



***LA SPECIALITA'***  
***DEI***  
***LIVELLI***

***dal 1995 al 2021***

a cura di Edy Benozzi e Barbara Melluzza

## BREVE STORIA sulla SPECIALITA' dei LIVELLI

- Istituiti dalla ex Lega Nazionale Pattinaggio nel 1995 con 4 LIVELLI di difficoltà tecniche limitate (1°, 2°, 3° e 4° Livello), ossia costituiti da un «pacchetto» prestabilito di difficoltà
- Dopo un primo approccio, si rileva però la necessità di stabilire regole ben precise affinché questa Specialità possa sviluppare ed evidenziare maggiormente la parte stilistica e coreografica dei programmi di gara
- A partire quindi dall'anno 2000, primo anno in cui si tiene a Montecatini un seminario di aggiornamento su questa specialità, si susseguiranno altri seminari e corsi di aggiornamento che porteranno ad inquadrare e regolamentare in maniera sempre più specifica e precisa questa Specialità Agonistica della UISP
- L'evoluzione di questa Specialità ha fatto sì che la stessa sia quindi rivolta a quella parte di atleti, che oltre a sfruttare le proprie capacità tecniche, dovrà cimentarsi per elaborare la parte stilistica e coreografica del proprio programma di gara, in quanto per la stessa riceverà una valutazione distinta da quella tecnica
- La valutazione di questa specialità viene infatti suddivisa in:
  - \* Merito Tecnico
  - \* ***Interpretazione e Coreografia***

## STEP importanti per lo sviluppo dei LIVELLI

- Anno 2002 - Viene approvato un primo modulo da utilizzare obbligatoriamente da parte degli UDG per l'attribuzione del secondo punteggio - In seguito viene integrata la suddetta scheda in quanto inserita l'attribuzione del primo punteggio con il sistema tipo «Short-Program»
- Anno 2007 - Viene stabilito l'ordine obbligatorio per l'esecuzione delle difficoltà al fine di agevolare gli UDG nella trascrizione della valutazione di ogni elemento tecnico obbligato
- Anno 2008 - Viene introdotto un LIVELLO DEBUTTANTI riservato ai soli primi 2 anni in gara (nel 2008 erano gli anni 2000 e 1999)
- Anno 2010 - Viene modificata la dizione di uno dei 5 parametri del secondo punteggio da **Costruzione del disco** a **DISTRIBUZIONE DEL TRACCIATO**
- Anno 2011 - Viene modificata ulteriormente la dizione e la specifica degli ultimi due parametri del 2° punteggio:
  - **Distribuzione del Tracciato ed uso dello spazio** (*distribuzione varia del tracciato, corretta distribuzione delle difficoltà, scorrevolezza del tracciato intesa come collegamento fra difficoltà e passi di piedi-utilizzo di tutto lo spazio della pista*)
  - **Espressione del tema proposto**: mimica corporea e facciale - **dinamica del movimento**

## segue **STEP importanti per lo sviluppo dei LIVELLI**

- Anno 2011 - Viene modificata ulteriormente la struttura dei Livelli inserendo 2 Livelli Debuttanti, oltre ai 4 Livelli Professional
- Anno 2013 - **COSTUME DI GARA, TRUCCO E ACCESSORI** - viene stabilito di uniformare tutte le discipline della UISP, singolo di categoria, Livelli e Formula, relativamente alla regolamentazione per il costume di gara, trucco e accessori. Quindi, niente più distinzione fra le varie discipline UISP
- Anno 2013 - Viene modificato il sistema dei passaggi obbligatori tra un livello e un altro e tra Livelli/Formula/Categoria - Esiste un'apposita tabella consultabile sulla Dispensa dei Livelli
- Anno 2014 - Durante un corso di aggiornamento agli UDG sia UISP che FISR, viene ribadito il concetto che non esiste un DISCO DI LIVELLI o DI FORMULA o DI CATEGORIA, ma esiste un DISCO.....per il montaggio del quale si dovrà tener conto delle specificità richieste dal Regolamento della Specialità - **Importante quindi studiare bene i relativi regolamenti**
- Anno 2015 - Viene tolto un Livello Professional, e viene modificata la tabella dei passaggi obbligati tra Livelli/Categoria/Formula

## segue **STEP importanti per lo sviluppo dei LIVELLI**

- Anno 2018 - Da questo anno viene prevista una FASE NAZIONALE a partecipazione LIBERA, ma con obbligo di partecipazione alle fasi territoriali e regionali
- Anno 2018 - Viene modificata la struttura organizzativa della SDA PATTINAGGIO UISP

### L'attuale struttura è come di seguito riportata :

Struttura di Attività  
PATTINAGGIO UISP



#### COMUNICAZIONI

##### Indirizzi di riferimento

Responsabile Struttura Pattinaggio Nazionale	Raffaele Nacarlo	<a href="mailto:responsabile.pattinaggio@uisp.it">responsabile.pattinaggio@uisp.it</a>
Segreteria Nazionale PATTINAGGIO UISP		<a href="mailto:pattinaggio@uisp.it">pattinaggio@uisp.it</a>
Responsabile Pattinaggio Nazionale	Luca Bassetto	<a href="mailto:artistico.pattinaggio@uisp.it">artistico.pattinaggio@uisp.it</a>
Responsabile Gruppo Nazionale Ufficiali di Gara	Barbara Borgioli	<a href="mailto:qnuq.pattinaggio@uisp.it">qnuq.pattinaggio@uisp.it</a>
Responsabile Formazione Nazionale	Maurizio Cocchi	<a href="mailto:formazione.pattinaggio@uisp.it">formazione.pattinaggio@uisp.it</a>

