Consells Esportius de Catalunya

Jo sempre hi guanyo.
l'esport de valors | Consells Esportius

# Jocs Esportius Escolars de Catalunya

# GIMNÀSTICA ARTÍSTICA

## Curs 2021-2022

# ÍNDEX

**ELS JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA**

**NORMATIVA TÈCNICA**

**REGLA NÚM. 1: L'ESPORT**
Art. 1 – La Gimnàstica Artística
Art. 2 – Modalitats i nivells convocats

**QUADRE D'EXERCICIS**

**REGLA NÚM. 2: INSTAL·LACIONS i MATERIAL**
Art. 3 – Característiques de la instal·lació
Art. 5 – Equipament tècnic
Art. 5 – Material

**REGLA NÚM. 3: GIMNASTES i PERSONAL TÈCNIC**
Art. 6 – Gimnastes
Art. 7 – Indumentària de competició
Art. 8 – Personal tècnic

**REGLA NÚM. 4: ORGANITZACIÓ i TUTOS/ES DE JOC**
Art. 9 – Comitè Organitzador
Art. 10 – Tutors/es de joc

**REGLA NÚM. 5: ELS VALORS DE L'ESPORT**

**REGLA NÚM. 6: REGLES GENERALS**
Art. 11 – Avaluació dels exercicis
Art. 12 – Faltes i penalitzacions generals
Art. 13 – Reconeixement dels elements tècnics
Art. 14 - Recull de salts per barra i terra

**REGLA NÚM. 6: APARELLS**
Art. 15 – Salt
Art. 16 – Barra
Art. 17 – Terra
Art. 18 – Minitrampolí

**ANNEX: SISTEMES DE PUNTUACIÓ I CLASSIFICACIÓ DELS JEEC (VALORS)**

## ELS JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA

*Els Jocs Esportius Escolars de Catalunya (JEEC) és un programa planificat i dirigit pel Departament de la Presidència de la Generalitat de Catalunya, mitjançant el Consell Català de l'Esport, i el Departament d'Ensenyament, que té com a objectiu principal impulsar un model d'esport escolar educatiu i participatiu que inclogui també els vessants recreatiu i competitiu.*
*Aquesta pràctica esportiva ha de permetre la màxima participació entre la població escolar, de manera especial de l'alumnat de secundària i l'alumnat nouvingut, i fer-la compatible amb la transmissió de valors educatius i cívics. S'estructura per grups d'edat en funció dels cicles d'educació primària i secundària, tenint en compte que el motor de l'esmentada pràctica esportiva hauria de ser el centre educatiu.*
*Aquest programa preveurà actuacions que fomentin de manera activa la participació de més noies en la pràctica esportiva*
*També caldrà fer accions específiques per a l reconeixement i la promoció dels valors educatius de l'esport així com el foment de l'adquisició d'hàbits saludables amb la col·laboració d'entitats que els impulsin, a fi de promoure'n la difusió tant entre els/les escolars i les famílies com entre el personal tècnic i dirigent.*[1]

*El Departament d'Ensenyament i el Consell Català de l'Esport encomanen als consells esportius l'organització i el desenvolupament de les diferents actuacions dels Jocs esportius escolars de Catalunya, sota la coordinació general de la Unió de Consells Esportius de Catalunya, sempre d'acord amb les directrius establertes en aquest annex.*[2]

## LES REGLES i L'ESPORTIVITAT

Tots els esports necessiten d'unes regles que els regeixin i permetin la seva pràctica.
Cal un esforç per part de tots els agents implicats (esportistes, personal tècnic, Tutors/es de joc, pares i mares, espectadors/es, etc.) en la comprensió i aplicació d'aquestes regles.

Les regles són les mateixes per a tots i totes: cal respectar-les i fer que la resta de participants les respectin. D'aquesta manera es garanteix que tothom participa en igualtat de condicions.

Per damunt de qualsevol regla està l'**esportivitat**, és a dir, el *conjunt de principis ètics exigibles en la pràctica d'un esport que fan referència al reconeixement i el respecte a les regles del joc, la correcció envers els adversaris, el manteniment de la igualtat d'oportunitats, el refús a una victòria obtinguda a qualsevol preu, i el manteniment d'una actitud digna en la victòria i en la derrota.*[3]

*L'activitat física i l'esport són un medi idoni per a la transmissió de valors individuals i de grup, valors que tracten la concepció d'un mateix i la salut i d'altres relacionats amb les relacions interpersonals.*[4]

[1] Punt 1 de les *Directrius dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya*, *Annex* de la *Resolució PRE/2272/2011, de 29 de setembre, per la qual es desenvolupen els programes de l'esport escolar a Catalunya, DOGC 5977 – 4.10.2011*
[2] Punt 2 de les Directrius dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya, Annex de la Resolució PRE/2272/2011, de 29 de setembre, per la qual es desenvolupen els programes de l'esport escolar a Catalunya, DOGC 5977 – 4.10.2011).
[3] TERMCAT, CENTRE DE TERMINOLOGIA. *Diccionari general de l'esport* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, cop. 2010. (Diccionaris en Línia)
[4] Punt 4.2.1 de les *Directrius per al desenvolupament de l'esport escolar fora de l'horari lectiu, Annex* de la *Resolució VCP/3989/2010, de 10 de desembre de 2010, per la qual es dóna publicitat a les directrius per al desenvolupament de l'esport escolar fora de l'horari lectiu.*

## NORMATIVA TÈCNICA

## REGLA NÚM. 1: L'ESPORT

Art. 1 – La Gimnàstica Artística

Gimnàstica artística: Modalitat de gimnàstica de competició que es caracteritza per la realització de seqüencies de moviments en diferents aparells i en els que l'elegància, la destresa i l'acrobàcia son les seves característiques principals.

Aquesta modalitat exigeix unes certes qualitats físiques com l'equilibri, la flexibilitat, la coordinació i la força, que es van desenvolupant progressivament, al llarg del temps.

En l'apartat emocional, ajuda a modelar certs aspectes psicològics, com la concentració, el valor, la tenacitat, la tolerància i la frustració, així mateix promou el caràcter social, com la companyonia, la solidaritat, i el respecte a l'adversari.

Els aparells convocats són els de Salt de poltre, Barra d'equilibri i Terra en la competició femenina, i Mini trampolí, Salt de poltre i Terra en la competició masculina.

Art. 2 – Modalitats i nivells convocats

Categories convocades:

| | |
|---|---|
| Prebenjamí: | nascuts/des en els anys 2014 i 2015 |
| Benjamí: | nascuts/des en els anys 2012 i 2013 |
| Aleví: | nascuts/des en els anys 2010 i 2011 |
| Infantil: | nascuts/des en els anys 2008 i 2009 |
| Cadet: | nascuts/des en els anys 2006 i 2007 |
| Juvenil : | nascuts/des en els anys 2004 i 2005 |

Els Jocs Esportius Escolars de Catalunya preveu la convocatòria de les competicions masculina d'un sol nivell i femenina, aquesta dividia en dos nivells: nivell A i nivell B.

La inscripció de les gimnastes en els diferents nivells és lliure.

Tret de les gimnastes de les categories prebenjamí, benjamí i aleví que el curs anterior han assolit les primeres posicions de la seva categoria en el nivell B, aquestes NO hauran de participar obligatòriament en el nivell A sempre que mantinguin la mateixa categoria que el curs anterior.

Art. 3 Ordre d'actuació

L'ordre de sortida es fixarà mitjançant un sorteig que es realitzarà, com a mínim, 3 dies abans de la competició a la seu designada.

S'establirà de forma decreixent, iniciant la competició amb la categoria de més edat en la que hi hagi participació.

1.- Categoria juvenil
2.- Categoria cadet
3.- Categoria infantil
4.- Categoria aleví
5.- Categoria benjamí
6.- Categoria prebenjamí

Aquest ordre pot varia en funció de les necessitats de l'organització.

Art. 4 Condicions de participació:

Per poder prendre-hi part els esportistes inscrits han d'estar en possessió de la llicència d'esportista emesa pel seu consell esportiu d'origen. La llicència cal presentar-la a l'organització a l'inici de cadascuna de les jornades.

Els/les esportistes han de participar a la categoria que els correspon pel seu any de naixement. Es permet participar en una categoria immediatament superior només si formen part d'un equip, en aquest cas es mantindran en aquesta categoria també a nivell individual. En aquests casos cal presentar l'autorització dels pare/mare/tutor/a abans de l'inici de la competició en el consell esportiu.

En el cas d'esportistes amb patologies especials poden participar en una categoria inferior a la de la seva edat, prèvia acreditació mitjançant document mèdic de la patologia de l'infant.

## Modalitats

La competició serà en modalitat individual i també per equips, tant femenina com masculina.

Els equips estaran formats per un mínim de 3 i un màxim de 6 gimnastes de la mateixa entitat; puntuant les tres millors notes aconseguides en cadascun dels diferents aparells o exercicis. Per facilitar la composició d'equips es permet que gimnastes d'una categoria inferior participin en la competició de la categoria immediatament superior a la que li pertocaria per la seva edat; el número de participants de categoria inferior, en el moment d'inscriure l'equip, no pot superior al 50%.

Exercicis de la competició femenina

Es realitzaran tres (3) exercicis obligatoris: salt, barra d'equilibri i terra.

La música serà obligatòria per a les categories prebenjamí i benjamí, i lliure per a la resta de categories. S'utilitzarà en suport MP3, que es farà arribar per correu electrònic al consell esportiu organitzador de la prova deu (10) dies abans de la data de la competició.

La música pot ser instrumental o es pot utilitzar la veu humana com instrument musical en una part de l'exercici però sense paraules. Cal tenir en compte que sigui adient a l'edat i al programa – Jocs Esportius Escolars de Catalunya.

En el cas de la modalitat masculina, l'organització posarà una musica de fons escollida pels organitzadors, que serà la mateixa per a tots els gimnastes.

Exercicis de la competició masculina

Es faran tres (3) exercicis obligatoris: salt, minitramp i terra.

## Organització de la competició

Els esportistes es distribuiran per categories amb grups de 6 a 12 gimnastes per aparell.
Es realitzaran tantes subdivisions de la mateixa categoria com siguin necessàries.
En la categoria femenina en un mateix aparell de rotació no es podran col·locar gimnastes de diferent nivell (A i B).

Els i les gimnastes de la categoria P5, sempre participaran com exhibició en un subgrup per aquest nivell, sense barreja amb altres categories

En cada aparell, hi haurà els suficients bancs o cadires per asseure's totes les gimnastes i entrenadores de la rotació.

Els/Les participants disposaran d'un espai específic per a l'escalfament general previ a la competició, sense tocar els aparells de la competició.

