FIJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI
Italia Federazione Sportiva Nazionale riconosciuta dal Coni
Settore Karate

Delegazione Provinciale Bresciana

Attività Giovanile Settore Karate

0365 373910 ----- 392 1732960

3° CAMPIONATO GIOCHI REGIONALI

PROGETTO ATTIVITA' GIOVANILE

settore Karate

BS 2019

5 – 13 anni

Coordinatore attività Giovanile BS FIJLKAM

M.ro Ermanno Bertelli

Delegato BS FIJLKAM
M.ro Roberto Armanelli
.

Coordinatore attività Giovanile Regione Lombardia FIJLKAM
M.ro Rita Zampieri

Presidente Regionale FIJLKAM settore Karate
M.ro Riccardo Zambotto
,

PROSPETTO ANALITICO DELLA COMPETIZIONE
Categorie Maschili e Femminili

Classi CARTELLINO	Età	Anno	Prova	Cat.	Cintura
Bambini Colore Bianco INIZIO ORE 09,00	5 Anni TERMINE ORE 10,30	2014 + Da 02/05/2013 al 31/12/2013	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **20"** Prova stile Kata **(max 35")** Prova stile Kumite (max 20")	**B1A** M / F	OPEN
Bambini Colore Giallo INIZIO ORE 09,00	6-7 Anni TERMINE ORE 10,30	2013 / 12 01/01/2013 al 01/05/2013	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **30 "** Prova stile Kata **(max 35")** Prova stile Kumite **(max 20")**	**B1B** M / F	OPEN
Fanciulli Colore Rosa INIZIO ORE 10,30	8-9 Anni TERMINE ORE 12,00	2010 / 11	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **30 "** Prova stile Kata **(max 35")** Prova stile Kumite **(max 25")**	**B2A** M / F	Bianca-Gialla
Fanciulli Colore Verde INIZIO ORE 10,30	8-9 Anni TERMINE ORE 12,00	2010 / 11	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **30 "** Prova stile Kihon-Kata **(max 35")** Prova stile Kumite **(max 25")**	**B2B** M / F	Arancio/Marrone
Ragazzi Pomeriggio Cartellino Azzurro INIZIO ORE 14,30	10-11 Anni TERMINE ORE 15,30	2008 / 09	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **40"** Prova Stile Kihon-Kata **(max 50")** Prova stile Kumite **(max 30")** Prova Kumite Dimostrativo **40"**	**RAA** M / F	Bianca/Arancio
Ragazzi Cartellino Arancio INIZIO ORE 15,30	10-11 Anni TERMINE ORE 16,30	2008 / 09	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **40"** Prova Stile Kihon-Kata **(max 50")** Prova stile Kumite **(max 30")** Prova Kumite Dimostrativo **40"**	**RAB** M / F	Verde/Marrone
ESO / A Cartellino Viola INIZIO ORE 16,30	12-13 Anni TERMINE ORE 17,30	2006 / 07	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **40"** Prova Stile Kihon-Kata **(max 50")** Prova stile Kumite **(max 30")** Prova Kumite Dimostrativo **40"**	**ESA1** M / F	Bianca/Arancio
ESO / A Cartellino Grigio INIZIO ORE 17,30	12-13 Anni TERMINE ORE 18,30	2006 / 07	Percorso a Tempo Gioco Tecnico Palloncino **40"** Prova Stile Kihon-Kata **(max 50")** Prova stile Kumite **(max 30")** Prova Kumite Dimostrativo **40"**	**ESA2** M / F	Verde/Marrone

1. Per la valutazione verranno utilizzati 3 Arbitri Amici ad ogni quadrato, più uno di riserva. I valori non dovranno superare i 2 decimi di differenza sulla media dei tre, per adeguare i valori ed evitare imbarazzanti incomprensioni.
   Il valore fuori parametro dovrà essere rivalutato.Per il Campionato 2019 verranno aggiunti altri decimali sulla valutazione

Esempio :	18,10 – 19 ,10 – 22,10	correzione 18-19-21.
Esempio :	23,10 – 28,10 – 30,10	correzione 26-28-30.
Esempio:	20,10 – 22,10 – 24,10	ok Parametri adeguati.
Esempio:	20,10 – 21,10 – 25,10	correzione 20-21-23
Esempio:	18,10 – 21,10 – 25,10	correzione 19-21-23

