

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
**Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

**INDICE SCHEDE TECNICHE**

ARGOMENTO/DISCIPLINA	pagina
AEROMODELLISMO	2
ARRAMPICATA SPORTIVA	3
ATLETICA LEGGERA	4
ATLETICA – ALUNNI CON DISABILITA'	6
BADMINTON	7
BOCCE	8
BOWLING	9
BRIDGE	11
CALCIO	12
CALCIO A 5	13
CALCIO INTEGRATO MISTO	14
CANOA	15
CANOTTAGGIO	16
CICLISMO	18
CRICKET (MINI)	19
DAMA	20
DANZA SPORTIVA	21
GINNASTICA	23
GINNASTICA AEROBICA	36
GOLF	43
HOCKEY	44
JUDO	46
KARATE	48
LOTTA	49
MOTONAUTICA RADIOCOMANDATA	51
NUOTO	52
NUOTO – ALUNNI CON DISABILITA'	52
ORIENTAMENTO	55
ORIENTAMENTO – ALUNNI CON DISABILITA'	55
PALLACANESTRO	57
PALLACANESTRO INTEGRATA MISTA	58
PALLAMANO	59
PALLAPUGNO LEGGERA	60
PALLATAMBURELLO	62
PALLAVOLO	66
PALLAVOLO INTEGRATA MISTA	66
PATTINAGGIO	67
PENTATHLON MODERNO	69
PESCA SPORTIVA	70
PESISTICA	71
PUGILATO EDUCATIVO SCOLASTICO	73
RUGBY	74
SCACCHI	76
SCHERMA	77
SPORT INVERNALI	78
SPORT INVERNALI – ALUNNI CON DISABILITA'	80
SOFTBALL	81
SQUASH	82
TENNIS	83
TENNISTAVOLO	84
TIRO A SEGNO	85
TIRO A VOLO	86
TIRO CON L'ARCO	87
TRIATHLON	88
TWIRLING	89
VELA	90
WUSHU – KUNG FU	91

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010** **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

### **AEROMODELLISMO**

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

> Lanci di un aeromodello (non inferiori 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 modalità di 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **ARRAMPICATA SPORTIVA**

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

Prove di boulder – **prevedendo di adottare, laddove le condizioni lo consentono, 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.

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

La classifica individuale si ottiene dal prodotto dei piazzamenti ottenuti nelle prove previste. La classifica per squadra si ottiene con la somma dei migliori piazzamenti individuali per istituto.

##### ***Casi di parità***

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

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### ATLETICA LEGGERA

Sia per la campestre che per la pista non è consentito l'uso di scarpe chiodate, anche se modificate o munite di altri appigli di qualsiasi materiale.

L'attività della categoria Ragazzi termina a livello provinciale o regionale.

### Corsa campestre

#### *Partecipanti*

Il numero dei partecipanti per ogni squadra è stabilito da ogni singola Commissione;

#### *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	Maschile	Femminile
Cadetti	da 1800 a 2000 m	da 1200 a 1500 m
Ragazzi	da 1200 a 1500 m	da 1000 a 1200 m

#### *Punteggi*

In tutte le fasi verrà 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 arrivato.

Un componente la squadra qualificata 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 migliori tre concorrenti.

#### *Parità:*

In tutti i casi di parità si terrà conto dei migliori piazzamenti.

## ALUNNI CON DISABILITÀ

### PROGRAMMA GARE FASI INIZIALI E FINALE NAZIONALE

Categorie di disabilità	Maschile	Femminile
DIR – HFD - NU – NV	da 1200 a 2000 Mt	da 1000 a 1500 Mt

### ATLETICA LEGGERA

### Pista

#### *Programma tecnico*

#### CADETTI E CADETTE

> **Pista Maschile:** m. 80 – m. 80 hs (n° 8 hs – h. 60 – m. 12,00 – 7x8,00 – m 12,00) - m. 1.000 – salto in alto – salto in lungo – getto del peso di kg. 4 – staffetta 4x100 m.

> **Pista Femminile:** m. 80 – m. 80 hs (n° 8 hs – h. 60 – m. 12,00 – 7x7,50 – m 15,50) - m. 1.000 – salto in alto – salto in lungo – getto del peso di kg. 3 – staffetta 4x100 m.

Inoltre alle finali nazionali prenderanno parte in qualità di **atleti individualisti** i vincitori/trici delle finali regionali di marcia km 3 masch. , km 2 femm. , laddove disputate.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Qualora sul territorio ne esistano le 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.

Fino alla fase regionale inclusa potranno essere inoltre previste le seguenti gare:

- Vortex
- Biathlon (corsa + salto // corsa + lancio // salto + lancio)

Si ricorda inoltre che, **sia per le scuole di istruzione secondaria di primo grado che per le scuole di istruzione secondaria di secondo grado**, 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 potrà iscrivere alle varie gare in programma verrà stabilito dalla competente Commissione.

#### ***Partecipazione***

La Rappresentativa deve partecipare a tutte le gare previste dal programma tecnico con i propri alunni.

La staffetta 4x100 è composta da 4 alunni della squadra ad eccezione del concorrente dei m. 1.000.

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

Verrà redatta una classifica individuale per ogni specialità. A tutti i partecipanti di squadra 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 e agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra più uno.

Nel caso in cui un atleta acquisisca il diritto a partecipare ad una finale (distrettuale, comunale, provinciale, regionale o nazionale) e durante lo svolgimento della stessa commetta nei concorsi tre nulli **IN APERTURA**, gli viene attribuito l'ultimo posto in classifica senza l'aggravio di un punto supplementare.

Ai fini del calcolo della classifica finale a squadre saranno presi in considerazione il risultato della staffetta 4 X 100 e i 6 migliori risultati ottenuti in specialità diverse da studenti appartenenti alla stessa scuola.

#### ***Casi di parità***

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

### **Categoria “Ragazzi”**

#### ***Programma gare***

m. 60 piani, m. 60 hs ( n° 6 hs - h. 60 - m 12 – 5 x 7.50 – m 10,50), mt 1000

Salto in alto, Salto in lungo, Vortex

Staffetta 4 x 100 senza vincolo di zona cambio

### **ATLETICA LEGGERA**

#### **Staffette Programma Tecnico**

Percorso classico senza ostacoli naturali - Staffetta mista: 4 x 4.000: m. 1.200 (1° maschio) – m. 1.200 (2° maschio) – m. 800 (1^ femmina) – m. 800 (2^ femmina).

#### ***Rappresentativa di Istituto***

La Rappresentativa di Istituto è composta da 4 alunni (2M + 2F).

#### ***Partecipazione***

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

L'attività di staffetta termina a livello regionale.

#### ***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.

#### ***Punteggi e Classifiche***

Verrà stilata una classifica per Rappresentative di istituto sulla base degli ordini di arrivo.

#### ***Casi di parità***

In caso di parità fra 2 o più Rappresentative, prevarrà quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.

Per la categoria Ragazzi le attività saranno definite dalla Commissione competente.

# **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

## **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

### **ALUNNI CON DISABILITÀ**

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

##### **80 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 - 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.

##### **Getto del Peso Femminile - 2 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.

##### **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**

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

Per tutte le categorie di disabilità

##### **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.

##### **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.

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

Ogni regione potrà iscrivere una sola staffetta/squadra. 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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## BADMINTON

### Programma tecnico (categoria unica)

Doppio misto, singolo Maschile, singolo Femminile.

### Rappresentativa di Istituto

La rappresentativa di Istituto è composta da 4 alunni (2M + 2F) .

A rotazione uno degli atleti/e svolgerà la funzione di arbitro.

Tutti i componenti la rappresentativa devono prendere parte alle gare in programma, ***lo stesso alunno non può partecipare a più di una specialità.***

In caso di assenza di un atleta, la squadra perde il corrispondente incontro di singolo (maschile o femminile), essendo in ogni caso obbligatorio disputare la gara di doppio misto.

In caso di assenza di due o più atleti la squadra perde l'incontro per forfait (0-3).

### Partecipazione

La partecipazione delle rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla componente 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 a m. 1,55 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.

### 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 e ordine di svolgimento degli incontri

Le due squadre devono giocare le tre partite previste del programma tecnico e, alla fine, ogni incontro vinto dà diritto a un punto per cui la vittoria può avvenire per 3-0 o 2-1.

Tutti i punti ottenuti da ogni squadra concorrono a formare la classifica finale.

L'ordine di svolgimento degli incontri è il seguente:

I) doppio misto

II) singolo maschile

III) singolo femminile.

### 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 e girone 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 tempo a disposizione.

### Casi di parità

In caso di parità di punteggio tra le due rappresentative, prevarrà quella in cui gli alunni risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## BOCCE

### ***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 posizionate 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, 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, 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 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### BOWLING

#### Girone Maschile e Girone Femminile

La manifestazione si svolgerà in 4 FASI:

**FASE 1 – LIVELLO LOCALE – RAPPRESENTATIVE DI ISTITUTO – Gennaio-Febbraio 2010 -**

**FASE 2 – LIVELLO PROVINCIALE - 15/21 MARZO 2010 - termine ultimo – ( Roma 18-26 Marzo)**

**FASE 3 – LIVELLO REGIONALE - 19/25 APRILE 2010 - termine ultimo - ( Roma 21-23 Aprile)**

**FASE 4 – FINALE NAZIONALE - 23 MAGGIO 2010 -**

Le squadre saranno formate da 3 elementi (formazioni maschili o femminili con classifiche separate)

I responsabili di Istituto avranno il compito di formare le rispettive Squadre. Sono previste le RISERVE (esclusa la Fase Finale.)

**FASE 1 – Livello Locale – Da disputarsi nel periodo OTTOBRE 2009 - FEBBRAIO 2010 (Termine ultimo).**

Tutti gli Istituti Scolastici potranno partecipare con un numero di squadre illimitato.

Tutte le squadre partecipanti disputeranno una giornata di gara giocando 1 partita. Il totale generale della squadra determinerà la classifica finale.

Per poter stabilire il numero delle squadre che saranno ammesse alla Fase successiva, è indispensabile che tutti i responsabili di Centro Bowling facciano pervenire alla Segreteria FISB gli elenchi degli STUDENTI partecipanti, completi di nome, cognome e data di nascita, entro e non oltre il giorno **28 febbraio 2010.**

In base a questi dati, l'Organizzatore NAZIONALE Sig. Paolo Gentilini, in accordo con gli Organi Periferici della F.I.S.B., comunicherà il numero delle squadre promosse per ogni Scuola.

**FASE 2 – Livello Provinciale – Da disputarsi nella settimana 15/21 MARZO 2010 (termine ultimo eccetto ROMA).**

Tutte le Squadre partecipanti giocheranno 2 partite. Il totale generale della squadra determinerà la classifica finale.

Il numero di Squadre che saranno ammesse alla Fase Regionale sarà stabilito dall'Organizzatore in base al numero di squadre partecipanti per ogni Provincia.

**FASE 3 – Livello Regionale – Da disputarsi nella settimana 19/25 aprile 2010 (termine ultimo).**

Tutte le squadre partecipanti giocheranno 2 partite a totale birilli.

Le prima squadra classificata, nel Girone Maschile e nel Girone Femminile, delle Scuole Secondarie di 1° e 2° Grado rappresenterà la propria Regione nella fase Nazionale.

**FASE 4 – FINALE NAZIONALE – 23 MAGGIO 2010 – Bowling Brunswick – ROMA**

Il Regolamento della Finale Nazionale verrà comunicato dalla Segreteria F.I.S.B. prima della Fase Regionale.

Il RADUNO per tutti i partecipanti alla Fase Finale è previsto per il giorno **22 maggio entro le ore 17.00, presso il Centro C.O.N.I. in Largo G. Onesti n. 1 – ROMA-**

Dal momento del loro arrivo al Centro C.O.N.I. in Roma, Largo G. Onesti n. 1, dove saranno ospitate le Squadre, tutte le spese riguardanti le squadre finaliste e gli accompagnatori saranno a carico della F.I.S.B. (vitto, alloggio, spese impianto Bowling, premiazione, rinfresco e riprese TV).

#### **PREMIO SPECIALE :**

A partire dall'anno scolastico 2009/2010, a riconoscimento dell'impegno e del lavoro svolti dagli Studenti e dai Docenti, la FISB si riserva la facoltà, a suo insindacabile giudizio, di invitare a partecipare alla Finale Nazionale, una SQUADRA, tra quelle partecipanti alla Fase Regionale ma non classificate al primo posto, di quella Scuola che avrà partecipato alla Fase d'Istituto col maggior numero di Studenti.

La SQUADRA invitata parteciperà a tutti gli effetti al Campionato Italiano.

#### **FINALE NAZIONALE – SQUADRA – SINGOLO**

**Domenica 23 Maggio 2010 – Bowling Brunswick – ROMA  
Lungotevere dell'Acquacetosa, 10 – Tel 06/8086147**

#### **ISTITUZIONI SCOLASTICHE SECONDARIE DI PRIMO GRADO:**

##### **Girone Maschile e Girone Femminile -**

Disputerà la Finale Nazionale, in rappresentanza della propria Regione, la Squadra Vincitrice del Campionato Regionale.

#### **REGOLAMENTO CAMPIONATO NAZIONALE A SQUADRE:**

La Finale del Campionato Italiano a SQUADRE sarà disputata con la effettuazione di 3 partite a totale birilli.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Sarà dichiarata Campione d'Italia, MASCHILE e FEMMINILE, in ciascuno dei due Gruppi, la formazione che avrà totalizzato il miglior punteggio sul totale delle 3 partite.

#### **REGOLAMENTO CAMPIONATO NAZIONALE SINGOLO:**

I primi 6 giocatori e le prime 6 giocatrici, in ciascuno dei due Gruppi, che nelle 3 partite di squadra avranno totalizzato il migliore Totale Birilli, disputeranno 4 partite, ripartendo da zero, per definire la classifica del Campionato di Singolo.

Le Squadre partecipanti dovranno essere accompagnate da un Docente di uno degli Istituti partecipanti, nominato dalla Direzione Scolastica.

Si ricorda a tutti gli Studenti partecipanti che non si potrà gareggiare indossando pantaloni di tessuto JEANS.

Per quanto non contemplato dal presente Regolamento, farà testo quanto sancito dal R.T.A. FISB 2010 e dalla circolare Ministeriale dei G.S.S. 2009/2010.

LE FASI DEL CAMPIONATO ITALIANO STUDENTESCO SARANNO RIPRESE DALLA RAI/TV.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **BRIDGE**

### **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/e se si tratta di gara a coppia oppure da 4\6 alunni/e se trattasi di gara a squadra; uno di essi dovrà assumere il ruolo di “capitano”.

### **Partecipazione**

Il numero di Rappresentative scolastiche (anche più squadre 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. Le norme di sicurezza devono essere rispettate in toto.

### **Regole di base**

Non è prevista la possibilità di organizzare manifestazioni che prevedano classifiche stilate tenendo in considerazione la differenza di sesso, mentre sarà possibile disputare manifestazioni specifiche per gli studenti delle Medie Inferiori, che, per opportunità, giocano insieme a quelli delle Superiori..