Sito nazionale <http://uisp.it/pattinaggio> (sotto settori sezione Artistico)

## segue **STEP** importanti per lo sviluppo dei **LIVELLI**

- **Anno 2020** - vengono modificati i range di punteggio delle singole difficoltà tecniche, assegnando all'elemento nullo 0,5 decimi anziché 0,6 decimi e assegnando al valore di SCARSO un range da 0,9 a 1,0, anziché da 0,7 a 0,9. Questo per distanziare maggiormente la valutazione di un elemento nullo da un elemento eseguito anche se in modalità «scarso».

# PECULIARITA' DEI LIVELLI

- Ciascun LIVELLO, a partire dai DEBUTTANTI, **ha un ordine preciso e non modificabile** per l'esecuzione delle difficoltà tecniche previste per il relativo Livello

- **Modifiche** all'ordine di esecuzione delle difficoltà, **omissione** o **ripetizione** delle stesse comporta una penalizzazione sul punteggio da attribuire

La Dispensa dei LIVELLI contiene un elenco specifico di tutte le penalizzazioni applicate per ogni mancato rispetto di quanto previsto nella stessa, oltre ad una serie di indicazioni delle quali tener conto per l'elaborazione dei programmi di gara (nella Dispensa 2021 vds pagg.11-12-13)

Si precisa comunque che la massima penalizzazione viene applicata in caso di **omissione di un elemento** (completa non presentazione - elemento non tentato), prevedendo un abbattimento del primo e secondo punteggio di ben **10 decimi**, per ogni elemento omesso. Se un elemento viene tentato anche se non completato ai fini di una valutazione da SCARSO a DISCRETO, l'elemento sarà annullato ma otterrà la valutazione di NULLO (0,5) e non comporterà alcuna penalizzazione.

- Le due Valutazioni: **Merito Tecnico** e **Interpretazione e Coreografia**, sono completamente distinte l'una dall'altra

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

- Il primo punteggio **MERITO TECNICO** viene attribuito, con modalità tipo **SHORT PROGRAM**, assegnando a ciascuno dei 7 elementi obbligatori da eseguire per ciascun Livello, un valore che va da 0,5 a 1,4 per i primi 6 elementi e da 0,5 a 1,6 per il 7° elemento «Passi di piede»
- Il 7° elemento di ciascun LIVELLO (passi di piede), non viene inteso come elemento obbligatorio da eseguire al termine di tutte le altre difficoltà, bensì come il lavoro di piedi (difficoltà/qualità) eseguito in **TUTTO** il programma di gara
- Per l'attribuzione del punteggio alle 7 difficoltà previste per ciascun Livello, vengono dati 4 diversi valori (NULLO-SCARSO-DISCRETO-BUONO), ricomprendenti ciascuno un determinato range di punteggio. Ad esempio: **NULLO**=0,5 (elemento da considerarsi non eseguito: omesso, caduto, non corretto nella tecnica di esecuzione...) - **SCARSO** da 0,9 a 1,0 (elemento eseguito palesemente male) - **DISCRETO** da 1,1 a 1,2 (1,1-1,3 per i passi di piede) (elemento sufficiente in tutte le sue parti e di medio livello e quindi di basso/medio valore) - **BUONO** da 1,3 a 1,4 (1,4-1,6 per i passi di piede) (elemento ben eseguito in tutte le sue parti e di buon valore!)

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

### Esempio di Difficoltà obbligatorie previste per il 1° Livello Debuttanti A-B-C :

#### 1° LIVELLO DEBUTTANTI – 7 ELEMENTI

- 1 - Un Toe Loop eseguito singolarmente.
- 2 - Una Combinazione di Salti Salchow/Toe Loop/Toe Loop.
- 3 - Una Trottola Verticale su due piedi (Preparazione Libera).
- 4 - Una sequenza di 3 salti del tre.
- 5 - Un Salchow eseguito singolarmente.
- 6 - Una Trottola Verticale Interna Indietro (Preparazione libera).
- 7 - Passi di piedi. La valutazione dei giudici terrà conto nell'assegnare la valutazione di tutto il lavoro di piedi (difficoltà/qualità) eseguito all'interno di tutto il programma.

### Esempio di come viene valutata la 1° Difficoltà obbligatoria del 1° Livello Debuttanti:

#### Elemento 1 – Un Toe Loop eseguito singolarmente

Il punteggio potrà variare da 5 decimi (da assegnare per elemento da considerarsi non eseguito) a 14 decimi.

Elemento nullo	0,5
Elemento scarso	da 0,9 fino a 1,0
Elemento discreto	da 1,1 fino a 1,2
Elemento buono	da 1,3 fino a 1,4

Si precisa che i Toe Loop aperti, eseguiti con rotazione evidentemente anticipata verranno valutati e comunque considerati quando ben fatti di valore al **massimo di scarso**. Quindi potranno ricevere una valutazione al max di **1,0** punti.

