

# COMPETIZIONI SPORTIVE SCOLASTICHE

## 2024/2025

### GINNASTICA

## Scuola Secondaria di I grado

Alunni con disabilità

**Categoria Allievi/e: nati/e negli anni 2008 - 2009 - 2010 (2011 nei casi di anticipo scolastico)**

**Categoria Juniores m/f: nati/e negli anni 2005-2006-2007**

SCHEDA CON ELEMENTI PER GLI ALUNNI DISABILI DIR E C21, da utilizzare per la presentazione della classe nella Fase di Istituto.

Gli atleti con sindrome di down (C21) devono verificare l'assenza di instabilità atlanto-assiale effettuando almeno una volta un esame radiografico della rachide cervicale.



	Cod.	Difficoltà	Cod.	Difficoltà
		A		B
<b>PRE- ACROBATICA</b>	<b>1</b>	Capovolta avanti con partenza ed arrivo libero	<b>7</b>	
	<b>2</b>	Capovolta indietro (partenza e arrivo liberi)	<b>8</b>	Ruota con appoggio di una mano
	<b>3</b>	Capovolta laterale	<b>9</b>	
	<b>4</b>	Verticale o sforbiciata sagittale degli arti inferiori, in appoggio sugli arti superiori	<b>10</b>	
	<b>5</b>	Ruota	<b>11</b>	
	<b>6</b>		<b>12</b>	Rondata
<b>SALTI</b>	<b>13</b>	Salto in estensione con spinta a 2 piedi (Pennello)	<b>18</b>	Salto in estensione con 1 giro (360°) A/L con spinta a 2 piedi
	<b>14</b>	Salto raccolto con spinta ad 1 o 2 piedi	<b>19</b>	
	<b>15</b>	Salto del gatto	<b>20</b>	Salto del gatto con 1 giro (360°) A/L
	<b>16</b>	Sforbiciata a gambe tese	<b>21</b>	Salto carpiato unito o divaricato
	<b>17</b>		<b>22</b>	
<b>EQUILIBRI</b>	<b>23</b>	Candela	<b>26</b>	Squadra in appoggio sul bacino (equilibrata) o sulle mani (di forza) a gambe tese (unite o divaricate)
	<b>24</b>	Posizione di equilibrio su un arto inferiore ritto, gamba libera in passè	<b>27</b>	Posizione di equilibrio su un arto inferiore ritto, gamba libera elevata a 90° avanti o laterale
	<b>25</b>	Orizzontale prona	<b>28</b>	Posizione di equilibrio su gamba d'appoggio piegata, gamba libera all'orizzontale o oltre (equilibrio cosacco)
<b>GIRI/ IVOT</b>	<b>29</b>	Giro a passi o Chainée (360°)	<b>32</b>	2 giri a passi o cheinée (720°)
	<b>30</b>	Giro perno sul bacino 360°, da seduti	<b>33</b>	Mezzo giro con gamba libera tesa
	<b>31</b>	Mezzo giro in passè (180°)	<b>34</b>	Giro in passè 360°
<b>MOB. ART.</b>	<b>35</b>	Oscillazione semplice delle braccia	<b>37</b>	Oscillazione contrapposta delle braccia
	<b>36</b>	Circonduzione semplice delle braccia	<b>38</b>	Circonduzione contrapposta delle braccia



<b>PENALIZZAZIONI GENERALI (da applicarsi una sola volta alla fine dell'esercizio)</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,30</b>	<b>0,50 o più</b>
Fuori tempo	X			
Uscita di pedana dell'alunno/a	X			
Abbigliamento non consono o inadeguato		o.g.		
Comportamento antisportivo (dell'alunno/a e del docente)				1.00 e richiamo