Le manifestazioni d’Istituto dovranno sempre prevedere lo svolgimento di un torneo a coppie senza licita (fase dichiarativa) e 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 2009/2010 Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### CALCIO

#### CALCIO A 7 Femminile - CALCIO A 11 Maschile

##### Norme comuni

##### 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.). Sono ammesse calzature tipo scarpe da ginnastica e/o scarpe da gioco munite di tacchetti di gomma o plastica senza anima metallica. 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;
- minore età media dei giocatori;
- sorteggio.

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

##### - FEMMINILE

##### Programma tecnico - Tornei a squadre di calcio a 7

##### Composizione delle squadre

Squadre composte da 10 giocatrici, di cui 7 scendono in campo (compreso il portiere). Tutte le componenti la squadra devono obbligatoriamente essere iscritte a referto.

##### Tempi di gioco

4 tempi di 10 minuti senza intervallo fra 1° e 2° e fra 3° e 4° tempo.

Sia nel 1° che nel 2° tempo di gioco non sono ammesse sostituzioni se non in caso di infortunio. All'inizio del 2° tempo il direttore di gara dovrà verificare che tutte le atlete di riserva siano immesse per disputare il 2° tempo di gioco per intero. Nel 3° e 4° tempo di gioco sono ammessi i cambi liberi.

Tra il 2° e 3° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 5 minuti con inversione di campo.

##### Impianti ed attrezzature

Metà campo di calcio o in palestre o spazi adattabili.

Si gioca con il pallone n. 4.

##### Regole di base

Le giocatrici di riserva possono essere immesse quali sostitute nel 3° e 4° tempo di gioco e in qualsiasi ruolo. Nel 1° e 2° tempo di gioco sono ammessi cambi solo in caso di infortunio.

Fatti salvi i casi di infortunio, alla fine dell'incontro tutte le giocatrici devono aver giocato almeno un tempo, in caso contrario la partita verrà data persa. Chi esce può rientrare. Sono ammessi cambi liberi. Non esiste la regola del fuorigioco. Il passaggio di piede al portiere non costituisce fallo.

##### - MASCHILE

##### Programma tecnico - Tornei a squadre di calcio a 11

##### Composizione delle squadre

Squadre composte da 14 giocatori, di cui 11 scendono in campo (compreso il portiere). Tutte i componenti la squadra devono obbligatoriamente essere iscritti a referto.

##### Tempi di gioco

4 tempi di 15 minuti senza intervallo fra 1° e 2° e fra 3° e 4°. Sia nel 1° che nel 2° tempo di gioco non sono ammesse sostituzioni se non in caso di infortunio. All'inizio del 2° tempo il direttore di gara dovrà verificare che tutti gli atleti di riserva siano immessi per disputare il 2° tempo di gioco per intero. Nel 3° e 4° tempo di gioco sono ammessi i cambi liberi.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

Tra il 2° e 3° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 5 minuti con inversione di campo.

#### *Impianti ed attrezzature*

Campi di calcio o in spazi adattabili.

Si gioca con il pallone n. 5.

#### *Regole di base*

I giocatori di riserva possono essere immessi quali sostituti nel 3° e 4° tempo di gioco e in qualsiasi ruolo. Nel 1° e 2° tempo di gioco sono ammessi cambi solo in caso di infortunio.

**Chi esce può rientrare. Sono ammessi cambi liberi. Fatti salvi i casi di infortunio, alla fine dell'incontro**

## CALCIO A 5 Maschile e Femminile

### **Norme comuni**

#### **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.). Sono consentite soltanto calzature tipo scarpe da ginnastica, scarpe di tela con suole in gomma o altro materiale similare. 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;
- dalla minore età media dei giocatori;
- dal sorteggio.

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

#### **Composizione delle squadre**

Squadre composte da 8 giocatori/trici, di cui 4 scendono in campo ed uno in porta.

#### **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. E' ammessa la disputa degli incontri in palestre o altri spazi adattabili.

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

Si gioca con il pallone n. 4 a rimbalzo controllato.

#### - **FEMMINILE**

#### **Tempi di gioco**

4 tempi di 7 minuti e 30 secondi senza intervallo fra 1° e 2° e fra 3° e 4°.

Sia nel 1° che nel 2° tempo di gioco non sono ammesse sostituzioni se non in caso di infortunio. All'inizio del 2° tempo il direttore di gara dovrà verificare che tutte le atlete di riserva siano immesse per disputare il 2° tempo di gioco per intero. Nel 3° e 4° tempo di gioco sono ammessi i cambi liberi.

Tra il 2° e 3° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 5 minuti con inversione di campo.

#### **Regole di base**

Le giocatrici di riserva possono essere immesse quali sostitute nel 3° e 4° tempo di gioco e in qualsiasi ruolo. Nel 1° e 2° tempo di gioco sono ammessi cambi solo in caso di infortunio.

Chi esce può rientrare. Sono ammessi cambi liberi. Fatti salvi i casi di infortunio, alla fine dell'incontro tutte le giocatrici devono aver giocato almeno un tempo, in caso contrario la partita verrà data persa alla squadra.

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

Per quanto non specificato nel presente regolamento si fa riferimento al regolamento tecnico federale.

#### - **MASCHILE**

#### **Tempi di gioco**

4 tempi di 10 minuti senza intervallo fra 1° e 2° e fra 3° e 4°.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Sia nel 1° che nel 2° tempo di gioco non sono ammesse sostituzioni se non in caso di infortunio. All'inizio del 2° tempo il direttore di gara dovrà verificare che tutti gli atleti di riserva siano immessi per disputare il 2° tempo di gioco per intero. Nel 3° e 4° di gioco sono ammessi i cambi liberi.

Tra il 2° e 3° tempo di gioco si effettuerà un intervallo di 5 minuti con inversione di campo.

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

I giocatori di riserva possono essere immessi quali sostituti nel 3° e 4° tempo di gioco e in qualsiasi ruolo. Nel 1° e 2° tempo di gioco sono ammessi cambi solo in caso di infortunio.

Chi esce può rientrare. Sono ammessi cambi liberi. Fatti salvi i casi di infortunio, alla fine dell'incontro tutti i giocatori devono aver giocato almeno un tempo, in caso contrario la partita verrà data persa.

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

Per quanto non specificato nel presente regolamento si fa riferimento al regolamento tecnico federale.

## **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 (composte da 5 giocatori in campo) devono essere formate 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 con disabilità.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **CANOA**

##### ***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 alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente.

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

Le gare si svolgono su acque libere.

Nelle regate verranno utilizzate imbarcazioni e pagaie di tipo diverso.

La federazione verificherà l'idoneità del percorso

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

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

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

##### ***Casi di parità***

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010** **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

### **CANOTTAGGIO**

***Programma tecnico***

Maschile e Femminile:

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

> Barca: m. 1000 in 4x.

***Rappresentativa di Istituto***

La Rappresentativa di Istituto, maschile o femminile, è composta da 4 alunni/e.

***Partecipazione***

Gli istituti potranno liberamente scegliere l'attività cui aderire.

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

***Impianti ed attrezzature***

Nelle regate verranno utilizzate le imbarcazioni del quattro di coppia (4x).

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 sia per le prove al remoergometro che di regata.

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

Per il Remoergometro verrà stilata una classifica per Rappresentative di istituto sulla base dei 2 migliori atleti/e classificati per le 2 categorie (2x100 e 2x2000).

***Casi di parità***

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

### **CANOTTAGGIO SEDILE FISSO**

***Programma Tecnico***

Maschile e femminile:

regate sulla "Barca per la Famiglia" con 2 vogatori + 1 timoniere su una distanza massima di m. 300 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***

Equipaggi misti maschili - femminili per alunni/e delle scuole secondarie di I° grado.

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 classificati di ogni provincia.

All'eventuale fase nazionale partecipano i primi tre 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 a 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***



## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

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 m 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **CICLISMO**

### **Programma tecnico**

Prova di abilità maschile e femminile.

Prova di Mountain bike maschile (m. 1800-2000), femminile (m. 1500-1700).

### **Rappresentativa di Istituto**

La Rappresentativa di Istituto, mista, è composta da 4 alunni (1M+1F Prova di abilità e 1M+1F Prova di Mountain bike).

### **Partecipazione**

Gli alunni possono partecipare ad una sola o ad entrambe le prove.

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

### **Impianti ed attrezzature**

Si possono utilizzare biciclette di qualsiasi tipo ed è obbligatorio indossare il casco.

Prova di abilità: Si svolge su di un'area delle dimensioni simili a quelle di una palestra scolastica (circa m. 15x25).

Per attrezzare il percorso occorrono coni, ceppi, ostacoli e ostacolini bassi, un cronometro.

Prova di Mountain bike: Si svolge su un percorso di m. 400-500 di lunghezza, con terreno erboso e/o sterrato prevalentemente pianeggiante.

### **Punteggi e classifiche**

Sono previste distinte classifiche maschile e femminile sia per le prove di abilità che di Mountain bike.

Per la prova di abilità ciascun concorrente potrà scegliere il migliore risultato tra i due tentativi che ha a disposizione. A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica finale di appartenenza come segue: 1 punto al 1°, 2 al 2°, 3 al 3°, fino all'ultimo classificato; ai ritirati e per ogni elemento delle squadre incomplete, si assegneranno tanti punti quanti sono i concorrenti di squadra ammessi più uno.

La classifica per Rappresentative scolastiche si ottiene sommando i punteggi acquisiti dai 4 alunni/e.

### **Casi di parità**

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **CRICKET (MINI)** **(KWIK CRICKET)**

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

Ogni squadra, anche mista, può iscrivere a referto in ogni gara 8 giocatori/trici, di cui 6 scendono in campo. Non sono ammesse squadre con un numero inferiore a 6 giocatori/trici. Nel caso in cui una squadra si presenti con meno di 6 giocatori/trici, la gara non verrà effettuata e la squadra in difetto avrà partita persa per 30-0 ed un punto di penalizzazione in classifica.

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

Le gare si svolgeranno in 2 innings di 5 overs l'uno (30 palle valide), con intervalli di 5' tra il primo ed il secondo innings.

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

Sono sufficienti le palestre con misure minime 20x10x8 di altezza, non sono tollerate misure diverse se non per situazioni straordinarie. Gli stumps sono quelli del KwikCricket di plastica con palla morbida in gomma o da tennis nuova.

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

###### **1. SIX-a-SIDE (6 contro 6)**

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 8 giocatori iscritti) 2 dei 6 giocatori/trici. Questi 2 giocatori/trici possono essere sostituiti nel corso dell'innings di lancio tempo solo con giocatori/trici 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 e il/i docente/i vigilerà/anno che non si perda inutile tempo per infastidire gli avversari.

###### **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 l'allievo/a, alla seconda infrazione l'arbitro potrà richiedere al docente il ritiro dal campo del giocatore.

###### **5. Casi di parità**

Nel caso di parità al termine dei 2 innings, si svolgerà un "bowl out" su 5 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 (5 overs).

**Gli arbitri per l'anno 2009/10 saranno forniti dalla F.Cr.I., persone abilitate con documentazione fornita direttamente alle scuole interessate, dopo richiesta da effettuarsi almeno 30 giorni prima degli incontri.**

##### ***Durata delle partite***

Ogni innings di lancio non può durare più di 25 minuti. In caso di rallentamento la fase di battuta sarà ridotta del tempo perso calcolato con 5 minuti a overs.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **DAMA**

### **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**

Tutti 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 redatta 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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### DANZA SPORTIVA

Le performance di coppia vengono sostituite da quelle in Formazione, dove 8 alunni (4 cavalieri e 4 dame) eseguiranno la loro coreografia su musiche di Jive, Tango o Salsa Cubana.

Tutti gli Istituti scolastici dovranno garantire la presenza di almeno una coreografia nella “performance d’ingresso”: il cha cha di gruppo, che verrà eseguito su musica selezionata dal DJ della competizione e verrà giudicato con il criterio dell’eliminazione diretta.

Il numero minimo di alunni impegnati in ciascuna categoria in gara è di 8 unità.

#### Programma Tecnico

Ogni istituto, oltre alla performance d’ingresso (obbligatoria ai fini della classifica d’istituto), deve garantire la presenza nelle discipline in Formazione e/o in Gruppo:

Discipline in Formazione (4 coppie)	Performance di ingresso	Discipline in Gruppo (minimo 8 alunni)
Discipline: Jive Tango Salsa Cubana	Cha Cha (gruppo di minimo 8 alunni)	Discipline: Synchro Dance Modern Jazz Hip Hop

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

La competizione verrà suddivisa in 4 differenti categorie (fasce d’età):

**Ragazzi:** classi prime;

**Cadetti:** classi seconde, terze.

NB: nel caso il gruppo sia composto da alunni di età diverse, farà fede l’età dell’alunno più grande.

#### Tempi di gara

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

⇒ 1,30’’ minuti / 2,00’’

#### Rappresentativa di Istituto

La Rappresentativa d’Istituto si compone di minimo 8 alunni per ciascuna performance.

Le unità competitive in Formazione devono essere composte da 4 maschi e 4 femmine (4 coppie cavaliere + dama), fatta eccezione per i casi di integrazione, dove sarà possibile comporre coppie con alunni dello stesso sesso. Il gruppo è invece a composizione libera (maschile, femminile, mista). Le performance di gruppo, prevedono un minimo di 8 alunni. Nessun alunno può competere contro sé stesso.

#### 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

**La performance d’ingresso**, obbligatoria per ciascun Istituto Scolastico che intenda rientrare nella classifica della Rappresentativa di Istituto, si articolerà su una coreografia di cha cha di gruppo (minimo 8 alunni), che verrà eseguita su musica selezionata dal DJ della competizione.

**La prova in Gruppo** (minimo 8 alunni) consiste in una dimostrazione coreografica anche di fantasia e su base musicale propria, di Hip Hop oppure, di Modern Jazz oppure di Synchro Dance. Per la performance di Synchro Dance ci si può ispirare a qualsiasi disciplina, ad es: danze latine, caraibiche, orientali, musical etc, purché tutti gli allievi eseguano simultaneamente la medesima performance.

**La prova in Formazione** (4 coppie), consiste in una dimostrazione eseguita da 4 coppie che interpretano simultaneamente la loro coreografia su ritmi di Jive, Tango o Salsa Cubana, su base musicale propria.

Ogni gruppo che danzerà su musica propria, deve consegnare due CD (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.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

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

I componenti il pannello giudicante, obbligatoriamente in numero dispari, esprimeranno il loro giudizio per ciascuna performance in gara, assegnando un punteggio in decimali da 5.1 a 6.0 e tenendo conto dei seguenti parametri:

- ⇒ Espressività ritmica e coreografica
- ⇒ Rispetto del tempo

Ogni Gruppo in squadra mista (alunni + alunne) avrà un vantaggio sul punteggio di 0,3.

La performance di ingresso, obbligatoria per ciascun Istituto Scolastico in gara, verrà invece giudicata con il criterio dell'eliminazione diretta che prevede una gara tra due delle squadre iscritte e la vincitrice dello scontro diretto passa al turno successivo.