## segue **PECULIARITA' dei LIVELLI**

- **Novità per le difficoltà tecniche a partire dall'anno 2020:**
  - sono ammesse figurazioni con le braccia sia nei salti che nelle trottole. Tali figurazioni saranno considerate come VALORE TECNICO AGGIUNTO solo se l'elemento base figurato resterà di BUON LIVELLO (ampia parabola, corretta postura, corretti fili di partenza e arrivo, etc per i salti; centratura corretta, filo richiesto, rotazioni minime richieste etc per le trottole)
  - nelle COMBINAZIONI di SALTI è ammessa la presentazione **di un solo salto figurato**
  - divieto di inserire elementi di pattinaggio (passi di piede) nella presentazione dell'elemento n.3 previsto dal 3° Livello Professional: sequenza di salti composta da Axel-Ritt-Axel
  - viene stabilito un tempo massimo di 30 secondi per la presentazione della sequenza dei n.3 salti del 3 (4° elemento del 1° Livello Debuttanti), in quanto per la stessa sono ammessi eventuali passi e/o movimenti tra un salto e l'altro

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

### Altre particolari indicazioni fornite dalla DISPENSA sulle **DIFFICOLTA' TECNICHE**:

- **ROTAZIONI TROTTOLE 1° E 2° LIVELLO DEBUTTANTI:** per questi due Livelli è stata approvata la deroga di valutazione di trottolo con numero di giri inferiore a 3, valutando come TROTTOLA DIFETTOSA quella con meno di 3 rotazioni ma superiore o uguale a 2. Con rotazioni inferiori a 2 la Trottola viene considerata come elemento NULLO
- **TOE LOOP 1° e 2° LIVELLO DEBUTTANTI:** per questo salto viene precisato che la presentazione di Toe Loop aperti, eseguiti con evidente rotazione anticipata, verranno comunque valutati, quando ben fatti, con valore massimo di SCARSO (max 1,0 punti)
- Precisazione su **SALCHOW** sia singolo che in combinazione: a parità di esecuzione (stesse caratteristiche tecniche quali velocità, ampiezza, postura, etc.) il salchow eseguito con lo stacco dal freno e quello eseguito con lo stacco dalle ruote avranno la stessa valutazione
- Precisazione su **LUTZ singolo - 2° LIVELLO DEBUTTANTI:** laddove il salto non venga preso da un chiaro filo esterno dall'allungamento della gamba libera fino al momento della puntata, lo stesso sarà ritenuto Elemento NULLO!
- In tutte le **COMBINAZIONI DI SALTI**, essendo gli elementi richiesti ben determinati, laddove un elemento risulti non valido (ad esempio thoren non completo), la combinazione non potrà essere valutata in quanto ritenuta ELEMENTO NULLO

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

- Precisazioni su **COMBINAZIONI con LUTZ**: Combinazioni con il *Lutz non staccato dall'esterno* (non chiaro filo esterno dall'allungamento della gamba libera fino al momento della puntata) verranno comunque **SEMPRE** considerate con valori massimo di **SCARSO!!!**
- 2° elemento del 3° Livello Professional: **TROTTOLA ABBASSATA**, viene precisato che non raggiungere la posizione di abbassata e cioè **bacino a livello del ginocchio portante o più basso**, comporterà l'annullamento della trottola

Viene inoltre eliminata la differente assegnazione di punteggio in base alla tipologia di trottola presentata, infatti la seguente regola di valutazione, in vigore dal 2015 sino al 2019:

- Con abbassata interna indietro da 0,7 fino a 1,0
- Con abbassata esterna indietro da 0,8 fino a 1,2
- Con abbassata esterna avanti da 0,8 fino a 1,4

Viene sostituita con la seguente:

Elemento 2 - Una Trottola Abbassata a scelta tra interna indietro - esterna indietro - esterna avanti (preparazione libera).

Il punteggio potrà variare da 5 decimi (da assegnare per elemento da considerarsi non eseguito) a 14 decimi.

Elemento nullo 0,5

Elemento scarso da 0,9 fino a 1.0

Elemento discreto da 1,1 fino a 1,2

Elemento buono da 1,3 fino a 1,4

## segue **PECULIARITA' dei LIVELLI**

- 6° elemento del 3° Livello Professional: **TROTTOLA AD ANGELO ESTERNA INDIETRO**, viene precisato che uscire sul filo senza verticalizzare, è consentito, ma verrà considerato più facile e pertanto valutato inferiormente rispetto all'uscita con la verticalizzazione. Non sono previsti limiti di rotazione della trottola verticale
- **COMBINAZIONI DI TROTTOLE:** per queste viene stabilito il numero massimo di trottole presentabili (3 per la combinazione del 1° Livello e 4 per la combinazione del 2° Livello). I cambi possono essere effettuati con cambio piede/filo e/o salto. Un numero maggiore di trottole renderà l'elemento NULLO e verrà applicata una penalizzazione di 5 decimi nel primo punteggio (Merito Tecnico)
- **PREPARAZIONE TROTTOLE:** per tutte le trottole previste nei vari Livelli la preparazione è **libera**. La preparazione con successione di tre rispetto alla preparazione con choctaw o mohawk a parità di esecuzione di trottole e di una buona esecuzione stilistica della successione dei tre, sarà maggiormente premiata dalla Giuria in quanto più difficoltosa, parimenti utilizzando la preparazione con la successione dei tre, la centratura deve avvenire senza che il piede della gamba libera tocchi il pavimento. Qualora accada la trottola sarà considerata molto difettosa
- **UTILIZZO PUNTALE NELLE TROTTOLE:** nell'esecuzione di trottole è proibito l'uso del **puntale** in entrata, rotazioni, cambi/salti e uscita.

