

## **CORSO TECNICI e GIUDICI RITMICA EUROPA 2023**

### DATE

Prima parte - Esercizi Individuali:

- 23 Gennaio 2023 ore 20:30-22:30
- 30 Gennaio 2023 ore 20:30-22:30
- 6 Febbraio 2023 ore 20:30-22:30

Seconda parte - Esercizi di Squadra:

- 27 Febbraio 2023 ore 20:30-22:30
- 6 Marzo 2023 ore 20:30-22:30
- 13 Marzo 2023 ore 20:30-22:30
- ESAME FINALE

### MODALITA'

Online su piattaforma Zoom. Link sarà inviato alle dirette interessate

### DOCENTE

Marta Temporin – referente di Giuria regione Veneto Ritmica Europa

### QUOTA DI PARTECIPAZIONE

40€ per aspiranti nuovi giudici e tecnici, gratuito, come aggiornamento, per giudici Ritmica Europa e FGI.

### MODALITA' DI ISCRIZIONE

Una semplice e-mail al indirizzo [temporin.marta@gmail.com](mailto:temporin.marta@gmail.com) e in copia al [info@ritmica.eu](mailto:info@ritmica.eu) indicando nome, cognome, data di nascita allegando la ricevuta del bonifico di 40 euro a Gym Academy ASD- SPORT EUROPA IBAN: IT81A084523601000000090445 e se già giudice basta mandare solo il proprio nome.

### TESTI DI RIFERIMENTO

- CdP GR 2022-2024 scaricabile dal sito <https://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/235-codice-dei-punteggi-gr-2022-2024.html>
- Programmi tecnici stagione sportiva 2022-2023, Disposizioni di giuria 2022, Criteri di valutazione 2022, Riassunto precisazioni programmi tecnici Ritmica Europa scaricabili dal sito <http://www.ritmica.sporteuropa.eu/index.php/programmi-tecnici>

### CONTENUTI DEL CORSO

Durante ogni incontro verranno analizzati i contenuti del CdP internazionale, e contestualizzati rispetto ai Programmi tecnici specifici Ritmica Europa e alle Disposizioni di Giuria Ritmica Europa. Ogni incontro prevede momenti di spiegazione teorica con il supporto di slide e video alternati a esercitazioni pratiche sulla valutazione degli elementi, attribuzione di valori e penalità, calcolo del punteggio, stenografia, metodi di scrittura e molto altro.

### OBIETTIVI DEL CORSO

Gli obiettivi del Corso Giudici Veneto Ritmica Europa 2023 sono:

- definire una linea guida per la valutazione degli esercizi delle diverse categorie del campionato individuale Ritmica Europa.
- Formare nuovi tecnici e giudici abilitate nel circuito Ritmica Europa.
- Aggiornare le giudici già formate sui programmi Ritmica Europa.
- Proporre nuovi spunti di riflessione per le tecniche per accrescere e migliorare le proprie competenze.

## LETTERA DI INVITO

Care colleghe,

*quante di voi hanno preso in considerazione l'idea di iniziare a giudicare le gare di ginnastica ma si sono bloccate? Certo, è un ruolo importante quello del giudice, ci sono molte cose da dover ricordare a memoria: simboli, valori, penalità... E poi bisogna scrivere tutto quello che si vede senza perdere di vista la ginnasta, calcolare il punteggio in fretta, rimanere lucidi per tutta la durata della gara. Personalmente all'inizio mi bloccava la paura di sbagliare. Sapevo che avrei dovuto rendere conto di quello che avevo scritto a giudici più esperte. Non mi sentivo all'altezza.*

*Qualunque sia la tua paura vorrei invitarti a partecipare a questo corso: scoprirai che imparare a giudicare in fondo non è così difficile come credi. Vorrei mettere a tua disposizione tutta la mia esperienza, le strategie e i metodi che ho perfezionato nel tempo, ma anche i miei errori per aiutarti a prendere coraggio e districarti in questo mare di valori e penalità. Magari scoprirai che giudicare è gratificante e ti viene abbastanza spontaneo, o magari capirai che quella del giudice non è la carriera che fa per te. In ogni caso sono sicura che dopo questo corso avrai aperto la mente a nuovi spunti che miglioreranno di riflesso anche il tuo lavoro da tecnica.*

*Questo corso quindi è un'occasione da non perdere sia per le aspiranti giudici, sia per le giudici già formate che vogliono rimanere aggiornate, sia per le tecniche che desiderano migliorare dal punto di vista della composizione degli esercizi. Ci sarà occasione per riflettere sui principali aspetti degli esercizi individuali, sulla scelta degli elementi, e molto altro: iniziare a guardare il proprio lavoro attraverso gli occhi della giuria rappresenta un passo fondamentale per iniziare a crescere e migliorare come tecnici.*

*Ti prometto che il mio corso non sarà una noiosa lettura del Codice dei Punteggi. Ovviamente partiremo dai suoi contenuti, ma faremo tanto esercizio. Ti darò consigli pratici per memorizzare il codice, i valori, i simboli, le penalità; ti insegnerò a riconoscere e convalidare gli elementi a colpo d'occhio, a valutare quello che vedi con sicurezza ed efficacia; ti aiuterò a scrivere ciò che giudichi in maniera veloce e comprensibile.*

*Vorrei fare tutto quello che è in mio potere per renderti piacevole e utile questa esperienza. Da parte tua mi aspetto che parteciperai lasciando fuori dall'aula Zoom ogni paura di sbagliare: porta con te la voglia di imparare, crescere, provare a metterti in gioco, fare domande. Non ci sono prerequisiti per partecipare, e il costo è pensato per rendere il corso accessibile anche alle giovanissime tecniche che vogliono formarsi ma non hanno molto budget a disposizione. Non dimenticare di diffondere questo invito a tutte le tue colleghe.*

*Ti aspetto al corso.*

*Un caro saluto.*

*Marta Temporin  
Referente di Giuria Regionale Veneto  
Ritmica Europa*