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

Si provvederà ad una classificazione separata per ciascuna disciplina e categoria con premiazione dei primi classificati. 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.

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

Tenendo conto della posizione acquisita nella performance di ingresso e dei punteggi acquisiti nelle prove di Gruppo o di Formazione, verrà redatta una classifica per Rappresentative di Istituto. In caso di parità tra due o più Rappresentative, prevarrà quella che avrà ottenuto il miglior piazzamento nella performance d'ingresso, e in caso di ulteriore parità si darà il privilegio all'unità competitiva di età anagrafica minore.

#### **Modalità di Iscrizione**

Ciascun Istituto Scolastico, in regola con l'iscrizione ai GSS di Danza Sportiva, riceverà i moduli predisposti dalla FIDS 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 Rappresentativa 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 posizione degli atleti nella categoria,

e dovranno essere presentate, in forma scritta, solo dai docenti nominati per preparare gli alunni di ciascun Istituto, e accreditati attraverso il modulo di iscrizione 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 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### GINNASTICA

#### PROGRAMMA GARE

Il programma prevede gare di squadra.

#### COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE

Ciascuna squadra, sia per il concorso maschile che per il concorso femminile, dovrà essere formata da 4 alunni/e, mentre per la ginnastica aerobica 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), a Corpo Libero con l'uso del piccolo attrezzo (concorso femminile)
  - c) classifica per l'esercizio di ginn. aerobica
- 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 PARITÀ

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 tappeti e di prestare attenzione al fissaggio degli attrezzi.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### Programma di Gara

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

PERCORSO DI GARE SINO ALLA FASE PROVINCIALE/REGIONALE

MANIFESTAZIONI	PROGRAMMA TECNICO	PERIODO
ATTIVITA' D'ISTITUTO	PERCORSO	ENTRO GENNAIO
ATTIVITA' DISTRETTUALE	<p>1<sup>a</sup> giornata PERCORSO</p> <p>2<sup>a</sup> giornata ESERCIZIO A CORPO LIBERO (concorso maschile) ESERCIZIO A CORPO LIBERO, con l'uso del piccolo attrezzo (concorso femminile)</p> <p>3<sup>a</sup> giornata ESERCIZIO DI GINNASTICA AEROBICA</p>	GENNAIO FEBBRAIO
ATTIVITÀ COMUNALE PROVINCIALE E REGIONALE	COME PER L'ATTIVITÀ DISTRETTUALE	MARZO APRILE MAGGIO



## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### Programma di Gara

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

#### PERCORSO DI GARE SINO ALLA FASE NAZIONALE

MANIFESTAZIONI	PROGRAMMA TECNICO
ATTIVITA' D'ISTITUTO	<p>CONCORSO MASCHILE E FEMMINILE</p> <p>Percorso (individuale e) a squadre (4 alunni/e)</p> <p>CONCORSO DI GINNASTICA AEROBICA Esercizio (squadra 5/8 alunni/e)</p>
ATTIVITA' DISTRETTUALE O COMUNALE	<p>CONCORSO MASCHILE E FEMMINILE</p> <p>Percorso individuale e a squadre (4 alunni/e)</p> <p>CONCORSO DI AEROBICA Esercizio (squadra 5/8 alunni/e)</p>
DALLA/E FASE/I PROVINCIALE/I in poi	<p>CONCORSO MASCHILE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Percorso ginnastico (4 alunni)</li> <li>- esercizio di squadra a corpo libero (4 alunni)</li> </ul> <p>CONCORSO FEMMINILE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Percorso ginnastico (4 alunne)</li> <li>- esercizio di squadra a corpo libero con l'uso del piccolo attrezzo ( 4 alunne)</li> </ul> <p>CONCORSO DI AEROBICA Esercizio (squadra 5/8 alunni/e)</p>

# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### PROGRAMMA TECNICO

### CONCORSO MASCHILE E CONCORSO FEMMINILE

#### PERCORSO GINNASTICO

#### a staffetta

**Abbigliamento:** tenuta sportiva libera.

Il percorso ginnastico con piccoli e grandi attrezzi, da effettuarsi in forma di staffetta (comune ai concorsi maschile e femminile), viene cronometrato in secondi e trasformato in punteggio attraverso le tabelle allegate.

Non sono previste penalizzazioni per l'esecuzione tecnica, ma solo penalizzazioni (in secondi) relative alla effettuazione o meno dei movimenti richiesti.

Il percorso si svolge su un tracciato rettangolare (A-B-C-D) delle dimensioni di m. 3x12 da percorrere secondo il susseguirsi delle prove.

- Il lato AB costituisce la linea di partenza e di arrivo.
- A m. 1 dal lato AD e a m. 3 dalla linea di partenza è posto un contenitore per la palla.
- A m. 3 e m. 4,5 dal lato AB e a m. 0,50 dal lato BC sono posti due ritti (la misura dei ritti è presa dal centro degli stessi).
- Sulla stessa linea, ad una distanza di m. 2 dal secondo ritto, è posta una panca lunga minimo m. 3. A 30 cm da ogni estremità sono tracciate sulla panca due linee (Y e Z) che si prolungano a terra sia a sinistra che a destra.
- A destra della panca sono posizionati quattro cerchi (i cerchi possono avere un diametro di cm.80/90), nella zona anteriore alla linea Y.
- Sul lato CD è posto un cono a distanza di m. 1 dall'angolo C.
- All'interno dell'angolo D è segnato a terra un quadrato con il lato lungo m. 1 dove posare la funicella.
- Sul lato DA, posizionati perpendicolarmente allo stesso e all'interno del rettangolo, sono posti 3 ostacoli alti cm 60, cm 40, cm 60 rispettivamente a m. 4, a m. 5,5 e a m. 7 dal lato CD.
- A m. 3 dalla linea AB e parallela a quest'ultima, è tracciata la linea EF sulla quale si trovano il contenitore per la palla e il primo ritto.

**Nota:** La tipologia dell'attrezzatura è indicativa.

#### **Modalità esecutive:**

la squadra è composta da 4 alunni/e. Ogni concorrente parte dal punto "P" (posto dietro la linea di partenza AB).

Il tempo totale del percorso si rileva dalla partenza del primo dei componenti la squadra alla ricezione in modo stabile, da parte di un compagno posto fuori dal campo dietro al lato AB, della palla lanciata dal quarto alunno.

## **PROVE DEL PERCORSO**

### *Prova n° 1*

Il primo allievo parte al "via" con la palla in mano; effettua liberamente 2 palleggi della palla a terra (sul posto e in movimento); si dirige verso il contenitore dove la posa.

#### *Penalizzazioni*

- |  |        |
|--|--------|
| • partire prima del via per anticipare la partenza | 5 sec. |
| • superare la linea di partenza con i piedi        | 5 sec. |
| • ogni palleggio in meno                           | 5 sec. |
| • non lasciare la palla nel contenitore            | 5 sec. |

### *Prova n° 2*

Si dirige verso il primo ritto per effettuare liberamente un giro completo (minimo 360°) intorno ad esso, e di seguito effettua un altro giro completo (minimo 360°) intorno al secondo ritto.

#### *Penalizzazioni*

- |                            |         |
|----------------------------|---------|
| • ogni giro non effettuato | 15 sec. |
| • ogni giro incompleto     | 5 sec.  |

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### Prova n° 3

Prende un cerchio e sale sopra la panca prima della linea “Y”, per dirigersi all'estremità opposta, effettuando liberamente 2 attraversamenti completi, nella stessa direzione, del corpo nel cerchio, senza fase di volo. Scende dalla panca dopo aver superato la linea “Z” e posa il cerchio intorno al cono.

#### Penalizzazioni

- salire dopo la linea “Y” (con tutta la pianta del piede) 5 sec.
- ogni attraversamento nel cerchio in meno 15 sec.
- ogni attraversamento con fase di volo 5 sec.
- scendere prima della linea “Z” (con tutta la pianta del piede) 5 sec.
- non posare il cerchio intorno al cono 5 sec.

#### Prova n° 4

#### **Passa dietro al cono**

##### Penalizzazioni

- non passare dietro al cono 5 sec.

#### Prova n° 5

Si porta successivamente verso l'angolo D prende la funicella posta nel quadrato segnato a terra ed esegue 4 saltelli con 4 giri normali della fune e 4 saltelli con 4 giri inversi della fune; quindi la ripone nel quadrato.

**nota:** giro normale: superamento della fune da dietro il corpo ad avanti  
giro inverso: superamento della fune da avanti il corpo a dietro

#### Penalizzazioni

- ogni saltello in meno 5 sec.
- non posare tutta la funicella nel quadrato 5 sec.

#### Prova n° 6

Si dirige verso la panca e, con posa delle mani sulla stessa tra le linee “Z” e “Y”, senza cambiare fronte, esegue 4 volteggi della panca con stacco e arrivo al suolo di entrambi i piedi (l'arrivo del quarto volteggio può avvenire con uno o entrambi i piedi a terra).

#### Penalizzazioni

- ogni volteggio in meno 5 sec.
- non toccare con entrambi i piedi il suolo terra del quarto volteggio 5 sec. (ogni volta) (eccetto per l'arrivo a
- non posare le mani tra le linee “Z” e “Y” 5 sec.

#### Prova n° 7

Si dirige agli ostacoli passando al di sotto il primo (cm 60), sopra al secondo (cm 40) e sotto il terzo (cm 60).

#### Penalizzazioni

- ogni passaggio non effettuato 15 sec.
- ogni passaggio non effettuato come descritto 5 sec.

#### Prova n° 8

Si dirige al contenitore, prende la palla, e, senza superare la linea EF, la passa liberamente al compagno successivo. L'allievo successivo parte quando riceve la palla e l'alunno che ha completato il percorso esce dal campo.

#### Penalizzazioni

- non effettuare il passaggio della palla 15 sec.
- effettuare il passaggio della palla superando la linea EF 5 sec.
- ricezione della palla superando la linea di partenza 5 sec.
- ricezione della palla da parte di altra persona 5 sec.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

**nota:**

- ogni ostacolo abbattuto ed attrezzo spostato durante il percorso deve essere ricollocato nella giusta posizione dallo stesso concorrente, prima che concluda il percorso o inizi la sua prova il compagno successivo, altrimenti **5 sec** di penalità, ogni volta
- 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).

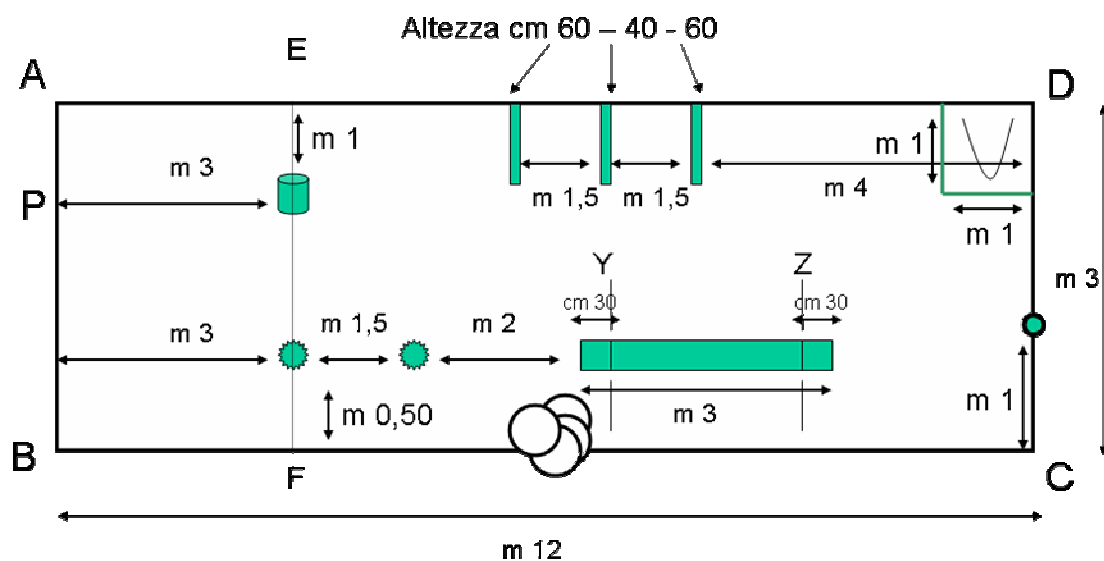
# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