Un cop finalitzat l'escalfament general s'iniciarà la primera subdivisió de la competició fent la desfilada de cada grup que anirà directe al seu aparell d'inici de competició, saludant i presentant-se al/ a la tutor/a de joc. de cada aparell.

En cada rotació es donarà de 3 a 5 minuts d'escalfament específic de l'aparell en funció del número de gimnastes que hi hagi en cadascun dels grups. El temps de l'escalfament específic el fixarà el número de participants en l'aparell de barra.

Els aparells de Salt i Minitramp, seran jutjats per la mateixa Tutora de joc.

Durant els escalfaments específics no es podrà fer l'exercici sencer de l'aparell sinó que només es podran provar els elements tan acrobàtics com gimnàstics del mateix.

## Sistemes de puntuació i classificació

En l'àmbit local, comarcal i intercomarcal cada consell esportiu podrà escollir entre un sistema de puntuació paral·lel o integrat.

Els consells organitzadors hauran de repartir com a mínim un diploma nominal de participació a TOTS/ES els/les participants en l'àmbit local-comarcal, intercomarcal segons el model establert entre el Consell Català de l'Esport i els Consells Esportius de Catalunya.

Si s'escull un sistema de puntuació i classificació paral·lel, els guardons corresponents als valors han de ser els mateixos que els que s'atorguen pels resultats esportius.

| | CLASSIFICACIÓ DE RESULTATS I PUNTUACIÓ | CLASSIFICACIÓ DE VALORS |
|---|---|---|
| INDIVIDUAL | Es sumarà la puntuació total que cada tutor/a de joc concedeixi als/les esportistes.<br>La nota mínima que aconseguirà qualsevol participant que faci l'exercici d'un aparell és de 3 punts.<br><br>L'ordre de classificació es farà de manera descendent, ordenant les marques de millor a pitjor de la seva categoria i gènere. | Es realitzarà amb el recompte de targetes verdes atorgades en funció dels valors educatius i cívics de l'esport. |
| EQUIPS | Es realitzarà segons les puntuacions obtingudes per cadascun dels integrants de l'equip<br><br>Es comptabilitzaran els 3 millors resultats per aparell de cada equip.<br><br>La classificació s'establirà per ordre descendent, de major a menor puntuació. | Es realitzarà amb el recompte de targetes verdes atorgades en funció dels valors educatius i cívics de l'esport. |

## **Modalitats** i **nivells convocats** a **les diferents fases**

| Fase | Modalitat masculina | | Modalitat femenina | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Individual | Equips | Nivell A Ind. | Equips | Nivell B Ind. | Equips |
| Local/Comarcal | X | X | X | X | X | X |
| Intercomarcal | X | X | X | X | X | X |
| Supracomarcal | X | X | X | X | X | X |
| Nacional | X | X | X | X | - | - |

## Guardons

A banda del diploma nominal de participació a TOTS els participants en la Final Nacional, es lliuraran els guardons següents:
- medalles als 3 primers esportistes de la classificació de resultats de cada categoria i gènere.
- medalles (o altres guardons del mateix valor o superior) als 3 primers esportistes de la classificació en valors de cada categoria i gènere.

Observacions:

El Comitè Organitzador Nacional es reserva el dret de suspendre aquest esdeveniment (o algunes de les modalitats i/o categories convocades) si no s'arriba el mínim de participació previst, que és el següent:

Mínim de 12 esportistes per a cada categoria i gènere.

Aquests esportistes han de representar com a mínim 3 consells esportius d'àmbits territorials diferents.

Consells Esportius de Catalunya

Jo sempre hi guanyo. l'esport de valors | Consells Esportius

Categoria: **Prebenjamí** Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt amb el cost bloquejat i els braços en extensió al costat de les orelles per caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames durant el salt<br>No bloquejar el cost durant el salt<br>No controlar la recepció amb semiflexió de cames<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50 | - Un trampolí<br>- Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1.Entrada: des del trampolí realitzar un salt en extensió a caure amb els dos peus a la punta de la barra.<br>2.SG: *Assemblé* i salt en extensió<br>3.½ gir en *relevé*<br>4.Llançament de cames, en relevé, endavant (dreta i esquerra)<br>5.Àngel 2", mínim 90º<br>6.Sortida: salt en extensió a la punta de la barra | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Recolzar els talons en els llançaments de cames<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,10 | Barra baixa<br>Un trampolí<br>Una passada de barra<br>Màrfegues fines sota la barra i a la sortida<br>Temps: 40"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| TERRA | 1.Tombarella endavant, tombarella endavant a la posició dempeus, salt amb ½ gir i tombarella enrere<br>2. Roda, roda, tombarella endavant a la posició dempeus<br>3. Passatge de dansa: galop, passos d'enllaç, galop<br>4. Salt agrupat<br>5. Vertical (pujar i baixar)<br>6. ½ gir en passé i seguir ½ gir en relevé (mateix costat) | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Música obligatòria<br><br>Espai: 12 x 6 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Benjamí** Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| **SALT** | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt a caure dempeus, per fer seguidament una vertical a caure d'esquena sobre la màrfega, amb el cap entre els braços i el cos bloquejat.<br><br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>No controlar la recepció amb semi flexió de cames<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames<br>No bloquejar el cost durant el salt i la vertical<br>Espatlles avançades a la vertical<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de les dues màrfegues de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| **BARRA** | 1. Entrada: Amb 3 passos de carrera, batuda amb els dos peus al trampolí per entrar a la posició de gatzoneta a la punta de la barra<br>2.SG: Doble pas, assamblé i salt en extensió<br>3. Llançament de cames, en relevé, endavant i lateral (dreta i esquerra) a 90º<br>4. ½ gir en passé i seguir ½ gir en relevé (mateix costat)<br>5. Àngel 2", per sobre dels 90º<br>6. Sortida: salt en extensió amb ½ gir per la punta de la barra | 0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Recolzar els talons en els llançaments de cames<br>Només una passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>c/v. 0,30<br>0,50 | Barra baixa<br>Un trampolí<br>Màrfegues fines sota la barra i a la sortida<br>Temps: de 40" a 50"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| **TERRA** | 1. Roda, roda, vertical tombarella a la posició dempeus.<br>2. Tombarella endavant cames obertes, tombarella endavant a la posició dempeus, salt en extensió amb ½ gir i tombarella enrere<br>3. Passatge de dansa: gambada (Split 180º) + galop<br>4. Vertical pont de dues cames (separació de cames en la recepció no més ample que les espatlles)<br>5. Gir de 360º<br>6. Sisonne (split180º) | 0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1.00<br>c/v 0,30 | Música obligatòria<br><br>Espai: 12 x 6 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Aleví** Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles.<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50 | - Un o dos trampolí<br><br>- Alçada de la màrfega de recepció: 80 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A<br>2 SG: Doble pas, assamblé (45°), salt en extensió, pas galop<br>3. Vertical cames juntes, mínim a 45°<br>4. ½ gir en passé i seguir ½ gir en relevé (mateix costat)<br>5. Sisonne (180°)<br>6. Sortida: salt agrupat | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Només una passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG+1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra mitja (1 m)<br>Un trampolí<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida: 20 cm.<br>Temps: de 40" a 50"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| TERRA | 1. Rondada, salt en extensió i tombarella enrere.<br>2. Vertical pont d'una o dues cames, roda, roda d'un braç<br>3. Passatge de dansa: gambada (split 180°) + galop amb ½ gir<br>4. Gir de 360°<br>5. Remuntat d'una cama<br>6. Salt agrupat amb ½ gir | 0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Música lliure (la mateixa per a totes les gimnastes d'una entitat)<br>Temps: 1'<br>Espai: **12 x 12** |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Infantil** | Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| **SALT** | Carrera de 20 m<br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180°) en el 1° vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un o dos trampolins<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 1,20 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| **BARRA** | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2. SG: Salt amb dos peus obrint cames en split - Sisonne<br>3. Tombarella endavant a la posició de gatzoneta<br>4. a) Vertical cames juntes, mínim 20°<br>b) Roda<br>5. Gir a 360°<br>6. Sortida: Roda o Rondada amb mans a la punta de la barra | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins de la SG<br>Agafar tombarella per sota<br>Manca de ritme en els enllaços<br>No ajuntar les cames a la roda o rondada<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>0,50<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra alta (1,20 m)<br>Un trampolí<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida 20 cm.<br>Temps: de 1' a 1'10''<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| **TERRA** | 1. Rondada, salt, quarta (braços estirats)<br>2. Vertical pont d'una cama, roda, remuntat (sense pas entremig)<br>3. Passatge de dansa: gambada, galop, gambada (Split 180°)<br>4. Gir de 360°<br>5. a) Paloma d'una cama<br>b) Paloma de dues cames<br>6. a) Galop amb 360°<br>b) Cadireta mig gir<br>c) Carpa mig gir | 0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br>0,50<br><br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Composició i música lliure<br>Temps: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Cadet** Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180°) en el 1° vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció:120 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| BARRA | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2. SG: Gambada,(split 180°) - Sisonne<br>3. a) Tombarella endavant a la posició dempeus<br>b) Roda<br>c) Remuntat a una cama<br>4. Vertical cames juntes, mínim 10° de la vertical<br>5. Gir a 360°<br>6. Sortida: a) Rondada<br>b) Paloma | 0,50<br>0,50<br>0,50<br><br><br>0,50<br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>Agafar tombarella per sota<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>No ajuntar les cames a la rondada o paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>0.50<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra alta (1,20 m)<br>Un trampolí<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida 20 cm.<br>Temps: d'1' a 1'10"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| TERRA | 1. Paloma d'una, rondada i salt cames obertes<br>2. Vertical pont d'una cama, roda i quinta (braços estirats)<br>3. Passatge de dansa: gambada, gambada tiron (Split 180°)<br>4. Gir de 540°<br>5. a) Vertical amb ½ gir ( 2 canvis)<br>b) Remuntat, Flic flac (els dos elements d'una cama)<br>6. a) Salt agrupat amb 360°<br>b) Volada (Split 180°) | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br><br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Composició i música lliure<br>Temps: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Juvenil** Modalitat: **Femenina** Nivell: **A**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| **SALT** | Carrera de 20 m.<br><br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180º) en el 1º vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció:120 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| **BARRA** | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2. SG: Un enllaç amb dos elements de dansa diferents (un d'ells amb split de 180º)<br>3. Un element acrobàtic sense vol (no rodaments)<br>4. Vertical cames juntes, mínim 10º de la vertical<br>5. Gir a 360º<br>6. Sortida: a) Rondada<br>b) Paloma | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | Sense entrada<br>Agafar tombarella per sota<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>No ajuntar les cames a la rondada o paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>0.50<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra alta (1,20 m)<br>Un trampolí<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida 20 cm.<br>Temps: d'1' a 1'10"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |
| **TERRA** | 1. Paloma d'una, rondada i quinta<br>2. Vertical pont d'una cama, roda i vertical tombarella<br>3. Passatge de dansa: Un enllaç de dos salts des d'una cama, un d'ells amb split de 180º<br>4. Gir mínim de 540º<br>5. Un element acrobàtic amb vol<br>6. un salt gimnàstic amb 360º de gir | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Composició i música lliure<br>Temps: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Prebenjamí** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt amb el els braços en extensió al costat de les orelles per caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>Realitzada més d'un bot sobre el trampolí<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames durant el salt<br>No controlar la recepció amb semiflexió de cames<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>1,00<br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1. Entrada: Des del trampolí realitzar un salt per pujar amb els dos peus a la punta de la barra<br>2.SG: Doble pas, doble pas<br>3. Preparació de gir: Elevació en relevé sobre els 2 peus (3")<br>4. Llançament de cames endavant, en extensió (dreta i esquerra)<br>5. Àngel 2", a l'horitzontal<br>6. Sortida: salt en extensió a la punta de la barra | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br><br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. d'enllaç +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30 | Barra baixa<br>Un trampolí<br>Una passada de barra<br>Màrfegues fines sota la barra i a la sortida<br>Temps: de 35" a 40"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |
| TERRA | 1.Tombarella endavant a la posició de gatzoneta, tombarella endavant a la posició dempeus<br>2. Roda, Roda (laterals)<br>3. Passatge de dansa: galop, doble pas, galop<br>4. Salt en extensió amb ½ gir<br>5. Gir 180° en relevé<br>6. Tombarella enrere | 0,30<br><br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Música obligatòria<br><br>Espai: 12 x 6 |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |

Categoria: **Benjamí** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt amb el cost bloquejat i els braços en extensió al costat de les orelles per caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames durant el salt<br>No bloquejar el cost durant el salt<br>No controlar la recepció amb semiflexió de cames<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50<br><br>13,00 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm<br><br>**Total 14,50 punts** |
| | | **1,50** | | | |
| BARRA | 1.Entrada: des del trampolí pujar amb un peu a la punta de la barra<br>2. SG: Doble pas, assanblé i salt en extensió<br>3. ½ gir en relevé<br>4. Llançament de cames, endavant a 90º (dreta i esquerra)<br>5. Àngel 2", 90º mínim<br>6. Sortida: salt en extensió amb ½ gir a la punta de la barra | 0,30<br><br>0,30<br>0,30<br>0,30<br><br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Només una passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. d'enllaç +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50<br><br>13,00 | Barra baixa<br>Un trampolí<br>Màrfegues fines sota la barra i a la sortida<br>Temps: de 40" a 50"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada<br><br>**Total 14,80 punts** |
| | | **1,80** | | | |
| TERRA | 1. Tombarella endavant, salt ½ gir, tombarella enrere<br>2. Roda, roda<br>3. Passatge de dansa: galop, galop<br>4. Gambada (split 160º)<br>5. ½ gir en passé i seguir ½ gir en relevé (mateix costat)<br>6. Vertical tombarella a la posició dempeus | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30<br><br>13,00 | Música obligatòria<br><br>Espai: 12 x 6<br><br>**Total 14,80 punts** |
| | | **1,80** | | | |

Categoria: **Aleví** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt a caure dempeus, per fer seguidament una vertical a caure d'esquena sobre la màrfega, amb el cap entre els braços i el cos bloquejat. | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>No controlar la recepció amb semi flexió de cames<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames<br>No bloquejar el cost durant el salt i la vertical<br>Espatlles avançades a la vertical<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,30 | Un trampolí<br><br>Alçada de les dues màrfegues de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1.- Entrada: des del trampolí, realitzar un impuls a passar la cama a la posició de cavallet.<br>2.- Llançament de cames endavant a 90° en relevé (dreta i esquerra)<br>3.- ½ gir en passé i seguir ½ gir en relevé (mateix costat)<br>4. SG: doble pas galop - galop<br>5. Àngel 2", a 90°<br>6. Sortida: salt agrupat o en extensió | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Només una passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. d'enllaç +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra mitja (1 m.)<br>Un trampolí<br>Temps: de 40" a 50"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |
| TERRA | 1. Vertical tombarella, salt en extensió, tombarella endavant<br>2. Roda, roda, i tombarella enrere a la posició dempeus.<br>3. Passatge de dansa: gambada (split 160°) + galop<br>4. Gir de 360°<br>5. Galop amb ½ gir<br>6. Vertical pont d'una cama | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0.50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br>c/v 0,30 | Música lliure (la mateixa per a totes les gimnastes d'una entitat)<br>Temps màxim: 1'<br><br>Espai: **12 x 12** |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |

Categoria: **Infantil** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles.<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 80 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1.- Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2.- Vertical a 45°<br>3.- Gir de 360°<br>4.- SG: Pas, gambada (split 160°), salt en extensió<br>5. Àngel 2", per sobre de 90°<br>6. Sortida: a) Roda, mans a la punta de la barra<br>b) Rondada, mans a la punta de la barra | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>No ajuntar les cames a la Roda<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. d'enllaç +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0.50 | Barra alta (1,20 m.)<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida: 20 cm.<br>Un trampolí<br>Temps: d'1' a 1'10"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |
| TERRA | 1. Rondada, salt en extensió i quarta<br>2. Vertical pont d'una cama, roda, roda<br>3. Passatge de dansa: gambada (Split 160°), galop<br>4. Gir 360°<br>5. Galop de 180°<br>6. Paloma d'una cama | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element+1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br>c/v 0,30 | Música lliure<br>Temps màxim: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |

Categoria: **Cadet** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles.<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50 | Un o dos trampolins<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 1,20 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| BARRA | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2. SG: Gambada (split 180°) - galop<br>3. Un element acrobàtic sense vol ( si rodaments)<br>4.. Gir 360°<br>5. Angel 2", per sobre de 90°<br>6. Sortida a) Roda, mans a la punta de la barra<br>b) Rondada, mans a la punta de la barra | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Només dues passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra alta (1,20 m.)<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida: 20 cm.<br>Un trampolí<br>Temps: d'1' a 1'10"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |
| TERRA | 1. Rondada, salt en extensió i quinta<br>2. Paloma d'una cama, roda, i vertical tombarella<br>3. Passatge de dansa: gambada, gambada (split 180°)<br>4. Galop amb 360°<br>5. Gir 360°<br>6. Vertical amb ½ gir (2 canvis) | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br>c/v 0,30 | Música lliure<br>Temps màxim: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |

Categoria: **Juvenil** Modalitat: **Femenina** Nivell: **B**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| **SALT** | Carrera de 20 m.<br><br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180º) en el 1º vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCECC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 1,20 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| **BARRA** | 1. Entrada: Lliure, qualsevol entrada A del codi UCEC<br>2. SG: Un enllaç amb dos elements de dansa diferents (un d'ells amb split de 180º)<br>3. Un element acrobàtic sense vol ( si rodaments)<br>4.. Gir 360º<br>5. Angel 2", per sobre de 90º<br>6. Sortida: a) Rondada, mans a la punta de la barra<br>b) Paloma, mans a la punta de la barra | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | Sense entrada<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un enllaç<br>La manca d'un element dins la SG<br>Manca de ritme en els enllaços<br>Només dues passada de barra<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | v. de l'entrada +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de l'element +1,00<br>v. de la SG +1,00<br>c/v 0,30<br>0,50 | Barra alta (1,20 m.)<br>Alçada de les màrfegues sota la barra i a la sortida: 20 cm.<br>Un trampolí<br>Temps: d'1' a 1'10"<br>Sortida per l'extrem contrari a l'entrada |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |
| **TERRA** | 1. Rondada, salt amb ½ gir i tombarella endavant<br>2. Paloma d'una cama, paloma d'una cama<br>3. Passatge de dansa: Un enllaç de dos salts des d'una cama, un d'ells amb split de 180º<br>4. Un salt gimnàstic amb 360º de gir<br>5. Gir 360º<br>6. Vertical amb ½ gir | 0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v.línia/passatge+1,00<br><br>c/v 0,30 | Música lliure<br>Temps màxim: 1' a 1'15"<br>Espai: 12 x 12 |
| | | **1,80** | | **13,00** | **Total 14,80 punts** |