Categorie

1. Classe BAMBINI 5 anni nati nell'anno 2013 e dal 03/06/2012 al 31/12/2012
   . M / F separati OPEN
2. Classe BAMBINI 6 - 7 anni nati dal 01/01/2012 al 02/06/2012 / 2011
   . . M / F separati OPEN
3. Classe FANCIULLI 8 - 9 anni nati nell'anno 2010 / 2009
4. Classe RAGAZZI 10 - 11 anni nati nell'anno 2008 / 2007
5. Classe **ESORDIENTI / A 12 – 13 anni nati nell'anno 2006 / 2005**
   Principianti Progetto Scuola di qualsiasi grado di cintura ma che non seguono l'attività agonistica Federale

VEDERE PROSPETTO ANALITICO (Allegato)

Premiazioni

Al 1° classificato di ogni categoria M e F saranno assegnati **10** punti, 2° class **9** punti, 3° class **8** punti, 4° class **7** punti, 5° class **6** punti, 6° class **5** punti, 7° class **4** punti, 8° class **3** punti, 9° class **2** punti, 10° class **1** punto.
Assegnato anche **1** punto di partecipazione.

Verranno premiati i primi 10 di ogni categoria maschile e femminile separati.

I primi 4 classificati Coppa, dal 5° al 10° Medaglia,
Per i partecipanti un Gadget ricordo

Si sommeranno la classifica di ogni prova del: Percorso – Kihon di Kata o Kumite – Combattimento Dimostrativo – Palloncino.

In caso di parità verrà valutata la prova del Percorso.

Premiate

8 categorie Maschili

8 categorie Femminili

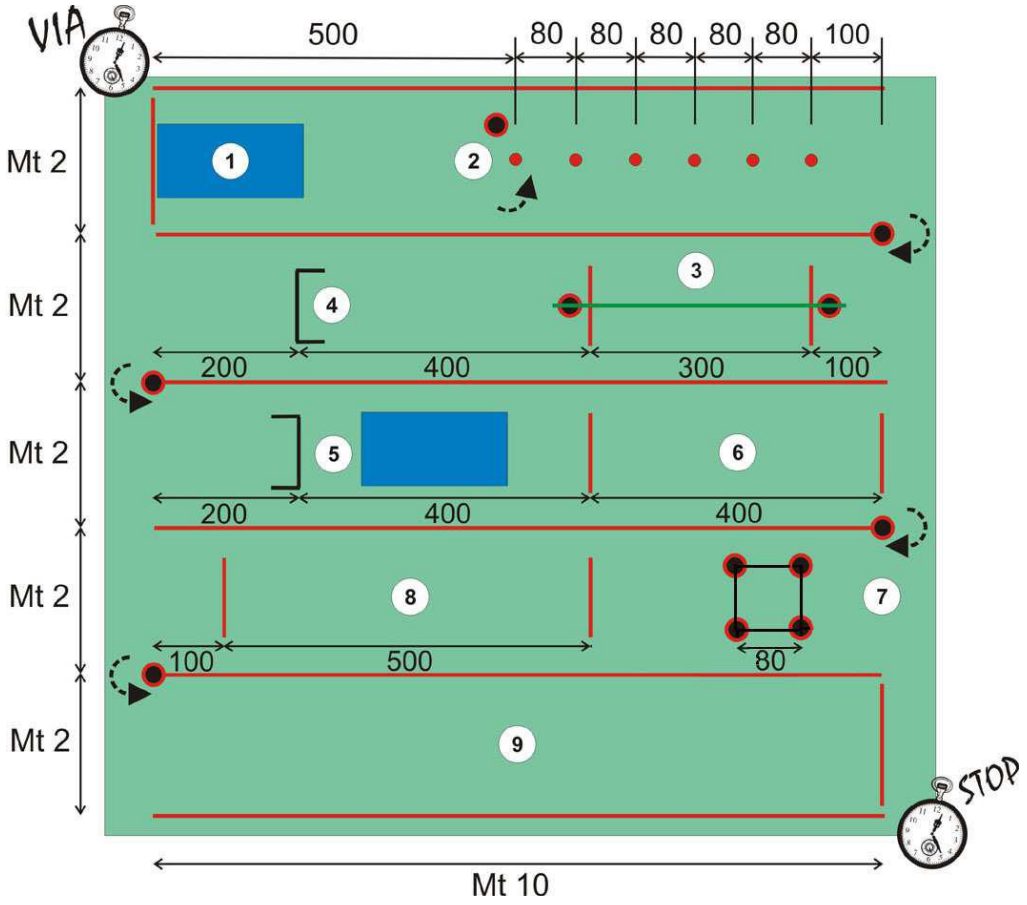
Non verrà assegnato premio alla società, ma verrà assegnato alle prime 3 Province

PERCORSO A TEMPO

Il Percorso a Tempo sarà quello del Gran Premio Giovanissimo FIJLKAM con la differenza che verrà strutturato su tre corsie da mt 15 circa.