Tabella comparativa dei tempi e dei punteggi relativi al percorso ginnastico

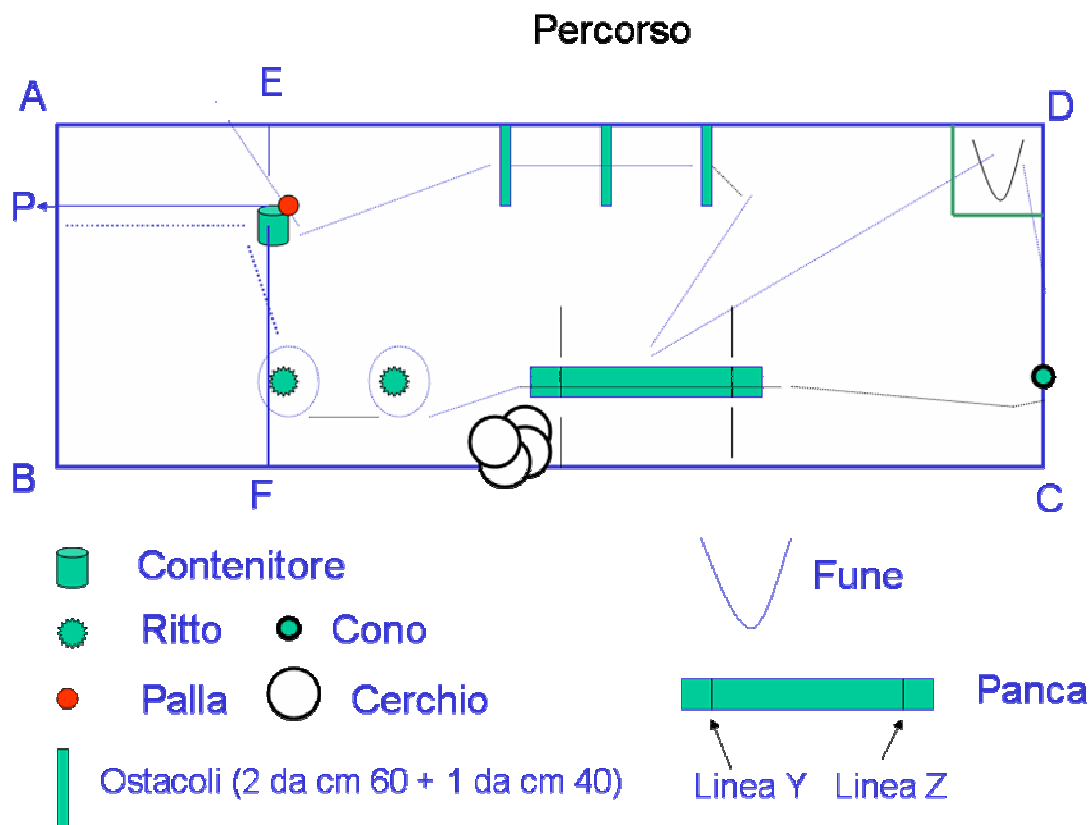
SECONDI	PUNTI	SECONDI	PUNTI	SECONDI	PUNTI	SECONDI	PUNTI	SECONDI	PUNTI	SECONDI	PUNTI
80	40,00	127	37,65	174	35,30	221	32,95	268	29,20	315	24,50
81	39,95	128	37,60	175	35,25	222	32,90	269	29,10	316	24,40
82	39,90	129	37,55	176	35,20	223	32,85	270	29,00	317	24,30
83	39,85	130	37,50	177	35,15	224	32,80	271	28,90	318	24,20
84	39,80	131	37,45	178	35,10	225	32,75	272	28,80	319	24,10
85	39,75	132	37,40	179	35,05	226	32,70	273	28,70	320	24,00
86	39,70	133	37,35	180	35,00	227	32,65	274	28,60	Tutti i tempi oltre 320 p.20,00	
87	39,65	134	37,30	181	34,95	228	32,60	275	28,50		
88	39,60	135	37,25	182	34,90	229	32,55	276	28,40		
89	39,55	136	37,20	183	34,85	230	32,50	277	28,30		
90	39,50	137	37,15	184	34,80	231	32,45	278	28,20		
91	39,45	138	37,10	185	34,75	232	32,40	279	28,10		
92	39,40	139	37,05	186	34,70	233	32,35	280	28,00		
93	39,35	140	37,00	187	34,65	234	32,30	281	27,90		
94	39,30	141	36,95	188	34,60	235	32,25	282	27,80		
95	39,25	142	36,90	189	34,55	236	32,20	283	27,70		
96	39,20	143	36,85	190	34,50	237	32,15	284	27,60		
97	39,15	144	36,80	191	34,45	238	32,10	285	27,50		
98	39,10	145	36,75	192	34,40	239	32,05	286	27,40		
99	39,05	146	36,70	193	34,35	240	32,00	287	27,30		
100	39,00	147	36,65	194	34,30	241	31,90	288	27,20		
101	38,95	148	36,60	195	34,25	242	31,80	289	27,10		
102	38,90	149	36,55	196	34,20	243	31,70	290	27,00		
103	38,85	150	36,50	197	34,15	244	31,60	291	26,90		
104	38,80	151	36,45	198	34,10	245	31,50	292	26,80		
105	38,75	152	36,40	199	34,05	246	31,40	293	26,70		
106	38,70	153	36,35	200	34,00	247	31,30	294	26,60		
107	38,65	154	36,30	201	33,95	248	31,20	295	26,50		
108	38,60	155	36,25	202	33,90	249	31,10	296	26,40		
109	38,55	156	36,20	203	33,85	250	31,00	297	26,30		
110	38,50	157	36,15	204	33,80	251	30,90	298	26,20		
111	38,45	158	36,10	205	33,75	252	30,80	299	26,10		
112	38,40	159	36,05	206	33,70	253	30,70	300	26,00		
113	38,35	160	36,00	207	33,65	254	30,60	301	25,90		
114	38,30	161	35,95	208	33,60	255	30,50	302	25,80		
115	38,25	162	35,90	209	33,55	256	30,40	303	25,70		
116	38,20	163	35,85	210	33,50	257	30,30	304	25,60		
117	38,15	164	35,80	211	33,45	258	30,20	305	25,50		
118	38,10	165	35,75	212	33,40	259	30,10	306	25,40		
119	38,05	166	35,70	213	33,35	260	30,00	307	25,30		
120	38,00	167	35,65	214	33,30	261	29,90	308	25,20		
121	37,95	168	35,60	215	33,25	262	29,80	309	25,10		
122	37,90	169	35,55	216	33,20	263	29,70	310	25,00		
123	37,85	170	35,50	217	33,15	264	29,60	311	24,90		
124	37,80	171	35,45	218	33,10	265	29,50	312	24,80		
125	37,75	172	35,40	219	33,05	266	29,40	313	24,70		
126	37,70	173	35,35	220	33,00	267	29,30	314	24,60		

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
**Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**



## Schema percorso

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
**Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**



# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### CONCORSO MASCHILE

#### Esercizio di squadra a corpo libero

**Abbigliamento** : tenuta sportiva libera

L'esercizio a corpo libero viene eseguito dai 4 componenti della squadra con accompagnamento musicale di libera scelta (con qualsiasi tipo di strumento, orchestrato e/o cantato). La musica deve avere una durata compresa tra i 50" e 1'10" (La durata dell'esercizio viene calcolata dal primo movimento all'ultima azione ginnastica eseguita). L'esercizio deve essere costruito, secondo una coreografia di libera ideazione, che comprenda, a scelta, tre elementi pre-acrobatici e tre ginnici tra quelli riportati nelle rispettive tabelle.

Ogni elemento scelto, uguale per tutti i ragazzi, deve essere eseguito contemporaneamente dai 4 alunni, in successione libera.

La pedana di lavoro è di m. 8 x 8.

#### TABELLA ELEMENTI PRE-ACROBATICI

1) Capovolta avanti rotolata, partenza e arrivo liberi
2) Capovolta indietro, partenza e arrivo liberi
3) Ruota, partenza ed arrivo liberi
4) Candela tenuta 2" (arti in atteggiamento libero)

#### TABELLA ELEMENTI GINNICI

1) ½ giro perno (180°), eseguito su un'avampiede
2) Un salto artistico di libera scelta
3) Un equilibrio tenuto 2" in appoggio su un arto inferiore, anche su tutta la pianta del piede (arto libero in atteggiamento libero)
4) Una semplice formazione di acro-gym, eseguita dai quattro alunni contemporaneamente

- **nota:** per formazione Acro-gym si intende una figura "statica" risultante dall'organizzazione di posizioni assunte contemporaneamente dai quattro alunni (ci deve essere un contatto di ogni alunno con uno o più compagni), in cui uno o più hanno funzione di supporto e/o di sostegno, anche parziali, per gli altri (non è ammessa una figura con il contatto a due a due, ma solo quella con una continuità di contatto tra i quattro alunni).

#### ***Punteggio***

Il punteggio è ripartito tra composizione ed esecuzione per un totale di punti 40.  
Ogni elemento vale punti 1.00.

#### Composizione (punti 26)

Valore elementi (punti 6 per 4 alunni)

punti 24

Utilizzo dello spazio

punti 2

#### Esecuzione (punti 14)

Tecnica corporea, tecnica degli elementi

punti 10

Lavoro in accordo con la musica

punti 2

Sincronia nel lavoro

punti 2

=====

#### Totale

punti 40

#### Falli generali

Esercizio più corto di 50" o più lungo di 1'10"

p. 0.50

Uscire dalla pedana durante l'esercizio

p. 0.10 ogni volta

Esercizio senza accompagnamento musicale

p. 2.00

Conclusione dell'esercizio non a tempo con la musica

p. 0.50



## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Intervenire manualmente sulla musica	p. 0.30
Mancanza di fluidità nella costruzione dell'esercizio (pause)	p. 0.10 ogni volta
Mancanza di precisione	p. 0.10 ogni volta
Mancanza di accordo tra musica e movimento	p. 0.10 ogni volta
Elemento omesso	p. 1.00 ogni volta
Errori tecnici	sino a p. 0.30 ogni volta
Errori di esecuzione (atteggiamento scorretto degli arti o di tutto il corpo)	sino a p. 0.30 ogni volta
Perdita di equilibrio	sino a p. 0.30 ogni volta
Caduta	p. 0.50 ogni volta

# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### CONCORSO FEMMINILE

#### *Esercizio di squadra a corpo libero con l'uso di un piccolo attrezzo (palla o cerchio)*

**Abbigliamento** : tenuta sportiva libera.

L'esercizio a corpo libero viene eseguito dalle 4 componenti la squadra con accompagnamento musicale di libera scelta (con un qualsiasi strumento musicale, orchestrato e/o cantato).

La musica deve avere una durata compresa tra 50" e 1'10" (La durata dell'esercizio viene calcolata dal primo movimento all'ultima azione ginnastica eseguita).

L'esercizio deve essere costruito secondo una coreografia di libera ideazione che comprenda, a scelta, due elementi pre-acrobatici e due elementi ginnici tra quelli riportati nelle rispettive tabelle e due elementi, sempre a scelta, tra quelli riportati nella tabella "con l'uso del piccolo attrezzo" (importante è lavorare sempre con fluidità). Sono previsti quattro piccoli attrezzi uguali (a scelta tra palla o cerchio), uno per ogni alunna. Gli attrezzi possono essere posizionati prima o durante l'esercizio in forma libera dentro o fuori il quadrato del corpo libero; durante l'esercizio tuttavia i piedi delle alunne non potranno oltrepassare la linea di demarcazione del campo.

Ogni elemento scelto, uguale per tutti le ragazze, deve essere eseguito contemporaneamente dalle 4 alunne, in successione libera.

La pedana di lavoro è di m. 8 x 8.

#### **TABELLA ELEMENTI PRE – ACROBATICI (senza l'uso del piccolo attrezzo)**

1) Capovolta avanti rotolata con partenza ed arrivo liberi
2) Capovolta indietro con partenza ed arrivo liberi
3) Ruota con partenza ed arrivo liberi
4) Candela tenuta 2" (arti in atteggiamento libero)

#### **TABELLA ELEMENTI GINNICI (con o senza l'uso del piccolo attrezzo)**

1) ½ giro perno (180°), eseguito su un avampiede
2) Un salto artistico di libera scelta
3) Un equilibrio tenuto 2" ed eseguito su un arto inferiore, anche su tutta la pianta del piede (arto libero in atteggiamento libero)
4) Una semplice formazione di acro-gym, eseguita dai quattro alunni contemporaneamente

- **nota:** per formazione Acro-gym si intende una figura "statica" risultante dall'organizzazione di posizioni assunte contemporaneamente dai quattro alunni (ci deve essere un contatto di ogni alunno con uno o più compagni), in cui uno o più hanno funzione di supporto e/o di sostegno, anche parziali, per gli altri (non è ammessa una figura con il contatto a due a due, ma solo quella con una continuità di contatto tra i quattro alunni).

#### **TABELLA ELEMENTI CON L'USO DEL PICCOLO ATTREZZO**

(palla di ritmica / cerchio diametro cm. 80/90)

1) Uno scambio
2) Un rotolamento
3) Una collaborazione
4) Una circonduzione con l'attrezzo tenuto ad una o due mani

- **nota:** per "collaborazione" si intende un passaggio in cui una o più compagne risultano indispensabili per la realizzazione del movimento ginnastico.

#### ***Punteggio***

Il punteggio è ripartito tra composizione ed esecuzione per un totale di punti 40.

Ogni elemento vale punti 1.

#### Composizione (punti 26)

Valore elementi (punti 6 per 4 alunni)

punti 24

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

Utilizzo dello spazio punti 2

#### Esecuzione (punti 14)

Tecnica corporea, tecnica degli elementi, tecnica del piccolo attrezzo punti 10

Lavoro in accordo con la musica punti 2

Sincronia nel lavoro punti 2

=====

Totale punti 40

#### **Falli generali**

Esercizio più corto di 50" o più lungo di 1'10" p. 0.50

Uscire dalla pedana durante l'esercizio (corpo e/o attrezzo) p. 0.10 ogni volta

Esercizio senza accompagnamento musicale p. 2.00

Conclusione dell'esercizio non a tempo con la musica p. 0.50

**Intervenire manualmente sulla musica** p. 0.30

Mancanza di fluidità nella costruzione dell'esercizio (pause) p. 0.10 ogni volta

Mancanza di precisione p. 0.10 ogni volta Mancanza di

accordo tra musica e movimento p. 0.10 ogni volta

Elemento omesso p. 1.00 ogni volta

Errori tecnici sino a p. 0.30 ogni volta

Errori di esecuzione (atteggiamento scorretto degli arti o di tutto il corpo) sino a p. 0.30 ogni volta

Perdita di equilibrio sino a p. 0.30 ogni volta

Caduta p. 0.50 ogni volta

#### **Falli con il piccolo attrezzo**

Perdita dell'attrezzo p. 0.10 ogni volta

Attrezzo riconsegnato da altra persona durante l'esercizio p. 0.30 ogni volta

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **GINNASTICA AEROBICA**

### **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 x 12; **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).

- 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**

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

- 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.

#### **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 controindicati tutti quelli che sollecitano eccessivamente l'apparato osteo-articolare e muscolo legamentoso esponendo i partecipanti al rischio di traumi (

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

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.

# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

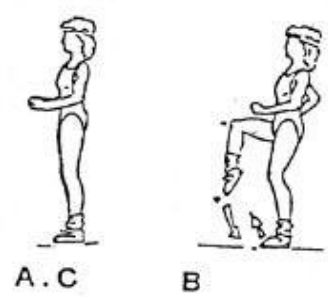
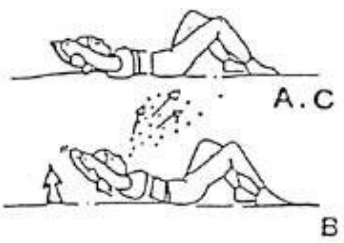
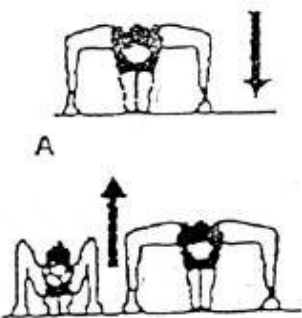
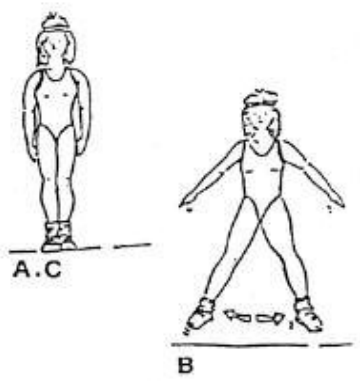
### Ginnastica Aerobica - Appendice

#### Descrizione tecnica degli elementi

elementi	descrizione	figura
JUMPING JACK (Saltelli uniti divaricati)	Dalla stazione eretta gambe unite, eseguire un saltello pari divaricato in fuori e successivamente un saltello pari unito. Eseguito solo sul piano frontale.	
LUNGE (Affondi)	Dalla stazione eretta gambe unite eseguire una contropiegata: sollevare un arto semipiegando il controlaterale, posare il piede sollevato al suolo e portare il busto in linea con la gamba in atteggiamento lungo; riunire eseguendo il movimento inverso. Può essere eseguito sia sul piano frontale che sagittale, sia a basso che ad alto impatto.	
KICK (Slanci arti inferiori)	Dalla stazione eretta gambe unite, elevare successivamente l'arto disteso; riunire eseguendo il movimento inverso. Può essere eseguito sia sul piano frontale che su quello sagittale, sia a basso che alto impatto.	