Categoria: **Prebenjamí** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt amb el cost bloquejat i els braços en extensió al costat de les orelles per caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames durant el salt<br>No bloquejar el cost durant el salt<br>No controlar la recepció amb semiflexió de cames<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50 | - Un trampolí<br>- Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt vertical sense carrera**<br>Impuls des del minitrampolí i realitzar un salt vertical amb els braços a l'alçada de les orelles per caure a la posició de dempeus sobre la màrfega de forma equilibrada.<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar l'impuls amb els moviments de braços<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br>Posició incorrecta en la recepció del salt.<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>0,50 | Un minitrampolí.<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Tombarella endavant, tombarella endavant a la posició dempeus, salt amb ½ i tombarella enrere. 0,50<br>2. Roda, roda, tombarella endavant a la posició dempeus. 0,50<br>3. Salt agrupat 0,50<br>4. Vertical (pujar i baixar) 0,50<br>5. Tombarella endavant a posició de sapo 2" 0,50<br>6. Àngel 2" a 90° 0,50 | | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. línia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: 45"<br><br>Espai: 12 x 6 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Benjamí** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 10 m.<br>Batuda amb dos peus al trampolí, realitzant un salt amunt a caure dempeus, per fer seguidament una vertical a caure d'esquena sobre la màrfega, amb el cap entre els braços i el cos bloquejat.<br><br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb dos peus al trampolí<br>No controlar la recepció amb semi flexió de cames<br>Posició incorrecta del cost, braços i cames<br>No bloquejar el cost durant el salt i la vertical<br>Espatlles avançades a la vertical<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de les dues màrfegues de recepció: 40 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt vertical**<br>Batuda amb els dos peus al minitrampolí i realitzar un salt vertical amb braços a l'alçada de les orelles i el cos bloquejat per caure a la posició de dempeus sobre la màrfega de forma equilibrada.<br><br>Cursa de 10 m.<br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar l'impuls amb els moviments de braços<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br>Posició incorrecta en la recepció del salt.<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br>0,50 | Un minitrampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Roda, roda, vertical tombarella a la posició dempeus<br>2. Tombarella endavant, salt en extensió amb ½ gir i tombarella enrere.<br>3. Llançament de cames endavant (dreta i esquerra)<br>4. Vertical tombarella amb cames obertes a marcar la posició "X"<br>5. Tombarella endavant a la posició sapo 2"<br>6. Àngel 2" | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,30 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. linia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: 50"<br><br>Espai: 12 x 6 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Aleví** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles.<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota<br><br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | <br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50 | - Un o dos trampolins<br><br>- Alçada de la màrfega de recepció: 80 cm |
| | | **1,50** | | **13,00** | **Total 14,50 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt agrupat**<br>Salt vertical amb braços a l'alçada de les orelles, agrupant les cames al pit i les mans en el punt més alt del salt, realitzant seguidament l'extensió de les cames i del cos fins a la recepció dempeus sobre la màrfega<br><br>Cursa de 10 m.<br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No coordinar la batuda amb el moviment de braços<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br>Posició agrupada incorrecta<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50 | Un minitrampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Rondada, salt extensió, i tombarella enrere 0,50<br>2. Roda, roda d'un braç 0,50<br>3. Llançament de cames lateral (dreta i esquerra) 0,50<br>4. Vertical tombarella 0,50<br>5. Paloma d'una cama 0,50<br>6. Àngel 2"per sobre de 90° 0,50 | | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. linia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: 1'<br><br>Espai: **12 x 12** |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Infantil** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m<br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180º) en el 1º vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts que poden ser diferents<br><br>Puntuarà el millor salt | | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un o dos trampolins<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 1,20 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt: Carpa amb cames obertes**<br><br>Salt vertical amb braços a l'alçada de les orelles, obrint les cames lateralment a la vegada que el cos es flexiona endavant i les mans tocant la punta dels peus per caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Cursa de 20 m.<br>Es realitzaran dos salts<br><br>Puntuarà el millor salt | | | No coordinar la batuda amb el moviment de braços<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br>Posició carpada incorrecta<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50 | Un minitrampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Rondada, salt, quarta (braços estirats)<br>2. Paloma d'una cama, paloma d'una cama<br>3. Vertical ½ gir<br>4. Peix<br>5. Àngel 2" per sobre dels 90º<br>6. Paloma de dues cames | 0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50<br>0,50 | | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. de línia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: 1' a 1'15''<br><br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Cadet** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180°) en el 1° vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts que poden ser diferents<br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció:120 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt: Peix**<br><br>Salt en extensió desplaçant els talons enrere provocant la rotació del cos endavant, tot passant per la posició de vertical, a recolzar les mans a la màrfega i rodar la tombarella fins a la posició dempeus.<br><br>Cursa de 20 m.<br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Posició incorrecta del cos, els braços i les cames<br>Manca d'extensió del cos<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un minitrampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Paloma d'una, rondada i quinta cames juntes<br>2. Paloma de dues, tombarella endavant<br>3 Vertical tombarella des de peu junts, i amb les cames semiflexionades<br>4. Vertical mig gir<br>5. Àngel 2" per sobre de 90°<br>6. Flic-Flac des de parat | 0,50<br>0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. de línia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: d'1' a 1'15"<br><br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

Categoria: **Juvenil** Modalitat: **Masculina**

| | REQUISITS DE COMPOSICIÓ | VALOR | PENALITZACIONS | | ESPECIFICACIONS |
|---|---|---|---|---|---|
| SALT | Carrera de 20 m.<br><br>Es pot escollir entre les opcions:<br><br>**1.**- Entrada de paloma passant per la vertical, a caure d'esquena amb el cos bloquejat sobre la màrfega (posició de barca) amb els braços en extensió al costat de les orelles<br><br>L'entrada de paloma es realitzarà amb la tècnica de braços per sota.<br><br>**2.**- Entrada de ½ gir (180°) en el 1° vol i repulsió a caure dempeus sobre la màrfega.<br><br>Es realitzaran dos salts que poden ser diferents<br>Puntuarà el millor salt | | **Primer vol**<br>No coordinació de braços i cames en l'avantsalt<br>No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>**Recolzament**<br>Posició incorrecta del cos, braços i cames<br>Espatlles avançades<br>Recolzament prolongat<br>**Segon vol**<br>Alçada insuficient<br>Genolls flexionats<br>Manca de posició de barca<br>**Recepció**<br>No mantenir la posició de barca en la Paloma<br>No caure amb el cos i braços bloquejats en el ½ gir<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50<br><br>fins 0,50<br>fins 0,50 | Un trampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció:120 cm |
| | **Paloma 1,50** | **½ gir 2,00** | | **13,00** | **Total 14,50 - 15,00 punts** |
| MINITRAMPOLÍ | **Salt: Mortal endavant agrupat**<br><br>Salt en extensió, realitzant un gir transversal agrupat en el aire sobre si mateix, en rotació endavant, per caure a la posició dempeus sobre la màrfega.<br><br>Cursa de 20 m.<br>Es realitzaran dos salts<br>Puntuarà el millor salt | | No realitzar la tècnica dels braços per sota<br>Realitzar el moviment de braços incorrecte<br>Posició incorrecta del cos, els braços i les cames<br>Manca de rotació del cos<br>Mantenir el cos sense bloqueig durant el salt<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>fins 0,50<br>0,50 | Un minitrampolí<br><br>Alçada de la màrfega de recepció: 40 cm. |
| | | **2,00** | | **13,00** | **Total 15,00 punts** |
| TERRA | 1. Paloma d'una, rondada i quinta cames juntes<br>2. Paloma de dues, tombarella endavant<br>3 Vertical tombarella des de peu junts, i amb les cames semiflexionades<br>4. Vertical mig gir<br>5. Àngel 2" per sobre de 90°<br>6. Flic-Flac des de parat | 0,50<br>0,50<br>0,50<br><br>0,50<br>0,50<br>0,50 | No realitzar les línies acrobàtiques 1 i 2 per la diagonal<br>La manca d'amplitud d'una línia acrobàtica<br>La manca d'un element<br>La manca d'un element dins d'una línia acrobàtica<br>La manca de ritme en els enllaços<br><br>Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC | c/v 0,50<br>c/v 0,50<br>v. de l'element +1,00<br>v. de línia+1,00<br>c/v 0,30 | Música de fons o d'ambient<br><br>Temps màxim: d'1' a 1'15"<br><br>Espai: 12 x 12 |
| | | **3,00** | | **13,00** | **Total 16,00 punts** |

## REGLA NÚM. 2: INSTAL·LACIONS i MATERIAL

Art. 3 – Característiques de la instal·lació

Els espais on es realitzen les competicions de gimnàstica artística han de ser superfícies planes, de parquet o sintètiques, i que poden tenir una capa de pintura plàstica, poliuretà, etc., sempre i quan es pugui dur a terme l'esport amb normalitat.

- Pavelló cobert amb una pista de 3/3. Utilitzar 1/3 de pista per l'escalfament general de les diferents categories. La separació de la resta de la competició, s'haurà de fer baixant la cortina o col·locant altres elements separadors (bardisses, tanques, etc..)
- Capacitat mínima per 250 persones.

La instal·lació on es realitzi la competició haurà d'estar proveïda de vestidors per als/a les gimnastes, lavabos pel públic assistent, i també grades, cadires, o un espai similar on es pugui situar el públic i així no interfereixi en les tasques a realitzar pels esportistes i els entrenadors i entrenadores.

L'entitat organitzadora haurà de disposar de taula i cadires pels Tutors/es de joc, i les haurà de situar a un lloc de la pista on puguin realitzar correctament i sense interferències la seva tasca. A més, haurà d'haver una taula al costat de la megafonia pel comitè i l'organització.

Art. 4 – Equipament tècnic

- 4/5 trampolins homologats (1/2 zones de salt).
- 3/4 màrfegues protectores de 40cm d'alçada x 3m de llarg x 2m d'ampla (1/2 zones de salt).
- Màrfegues per cobrir sota la barra alta, entrada i sortida de 20cm d'alçada i 7 màrfegues primes per sota la barra baixa, més sortida i entrada.
- Un mini trampolí
- Un terra de 12mx12m i separadors per fer dos terres de 12mx6m.
- Una barra baixa i una barra alta (alçada: d'1m a 1,20m).

Aspectes importants a tenir en compte:

- Assignar lloc d'entrada i sortida de pista pels/per a les gimnastes.
- Taula de Tutors/es de joc a distància suficient per veure tot l'exercici.
- Zones d'escalfament i "espera" a un costat de la pista o en una sala independent.
- Evitar el trànsit de gent per davant o darrera de l'àrea de competició.

Art. 5 – Material

- Megafonia
- Taula per les Tutors/es de joc
- Fulls de puntuació notes gimnastes

## REGLA NÚM. 3: GIMNASTES i PERSONAL TÈCNIC

Art. 6 – Gimnastes

1. Drets
   - Garantir a la gimnasta el dret a ser jutjada de forma correcta, justa i d'acord a les estipulacions del codi.
   - Disposar dels aparells i material apropiat per a la competició.
   - La màrfega de sortida de barra no es pot moure.
   - Amb l'autorització del comitè organitzador de la competició, la gimnasta pot repetir l'exercici complert, en cas què hagi estat interromput per raons fora del seu control o responsabilitat.
   - Cada gimnasta té dret a un temps d'escalfament:
     Salt: 15'' per gimnasta, amb un màxim de dos salts.
     Barra: 15" per gimnasta i 1' per equip de 4 gimnastes.
     Terra: 15" per gimnasta i 1' per equip de 4 gimnastes.
   - La finalització del període d'escalfament s'indicarà per megafonia.
   - Si en aquell moment la gimnasta es troba sobre l'aparell, pot finalitzar l'element o seqüència començada.
   - A continuació del període d'escalfament o durant la pausa de la competició, l'aparell es pot preparar però no utilitzar.

2. Deures
   - A l'inici de l'exercici la gimnasta ha de presentar-se adequadament (aixecant la mà) reconeixent d'aquesta manera a la jutge de l'aparell, igualment al finalitzar l'exercici.
   - No pot iniciar l'exercici fins que la jutge li faci un senyal ben visible.
   - Ha de començar l'exercici dins dels 30" després del senyal de la jutge.
   - Després d'una caiguda de la barra té 10" per tornar a pujar a la mateixa i seguir l'exercici.
   - Ha d'evitar qualsevol comportament indisciplinat.
   - No pot abandonar la sala de competició sense notificar-ho a la jutge de l'aparell.
   - No pot parlar amb les Tutors/es de joc en actiu durant la competició.

