

**PROGRAMA DE PREPARACIÓN
DEL
DEPORTISTA**

ESGRIMA

**COMISIÓN NACIONAL DE ESCRIMA
2009**

Edición y corrección:

Carlos Félix Alonso Villasuso

Proyecto gráfico y cubierta:

Luis Rodríguez Casariego

Diseño computadorizado:

Marilyn Casas Legrá

ISBN: 978-959-203-093-0

Sobre la presente edición:

Editorial Deportes, 2009

Editorial Deportes

Ciudad Deportiva, Vía Blanca y Boyeros,
Cerro, Ciudad de La Habana, Cuba.

Teléfono: (53-7) 640 62 92

E-mail: edicion@inder.cu

ÍNDICE

Introducción	5
I. Objetivos generales para las diferentes instancias	6
II. Objetivos generales y específicos por categorías	7
III. Contenidos de trabajo de los diferentes aspectos de la preparación del deportista por categorías.	10
IV. Tiempos de trabajo total (en %) para cada uno de los aspectos	25
V. Orientaciones metodológicas	28
VI. Normativas	29
VII. Plan de trabajo educativo.	30
VIII. Terminología y Clasificación de la Esgrima Cubana.	32
IX. Reglamento Técnico de la FIE	38
Bibliografía	112

INTRODUCCIÓN

Cada día son mayores las exigencias del trabajo del deporte de Alto Rendimiento dado los niveles de nuestro país en esta esfera; de ahí que, tales resultados deben estar acompañados, entre otros aspectos, por la utilización más racional y eficiente de los recursos.

Este Programa de Preparación del Deportista es el resultado de largos años de trabajo en nuestras Áreas, EIDE, ESPA y la labor de los Equipos Nacionales y Juveniles que tuvieron su base, primeramente, en los Planes y Programas y, posteriormente, en el Subsistema de Alto Rendimiento, en los cuales ha laborado todo el potencial de especialistas deportivos que trabaja desde la base hasta el primer nivel.

Este trabajo deviene guía fundamental y documento rector para las diferentes instituciones del deporte de Alto Rendimiento en todo el país. Al igual que los precedentes, se mantendrá en constante análisis desde el punto de vista teórico y práctico. Contamos con el trabajo y experiencias que nuestros especialistas deportivos aporten, de modo tal que participen directamente en su perfeccionamiento, logrando con esto niveles cualitativamente superiores en su confección.

El objetivo central es establecer una serie de orientaciones fundamentales en la planificación y conducción del proceso de estudio-entrenamiento para los distintos niveles de desarrollo deportivo con que cuenta nuestro país, los cuales en ningún momento deben servir de limitantes o freno al desarrollo del proceso ni a la creatividad del técnico.

Otro aspecto de gran importancia que se deriva de este proceso es la unificación de conceptos y métodos de trabajo, con el propósito de enmarcar coherentemente las disímiles orientaciones que por una vía u otra recibe el técnico, y lejos de ayudarlo en su quehacer, tienden a desviarlo de su objetivo central que es la conducción adecuada del proceso estudio-entrenamiento de sus alumnos.

I. OBJETIVOS GENERALES PARA LAS DIFERENTES INSTANCIAS

Objetivos generales para las Áreas de Desarrollo Comunitario

1. Crear hábitos de conducta, morales, volitivos y espíritu colectivista en los niños basados en los principios de la educación patriótica, política e ideológica de nuestra sociedad.
2. Garantizar el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades deportivas de los niños y adolescentes, mediante su formación multilateral.
3. Indicar el aprendizaje de los elementos básicos de los deportes programados para esas edades o categorías.

Objetivos generales para las EIDE

1. Contribuir al desarrollo de los hábitos de conducta, morales, éticos, estéticos e ideológicos, como parte de la formación integral del joven deportista revolucionario.
2. Consolidar el desarrollo físico y deportivo de los jóvenes talentos.
3. Garantizar deportistas que sean capaces de ingresar a las filas de la ESPA Provincial y Centros Nacionales.

Objetivos generales para la ESPA y Academias Provinciales

1. Consolidar el perfeccionamiento y la formación integral del deportista acorde a los principios de la personalidad que exige nuestra sociedad socialista.
2. Perfeccionamiento de la preparación física y técnico-táctica del deportista.
3. Conformer una óptima calidad deportiva en los deportistas garantizando el relevo de las selecciones nacionales juveniles o de mayores.

II. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS POR EDADES Y CATEGORÍAS

Edad 8-9 años (Categoría de Iniciación Deportiva)

Objetivos generales

- Iniciar al alumno en la motivación e interés hacia la práctica sistemática de actividades deportivas.
- Estimular hábitos fundamentales de conducta, higiene y relaciones.
- Estimular, mediante la práctica deportiva, el respeto a las leyes.
- Estimular el amor patrio y la defensa de los intereses y conquistas de la Revolución.
- Iniciar a los alumnos en la capacidad de trabajo físico y la plasticidad en sus movimientos.

Objetivos Específicos:

- Iniciar el aprendizaje de las posiciones fundamentales y los desplazamientos.
- Adiestrar a los estudiantes en los conocimientos de la técnica básica de su arma.
- Conocer las nociones del Reglamento referente a su arma específica y algunas de carácter general.

Categoría 10-13 Años (Liga Estudiantil)

Objetivos Generales

- Desarrollar la práctica sistemática de actividades deportivas como medio de formación integral y mantenimiento de la salud.
- Desarrollar hábitos de conducta e higiene acorde a los principios morales y éticos de nuestra sociedad socialista.
- Desarrollar su amor patrio y la defensa de los intereses y conquistas de la Revolución.
- Desarrollar sus capacidades de trabajo y la plasticidad de sus movimientos.

Objetivos Específicos

Para los estudiantes que se inician en estas edades serán

- Iniciar el aprendizaje de las posiciones fundamentales y los desplazamientos básicos.
- Adiestrar a los estudiantes en las técnicas básicas.
- Conocer las nociones del Reglamento referente a su arma específica, así como aspectos de tipo general.

Para aquellos estudiantes que iniciaron su aprendizaje a partir de las edades 8- 9 años, y asimilaron el programa establecido, los objetivos fundamentales serán:

- Desarrollar los fundamentos técnico-tácticos estudiados con anterioridad y, de forma fundamental, los que más caracterizan su estilo particular.
- Adiestrar a los estudiantes en el contenido del programa técnico-táctico para la categoría 10-13 años.
- Desarrollar los elementos técnico-tácticos del programa de la categoría 10-13 años, acorde a las características individuales de cada atleta.
- Aprender técnicas más complejas en su arma específica de acuerdo a sus características individuales.
- Dominar los contenidos de trabajo técnico-tácticos que plantea el programa para esta categoría.
- Ampliar los conocimientos sobre el Reglamento de Esgrima.

Categoría 14-16 años (Cadetes)

Objetivos Generales

- Consolidar la práctica de la actividad física como un medio de mantener niveles adecuados de salud.
- Consolidar hábitos de conducta e higiene acorde a los principios morales y éticos de nuestra sociedad socialista.
- Consolidar su amor patrio en defensa de los intereses y conquistas alcanzadas por la Revolución en beneficio de la sociedad socialista.
- Continuar desarrollando la capacidad de trabajo y la plasticidad en sus movimientos.

Objetivos Específicos

Para los estudiantes que se inician en estas edades serán:

- Iniciar el aprendizaje de las posiciones fundamentales y los desplazamientos básicos.
- Iniciar el adiestramiento de las técnicas fundamentales.
- Conocer los elementos de la reglamentación referente a su arma así como aspectos de carácter general.
- Aprender los elementos técnico-táctico básicos de la escuela de esgrima de su arma específica.

Para aquellos estudiantes que comenzaron su aprendizaje en categorías anteriores serán:

- Consolidar los elementos técnico tácticos estudiados acorde a sus características particulares.
- Dominar los conocimientos técnico-tácticos que se plantean en el programa de esta Categoría 14-16 años.
- Desarrollar el repertorio técnico táctico acorde a las particularidades individuales.
- Profundizar sus conocimientos en el reglamento de Esgrima.

Categoría 17 a 20 años (Juvenil)

Objetivos Generales

- Consolidar la práctica sistemática de la actividad física como medio de mantener niveles adecuados de salud y empleo del tiempo libre.
- Consolidar hábitos de conducta e higiene acorde a las exigencias de los principios morales y éticos de nuestra sociedad socialista.
- Consolidar su amor patrio en la defensa de los intereses y conquistas sociales alcanzados por la Revolución en beneficio de nuestro pueblo y los principios del internacionalismo proletario.
- Continuar desarrollando su capacidad de trabajo y la plasticidad en sus movimientos.

Objetivos Específicos

- Dominar los elementos técnicos tácticos fundamentales de su arma.
- Consolidar los elementos técnicos tácticos estudiados con anterioridad.
- Desarrollar el repertorio técnico táctico acorde a sus particularidades Individuales.
- Aplicar sus conocimientos sobre la reglamentación y arbitraje de su arma.
-

Categoría mayores de 20 años

Objetivos Generales

- Consolidar la práctica sistemática de la actividad física como medio de mantener niveles adecuados de salud y empleo del tiempo libre.
- Consolidar hábitos de conducta e higiene acorde a las exigencias de la moral socialista.
- Consolidar su amor patrio en la defensa de los intereses y conquistas de la Revolución.
- Continuar el desarrollo de su capacidad de trabajo y la plasticidad en sus movimientos.

Objetivos Específicos

- Dominar los elementos técnico-tácticos fundamentales de su arma.
- Consolidar los elementos técnico-tácticos estudiados con anterioridad.
- Ampliar y desarrollar el repertorio técnico-táctico acorde a sus particularidades individuales.
- Ampliar sus conocimientos sobre la reglamentación y arbitraje de su arma.

III. CONTENIDO DE TRABAJO DE LOS DIFERENTES ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA ATENDIENDO A LAS EDADES Y CATEGORÍAS

Edades 8- 9 años (Categoría de iniciación)

Contenido de la Preparación Física General (Florete, Espada y Sable para ambos sexos).

- Ejercicios de formación, conocimiento de las voces de mando, giros y cambios de dirección en la formación, diferentes tipos de marcha, carreras y saltos.

- Ejercicios para el desarrollo de las cualidades de rapidez, fuerza, flexibilidad, equilibrio y coordinación, mediante juegos predeportivos, carreras con arrancadas, carreras con cambios de dirección y obstáculos y con cambios de ritmo, amplitud.
- Ejercicios dinámicos con y sin implementos para la velocidad de las manos y piernas, con progresión en la complicación de estos.
- Ejercicios con implementos auxiliares como bancos gimnásticos, bastones, sogas, pelotas medicinales, etc.
- Juegos deportivos sobre habilidades, rapidez, reacción y coordinación.
- Ejercicios para la cultura general de movimientos con elegancia y plasticidad.