## **2° punteggio: Interpretazione e Coreografia**

**Questo punteggio TOTALMENTE SEPARATO dal primo si compone dei seguenti 5 parametri, che hanno portato i LIVELLI ad utilizzare per primi, nel pattinaggio a rotelle italiano, dei parametri simili a quelli del ROLL-ART:**

1. **Qualità del pattinaggio (progressivi + postura del corpo) - Skating Skills**
2. **Passi di piede - Transitions**
3. **Distribuzione del Tracciato ed uso dello spazio - Choreography**
4. **Espressione del tema proposto: mimica corporea e facciale/dinamica del movimento - Performance**
5. **Musicalità - Choreography**

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

**Per l'attribuzione del 2° punteggio, vengono utilizzati i seguenti parametri:**

□	Da 4,0 a 5,0	Gravemente Insufficiente
□	Da 5,1 a 6,0	Insufficiente
□	Da 6,1 a 7,0	Sufficiente
□	Da 7,1 a 8,0	Buono
□	Da 8,1 a 9,0	Molto Buono
□	Da 9,1 a 10,0	Ottimo

L'UDG collocherà ognuno dei 5 parametri nel range che riterrà più opportuno nell'apposita scheda predisposta per l'assegnazione di questo punteggio, quindi farà una media fra gli stessi e assegnerà il punteggio finale, che niente avrà pertanto a che vedere con il punteggio assegnato per la parte tecnica, salvo il parametro dei passi di piede che ritroviamo in entrambi i punteggi.

Si riporta di seguito un modello di scheda di valutazione del 1° Livello Debuttanti al fine di comprendere come gli UDG vanno a trascrivere e quindi assegnare i 2 punteggi,

**PRIMO LIVELLO DEBUTTANTI**

Campionato/Trofeo \_\_\_\_\_

Giudice: \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

1° punteggio da MIN. 3,5 a MAX 10,0 - 2° punteggio Svincolato e Libero da 4,0 a 10,0

Durata Programma: 2,00 - 3,00 +/-10 secondi

PER OGNI CADUTA: Togliere 0,1 nel secondo punteggio

COMBINAZ. Salti e Trottole: Eseguire Comb. Diversa da quella richiesta - Elemento annullato e penalizzazione di 0,5 nel Primo Punteggio

ELEMENTO NON NELL'ORDINE: Si Valutano gli elementi - penalizzazione di 0,5 nel Secondo punteggio

ELEMENTO RIPETUTO: NO VALUTAZIONE e penalizzazione di 0,5 nel primo punteggio per ogni difficoltà ripetuta

ELEMENTO OMESSO (Non Tentato) - Annullamento dell'elemento omissso e penalizzazione di 1,0 nel primo e secondo punteggio

ELEMENTO AGGIUNTO: Annullamento dell'elemento singolo o combinazione richiesta e penalizzazione di 0,5 nel primo punteggio

COSTUMI, TRUCCO: Per ogni violazione penalizzazione di 0,3 nel secondo punteggio

PARAMETRI  
SECONDO  
PUNTEGGIO

- |                        |            |
|------------------------|------------|
| 1) GRAV. INSUFFICIENTE | 4,0 - 5,0  |
| 2) INSUFFICIENTE       | 5,1 - 6,0  |
| 3) SUFFICIENTE         | 6,1 - 7,0  |
| 4) BUONO               | 7,1 - 8,0  |
| 5) MOLTO BUONO         | 8,1 - 9,0  |
| 6) OTTIMO              | 9,1 - 10,0 |

N°	0,5 - 1,4	0,5 - 1,4	0,5 - 1,4	0,5 - 1,4	0,5 - 1,4	0,5 - 1,4	0,5 - 1,6	Primo Punteggio Merito Tecnico	Qualità del pattinaggio (Progressivi /Postura del corpo)	Pesi di Piede	Distribuzione del Tracciato e uso dello spazio	Espressione del tema proposto Mimica corporea e facciale Dinamica del movimento	Musicalità	Impressione Generale Media Globale	Secondo Punteggio Interpretazione e Coreografia	T O T A L E
	Un Toe Loop eseguito singolarmente	Combinazione di Salti Salchow/ Toeloops/ Toeloop	Trottole Verticale su due piedi (Preparazione Libera)	Una sequenze di 3 salti del Tre Consentiti passi e movimenti all'interno DUR. MAX. 30"	Un Salchow eseguito singolarmente	Trottole verticale/ interna indietro (Preparazione libera)	Passi di Piede Difficoltà Qualità all'interno di tutto il programma									
	1	2	3	4	5	6	7		1	2	3	4	5	Media		

N.B. NELLE COMBINAZIONI DI SALT E' AMMESSA LA FIGURAZIONE IN UN SOLO SALTO

Versione 2021

## N.B.:

Come si può evincere dalla precedente scheda di valutazione dei programmi di Livelli, l'assegnazione dei punteggi avviene come di seguito riportato:

- ❑ **MERITO TECNICO:** in questo caso viene effettuata una mera somma aritmetica di ogni punteggio attribuito a ciascuno dei 7 elementi del rispettivo Livello, in base al rispettivo valore assegnato agli stessi (nullo-scarso-discreto-buono)
- ❑ **INTERPRETAZIONE E COREOGRAFIA:** per questo punteggio, viene invece fatta una media aritmetica di ciascun punteggio assegnato ai 5 parametri in base al valore assegnato agli stessi.