Art. 7 – Indumentària de competició

1. Indumentària femenina:
   - La gimnasta haurà d'utilitzar un mallot que no sigui transparent.
   - L'escot del mallot per davant i per darrere ha de ser apropiat: no ha de sobrepassar de l'estern per davant, ni les espatlles per darrere.
   - El mallot pot tenir o no mànigues.
   - El tall de la cama del mallot no pot anar més amunt de l'os del maluc.
   - Les gimnastes d'un equip han de portar els mallots iguals.
   - No es permet l'ús de joies (braçalets i collarets), excepte arracades petites de tipus botó.
   - Els embenats han de ser de color beix.
   - L'ús de sabatilles de gimnàstica i mitjons és opcional.
2. Indumentària masculina:
   - El gimnasta haurà d'utilitzar un mallot masculí i pantalons curt.
   - Els gimnastes d'un equip han de portar els mallots iguals.

Art. 8 – Personal tècnic

1. Deures:
   - Tot entrenador/a ha de conèixer el codi de puntuació i ha d'actuar d'acord a les normes establertes.
   - S'ha de comportar de forma justa i esportiva durant tota la competició.

- No pot enraonar directament amb el/la gimnasta, fer senyals, cridar o animar durant l'exercici.
- Assistir a la gimnasta o equip durant el període d'escalfament en tots els aparells.
- No té permès obstruir la visió de les Tutors/es de joc a l'hora de retirar el trampolí.
- No pot reclamar a la jutge sobre la nota de l'exercici.
- Col·laborar en el bon funcionament de la competició.

## REGLA NÚM. 4: ORGANITZACIÓ i TUTORS/ES DE JOC

Art. 9 – Comitè Organitzador

1. Funcions
   - Decidir les dates i seus de les competicions.
   - Proporcionar les instal·lacions, equipament tècnic i material per a la competició.
   - Elaborar els ordres de sortida.
   - Sol·licitar els/les tutors/es de joc necessaris pel correcte desenvolupament de la jornada.
   - Elaborar i publicar les classificacions.
   - Vetllar pel correcte desenvolupament de l'activitat.
   - Com a màxim responsable, resoldre qualsevol imprevist que pugui sorgir durant el transcurs de l'activitat.

Art. 10 – Tutors/es de joc

1. Deures
   - Haver participat i superat amb èxit el curs de tutors/es de joc realitzat per la UCEC.
   - Arribar 30 minuts abans de l'inici de la competició.
   - Participar a la reunió de tutors/es de joc abans de la competició.
   - Utilitzar l'uniforme establert per la UCEC.
   - Preparar a consciència els aparells designats.
   - Portar els fulls de puntuació necessaris, així com la normativa tècnica, exercicis i reglament.
   - Avaluar cada exercici amb celeritat, evitant al màxim retardar innecessàriament la durada de la jornada, amb objectivitat i ètica, i davant del dubte donar el benefici a la gimnasta.
   - El/la tutor/a és l'únic/a i absolut/a responsable de la seva nota.
   - Registrar el contingut complert de l'exercici en anotació simbòlica.
   - Avaluar el màxim contingut de l'exercici (nota D) i aplicar les corresponents deduccions per: faltes generals, faltes d'execució específiques de l'aparell i de presentació artística (nota E).
   - Realitzar les deduccions d'execució en dècimes de punts: 0.10, 0.30, 0.50, 0.80.
   - Facilitar un registre personal per escrit de les seves avaluacions de tots els exercicis.
   - Guardar els seus fulls de puntuació durant tot el curs per si hi ha alguna reclamació.

## REGLA NÚM. 5: ELS VALORS DE L'ESPORT

Les accions bàsiques d'aplicació obligatòria per a les diferents competicions de gimnàstica artística, queden recollides en el quadre següent:

| | **Modalitat individual i grups** |
|---|---|
| **Salutació inicial i final dels esportistes als tutors de joc** | Els participants abans de l'inici de l'escalfament específic de l'aparell, quan el tutor de joc revisi la relació de participants, saludarà al tutor de joc.<br><br>Abans d'iniciar l'execució dels diferents exercicis, un cop rebi l'autorització del/ de la tutor/a de joc el/la saludarà abans d'iniciar la seva actuació. |
| **Salutació final dels esportistes al públic** | Després de l'escalfament general, quan els participants es dirigeixin cap a l'aparell de la primera rotació de la competició, durant la desfilada saludaran al públic.<br><br>Un cop finalitzada les diferents rotacions de la competició, i abans del lliurament de guardons, els participants faran la desfilada final. Un cop acaba, amb tots els participants aturats al centre de la pista se saludarà al públic assistent. |
| **Puntualitat durant la competició** | Els participants han d'arribar a la instal·lació esportiva amb la suficient antelació per estar preparat per iniciar l'escalfament general 10' abans de l'hora fixada per a l'inici d'aquest.<br><br>L'esportista ha d'estar preparat al seu lloc, per executar el seu exercici, dues actuacions abans de la seva. |
| **Equipament adequat per a la pràctica esportiva** | Veure l'article 7 del Reglament. |

## REGLA NÚM. 6: REGLES GENERALS

Art. 11 – Avaluació dels exercicis

1. Contingut
Nota D: els exercicis dels JEEC contenen només els requisits de composició.

2. Requisits de composició (RC)
Són els elements obligatoris que cada gimnasta ha de realitzar en el seu exercici.

3. Enllaços directes
Són aquells en que els elements es realitzen sense interrupció o detenció entre els elements.
Si pel contrari es fa: un pas extra, un toc de peu a la barra, un desequilibri, un balanceig addicional de braç/cama, o la línia acrobàtica no està enllaçada, no es considera enllaç directe.

El reconeixement d'un enllaç directe a barra i a terra s'ha de fer en benefici de la gimnasta.

4. Realització de l'exercici

   Nota E (execució):
   - Amb la perfecció de l'execució i presentació artística pot obtenir una nota màxima de 13.00 punts.
   - Inclou les penalitzacions per faltes d'execució, de presentació artística i les específiques de cada aparell.

5. Càlcul de la nota final
   Nota D + Nota E = Nota Final

Art. 12 – Faltes i penalitzacions generals

1. *Faltes d'execució (nota E)*

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| Flexió de braços o genolls | c/v fins 0.50 |
| Separació de cames o genolls | c/v fins 0.30 |
| Cames creuades durant els elements amb gir | c/v 0.10 |
| Insuficient alçada dels elements | c/v fins 0.30 |
| Desviació de la direcció recta (salt, terra, sortida de barra i minitrampolí) | c/v 0.10 |
| Vacil·lació durant l'execució dels elements i moviments | c/v 0.10 |
| Intent d'element, però sense fer-lo (carrera buida) | c/v 0.30p |
| Col·locació del cos i posició de les cames en els elements (no dansa)<br>▪ Alineació del cos<br>▪ Peus no estirats / relaxats<br>▪ *Split* insuficient en elements acrobàtics (sense vol) | <br>c/v 0.10<br>c/v 0.10<br>c/v fins 0.30 |
| Falta de requisits tècnics en elements de dansa | c/v fins 0.50 |
| Precisió (clara posició de començament i de final) | c/v 0.10 |
| Sortida molt a prop de l'aparell (barra) | 0.30 |
| **Faltes en la recepció (tots els elements incloses les sortides):**<br>Si no hi ha caiguda la màxima deducció en la recepció no pot excedir de 0,80 | |
| Cames separades en la recepció<br>Moviments addicionals de braços<br>Pèrdua d'equilibri<br>Passos extres, petit salt<br>Pas o salt molt gran (més d'un metre)<br>Falta de postura del cos<br>Gatzoneta fonda<br>Recolzament amb 1 o 2 mans a la màrfega o aparell<br>Caiguda amb genolls o malucs sobre la màrfega<br>Caiguda a sobre o contra l'aparell<br>Falta de recepció dels elements amb els peus primer | c/v 0.10<br>0.10<br>c/v fins 0.30<br>c/v 0.10<br>c/v fins 0.30<br>0.30<br>c/v 0.50<br>c/v 1.00<br>c/v 1.00<br>c/v 1.00<br>c/v 1.00 |

*2. Faltes de composició (nota D)*

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| Enllaç amb caiguda (barra i terra) | No RC + 1.00 de la NF |
| Recepció d'un element: no es realitza amb els peus primer o en la posició establerta c/v. | No RC + 1.00 de la NF |
| Falta de presentació davant la Tutora de Joc (abans o després de l'exercici) | 0.30 de la NF |
| No intent de l'element | 0.50 |
| Ajuda de l'entrenadora (en qualsevol aparell) | 1.00 de la NF + No RC + 0,50 de la NF |
| Presencia no permesa d'un entrenador/a | 0,50 de la NF |
| Manca d'un element | No RC + 1.00 de la NF |
| Manca d'un element dins una línia acrobàtica o passatge de dansa | No RC + 1.00 de la NF |
| **Irregularitats en els aparells:** | |
| ▪ Pujar o baixar la mida dels aparells sense autorització | 0.50 de la NF |
| ▪ Col·locació del trampolí sobre superfície no permesa | 0.50 de la NF |
| ▪ Utilització de màrfegues suplementàries no permeses | 0.50 de la NF |
| Moure la màrfega de recepció a un costat no permès (barra) | 0.50 de la NF |
| **Comportament de la gimnasta:** | |
| ▪ Mallots no idèntics en un equip | 0.30 |
| ▪ Indumentària incorrecta (mallot, joies, color embenat) | 0.30 |
| ▪ Competir en ordre de pas incorrecte | 1.00 |
| ▪ Endarreriment o interrupció de la competició injustificats | 0.30 |
| ▪ Conducta antiesportiva | 0.30 de la NF |
| ▪ Permanència no autoritzada a la zona de l'aparell | 0.30 de la NF |
| Parlar amb les tutors/es de joc actives durant la competició | 0.30 de la NF |
| **Cronòmetre** | |
| ▪ Excedir-se en el temps d'escalfament després de l'avís | 0.30 de la NF |
| ▪ No començar durant els 30'' després de la senyal de la Tutora de Joc | 0.30 de la NF |
| ▪ Començar l'exercici sense el senyal del Tutor/a | No vàlid |
| Excedir-se en el temps entremig després d'una caiguda (barra) | Exercici finalitzat |
| Comportament de l'entrenador/a: | |
| ▪ Conducta antiesportiva (en tota la competició) | 1ª cop amonestació, 2ª cop expulsió. |
| ▪ Endarreriment o interrupció injustificada de la competició | 1.00p a la gimnasta |
| ▪ Parlar amb les tutors/es de joc actives durant la competició | 1.00p a la gimnasta |
| ▪ Dirigir-se a les tutors/es de joc mostrant gravacions dels exercicis | Expulsió zona competició |
| ▪ Gravar amb el mòbil dins l'àrea de competició | 1º cop, amonestació 2ª cop expulsió |
| | |

Art. 13 – Reconeixement dels elements tècnics

**1. Tots els aparells**

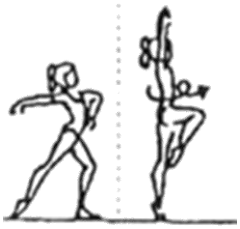
a) Posicions del cos:
- Agrupada: Menys de 90º en els angles de malucs i genolls en els elements de dansa.
- Carpada: Menys de 90º en el angle de malucs en elements de dansa.
- Estesa: Totes les parts dels cos alineades.

b) Caigudes en la recepció:
- Amb recepció de peus primer: es dóna el RC
- Sense recepció dels peus primer: no es dóna el RC

## 2. Barra d'equilibri i terra

a) Reconeixement del gir en elements de dansa:
- El gir s'ha de completar exactament, d'una altra forma no es reconeixerà el RC.
- La posició de les espatlles i els malucs es decisiva, d'altre manera es reconeixerà un altre element diferent.

b) Consideracions pels girs:
- S'han de realitzar sobre la punta del peu.
- S'ha de mantenir un figura estable i ben definida durant tot el gir.
- Per girs sobre una cama que requereixen la cama lliure en una posició especifica, la posició s'ha de mantenir durant tot el gir.
- Els graus de rotació es determinen una vegada que baixi el taló de la cama de recolzament (el gir es considera finalitzat).