Contenido de la Preparación Física Especial (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Ejecución de grupos de ejercicios para el desarrollo de las cualidades especiales como velocidad de reacción simple y compleja, sentido-táctil, sentido de la distancia y otros.
- Trabajo con todos los grupos de ejercicios de ayuda para el desarrollo de la técnica.
- Ejercicios orientados al desarrollo de la iniciativa de resolución y cumplimiento de tareas.
- Juegos dinámicos para el desarrollo de la iniciativa y la creatividad.

Contenido de la Preparación Técnico-Táctica (Florete masculino y femenino)

- Estudio del agarre del arma, posiciones fundamentales, la guardia y los sectores
- Aprendizaje del toque sobre el plastrón.
- Estudio de los pasos adelante, atrás, fondo, regreso a la guardia de fondo, combinaciones de paso y fondo.
- Estudio de las distintas posiciones de la mano armada y las transiciones, directas y semicirculares.
- Adiestramiento del toque en el plastrón desde las diferentes distancias y desde diferentes posiciones de la mano.
- Adiestramiento del toque en el trabajo en parejas.
- Estudio y adiestramiento del ataque directo al tercer sector desde distintas distancias, con o sin movimiento, y desde distintas posiciones de la mano.
- Estudio y adiestramiento de las defensas simples de cuarta y sexta, y sus correspondientes respuestas.

- Estudio y adiestramiento del ataque por pase, de afuera hacia adentro y de adentro hacia afuera en los sectores superiores.
- Defensas de cuarta y sexta, y sus ripostas contra los ataques por pase.
- Estudio y adiestramiento de la contra-riposta.
- Adiestramiento en combate de estudio con los elementos estudiados.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Espada masculina y femenina)

- Estudio del agarre del arma, posiciones fundamentales, la guardia y los sectores.
- Estudio de los desplazamientos, paso adelante y atrás, fondo y regreso a la guardia atrás, medio fondo y combinaciones de estos elementos.
- Estudio de las posiciones de la mano armada y las transiciones de una a otra posición.
- Estudio del toque desde las distintas posiciones de la mano sobre el plastrón.
- Estudio del toque directo al tercer sector.
- Estudio del toque en pareja desde las distintas distancias.
- Estudio del ataque directo al antebrazo y pecho por la parte interna del antebrazo.
- Estudio del ataque directo al pecho y de la remis de ataque.
- Estudio del contra ataque al antebrazo sobre la preparación.
- Estudio del ataque directo al antebrazo y muslo.
- Estudio de las combinaciones específicas de mano y pierna en esta arma.
- Estudio de la defensa de 6ta.
- Aplicar en el combate los conocimientos estudiados.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Sable masculino y femenino)

- Estudio del agarre del arma, posiciones fundamentales, la guardia y los sectores.
- Estudio de los desplazamientos, paso adelante, atrás, transpuesta atrás, fondo, regreso del fondo a la guardia atrás, paso y fondo, paso continuado, fondo.
- Estudio de la tercera, cuarta y quinta posición de la mano y sus respectivas defensas y las diferentes transiciones entre ellas (directa y semicircular).
- Estudio del golpe y ataques a los sectores externos (2 y 3), con fondo y paso y fondo; por coupé a los sectores 2 y 3.
- Estudio de la defensa de tercera y ripostas a los diferentes sectores, con paso atrás.
- Estudio del golpe y del ataque a los sectores internos (1 y 4) por coupé.

- Estudio de la defensa de cuarta y riposta.
- Estudio del ataque a los sectores superiores, por coupé (3 y 4)
- Estudio de la defensa de quinta y riposta.
- Estudio de la contra pasada y contra-riposta.
- Estudio del contra ataque al brazo, parada y riposta.
- Aplicación en el combate de los elementos técnicos estudiados

Contenido de la Preparación Teórica (para todas las armas y ambos sexos)

- Características y particularidades del arma.
- Nociones del reglamento de esgrima.
- Normas de conducta y disciplina en el entrenamiento.
- Normas de seguridad e higiene en el entrenamiento.
- Conocimiento de la historia del deporte y de los atletas más destacados de nuestro país.

Categoría 10 - 13 años (Liga Estudiantil)

Contenido de la Preparación Física General (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Ejercicios de formación, conocimiento de las voces de mando, giros y cambios en la formación, diferentes tipos de marcha, carreras y saltos.
- Ejercicios dinámicos con y sin implementos, bancos gimnásticos, bastones, extensores, pelotas medicinales, cuerdas y otros.
- Ejercicios para el desarrollo de las cualidades rapidez, fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación y equilibrio a través de las carreras, arrancadas, carreras con cambio de dirección y obstáculos, con cambios de velocidad, ritmo y amplitud.
- Ejercicios dinámicos con y sin implementos para la velocidad de las manos y piernas, con progresión en la complicación de los mismos.
- Juegos deportivos sobre habilidad, rapidez y coordinación.
- Ejercicios para el desarrollo de la cultura general de los movimientos con elegancia y plasticidad.

Contenido de la Preparación Física Especial (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Grupos de ejercicios para el desarrollo de las cualidades especiales: velocidad de reacción simple y compleja, tiempo de anticipación, sentido de la distancia, sentido táctil y otras.
- Desarrollo de la iniciativa y creatividad en la resolución y cumplimiento de tareas con el empleo de juegos dinámicos.
- Juegos deportivos de contenido táctico individual y por equipo para el desarrollo de soluciones y situaciones con vencimiento de obstáculos.
- Ejercicios de ayuda para el perfeccionamiento del trabajo de los grupos musculares que de forma directa intervienen en la ejecución de los movimientos técnicos.
- Aplicación del sentido de la habilidad de la dirección del arma a través de ejercicios de ayuda y preparación técnica.

NOTA: Como, de forma general, el contenido de la preparación física general y especial para las distintas armas, sexo e instituciones es similar, se orienta su realización como antecede. Ahora bien, las particularidades que en su aplicación se presenten dado el caso de ser continuantes, principiantes o talentos deportivos en desarrollo, tiene un carácter individual, la solución del problema debe ser casuística. Pero no puede olvidarse en la posible solución, tener en cuenta los contenidos planteados.

Contenido de la Preparación Técnico-Táctica (Florete masculino y femenino)

- En caso de ser atletas principiantes en esta disciplina, deben primeramente vencer el contenido del programa establecido para la categoría 8-9 años y, a continuación, comenzar con el estudio del programa de su categoría.
- Estudio y consolidación de los desplazamientos, paso adelante, atrás, fondo regreso a la guardia atrás y adelante después del fondo, paso y fondo, flecha, paso y flecha, fondo y flecha y demás combinaciones, en el trabajo individual, en grupos y en parejas.
- Trabajo táctico de distancia y combinaciones de desplazamientos en dependencia del trabajo de piernas y manos para su uso en acciones preparatorias de ataque y defensa.
 - Perfeccionamiento del trabajo en el plastrón y el espejo.
 - Consolidación de los ataques directos y de las defensas y ripostas contra los mismos en los sectores superiores.
 - Consolidación de las contra ripostas de cuarta. y quinta, así como la de sexta.
 - Estudio y consolidación de los ataques por pase en los sectores superiores de afuera hacia adentro y de adentro hacia afuera y de las defensas y ripostas directas contra los mismos.
 - Estudio y consolidación de las ripostas por pase.

- Estudio y consolidación de los ataques de contestación.
- Estudio y consolidación de los ataques directos a los sectores inferiores.
- Estudio y consolidación de las defensas de segunda u octava, y séptima. con sus correspondientes ripostas a los sectores superiores.
- Estudio y consolidación de las ripostas a los sectores inferiores después de las defensas de segunda u octava, y de séptima.
- Estudio y consolidación de los batimentos directos de cuarta.
- Estudio y consolidación de las defensas y ripostas contra el batimento de cuarta.
- Estudio y consolidación de las acciones combinadas de batimento y pase.
- Estudio y consolidación de los ataques por finta 1-2.
- Estudio y consolidación de las defensas circulares de cuarta y sexta.
- Estudio y consolidación de los contraataques en tiempo.
- Aplicación en el combate de los elementos estudiados.

Nota: El programa que antecede es para ser vencido por los estudiantes durante sus dos años de permanencia en la categoría, siempre y cuando hayan vencido con anterioridad el de la 8-9 años de iniciación deportiva.

En los casos que se haga necesario iniciar a los estudiantes de esta categoría sin el antecedente adecuado, el cumplimiento de este programa debe estar condicionado a vencer el de la categoría de iniciación deportiva y con posterioridad, ir venciendo los contenidos del 10-13, según la secuencia lógica y pedagógica que en el mismo se establece.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Espada masculina y femenina)

- Estudio y adiestramiento del agarre del arma, posiciones fundamentales y la guardia.
- Estudio y adiestramiento de los desplazamientos, paso adelante, atrás, fondo y regreso a la guardia atrás y adelante, medio fondo y flecha y combinaciones de los movimientos antes señalados.
 - Estudio y adiestramiento de las distintas posiciones de la mano armada y de las transiciones de una a otra posición.
 - Estudio y adiestramiento del toque desde las distintas posiciones de la mano sobre el plastrón.
- Estudio y adiestramiento del trabajo con los medios auxiliares.
- Adiestramiento del toque en parejas a diferentes distancias.
- Estudio y adiestramiento del ataque directo al tercer sector.

- Estudio y adiestramiento del ataque directo al antebrazo y pecho (doble golpe) por la parte interna del antebrazo.
- Estudio y adiestramiento del ataque directo al pecho (sectores superiores) y tocar saliendo al pecho.
- Estudio y adiestramiento del contraataque al antebrazo sobre la preparación.
- Estudio y adiestramiento de la remis y repris de ataque.
- Estudio y adiestramiento del ataque directo al antebrazo y muslo.
- Estudio y adiestramiento de los ataques por filo.
- Estudio y adiestramiento de la oposición en el ataque directo.
- Estudio y adiestramiento de los ataques por pase de afuera a adentro y de adentro hacia afuera.
- Estudio y adiestramiento de los ataques por pase con oposición.
- Estudio y adiestramiento de las defensas de cuarta y sexta con sus ripostas correspondientes.
- Estudio y adiestramiento de las defensas de segunda u octava con sus ripostas correspondientes.
- Estudio y adiestramiento de las combinaciones específicas de mano y pierna en esta arma.
- Estudio y adiestramiento de los ataques de contestación.
- Aplicación en el combate de los elementos estudiados

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Sable masculino y femenino)

- Perfeccionamiento y entrenamiento del agarre del arma, posiciones fundamentales y la guardia.
- Perfeccionamiento y entrenamiento de los desplazamientos, paso adelante y atrás, transpuesta atrás, fondo, paso y fondo y paso continuado y fondo.
- Perfeccionamiento y entrenamiento de las defensas de tercera, cuarta y quinta, así como las transiciones directas. (Triángulos defensivos). Inicio del estudio de la segunda defensa.
 - Estudio y adiestramiento de los golpes de filo, contrafilo y punta en el plastrón.
 - Perfeccionamiento y entrenamiento del ataque directo a los sectores externos.
 - Perfeccionamiento y entrenamiento de la defensa de tercera y riposta.
 - Perfeccionamiento y entrenamiento del ataque a los sectores internos.
 - Perfeccionamiento y entrenamiento de la defensa de cuarta y riposta.
 - Perfeccionamiento y entrenamiento del ataque a los sectores superiores
 - Perfeccionamiento y entrenamiento de la defensa de quinta y riposta.

