



LIVRO 4

STEP

Divisão de Categorias / Ages

Cadet / Infante Juvenil = 09 a 12 anos

Juniors / Juvenil = 13 a 17 anos

Seniors / Adulto = Mais de 18 anos

Master = Mais de 35 anos.

Tempo de Coreografias / Time Routines

Grupos de 5 a 15 competidores –tempo de rotina 1`35s a 1`45s

Team from 5 to 15 people – Routine time 1.35 to 1.45s

Pontuação / Score

1.1 Musicalidade – 2 pontos / 2 Pontos

Se buscará a originalidade da música dentro da coreografia e poderão ser utilizados efeitos musicais para enriquecer a coreografia. Podem ser utilizadas até 3 músicas; mais que isso o grupo acarretará na desclassificação do grupo. Importante: a coreografia deve estar acima de 140 BPM, tendo a seguinte atenção; quanto mais velocidade, maior a probabilidade de risco na técnica. A qualidade da música deverá ser boa. Importante: gravação em CD com unicamente a música de competição gravada.

Se buscare una originalidad en la musicalización dentro de la coreografía y se podrán utilizar efectos musicales para enriquecerla musicalmente. Se podrán utilizar hasta tres temas musicales, en el caso que la coreografía exceda el máximo se llevara a la descalificación del grupo. Lo más importante es que la rutina no debe exceder las 140 batidas por minuto. Hay que tener en cuenta que a mayor velocidad los integrantes corren riesgo de ejecutar mal la técnica. La calidad del sonido deberá ser buena, es importante que en el CD a utilizar lleve gravada una o más velocidades.

1.2 Apresentação/ Presentación: 2 pontos / 2 Pontos

Será avaliado carisma, projeção e energia muscular e facial para cativar o público e os juizes. É muito importante que se mantenha um equilíbrio entre carisma e segurança na execução da coreografia. As roupas da apresentação são livres e a escolha do professor ou coordenador das equipes, contanto que os árbitros possam ver a movimentação dos competidores em sua técnica de execução. O calçado deve ser da prática esportiva (tênis), os cabelos devem estar presos (tanto para homens como para mulheres) e óleos no corpo são proibidos.

Se evaluará el carisma, proyección y la energía física y facial para cautivar a la audiencia y a los jueces al realizar la coreografía, es muy importante que se mantenga un equilibrio carismático y de seguridad durante toda la coreografía. El vestuario quedara libremente a elección del profesor sin olvidarse la técnica que se esta ejecutando, el vestuario deberá ser prolijo para que el jurado pueda tener la posibilidad de ver correctamente los movimientos de la técnica. El calzado deberá ser deportivo. El pelo deberá estar recogido y prolijo, se podrán utilizar brillos, pero quedan exentos los aceites en el cuerpo.



1.3 Coreografia/ Coreografia: 3 pontos / 3 Puntos

Serão avaliadas as trocas de formação realizados durante a coreografia e a originalidade do grupo em realizar-os. É importante considerar que o step é um componente inerte, sendo assim os integrantes do grupo devem dar vida ao mesmo, realizando movimentos em diversas direções, trocando posição e diagonais ou até movimentos circulares para maior pontuação. Os componentes poderão levantar o step, empurrar com os pés ou da melhor maneira a critério do grupo e, aumentando assim, a originalidade e estilo da coreografia.

Se evaluaran los cambios de formaciones realizados en la coreografía y la originalidad del profesor para realizarlos. Es importante no considerar al Step como un elemento inerte, si así mismo lo es, debe darle vida, realizar movimientos con el mismo trasladándolo a distintas ubicaciones para que los integrantes del grupo roten y así cambien de ubicación y no permanezcan en la misma. Los traslados del step deberán ser: sin patearlo fuertemente, puede empujarlo suavemente con los pies o realizarlos levantándolo con una ó ambas manos. Se buscara la innovación de patrones motores en el Step, utilizando patrones creativos para variar la los patrones básicos. Se buscara a través de los traslados una excelente utilización del espacio escénico, este mismo incrementara el puntaje en este ítem junto a la creatividad, originalidad y búsqueda de estilo en la coreografía.

1.4 Execução Técnica/ Ejecución Tecnica: 3 pontos / 3 Puntos

É importante que para cada idade e altura dos participantes os steps estejam proporcionais à altura do mesmo, pois, caso contrário, o mesmo poderia arriscar uma má execução do movimento. Todo o pé deve ser apoiado no step. Subir no step sempre de frente ou de lado para ele. É proibido descer do step pela frente. Manter um correto alinhamento da cabeça, tronco e membros. São permitidos saltos do step para o piso usando uma ou duas pernas. Movimentos de terra podem ser utilizados, mas não em excesso. Tentar colocar as seqüências proporcionais aos seus alunos, pois é melhor um trabalho mais simples e melhor executado que o inverso. São proibidos saltos ou acrobacias de outras disciplinas desportivas (esquadros, pranchas, espatos, etc.).

Es importante que para cada edad y altura de los participantes se tenga en cuenta la altura de los steps, esto podría arriesgar a una mala ejecución de la técnica y de lesiones por la misma. Recuerde que se deberá apoyar toda la base del pie sobre la plataforma, subir y siempre por delante y costado del step y quedando prohibido el descenso de la plataforma por delante. Mantener una correcta alineación del tronco, cabeza y piernas. Están permitidos los saltos hacia arriba del step, ya se realicen sobre una o las dos piernas. Se podrán realizar patrones de piso sin abusar de los mismos. Evite realizar secuencias muy complicadas para su ejecución si el alumnado no esta preparado para ejecutarlo, es mejor un trabajo simple y perfectamente ejecutado y no uno muy complejo pero con dificultades al ejecutarlos. Queda prohibido las demostraciones de saltos acrobáticos de otras disciplinas, ni ejercicios de aeróbica deportiva (escuadras, pranchas, splits, etc.).