



REGULAMENTO ESPECÍFICO

GINÁSTICA RÍTMICA

(12 e 13 ANOS)

2026

CAPÍTULO I – DAS REGRAS GERAIS E DA PARTICIPAÇÃO

Art. 1º A Competição de ginástica rítmica será regida de acordo com as regras oficiais da Federação Internacional de Ginástica (FIG), reconhecidas pela Confederação Brasileira de Ginástica (GBG), salvo o estabelecido no Regulamento da Federação Sul-mato-grossense de ginástica rítmica para competições no Estado.

Art. 2º A Competição é aberta a todas as estudantes-atletas de Ginástica do Estado, sem graduação mínima estabelecida.

Art. 3º Cada município/equipe/escola poderá inscrever até 4 (quatro) estudantes-atletas nascidas em 2013 ou 2014 (12 e 13 anos) e 1 (um) técnico (a), e dessas 4 atletas cada município poderá escolher inscrever no **Nível A** ou **Nível B**, seguindo o critério que:

NIVEL A

- As atletas competirão os 2 (dois) aparelhos e estarão concorrendo vaga para a disputar a etapa Nacional.
- Deveram ser inscritas no nível A, as atletas que obtiveram pódio (1º, 2º e 3º) na etapa 2025 no NIVEL B.

NIVEL B

As atletas competirão 1 (um) aparelho somente, conforme descrito na tabela deste regulamento e **NÃO** estarão concorrendo para a etapa Nacional.

ATENÇÃO: no momento da inscrição no sistema cada município deverá colocar na frente do nome da atleta N-A (para Nível A) e N-B (para Nível B)

Art. 4º É obrigatória a participação dos representantes na reunião técnica da modalidade, que será realizada em data e local previamente estabelecidos pela Comissão Organizadora.

CAPÍTULO II – DAS NORMAS TÉCNICAS

Art. 5º Os aparelhos e os collants das ginastas deverão estar em conformidade com as normas previstas no código de pontuação de GR da FIG. Não será exigido emblema na malha/collant de competição.

Art. 6º As músicas deverão ser entregues em pen drive na reunião técnica da modalidade, em formato mp3 ou wma, seguindo a seguinte denominação: nome do município/nome da ginasta/nome da instituição de ensino/aparelho (UF estudante-atleta colégio X aparelho).

Parágrafo único: todos os professores/técnicos também deverão levar as músicas das ginastas em pen drive, separadamente por estudante-atleta e aparelhos, tanto para a competição quanto para o treinamento.

Art. 7º A relação de ginastas que irão competir deverá ser entregue no Congresso Técnico na ordem de apresentação dos aparelhos. Deve estar escrito e legível, o primeiro e último nome da ginasta, bem como a Instituição de ensino e município que representa.

Art. 8º A estudante-atleta deverá comparecer ao local de competição com antecedência e devidamente uniformizada. Para ter condição de participação, antes do início de cada apresentação, a estudante-atleta deverá apresentar o aparelho e collant de competição que poderão ser aferidos pela coordenação de arbitragem.

CAPÍTULO III - DO SISTEMA DE DISPUTA

Art. 9º Participam todas as ginastas inscritas nas provas individuais por aparelho. A ordem de apresentação será por meio de sorteio das ginastas inscritas. Os resultados obtidos irão determinar:

Art. 10 Provas Individuais:

- a) Aparelho **ARCO**
- b) Aparelho **MAÇAS**
- c) Tempo do exercício – 1'15" a 1'30"

NÍVEL A	
CATEGORIA	APARELHOS
INFANTIL	
NÍVEL B	
CATEGORIA	APARELHOS
INFANTIL	

Art. 11 Exigências técnicas para os exercícios – Aparelhos **ARCO e MAÇAS**:

- I. As exigências técnicas seguem o Regulamento do Brasileiro da Categoria Infantil da CBG;
- II. Em casos omissos será aplicado o código de pontuação de GR da Federation Internationale de Gymnastique – FIG;
- III. Aparelho e collant de competição poderão ser aferidos pela coordenação de arbitragem
- IV. Na omissão do regulamento específico será aplicado o código de pontuação de GR da FIG.

