

The background of the slide features several large, overlapping, light grey abstract shapes that resemble rounded rectangles or organic forms, set against a plain white background. The shapes are positioned in the lower-left and lower-right areas, creating a modern, minimalist aesthetic.

# **Valutazione *dei* *KATA***

# AGENDA

**Introduzione**

**Cenni sulla valutazione secondo i regolamenti  
WKF 2022 e 2023**

**Valutazione per le gare dello CSEN**

**Operazioni di gara**

**Prove di valutazione**

# INTRODUZIONE

## DEFINIZIONE

**KATA = COMBATTIMENTO CODIFICATO**

**Art. 5 - 2022 “CRITERI DECISIONALI”**

**Spiegazione I**

**Il Kata non è una danza o una rappresentazione teatrale. Deve essere eseguito nel rispetto dei valori e princìpi tradizionali. Deve essere realistico in termini di combattimento e mostrare concentrazione, potenza e potenziale impatto (efficacia / lesività) in ogni tecnica. Deve dimostrare forza e velocità, come anche grazia, ritmo ed equilibrio.**

# Lista dei kata wkf 2023

## APPENDIX 1: OFFICIAL KATA LIST

|    |                     |    |                       |     |                        |
|----|---------------------|----|-----------------------|-----|------------------------|
| 1  | Anan                | 35 | Jiin                  | 69  | Passai                 |
| 2  | Anan Dai            | 36 | Jion                  | 70  | Pinan Shodan           |
| 3  | Ananko              | 37 | Jitte                 | 71  | Pinan Nidan            |
| 4  | Aoyagi              | 38 | Juroku                | 72  | Pinan Sandan           |
| 5  | Bassai              | 39 | Kanchin               | 73  | Pinan Yondan           |
| 6  | Bassai Dai          | 40 | Kanku Dai             | 74  | Pinan Godan            |
| 7  | Bassai Sho          | 41 | Kanku Sho             | 75  | Rohai                  |
| 8  | Chatanyara Kusanku  | 42 | Kanshu                | 76  | Saifa                  |
| 9  | Chibana No Kushanku | 43 | Kishimono No Kushanku | 77  | Sanchin                |
| 10 | Chinte              | 44 | Kousokun              | 78  | Sansai                 |
| 11 | Chinto              | 45 | Kousokun Dai          | 79  | Sanseiru               |
| 12 | Enpi                | 46 | Kousokun Sho          | 80  | Sanseru                |
| 13 | Fukyugata Ichi      | 47 | Kururunfa             | 81  | Seichin                |
| 14 | Fukyugata Ni        | 48 | Kusanku               | 82  | Seienchin (Seiyunchin) |
| 15 | Gankaku             | 49 | Kyan No Chinto        | 83  | Seipai                 |
| 16 | Garyu               | 50 | Kyan No Wanshu        | 84  | Seiryu                 |
| 17 | Gekisai (Geksai) 1  | 51 | Matsukaze             | 85  | Seishan                |
| 18 | Gekisai (Geksai) 2  | 52 | Matsumura Bassai      | 86  | Seisan (Sesan)         |
| 19 | Gojushiho           | 53 | Matsumura Rohai       | 87  | Shiho Kousokun         |
| 20 | Gojushiho Dai       | 54 | Meikyo                | 88  | Shinpa                 |
| 21 | Gojushiho Sho       | 55 | Myojo                 | 89  | Shinsei                |
| 22 | Hakusho             | 56 | Naifanchin Shodan     | 90  | Shisochin              |
| 23 | Hangetsu            | 57 | Naifanchin Nidan      | 91  | Sochin                 |
| 24 | Haufa (Haffa)       | 58 | Naifanchin Sandan     | 92  | Suparinpei             |
| 25 | Heian Shodan        | 59 | Naihanchi             | 93  | Tekki Shodan           |
| 26 | Heian Nidan         | 60 | Nijushiho             | 94  | Tekki Nidan            |
| 27 | Heian Sandan        | 61 | Nipaipo               | 95  | Tekki Sandan           |
| 28 | Heian Yondan        | 62 | Niseishi              | 96  | Tensho                 |
| 29 | Heian Godan         | 63 | Ohan                  | 97  | Tomari Bassai          |
| 30 | Heiku               | 64 | Ohan Dai              | 98  | Unshu                  |
| 31 | Ishimine Bassai     | 65 | Oyadomari No Passai   | 99  | Unsu                   |
| 32 | Itosu Rohai Shodan  | 66 | Pachu                 | 100 | Useishi                |
| 33 | Itosu Rohai Nidan   | 67 | Paiku                 | 101 | Wankan                 |
| 34 | Itosu Rohai Sandan  | 68 | Papuren               | 102 | Wanshu                 |

In reporting the kata to be performed use the designated number. Should there be inconsistency between the number and the name of the kata, the number will be considered the reported kata to be performed.