- Perfeccionamiento y entrenamiento del tiempo al brazo, por arriba, por dentro, por fuera, de filo y por debajo de contra filo.
- Perfeccionamiento y entrenamiento del contra ataque al brazo, parada y riposta.
- Estudio y entrenamiento del ataque directo de punta.
- Estudio y entrenamiento de la punta en línea directa y por pase
- Estudio y entrenamiento de los ataques con batimentos de cuarta y tercera y golpe directo
- Estudio y entrenamiento de las contra defensas y contra ripostas.
- Estudio y entrenamiento de los ataques por fintas
- Estudio y entrenamiento del traverzon.
- Estudio y entrenamiento del ataque por traverzon.
- Estudio y entrenamiento de las ripostas por traverzon.
- Estudio y entrenamiento de los ataques con cambio de ritmo en los desplazamientos.
- Aplicación en el combate de las acciones técnico tácticas estudiadas.

Contenido de la Preparación Teórica (Para todas las armas y para ambos sexos)

- Estudio de las características y particularidades del arma con que trabaja.
- Particularidades del arbitraje en el arma que trabaja.
- Nociones generales de la reglamentación del arma.
- Medidas de seguridad e higiene para el trabajo en la esgrima.
- Resultados relevantes del arma que entrena alcanzado por esgrimistas cubanos y principales figuras de la misma en la actualidad.

Categoría 14-16 años (cadetes)

Contenido de la Preparación Física General (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Perfeccionamiento de los ejercicios en la formación, giros y cambios de formación, diferentes tipos de marcha, carreras y saltos.
- Ejercicios para el desarrollo de: fuerza rápida, resistencia a la fuerza y a la velocidad, resistencia específica, flexibilidad, coordinación y equilibrio, por medio de ejercicios gimnásticos y con implementos auxiliares, carreras con cambios de dirección, velocidad, ritmo y amplitud.
- Ejercicios dinámicos con y sin implementos para la fuerza y velocidad de manos y piernas con progresión en la complicación de los mismos y acento especial al desarrollo de la resistencia.

- Juegos deportivos para el desarrollo de habilidad, rapidez, coordinación y resistencia.
- Ejercicios para el desarrollo de la cultura general de los movimientos con elegancia y plasticidad.
- En esta Categoría se necesita a su vez de un tratamiento individualizado dado el nivel que se presenta en los alumnos, por tanto es imprescindible tratar casuísticamente las insuficiencias, además de cumplir los objetivos generales.

Contenido de la Preparación Física Especial (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Grupos de ejercicios para profundizar en el desarrollo de la velocidad de reacción simple y compleja, tiempo de anticipación, sentido de la distancia y táctil.
- Consolidar el desarrollo de la iniciativa y creatividad en la resolución y cumplimiento de tareas con el empleo de ejercicios de ayuda y de carácter técnico táctico individuales y en pareja.
 - Juegos deportivos en circuito e intervalo con contenido táctico individual y por equipos.
 - Ejercicios de ayuda para el perfeccionamiento del trabajo de las cualidades físicas, rapidez, fuerza, resistencia a la fuerza y la velocidad, resistencia específica, coordinación y equilibrio, por medio de carreras con distintos tipos de arrancada y cambios de direcciones, velocidad ritmo y amplitud.
 - Ejercicios dinámicos con y sin implementos para la fuerza y la velocidad de las manos y piernas con progresión en la complicación de los mismos y acento especial al desarrollo de la resistencia.
 - Juegos deportivos como baloncesto y fútbol para el desarrollo de habilidades, rapidez, coordinación y resistencia.
 - Ejercicios para el desarrollo de la cultura general de los movimientos con elegancia y plasticidad.

Nota: En esta categoría a los alumnos debe de dársele un tratamiento más individualizado sobre sus aspectos insuficientes, pues los mismos influyen negativamente sobre la consolidación de los fundamentos técnicos.

Contenido de la Preparación Física Especial. (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Grupo de ejercicios para profundizar en el desarrollo de la velocidad de reacción simple y compleja, tiempo de anticipación, sentido de la distancia y táctil.
- Desarrollo de la iniciativa y la creatividad en la resolución y cumplimiento de las

tareas, con el empleo de ejercicios de ayuda y de contenido técnico táctico.

- Juegos deportivos de contenido táctico, individual y por equipo, para el desarrollo de las soluciones y situaciones con el vencimiento de obstáculos.
- Ejercicios de ayuda para el perfeccionamiento del trabajo de los grupos musculares que de forma más directa intervienen en la ejecución de los movimientos técnicos.
- Perfeccionamiento del sentido de la habilidad de la dirección del arma a través de ejercicios que de carácter general se establezcan.

Nota: Como ya apuntamos, en la categoría 10-13 los contenidos de la preparación general y especial son similares para los distintos tipos de armas, sexo e instituciones, y se orientan de la forma que antecede. Solo que en el caso de esta categoría, los entrenadores han de tener mucho más en cuenta las insuficiencias que de forma particular presentan sus atletas, planteándole medidas de carácter individual para superar las mismas a partir de cumplimentar con los objetivos que de carácter general se establezcan.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Florete femenino y masculino)

- En las áreas deportivas se pueden dar los casos de estudiantes de esta categoría que comiencen la práctica de esta disciplina. Con ellos, el procedimiento será como sigue: Iniciar el estudio por el vencimiento de los contenidos técnico-tácticos planteados para las edades de iniciación deportiva, pasando con posterioridad a los de 10-13 años, para después comenzar con el dominio que se establece para la de 14-16 años
- En los objetivos: Estudiar, Adiestrar y Consolidar, se incluye el de Perfeccionar, lo cual, como la experiencia demuestra, es posible ejecutar con estos grupos de edades.
- Consolidar los contenidos técnico-tácticos de la categoría 10-13 haciendo énfasis en aquellas acciones o grupos de acciones que más se adecuen al estilo individual de cada atleta.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques directos a los distintos sectores y de las defensas y riposta directas y con oposición contra los mismos y las contra ripostas.
- Consolidación y perfeccionamiento de las defensas de novena y primera con sus correspondientes ripostas.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques por pase a los diferentes sectores; y de las defensas directa y circulares contra los mismos con sus correspondientes respuestas directas y por pase.
- Estudio y consolidación de los ataques por coupé.
- Estudio y consolidación de los ataques al encuentro y cerrando distancia.

- Consolidación y perfeccionamiento de las variantes de ataque por finta 1-2 (fintas de ataque directo y por pase, finta de pase y double).
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques por batimento directo y por cambio.
- Estudio y consolidación de los ataques por presión y ligamento y su uso en las acciones combinadas.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques falsos.
- Estudio y consolidación de los ataques de segunda intención.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques combinados.
- Estudio y consolidación del final de las acciones en la corta distancia.
- Consolidación y perfeccionamiento de la remis, repris y redoble de ataque (ataques repetidos).
- Consolidación y perfeccionamiento de los contra ataques en tiempo y al encuentro con y sin oposición.
- Consolidación del sistema ofensivo y defensivo.
- Aplicar en el combate los elementos estudiados.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Espada femenina y masculina)

- Al igual que en el Florete, los alumnos de esta categoría pueden comenzar en estas edades la práctica de esta disciplina deportiva en el área, por lo tanto, en esta arma se procederá al igual que lo planteado en florete.
- Perfeccionamiento de los contenidos técnicos tácticos de la categoría anterior, haciendo énfasis en aquellas acciones o grupos de ellas que más se adecuen al estilo individual de cada atleta.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques al encuentro con y sin oposición.
- Estudio y consolidación de las desapariciones.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques por finta y sus variantes.
- Estudio y consolidación de las defensas circulares y sus correspondientes ripostas por filo y por pase con oposición.
- Estudio y consolidación de los batimentos directos y por cambios de cuarta, sexta y octava.
- Estudio y consolidación del libramiento.
- Estudio y consolidación de los ataques por ligamentos directos y con el empleo de la transportación.
- Consolidación y perfeccionamiento de las acciones combinadas con los elementos técnicos tácticos ofensivos estudiados.

- Consolidación y perfeccionamiento de las acciones de segunda intención.
- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques falsos.
- Estudio y consolidación del final de las acciones en la corta distancia.
- Consolidación y perfeccionamiento de las remis, repris y redobles de ataque (Ataques repetidos).
- Perfeccionamiento de los contra ataques en tiempo y al encuentro con oposición.
- Consolidación del sistema ofensivo y defensivo.
- Aplicar en el combate los elementos estudiados.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Sable femenino y masculino)

- Tal como ya señalamos en Florete y Espada, en esta arma también puede darse el caso de que en las áreas comunitarias comiencen la práctica de esta modalidad atletas en edades de esta categoría, con ellos se debe proceder tal como indicamos en el florete y la espada.

- Perfeccionamiento de los contenidos técnicos tácticos de las categorías anteriores, haciendo énfasis en aquellas acciones que más se acomoden al estilo individual de cada atleta.

- Consolidación y perfeccionamiento de los ataques por fintas sencillas y múltiples.
- Estudio y entrenamiento del ataque directo y riposta directa y con fintas.
- Estudio y entrenamiento del ataque directo y riposta por punta.
- Estudio y entrenamiento de los ataques por ligamentos
- Estudio y entrenamiento de los contraataques a la cabeza y bloqueo de 4ta.
- Estudio y entrenamiento de las defensas semicirculares (primera y segunda), las circulares (tercera y cuarta) y sus ripostas
- Estudio y perfeccionamiento de los ataques con traverzon, diagonal (filo), horizontal (filo), e invertido (contrafilo).
- Estudio y perfeccionamiento del triangulo defensivo y riposta por traverzon, diagonal, horizontal e invertido.
- Estudio y perfeccionamiento del ataque por filo al brazo con fondo.
- Estudio y perfeccionamiento del contraataque por filo al brazo, por arriba.
- Estudio y perfeccionamiento del ataque con salto volante de la pierna trasera.
- Consolidación y perfeccionamiento de las defensas pasivas y el ataque de contestación con fondo y con salto volante.
- Consolidación y perfeccionamiento de la defensa y riposta en los 2 metros.
- Consolidar y perfeccionamiento de las acciones combinadas.
- Consolidación y perfeccionamiento de los sistemas ofensivos-defensivos y

defensivos-ofensivos.

- Aplicar en el combate los elementos estudiados.