CAPÍTULO IV – DO PROGRAMA DE PROVAS


Art. 12 O programa de competição da ginástica rítmica segue apresentado no quadro a seguir:

Programação
Treinamento Oficial

Competição por Equipe, Individual e Individual Geral

CAPÍTULO V - DAS EXIGÊNCIAS TÉCNICAS

Art. 13 Exercícios com aparelhos:

			
EXIGÊNCIAS DAS DIFICULDADES CORPORAIS			
Dificuldades Corporais	EXIGÊNCIAS DB	PENALIDADE – 0,30	
	6 DB de valor mais alto mín 1 de cada Grupo Corporal valor de base 0,60 pts max		Menos de 3 dificuldades corporais executadas
			Para cada grupo corporal ausente
			Utilização excessiva de DBs – 0,50 pts
			Utilização extrema de DBs – 1,0 pts
R	No mínimo um (01) / no máximo dois (02) 1 R com no mínimo 2 chainé + critérios livres (obrigatório) 1 R livre <i>Obs: A ginasta que optar por realizar o R livre com 2 ou mais rolamentos para frente consecutivos receberá uma bonificação de 0,20 pts. Esse R poderá ser acrescido de critérios livres</i>	Ausência do R com chainé	
		Mais de dois (02) R	
DA	EXIGÊNCIAS DA	PENALIDADE – 0,30	
	Mínimo 1 – Máximo 10 Em ordem de execução	Menos de 1	
	Máximo 2 DAs coordenadas com pré-acrobático	Sem penalidade, apenas não serão avaliadas mais de 2 DA com pré-acrobático	
	Arco	Ausência de cada um dos GF obrigatórios	
	<p>Elementos dos Grupos Fundamentais do aparelho obrigatórios:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 rolamentos em 2 segmentos completos, sendo um deles obrigatoriamente nos braços, na posição em pé • 1 rotação em torno do eixo do arco, em volta da mão • 1 grande lançamento realizado com os 2 braços estendidos à frente (arco no plano vertical ou horizontal), pernas unidas em 		

		quinta/sexta posição; e recuperação sem ajuda das mãos	
	Maças	<ul style="list-style-type: none"> • 2 molinetes • 1 movimento assimétrico • 2 pequenos círculos das 2 maças (1 (uma) em cada mão) 	
“Os grupos fundamentais dos aparelhos podem estar coordenados com as DBs/DAs”			

CAPÍTULO VI – DIFICULDADE CORPORAL (DB)

Art. 14 Os elementos DB na categoria infantil, são dificuldades isoladas (obrigatórias e de livre escolha), contidas no código de pontuação (COP).

CAPÍTULO VII - DIFICULDADES OBRIGATÓRIAS

Art. 15 O valor dos elementos obrigatórios respeita os valores do COP.

CAPÍTULO VIII - DIFICULDADES DE LIVRE ESCOLHA

Art. 16 O valor máximo de base de uma DB corresponde à categoria infantil é de 0,60 pontos, se uma ginasta apresentar uma dificuldade com valor maior que este, a dificuldade não será avaliada e terá penalização de 0,30 pontos.

§ 1º Cálculo das dificuldades corporais de valor mais alto:

- a) Serão contabilizados os 6 (seis) elementos DB de maior valor executados corretamente dentro do exercício.
- b) As dificuldades serão válidas se executadas de acordo com os requisitos descritos nas tabelas de dificuldade.
- c) Para dificuldades de rotação tanto nos exercícios com aparelhos, a rotação será avaliada de acordo com o número de voltas executadas, ou seja, o valor da dificuldade não é limitado, no entanto, o valor da base deve ser respeitado.
- d) Na categoria Infantil, os pivots fouettes serão avaliados até o máximo de 0,60 por pivot.
- e) Os árbitros (DB) registram todas as DBs realizadas em um exercício com um valor superior ou igual a 0,10 pts e dará a seguinte penalização:
 - a) Por utilização EXCESSIVA de dificuldades corporais. Penalização 0,50 pts.
 - Mais de 8 dificuldades (com valor superior a 0,10 pts)
 - b) Por utilização EXTREMA de dificuldades corporais. Penalização 1,0 pts.
 - Mais de 10 dificuldades (com valor superior a 0,10 pts)

CAPÍTULO IX – ELEMENTOS ACROBÁTICOS

Art. 17 Os elementos pré acrobáticos podem apresentar-se isolados ou combinados.

Art. 18 Estão autorizados somente os elementos pré acrobáticos (grupo 1 a 13), enunciados no código de pontuação e devem estar coordenados com os grupos técnicos do aparelho

§ 1º Estes elementos se contabilizarão em ordem de execução.

a) **Penalização:** 0,30 pts por cada pré acrobático/combinção ausente.

