lançamento atrás na horizontal (pés linha dos ombros)	1,00
3.	Giro de quadril	1,00
4.	Descer a frente (sub-lançamento) balanço para trás	0,50
5.	Balanço para frente ½ cambio	0,50
6.	Balanço misto completo	0,50

7.	Troca para tomada dorsal atrás	0,50
8.	Balanço completo	0,50
9.	Soltar a barra atrás ombros altura horizontal da barra a P.F.	0,50

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

## CAPÍTULO II – DA PREMIAÇÃO

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

- a) Por equipe - 2 (duas) melhores notas por aparelho na Competição Obrigatória. Serão premiadas com medalhas as equipes classificadas em 1º, 2º e 3º lugares;
- b) 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:

- a) Maior número de primeiros lugares;
- b) Maior número de segundos lugares;
- c) Maior número de terceiros lugares;
- d) Maior número de quartos lugares e assim por diante;
- e) Maior número de alunos/atletas participantes na modalidade e naipes;
- f) 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**