# Criteri di valutazione regolamento WKF 2022 - 2023

## PARAMETRI

| Articolo 5.5 - 2022   | Articolo 5.6 - 2023   |
|---|---|
| <p><b>Prestazione Tecnica</b><br/>Posizioni<br/>Tecniche<br/>Movimenti di Transizione/Traslazione<br/>Scelta del tempo<br/>Respirazione Corretta<br/>Messa a Fuoco (Kime)<br/>Conformità: Consiste nell'esecuzione del kihon dello stile(ryu-ha) del kata</p> | <p><b>Kata performance</b><br/>Stances<br/>Techniques<br/>Transitional movements<br/>Timing and synchronisation<br/>Correct breathing<br/>Focus (kime)<br/>Conformance: Consistence in the performance of the kihon</p> |
| <p><b>Prestazione Atletica</b><br/>Forza<br/>Velocità<br/>Equilibrio</p>  | <p>Strength<br/>Speed<br/>Balance</p>   |

# Sistema di attribuzione del punteggio WKF 2022

## Articolo 5.3

I Giudici valuteranno separatamente la prestazione tecnica e la prestazione atletica, attribuendo a ciascuna il relativo punteggio, che va da un minimo di 5.0 fino a un massimo di 10.0. Gli incrementi devono essere minimo di 2 decimi. La squalifica è indicata con il punteggio di 0.0.

Il sistema eliminerà i due punteggi più alti e i due punteggi più bassi assegnati rispettivamente alla prestazione tecnica e alla prestazione atletica. Procederà poi alla somma di quelli restanti e moltiplicherà il punteggio complessivo assegnato alla prestazione tecnica per il coefficiente 0.7 ed il punteggio complessivo assegnato alla prestazione atletica per il coefficiente 0.3. Sommando, poi, i suddetti valori si otterrà il punteggio totale assegnato al Kata. Si avrà pertanto che, nella valutazione globale del Kata, la prestazione tecnica avrà un peso specifico maggiore rispetto alla prestazione atletica, essendole riconosciuto un valore pari al 70% del totale, mentre alla prestazione atletica viene riconosciuto un valore pari al 30%.

# Sistema di attribuzione del punteggio WKF 2022

## SISTEMA MANUALE DI ARBITRAGGIO DEL KATA (Articolo 3 - Spiegazione)

Per le competizioni nelle quali non è disponibile il sistema elettronico di arbitraggio del Kata verranno usati pannelli del punteggio manuali. In tali casi il Capo Giudice darà col suo fischietto il segnale di mostrare i pannelli nei quali saranno riportati i punteggi attribuiti da ciascun Giudice. Dopo che saranno stati annunciati tutti i punteggi, darà con il fischietto il segnale di abbassare i pannelli. I sette Giudici che compongono il gruppo arbitrale sono designati dal Commissario di Tappeto o dall'Assistente Commissario di Tappeto. I giudici mostreranno un unico punteggio con il quale esprimeranno la loro valutazione sia sulla prestazione tecnica che su quella atletica. Dovranno in ogni caso tenere a mente che la prestazione tecnica pesa il 70% della prova complessiva mentre la prestazione atletica pesa il restante 30%. Qualora si dovesse verificare una parità tra più Atleti/Squadre quando si utilizza il sistema manuale, dovrà essere eseguito un ulteriore e diverso Kata e i Giudici saranno obbligati a differenziare il loro punteggio per risolvere la parità.

|                       | JUDGE 1        | JUDGE 2 | JUDGE 3        | JUDGE 4        | JUDGE 5 | JUDGE 6        | JUDGE 7        | TOTAL | FACTOR        | RESULT       |
|-----------------------|----------------|---------|----------------|----------------|---------|----------------|----------------|-------|---------------|--------------|
| Technical performance | 8.0            | 8.2     | <del>7.8</del> | <del>7.8</del> | 8.4     | <del>8.4</del> | 8.2            | 24.4  | 0.7           | <b>17.10</b> |
| Athletic performance  | <del>7.8</del> | 8.2     | <del>7.8</del> | 8.2            | 8.2     | <del>8.4</del> | <del>8.4</del> | 24.6  | 0.3           | <b>7.38</b>  |
|                       |                |         |                |                |         |                |                |       | <b>TOTAL:</b> | <b>24.48</b> |

# Sistema di attribuzione del punteggio WKF 2023

## 5.3 Point system

5.3.1 Performances are given a score using a scale from 5.0 to 10.0 in increments of 0.1 - where 5.0 represents the lowest score possible for a Kata that is accepted as performed - and 10.0 represents a perfect performance. A disqualification is indicated by a 0.0 score.