CAPÍTULO X – ELEMENTOS DINÂMICOS DE ROTAÇÃO (R)

Art. 19 Uma combinação de um lançamento alto, 2 chainés (durante o voo do aparelho) e critérios livres utilizados o lançamento e/ou na recuperação, não podendo ser durante uma rotação;

Art. 20 Um R livre. A ginasta que optar por realizar o R livre com 2 ou mais rolamentos para frente consecutivos receberá uma bonificação de 0,20 pts. Esse R poderá ser acrescido de critérios livres.

Art. 21 O valor dos riscos será contabilizado de acordo com as normas descritas no COP. (exceção: tópico 2.5.3).

CAPÍTULO XI – ELEMENTOS DO APARELHO (DA)

Art. 23 Definição - A Dificuldade do Aparelho (DA) é um elemento técnico do aparelho (“Base”) realizado com critérios específicos ao aparelho.

Art. 24 Os elementos de DA serão avaliados em ordem cronológica (independente das faltas de execução da DA). Um elemento adicional de DA não será avaliado (sem penalização).

Art. 25 Os elementos pré-acrobáticos são avaliados em ordem de desempenho: os 2 primeiros serão avaliados.

Art. 26 A presença de um elemento pré-acrobático em um elemento DA é avaliado independentemente de quantos critérios adicionais são executados. Se um elemento pré-acrobático adicional for usado na DA, esta DA não será válido (sem penalidade).

Art. 27 Não há limite para o uso de grupos de rotação vertical em DA.

CAPÍTULO XII – GRUPOS FUNDAMENTAIS DOS APARELHOS

Art. 28 Grupos fundamentais exigidos na tabela para **ARCO** e maçãs.

§ 1º Penalidade: 0,30 por cada elemento fundamental do aparelho que faltar.

CAPÍTULO XIII – ARTÍSTICO (PASSOS DE DANÇA)

Art. 29 Para os exercícios com aparelhos serão exigidos no mínimo 02 Combinações de Passos de Dança. Penalidade de 0,30pts. para cada Combinação ausente.

§ 1º NOTA FINAL DE ARTÍSTICO: 10 pontos no máximo, conforme o COP.

CAPÍTULO XIV- EXECUÇÃO

Art. 30 A nota final de execução: partirá de 10 pontos, conforme o COP.

CAPÍTULO XV – DA PREMIAÇÃO

Art. 31 A premiação da competição ocorrerá da seguinte maneira:

- Individual por aparelho: classificação pelas notas obtidas na apresentação por aparelho. Serão premiados com medalhas os 1º, 2º e 3º lugares por aparelho;
- Individual geral: somatório das notas obtidas nos 2 (dois) aparelhos na competição individual geral. Serão premiados com medalhas os 1º, 2º e 3º lugares;
- Individual por equipe: somatória das 3 (três) melhores notas de cada aparelho (seis notas) da delegação na competição por equipe. Serão premiados com medalhas os 1º, 2º e 3º lugares.

Parágrafo único: no caso de empate, será classificada para final a ginasta que obtiver a maior pontuação na execução total. Se persistir o empate, a ginasta com mais baixa falta técnica de execução prevalecerá. Se persistir o empate, a ginasta com maior nota de dificuldade prevalecerá. Se persistir o empate, permanecerão empatadas.

Art. 32 Na contagem geral de pontos, serão premiadas com troféus os 1º, 2º e 3º lugares e, medalhas, para os professores/técnicos, de acordo com a somatória de pontos referentes às classificações das estudantes-atletas, conforme quadro abaixo:

PONTUAÇÃO	
1º Lugar	10 pontos
2º Lugar	6 pontos
3º Lugar	4 pontos
4º Lugar	3 pontos
5º Lugar	2 pontos
6º Lugar	1 pontos

Parágrafo único: os critérios de desempate de premiação com troféus devem respeitar a seguinte ordem:

- Maior número de primeiros lugares;
- Maior número de segundos lugares;
- Maior número de terceiros lugares;
- Maior número de quartos lugares e assim por diante;
- Maior número de estudantes-atletas participantes na modalidade e naipes;

f. Sorteio.

Art. 33 Serão classificadas para representar o Estado nos Jogos Escolares Brasileiros (JEB's) 2026 as quatro melhores classificadas na soma dos dois aparelhos.

Parágrafo único: com relação ao técnico segue o que determina o §4º do art. 37º do regulamento geral.

CAPÍTULO XVI – DAS CONSIDERAÇÕES FINAIS

Art. 34 Os casos omissos serão resolvidos pelo coordenador da modalidade com a anuência da Direção Geral dos jogos, não podendo essas resoluções contrariar as regras oficiais e o regulamento geral.