Preme far rilevare come per l'assegnazione del primo punteggio, sia importante che un atleta esegua comunque una difficoltà anche se la stessa venga valutata con valore di «scarso», in quanto tra Elemento NULLO e Elemento SCARSO intercorrono ben 4 decimi di differenza, che portano in totale una differenza di 1 punto e 2 decimi per una sola difficoltà!

Preme altrettanto far rilevare come per l'assegnazione del secondo punteggio, laddove anche uno solo dei 5 parametri risulti in un range di valutazione bassa (ad esempio: Gravemente Insufficiente o Insufficiente), tale parametro porti ad abbassare la media finale per l'assegnazione del punteggio.

Ad esempio:

1. **Qualità del pattinaggio: Buono 7,5**
2. **Passi di piede: Molto Buono: 8,5**
3. **Distribuzione del Tracciato ed uso dello spazio: Buono 7,5**
4. **Espressione del tema proposto: mimica corporea e facciale/dinamica del movimento: Gravemente Insufficiente 4,0**
5. **Musicalità: Buono 7,0**

In questo caso la media dei 5 parametri risulta 6,9 (34,5:5)

Se entrambi gli ultimi due parametri fossero stati Gravemente Insufficienti, il totale dei punteggi assegnati (31,5) avrebbe portato ad un punteggio totale di 6,3

□	Da 4,0 a 5,0	Gravemente Insufficiente
□	Da 5,1 a 6,0	Insufficiente
□	Da 6,1 a 7,0	Sufficiente
□	Da 7,1 a 8,0	Buono
□	Da 8,1 a 9,0	Molto Buono
□	Da 9,1 a 10,0	Ottimo

## segue **PECULIARITA' dei LIVELLI**

Analizziamo adesso i 5 parametri che compongono il secondo punteggio:

### 1) **QUALITA' DEL PATTINAGGIO: POSTURA DEL CORPO + PROGRESSIVI**

- ❑ **POSTURA:** allineamento spalle, fianchi, centro dei piedi sullo stesso asse - braccia stese sul piano laterale e leggermente avanti rispetto alla linea degli occhi - scapole chiuse - busto con linea a «S» con ventre concavo e petto convesso
- ❑ **PROGRESSIVI:** passi spinta incrociati composti e non semplici - massima tensione della gamba di spinta con punta del piede rivolta verso il basso - gamba portante ben piegata (alternare progressivi di danza ben riconoscibili, ai passi spinta, sarà valutato positivamente dagli UDG)

### 2) **PASSI DI PIEDE:** valutazione della presenza, difficoltà, qualità di esecuzione, della costruzione sul tempo musicale e sul genere musicale scelto - collegamento tra gli stessi e le altri componenti del programma (salti e trottole)

### 3) **DISTRIBUZIONE DEL TRACCIATO ED USO DELLO SPAZIO:** Distribuzione varia del tracciato (pista ad otto, senso orario, senso antiorario, serpentine, cerchi, diagonali, ecc.) **Corretta distribuzione delle difficoltà** (no! Salti e trottole nello stesso punto - **la sequenza è obbligatoria**) e dei passi di piede - Fermate a tema, congiunzione delle difficoltà attraverso i passi ed i movimenti - Scorrevolezza del tracciato - utilizzo di tutto lo spazio della pista (il tracciato deve scorrere lungo tutto il perimetro della pista e non occuparne solo una parte)

## segue **PECULIARITA'** dei **LIVELLI**

### **4) ESPRESSIONE DEL TEMA PROPOSTO: *Mimica corporea e facciale/dinamica del movimento***

- ❖ **Mimica corporea e facciale** che l'atleta riesce a dare durante l'esecuzione del proprio programma e che deve essere curata sul tema musicale (ad es. un tango vorrà un'espressione dura e sensuale allo stesso tempo e la dinamica del movimento dovrà essere rapida e netta, rendendo pertanto con tutto il corpo la caratteristica di questa danza
- ❖ **Dinamica del movimento** la si ricercherà laddove i programmi musicali presentati non consentono una particolare espressione facciale (es: brano melodico o classico) – in questo caso verrà valutata la dinamicità del movimento attraverso la quale verrà data la corretta interpretazione al brano musicale presentato (movimenti ampi e sostenuti).