5.3.2 The system will eliminate the highest and lowest scores.

| JUDGE 1 | JUDGE 2 | JUDGE 3        | JUDGE 4 | JUDGE 5        | JUDGE 6 | JUDGE 7 | TOTAL |
|---------|---------|----------------|---------|----------------|---------|---------|-------|
| 7.6     | 7.6     | <del>8.2</del> | 7.7     | <del>7.5</del> | 7.8     | 8.1     | 38.8  |

## 5.4 Score levels

5.4.1 For the purpose of uniform application of the scale used in scoring the following guideline applies:

- 10 Perfect Perfection of performance
- 9 - 9.9 Excellent World class medal competition
- 8 - 8.9 Very good High level international competition
- 7 - 7.9 Good Expected level for international competition
- 6 - 6.9 Acceptable Performed without distinction
- 5-5.9 Insufficient Performed with discrepancies
- 0 Disqualified



# Sistema di attribuzione del punteggio 2022-2023

## **Articolo 5.7 2022 2 2023**

### **Errori**

I seguenti errori, se evidenti, devono essere considerati nella valutazione:

- a) Piccola perdita di equilibrio.
- b) Esecuzione di un movimento in modo non corretto o incompleto, così come, ad esempio, non completare una parata, oppure eseguire un pugno fuori bersaglio.
- c) Effettuare un movimento asincrono, come eseguire una tecnica prima che il movimento di transizione/ traslazione del corpo sia completato o, in caso di Kata a squadre, non effettuare un movimento sincronizzato.
- d) I segnali acustici (da chiunque provengano, compresi gli altri Membri della squadra) o quelli teatrali - come battere i piedi o colpire il petto, le braccia, o il karate-gi - o la respirazione inappropriata, devono essere tenuti in considerazione dai Giudici nella loro valutazione come errori molto seri e penalizzati allo stesso modo in cui si penalizzerebbe una temporanea perdita di equilibrio.
- e) Cintura che si allenta scendendo sui fianchi durante l'esecuzione.
- f) Perdita di tempo, inclusa la marcia prolungata, gli inchini eccessivi o le pause prolungate prima dell'inizio della prova.

# Sistema di attribuzione del punteggio 2022-2023

## **Articolo 5.6 (2022) e 5.8 (2023)**

- **Squalifica**

Un Atleta od una Squadra possono essere squalificati per una delle seguenti ragioni:

- Eseguire un kata diverso da quello dichiarato al tavolo della Giuria o annunciare un kata diverso da quello dichiarato al tavolo della Giuria.
- Non eseguire il saluto all'inizio e/o alla fine del kata
- Iniziare un kata non guardando i giudici (2023)
- Effettuare una pausa evidente o fermarsi durante l'esecuzione del Kata.
- Omettere o aggiungere movimenti – o cambiare sostanzialmente la performance rispetto alla forma originale (2023)
- Interferire con la funzione dei Giudici (per esempio costringere un Giudice a spostarsi per ragioni di sicurezza o arrivare a contatto con un Giudice). (2022)
- Una chiara perdita di equilibrio che causa una caduta o un passo di recupero
- Far cadere la cintura durante l'esecuzione del Kata.
- Non seguire le istruzioni del Capo Giudice, o porre in essere altri comportamenti illeciti.

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## **Parametri di valutazione:**

### **TECNICA**

(Posizioni, Tecniche, Movimenti di Transizione/Traslazione, Respirazione corretta, Equilibrio, Conformità)

### **POTENZA**

(Forza, Velocità, Efficacia)

### **KIME**

(Contrazione isometrica, Assenza di fusioni)

### **RITMO**

(Scelta di tempo)

### **ESPRESSIVITA'**

(Trasmettere significati, Assenza di atteggiamenti)

## SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

### TECNICA

**La Tecnica - Ogni singola azione motoria prende forma nello spazio e nel tempo ed è il risultato di una partecipazione coordinata di tutti i segmenti dell'Atleta. La tecnica viene eseguita in base a un modello ottimale.**

**In sintesi: la tecnica è un programma motorio (determinata sequenza di movimenti del corpo) eseguito in funzione di un obiettivo prefissato e conforme ai modelli codificati della specialità.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

- **TECNICA**
  - ❖ **Posizioni**
  - ❖ **Movimenti di Transizione/Traslazione**
  - ❖ **Azioni finalizzate (tecniche)**

**Il programma motorio determina l'organizzazione dei segmenti del corpo nel tempo e nello spazio ed è la risultante di processi coordinativi complessi.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## TECNICA

### Posizioni

Le posizioni devono essere eseguite in conformità ai modelli codificati che variano in funzione degli stili praticati (kiba dachi, shiko dachi, etc.).