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

elementi	descrizione	figura
KNEE (Elevazioni arti flessi)	Dalla stazione eretta gambe unite, elevare l'arto libero semiflettendo la gamba sulla coscia e riunire. Può essere eseguito sia sul piano frontale che su quello sagittale, sia a basso che ad alto impatto.	
CRUNCH (Esercizi addominali)	Dalla posizione di decubito supino, gambe piegate e divaricate in fuori, sollevando il busto dal suolo e ritorno.	
PUSH-UP (Piegamenti sulle braccia)	Dalla stazione di corpo proteso dietro gambe unite o divaricate, avvicinare il petto al suolo piegando le braccia ed eseguire il movimento inverso rizzandole. Le gambe possono essere distese o semipiegate con le ginocchia in appoggio al suolo.	
AIR JACK (Salto divaricato)	Con stacco a piedi uniti eseguire un salto divaricando in fuori le gambe in volo e arrivo a piedi uniti.	



## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### PROGRAMMA SPERIMENTALE

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

#### **ESERCIZIO CORSIA PRE-ACROBATICA**

La prova consiste in tre ondate di lavoro, due realizzate su una corsia costituita da tre/quattro tappeti per una lunghezza di circa m. 6/8 e la terza utilizzando una pedana da volteggio. La squadra è formata da un minimo di 3 a un massimo di 6 alunni, che possono essere impegnati in forma libera nelle diverse ondate. Ogni ondata sarà costituita dalla successione delle esecuzioni di tre alunni che dovranno lavorare in continuità.

**PRIMA ONDATA:** ogni alunno deve eseguire la stessa progressione (uguale per i tre allievi) costituita da tre elementi scelti dalla tabella e collegati tra loro in forma libera.

<b>PRIMA ONDATA: Elementi tecnici (partenza e arrivo liberi)</b>
1) ½ rotolamento intorno all'asse longitudinale
2) Salto verticale (salto pennello con corpo in atteggiamento lungo)
3) Capovolta rotolata avanti
4) Salto sforbiciato avanti a gambe flesse (salto del gatto)
5) Capovolta rotolata indietro

**SECONDA ONDATA:** ogni alunno deve eseguire una progressione costituita da tre elementi scelti dalla tabella e collegati tra loro in forma libera, ma con un incremento (anche di un solo elemento) progressivo (dal primo al terzo allievo) di difficoltà (dal più semplice al più complesso).

<b>SECONDA ONDATA: Elementi tecnici (partenza e arrivo liberi)</b>
1) 1 rotolamento intorno all'asse longitudinale
2) Salto sforbiciato avanti a gambe tese
3) Salto verticale con gambe flesse in volo
4) Ruota
5) Sforbiciata degli arti inferiori in appoggio sugli arti superiori
6) Capovolta avanti saltata
7) Rondata

**TERZA ONDATA:** questa ondata prevede l'uso di una pedana da volteggio. Gli alunni che non partecipano, o l'insegnante, devono sistemare la pedana all'inizio della striscia dei tappeti per l'arrivo (è eventualmente consentito utilizzare un ulteriore tappetino morbido per la fase di arrivo). Il tutto deve avvenire con la massima velocità e fluidità. Al termine della prima e della seconda ondata uno o più alunni possono tornare indietro di corsa e predisporre ad eseguire la terza ondata o rimanere al lato della corsia.

Ogni alunno eseguirà un salto scelto liberamente tra quelli della seguente tabella:

<b>TERZA ONDATA: Elementi tecnici</b>
1) Salto pennello
2) Salto pennello raggruppato (gambe flesse avanti)
3) Salto pennello con mezzo giro
4) Salto pennello con una divaricata frontale
5) Salto carpiato

#### **Punteggio**

- ogni elemento vale 1 punto
- organizzazione del lavoro
- tecnica d'esecuzione

punti 21  
punti 1  
punti 18  
=====

Totale

punti 40

Falli generali

Elemento omesso

p. 1.00 ogni volta

Mancanza di continuità e di ordine negli spostamenti

p. 0.10 ogni volta

Errori tecnici

sino a p. 0.30 ogni volta

Errori di esecuzione (atteggiamento scorretto degli arti o di tutto il corpo)

sino a p. 0.30 ogni volta

Perdita di equilibrio

sino a p. 0.30 ogni volta

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
**Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Caduta

p. 0.50 ogni volta

Mancanza di incremento di difficoltà

p. 0.50

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **GOLF**

##### **Programma tecnico**

- 1° giorno: 18 buche a coppie formula 4 palle la migliore stableford ( sono ammesse coppie miste );
- 2° giorno: 18 buche individuali formula stableford.

**Per le fasi precedenti quella nazionale il programma tecnico può essere limitato alla sola prova a coppie**

##### **Rappresentativa di Istituto**

La rappresentativa di Istituto è composta da 6 alunni di cui almeno 2 alunne.

##### **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.

##### **Punteggi e classifica:**

Verranno redatte distinte classifiche sia per la prova a coppie che per la prova individuale.

La classifica per Rappresentativa di Istituto si ottiene sommando i 2 migliori risultati della prova a coppie e i migliori 5 risultati della prova individuale.

##### **Casi di parità**

In caso di parità deciderà il risultato scartato nella prova a coppie, in caso di ulteriore parità deciderà il risultato scartato nella prova individuale.

Se la parità sussiste anche dopo aver considerato i 2 risultati scartati, sarà giocato uno spareggio buca per buca, e ogni istituto sarà rappresentato dal giocatore o giocatrice che ha ottenuto il punteggio migliore nella prova individuale.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **HOCKEY**

### **HOCKEY 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.

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

#### ***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 F.I.S.G..

Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passerà al turno successivo sarà 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) dalla minore età; 6) sorteggio.

### **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 5 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. La superficie del campo deve essere levigata, di qualunque natura e materiale. Il campo può essere situato all'aperto o in locali chiusi.

Le porte sono costituite in tubo metallico o in materiale plastico a sezione tonda di cm. 105 di larghezza, 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 2 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 la squadra vincente.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

#### ***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.

## HOCKEY PRATO

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

Ogni squadra, maschile e femminile, è composta da 10 giocatori/trici (8 per semifinali e manifestazione nazionale) di cui 5 prendono parte al gioco. Si gioca senza il ruolo del portiere e non sono ammesse squadre con un numero di giocatori/trici inferiore a 6.

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

2 tempi di 20 minuti ciascuno con 5 minuti di intervallo.

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

Il campo di gioco misura di norma m.20 di larghezza e m.40 di lunghezza. Sono ammessi anche campi di misure diverse. La superficie del campo deve essere liscia di qualunque natura e materiale.

Le porte, potranno essere quelle regolamentari di m.3,66 per 2,14 o di m.3 per m.2 e m.1 di altezza.

L'area di tiro è una linea semicircolare tracciata dai pali o una parallela alla linea di fondo posta da un minimo di m. 6 ad un max di m. 9.

Il bastone da gioco è in plastica di gr. 400/600 circa e la pallina in plastica di gr. 90/100 circa.

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

I giocatori possono utilizzare il bastone con la sola parte piatta.

Sono ammessi tutti i colpi tecnici eccettuato il drive.

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

Non esiste la regola del fuorigioco.

Nessun giocatore può trovarsi a meno di 3 metri durante i tiri di punizione effettuati entro i tre metri dell'area di tiro.

Il tiro d'angolo si effettua a mt. 3 dall'angolo sulla linea laterale.

Nelle rimesse dal fondo e laterali i giocatori avversari devono essere ad una distanza minima di m. 3.

La vittoria vale in classifica punti 3, il pareggio punti 1, la sconfitta 0 punti.

Ai fini della convalida di una rete la pallina dovrà aver superato completamente la linea di porta.

#### ***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 l'area. Il giocatore della squadra in difesa che ha causato il fallo funge da portiere. Tutti gli altri sono oltre la metà campo. Quando il giocatore con la pallina effettua il passaggio al compagno, questi deve prima fermarla fuori area e poi giocarla con un tiro basso 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 sono scattati per aiutare o contrastare.

**Tiro rigore:** L'esecuzione del rigore è un flick eseguito a mt 6 dalla porta. Viene concesso quando un giocatore commette fallo volontario dentro la propria area di tiro impedendo gol certo. Il tiro d'angolo si effettua a m.3 dall'angolo sulla linea laterale.

#### ***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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## JUDO

### Programma tecnico

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

Maschili: fino a kg. 40 - kg. 45 - kg. 50 - kg. 55 - kg. 60 - kg. 66 - kg. 73 - oltre kg 73.

Femminili: fino a kg. 40 - kg. 44 - kg. 48 - kg. 52 - kg. 57 - kg. 63 - oltre kg. 63.

Ogni combattimento, maschile e femminile, dura 2 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 FIJLKAM per la classe Ragazzi. Il suddetto Regolamento ha come scopo quello di consentire una più larga partecipazione alla manifestazione da parte degli Istituti Scolastici che aderiranno ai Giochi, in quanto, limitando le tecniche ed escludendo quelle dell'agonismo esasperato, si garantisce anche al principiante di poter partecipare all'attività agonistica senza che ci sia un divario eccessivo tra i due contendenti.

## S H I A I

### **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 (contraccolpi 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 fluttuante)  
 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)

- 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.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

- 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.

#### **Per i 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'AVVERSAIO.
- AZIONI DI MAKI-KOMI E SUTEMI WAZA.

Sono, inoltre, vietate le tecniche di SHIME-WAZA (TECNICHE DI SOFFOCAMENTO) e KANSETSU-WAZA (TECNICHE DI 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 riscontrino 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **KARATE**

### **Programma tecnico**

#### ***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 approvati dalla Federazione.

### **REGOLE DI BASE**

Viene proposta una "COMBINATA" costituita da tre prove aventi lo scopo di consentire una valutazione articolata:

- A : PERCORSO - livello di sviluppo degli schemi motori di base;
- B: GIOCOSPORT- coordinazione oculo-manuale, coordinazione oculo-podale;
- C: PROVE TECNICHE KUMITE O KATA.

#### **A: PROVA DESTRUTTURATA – PERCORSO.**

Consiste nell'effettuazione di una serie di azioni(schemi) motorie in successione diversificate in ogni segmento del percorso.

#### **B: PROVA SEMISTRUTTURATA – Gioco tecnico con palloncino.**

Viene usato un palloncino di spugna, dimensione calcio, sospeso all'altezza del viso. La prova consiste in 20" di libera combinazione di tecniche di gambe + 15" di libera combinazione di tecniche di gambe e di braccia come da regolamento FIJLKAM.

#### **C: 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 FIJLKAM.

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

#### **Prova KATA-**

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

#### ***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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## Lotta

### Programma tecnico

### 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*

##### **Ragazzi/e**                      **11° anno**

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

**Ragazzi:** da Kg. 27 a Kg. 30 - fino a 34 – 38 – 43 – 48 – 54 – 61 – da Kg. 61 a Kg. 69

**Ragazze:** da Kg. 25 a Kg. 28 - fino a 32 – 36 – 41 – 46 – 51 – 57 – da Kg. 57 a Kg. 64

##### **Esordienti A**                      **12°-13°-14° anno**

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

**Maschi:** da Kg. 30 a Kg. 35 - fino a 41 – 47 – 54 – 61 – 68 – 75 – da Kg. 75 a Kg. 85

**Femmine:** da Kg. 28 a Kg. 33 - fino a 38 – 43 – 48 – 54 – 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).

**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;

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

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 stilata 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **MOTONAUTICA RADIOCOMANDATA**

### **Programma tecnico**

Il programma gare prevede più lanci, della durata di 5 minuti, intorno ad un triangolo equilatero di m.30 per lato.

Allo scadere dei 5 min. i concorrenti devono percorrere (entro 59 secondi) il giro in corso che sarà conteggiato aggiungendo ai 5 min. il tempo impiegato per completarlo. Qualora entro i 59 secondi il concorrente non completi il giro saranno conteggiati i giri compiuti allo scadere dei 5 minuti.

La partenza è fermi ed è data da un segnale acustico o vocale. La presenza di un orologio galleggiante è facoltativa.

### **Rappresentativa di Istituto**

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

### **Partecipazione**

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

### **Impianti ed attrezzature**

L'impianto del circuito prevede boe di percorso, boe di traguardo, pedana ed area per giudici e cronometristi e, eventualmente, orologio galleggiante.

Le imbarcazioni ammesse sono quelle con carena tradizionale equipaggiate con motore elettrico, alimentato con accumulatori ricaricabili, con elica immersa di serie, il tutto come dalle fiche di omologazione F.I.M..

### **Norme particolari**

In ogni momento della prova, dalla posa in acqua al rientro agli alaggi dello scafo, ogni boa elusa comporta un giro di penalità.

E' permesso durante la gara tornare indietro e recuperare all'esterno una boa appena elusa, senza creare ostacolo agli scafi che sopraggiungono.

Non è consentito recuperare una boa se si è già superata la successiva.

### **Punteggi e classifiche**

Le gare saranno svolte attraverso fasi eliminatorie di qualificazione (3 o 4 lanci da stabilire) più la finale.

Ogni batteria sarà formata da un massimo di 6 concorrenti

Sarà possibile scartare dal conteggio, in entrambi i casi (3 o 4 lanci stabiliti ad inizio gara), il lancio peggiore.

La finale sarà effettuata da n. 6 piloti che avranno acquisito il miglior risultato per somma di giri.

Nel caso i concorrenti superino le 12 unità, sarà disputata una seconda finale nella quale il vincitore sarà classificato al 7° posto della classifica generale.

Gli esclusi dalle finali, conteggiando i giri percorsi durante le qualifiche, occuperanno i posti dal 13° in poi.

Una volta stilata la classifica individuale, saranno assegnati i punteggi FIM già in uso e cioè: 1° = 400 punti, 2° = 300 p., 3° = 225 p., 4° = 169 p., 5° = 127 p., 6° = 95 p., 7° = 72 p., e 8° = 53 p. e così via. Dal 20° classificato in poi sarà assegnato 1 punto.

La classifica per rappresentative si otterrà sommando i punti ottenuti dai 3 migliori componenti lo stesso Istituto.

### **Casi di parità**

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

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010 Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### NUOTO

#### Programma tecnico

Maschile e femminile.

- m. 50 dorso, m. 50 rana, m. 50 farfalla, m. 50 stile libero, staffetta 4x50 stile libero.
- staffetta 4x50 **mista** stile libero ( 2M + 2F ).

#### Partecipazione

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

Le gare individuali e la staffetta 4x50 stile libero sono effettuate dagli stessi ragazzi.

E' consentito ad ogni istituto partecipare sia alle prove individuali che alla staffetta 4x50 **mista** stile libero; l'attività relativa allo staffetta **mista** si esaurisce a livello **provinciale o regionale**.

La staffetta 4x50 **mista** dovrà essere disputata da atleti ( 2M + 2F ) diversi da quelli iscritti nelle gare del programma individuale.

#### Rappresentativa di 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).

#### Impianti ed attrezzature

Le gare si disputeranno in impianti idonei.