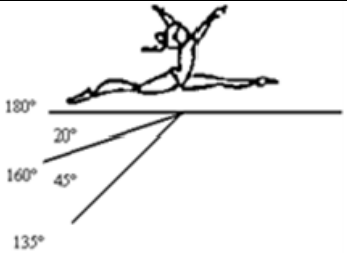
| | |
|---|---|
|  Gir de 360º bé | Gir de 180º per baixada de taló |

e) Salts amb gir:
- **Si falten 30º o més de gir,** no es reconeix el RC.

f) Definició dels salts:
a) **Salts Leaps**: Impuls amb 1 peu i recepció amb l'altre peu o 2 peus. (Gambada, Galop i Volada)
- b) **Salts Hops**: Impuls amb un peu i recepció amb el mateix peu o 2 peus (no es requereix separació de cames 180º) (Gambada amb canvi, Cadireta 1 peu)
- c) **Salts Jumps:** Impuls amb 2 peus i recepció amb 1 o 2 peus (Sison, Agrupat, Cadireta, Carpa)

**Nota:** – En salts des de 2 peus (jumps) y des de 1 peu (leaps) amb split, es requereixen 180º de separació de cames.

g) Requisits per la separació de cames (Split)

| **Per la falta de graus en la separació de cames en els salts jump i leap** | |
|---|---|
| Salts: Insuficient split (180º) |   |
| ▪ > 0º a 20º deducció 0.10 | |
| ▪ > 20º a 45º deducció 0.30 | |
| ▪ > 45º no RC | |

h) Salt agrupat amb o sense gir:

| **Requisits** | |
|---|---|
| ▪ Angle de malucs - menys de 90°<br>▪ Genolls per sobre de l' horitzontal | |

| **Penalitzacions** | | |
|---|---|---|
| | | |
| Genolls a l'horitzontal -0.10 | Genolls per sota de l'horitzontal -0.30 | Angle de maluc/ genoll > 135º No RC |

i) Galop amb o sense gir:

| **Requisits** | |
|---|---|
| ▪ Cames alternades<br>▪ Genolls per sobre l'horitzontal<br>▪ Avaluar la posició més baixa del genoll | |

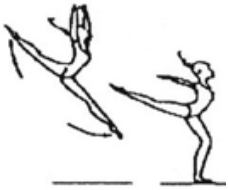
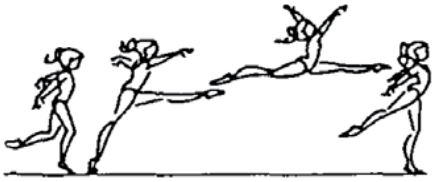
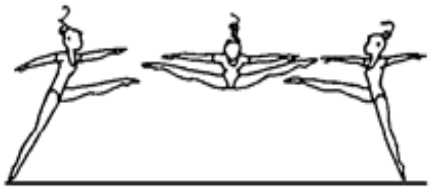
| **Penalitzacions** | | |
|---|---|---|
| | | |
| Una o dues cames a l'horitzontal -0.10 | Una o dues cames per sota de l'horitzontal -0.30 | Angle de maluc >135º No RC |

j) Cadireta amb o sense gir:

| **Requisits** | |
|---|---|
| ▪ Angle de malucs - menys de 90º<br>▪ Cama en extensió per sobre de l'horitzontal | |

| **Penalitzacions** | | |
|---|---|---|
| | | |
| Cama en extensió a la horitzontal -0.10<br>Separació de genolls -0.10 | Cama en extensió per sota de l'horitzontal -0.30 | Angle de maluc >135º No RC |

Art. 14 – Recull de salts per barra i terra

| | | |
|---|---|---|
| <br>Agrupat | <br>Galop | <br>Cadireta |
|  <br>*Sissone* | <br>Volada | |
|  <br>Gambada |  <br>Gambada lateral | |

## REGLA NÚM. 7: APARELLS

### *Art. 15 – Salt*

**1. Generalitats**

El/la gimnasta realitzarà el salt que li correspongui a la seva categoria.
El/la gimnasta realitzarà 2 salts. Puntuarà el millor salt.

- La longitud de la carrera estarà marcada segons la categoria. (des de la part frontal de la màrfega de caiguda fins l'inici de carrera)
- Després de rebre el senyal de la tutora, la gimnasta executarà el salt.
- El salt s'inicia amb: la carrera, l'arribada i l'impuls al trampolí amb dos peus des de la posició endavant.
- Les fases del salt que s'avaluen són:
  - Primer vol
  - Repulsió
  - Segon vol
  - Recepció.
- Els salts amb recolzaments de mans s'han de realitzar amb repulsió de les dues mans a la vegada.
- Es permet fer una tercera carrera amb penalització, si no s'ha tocat el trampolí o la màrfega. Després d'una tercera carrera sense realitzar el salt, es considerarà nul.

a) Línies de passadís

Com a orientació per les penalitzacions de direcció es marcarà un passadís sobre la màrfega de recepció. El/la gimnasta haurà de fer la recepció dins d'aquesta zona, amb els peus o amb el cos segons el salt de la seva categoria ho requereixi (marcar amb esparadrap blanc).
La tutora aplicarà les següents deduccions per desviament de la línia recta a la nota final.

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - Recepció o pas fora o amb una part del peu/ma. | 0.10 punts |
| - Recepció o pas fora amb dos peus/mans o part del cos. | 0.30 punts |

**Nota:** El primer contacte en la recepció és decisiu.

**2. Deduccions específiques de l'aparell**

a) Nota D

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - Longitud de la carrera no apropiada per la categoria | 0.50 punts |
| - Recolzament en la repulsió d'una sola mà a la màrfega | 2.00 punts |
| - Carrera sense realitzar el salt | 1.00 punt |
| - Qualsevol ajuda durant el salt | Salt nul |
| - No arribar amb els peus primer o part del cos | Salt nul |
| - Quan els dos salts son nuls. | 3.00 punts |

b) Nota E

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - No coordinar la batuda amb els dos peus al trampolí | 0.50 punts |
| - Posició incorrecta del cos, braços i cames | fins 0.50 punts |
| - No bloquejar el cos durant el salt | 0.50 punts |
| - No controlar la recepció amb semi flexió de cames | fins 0.50 punts |
| - Descoordinació de braços i cames en l'avantsalt | fins 0.50 punts |
| - No realitzar la tècnica de braços per sota (entrada al trampolí) | 0.50 punts |
| **Primer vol:** | |
| - Descoordinació de braços i cames en l'avantsalt | fins 0.50 punts |
| - No realitzar la tècnica de braços per sota | 0.50 punts |
| - Angle de malucs | fins 0.30 punts |
| - Cos arquejat | fins 0.30 punts |
| - Genolls flexionats | fins 0.50 punts |
| - Separació de cames o genolls | fins 0.30 punts |
| **Repulsió:** | |
| - Recolzament alternatiu de mans | fins 0.30 punts |
| - Angle d'espatlles | fins 0.30 punts |
| - No passar per la vertical en la paloma i mig gir | 0.30 punts |
| - Braços flexionats | fins 0.50 punts |
| - Recolzament prolongat | 0.50 punts |
| **Segon vol:** | |
| - Alçada | fins 0.50 punts |
| - Separació de cames | fins 0.30 punts |
| - Genolls flexionats | fins 0.50 punts |
| - Insuficient posició en extensió | fins 0.30 punts |
| - Alineació del cos, amb o sense recolzament de mans | fins 0.30 punts |
| - Col·locació de les espatlles i els malucs en el 1/2 gir | fins 0.50 punts |
| - No realitzar la posició de barca | fins 0.50 punts |
| **Recepció:** | |
| - No mantenir la posició de barca | 0.50 punts |
| - No caure en la posició de ½ gir | 0.50 punts |
| - Longitud insuficient | fins 0.50 punts |
| - Dinamisme insuficient | 0.10 punts |
| - Desviació del passadís | fins 0.30 punts |

## ***Art. 16 – Barra***

### 1. Generalitats

L'avaluació de l'exercici comença amb la impulsió des del trampolí o la màrfega. No es permeten suports addicionals sota el trampolí.

a) Entrades

Si la gimnasta en el seu primer intent toca el trampolí o l'aparell:

- Deducció -1.00 punt
- Ha de començar l'exercici
- No rep el RC de l'entrada

Es permet una **segona** carrera per l'entrada (amb penalització) si la gimnasta en el seu **primer** intent **no** ha tocat ni el trampolí ni l'aparell.

- Penalització -1.00 punt

La deducció es farà en la NF.

**b)** Temps de l'exercici
La duració de l'exercici a la barra d'equilibri no ha de superar el temps màxim establert en cada categoria.

- La Tutora comença a cronometrar quan la gimnasta realitza l'impuls des del trampolí o la màrfega. Para el rellotge quan la gimnasta toca la màrfega finalitzant el seu exercici de barra.
- Si la recepció de la caiguda coincideix amb la fi del temps **no** hi ha penalització.
- La deducció per temps llarg és de 0.10p. de la NF.
- Els elements que es facin després del temps límit, seran reconeguts i avaluats per la tutora.

c) Temps de caiguda:

- Per interrupció de l'exercici degut a una caiguda de l'aparell, es permet un temps entremig de 10 segons per tornar a pujar a la barra.
- Si la gimnasta excedeix del temps permès per seguir amb l'exercici s'aplica una deducció de 0.30 per temps excessiu en cas que continuï l'exercici.
- La Tutora comença a cronometra quan la gimnasta està sobre els seus peus després de la caiguda.
- No s'ha de saludar a la Tutora després d'una caiguda 0.10.
- Després què la gimnasta hagi pujat a la barra se segueix cronometrant a partir del primer moviment per continuar l'exercici.
- Si la gimnasta no segueix el seu exercici després de 60 segons, l'exercici es considera finalitzat.