Contenido de la Preparación Teórica (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Conocimientos generales del reglamento de esgrima y en particular de su arma.
- Prácticas de arbitraje dentro de las sesiones de entrenamiento.
- Perfeccionamiento de su trabajo como árbitro en competencias.
- Aplicación de las reglas de seguridad e higiene en nuestro deporte.
- Conocimiento y aplicación de las normas de conducta y disciplina, dentro del entrenamiento y en competencias.
- Conocimiento de las bases sociales, políticas y económicas en las que se sustenta el deporte revolucionario.

Categoría 17-20 años (Juvenil)

Contenido de la Preparación Física General: (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Ejercicios para el desarrollo de las cualidades físicas, rapidez los grupos musculares que de forma más directa intervienen en la ejecución de los movimientos técnicos.
- Perfeccionamiento del sentido de habilidad de la dirección del arma mediante ejercicios de contenido técnico.

Nota

- Como señalamos al final de la preparación física general, en esta categoría, dado el grado de maestría de los atletas se hace necesario tener presente las individualidades, sin perder de vista los objetivos generales.

- Como hemos venido reiterando, los contenidos de estas formas de preparación física (general y especial), por su carácter, general son aplicables a las distintas armas y sexos, debiendo tener presente el entrenador solo la asequibilidad de las cargas acorde a las características del grupo y de las individualidades de los atletas

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Florete masculino y femenino)

- Perfeccionamiento de los elementos técnico-tácticos estudiados en las categorías precedentes, haciendo énfasis en aquellos que más se ajusten de forma individual al estilo y características del atleta.
- Ampliar su repertorio con la consolidación de combinaciones ofensivas y defensivas que más se ajusten a su estilo.
- Perfeccionar el contenido de su juego táctico mediante el perfeccionamiento de los ataques combinados, repetidos, falsos, y de primera y segunda intención.
- Perfeccionamiento de los sistemas ofensivos y defensivos acorde a los estilos individuales.

Contenido de la Preparación Técnico Táctica (Espada masculina y femenina)

- Perfeccionamiento de los elementos técnicos-tácticos estudiados en las categorías precedentes, haciendo énfasis en aquellos que más se ajustan al estilo y características individuales del atleta.
- Ampliar su repertorio con la consolidación de combinaciones ofensivas y defensivas que más se ajusten a su estilo.
- Perfeccionar y desarrollar el contenido de su juego táctico a través del perfeccionamiento de los ataques combinados, repetidos, falsos, y de primera y segunda intención.
- Perfeccionamiento de los sistemas ofensivos y defensivos acorde a los estilos individuales.
- Estudio y perfeccionamiento de las defensas por cesión.
- Estudio y perfeccionamiento de las acciones a tiempo perdido.
- Estudio y perfeccionamiento de las ripostas con transportación.
- Estudio y perfeccionamiento de los ataques por coupé.
- Estudio y perfeccionamiento de las defensas con la cazoleta.
- Perfeccionamiento de las defensas de segunda intención.
- Estudio y perfeccionamiento de las acciones cuerpo a cuerpo.
- Estudio y perfeccionamiento de los toques a la máscara y al pie.
- Estudio y perfeccionamiento de los libramiento ofensivos y defensivos.
- Consolidación y perfeccionamiento de las acciones preparatorias de ataques y defensas.
- Aplicación en los combates de los elementos estudiados.

Contenido de la Preparación Técnico-Táctica (Sable masculino y femenino)

- Perfeccionamiento de los elementos técnico-tácticos estudiados en las categorías precedentes, haciendo énfasis en aquellos que más se ajustan al estilo y características individuales del atleta.
- Ampliar su repertorio con la consolidación de combinaciones ofensivas y defensivas que más se ajusten a su estilo.
- Perfeccionar el contenido de su juego táctico mediante el perfeccionamiento de los ataques combinados, repetidos, falsos, y de primera y segunda intención.
- Perfeccionamiento de los sistemas ofensivos y defensivos acorde a los estilos individuales.
- Estudio y perfeccionamiento de las acciones que terminan en la corta distancia.
- Estudio y perfeccionamiento de las defensas de segunda intención.
- Consolidación y perfeccionamiento de las acciones preparatorias de ataque y defensa.
- Perfeccionar y desarrollar el contenido de su juego táctico por medio del perfeccionamiento de los ataques de primera y segunda intención, combinados, intercepciones, redoble de ataque, remis y repris.
- Aplicar en el combate los elementos técnico- tácticos estudiados.

Contenido de la Preparación Teórica (Florete, Espada y Sable para ambos sexos)

- Profundizar en los conocimientos del reglamento.
- Perfeccionamiento de su trabajo como árbitro y conocimiento de la reglamentación y sanciones.
- Conocimientos sobre la historia de la esgrima y en particular la de nuestro país antes y después del triunfo de la Revolución.
- Conocimiento de los sistemas de competencias y pareos individuales y por equipo.
- Conocimientos sobre la terminología de acciones y frases de arma.
- Profundizar en sus conocimientos sobre las bases sociales, políticas y económicas en las que se sustenta el deporte en nuestra sociedad.

IV. TIEMPO DE TRABAJO TOTAL (%) PARA CADA UNO DE LOS ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA POR CATEGORÍA DE COMPETENCIA

Edades 8 -9 años (Categoría de aprendizaje)

Tiempo total del macrociclo 52 semanas (entre 500 a 530 horas de trabajo).

Desglose del tiempo por actividad

Preparación	Periodo Preparatorio		Periodo Competitivo	Periodo de tránsito
	De 35 a 40 semanas		De 6 a 8 semanas	De 4 a 8 semanas
	General	Especial		
Física Gral.	60-70 %	25-30 %	10-15 %	80-90 %
Física Espec.	10-15 %	20-25 %	17-22 %	10-20 %
Técnico-Tác	12-19 %	42-54 %	60-72 %	-
Teórica	1-3 %	1-3 %	1-3 %	-

Nota: Los % de tiempo son del total de trabajo establecido para cada período.

Observaciones: En el período preparatorio se deben planificar —como mínimo— de dos a tres mesociclos en la etapa general (entre 18 a 25 semanas) y dos como mínimo en la especial (entre 15 a 20 semanas).

Categoría: 10 - 13 años (Liga Estudiantil)

Tiempo total del macrociclo: 52 semanas (entre 580 a 620 horas de trabajo).

Desglose del tiempo por actividad

Preparación	Periodo Preparatorio De 30 a 40 semanas		Periodo Competitivo De 10 a 15 semanas	Periodo de tránsito De 4 semanas
	General	Especial		
Física Gral.	45-50 %	22-25 %	10-14 %	75-85 %
Física Espec.	15-20 %	27-30 %	20-24 %	10-15 %
Técnico-Tác	27-39 %	41-50 %	60-69%	5-10 %
Teórica	1-3 %	1-3 %	1-2 %	-

Nota: En las cuatro primeras semanas de la etapa general el énfasis esta en la preparación general, por lo que no se debe trabajar nada específico. El primer microciclo será introductorio con el objetivo de preparación a las pruebas iniciales.

Observaciones: En el período preparatorio se deben planificar como mínimo de dos a tres mesociclos en la etapa general (entre 18 a 24 semanas) y dos como mínimo en la especial (entre 13 a 19 semanas). Se pueden planificar algunos microciclos competitivos entre 1 a 2semanas si el calendario deportivo lo exigiese. El periodo competitivo se ajustará a 2 ó 3 mesociclos de acuerdo a las características del calendario de competencia.

Categoría 14- 16 años (cadetes)

Tiempo total del macrociclo 52 semanas (entre 760 a 800 horas de trabajo).

Desglose del tiempo por actividad

Preparación	Periodo Preparatorio De 30 a 40 semanas		Periodo Competitivo De 10 a 15 semanas	Periodo de tránsito De 4 semanas
	General	Especial		
Física Gral.	27-30 %	10-15 %	5-10 %	70-80 %
Física Espec.	22-25 %	20-30 %	10-15 %	10-20 %
Técnico-Tác	42-50 %	52-69 %	72-84 %	5-10 %
Teórica	1-3 %	1-3 %	1-3 %	-

Observaciones: En el período preparatorio se deben planificar como mínimo de dos tres mesociclos en la etapa general (entre 18 a 22 semanas) y también de dos a tres en el especial (entre 14 a 20 semanas). Se puede planificar un mesociclo competitivo (entre 3 a 4 semanas) si las exigencias del calendario deportivo así lo demandan.

El periodo competitivo se ajustará a 2 ó 3 mesociclos (entre 10 a 15 semanas) de acuerdo a las características del calendario de competencias.

Categoría 17-20 (categoría juvenil)

Tiempo total del macrociclo 52 semanas (entre 760 a 800 horas de trabajo).

Desglose del tiempo por actividad

Preparación	Periodo Preparatorio De 28 a 38 semanas		Periodo Competitivo o De 13 a 18 semanas	Periodo de tránsito De 4 semanas
	General	Especial		
Física Gral.	27-30 %	10-15 %	5-10 %	70-80 %
Física Espec.	22-25 %	20-30 %	10-15 %	10-20 %
Técnico-Tác.	42-50 %	52-69 %	72-84 %	5-10 %
Teórica	1-3 %	1-3 %	1-3 %	-

Observaciones: En la etapa general del período preparatorio existirán de dos a tres mesociclos (entre 15 a 20 semanas) y también de dos a tres en la especial (entre 17 a 23 semanas), pudiendo planificarse un mesociclo competitivo (entre 4 a 8 semanas), si las exigencias del calendario deportivo así lo demandan.

En el periodo competitivo se ajustará a 2 ó 3 mesociclos (entre 13 a 18 semanas) de acuerdo a las características del calendario de competencias.

V. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Al llevar a la práctica los criterios de trabajo antes tratados, y en su aplicación en las distintas instituciones en que se enseña y entrena esta disciplina deportiva, se exige el cabal cumplimiento de las indicaciones metodológicas siguientes:

- Al confeccionar los planes escritos y gráficos de entrenamiento, estos se elaborarán teniendo en cuenta las orientaciones emitidas al respecto por la Comisión Nacional.

- Para la categoría 10-12 años es necesario efectuar una prueba de carácter técnico de los contenidos básicos del programa que avale su participación en competencias oficiales o en torneos oficiales o por invitación, por parte de las Comisiones Provinciales.

- Un entrenador puede trabajar frente a un grupo de dos categorías diferentes siempre y cuando una sea precedente de la otra y el plan se haga sobre las necesidades y contenidos de la inferior y se planteen las particularidades a trabajar con los de la superior.

- Un técnico puede trabajar más de una arma frente a un grupo de atletas siempre y cuando se planteen las particularidades y contenidos a desarrollar en cada caso.

- En las categorías 10-12 años no se establecen pruebas de selección, pues será la vocación o el interés a la práctica por esta disciplina el factor determinante.