Verranno realizzati 2 percorsi. Uno Femminile e Uno Maschile

BAMBINI E FANCIULLI

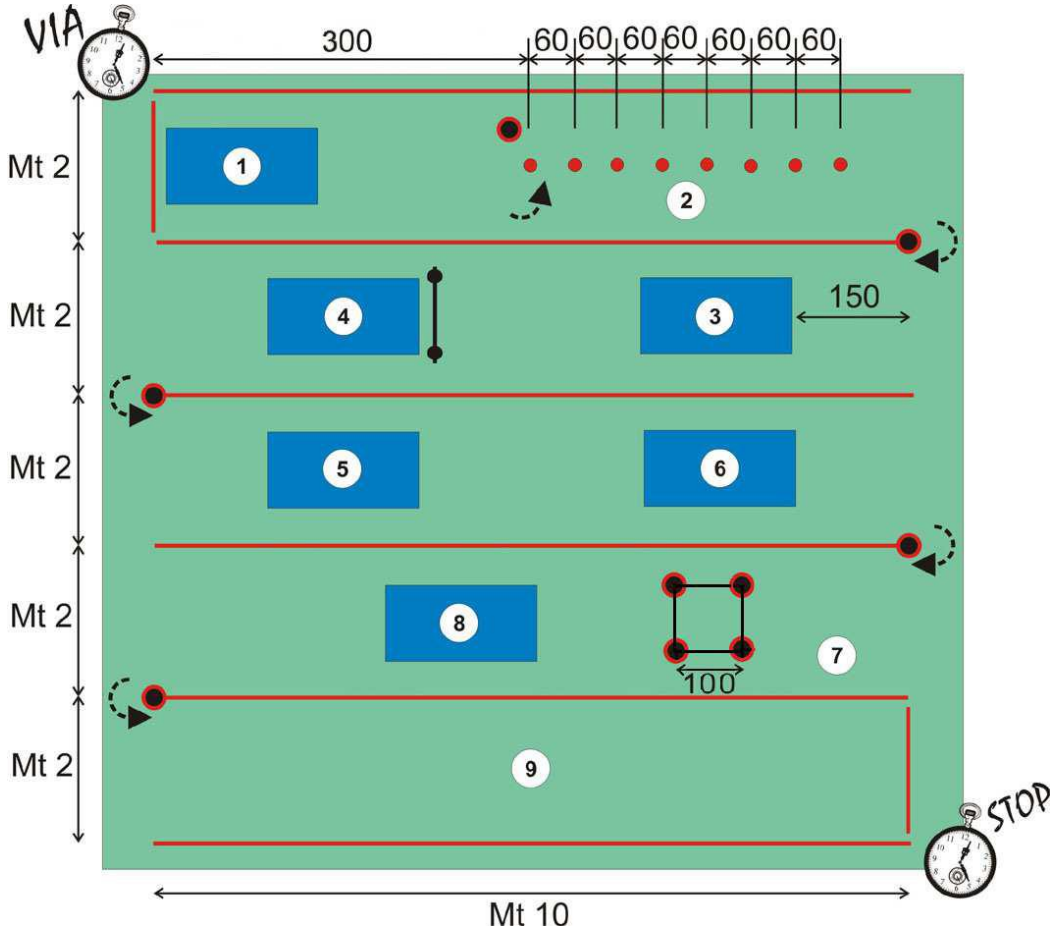


.

Legenda:
1) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
2) Slalom tra i paletti;
3) Balzi a zig-zag a piedi pari uniti in avanzamento superando la corda (cm. 35);
4) Superamento libero dell'ostacolo (cm. 35);
5) Superamento dell'ostacolo (cm. 35) a piedi pari uniti seguito da capovolta;
6) Andatura in quadrupedia prona (viso rivolto verso il basso);
7) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato (cm. 35);
8) Balzi in avanzamento a rana (m. 5);
9) Corsa finale.