**Posizioni corrette = equilibrio statico**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

- TECNICA

## **Movimenti di transizione / traslazione**

**Attraverso il movimento di transizione il corpo si muove nello spazio da una posizione di partenza ad una posizione di arrivo.**

**Anche tali movimenti devono obbedire a determinati canoni esecutivi che pure cambiano da stile a stile (ad es. modo di avanzamento in sanchin dachi nello shito e nel goju).**

**Movimenti di transizione = equilibrio dinamico**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

- TECNICA

## **Azioni finalizzate**

**Le azioni finalizzate sono rappresentate dalle azioni di difesa e dalle azioni di attacco. La gestualità è multiforme. Possono essere eseguite con gambe e braccia. Le modalità esecutive dipendono dall'obiettivo perseguito, dal significato dell'azione, dallo stile praticato.**

**Azioni finalizzate = respirazione corretta + coordinazione e sincronizzazione.**



# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

- TECNICA

**Criterio di valutazione - Durante l'esecuzione, ogni singola tecnica va osservata e valutata nella sua globalità coordinativa. La stabilità della postura (zenkutsu, kiba, shiko, neko, ecc..) è data dall'assenza di pattinamenti degli appoggi e di vibrazioni degli arti inferiori, non determinati dall'azione degli stessi per imprimere movimento al bacino nelle tecniche di braccia (gyaku tsuki, parate, ecc..). La perdita più o meno grave dell'equilibrio è da considerare un grave errore di coordinazione e, quindi, della tecnica. L'attenzione del Giudice è orientata a valutare la qualità del movimento (l'azione della parte superiore del corpo non deve in nessun modo creare grandezze di disturbo alla parte inferiore) e la gestione dell'equilibrio dinamico e statico.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## POTENZA

Ogni singola azione tecnica è determinata da un insieme di contrazioni muscolari che mettono in movimento segmenti, o l'intera massa corporea, determinando la produzione di energia cinetica, che nel Karate è indirizzata contro l'avversario. La potenza della tecnica è data dalla formula  $P = F \times v$  (forza x velocità). La potenza della tecnica, ovvero l'energia cinetica prodotta dall'azione, è una componente essenziale in quanto ne determina in gran parte l'efficacia.

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## POTENZA

**Criterio di valutazione: Durante l'esecuzione di ogni singola tecnica, ove sia richiesto dalla codificazione, il Giudice deve osservare questo parametro essenziale (Potenza), avendo ben presente che la forza e la velocità sono tra loro integrate, ma che è l'alta velocità dell'azione a determinare in maggior misura la potenza. Quindi, maggiore è la velocità della massa d'impatto, maggiore è l'efficacia della tecnica. Va, inoltre, tenuto presente che mantenere la perfetta coordinazione alle alte velocità richiede una grande maestria di movimento.**

# **SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE** **NELLE GARE CSEN**

## **KIME**

Ogni singola azione tecnica, ove sia richiesto dalla codificazione, si deve concludere con una contrazione muscolare isometrica breve (kime), che è una specifica che identifica il Karate e, nel medesimo tempo, lo differenzia da altre specialità simili.

**Il kime è una componente strutturale del Karate.**

**La durata della contrazione dipende dal significato dell'azione**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## KIME

Criterio di valutazione - Durante l'esecuzione di ogni singola tecnica, ove sia richiesto dalla codificazione, l'attenzione del Giudice deve essere orientata alla verifica che il kime venga espresso correttamente. Un' espressione imprecisa di questa componente tecnica, o la sua assenza, provoca fusioni tra una tecnica e l'altra e denota una scarsa maestria del gesto.

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## RITMO

La combinazione in successione di un insieme di tecniche motorie di differente significato, ampiezza e velocità (codificazione) determina il ritmo. Trattandosi di un insieme di tecniche codificate, esso è quasi completamente determinato dall'ampiezza e rapidità del movimento, dagli intervalli di tempo dovuti alla durata del kime e dal significato che lega tra loro gruppi di azioni diverse.

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## RITMO

**Criteri di valutazione - Durante l'esecuzione del Kata nel suo insieme, e durante le fasi parziali (gruppi di tecniche), l'attenzione del Giudice deve essere orientata a verificare la presenza di un ritmo che scaturisca da razionali legami di significato tra le varie tecniche e che dia realismo e forza di espressione alla comunicazione gestuale. Al termine della prova, la valutazione del Giudice sul ritmo espresso dall'Atleta dovrà essere di tipo globale.**