- Solo después de estar practicando cuatro meses como mínimo la disciplina, se le efectuarán pruebas de selección para pasar a los grupos especiales.

- Los programas para las distintas categorías los elaboran los técnicos teniendo en cuenta los lineamientos que aquí se establecen y respetando la secuencia en que aparecen estos, y teniendo en cuenta que los contenidos son para el tiempo de permanencia en la categoría y no podrá impartirlos de forma acelerada, sobre todo en la categoría 10-12 años.

- Para la planificación del volumen de trabajo se utilizará como unidad de medida de tiempo en minutos y horas, según criterio del entrenador, aunque lo recomendable por la facilidad para establecer rangos es por minuto.

- La intensidad del trabajo se podrá controlar por medio de la tabla de intensidad específica, también conocida como de tensión psíquica, la cual consideramos como la más recomendable, pudiéndose también emplear la tabla de rangos de intensidad por pulsaciones cardiacas.

- Los planes semanales se elaboran teniendo en cuenta los indicadores establecidos para los planes gráficos de entrenamiento por forma de preparación, así como los objetivos para el micro y la unidad de medida empleada. Los entrenadores que por su nivel y resultados considere la Comisión Provincial, podrán elaborar planes operativos por mesociclos consignados en los objetivos por microciclos, además de los del meso.

VI. NORMATIVAS

Las normativas que a continuación se plantean tienen las características siguientes:

1. Se establecen normativas de carácter general para ser aplicadas por edades que pueden servir como selección para aquellas provincias de poco desarrollo, que se ven en la obligación de hacer captaciones directas de atletas que no tienen antecedentes en la práctica de esta disciplina. Estas tendrán carácter de excepción por lo antes expuesto.
2. Se establecen normativas de carácter específico para la selección de atletas a las diferentes instituciones en que es practicada esta disciplina deportiva por edades y sexo, las cuales tienen carácter de aplicación obligatorio y en ningún caso pueden ser sustituidas o enmendadas con otro tipo de pruebas. Al aplicarlas se evalúan, además, los conocimientos teóricos de los atletas, que deben estar en correspondencia con los contenidos para esta forma de preparación, los cuales se orientan en el presente documento.
3. En ambos casos las evaluaciones obtenidas por edades se enviarán a la Comisión Técnica Nacional para su posterior análisis y establecimiento de tablas normativas acorde a nuestro desarrollo deportivo.

Descripción de las pruebas de normativa generales

1. **5x6:** Se mide una distancia de 5 metros dibujando una línea al principio y al final para que entre ambas quede la distancia medida. Se coloca el atleta detrás de la línea de salida y este recorre la distancia que lo separa de la otra línea al máximo de velocidad cruzándola con sus dos pies y regresa a la de salida y repite lo mismo. Tres veces en cada dirección (6 veces total) en la última vez cruzará al máximo de sus posibilidades. Se evalúa en segundos.
2. **14x4:** Se procede igual que en el anterior, solo que la distancia entre las líneas será de 14 metros y correrá dos veces en cada dirección.
3. **Asalto al frente desde cuclilla:** Se situará al estudiante en cuclilla detrás de una línea y a discreción, realizará asaltos al frente buscando la mayor distancia adelante con la pierna derecha si es derecho, y a la inversa si es zurdo; se mide la distancia recorrida desde la línea a la punta de su pierna delantera. Se evalúa por la distancia recorrida en metros.
4. **Planchas:** Se sitúa el estudiante en posición para ejecutar las planchas, normales (no importa el sexo) y tratará de hacer el máximo posible en 20 segundos con la técnica correcta. Se evalúa la cantidad de repeticiones.

5. **Cuclillas en 20 segundos:** Se sitúa al estudiante de pie con las piernas separadas a la anchura de los hombros y la punta de los pies formando un ángulo, con las manos en la cintura ejecutará el máximo de cuclillas profundas en el tiempo establecido. Se evalúa la cantidad de repeticiones.

Descripción de las pruebas de normativa específicas

1. **14x4:** Igual descripción a la que aparece en las pruebas de carácter general.

2. **9 metros adelante:** Se sitúa al estudiante en posición de guardia con el arma, con la punta del pie delantero sobre la línea; a 9 metros se coloca un muñeco o compañero y, a la voz de ¡Fuera! el atleta, al máximo de velocidad con paso adelante, se desplaza a tocar con su arma el muñeco y a continuación con paso atrás regresará la línea de salida hasta sobrepasarla con los dos pies.

Se evalúa el tiempo que demora en la ejecución y la técnica.

3. **14 metros atrás:** Se sitúa el estudiante en posición de guardia con el arma, con la punta del pie delantero sobre una línea y a 14 metros se colocará un muñeco o compañero a la voz de ¡Fuera! el atleta, al máximo de velocidad con paso adelante y fondo y recogiendo la guardia atrás, se desplaza hasta tocar con su arma el objetivo y regresa a la línea de salida con paso atrás hasta sobrepasarla con los dos pies.

Se evalúa el tiempo que demora en la ejecución y la técnica.

4. **14 metros adelante:** Igual al anterior, solo que la guardia se recoge adelante.

VII . PLAN DE TRABAJO EDUCATIVO

El Plan de Trabajo Educativo está encaminado a la formación de un ciudadano integral, de manera que se apropie de una conducta creativa, de racionalidad económica, de lucha constante por la calidad de la vida, allanando obstáculos objetivos y subjetivos en el marco de la sociedad en que se desarrolla.

En todo Plan de Trabajo Educativo a cualquier instancia se deberán especificar los elementos: Contenido, Vías y Métodos para la evaluación del impacto educativo.

A continuación exponemos algunos criterios que pueden servir de punto de partida para la concepción de los Planes de Trabajo Educativo.

Contenido

a) Educación Patriótica Militar.

- Formar en los alumnos el amor a la Patria a partir del conocimiento de su historia, su actitud ante la defensa de las conquistas de la Revolución, la necesidad de prepararse militarmente y respetar los símbolos patrios.

b) Educación cultural.

- Creación en los alumnos el hábito de estudio, de cuidado del Medio Ambiente, el interés por las manifestaciones culturales, *así como también promover en ellos una correcta conducta sexual.*

c) Educación laboral.

- Fomentar la buena actitud ante el trabajo voluntario y el interés por conocer la historia de la clase obrera cubana y sus principales hazañas laborales.

d) Educación política ideológica.

- Reforzar los valores políticos, morales, estéticos, culturales, tradiciones combativas y aspectos relacionados con la defensa, el afianzamiento de principios, ideas y conceptos esenciales de la ideología y la política de la Revolución.

Vías

Estos aspectos del Trabajo Educativo se pueden realizar mediante actividades tales como:

- Realización del día de la reflexión.
- Visitas a museos, centros históricos, casas de mártires y atletas retirados.
- Actualización de los murales en las instalaciones.
- Encuentros con especialistas de determinados temas de interés.
- Realización de trabajos voluntarios y socialmente útiles.
- Planteamiento de tareas en el entrenamiento que impliquen responsabilidad, sentido de humanismo, actitud antiimperialista, hechos de identidad nacional, etc.

Métodos

La efectividad del impacto del Trabajo Educativo puede ser constatada mediante:

- Encuestas de opinión.
- Conversatorios.
- Debates.
- Estudio de la conducta de los alumnos.

Todos estos métodos deben evaluar los conocimientos de los alumnos, su actitud crítica ante las tareas asignadas y la calidad del cumplimiento de las actividades.

VIII . Terminología y Clasificación de la Esgrima Cubana

1. Sectores

1er Sector: Inferior interno

Defensas 1ra. y 7ma.

2do Sector: Inferior externo

Defensas 2da. y 8va.

3er Sector: Superior externo

Defensas 3ra. y 6ta.

4to Sector: Superior interno

Defensas 4ta. y 5ta.

2. Distancias

Distancia Corta (Para tocar al adversario solamente es necesario extender el brazo armado)

Entre la Corta y la Media.

Distancia Media (Para tocar al adversario es necesario realizar un fondo o un paso adelante)

Entre la Media y la Larga.

Distancia Larga (Para tocar al adversario es necesario realizar un paso adelante y fondo)

Mas que la Larga (Fuera de Distancia).

Además tenemos dos conceptos de distancia:

Distancia Cómoda: Cuando el atleta no corre peligro de ser tocado por el contrario. Como es de todos conocidos el tamaño de las armas es similar para todos los competidores, no así el largo del brazo de cada uno de los contrincantes, por lo que pasaremos a determinar dos tipos de distancia atendiendo al alcance de cada uno de los contrarios.

Distancia Crítica: Cuando el atleta corre peligro de ser tocado por el contrario.

3. Posiciones con el arma

- 1ra Posición: Cierra el 1er. sector
- 2da Posición: Cierra el 2do. sector
- 3ra Posición: Cierra el 3er. sector
- 4ta Posición: Cierra el 4to. sector
- 5ta Posición: Cierra el 4to. sector
- 6ta Posición: Cierra el 3er. sector
- 7ma Posición: Cierra el 1er. sector
- 8va Posición: Cierra el 2do. sector.

4. Transiciones con el arma

Se llama transición al movimiento que realizamos de una posición con el arma a otra. Estas pueden ser:

Simples: Ej. Cuando vamos de 3ra a 4ta posición y viceversa. La punta describe una línea recta.

Semicirculares: Ej. Cuando vamos de 4ta a 2da u 8va posición y viceversa. El recorrido de la punta describe un semicírculo.

Circulares: Ej. Cuando vamos de 4ta, otra vez a 4ta. El recorrido de la punta describe un círculo.

5. Invitaciones

- 1ra Invitación: Descubre el 2do sector
- 2da Invitación: Descubre el 1er sector
- 3ra Invitación: Descubre el 4to sector
- 4ta Invitación: Descubre el 3er sector
- 5ta Invitación: Descubre el 3er sector
- 6ta Invitación: Descubre el 4to sector
- 7ma Invitación: Descubre el 2do sector
- 8va Invitación: Descubre el 1er sector

6. Relaciones de las Hojas

Ambas en Línea.

Una en Línea alta y otra en Línea baja.

Ambas en Contacto intermedio.

Ambas en Contacto externo.

Ambas en Contacto interno.

7. Desplazamientos

Paso adelante

Paso atrás

Fondo

Salto adelante

Salto atrás

Traspuestas adelante y atrás

Paso adelante y fondo

Salto adelante y fondo

Doble fondo

Flecha

Combinaciones

8. El Toque

Toque Directo.

Toque por Pase.

Toque por Coupé.

Toque con Oposición.

Toque con Angulación.

Primeramente se enseña al alumno a realizar el Toque como medida para asegurar el sentimiento de distancia y el sentimiento del arma y posteriormente se enseñan las acciones de ataque.

9. Acciones de Ataque

Ataques simples:

Ataque Directo

Ataque por pase

Ataque por coupé

Ataques Compuestos:

Ataques al Hierro:

Ataques con Batimentos.

Ataques con Ligamentos.