Materiale occorrente per il Percorso a Tempo:
n° 6 paletti con basamento, altezza 1 mt, oppure bottiglie piene di sabbia con bastoni;
n° 4 coni o clavette o bottiglie di plastica colorate segna limite corsia;
n° 2 coni altezza cm. 35 per la composizione dell' El. 3;
n° 2 ostacoli altezza cm. 35 per El. 4 e 5 ;
n° 1 cono o clavetta o bottiglia di plastica colorata per sbarrare l'ingresso a sinistra dell' El. 2;
n° 1 rotolo di nastro in plastica bianco e rosso (tipo lavori stradali) per la delimitazione delle corsie;
n° 1 rotolo di nastro adesivo colorato;
n° 4 coni con fori altezza cm. 35 e una corda o asta orizzontale (di plastica) o similari, che, passando attraverso i fori dei coni, formi un quadrato di cm. 80 per ogni lato.

RAGAZZI E ESORDIENTI / A PRINCIPIANTI



Legenda:
1) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
2) Slalom tra i paletti;
3) Capovolta indietro;
4) Capovolta saltata (tuffo);
5) Ruota dx;
6) Ruota sx;
7) Balzi a piedi pari uniti sui quattro lati del quadrato;
8) Capovolta avanti seguita da balzo con circonduzione delle braccia;
9) Corsa finale.

Materiale occorrente per il Percorso a Tempo:
n° 8 paletti con basamento, altezza 1 mt, oppure bottiglie piene di sabbia con bastoni:
n° 1 ostacolo altezza cm 50;
n° 4 coni con fori altezza cm. 50 e una corda o asta orizzontale (di plastica) o similari, che, passando attraverso i fori dei coni, formi un quadrato di cm. 100 per ogni lato;
n° 4 coni o clavette o bottiglie di plastica colorate segna limite corsia;
n° 1 cono o clavetta o bottiglia di plastica colorata per sbarrare l'ingresso a sinistra dell' El. 2;
n° 1 rotolo di nastro in plastica bianco e rosso (tipo lavori stradali) per la delimitazione delle corsie;
n° 1 rotolo di nastro adesivo colorato.

I percorsi avranno una partenza con pulsante di START azzionato dal'atleta.

GIOCO TECNICO BABY MAKIWARA

Il Gioco Tecnico Palloncino si svolgerà su Tappeti di m. 3 x 5 minimo, costituiti da materassini di gomma. Verrà usato 1palloncino di spugna, sospeso all'altezza del viso. Il combattimento sarà libero per i Bambini e Fanciulli, mentre per la cat Ragazzi ed Eso 20" Gambe 20" Braccia e Gambe Tempi delle prove su (ANALITICO)

Tecniche di gambe ammesse, eseguite con
L'ARTO ARRETRATO E L'ARTO AVANZATO:
Calcio circolare frontale sul piano trasverso (Mawashigeri);Jodan – Chudan
Calcio circolare frontale rovescio sul piano trasverso (Ura-Mawashigeri);Jodan
Calcio circolare con rotazione dorsale rovescio sul piano trasverso (Ushiro-Ura-Mawashigeri); Jodan

Tecniche di braccia ammesse:
Pugno diretto arto superiore omolaterale (Kizamitsuki); Jodan
Pugno diretto arto superiore controlaterale (Gyakutsuki); Jodan – Chudan.
Pugno rovescio sul piano trasverso (Uraken) Jodan.

PENALITA' Portare Tecniche non consentite o portare Tecniche consentite che toccano il Palloncino sono da considerare penalità e, pertanto, verrà segnalato dall'Arbitro centrale con il gesto convenzionato SENZA interrompere la prova.
Nel caso L'atleta tocchi il Palloncino sarà di sua competenza fermarlo.

PROVA STILE KATA - KIHON

Classe Bambini Fanciulli Ragazzi e Esordienti /A

La prova sarà di libera scelta, o un KATA CODIFICATO o di LIBERA COMPOSIZIONE o Tecniche libere di Kumite

PROVA STILE KUMITE – KIHON

La prova consiste in una simulazione di combattimento contro un avversario immaginario di LIBERA FANTASIA

COMBATTIMENTO DIMOSTRATIVO SOLO PER LA CATEGORIA Ragazzi - Esordienti /A

La prova consiste in una dimostrazione di combattimento (Kumite) effettuata da due Atleti della stessa PROVINCIA, eseguendo le tecniche previste nel regolamento Esordienti (V. Programma Attività Federale FIJLKAM), dando dimostrazione di capacità tecnico-tattiche : Tempi delle prove su (ANALITICO)

E' obbligatorio l'uso dei **guantini**, dei **paratibia** e dei **paracollo del piede**.
E' facoltativo l'uso del corpetto e del paradenti.

VALORIZZARE – MINIMIZZARE – RECEPIRE

ESSERE UTILE PRESENTE – SOCIALE – CONDIVIDERE L'INTERESSE

Coordinatore BS *Ermanno Bertelli*