



Federazione Italiana Taekwondo

REGOLAMENTO GARE DI FORME

PARAMETRI VALUTATIVI PROVA INDIVIDUALE

La pool arbitrale, per la valutazione nelle gare di forme, può essere composta da tre, cinque o da sette ufficiali di gara. Nel caso in cui è composta da cinque e/o da sette membri, si procede all'eliminazione del punteggio maggiore e minore e quindi alla somma dei tre e/o cinque punteggi utili.

Il punteggio finale assegnato ad una forma dai giudici, è dato dalla somma di due voti: uno espresso valutando **la tecnica** e l'altro valutando **l'esecuzione**.(vedi tab. A)

Il parametro valutativo di partenza massimo per ogni ufficiale di gara è di 10 punti
(tecnica 5 + esecuzione 5)

- Ad ogni errore farà seguito una detrazione di **0,1 o 0,5 punti** relativamente alla gravità dell'errore.

Tabella A.

TECNICA			ESECUZIONE
Tecniche di braccia	Tecniche di gambe	Posizioni (passi)	<ul style="list-style-type: none">• Dinamicità• Tenuta della tecnica• Espressività• Ritmo• Equilibrio
Punteggio massimo tecnica			Punteggio massimo esecuzione
5			5
TOTALE GENERALE			
10 PUNTI			

REGOLAMENTO

- Nel caso d'interruzione della prova, l'atleta potrà ripetere la forma con una penalizzazione di -0,5 per ogni ufficiale di gara .
- Nel caso in cui l'interruzione si verifica nella seconda esecuzione, la prova è considerata **nulla**.
- Nella forma Keumgang, poiché non ci sono tecniche di gambe, nella sezione tecnica, la voce (tecniche di gambe) è sostituita con il termine **“Equilibrio”**. Il punteggio da assegnare rimane invariato, come da tabella A

FASI DELLA GARA

- **Eliminatorie**
- **Semifinali**
- **Finali**

1. Eliminatorie

E' preferibile mantenere la stessa Pool arbitrale in tutta la fase eliminatoria.

Accederanno alla semifinale il **50%** dei partecipanti con un minimo di **8** atleti. Nel caso di numero dispari (es. 21) passeranno 11 atleti (10+1); accederanno inoltre tutti coloro che avranno punteggio uguale all'ultimo classificato. Non si effettueranno spareggi!

2. Semifinali

In base alla graduatoria dei voti, i primi 4 effettuano la finale, tutti gli altri sono considerati quinti a pari merito. A parità di voti, per i primi quattro posti si procederà con il seguente sistema:

- **passeranno gli atleti con il punteggio più alto ottenuto nella sezione ESECUZIONE**
- **dovesse perdurare una situazione di parità, si procederà con il recupero dei punteggi scartati (più alto e più basso) relativi alla sezione ESECUZIONE, verranno sommati ai restanti (3 o 5) per determinare il passaggio del turno di uno o dell'altro atleta.**

3. Finale

I quattro finalisti effettuano la prova che deciderà la graduatoria finale.

In caso di parità si procederà come descritto nella fase di semifinale.

Verranno premiati : un primo; un secondo : **due terzi pari merito.**

Ai fini del punteggio nazionale per società, verrà stilata una classifica che seguirà l'esempio della graduatoria olimpica; **non rientreranno nella classifica gli atleti che sono soli in categoria.**

Ad ogni passaggio, dalle eliminatorie alle semifinali e finali, l'atleta riparte con un punteggio di **0 punti**. Non viene quindi considerato il punteggio ottenuto nelle prove precedenti.

- Per ogni fase di gara il direttore di gara dovrà (se possibile) disegnare una nuova Pool.
- Gli ufficiali di gara dovranno essere preferibilmente di grado superiore alla forma che sono chiamati a giudicare.

NORME SUI PARAMETRI VALUTATIVI

La valutazione, nell'esecuzione dei Taeguk/Poomse deve considerare i seguenti parametri:

LA TECNICA

- a) Tecniche di braccia.
- b) Tecniche di gambe.
- c) Posizioni (passi).

L'ESECUZIONE

- a) Dinamicità.
- b) Tenuta della tecnica.
- c) Espressività.
- d) Ritmo
- e) Equilibrio.

Definizione di Taeguk

Esercizio codificato dato dalla composizione di più segmenti tecnici, con la massima fluidità e seguendo strutture ritmiche, espressive, a carattere qualitativo.

LA TECNICA:

E' l'insieme dei movimenti che permette di adattare il comportamento motorio di un atleta per raggiungere la prestazione migliore. La caratteristica dei taeguk è determinata da movimenti in cui la tecnica ha un alto valore qualitativo, dove lo scopo è quello di consentire all'atleta di farsi distinguere, al fine di raggiungere il massimo risultato (punteggio).

1. **Le Tecniche di Braccia** devono essere valutate in funzione delle capacità che un atleta possiede, rispondendo adeguatamente a schemi che richiedono preparazione e precisione nell'esecuzione.
2. **Le Tecniche di Gambe** devono essere valutate con lo stesso criterio considerato per le tecniche di braccia.
3. **Le Posizioni (passi)**, vanno valutate in funzione della loro correttezza. Esse rappresentano l'elemento di base dei taeguk, pertanto la valutazione deve tenere conto della diversità tecnica (anche delle posizioni di partenza come il charyo, il kibonjunbi) e cogliere la differenza esistente tra le posizioni.