Ataques con Presión.

Ataques con Fintas:

Ataques con una Finta.

Ataques con varias Fintas.

Ataques Combinados:

Ataque al Hierro y un Ataque con Fintas

Ataques Repetidos:

Remise de Ataque

Reprise de Ataque

Redoble de ataque

Ataque de Contestación.

Ataque de Segunda Intención.

10. Defensas

Defensas Activas: Son las que realizamos con el arma defendiendo el sector amenazado. Se clasifican en:

defensas simples,
defensas semicirculares,
defensas circulares,
defensas de cesión o derivadas.

Defensas Pasivas: Son aquellas en que ganamos una distancia rompiendo atrás, sin utilizar el arma).

Defensas Concretas: Son aquellas que se ejecutan cuando se conoce a que sector va dirigido el ataque del contrario.

Defensas Generalizadas: Son aquellas en que no se conoce exactamente el sector atacado y mediante movimientos semicirculares y circulares tratamos de atrapar el arma del contrario.

11. Contraataques

Arresto.

Contraataque en tiempo.

Contraataques con desviaciones:

Incuartata.

Pasata di Sotto.

12. Acciones Preparatorias

Exploraciones.

Provocaciones.

Enmascaramiento.

Invitaciones.

Contactos.

Presiones.

Ataques Falsos.

Batimentos.

Tomas del Arma.

13. Tipos de clase

Clase Individual.

Clases Colectivas.

Las clases se dividen en:

clases de enseñanza,

clases de entrenamiento,

clases de enseñanza-entrenamiento,

clases de control,

clases de modelaje competitivo.

14. Trabajo en Parejas

Trabajo de ayuda mutua.

Trabajo donde cada uno tiene un contenido técnico-táctico.

Trabajo de muralla.

Trabajo donde solamente cuenta una determinada acción.

IX . Reglamento Técnico de la FIE

TÍTULO PRIMERO

REGLAMENTO TÉCNICO

GENERALIDADES Y REGLAS COMUNES EN LAS TRES ARMAS

Capítulo 1

APLICACIÓN DE LAS REGLAS

t.1 Las disposiciones del presente Reglamento son obligatorias, sin variaciones, para las "pruebas oficiales de la FIE.", es decir:

- los Campeonatos del Mundo de todas las categorías.
- las pruebas de esgrima de los Juegos Olímpicos.
- las competiciones de la Copa del Mundo.

Capítulo 2

TERMINOLOGÍA

COMPETICIONES

Asalto y match

t.2 El combate cortés entre dos esgrimistas (o tiradores) es un "asalto"; cuando se tiene en cuenta el resultado de ese combate (competición) se le llama "match".

Encuentro

t.3 El conjunto de matches entre tiradores de dos equipos diferentes se llama "encuentro".

Prueba

t.4

1 Es el conjunto de matches (pruebas individuales) o de encuentros (prueba por equipos) necesarios para designar el vencedor de la competición.

2 Las pruebas se diferencian por las armas, por el sexo de los competidores, por su edad, y por el hecho de que ellas se tiren individualmente o por equipos.

Campeonato

t.5 Nombre dado a una prueba destinada a designar el mejor tirador o el mejor equipo en cada arma, para una federación, una región, el mundo, y por una duración determinada.

EXPLICACIÓN DE ALGUNOS TÉRMINOS TÉCNICOS EMPLEADOS CON MÁS FRECUENCIA EN LOS JUICIOS DE ESGRIMA (1)

Tiempo

t.6 El tiempo de esgrima es la duración de ejecución de una acción simple.

(1) Es necesario precisar que este capítulo no reemplaza ningún tratado de esgrima y que está puesto con vista a facilitar la comprensión del Reglamento.

Acciones ofensivas y defensivas

Definición:

t.7

1 Las diferentes acciones ofensivas son el ataque, la riposta y la contra-riposta.

- El ataque es la acción ofensiva inicial ejecutada extendiendo el brazo y amenazando continuamente la superficie válida del adversario, precediendo el desencadenamiento del fondo o de la flecha (Cf. t.56ss, t.75ss).

- La riposta es la acción ofensiva del tirador que paró el ataque.

- La contra-riposta es la acción ofensiva del tirador que paró la riposta.

2 Las diferentes acciones defensivas son las paradas.

- La parada es la acción defensiva hecha con el arma para impedir el toque de una acción ofensiva.

Explicación:

t.8

Acciones ofensivas

1 Ataque

La acción es simple cuando ella es ejecutada en un solo movimiento: ya sea directa (en la misma línea), ya sea indirecta (en una de las otras líneas).

La acción es compuesta cuando ella es ejecutada en varios movimientos.

2 Riposta

La riposta puede ser inmediata o a tiempo perdido, esto es una cuestión de hecho y de rapidez de ejecución. Las ripostas son:

a) Simples directas

-Riposta recta: riposta que toca al adversario sin haber quitado la línea donde la parada fue hecha.

-Riposta sobre el hierro: riposta que toca al adversario deslizándose sobre el hierro después de la parada.

b) Simples indirectas

-Riposta por libramiento (dégagement): riposta que toca al adversario en la línea opuesta a aquella donde la parada fue hecha (pasando por debajo de su hierro si la parada tuvo lugar en línea alta, y por encima si la parada fue hecha en línea baja).

-Riposta por coupé: riposta que toca al adversario en la línea opuesta a aquella donde la parada fue hecha (pasando, en todos los casos, el hierro por delante de la punta adversa).

c) Compuestas:

-Riposta doblando: riposta que toca al adversario en la línea opuesta a aquella donde la parada fue hecha, pero después de haber descrito alrededor del hierro adverso una circunferencia completa.

-Riposta por uno-dos: riposta que toca al adversario en la línea donde la parada fue hecha, pero después de haber estado primero en la línea opuesta, pasando por debajo de su hierro.

3 Contraataque.

Los contraataques son acciones ofensivas o defensivas-ofensivas ejecutadas durante la ofensiva del adversario:

- a) Arresto: contra-ataque realizado sobre un ataque.
- b) Arresto por oposición: contraataque ejecutado cerrando la línea donde debe terminarse el ataque.
- c) Arresto con tiempo de esgrima (Cf. t.59, t.79).

4 Otras acciones ofensivas.

a) Remís.

Acción **ofensiva simple inmediata** que continúa una primera acción, **sin recogida del brazo**, después de una parada o de una retirada del adversario, ya sea que este abandonó el hierro sin ripostar, ya sea que él riposta tardíamente, o indirectamente o compuesto.

b) Redoble (redoublement).

Nueva acción, simple o compuesta, sobre un adversario que paró sin ripostar, o que simplemente evitó la primera acción por una retirada o esquiva.

c) Reanudación de ataque (reprise d'attaque).

Nuevo ataque ejecutado inmediatamente después de retornar a la guardia.

d) Contra-tiempo.

Toda acción ejercida por el atacante sobre un arresto de su adversario.

Acciones defensivas

t.9

Las paradas son simples, directas, cuando ellas son hechas en la misma línea que el ataque.

Ellas son circulares (de contra) cuando son ejecutadas en la línea opuesta a la del ataque.

Posición "punta en línea"

t.10

La punta en línea es una posición particular en la cual el esgrimista mantiene el brazo armado extendido (tenso) y amenazando con la punta de su arma la superficie válida de su adversario. (Cf. t.56.3.a/b/c; t.60.4.e; t.60.5.a; t.76; t.80.3.e; t.80.4.a/b).

Capítulo 3

TERRENO

t.11

El terreno debe presentar una superficie plana y horizontal. Él no puede aventajar ni desaventajar a uno u otro de los adversarios, sobretodo en lo concerniente a la luz.

t.12

- 1 La parte del terreno destinada al combate se llama la pista.
- 2 Las pruebas en las tres armas son disputadas sobre las mismas pistas.

t.13

- 1 El ancho de la pista es de 1,50 a 2 metros.
- 2 El largo de la pista es de 14 metros, de tal forma que cada tirador, estando situado a 2 metros de la línea mediana (media) tenga a su disposición, para romper

(retroceder) sin franquear el límite trasero (línea final) con los dos pies, un largo total de 5 metros.

t.14

Son trazadas, sobre la pista, de manera bien visible, cinco líneas perpendiculares a la longitud de la pista, a saber:

a) 1 línea mediana que debe ser trazada en línea discontinua sobre todo el ancho de la pista.

b) 2 líneas de puesta en guardia, a dos metros de cada lado de la línea mediana (y que deben ser trazadas a través de todo el ancho de la pista).

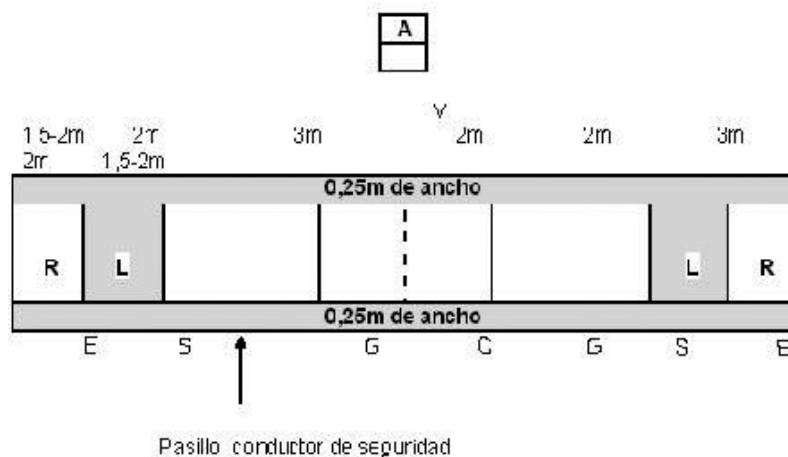
c) 2 líneas de límite trasero (final), que deben ser trazadas a través de todo en ancho de la pista, a una distancia de la línea mediana de siete metros.

Además, los dos últimos metros precedentes a esas líneas de límite trasero deben ser claramente distinguidos si es posible con un color de pista diferente, de forma que los tiradores puedan distinguir fácilmente su posición sobre la pista (Cf. esquema).

PISTA PARA SEMI-FINALES Y FINALES (altura máxima de la pista 50 cm).

A Mesa para el aparato

M Mínimo 1 metro



Capítulo 4

MATERIAL DE LOS TIRADORES

(Armamento - Equipo - Vestuario)

t.15

1 Los tiradores se arman, se equipan, se visten y combaten bajo **su propia responsabilidad y a sus riegos y peligros.**

2 Las **medidas de seguridad** fijadas en el Reglamento y en las normas anexas, así como aquellas de control, dictadas por el presente Reglamento Cf. **Reglamento del Material**), sólo están destinadas a **reforzar** la seguridad de los tiradores, sin poderla **garantizar** y no pueden, en consecuencia cualquiera que sea la manera de la que ellas son aplicadas- entrañar la responsabilidad ni de la FIE, ni de los organizadores de las pruebas, ni de los oficiales ni del personal encargado de su realización, ni de los autores de un eventual accidente.