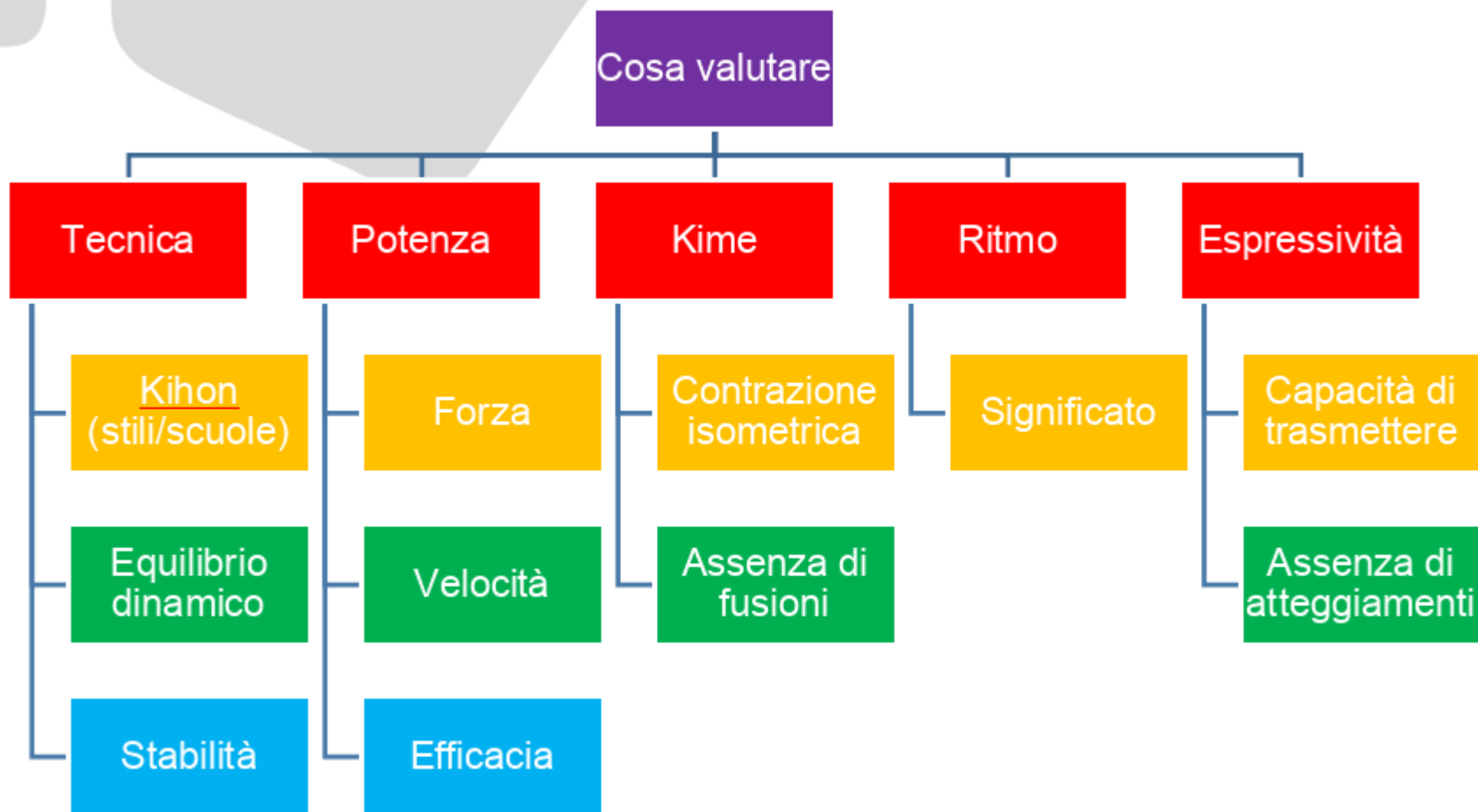
# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## ESPRESSIVITA'

**L'Atleta in azione, tramite il movimento entra in comunicazione con chi guarda, gli trasmette significati, qualità di movimenti, quantità di energie espresse, ecc. In questo sistema di comunicazione, la personalità e l'energia interiore di chi comunica imprimono al movimento una caratteristica personale, soggettiva, ben percepibile che ne determina la forza e l'efficacia della comunicazione. Questa capacità non va confusa con l'assunzione di atteggiamenti di tipo "cinematografico" \_**



# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN



# **SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE** **NELLE GARE CSEN**

**Per quantificare in punteggio la prestazione di un Atleta o di una Squadra devono essere applicati i seguenti parametri sulle componenti della prestazione tecnica:**

- ❖ Ottimo = requisiti espressi al massimo grado;**
- ❖ Buono = imprecisione di alcuni requisiti;**
- ❖ Discreto = imprecisione alquanto diffusa;**
- ❖ Sufficiente = imprecisione molto diffusa;**
- ❖ Insufficiente = prevalgono i requisiti non validamente espressi.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**Al Giudice è assegnato il compito di esprimere una valutazione previo giudizio di tipo sintetico (insufficiente, sufficiente, discreto, buono e ottimo).**