**N.B.: Nei programmi di gara sarà tenuto conto di chi correttamente assembla il lavoro fra la parte superiore e inferiore del corpo**

**5) MUSICALITA':** Si intende l'uso della musica in tutte le sue parti, seguendo il corretto andamento della stessa – occorre saper distinguere la sua lavorazione sulla melodia e/o sul ritmo, così come la giusta costruzione dei passi sul tema musicale e il rispetto del tempo da parte dell'atleta, dimostrando così che il programma è stato correttamente costruito seguendo regole precise

# Come affrontare la Specialità dei LIVELLI

- Iniziamo prendendo il Regolamento dell'anno in corso e valutiamo dove possiamo posizionare il nostro atleta, che per la prima volta affronta questa disciplina, laddove abbia già affrontato gare UISP nella stagione precedente

**Tabella riportata nella DISPENSA LIVELLI anno 2021**

## REGOLAMENTAZIONE ISCRIZIONI FORMULA-LIVELLI

### PASSAGGI TRA CATEGORIA – FORMULA – LIVELLI TABELLA GRUPPI

GRUPPI PER PASSAGGI TRA CATEGORIA - FORMULA - LIVELLI			
GRUPPO	CATEGORIA	FORMULA	LIVELLO
1°		F1 PROMOTIONAL F1	1° LIVELLO DEB.
2°	NOVIZI GIOVANI	F2	2° LIVELLO DEB.
3°	NOVIZI UISP	F3	1° LIVELLO PROF.
4°	PICCOLI AZZURRI PRIMAVERA	F4	2° LIVELLO PROF.
5°	ALLIEVI GIOVANI	F5	3° LIVELLO PROF.
6°	ALLIEVI UISP	F6 (SOLO FEMMINILE)	
	JUNIORES GIOVANI		
	JUNIORES UISP		
	AZZURRI GIOVANI		
	AZZURRI UISP		
	MASTER		

- Valutiamo ancora se nel 2021 intendiamo farlo partecipare a gare FISR di SOLO DANCE, per cui ci si debba attenere alla seguente tabella

CATEGORIA FISR SOLO DANCE	LIMITAZIONE ISCRIZIONE LIVELLI
DIVISIONE NAZIONALE	Possono iscriversi in qualsiasi livello
ESORDIENTI INTERNAZIONALI	Possono iscriversi nel 2 livello debuttanti e livelli seguenti
ALLIEVI INTERNAZIONALI	Possono iscriversi nel 1 livello professional e livelli seguenti
CADETTI-JEUNESSE	Possono iscriversi nel 2 livello professional e livello seguente
JUNIOR- SENIOR	Possono iscriversi nel 3 livello professional

**N.B.:** Nel caso in cui un atleta venga fatto partecipare al *solo campionato provinciale FISR di SOLO DANCE DIV. INTERNAZIONALE*, indicando tale evenienza al momento dell'iscrizione nei Livelli, potrà non seguire la regola stabilita dalla tabella sopra indicata, **quindi si potrà iscrivere in qualsiasi Livello.**

- Se invece il nostro atleta ha già partecipato nell'anno precedente al campionato regionale e/o italiano di LIVELLI, dovrà essere presa in esame la tabella che viene pubblicata sul sito nazionale della UISP al fine di conoscere, l'obbligo di passaggio ad un Livello superiore o la possibilità di rimanere nello stesso Livello o addirittura di passare ad un Livello inferiore, salvo che nell'anno in corso non decida di prendere parte a gare di Solo Dance Internazionale, dove andrà quindi presa in esame anche la tabella sopra indicata

## TABELLA PUBBLICATA PER ISCRIZIONI ALLA SPECIALITA' LIVELLI PER L'ANNO 2019

### PASSAGGI A GRUPPI SUPERIORI NEL 2019 A SEGUITO PIAZZAMENTO AL CAMPIONATO NAZIONALE LIVELLI UISP 2018

114 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO DEBUTTANTI A i primi 11 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 2 o superiore

143 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO DEBUTTANTI B i primi 14 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 2 o superiore

51 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO DEBUTTANTI C i primi 5 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 2 o superiore

60 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 2° LIVELLO DEBUTTANTI A i primi 6 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 3 o superiore

63 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 2° LIVELLO DEBUTTANTI B i primi 6 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 3 o superiore

17 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO PROFESSIONAL A i primi 1 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 4 o superiore

35 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO PROFESSIONAL B i primi 2 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 4 o superiore

32 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 1° LIVELLO PROFESSIONAL C i primi 2 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 4 o superiore

44 partec. ai Camp. Reg. 2018 nel 2° LIVELLO PROFESSIONAL i primi 2 classificati, nel 2019 vanno nel gruppo 5 o superiore

A questa tabella seguiva elenco con i nominativi degli atleti obbligati a passare al Gruppo Superiore

Elenco che viene di norma pubblicato sul sito nazionale, alla sezione «Regolamenti» Settore «Artistico» dal quale verificare dove poter iscrivere i nostri atleti

LIVELLI - Passaggi Obbligati 2020



**ELENCO ATLETI CHE DEVONO PASSARE A GRUPPO SUPERIORE  
NELLA STAGIONE 2019/2020 IN BASE ALLE CLASSIFICHE NAZIONALI**  
(scorrere in basso per i passaggi permessi)