Capítulo 5

COMBATE

Manera de mantener el arma

t.16

1 En las tres armas, la acción defensiva se ejerce exclusivamente con la ayuda de la hoja y de la cazoleta empleadas ya sea separadamente, ya sea conjuntamente.

2 En ausencia de un dispositivo especial o de una atadura o de una forma especial (ortopédica), el tirador es libre de **mantener la empuñadura** como él quiera y él puede también, en el curso de un match, modificar la posición de su mano. Sin embargo, el arma no puede de forma permanente o temporal, aparente o disfrazada ser transformada en arma **arrojadiza**; ella debe ser mantenida sin que la mano quite la empuñadura y, en el curso de una acción ofensiva, sin deslizarla sobre la empuñadura, de adelante hacia atrás.

3 Cuando un **dispositivo especial**, o una **atadura**, o una **forma especial** (ortopédica) existe, la empuñadura debe ser mantenida de tal forma que la cara

superior del dedo pulgar sea orientada en la misma dirección que la ranura de la hoja (del florete o de la espada), o perpendicularmente al plano de la flexibilidad de la hoja de sable.

4. El arma es manejada por **una sola mano**. El tirador no puede cambiar de mano hasta el fin del match, a menos de ser autorizado por el árbitro, en caso de herida en la mano o el brazo.

Puesta en guardia

t.17

1 El **primer** tirador **llamado** debe situarse **a la derecha** del árbitro, salvo en el caso del match entre un derecho y un zurdo, si el llamado primero es el zurdo.

2 El árbitro hace **situar** a cada uno de los dos combatientes de tal forma que el pie delantero esté a 2 metros de la línea mediana de la pista (por consiguiente, detrás de la línea de "puesta en guardia").

3 La puesta en guardia al comienzo y las repuestas en guardia se hacen siempre en el **centro de la anchura** de la pista.

4 En el momento de la puesta en guardia, en el curso del combate, la distancia entre los dos tiradores debe ser tal que, en la posición punta en línea, las **puntas no pueden estar en contacto**.

5 Después de **cada toque** contado como **válido**, los tiradores son colocados en guardia **en el medio** del terreno.

6 Si el **toque no es admitido**, ellos son colocados en guardia en el lugar que ocupaban a la interrupción del combate.

7 La puesta en guardia en el comienzo de **cada período** y del minuto **suplementario eventual** debe hacerse en el medio del terreno.

8 La **colocación en guardia, a la distancia**, no puede tener por efecto situar más allá de la línea trasera (final) al combatiente que se encontraba del lado de acá de esta línea en el momento de la suspensión del match. Si él tenía ya un pie del lado de allá de la línea trasera, él queda en ese lugar.

9 La colocación en guardia, a la distancia, por **salida lateral**, puede situar al combatiente culpable del lado de allá de la línea trasera y entrañar un toque.

10 La guardia es asumida por los tiradores a la orden de "**En guardia**" dada por el árbitro, después que el árbitro pregunta: "**¿Están listos**"? Sobre una respuesta afirmativa, o en ausencia de una respuesta negativa, él da la señal de combate: "**Adelante**".

11 Los tiradores deben situarse en guardia correctamente y conservar una inmovilidad completa hasta la orden de "Adelante" del árbitro.

12 En el florete y en el sable, la guardia no puede ser asumida en la **posición en línea**.

Comienzo, detención y reanudación del combate

t.18

1 El **comienzo del combate** es marcado por la orden de "Adelante". Ningún golpe lanzado o dado antes de esta orden es contado.

2 El **final del combate** es marcado por la orden de "Alto", salvo en los casos de hechos que modifican las condiciones regulares y normales del combate (Cf. también t.32.1/2).

3 Desde la orden de "**Alto**", el tirador no puede comenzar una nueva acción: sólo el golpe ya lanzado queda válido. Todo lo que pase a continuación no es absolutamente válido (pero Cf. **t.32.1/2**).

4 Si uno de los tiradores se detiene antes de la orden de "Alto" y él es tocado, el toque es válido.

5 La orden de "Alto" es también dada si el juego de los tiradores es **peligroso, confuso o contrario al Reglamento**, si uno de los tiradores es desarmado, si uno de los tiradores deja la pista, o si, rompiendo, se aproxima al público o al árbitro (Cf. t.26, t.54.5 ; t.73.4.j).

6 Salvo casos excepcionales, el árbitro no puede autorizar a un tirador a **dejar la pista**. Si este lo hace sin autorización, él será merecedor de las sanciones previstas en los artículos **t.114, t.116, t.120**.

Combate aproximado

t.19

El **combate aproximado** es autorizado, también por largo tiempo, siempre que los tiradores puedan servirse normalmente de su arma y que el árbitro pueda, en florete y sable, continuar siguiendo la acción.

Cuerpo a cuerpo.

t.20

1 El **cuerpo a cuerpo** existe cuando los dos adversarios están en contacto; en este caso, el combate es detenido por el árbitro (Cf. **t.25; t.63.1/2/3**).

2 En florete y en sable, está prohibido ocasionar el cuerpo a cuerpo (igual sin brutalidad ni violencia). En el caso de una tal falta, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120** y el toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

3 **En las tres armas**, está prohibido ocasionar el **cuerpo a cuerpo voluntario** para evitar un toque, o atropellar al adversario. En el caso de una tal falta, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120** y el toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

Esquivas - desplazamientos y rebasamientos

t.21

1 **Los desplazamientos y esquivas** están permitidos, igual aquellos donde la mano no armada puede estar en contacto con el suelo.

2 Está prohibido durante el combate **voltear la espalda** al adversario. En el caso de una tal falta, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120** y el toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

5 En el curso del combate, cuando un tirador **rebasa** su adversario, el árbitro debe dar inmediatamente la orden de "Alto" y reponer los tiradores en el lugar que ellos ocupaban antes del rebasamiento.

4 En caso de intercambio de toques en el **curso del rebasamiento**, el toque dado inmediatamente es válido; el toque dado después del rebasamiento es anulado, pero aquel inmediatamente dado, igual virándose, por el tirador que sufrió la acción ofensiva es válido.

6 Cuando, en el curso de un match, un tirador habiendo hecho una flecha es señalado como tocado y él rebasa el extremo de la pista a una distancia suficientemente larga para provocar el arrancamiento del carrete o del hilo de pista de este, el toque que él recibió no será anulado (Cf. t.103).

Sustitución y utilización del brazo y de la mano no armados

t.22

1 La utilización de la mano y del brazo no armados está prohibido para ejercer ya sea una acción ofensiva, ya sea una acción defensiva (Cf. **t.114, t.116, t.120**). En el caso de una tal falta, el toque dado por el tirador culpable será anulado.

2 En florete y en sable, está prohibido proteger o sustituir una superficie válida por otra parte del cuerpo, ya sea por cobertura, ya sea por un movimiento anormal (Cf. t.114, **t.116, t.120**). El toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

3 Durante la duración del combate, la mano no armada del tirador no debe en ningún caso agarrar una parte cualquiera del equipo eléctrico (Cf. **t.114, t.116, t.120**).

El toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

t.23

1 En el caso donde el árbitro se percata que en el curso de un match, uno de los tiradores hace uso del brazo o (y) de la mano no armados, o protege o cubre la superficie válida por una parte no válida, él puede solicitar la asistencia de dos **asesores neutrales**, que serán designados por el Directorio Técnico.

2 Esos asesores, situados de una y otra parte de la pista, siguen **el conjunto del combate** y señalan, levantando la mano o sobre la interrogación del árbitro, la utilización del brazo o de la mano no armados, o la protección o la cobertura de la superficie válida por una parte no válida (Cf. **t.49, t.114, t.116, t.120**).

3 El árbitro puede igualmente **hacer cambiar de lugar** los dos tiradores de forma que el que comete esa irregularidad no le dé la espalda.

Terreno ganado o perdido

t.24

A la orden de "Alto" **el terreno ganado** queda adquirido hasta que un toque se haya acordado. En el momento de las colocaciones en guardia, cada tirador deberá retroceder una distancia igual para retomar la distancia de puesta en guardia (Cf. **t.17.3/4**).

t.25

Sin embargo, cuando el match haya sido detenido por causa de **cuerpo a cuerpo**, los tiradores serán repuestos en guardia de tal forma que aquel que soportó el cuerpo a cuerpo se mantenga en el lugar en el que él se encontraba; igual si su adversario le hizo una flecha, aún sin cuerpo a cuerpo.

Franqueamiento de los límites

Detención del combate

t.26

1 Cuando un tirador **franquea** con uno o los dos pies uno de los límites laterales de la pista, el árbitro debe inmediatamente gritar "Alto".

2 Si el tirador **sale de la pista con los dos pies**, el árbitro debe de anular todo lo que pasó después del franqueamiento del límite, salvo el toque recibido por el tirador que franqueó el límite, igual después del franqueamiento, a condición que se trate de un toque simple e inmediato.

3 Por el contrario, el toque dado por el tirador que **sale de la pista con un pie solamente** queda válido si la acción fue lanzada antes la orden de "Alto".

4 Cuando **uno de los dos tiradores** sale de la pista con los dos pies, sólo puede ser contado en esas condiciones el golpe dado por el tirador que quedó sobre la pista con al menos un pie, igual si hay golpe doble.

Límites traseros.

t.27

Cuando un tirador franquea completamente, con los dos pies, el **límite trasero** de la pista, él es declarado tocado.

Límites laterales

t.28

1 El tirador que franquea con uno o los dos pies uno de los **límites laterales** es penalizado.

A la colocación en guardia su adversario avanzará un metro en relación al lugar que él ocupaba en el momento del franqueamiento, el tirador penalizado deberá retroceder para retomar la distancia.

2 Si, **por causa de la aplicación de esta sanción**, uno de los tiradores tiene los dos pies fuera del límite trasero, él es declarado tocado.

3 El tirador que, **para evitar ser tocado**, franquea uno de los límites laterales con los dos pies -igualmente haciendo una flecha- recibirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.

Salida accidental

t.29

El tirador que franquea involuntariamente uno de los límites a consecuencia de una causa fortuita (tal como un empujón), no es merecedor de ninguna penalización.

Duración del combate

t.30

1 Por duración del combate, se entiende la **duración efectiva**, es decir, la suma del tiempo transcurrido entre "Adelante" y "Alto".

2 La duración del combate es **controlada** por el árbitro o un cronometrista. Para las finales de las pruebas oficiales de la FIE, así como para todos los matches que cuenten con un cronómetro visible para los espectadores, el cronómetro debe ser situado de tal forma que él sea visible para los dos tiradores en pista y para el árbitro.

3 La **duración** efectiva del combate es:

- **en poules:** 5 toques, máximo 3 minutos.