**Il giudizio viene convertito in numeri utilizzando dei tabelloni:**

- Classe Samurai (5-7), Bambini (8-9) e Ragazzi (10-11): il range è variabile da 10 a 30. Ci sono quindi 20 punti totali da assegnare ai parametri di valutazione (Tecnica, Potenza, Kime, Ritmo, Espressività) e le penalità da considerare. Il minimo e gli incrementi per ogni parametro sono 1, quindi una prova totalmente insufficiente da come risultato 15, una prova totalmente perfetta da come risultato 30.**
- Classe Esordienti (12-13), Cadetti (14-15), Junior (16/17) e Senior (18-35): il range è variabile da 5.0 a 10.0. Ci sono quindi 50 punti totali da assegnare ai parametri di valutazione (Tecnica, Potenza, Kime, Ritmo, Espressività) e le penalità da considerare. Il minimo per ogni parametro è 0.0, gli incrementi sono 0.1, quindi una prova totalmente insufficiente da come risultato 5.0, una prova totalmente perfetta da come risultato 10.0.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

| Parametri di valutazione per classe di età |  |                                      |  |
|--|--|--------------------------------------|--|
|  | Samurai<br>(5-7)<br>Bambini<br>(8-9)<br>Ragazzi<br>(10-11) | Esordienti<br>(12-13)                | Cadetti<br>(14-15)<br>Junior<br>(16-17)<br>Senior<br>(18-35) |
| Votazione                                  | Da 10 a 30<br>(incrementi di 1)                            | Da 5.0 a 10.0<br>(incrementi di 0.1) | Da 5.0 a 10.0<br>(incrementi di 0.1)                         |
| Tecnica                                    | Da 1 a 6   | Da 0.0 a 2.5                         | Da 0.0 a 2.0   |
| Potenza                                    | 1  | Da 0.0 a 1.0                         | Da 0.0 a 1.5   |
| Kime                                       | Da 1 a 5   | Da 0.0 a 0.5                         | Da 0.0 a 0.5   |
| Ritmo                                      | Da 1 a 5   | Da 0.0 a 0.5                         | Da 0.0 a 0.5   |
| Espressività                               | Da 1 a 3   | Da 0.0 a 0.5                         | Da 0.0 a 0.5   |

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## VALORE DEI GIUDIZI

|   |               |
|---|---------------|
| 7 | ottimo        |
| 6 | buono         |
| 5 | discreto      |
| 4 | sufficiente   |
| 3 | mediocre      |
| 2 | insufficiente |
| 1 | modesto       |

|   |               |
|---|---------------|
| 6 | ottimo        |
| 5 | buono         |
| 4 | discreto      |
| 3 | sufficiente   |
| 2 | insufficiente |
| 1 | modesto       |

|   |               |
|---|---------------|
| 5 | ottimo        |
| 4 | buono         |
| 3 | discreto      |
| 2 | sufficiente   |
| 1 | insufficiente |

|   |               |
|---|---------------|
| 4 | ottimo        |
| 3 | buono         |
| 2 | sufficiente   |
| 1 | insufficiente |

|   |               |
|---|---------------|
| 3 | ottimo        |
| 2 | discreto      |
| 1 | insufficiente |

**Valutazione= Giudizio finale - Penalità**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

| Vato CSEN<br>(under 11) | Valutazione   | Voto WKF e<br>CSEN | Valutazione                                  |
|-------------------------|---------------|--------------------|--|
| 30                      |               | 10.0               | Perfect Perfection                           |
| 27-29                   | Ottimo        | 9.0-9.9            | Excellent                                    |
| 24-26                   | Buono         | 8.0-8.9            | Very good High level                         |
| 21-23                   | Discreto      | 7.0-7.9            | Good Expected level                          |
| 18-20                   | Sufficiente   | 6.0-6.9            | Acceptable Performed without<br>distinction  |
| 15-17                   | Insufficiente | 5.0-5.9            | Insufficient Performed with<br>discrepancies |

**Valutazione= Giudizio finale - Penalità**

# **SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE** **NELLE GARE CSEN**

**Il kata dimostrato è stato eseguito con un corretto ritmo?**

**Il concorrente evidenzia troppe pause?**

**Il kata scorreva o era una serie di fotogrammi?**

**L'efficacia veniva sacrificata per l'apparenza?**

**Il kata è stato portato a termine con un calo di prestazione o ha mantenuto la stessa efficacia di azione?**

**Il kata mostrava essere un combattimento virtuale?**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**PENALITÀ  
E  
SQUALIFICA**



# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## PENALITÀ

I seguenti errori, se evidenti, devono essere tenuti presenti nella valutazione in accordo con i criteri di valutazione:

- **Equilibrio**
- **Movimenti**
- **Sincronizzazione**
- **Segnali esterni**
- **Perdita di tempo**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## Equilibrio

piccola perdita di equilibrio

## Movimenti

esecuzione di un movimento in modo non corretto o incompleto o saltare 1 tecnica (non eseguire una parata o una tecnica in maniera completa; eseguire un pugno fuori bersaglio).