1 BERNI MATILDE	FI16 ARTISTIC ROLLER CAMPI BISENZIO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
2 RONCHAIL BIANCA	FI21 AURORA SKATING CLUB	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
3 CONSANI LAVINIA	FI11 POL. COOP EMPOLI	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
4 IULA GRETA	FI11 POL. COOP EMPOLI	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
5 BERLINGHIERI SARA	SP02 POL. PRATI	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
6 BACCAGLINI CAMILLA	AL04 PATTINAGGIO ARTISTICO AURORA A.S.D.	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
7 BERGAMASCHI NOEMI GIORGIA	MI01 PUMA CORSICO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
8 QUARTACCI ALESSIA	FI05 G.S. PATT. CALENZANO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
9 FANTONI MARTINA	FE02 PATT. IL QUADRIFOGLIO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
10 BORRI GAIA	SI06 U.P. POGGIBONSESE	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
11 BENOTTI RACHELE	FE03 PATT. ART. BONDENO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
12 AGRELLO LINDA	FI05 G.S. PATT. CALENZANO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
13 MANDRIOLI ALESSIA	BO11 P.F. PROGRESSO FONTANAA.S.D.	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
14 ZUNINO MARTA	AL04 PATTINAGGIO ARTISTICO AURORA A.S.D.	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
15 DI BARBA FRANCESCA	FE02 PATT. IL QUADRIFOGLIO	2° LIV. DEBUTTANTI B (SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 3 O SUPERIORE)
1 CAPIOTTI CHIARA	FI11 POL. COOP EMPOLI	1° LIV PROFESSIONAL A(SALVO LIMITAZIONI FISR SOLO DANCE TABELLA 2020) DEVONO ISCRIVERSI A GRUPPO 4 O SUPERIORE)

- Se invece il nostro atleta non ha effettuato alcuna gara UISP nell'anno precedente e non parteciperà ad alcuna gara di SOLO DANCE DIVISIONE INTERNAZIONALE (salvo la deroga per la partecipazione al solo prov.le FISR), andremo ad analizzare le difficoltà previste da ciascun LIVELLO al fine di collocare lo stesso in quello dove tali difficoltà sono ben acquisite e pertanto potrà essere concentrato il lavoro per lo sviluppo dei parametri che compongono il secondo punteggio

Si ricorda che esistono 5 diverse tipologie di Livelli, ciascuna con un proprio pacchetto di difficoltà che partono dal più semplice:

- **1° LIVELLO DEBUTTANTI:** salto semplice- salchow – toe loop – trottola su 2 piedi – trottola vert.int indietro

fino ad arrivare al **3° LIVELLO PROFESSIONAL** dove troviamo come max salto il doppio salchow e/o doppio toe loop e come trottole un'abbassata singola a scelta tra int.ind.-est.ind.-est.av. e la trottola ad angelo esterna indietro.

Il tutto in un progress graduale nel passare da un Livello all'altro

# STEP DI LAVORO

Una volta scelto il giusto LIVELLO per il nostro atleta in base alle difficoltà previste da quel pacchetto, inizieremo ad impostare l'allenamento in modo tale che si arrivi ad ottenere una corretta esecuzione delle difficoltà tecniche obbligatoriamente richieste, lavorando quindi per:

- Migliorare la velocità e l'elevazione dei salti, la compostezza nell'esecuzione degli stessi e la postura nella fase di arrivo;
- Migliorare la centratura delle trottole, aumentare il numero delle rotazioni delle stesse, la velocità di preparazione, la velocità di rotazione, la compostezza nell'esecuzione e la tenuta del filo richiesto.

Pertanto dovremo impostare un lavoro che permetta di migliorare la **QUALITA' TECNICA** delle difficoltà richieste.

Ricordiamoci che ogni difficoltà tecnica ha una valutazione propria prevista con un range di punteggio che va da un minimo di 0,5 (elemento **nullo**) a un massimo di 1,4 per le prime 6 difficoltà previste (elemento **buono**) o 1,6 per l'elemento 7 di ogni Livello (passi di piede)

**Parallelamente al lavoro sulle difficoltà tecniche, imposteremo un altro tipo di lavoro che ci permetterà quindi di:**

- Migliorare la **qualità di pattinaggio** (postura e progressivi-skating skills), in quanto **1° parametro** di valutazione del secondo punteggio, sfruttando il riscaldamento degli atleti per lavorare su questo parametro
- Far sensibilizzare il nostro atleta su ciò che sono i fili e il corretto asse del corpo durante l'esecuzione degli stessi (per queste sensibilizzazioni estremamente propedeutici sono gli esercizi obbligatori – in assenza degli stessi, potranno essere riproposti dei cerchi immaginari sui quali eseguire fili e successivamente turns mantenendo le corrette inclinazioni)
- **Apprendere e migliorare di allenamento in allenamento, sequenze di passi di piede-transition (2° parametro del 2° punteggio e 7° elemento delle difficoltà tecniche di ciascun livello), partendo con semplici turns, per poi arrivare ad eseguire traveling, choctaw, cluster, etc., con sempre maggiore disinvoltura.**

Anche qui utilizzeremo il riscaldamento degli atleti per impostare sequenze di passi di piede da inserire magari solo su un lato della pista, in modo che nello spazio rimanente, permanga il lavoro sui progressivi e la postura del corpo

Quindi inizieremo, in modo molto graduale, a far provare le difficoltà tecniche inserendo dei passi di piede prima delle stesse e immediatamente dopo

- Far conoscere i **body movements** e cioè tutti quei movimenti coreografici di braccia, busto, testa, gamba libera, che devono chiaramente condizionare l'equilibrio del nostro atleta. Teniamo conto che affinché siano considerati tali, devono essere usate almeno due parti del corpo. Anche qui partiremo con estrema gradualità inserendo semplici body movements nella/le nostra/e sequenza/e di passi di piede da eseguire durante le fasi di riscaldamento dei nostri atleti, per arrivare a body movements sempre più complessi.

