



FEDERAZIONE DILETTANTISTICA
TAEKWONDO ITALIA
e Arti Marziali Coreane

REGOLAMENTO

**- GARA DI FORME -
TAEGEUK / POOM SE**

Gara di Forme Taegeuk / Poom Se

- Regolamento -

PARAMETRI VALUTATIVI PROVA INDIVIDUALE

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

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

1 Il parametro valutativo di partenza massimo per ogni ufficiale di gara è di **10 punti (tecnica 7,5 + esecuzione 2,5)**

← • Ad ogni errore farà seguito una detrazione pari a **0,5 punti**.

← • L'ufficiale di gara può detrarre massimo **6 punti** per la **tecnica** e **2 punti** per **l'esecuzione**.

← • Il punteggio minimo che l'ufficiale di gara può assegnare è di **1,5 punti** per la **tecnica** e **0,5 punti** per **l'esecuzione**.

← • Il punteggio minimo complessivo che può essere riconosciuto ad un atleta è **6** (2 punti per tre ufficiali di gara), quello massimo è **30** (10 punti per tre ufficiali di gara).

Tabella A.

TECNICA			ESECUZIONE	
Tecniche di braccia	Tecniche di gambe	Posizioni (passi)	<ul style="list-style-type: none">• Dinamicità globale• Tenuta della tecnica• Espressività• Ritmo	Valutazione fino ad un massimo di 2,5 punti
2,5 punti	2,5 punti	2,5 punti		
Punteggio massimo tecnica 7,5			Punteggio massimo esecuzione 2,5	
TOTALE GENERALE 10 PUNTI				

NORME SUI PARAMETRI VALUTATIVI

La valutazione, nell'esecuzione dei Taegeuk deve considerare i seguenti parametri:

LA TECNICA

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

L'ESECUZIONE

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

Definizione di Taegeuk

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

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

1. **Le Tecniche di Braccia** devono essere valutate in funzione delle capacità che un atleta possiede, rispondendo adeguatamente a schemi che richiedono preparazione e precisione nell'esecuzione.

2. **Le Tecniche di Gambe** devono essere valutate con lo stesso criterio considerato per le tecniche di braccia.

3. **Le Posizioni (passi)**, vanno valutate in funzione della loro correttezza. Esse rappresentano l'elemento di base dei taegeuk, pertanto la valutazione deve tenere conto della diversità tecnica (anche delle posizioni di partenza come il charyo, il kibonjunbi) e cogliere la differenza esistente tra le posizioni.

L'Esecuzione comporta la rappresentazione di schemi tecnici codificati indispensabili per la coordinazione, per una corretta postura ed equilibrio. L'atleta deve dimostrare di avere un controllo di tutti i segmenti corporei, con esecuzioni tecniche estremamente corrette ed armoniche.

1. **La Dinamicità** è l'insieme dei movimenti tecnici compiuti dagli arti superiori ed inferiori, eseguiti con precisione e rapidità.

2. Per **Tenuta della Tecnica** si intende la capacità che un atleta possiede nel produrre una contrazione isometrica di qualsiasi segmento corporeo.

3. **L'espressività** rappresenta la capacità dell'atleta di comunicare con il proprio atteggiamento corporeo. L'espressività è una qualità personale.

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

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

REGOLAMENTO

- ✓ Nel caso di interruzione della prova, l'atleta potrà ripetere la forma con una penalizzazione di -0,5 punto per ogni ufficiale di gara.
- ✓ Nel caso in cui l'interruzione si verifica nella seconda interruzione, la prova è considerata nulla.

- ✓ Nella forma Keumgang, poiché non ci sono tecniche di gambe, nella sezione tecnica, la voce “tecniche di gambe” è sostituita con il termine “Equilibrio”. Il punteggio da assegnare rimane invariato, come da tabella A.
- ✓ Nel caso l'atleta durante l'esecuzione della forma non dirà il Chiap viene penalizzato di -0,5 punti per ogni ufficiale di gara
- ✓ Nel caso l'atleta al termine dell'esecuzione della forma non ritorna al punto di partenza viene penalizzato di -0,5 punti per ogni ufficiale di gara.

FASI DELLA GARA

1. Eliminatorie

E' obbligatorio mantenere la stessa Pool arbitrale in tutta la fase eliminatoria. **Accederà alla semifinale la metà dei partecipanti alla categoria.** A parità di voti si effettuano gli eventuali e necessari spareggi.

Dopo uno spareggio, in caso di ulteriore parità, gli atleti eseguiranno la forma a due per volta, i giudici decideranno il migliore che passa il turno ad alzata di mano.

2. Semifinali

In base alla graduatoria dei voti, **i primi 5 effettuano la finale**, tutti gli altri sono considerati quinti a pari merito. A parità di voti, per i primi tre posti si effettuano gli eventuali e necessari spareggi. Dopo uno spareggio, in caso di ulteriore parità, gli atleti eseguiranno la forma a due per volta, i giudici decideranno il migliore che passa il turno ad alzata di mano.

3. Finale

I cinque finalisti effettuano la prova che deciderà la graduatoria finale. In caso di parità si procederà ad eventuali e necessari spareggi. Dopo un spareggio, in caso di ulteriore parità, gli atleti eseguiranno la forma a due per volta, fino a stilare la classifica finale. **Saranno premiati solamente i primi 3 classificati**

Ad ogni passaggio, dalle eliminatorie alle semifinali e finali, l'atleta riparte con il punteggio ottenuto nella prova precedente.

-La competizione ha inizio con la lettera sorteggiata dalla giuria.

-Per ogni fase di gara il direttore di gara dovrà disegnare una nuova Pool.

-Gli ufficiali di gara dovranno essere preferibilmente di grado superiore alla forma che sono chiamati a giudicare.

DURANTE L'ESECUZIONE DELLA FORMA L'UFFICIALE DI GARA DOVRA' CONSIDERARE LO SVOLGIMENTO GLOBALE DELLA STESSA PRENDENDO IN CONSIDERAZIONE E PENALIZZANDO (con una sottrazione di 0,5):

- ✓ LA FLUIDITA',
- ✓ LA VELOCITA' DI ESECUZIONE,
- ✓ L'EQUILIBRIO,
- ✓ LA FORZA,
- ✓ LA COORDINAZIONE,
- ✓ IL RITMO,
- ✓ LA CONCENTRAZIONE,
- ✓ LO SGUARDO DELL'ATLETA CHE ESEGUE LA FORMA.

QUADRO PUNTEGGIO GARA FORME

NON TERMINATA LA FORMA	RIPETERE LA FORMA *	-0,5
MANCATA ESECUZIONE DI DUE O Più TECNICHE	RIPETERE LA FORMA *	-0,5
INDECISIONE GRAVE DI OLTRE 3''	RIPETERE LA FORMA *	-0,5

* La forma può essere ripetuta solo una volta, nel caso di ulteriore errore si assegnerà il punteggio di quattro.

MANCATA ESECUZIONE DI UNA TECNICA		-0,5
IMPRECISIONE DELLE TECNICHE*		-0,5
INDECISIONE INFERIORE AI 3''		-0,5
PASSI NON IDONEI**		-0,5

* Per imprecisione delle tecniche s'intende l'errore di esecuzione di una tecnica sbagliata: calcio troppo alto/basso, pugno aperto e non chiuso, parata non preparata etc.

** Passi mal eseguiti con una posizione "incerta"

ERRORE DI UNA TECNICA		-0,5
NON RITORNO AL PUNTO DI PARTENZA		-0,5
MANCATO/ERRATO CHIAP		-0,5