#### 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 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 a squadre (maschile e femminile separate) saranno presi in considerazione il risultato della staffetta 4 x 50 stile libero ed i 4 migliori risultati ottenuti in specialità diverse da studenti appartenenti alla stessa scuola. 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. Nel caso la parità dovesse persistere prevarrà la rappresentativa che avrà ottenuto il miglior piazzamento nella staffetta 4 x 50 stile libero; in caso di ulteriore parità passerà il turno la squadra più giovane.

## 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.

##### 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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

Sono ammesse esclusivamente staffette integrate ossia composte da un minimo di 2 alunni disabili appartenenti indifferentemente ad una o più 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/squadra. 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).

## **NUOTO PINNATO E ATTIVITA' SUBACQUEE**

#### **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.

#### **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.

Nel 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.

## **NUOTO SALVAMENTO**

#### **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.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### ***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 la partenza, 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, 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 può darsi 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 quante 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 2009/2010** **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

### **ORIENTAMENTO**

**Programma Tecnico**

Maschile e femminile.

> Corsa di orientamento.

**Rappresentativa di istituto**

La Rappresentativa di Istituto 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**

L'impianto ideale per le gare di corsa di orientamento è rappresentato da un territorio cartografato (in genere un bosco).

**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 arrivato. Ai ritirati e agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadra 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**

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

### **ALUNNI CON DISABILITÀ**

**Indicazioni Tecnico organizzative**

La FISO (Federazione Italiana Sport Orientamento), di concerto con il C.I.P., organizza la specialità del TRAIL - O, riservata agli alunni con disabilità.

Le due federazioni (FISO e CIP) si impegnano ad organizzare percorsi adatti alle persone con disabilità in concomitanza con le varie fasi dei G.S.S.

Il TRAIL - O prevede per la scuola media di primo grado un'unica categoria.

Si svolge lungo comode stradine, con lievi pendenze e possibilmente panoramiche.

Ogni concorrente avrà a disposizione un punzone personale per effettuare la punzonatura del cartellino.

- Al via i concorrenti riceveranno la cartina con il percorso da effettuare e partiranno distanziati tra loro di alcuni minuti
- Il percorso deve essere segnalato in cartina (es. con puntini rossi) e nella realtà (es. con fettucce bianco/rosse)
- Lungo il percorso saranno posizionate alcune postazioni contraddistinte da un paletto e da un numero.
- Posizionandosi frontalmente alla postazione, il concorrente individuerà nel terreno tre lanterne, di cui due saranno false e una sola correttamente posizionata esattamente sull'oggetto o sul particolare contraddistinto in cartina dal un cerchio rosso.
- Per convenzione la prima lanterna partendo da sinistra è la lanterna "A" la seconda al centro la lanterna "B" e la terza, a destra, la "C". Queste lanterne vanno posizionate ad una distanza dalla postazione tra 0 e 20 mt.
- Il concorrente deve individuare quale delle tre lanterne posizionate nella realtà corrisponde a quella segnata in cartina e quindi punzonare il cartellino nella casella "A", "B" o "C".
- La postazione non sarà segnata sulla cartina, ma spetta al concorrente individuarne l'esatta posizione.
- La lunghezza del percorso non potrà superare i 2,5 km e il tempo massimo dovrà essere compreso tra 1,5 e 2 ore; il numero di postazioni lungo il percorso non potrà superare le 12/15 unità.
- La cartina di gara dovrà avere una scala, in linea di massima, da 1:2500
- Piazzole a tempo: in due o massimo tre piazzole sarà rilevato il tempo impiegato a rispondere; il rilievo cronometrico ha unicamente lo scopo di classificare 2 e più concorrenti che abbiano fornito, al termine del percorso, uno stesso numero di risposte esatte.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

- Il tempo a disposizione è 1 minuto ed ha inizio con la sistemazione davanti alla postazione e termina alla punzonatura del cartellino.
- In questa postazione ogni risposta errata è penalizzata con l'aggiunta al tempo impiegato, di 60 secondi. La risposta non data viene penalizzata con 2 minuti.
- Le postazioni non devono essere segnate in cartina e non devono essere visibili al concorrente. Il giudice addetto consegnerà una cartina di gara apposita, orientata, solo dopo essersi sincerato che l'atleta abbia individuato sul terreno le 3 lanterne.
- Dove possibile l'arrivo sarà comune alle altre categorie. Va tagliato il traguardo, consegnato il pettorale ed il cartellino ai giudici d'arrivo.
- Il livello di difficoltà previsto per la scuola è il livello "B".
- La classifica finale verrà stilata sulla base delle punzonature corrette senza tenere conto del tempo impiegato.
- Gli accompagnatori hanno unicamente la funzione di sorvegliare e di aiutare fisicamente i concorrenti a superare le difficoltà legate agli spostamenti.
- Il presente regolamento non è vincolante e rigido, ma dovrà essere adattato alle situazioni contingenti e ambientali in cui si svolge la prova, al numero e alle caratteristiche dei partecipanti, al fine di favorire la più ampia partecipazione.



## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PALLACANESTRO

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

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

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

In tutte le fasi le gare si svolgeranno in 4 tempi di 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 minuti.

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

I campi sono di norma regolamentari; sono tollerate misure diverse.

I canestri sono di tipo regolamentare (altezza m. 3.05), i palloni regolamentari (n. 7 per la categoria Maschile - n.6 per quella Femminile).

### **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.

#### ***Avvicendamento dei giocatori:***

Nel secondo tempo di gioco l'insegnante deve obbligatoriamente sostituire almeno 3 dei 5 giocatori/trici che hanno disputato il primo tempo. Questi 3 giocatori/trici possono essere sostituiti nel corso del secondo tempo solo con giocatori/trici che non hanno preso parte alla gara, mentre i 2 giocatori/trici che hanno disputato il primo tempo possono essere sostituiti con chiunque. Si possono effettuare sostituzioni in ogni momento della gara. Si ritiene soddisfatto tale obbligo quando un giocatore rimane in campo per la durata di un qualsiasi tempo di gioco.

#### ***Superamento della metà campo:***

Il tempo per portare o far pervenire la palla in attacco è di 8 secondi. Vigè la regola dell'infrazione di campo. Rimangono vigenti tutte le altre regole a tempo (3'', 5'', 24'').

#### ***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.

#### ***Difesa:***

E' obbligatoria la difesa individuale e non è consentito alcun altro tipo di difesa.

Ogni volta che l'arbitro rileva una "infrazione per la difesa illegale" dovrà interrompere il gioco. Alla prima infrazione ammonirà ufficialmente l'insegnante, alla seconda infrazione l'arbitro comminerà un fallo tecnico all'insegnante che non influisce nel computo dei falli per il bonus di squadra.

#### **- Fallo tecnico del giocatore in campo:**

Il fallo tecnico di un giocatore in campo è sanzionato con due tiri liberi più la rimessa dal punto centrale della linea laterale da parte della squadra avversaria. Viene conteggiato nel bonus dei falli di squadra.

#### **- Fallo tecnico alla panchina**

Il fallo tecnico della panchina è sanzionato con due tiri liberi più la rimessa dal punto centrale della linea laterale da parte della squadra avversaria. Non viene conteggiato nel bonus dei falli di squadra.

#### **- Fallo di squadra**

Una squadra esaurisce il bonus se ha commesso 5 falli di squadra in un periodo di gioco. Nei tempi supplementari vanno conteggiati i falli del quarto periodo per il raggiungimento del bonus.

#### ***Casi di parità***

Nel caso di parità di punteggio al termine dei tempi regolamentari, si svolgerà un tempo supplementare di 5 minuti, ed in caso di ulteriore parità si procederà all'effettuazione dei 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; 5) dalla minore età.

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **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 (composte da 5 giocatori in campo) devono essere formate 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 con disabilità.

### **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 abili. La palla che sta per entrare nella sfera di competenza del giocatore disabile, 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 nel 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **PALLAMANO**

### **Composizione delle squadre**

Ogni squadra, maschile e femminile é composta da un massimo di 14 giocatori senza distinzione fra giocatori di campo e portieri.

Sono presenti sul campo di gioco 7 giocatori di cui uno é il 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 miglior risultato in favore della squadra avversaria.

### **Tempi di gioco**

Gli incontri si disputano in 2 tempi di 20' ciascuno con intervallo di 10 minuti.

### **Impianti ed attrezzature**

Il campo misura di norma m. 20 di larghezza e m. 40 di lunghezza, Sono consentite anche misure inferiori.

Le porte di gioco possono essere in legno, lega leggera o in ferro delle dimensioni di m. 2 d'altezza e mt. 3 di lunghezza e devono essere ancorate al terreno e con una sezione quadrata di cm 8 per lato.

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

### **Abbigliamento**

La numerazione dei giocatori é libera. Il portiere deve indossare una maglia di colore diverso da quello dei compagni di squadra e dai componenti della squadra avversaria.

Al momento in cui 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 é 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 la sua mano. Gli attaccanti possono superare la linea mediana dopo il fischio dell'arbitro.

E' ammesso 1 time-out di 1 minuto per tempo per ogni 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 condizione:

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 squalifica.
- espulsione definitiva (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 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) dal sorteggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PALLAPUGNO LEGGERA

### Programma Tecnico

L'incontro si svolge sulla distanza minima di 7 giochi e termina quando una delle due squadre arriva per prima a quota 7 con almeno 2 giochi di scarto. Il punteggio dei singoli giochi è 15 - 30 - 40 gioco, senza vantaggi. Alternativamente, per le fasi Finali (provinciali, regionali e interregionali) gli incontri possono essere articolati sulla distanza di 2 set su 3, ciascun set sulla distanza minima di 5 giochi. 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/trici (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 disputare l'incontro 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 incontro (o ad ogni set per incontri articolati sulla distanza dei 2 set su 3).

Possono essere effettuate due sostituzioni, ad ogni incontro, per ciascuna squadra (o ad ogni set per incontri articolati sulla distanza dei 2 set su 3). 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 gli incontri articolati sulla distanza di 2 set su 3, all'inizio di ciascun set può essere schierato un quartetto diverso, scegliendo tra gli atleti iscritti a referto.

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;
- 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 6 - 6 il programma tecnico del Torneo può prevedere la prosecuzione ad oltranza (da preferire in turni di Finale: 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) oppure il tie-break (le squadre battono una volta ciascuna con l'obbligo dell'alternanza in battuta dei giocatori secondo lo stesso ordine seguito nei precedenti giochi) che si conclude alla conquista del settimo punto, con due di vantaggio: 7-

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

5; 8-6, ecc..

Per gli incontri sulla distanza di 2 set su 3, 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).

#### **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 0 – 5 (0 – 3 per 2 set per gli incontri 2 set su 3).

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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PALLATAMBURELLO

### Regolamento

#### *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 m 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 nè 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 è decisivo per l'assegnazione del gioco. L'arbitro è 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 è 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 nè il tamburello nè alcuna parte del corpo del battitore: in caso contrario si perde il quindici; è 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 (nel caso non sia in grado di riprendere il gioco) 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.

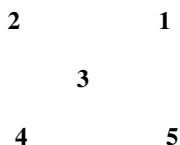
**L'insegnante è tenuto** a restare all'esterno del campo, lateralmente, in prossimità della propria panchina.

**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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

**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, colpisce in sua vece la palla.

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

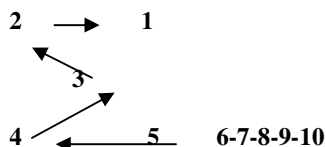
- la prima volta l'arbitro fischia e richiama il giocatore;
- la seconda volta la squadra perde il quindici;
- la terza volta il giocatore che ha commesso il fallo viene ammonito e la squadra perde il quindici;
- la quarta volta il giocatore che ha commesso il fallo viene espulso e la squadra perde il 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 alla classificazione in base 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) dalla minore età;

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

e) dal 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.

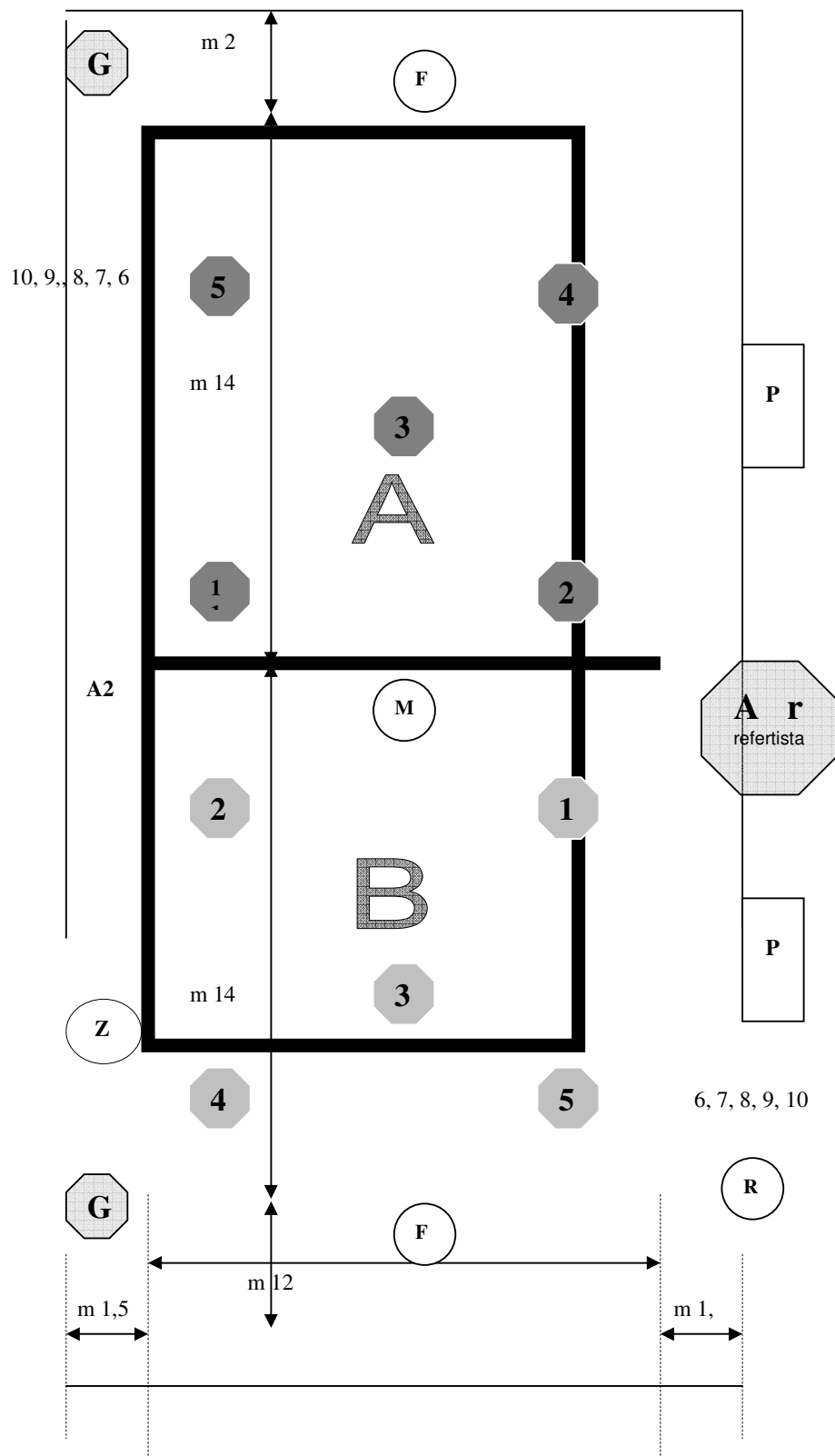
**Per quanto non contemplato** nel presente regolamento si fa riferimento alle Carte Federali in vigore della Federazione Italiana Palla Tamburello.



# Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

## Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### 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 2009/2010 Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

### 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: maschi m. 2,24 - femmine m. 2,15.

E' consentito l'uso di vari tipi di pallone, in pelle o in materiale sintetico, purchè 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 3° set prevede sia la ripetizione del sorteggio che il cambio del campo al 13° punto.

Ogni set vinto vale 1 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 3° 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 scelta della tecnica di battuta è libera. La zona di servizio è larga mt. 9.

La palla può colpire ogni parte del corpo del giocatore.

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

Sono ammesse 6 sostituzioni per ogni squadra ad ogni set.

Non è consentito l'uso del giocatore "libero".

Non costituisce fallo la ricezione del servizio avversario eseguita con tecnica di palleggio.

L'insegnante può dare istruzioni di gioco agli studenti/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 competente Federazione Nazionale, ogni Commissione Organizzatrice potrà attivare fino alla fase provinciale inclusa, ed in collaborazione con i locali comitati FIPAV, tornei di classe "1,2,3 Volley" con squadre a tre giocatori, riservati agli studenti delle classi prime.*

### PALLAVOLO INTEGRATA MISTA

I Giochi Sportivi Studenteschi di Pallavolo, 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 (composte da 6 giocatori in campo) devono essere formate da un minimo di 3 alunni disabili (qualsiasi tipo di disabilità) e da un massimo di 3 alunni normodotati frequentanti lo stesso Istituto degli alunni con disabilità.

<sup>1</sup> Per concentramento si intende ogni manifestazione che prevede per una squadra più di una gara in una giornata.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PATTINAGGIO

### PATTINAGGIO CORSA

**Programma Tecnico**

> Percorsi con moduli predefiniti.

**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**

Le gare si potranno svolgere su qualunque superficie piana e levigata.

E' libera la scelta dei pattini.

Norme particolari

Sono previste le seguenti penalità:

- 25/100 di secondo per l'abbattimento e lo spostamento di un birillo in genere e per lo spostamento di un'asta del modulo "superamento ritmico".
- 1 sec. per il salto di un birillo nei moduli "slalom a pettine", "slalom angolato", "passo catena", "entra e salta" e per l'abbattimento di un'asta nel modulo "salto e sottopasso".
- Il salto del primo e/o del secondo birillo del modulo "rallentamento finale" comporta l'eliminazione per salto del modulo.

In caso di caduta la prova è sospesa e viene ripetuta.

**Punteggi e classifiche**

Il punteggio viene determinato sulla base delle prove a cronometro.

Ciascun modulo dei percorsi deve essere eseguito correttamente. Il salto di un intero modulo e la diversa percorrenza delle traiettorie dello stesso porta all'eliminazione del concorrente.

Per compilare la classifica finale si sommano i tempi dei due percorsi e si assegnano 1 punto al primo, 2 punti al secondo, ecc., fino all'ultimo regolarmente classificato.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi delle classifiche individuali dei 3 alunni/e.

La Rappresentativa di istituto vincente sarà quella che avrà sommato il minor punteggio.

**Casi di parità**

In caso di parità tra 2 Rappresentative prevarrà quella in cui i concorrenti risulteranno più giovani.

## 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 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.

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' massimo 2'30".

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **PATTINAGGIO SUL GHIACCIO**

### **VELOCITÀ (Short Track)**

#### **Programma Tecnico**

> Maschile e femminile m.500.

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 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.

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 lo stesso istituto).

#### **Casi di parità**

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

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PENTATHLON MODERNO

### ***Programma Tecnico***

Gara individuale di:

- Nuoto (m. 100).
- Corsa (m. 1000).

### ***Rappresentativa di Istituto***

Le Rappresentative di Istituto, maschili e femminili, sono composte da un **numero illimitato di atleti/e.**

### ***Partecipazione***

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

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

- Corsa: non è richiesto nessun campo particolare, i percorsi devono essere pianeggianti, ricavati possibilmente su fondo naturale o pista.
- Nuoto: impianto idoneo, presente nella zona, purché la piscina abbia le seguenti dimensioni: mt. 50 o mt. 25.

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

Nuoto maschile: 100 metri stile libero, 1' 14" = 1000 punti, +/- 4 punti x 3,3 decimi.

Nuoto femminile: 100 metri stile libero, 1' 20" = 1000 punti, +/- 4 punti x 3,3 decimi.

Corsa maschile: 1000 metri, 3' 10" = 1000 punti, +/- 8 punti per 1 secondo.

Corsa femminile: 1000 metri, 3' 40" = 1000 punti, +/- 8 punti per 1 secondo.

**A tutti i partecipanti verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale delle due prove.**

Saranno premiati i primi 6 atleti delle classifiche individuali e le prime tre Rappresentative scolastiche composte dalla somma del punteggio dei migliori 3 atleti per ogni Rappresentativa di Istituto.

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## 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 m.2 x m.4; 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 utilizzate 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 due o più rappresentative, prevarrà quella più giovane.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## PESISTICA

### Programma Tecnico

SALTO TRIPLO DA FERMO

LANCIO DELLA PALLA ZAVORRATA

ESERCIZIO TECNICO DELLO SLANCIO

La gara si svolge suddividendo gli alunni in 5 categorie di peso personale.

### Rappresentativa di Istituto

Ogni rappresentativa di Istituto sia maschile che femminile è composta da 5 alunni.

### Partecipazione

Ai Giochi Sportivi Studenteschi di Pesistica possono partecipare gli Alunni/e di 13 e 14 anni di età compiuta o da compiere nell'anno solare (nati/e negli anni 1996 e 1997).

La gara è riservata agli alunni/e della Scuola Media Inferiore e si svolge a squadre maschili e femminili composte ciascuna da un massimo di 5 Alunni/e (UNO/A PER OGNI CATEGORIA DI PESO).

Le Scuole partecipano alle varie fasi (scolastica, provinciale e regionale) presentando il giorno della competizione una lista nominativa - sottoscritta dal Dirigente Scolastico - degli alunni/e componenti la squadra (ciascuna Scuola può presentare un massimo di 3 squadre sia maschili che femminili).

### Categorie di peso

La gara si svolge suddividendo gli alunni nelle seguenti categorie di peso maschili/femminili:

Fino a kg. 43

Fino a kg. 50

Fino a kg. 57

Fino a kg. 66

Oltre kg. 66

### Impianti ed attrezzature

Le gare vengono svolte su impianti regolamentari approvati dalla Federazione (F.I.P.C.F.).

Per le Fasi Scolastiche, Provinciali, Regionali e Nazionali vengono utilizzate le seguenti attrezzature:

1. Bilanciere giocattolo a carico fisso di Kg 10;

2. Palla zavorrata da Kg 3;

3. Predisposizione di una corsia larga metri 1x14 con annessa cordella metrica, per l'effettuazione dell'esercizio di salto;

4. Predisposizione di un settore per il lancio largo metri 4x15 e suddivisi in 21 zone punteggio, la prima di metri 5 e le altre di centimetri 50 l'una, come da schema di seguito illustrato.

### Regole tecniche per tutte le fasi

La gara si svolge sulle seguenti tre prove:

**Salto triplo da fermo** con partenza ed arrivo a piedi pari, senza soluzione di continuità; possono essere effettuate due prove ed ai fini del punteggio viene presa in considerazione la migliore. La misura ottenuta viene moltiplicata per 2 e trasformata in punteggio (es. metri 5,05x2 = punti 10,10). La misurazione viene effettuata dal punto più arretrato del corpo dell'Atleta che tocca la corsia dopo l'atterraggio (es.: un Atleta che si sbilancia e cade indietro: la misura viene presa dalla linea di partenza fino alla mano più arretrata che si è appoggiata alla corsia).

Il salto è nullo se l'atleta esce dalla corsia durante l'esecuzione dei tre salti o dell'atterraggio, cioè se tocca la linea esterna con qualsiasi parte del corpo.

**Lancio della palla zavorrata** da Kg. 3 da avanti-basso in alto-dietro, con partenza da palla ferma a terra. Ai fini del punteggio viene considerata la migliore tra le due prove effettuate. Il settore lancio è suddiviso in fasce di punteggio come dal seguente schema:

Metri	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10
Punti	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10
Metri	10,5	11	11,5	12	12,5	13	13,5	14	14,5	15	15,5
Punti	10,5	11	11,5	12	12,5	13	13,5	14	14,5	15	15,5

Il punteggio da aggiudicare all'Atleta risulterà dalla fascia in cui cadrà la palla zavorrata. Se la palla zavorrata cade sulla linea tra due fasce di punteggio, è da considerarsi valida la fascia più vicina alla linea di lancio.

Il lancio è nullo se:

- l'Atleta compie il lancio con movimento non continuo. Il movimento della palla deve essere continuo verso l'alto, partendo dalla posizione iniziale di palla ferma, appoggiata a terra. Non sono ammesse interruzioni dopo che la palla è stata afferrata e si è staccata da terra;
- l'Atleta supera la linea di partenza durante il lancio, cioè se calpesta o supera con i piedi o qualsiasi altra parte del corpo, la linea di inizio del settore lanci;
- la palla zavorrata tocca a terra lateralmente, fuori delle linee del settore lanci.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

**Slancio con bilanciere giocattolo** a carico fisso da Kg 10 con le regole tecniche della Pesistica. Vengono effettuate tre alzate; per ogni alzata ritenuta valida vengono assegnati 4 punti, per ogni alzata nulla zero punti.

Lo slancio è nullo se:

- nella fase di girata ed appoggio del bilanciere sulle spalle, ci sia contatto tra arti superiori ed arti inferiori;
- nella fase di spinta non venga effettuata una simultanea e completa distensione degli arti superiori;
- nella fase conclusiva l'alunno non si fermi per un attimo con i piedi allineati e gli arti inferiori e superiori completamente distesi.

#### **Classifiche e premiazioni**

In ogni fase le classifiche per squadre scolastiche, vengono stilate prendendo in considerazione esclusivamente il punteggio totale dei tre esercizi di ogni alunno. In caso di parità di punteggio prevale in classifica la squadra che ha effettuato il minor numero complessivo di prove nulle.

Alle squadre scolastiche 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> classificate sia maschili che femminili sono assegnate le coppe e agli alunni/e componenti le suddette squadre medaglie (oro, argento e bronzo) messe in palio dal Comitato organizzatore.

#### **Finale Nazionale**

Accedono alla finale nazionale gli Istituti scolastici con le squadre maschili e femminili risultate vincenti nelle Fasi Regionali o in assenza di quest'ultime, quelle vincenti nelle Fasi Provinciali.

#### **Copertura assicurativa Finale Nazionale**

La Federazione garantisce la copertura assicurativa di tutti gli alunni/e partecipanti alla Finale Nazionale. Sarà cura delle Scuole inviare ai Comitati Regionali FIPCF competenti gli elenchi completi di dati anagrafici dei partecipanti almeno 30 giorni precedenti la data di svolgimento della Finale Nazionale.



## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **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/Al) non è consentita la realizzazione di gesti tecnici che prevedano contatti fisici diretti tra allievi.*

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## RUGBY

### *Categorie*

- Cat **B** (mista M + F): 1^ e 2^ media (nati '98, '99) fino alla fase regionale inclusa.
- Cat. **A** : 2^ e 3^ media M o F (nati '96 e '97).

### **Composizione delle squadre**

Cat. A Femminile: 7 giocatrici più 3 riserve.

Cat. A Maschile: 12 giocatori più 3 riserve.

**Cat. B Mista: 12 giocatori più 3 riserve.**

Tutti i giocatori devono essere utilizzati nella partita.

### *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. 56/59 di lunghezza. Il fondo deve essere possibilmente erboso e comunque non duro e pericoloso.

Si utilizza la palla ovale n° 4.

### *Abbigliamento*

Scarpe da ginnastica e/o scarpe da gioco munite di tacchetti di gomma o plastica senza anima metallica.

### **Disposizioni tecniche CATEGORIA “ B “ (Classi prime e seconde))**

#### **Regolamento U.11 F.I.R. con le seguenti modifiche:**

- **Modo di giocare**

Il calcio è permesso da qualsiasi punto del campo ma deve rimanere all'interno del campo stesso, il gioco riprende dal punto da dove si è calciato se la palla esce dal campo.

- **Rimessa laterale**

**NON SI GIOCHERANNO RIMESSE LATERALI.** Nel caso di uscita del pallone in touche il gioco riprenderà con un Calcio Libero, a favore della squadra che non ha determinato l'uscita del pallone, all'altezza del punto dove sarebbe stata giocata la Rimessa Laterale. Il Calcio Libero verrà assegnato a 5 metri dalla linea di touche e la squadra in difesa dovrà posizionarsi a 3 metri da tale punto.

- **MISCHIA**

**NON SI GIOCHERANNO MISCHIE.** Per tutte le infrazioni per le quali è prevista una mischia, in sostituzione e sullo stesso punto, verrà assegnato un Calcio Libero a favore della squadra che non ha commesso l'infrazione. La squadra in difesa dovrà posizionarsi a 3 metri da tale punto.

- **Maul**

Non è consentito far crollare il maul.

Punizione: Calcio di Punizione.

Nel momento in cui il maul arresta il suo avanzamento originario, la squadra portatrice ha 3 secondi per far uscire il pallone dal maul.

Punizione: Calcio Libero.

INOLTRE, al fine di ulteriormente incrementare la sicurezza dei giocatori:

- **Il placcaggio è concesso solo dalla vita in giù**
- **NON è concesso il frontino**

### **Disposizioni tecniche CATEGORIA “ A “ (Classi seconde e terze)**

#### **Regolamento U13 FIR con le seguenti modifiche:**

- **Modo di giocare**

Il calcio è permesso da qualsiasi punto del campo ma deve rimanere all'interno del campo stesso, il gioco riprende dal punto da dove si è calciato.

- **RIMESSA LATERALE**

**NON SI GIOCHERANNO RIMESSE LATERALI.** Nel caso di uscita del pallone in touche il gioco riprenderà con un Calcio Libero, a favore della squadra che non ha determinato l'uscita del pallone, all'altezza del punto dove sarebbe stata giocata la Rimessa Laterale. Il Calcio Libero verrà assegnato a 5 metri dalla linea di touche e la squadra in difesa dovrà posizionarsi a 5 metri da tale punto.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

- **MISCHIA**

**NON SI GIOCHERANNO MISCHIE.** Per tutte le infrazioni per le quali è prevista una mischia, in sostituzione e sullo stesso punto, verrà assegnato un Calcio Libero a favore della squadra che non ha commesso l'infrazione. La squadra in difesa dovrà posizionarsi a 5 metri da tale punto.