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## **Sincronizzazione**

effettuare un movimento asincrono (eseguire una tecnica prima che il movimento di transizione del corpo sia completato)

## **Segnali esterni**

uso di segnali acustici o teatrali (da chiunque provengano, compresi gli altri membri della squadra) come battere i piedi o colpire il petto, le braccia, o il karate-gi, o respirazione inappropriata.

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

## Perdita di tempo

- marcia prolungata;
- inchini eccessivi;
- pause prolungate prima dell'inizio della prova.
- cintura che si allenta scendendo dai fianchi durante l'esecuzione

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**Classe Samurai (5-7), Bambini (8-9) e Ragazzi (10-11):**

- **Esitazione (breve vuoto di memoria) durante l'esecuzione:** -1
- **Breve perdita di equilibrio subito corretta:** -1
- **Lieve perdita di sincronizzazione:** -1
- **Evidente perdita di sincronizzazione:** -2
- **Evidente perdita di equilibrio:** -2
- **Posizioni esasperate o antifisiologiche:** -3
- **Grave perdita di equilibrio o caduta:** -5
- **Uso di segnali esterni** da - 1 a - 5

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**Classe Esordienti (12-13), Cadetti (14-15), Junior (16/17) e Senior (18-35):**

|   | <b>ERRORE MINORE O SINGOLO</b> | <b>ERRORE SERIO O RIPETUTO</b> |
|---|--------------------------------|--------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• PICCOLA PERDITA DI EQUILIBRIO</li><li>• CINTURA CHE SI ALLENTA</li><li>• PERDITA DI TEMPO</li></ul> | -0.2 PUNTI                     | -0.4 PUNTI                     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• MOVIMENTI ASINCRONI</li><li>• MOVIMENTI NON CORRETTI O INCOMPLETI</li></ul>                         | -0.4 PUNTI                     | -0.6 PUNTI                     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• SEGNALI ESTERNI</li><li>• GRAVE PERDITA DI EQUILIBRIO</li></ul>                                     | -0.8 PUNTI                     | -1.0 PUNTO                     |

# **SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE** **NELLE GARE CSEN**

## **SQUALIFICA**

- **Eseguire un kata diverso da quello dichiarato al tavolo della Giuria o annunciare un kata diverso da quello dichiarato al tavolo della Giuria**
- **Non eseguire il saluto all'inizio e/o alla fine del kata**
- **Effettuare una pausa evidente o fermarsi durante l'esecuzione**
- **Far cadere la cintura durante l'esecuzione**
- **Non seguire le istruzioni del Giudice Capo o fare comportamenti illeciti**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**IMPORTANTE**