## 2. Deduccions específiques de l'aparell

- Cada categoria ha de realitzar obligatòriament 6 requisits de composició a l'exercici de barra

a) Nota E

| | Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|---|
| **Presentació Artística** | - Presentació artística insuficient durant tot l'exercici incloent:<br>▪ Seguretat<br>▪ Estil personal | <br>0.10 punts<br>0.10 punts |
| | - Ritme i temps:<br>▪ Insuficient variació en el ritme i el temps en els moviments.<br>▪ Presentació de l'exercici complert com una sèrie d'elements i moviments desconnectats. | 0.10 punts<br>0.10 punts |
| | - Gestos o mímica inapropiats que no responen als elements | 0.10 punts |
| **Tècniques** | - Carrera amb toc al trampolí o a la barra sense entrada | 1.00 punt |
| | - Recolzament addicional d'una cama a la part lateral de la barra | 0.30 punts |
| | - Pausa innecessària abans dels elements | c/v 0.10 |
| | - Postura pobre del cos durant l'exercici (Peus, cap) | Fins 0.30 punts |
| | - Agafar-se o tocar la barra i desequilibri | Fins 0.50 punts |
| | - Moviments addicionals per mantenir l'equilibri | fins 0.50 punts |
| | - Pausa de concentració (més de 2") | c/v 0.10 punts |
| | - Ritme pobre en els enllaços | c/v 0.10 punts |
| | - Sense sortida (nota D) | 0.50 punts |

**3. Anotacions**

a) Caigudes (elements acrobàtics i de dansa)

Perquè s'atorgui el RC han de tornar a la barra amb els peus o l'espatlla segons l'element.

- Amb recepció sobre la barra d'1 o 2 peus o en la posició establerta, es dóna el RC.
- Sense recepció sobre la barra d'1 o 2 peus o en la posició establerta, no es dóna el RC.

b) Posicions de manteniment

- Les posicions de manteniment s'han de mantenir 2'' si així ho indica el RC.
- Si l'element no es manté 2" no s'atorga el RC.

c) Elements específics

- Les mans s'han de recolzar en posició transversal a la Vertical i als Rodaments, i lateralment a la sortida de Roda i Rondada.
- Les mans col·locades juntes en posició transversal és correcte (sortida de paloma).

## ***Art. 17 – Terra***

**1. Generalitats**

L'avaluació de l'exercici comença amb el primer moviment de la gimnasta. La duració de l'exercici no ha de superar el temps màxim establert per cada categoria.

**La música** de cada gimnasta es lliurarà a la taula de competició. La veu humana es pot utilitzar com instrument musical, però sense paraules.

- La deducció per temps llarg és de 0.10p.
- Els elements que es facin després del temps límit seran reconeguts i avaluats per la Tutora de Joc.
- Un exercici sense música tindrà una deducció 0.50p de la NF. (Nota D).

a) Línies del terra

Sobrepassar l'àrea de terra establerta amb qualsevol part del cos fora de les línies de l'espai assenyalat té les següents penalitzacions:

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - Un pas o recepció fora de la línia amb un peu | 0.10 punts |
| - Pas fora de la línia amb els dos peus o recepció amb els dos peus fora de la línia (1r. contacte amb els peus) | 0.30 punts |

**2. Requisits de composició**

Cada categoria ha de realitzar obligatòriament 6 requisits de composició a l'exercici de terra.

a) Passatge de dansa

S'ha de realitzar un passatge de dansa de com a mínim dos salts des d'una cama (*leaps* o *hops*) enllaçats directament o indirectament (amb passos de carrera, petits salts, des d'una cama, etc.) un d'ells amb separació de 180º anteroposterior d'*split*

**3. Deduccions específiques de l'aparell**

a) Nota E

| | Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|---|
| Presentació Artística, Coreografia i Musica | **Presentació artística**<br>- Presentació artística insuficient durant tot l'exercici: (expressivitat, confiança, estil, personalitat)<br>- Falta d'habilitat per expressar el tema de la música<br>- Presentació de l'exercici complert com una sèrie d'elements i moviments desconnectats. | Fins 0.30 punts<br>0.10 punts<br>0.10 punts |
| | **Composició i Coreografia**<br>- Falta de creativitat en els moviments i transicions<br>- Relació pobre entre la música i moviments en la composició de l'exercici<br>- Utilització insuficient de l'àrea de terra | 0.10 punts<br>Fins 0.30 punts<br>0.10 punts |
| | **Música i musicalitat:**<br>- Falta de capacitat per seguir el ritme i temps musical<br>- Musica sense estructura<br>- Música de fons o amb veu | Fins 0.30 punts<br>0.10 punts<br>0.50 punts |
| | - Falta de sincronització entre el moviment i el temps musical al final de l'exercici. | 0.10 punts |
| Tècniques | - Pausa de concentració abans d'una línia acrobàtica (més de 2") | c/v 0.10 punts |
| | - Postura pobre del cos durant l'exercici (cos, peus relaxats) | Fins 0.30 punts |

Art. 18 – Minitrampolí

**1. Generalitats**

El gimnasta ha de realitzar un salt segons la seva categoria.

**2. Deduccions específiques de l'aparell**

a) Nota D

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - Recolzament d'un sol peu a la màrfega | 2.00 punts de la NF |
| - Recolzament alternatiu dels peus a la zona de batuda | 2.00 punts de la NF |
| - Carrera tocant el trampolí o el minitrampolí sense fer el salt | Salt nul |
| - Qualsevol ajuda durant el salt | Salt nul |
| - No arribar amb els peus primer quant el salt o requereix | Salt nul |

b) Nota E

| Aspecte tècnic | Penalització |
|---|---|
| - No coordinar la batuda amb els moviments de braços | 0.50 punts |
| - No realitzar la tècnica dels braços per sota | 0.50 punts |
| - No realitzar el moviment de braços correctament durant el salt | Fins 0.50 punts |
| - Manca d'extensió del cos | Fins 0.50 punts |
| - No mantenir el cos bloquejat durant el salt | Fins 0.50 punts |
| - Posició en extensió incorrecta | Fins 0.50 punts |
| - Posició agrupada incorrecta | Fins 0.50 punts |
| - Posició carpada incorrecta | Fins 0.50 punts |
| - Posició de peix incorrecta | Fins 0.50 punts |
| - Posició del mortal endavant agrupat incorrecta | Fins 0.50 punts |
| **Faltes en la recepció:** | |
| - Si no hi ha caiguda la màxima deducció en la recepció no pot excedir de | 0.80 punts |
| - Posició incorrecta a la recepció del salt | Fins 0.50 punts |
| - Cames separades a la recepció | 0.10 punts |
| - Molt a prop del minitrampolí | Fins 0.30 punts |
| - Rebre ajuda de l'entrenador/a després de la recepció | 0.50 punts |
| **Moviments per mantenir l'equilibri:** | |
| - Moviments addicionals de braços | 0.10 punts |
| - Moviments addicionals de tronc per mantenir l'equilibri | Fins 0.30 punts |
| - Pas extra, petit salt | 0.10 punts |
| - Pas o salt molt gran (més que l'amplada d'espatlles) | 0.30 punts |
| - Falta de col·locació del cos | Fins 0.30 punts |
| - Gatzoneta fonda | 0.50 punts |
| - Recolzament d'1 o 2 mans a la màrfega/aparell | 1 punt |
| - Caiguda amb genolls o malucs sobre la màrfega (després de posar els peus) | 1 punt |
| - Caiguda sobre o contra l'aparell | 1 punt |

# Annex

# Sistemes de puntuació i classificació dels JEEC (VALORS)

La pràctica esportiva en edat escolar és un àmbit ideal per transmetre i fomentar valors educatius i socials. La pràctica esportiva en sí mateixa no és suficient per a la transmissió i foment d'aquests valors. L'esport en edat escolar ha de ser eminentment EDUCATIU, és a dir, ***cal utilitzar la pràctica esportiva com una eina per educar i no com una finalitat en sí mateixa***.
El Pla Estratègic d'Esport Escolar de Catalunya 2013-2020 promou un model d'esport en edat escolar basat en aquests valors educatius de l'esport i fa difusió dels seus aspectes més importants.
Les **competicions**, tant d'esports individuals com d'equip, són una eina excel·lent de motivació pels joves esportistes i utilitzades de manera correcta poden esdevenir un suport educatiu d'un valor incalculable, sempre i quan no es doni prioritat exclusiva a l'obtenció de resultats, sinó que es contempli com es porta a terme la participació per part de tots els agents involucrats.
És per això que les directrius dels JEEC proposen portar a terme 2 sistemes de puntuació i classificació en edat escolar que premiïn les accions positives de l'esport i el joc net durant les diferents jornades o activitats esportives, tant en els esports individuals com en els esports d'equip. Aquests sistemes també han de permetre detectar i abordar de manera efectiva les accions negatives, fent-ne el seu seguiment per poder efectuar i planificar accions de prevenció d'aquestes conductes.
Aquests 2 sistemes de puntuació i classificació mai seran excloents i es podran aplicar de manera conjunta, diferenciada, o combinada.
Amb la introducció d'aquests sistemes, es pretén conscienciar a tots els agents que intervenen en la competició en edat escolar, de la necessitat de realitzar una competició que fomenti l'educació dels infants i els joves a través dels valors de l'esport.

### 1.5.1 Agents involucrats

Amb l'objectiu d'aconseguir una àmplia visió del que succeeix durant el desenvolupament d'un partit/jornada/competició esportiva, es determinen diferents agents o grups de persones a tenir en compte:
a) Esportistes
b) Tècnics/ques (entrenadors/es, monitors/es i delegats/ades)
c) Tutors/es (de Joc i de Valors)
d) Famílies i públic
e) Personal directiu
**Tots els agents esmentats són co-responsables de garantir la qualitat educativa en un espai de joc. La seva influència i actitud determinaran l'assoliment d'un clima esportiu i saludable, òptim per influenciar positivament en la vida i formació dels esportistes en un esdeveniment esportiu escolar.**
Amb l'objectiu de traslladar aquesta coresponsabilitat a la pràctica real es determina que **un equip o unitat esportiva estarà format per esportistes, tècnics/es, famílies/públic**, **directius i directives** amb la voluntat de que qualsevol victòria, derrota, reconeixement, penalització, influència o qualsevol altra acció, pugui beneficiar o afectar per igual a tots els membres de l'equip o unitat esportiva.
**La figura del Tutor/a**
Amb l'objectiu de distribuir la responsabilitat en el control i desenvolupament del joc, i garantir la qualitat educativa en la competició, es defineixen 2 tipologies de tutor/a:
**a) Tutor/a de Joc** – La seva tasca principal és dinamitzar i garantir el bon desenvolupament de l'acció esportiva circumscrivint-la a l'espai de joc.