- **Maul**

Non è consentito far crollare il maul .

Punizione: Calcio di Punizione.

Nel momento in cui il maul arresta il suo avanzamento originario, la squadra portatrice ha 3 secondi per far uscire il pallone dal maul.

Punizione: Calcio Libero.

INOLTRE, al fine di ulteriormente incrementare la sicurezza dei giocatori:

- **Il placcaggio è concesso solo dalla vita in giù.**

- **NON è concesso il frontino.**

#### **NOTA PER L'ARBITRO**

**L' arbitro dovrà fare in modo che ogni ripresa del gioco avvenga senza che vi siano, assolutamente, perdite di tempo in modo tale che sia garantita la massima velocizzazione del gioco.**

#### **CATEGORIA “ A “ (Classi seconde e terze)**

##### **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) 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **SCACCHI**

### ***Programma tecnico***

Torneo a squadre.

### ***Rappresentativa di Istituto***

La Rappresentativa di Istituto, maschile, femminile o mista, 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 alle norme federali vigenti.

### ***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 FSI. Si utilizzerà l'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 FSI.

Per le fasi successive, in relazione al numero di 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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## 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 schermitori 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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## SPORT INVERNALI

### SCI ALPINO

#### **PROGRAMMA TECNICO**

Gara di slalom gigante maschile e femminile.

#### **PARTECIPAZIONE**

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

#### **RAPPRESENTATIVA DI ISTITUTO**

La Rappresentativa d'Istituto, maschile e femminile, è composta da 3 alunni/e.

#### **IMPIANTI ED 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. 250/300, il numero delle porte (cambi di direzione) deve essere compreso fra il 13% 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 studenti classificati 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 sommato il minor punteggio.

#### **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 classica.

#### **PARTECIPAZIONE**

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

#### **RAPPRESENTATIVA DI ISTITUTO**

La Rappresentativa d'Istituto, maschile e femminile, è composta da 3 alunni/e.

#### **IMPIANTI ED 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. 5 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 150/250 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.50.**
- Per la gara **individuale** di fondo femminile la **lunghezza** del percorso è di Km.4 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. 4 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 150/250 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.50.**
- Per la gara di staffetta femminile (3 concorrenti) la lunghezza del percorso è di Km. 3 con un **dislivello** totale di tutte le salite di m. 100/150 **mentre il dislivello per la massima salita è di m.40.**

#### **PUNTEGGI E CLASSIFICHE**

Al termine di ogni gara verrà stilata 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 studenti classificati 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 sommato il minor punteggio.

#### **CASI DI PARITÀ**

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **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 DI ISTITUTO***

La Rappresentativa d'Istituto maschile è composta da **2 alunni**.

La Rappresentativa d'Istituto femminile è composta da **2 alunne**.

### ***IMPIANTI ED 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 stilata 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 studenti classificati più uno.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi ottenuti dai componenti la Rappresentativa d'Istituto.

La squadra vincitrice risulterà quella che avrà sommato il minor punteggio.

### ***CASI DI PARITA'***

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

**Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**  
**Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

**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

**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 2009/2010** **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

### **SOFTBALL MISTO**

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

Le squadre sono miste e composte da 15 alunni; nell'ordine di battuta e per tutta la durata della partita, dovranno essere, obbligatoriamente, presenti 4 femmine e 5 maschi o viceversa, pena la perdita della partita stessa per forfait ( 5 - 0 ).

#### ***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 11 pollici);

E' obbligatorio l'uso di mazze regolamentari approvate "little league max 32";

#### ***Abbigliamento***

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

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

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

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

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

Gli incontri sono disputati sulla distanza di 5 riprese complete o 1h e 30, gli incontri vanno comunque completati anche se la squadra in svantaggio non ha nessuna possibilità di vittoria. La squadra di casa può, se in vantaggio, rinunciare alla seconda metà dell'ultimo inning.

Non sono ammesse squadre con un numero inferiore a 10 giocatori. Il mancato rispetto di questa regola determinerà l'omologazione della gara con il miglior risultato in favore della squadra avversaria.

Valgono le regole del "Regolamento tecnico baseball ragazzi" con le seguenti eccezioni:

I corridori possono staccarsi dalle basi quando la palla ha raggiunto il piatto di casa base, il ricevitore ha 2 possibilità:

- 1) tira in base per tentare di eliminare i corridori, la palla è viva e in gioco;
- 2) non tira, la palla è morta, i corridori possono avanzare solo di una base. In caso di palla persa dal ricevitore si applicheranno le stesse due possibilità sopra descritte.

Partenza anticipata: i giocatori dovranno rimanere a contatto con le basi fino a quando la palla lanciata non avrà raggiunto il piatto di casa base.

Penalità La palla è morta, il lancio è valido, l'eventuale battuta è equiparata ad un foul ball ed i corridori dovranno ritornare alla casa di partenza.

Limiti di punteggio: indipendentemente dal numero di atleti 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.

Suggeritori: potranno essere due adulti.

#### ***Casi di parità***

Nei casi di squadre in parità di classifica, al termine della manifestazione essa 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **SQUASH**

### ***Programma Tecnico***

Sono previste le seguenti gare: Individuale Maschile, Individuale Femminile.

### ***Rappresentativa di Istituto***

Ogni Rappresentativa di Istituto è mista e composta di tre alunni (1F - 2M), più eventuali due riserve.

### ***Partecipazione***

AL **TORNEO INDIVIDUALE**, Femminile e Maschile, possono partecipare due alunne e due alunni provenienti dalle rispettive fasi di qualificazione provinciale, disputate entro il termine previsto e regolarmente approvate dalla competente commissione organizzatrice.

AL **TORNEO A SQUADRE** possono partecipare due Rappresentative di Istituto provenienti dalle rispettive fasi di qualificazione provinciale, disputate entro il termine previsto e regolarmente approvate dalla competente commissione organizzatrice.

Ogni Rappresentativa di Istituto, che parteciperà alla Fase Nazionale, dovrà essere composta per almeno i 3/5 da giocatrici e giocatori che hanno rappresentato lo stesso Istituto nella Fase Provinciale.

GLI ALUNNI TESSERATI ALLA FIGS possono partecipare sia al torneo di singolo, sia al torneo a squadre, purché non risultino inclusi nella classifica operativa nazionale, sia come attivi, sia come inattivi, con più di 60 punti.

GLI ALUNNI RIPETENTI, purché di un solo anno, possono partecipare al torneo di singolo, purché non risultino tesserati alla Figs all'inizio della stagione di riferimento. Nel torneo a squadre sarà ammessa la partecipazione di un solo alunno ripetente, purché di un solo anno, per ciascuna rappresentativa.

### ***Impianti e Attrezzature***

Il campo di gara è quello regolamentare.

Le racchette e le palline sono quelle regolamentari.

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.

E' consentito l'uso di racchette da mini-squash ed in caso di particolari situazioni ambientali di palline punto rosso o blu.

### ***Regole di Base***

- 1) Il giocatore che arriva per primo agli 11 punti vince il gioco (game), a meno che i giocatori non abbiano raggiunto il punteggio di 10 pari. In questo caso vince il gioco il giocatore che ottiene uno scarto di due punti sull'avversario (es. 12/10, 13/11, 15/13, ecc...)
- 2) Ogni incontro si disputa al meglio dei 3 giochi. Ad ogni scambio viene assegnato un punto (non esiste il cambio palla)
- 3) Nel Torneo a squadre gli incontri si svolgeranno con l'attribuzione del punteggio secondo quanto previsto nei Campionati Italiani a Squadre della Figs (3 games ai 15 punti senza cambio palla).

### ***Punteggi e Classifiche***

Viene utilizzata la formula del tabellone ad eliminazione diretta secondo il Regolamento Tecnico Federale.

### ***Casi di parità***

In caso di parità fra due rappresentative verrà considerata prevalente quella in cui gli allievi risulteranno più giovani.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## TENNIS

### **PROGRAMMA TECNICO**

La manifestazione prevede un campionato a squadre in rappresentanza dell'Istituzione Scolastica (per il campionato a squadre le gare previste sono 3 incontri di singolare ed 1 di doppio) ed uno individuale, suddiviso per categorie (M/F) per l'assegnazione dei Titoli individuali.

### **RAPPRESENTATIVA DI ISTITUTO A SQUADRE**

La rappresentativa di istituto a squadre - maschile o femminile - è così composta:

Rappresentativa maschile	Rappresentativa femminile
1 maschio di prima media	1 femmina di prima media
1 maschio di seconda media	1 femmina di seconda media
1 maschio di terza media	1 femmina di terza media

**È PREVISTA INOLTRE LA PARTECIPAZIONE A TITOLO INDIVIDUALE.**

### **NORME DI PARTECIPAZIONE**

Il numero di squadre e di individualisti ammessi a partecipare alla fase Provinciale è stabilito dalla Commissione competente.

### **IMPIANTI E ATTREZZATURE**

Per il Campionato a Squadre, il campo di gara del singolare, che misura m. 12 x m. 4, comprende sia la linea di battuta, a m. 4 dalla rete, sia la linea mediana. Il campo di gara del doppio, che misura m. 12 x m. 6 comprende, in aggiunta a quanto previsto nel singolare, due corridoi di m. 1 di larghezza.

La racchetta da tennis è di misura junior.

Le palle sono depressurizzate.

L'altezza della rete da terra è di cm. 90.

Per i tornei individuali i campi di gara sono regolamentari e misureranno m. 23,77 x m. 8,23 per il singolare. La racchetta da tennis è regolamentare. Le palle sono del tipo NORMALE. L'altezza della rete da terra è regolamentare.

### **REGOLE DI BASE**

Valgono le regole del tennis. Per quanto non previsto si rimanda ai Regolamenti F.I.T.

### **PUNTEGGI E CLASSIFICHE**

Le squadre e gli individualisti, a seconda del numero delle scuole iscritte, potranno essere inseriti in uno o più tabelloni eliminatori. Vince l'incontro di singolare o di doppio chi si aggiudica per primo 6 giochi contando i punti secondo le regole del tennis: 15, 30, 40, gioco.

Vale la regola del No Advantage sul 40 pari e del Tie Break a 7 punti, sul 5 pari.

Per il campionato a squadre, vince l'incontro la rappresentativa che si aggiudica 3 gare sulle 4 previste (è obbligatorio disputare il doppio).

In caso di parità si aggiudicherà l'incontro la squadra che avrà una migliore differenza set.

In caso di ulteriore parità si procederà ad un incontro di doppio di spareggio.

## Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## TENNISTAVOLO

### Rappresentativa di Istituto

E' costituita da quattro atleti.

Prima dell'inizio di ogni incontro l'insegnante accompagnatore dovrà indicare i due atleti impegnati nei match di singolare ed i due atleti impegnati nel match di doppio.

### 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 che per le prove del corrispondente 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 Z-K	Doppio Atleti C-D

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 (è obbligatorio disputare tutti e 3 gli incontri).

Una squadra dovrà schierare durante l'incontro quattro atleti: due vengono impegnati nei match di singolare, gli altri due nel match di doppio.

Le competizioni si svolgeranno con il sistema misto, gironi iniziali all'italiana (formati da più squadre rappresentative) con incontri di sola andata, e prosecuzione con tabellone ad eliminatoria diretta; in caso di particolare necessità, l'Ente organizzatore potrà disporre altra formula di svolgimento della prova.

Le prime due rappresentative di istituto di ciascun girone passano al tabellone ad eliminazione diretta.

Vince la manifestazione la rappresentativa che giunge prima nel tabellone ad eliminazione diretta.

### 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 in rispettando il Regolamento Tecnico di Gioco approvato dalla Federazione Italiana Tennistavolo.

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **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 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/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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **TIRO CON L'ARCO**

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

➤ Gara di tiro con bersaglio del diametro di cm. 80, posto ad una distanza di 10 metri, sia per i maschi che per le femmine.

12 serie di tiri (tre frecce per serie) 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 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 R.T.F..

Vengono utilizzati gli archi-scuola con mirino ma senza accessori (stabilizzatori /clicker) e 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 in classifica più uno.

##### ***Casi di parità***

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **TRIATHLON**

### ***Programma Tecnico***

1. Triathlon (25 m nuoto, 1 km ciclismo, 250 m corsa a piedi).
2. Duathlon (200 m corsa a piedi, 1 km ciclismo, 200 m corsa a piedi).
3. Aquathlon ( 25 m nuoto + 500 m di corsa).

### ***Rappresentativa di Istituto***

La rappresentativa di istituto è composta da 3 alunni/e.

### ***Partecipazione***

Gli istituti possono liberamente scegliere 1, 2 o tutte e 3 le prove del programma tecnico (Triathlon, Biathlon, Aquathlon) alle quali 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' 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, meno ovviamente 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 prima 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 1.

La classifica per rappresentative scolastiche si ottiene sommando i punteggi dei primi tre migliori classificati. 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 2009/2010

### Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

## TWIRLING

### **Programma Tecnico**

Un percorso ginnastico a tempo realizzato sotto forma di staffetta (esecuzione individuale) per squadre composte da 4 alunni/e (anche miste).

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 miste).

### **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 diffusori 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 avere una durata 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.

### **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 giudici. 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 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

## **VELA**

### ***Programma tecnico***

Sono previste:

- regate veliche individuali per le classi Optimist e Tavole a vela, con classifiche differenziate tra maschi e femmine;
- regate veliche a coppie anche miste per l'Equipe.
- regate in barche collettive anche miste (laser 16, J24 etc.) con minimo 3 persone di equipaggio.

Ogni Commissione stabilirà autonomamente quali saranno le prove da effettuare (min. 1 max 4).

Tutti i concorrenti sono invitati ad effettuare le prove in due giornate.

### ***Rappresentativa di Istituto***

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

### ***Partecipazione***

La partecipazione delle Rappresentative scolastiche alle fasi seguenti quella d'Istituto viene stabilita dalla commissione competente. Potranno essere organizzate anche regate a squadre.

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

Le barche previste per le regate veliche sono le classi Optimist, Equipe, barca collettiva e Tavole a vela.

Il campo gare delle classi Optimist ed Equipe e Barca collettiva è di forma quadrangolare delimitato da 4 boe. Il campo gare della classe Tavola a vela è invece di forma triangolare delimitato da 3 boe.

La lunghezza e il percorso di volta in volta vengono stabiliti dal comitato di gara.

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

La somma dei punteggi delle 3 migliori prove sulle 4 disputate determina la classifica finale, tenendo presente che in caso di meno di 4 prove tutte sono considerate valide.

La classifica di squadra si ottiene sommando i punteggi ottenuti da ogni singolo componente.

### ***Casi di parità***

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

## **Giochi Sportivi Studenteschi 2009/2010**

### **Istituzioni scolastiche secondarie di I grado**

#### **WUSHU/KUNGFU** (arti marziali cinesi)

***Programma tecnico Taolu (Forme)***

Categoria I° Changquan - Juji Duilien.

***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.