**QUALSIASI COSA ACCADA DURANTE  
LA PROVA VERRA' PRESA  
IN CONSIDERAZIONE SOLO ALLA FINE  
DELL' ESECUZIONE**



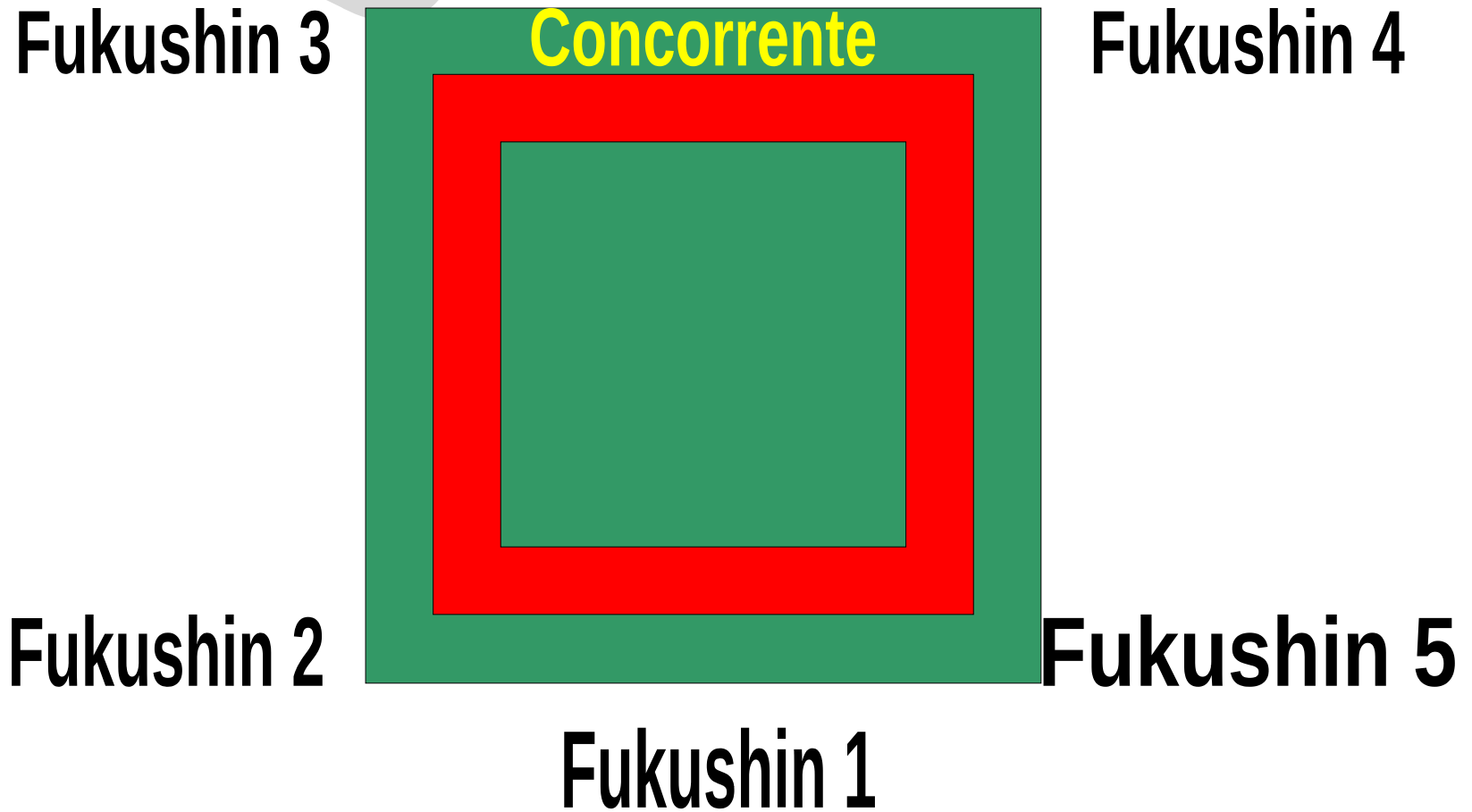
# **SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE** **NELLE GARE CSEN**

## **Operazioni di gara – Valutazione con tabelloni**

**All'inizio di ogni incontro,  
in risposta all'annuncio del loro nome,  
Il Concorrente  
si dispone lungo il perimetro dell'area di gara con il volto  
rivolto al Giudice Centrale.**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**Gruppo arbitrale**



# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

**Inizio incontro:**

- **L'atleta, dopo essersi mosso verso la posizione d'avvio, esegue il saluto, annuncia chiaramente il nome del KATA ed inizia la prova. Completato il KATA, effettua nuovamente il saluto e si posiziona in Yoi, per attendere il giudizio degli arbitri.**
- **Il Giudice Centrale richiede il giudizio (Hantei), usando il fischietto per emettere un suono a due toni.**
- **Quindi, i Giudici procedono alla votazione, alzando simultaneamente i tabelloni.**
- **Il tavolo della giuria procede quindi a contare i voti e a dare il risultato finale (approssimativamente in 5 secondi)**
- **I tabelloni vengono abbassati in seguito ad un altro breve fischio.**
- **Una volta ottenuta la valutazione l'atleta torna sul perimetro dell'area di gara**

# SUGGERIMENTI PER LA VALTAZIONE NELLE GARE CSEN

- Seipai (Pezzetti): <https://www.youtube.com/watch?v=RwO2fBXoiL4>
- Bassai dai (kids): <https://www.youtube.com/watch?v=v3peOsITfL0>
- Unsu (kids): [https://www.youtube.com/watch?v=5D\\_bp8nMKaU](https://www.youtube.com/watch?v=5D_bp8nMKaU)
- Heian sandan (kids): [https://www.youtube.com/watch?v=FkST\\_Kid1NE](https://www.youtube.com/watch?v=FkST_Kid1NE)
- Heian sandan (kids): <https://www.youtube.com/watch?v=8tyd8vzv3DQ>
- Enpi (Mahiro Takano): <https://www.youtube.com/watch?v=9b-GG9uPlfg>
- Kanku dai (Mahiro Takano): <https://www.youtube.com/watch?v=8kd7JHA6tnl>
- Kanku dai (Mahiro Takano): <https://www.youtube.com/watch?v=65QCHZDXKmA>