L'estament que vetllarà per la formació dels Tutors de Joc serà la Comissió Tècnica de la UCEC d'acord amb les directrius de formació de l'Escola Catalana de l'Esport.

**b) Tutor/a de Valors** - La seva tasca principal és observar les accions externes a l'espai de joc o competició que es desenvolupen en una instal·lació esportiva. Es tindran en compte especialment les accions que estiguin estretament vinculades als valors i la seva possible transcendència en la puntuació/classificació de valors o en la puntuació/classificació integrada de resultats i valors.
Els Tutors de Valors disposaran de la Comissió Tècnica de la UCEC per representar-los i resoldre possibles situacions que requereixen d'un anàlisi dels successos més detingut.

### 1.5.2 Accions de desenvolupament d'un partit/competició

A continuació es detallen les accions que estaran recollides en els diferents models de competició, agrupades en 3 tipologies:

a) Accions bàsiques
b) Accions complementàries
c) Accions recomanades

**a) Accions bàsiques**
Són les accions que es consideren d'aplicació obligatòria per part de tots els agents i estaran supervisades pel Tutor/a de Joc.

Formen part d'aquestes accions bàsiques:
a.1) Salutacions inicial i final entre tutors de joc, tècnics/es, i esportistes.
a.2) Salutació inicial i final dels esportistes al públic.
a.3) Puntualitat en l'arribada a la instal·lació.
a.4) Equipament adequat per la pràctica de l'activitat física i que no suposi cap tipus de perill físic pels esportistes.

La Normativa Específica de cada modalitat esportiva contemplarà el protocol a seguir per aconseguir una correcta execució i funcionament d'aquestes accions bàsiques, i també la forma de regular l'incompliment de les accions descrites.

**b) Accions complementàries**
Són les accions que es tindran en compte per la puntuació de valors, ja sigui per una classificació paral·lela o bé per una classificació integrada.
Seran supervisades pel Tutor/a de Valors, que tindrà en compte que no hagin estat ja contemplades per l'aplicació del reglament per part del Tutor/a de Joc (targetes grogues o vermelles, exclusions o expulsions, etc.)

Llistat d'accions complementàries:
b.1) Fer un bon ús del material i espai, tant esportiu com complementari (espai de joc, material esportiu, vestidor, mobiliari, etc.).
b.2) Respectar tots els agents (companys/es, adversaris/es, públic i tutor/a de joc).
b.3) Animar reiteradament els seus esportistes i companys/es, independentment del resultat.
b.4)Realitzar els aspectes bàsics d'una pràctica esportiva saludable: escalfament i hidratació
b.5) Reconèixer les bones accions del/la adversari/a, independentment del resultat
b.6) Avisar al tutor/a de joc quan l'ha beneficiat erròniament.
b.7) Ajudar a un/a adversari/a en una situació complicada.
b.8) Realitzar alguna acció extraordinària que ha destacat pels valors que aporta, de manera individual o col·lectiva.
b.9) Garantir l'assistència de tots els esportistes i delegacions esportives a l'entrega de premis/cloenda, o com a mínim, d'una representació d'esportista/es i equip tècnic.
Per controlar les accions complementàries es disposarà d'una graella d'observació que

haurà de complimentar el/la Tutor/a de Valors. Aquesta graella podrà ser

personalitzada i adaptada segons particularitats específiques de cada esport, especialment en esports individuals i quedarà recollida a la normativa tècnica corresponent.

**c) Accions recomanades**
Són aquelles accions que es recomana dur a terme durant la celebració d'un esdeveniment esportiu en edat escolar:
c.1) En els esports d'equip o individuals per equips, procurar que tots els jugadors/es juguin com a mínim un 50% del temps de joc, i amb una participació total el màxim d'equilibrada.
c.3) Celebrar i participar en el 5è temps, un espai social per compartir experiències entre equips i delegacions esportives, un cop finalitzat el partit o la competició.
c.4) Incorporar altres accions que contribueixin a fomentar el treball en equip, la cooperació per a l'assoliment d'un objectiu comú i per a l'educació dels infants i el joves a través de l'esport.

### 1.5.3 Puntuació de la competició

D'acord amb la composició d'un equip o unitat esportiva, a cada competició cada agent serà valorat de forma independent d'acord amb els ítems establerts però la puntuació tindrà influència directa sobre tot l'equip o unitat esportiva. Per fer-ho s'utilitzarà un dels sistemes següents:

#### Sistema paral·lel

Aquest sistema es caracteritza per l'existència de dues puntuacions en una competició esportiva que es visualitzen paral·lelament i determinen 2 resultats del partit/competició, que també poden donar lloc a 2 classificacions.

| | |
|---|---|
| **PUNTUACIÓ ESPORTIVA** (resultat del partit/competició: gols, marca, puntuació, posició, etc.) | **PUNTUACIÓ DE VALORS** (puntuació segons els ítems de valors) |
| **CLASSIFICACIÓ ESPORTIVA** | **CLASSIFICACIÓ DE VALORS** |

#### Sistema integrat

El sistema integrat és aquell en què la classificació, o bé la puntuació del partit/competició és única, i consisteix en la suma o la mitjana de les dues puntuacions (esportiva i del valors).
És un pas molt significatiu per a l'educació en valors mitjançant l'esport, ja que la fita d'aconseguir més bon resultat esportiu que l'adversari no és l'únic condicionant per guanyar; els valors i els comportaments cívics també compten. I per això és clau la participació en el procés de valoració del màxim nombre dels agents que participen en la competició: esportistes, famílies, dinamitzadors, tutors de joc i de valors, àrbitres, jutges, tècnics esportius, etc.

| | | |
|---|---|---|
| PUNTUACIÓ ESPORTIVA + | PUNTUACIÓ DE VALORS = | PUNTUACIÓ DE COMPETICIÓ |
| CLASSIFICACIÓ ESPORTIVA + | CLASSIFICACIÓ DE VALORS = | |

# PUNTUACIÓ DE VALORS GIMNÀSTICA ARTÍSTICA

**a) Accions bàsiques**

a.1) Salutacions inicial i final entre tutors de joc, tècnics/es, i esportistes.
a.2) Presentació a la taula de les tutors/es de joc abans de començar a cada aparell.
a.3) Salutació inicial abans d'iniciar l'exercici i salutació final a l'acabar.
a.4) Desfilar en ordre a l'inici de la competició, en les rotacions i a l'acabar
a.5) Salutació final dels esportistes al públic.
a.6) Puntualitat en l'arribada a la instal·lació.
a.7) Equipament adequat per la pràctica de l'activitat física i que no suposi cap tipus de perill físic pels esportistes.

**b) Accions complementàries**

b.1) Fer un bon ús del material i espai, tant esportiu com complementari (espai de joc, material esportiu, vestidor, mobiliari, etc.).
b.2) Respectar tots els agents (companys/es, adversaris/es, públic i tutor/a de joc).
b.3) Animar reiteradament els seus esportistes i companys/es, independentment del resultat.
b.4)Realitzar els aspectes bàsics d'una pràctica esportiva saludable: escalfament i hidratació
b.5) Reconèixer les bones accions del/la adversari/a, independentment del resultat
b.6) Avisar al tutor/a de joc quan l'ha beneficiat erròniament.
b.7) Ajudar a un/a adversari/a en una situació complicada.
b.8) Realitzar alguna acció extraordinària que ha destacat pels valors que aporta, de manera individual o col·lectiva.
b.9) Garantir l'assistència de tots els esportistes i delegacions esportives a l'entrega de premis/cloenda, o com a mínim, d'una representació d'esportista/es i equip tècnic.

**c) Accions recomanades**

c.1) En els esports d'equip o individuals per equips, procurar que tots els jugadors/es juguin com a mínim un 50% del temps de joc, i amb una participació total el màxim d'equilibrada.
c.2) Celebrar i participar en el 5è temps, un espai social per compartir experiències entre equips i delegacions esportives, un cop finalitzat el partit o la competició.
c.3) Incorporar altres accions que contribueixin a fomentar el treball en equip, la cooperació per a l'assoliment d'un objectiu comú i per a l'educació dels infants i el joves a través de l'esport.
Del resultat obtingut per la suma dels punts de valors es farà la conversió segons el màxim de punts que estiguin en joc a nivell esportiu amb l'objectiu que la puntuació de valors s'iguali a la puntuació esportiva.

**Esports Individuals**

Es farà una classificació per categoria, prova/nivell i gènere, que es realitzarà amb el recompte dels punts obtinguts de la graella de valors en ordre descendent, per tant, qui tingui més puntuació de valors, és el primer/a classificat/da, i qui tingui menys, és el darrer/a classificat/da.
Feta la conversió s'obtindrà una classificació de valors i una classificació esportiva que seguidament es tractarà segons el sistema escollit, paral·lel o integrat.
Barems de puntuació de Valors:

**Accions bàsiques**

- 2 punts – Quan s'ha produït l'acció i s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 0 punts – Quan s'ha produït l'acció i NO s'ha actuat d'acord amb l'ítem.

**Accions complementàries:**

De l'ítem 1 al 5 i el 9, estaran en joc 3 punts per a cada agent i s'aconseguiran segons el següent criteri:

- 3 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem que s'està valorant.
- 2 punts – Quan s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem però amb aspectes a millorar.
- 1 punt – Quan s'ha actuat lluny del que recull l'ítem però l'acció no es considera greu envers la convivència, el bon clima, la ètica o la salut.
- 0 punts – Quan no s'ha actuat d'acord amb el que recull l'ítem i l'acció es considera greu envers la convivència, el bon clima, la ètica o la salut. En cas que es produeixi per part d'algun dels agents de l'equip, suposarà la pèrdua de la puntuació acumulada d'aquell equip de l'ítem que s'està valorant, que passarà a ser de 0 punts en total.

De l'ítem 6 al 8, i com a mesura correctora al factor sort, estaran en joc 2 punts per a cada agent segons el següent criteri:

- 2 punts – Quan s'ha produït l'acció i s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 1 punt – Quan no s'ha produït l'acció.
- 0 punts – Quan s'ha produït l'acció i NO s'ha actuat d'acord amb l'ítem.

**Accions recomanades:**

- 2 punts – Quan s'ha produït l'acció i s'ha actuat d'acord amb l'ítem.
- 0 punts – Quan s'ha produït l'acció i NO s'ha actuat d'acord amb l'ítem.