Si consiglia di creare più di una sequenza di passi di piede da provare durante le fasi di riscaldamento degli atleti e di dare alle stesse una graduale progressività nella difficoltà di esecuzione

- Valutare con quale tipologia di musica i nostri atleti hanno più sintonia e quindi riescono ad essere maggiormente interpretativi, proponendo a fine allenamento il «diversivo» di inventarsi un disco a piacere, su una musica da noi scelta. In questo modo avremo la possibilità di indirizzare la nostra scelta su 1/2 generi musicali su quali proveremo a montare un piccolo pezzo di disco, per evidenziare quale sia il migliore per il nostro atleta

**Adesso che abbiamo inquadrato in quale Livello inserire il nostro atleta, abbiamo stabilito su che tema musicale creare il suo programma di gara, inizieremo con:**

- ✓ Annotarsi su un foglio le difficoltà obbligatorie da eseguire e la loro distribuzione nel tracciato. Essendo la sequenza di esecuzione obbligata, potremo lavorare solo per distribuire al meglio le stesse nel tracciato di gara, evitando quindi di inserire salti e/o trottole nello stesso punto della pista, oltre ad ottenere un tracciato vario, attraverso cerchi, serpentine, diagonali, otto, utilizzando tutto lo spazio della pista e girando sia in senso orario che antiorario. Ricordiamo che il 3° parametro del 2° punteggio è: **Distribuzione del Tracciato ed uso dello spazio**  
Tante volte sembra di aver distribuito bene le varie difficoltà, ma poi riportandole su un foglio, ci rendiamo conto che non è esattamente così.
- ✓ Iniziare quindi a montare lo «scheletro» del programma di gara, inserendo al suo interno elementi coreografici e di passi di piede, tali, che vengano eseguiti bene dal nostro atleta, poco importa se questi siano semplici, l'importante è che tutto risulti scorrevole durante il programma di gara.  
**Ricordiamoci sempre che una delle regole principali è: meglio PASSI PIU' SEMPLICI ben eseguiti, che PASSI DI ALTO LIVELLO mal eseguiti**
- ✓ Iniziare il lavoro per il 4° parametro del 2° punteggio (**Espressione del tema proposto**) e del 5° parametro (**musicalità**)

# Esempio di Scheda di lavoro per migliorare un programma di gara

## SCHEDA-ATLETA-LAVORO-DISCO-DEI-LIVELLI¶

¶  
**NOME** · \_\_ BARBARA \_\_ ¶

<b>DATA</b> α	<b>ALLENATORE</b> α	<b>PARAMETRO· LAVORATO</b> α	<b>OSSERVAZIONI</b> α	<b>VALUTAZIONE</b> α
17/05/21α	EDYα	DISTRIBUZIONE· DEL·TRACCIATOα	SPOSTATA·CATENA·RITT¶ PER·ARTICOLARE· MEGLIO·IL·TRACCIATOα	BUONO,· AUMENTARE·IL· SENSO·ORARIO· E·TOGLIERE·LA· CURVA·PIATTA· PRIMA·DEL· THOREN...α
¶ ¶ ¶ ¶	α	α	α	α
¶ ¶ ¶ ¶	α	α	α	α

**N.B.:**

Come per altre specialità, un programma di gara viene elaborato continuamente durante tutto l'arco della stagione in cui l'atleta terrà lo stesso.

Questo perché tale programma dovrà seguire la progressione tecnica dell'atleta a livello passi di piede, body movements, velocità , etc., etc.

Altresì ricordarsi di partire sempre con passi semplici e ben eseguiti dall'atleta, per poi aumentarne la difficoltà man mano che sarà in grado di farlo. Evitiamo di correre nel voler presentare passi di alto livello, che non aumenteranno il valore del programma presentato se non eseguiti correttamente, con fluidità e in attinenza al brano musicale scelto.

# IN SINTESI

1

Lettura del  
Regolamento dell'anno  
di riferimento

2

Scelta, in base alle tabelle  
e/o capacità dell'atleta  
del LIVELLO nel quale  
effettuare l'iscrizione

3

Impostazione del lavoro  
in pista per progressivi -  
passi di piede - body  
movements - temi  
musicali

5

Prova su 1/2 temi  
musicali di montaggio dei  
primi 20-30 secondi del  
programma

4

Stesura tracciato per  
distribuzione difficoltà,  
valutazione dell'uso di tutto lo  
spazio e varietà senso di  
rotazione

6

Assegnazione del TEMA musicale  
(verificare sempre sul Regolamento  
dell'anno di riferimento la durata del  
programma) e completamento  
montaggio

7

Valutazione se corretta la  
scelta del TEMA MUSICALE -  
Lavorazione ESPRESSIONE e  
MUSICALITA'

8

**ELABORAZIONE COSTANTE e  
CONTINUA NELL'ANNO DEL  
PROGRAMMA DI GARA, in base alla  
crescita tecnica dell'atleta**