L ' E S E C U Z I O N E :
Comporta la rappresentazione di schemi tecnici codificati indispensabili per la coordinazione, per una corretta postura ed equilibrio. L'atleta deve dimostrare di avere un controllo di tutti i segmenti corporei, con esecuzioni tecniche estremamente corrette ed armoniche.

1. **La Dinamicità** è l'insieme dei movimenti tecnici compiuti dagli arti superiori ed inferiori, eseguiti con precisione e rapidità.
2. Per **Tenuta della Tecnica** si intende la capacità che un atleta possiede nel produrre una contrazione isometrica di qualsiasi segmento corporeo.
3. **L'espressività** rappresenta la capacità dell'atleta di comunicare con il proprio atteggiamento corporeo. L'espressività è una qualità personale.

4. Per **Ritmo** si intende una successione periodica di movimenti coordinati, eseguiti in maniera armonica, nel rispetto di un ordine prestabilito e conosciuto.

5. La **Capacità di Equilibrio** consiste nell'abilità che l'atleta ha nel mantenere uno stabile e specifico orientamento in riferimento al compito motorio che sta svolgendo.

QUADRO INDICATIVO PER LA DETRAZIONE DI PUNTI

IL QUADRATO DI GARA DOVRA' ESSERE 12 X 12 MQ COSTITUITO DA MATERASSINE (potrà essere ridotto a 10 x 10 mq in caso di necessità) L'ARIA IN CUI DOVRA' PARTIRE L'ATLETA SARA' IDENTIFICATA DA DUE MATERASSINE (2MQ) DI COLORE DIVERSO DALLE RESTANTI, NEL PUNTO CENTRALE DELLE STESSE DOVRA' ESSERE POSIZIONATO UN QUADRATO DI 30 X 30 cm CHE IDENTIFICHERA' IL PUNTO DI PARTENZA E RITORNO DELL'ATLETA.

ERRORI GRAVI – 0,5

FERMARSÌ e RIPETERE LA FORMA

SGUARDO CHE NON SEGUE L'AZIONE

SEQUENZE RITMICHE NON RISPETTATE (movimenti concatenati obbligatori)

KIAP NON ESEGUITO

KIAP ESEGUITO ERRONEAMENTE

RITORNO FUORI DALLE 2 MATERASSINE (2 MQ) CON QUALUNQUE PARTE DEL CORPO

RITORNO CON ENTRAMBI I PIEDI AL DI FUORI DEL QUADRATO DI PARTENZA (30 X 30)

MANCATA PREPARAZIONE DELLE TECNICHE

MOVIMENTO SALTATO o AGGIUNTO

FERMARSÌ e RIPARTIRE CON PAUSA DI OLTRE 3"

PERDITA DI EQUILIBRIO EVIDENTE (caduta o spostamento al di fuori della posizione)

TECNICHE (braccia o gambe) e PASSI SBAGLIATE (sostituzione di tecniche e passi con altri).

ERRORI DA – 0,1

RITORNO FUORI DAL PUNTO DI PARTENZA (QUADRATO DI 30 X 30 cm) CON UNO DEI DUE PIEDI

IMPERFEZIONI DELLE TECNICHE DI BRACCIA

IMPERFEZIONI DELLE TECNICHE DI GAMBA

IMPERFEZIONI DEI PASSI

EQUILIBRIO SCARSO

MANCATA TENUTA DELLE TECNICHE

SCARSA PREPARAZIONE DELLE TECNICHE

MANCANZA DI POTENZA

MANCANZA DI ESPRESSIVITA'

BATTERE I PIEDI O LE BRACCIA OVE NON RICHIESTO, BATTERSI IL TORACE O DOBOK, MARCATA ESPIRAZIONE

PRESENTAZIONE DELL'ATLETA; L'ATLETA DOVRA' PRESENTARSI SUL CAMPO DI GARA SENZA CATENINE, ORECCHINI ECC. – DOBOK INDOSSATO CON DECORO – UOMINI SENZA MAGLIETTA –

LE DONNE POTRANNO INDOSSARE UNA MAGLIETTA O UN TOP BIANCO – CINTURA DI COLORE APPARTENENTE ALLA CATEGORIA IN CUI SI E' ISCRITTI. QUALORA UNA DI QUESTE CONDIZIONI NON FOSSE RISPETTATA VERRA' DATO UN MINUTO DI TEMPO PER SISTEMARE QUANTO RICHIESTO. AL TERMINE DEL TEMPO SE L'ATLETA NON RIUSCIRA' A SISTEMARSI, POTRA' COMUNQUE GAREGGIARE CON UNA PENALITA' DI 0.5

PUNTI DA PARTE DI TUTTI GLI ARBITRI.

UNO STESSO ERRORE RIPETUTO PIU' VOLTE DOVRA' ESSERE PENALIZZATO DETRAENDO IL RELATIVO PUNTEGGIO PER IL NUMERO DI VOLTE CHE LO STESSO VIENE RIPETUTO.