- **en eliminación directa:** 15 toques, máximo 9 minutos divididos en 3 períodos de 3 minutos, con un minuto de pausa entre dos períodos.

- **por equipos:** 3 minutos para cada relevo.

t.31

1 El **tiempo** puede ser **preguntado** por el esgrimista cada vez que el match es interrumpido.

2 Si un tirador busca abusivamente provocar o prolongar interrupciones del combate, el árbitro le inflingirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.

t.32

1 A la **expiración del tiempo** reglamentario, si el cronómetro está acoplado con el aparato (norma obligatoria para todas las finales de las pruebas oficiales de la FIE), él debe accionar automáticamente una señal sonora poderosa y cortar automáticamente el funcionamiento del aparato, pero las señales registradas antes del bloqueo del aparato deben quedar fijadas sobre el mismo. Desde la percepción de la señal sonora el combate es detenido.

2 Si el **cronómetro no** está **acoplado con el aparato**, el cronometrista debe gritar "Alto" o accionar una señal sonora que detiene el combate; el golpe lanzado no es válido.

3 En caso de **deficiencias del cronómetro** o **falta del cronometrista**, el árbitro deberá evaluar el tiempo que resta por tirar.

Accidente – Retirada de un tirador

t.33

1 Para traumatismo surgido en el curso del combate y debidamente constatado por el delegado de la Comisión Médica o el médico de servicio, una detención de 10 minutos como máximo, contados a partir del dictamen del médico y estrictamente reservados a los cuidados para los que el match fue interrumpido podrá ser acordada. Antes o a la expiración de esta detención de 10 minutos, si el médico constata la incapacidad del tirador para continuar el match, él decide la retirada de este tirador en las pruebas individuales y/o su reemplazamiento, si es posible, en las pruebas por equipos (Cf. **o.44.11.a/b**).

2 En la **continuación de la misma jornada** una nueva detención no podrá ser acordada, salvo si es debido a otro traumatismo diferente al precedente.

3 En caso de **demanda de una detención injustificada**, debidamente constatada por el delegado de la Comisión Médica o el médico de servicio, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.

4 En las **pruebas por equipos**, el tirador, juzgado por el médico de servicio incapacitado de continuar un match podrá, sin embargo, después de la decisión de este mismo médico, disputar en la misma jornada los encuentros siguientes.

5 El Directorio Técnico puede **modificar el orden de los matches** de la poule para asegurar el buen desarrollo de la competencia (Cf. **0.16.1**).

Capítulo 6

ARBITRAJE Y JUICIO DE LOS TOQUES

t.34

1 El hecho de aceptar una designación tanto como árbitro o asesor implica el compromiso de honor de la persona designada a respetar y hacer respetar los reglamentos, así como de cumplir sus funciones con la más escrupulosa imparcialidad y la atención más sostenida.

2 Los árbitros no pueden acumular sus funciones con ninguna otra actividad en el torneo, tales como miembro del Directorio Técnico, capitán de equipo, delegado oficial de su federación nacional, entrenador, etc.

Árbitros

t.35

1 Todo match de esgrima es dirigido por un árbitro en posesión de su tarjeta de árbitro internacional. Por razones prácticas, los árbitros de categoría nacional candidatos que hayan pagado y anunciado su candidatura a los exámenes de árbitros de la FIE están autorizados para arbitrar las competencias de la Copa del Mundo Junior.

2 Las funciones de los árbitros son múltiples:

- a)** hace la llamada de los tiradores (Cf. t.86.1; t.86.5/6);
- b)** tiene la dirección del mach;
- c)** antes de cada match debe controlar las armas, la ropa y el material de los tiradores, según las disposiciones enunciadas posteriormente;
- d)** supervisa el funcionamiento regular del aparato. De su propia iniciativa o sobre reclamación de un capitán de equipo o de un tirador, hace proceder a los ensayos de verificación y de localización del defecto eventualmente manifestado. Él impide a los tiradores dificultar la búsqueda desenganchándose o cambiando intempestivamente su material;
- e)** dirige a los asesores, cronometristas, marcadores, etc.;
- f)** debe situarse y desplazarse de forma que pueda seguir el match, pudiendo constatar el encendido de las lámparas;
- g)** sanciona las faltas (Cf. t.96.2);
- h)** otorga los toques (Cf. t.40 ss);
- i)** mantiene el orden (Cf. t.96. 1/2/3/4);
- j)** cada vez que el árbitro lo juzga oportuno, debe consultar a los expertos en materia de señalización eléctrica (Cf. 0.7).

Asesores

t.36

1 El árbitro cumple su misión con la ayuda de un aparato de control automático de los toques con, eventualmente, la asistencia de dos asesores vigilando la utilización del brazo o la mano no armados, la sustitución de superficies válidas, los toques

dados en el suelo en espada, las salidas laterales y traseras de la pista, o toda otra falta definida en el Reglamento (Cf. t.120).

2 Esta medida es obligatoria para todas las finales (4 u 8) individuales y para la final (2) por equipos.

3 Los asesores son situados de cada lado del árbitro, de una parte y de otra de la pista; ellos siguen el conjunto del combate.

4 Los asesores deben cambiar de lado a mitad del match, después de cada período y después de cada relevo de un encuentro por equipos, de forma a no observar siempre al mismo tirador.

Designación de los árbitros

Juegos Olímpicos y Campeonatos del Mundo

t.37

Pruebas individuales

1 Para la vuelta de poules y el cuadro preliminar, los **delegados para el arbitraje** designarán los árbitros por tirada a suerte.

2 Para el **cuadro principal de eliminación directa**, los delegados para el arbitraje establecerán una lista de los mejores árbitros presentes en número suficiente, teniendo en cuenta su nacionalidad. Esos árbitros serán designados por tirada a suerte para cada cuarto del cuadro para arbitrar los matches en el orden del cuadro. Si no hay la posibilidad de proceder así, los delegados para el arbitraje podrán hacer alternar los árbitros en los diferentes cuartos del cuadro.

3 A la salida de cada vuelta, los delegados para el arbitraje pueden **retirar un árbitro** cuya prestación no haya sido satisfactoria. No obstante, un árbitro no será cambiado en el curso de un match, salvo casos excepcionales (tal como impedimento físico del árbitro). En este caso la decisión será tomada por los delegados para el arbitraje (regla aplicable también para las pruebas por equipos).

4 Para **la final**, los delegados para el arbitraje establecerán una lista de 4 a 8 árbitros, de los que:

- 2 a 4 deben ser íntegramente neutros.
- 2 a 4 pueden ser escogidos sin tener en cuenta su nacionalidad.

5 La **tirada a suerte**, para los 4 primeros matches, se efectuará entre los árbitros íntegramente neutros.

6 Después de los 4 primeros matches de la final, la tirada a suerte será efectuada de nuevo teniendo en cuenta la nacionalidad de los tiradores entonces calificados.

7 Las tiradas a suerte serán efectuadas manualmente.

t.38

Pruebas por equipos

Los **delegados para el arbitraje** y el **Directorio Técnico** escogerán entre los árbitros A y B neutros presentes aquellos que consideren competentes y hacen tirada a suerte entre esos árbitros.

Pruebas de la Copa del Mundo

t.39

Las reglas de los artículos **t.37 y t.38** precedentes son aplicadas por el Directorio Técnico, asistido para las finales por el supervisor oficial de la FIE.

Juicio de los toques

Materialidad del toque

t.40

1 La **materialidad del toque** es constatada según las indicaciones del aparato, eventualmente con la consulta de los asesores (Cf. **t.36**).

2 Sólo la **indicación del aparato**, manifestada en sus propias lámparas o en las lámparas de repetición, dan fe para juzgar los golpes. En ningún caso, el árbitro puede declarar un tirador tocado sin que el aparato haya regularmente señalado el toque (salvo para los casos previstos por el Reglamento, Cf. **t.49.1**, y para los toques de penalización).

t.41

Sin embargo, el árbitro deberá, en los casos enumerados en cada arma, **anular** un toque señalado por el aparato (Cf. **t.53 ss, t.66 ss, t.73**).

Validez o prioridad del toque

t.42

1 A partir de la detención del combate, el árbitro **analiza** brevemente las acciones componentes a la última frase de armas.

2 Para las **finales**, el árbitro podrá valerse de un monitor de televisión, a fin de controlar su decisión cuando él tenga una duda.

3 Después de la constatación sobre la materialidad del toque el árbitro decide, por **aplicación de las reglas**, que tirador es tocado, si deben serlo los dos (para la espada) o si ningún toque es retenido (Cf. **t.55 ss, t.64 ss, t.74 ss**).

4 El árbitro utilizará los **gestos** siguientes:



Observații:
 1. Toate gesturile sunt realizate cu mâinile deschise și cu degetele întinse.
 2. Toate gesturile sunt realizate cu mâinile la nivelul umerilor și cu brațele la nivelul liniei orizontale.
 3. Toate gesturile sunt realizate cu mâinile la nivelul umerilor și cu brațele la nivelul liniei orizontale.
 4. Toate gesturile sunt realizate cu mâinile la nivelul umerilor și cu brațele la nivelul liniei orizontale.

Material reglamentario y control del material por el árbitro

t.43

1 Antes del comienzo de cada poule, de cada encuentro, o de cada match de eliminación directa, el árbitro debe reunir a los tiradores a fin de verificar:

(Cf. t.35.2.c).

a) En todas las armas, que el material de los tiradores contenga las **etiquetas reglamentarias FIE** (traje, máscara).

b) En florete, que la **chaqueta conductora** esté conforme al artículo **m. 28** en las diferentes posiciones, de pie, en guardia y en fondo.

c) En espada, que cada uno porte **una chaqueta reglamentaria** y que los materiales que constituyen su vestuario no presenten una superficie demasiado lisa.

d) En sable, que **la chaqueta conductora** esté conforme al artículo **m.34** en las diferentes posiciones, de pie, en guardia y en fondo.

e) En las tres armas, que cada uno esté revestido, debajo de su chaqueta, con un **peto protector** reglamentario resistente a 800 Newton.

f) En las tres armas, que el tirador no esté provisto **de un equipo de comunicación electrónica** que permita a una persona fuera de la pista comunicarse con el tirador en el curso del combate.

2 Para los matches en eliminación directa y las finales de los Campeonatos del Mundo y de los Juegos Olímpicos, y para las finales de las competencias de la Copa del Mundo, los dos tiradores de cada match se dirigirán, **30 minutos antes** de su entrada en pista, a la zona de control del material, situada próxima a la pista. Su material será verificado bajo la responsabilidad de la SEMI (o del experto designado para las finales de la Copa del Mundo). Si una anomalía es constatada, el material defectuoso será inmediatamente cambiado, sin sanción. El delegado de la SEMI entregará los hilos de cuerpo, las máscaras y las armas controladas al árbitro del match. **10 minutos antes** de la entrada en pista, los tiradores se presentarán al árbitro designado para su match.

El árbitro entregará, en la zona de entrada, un hilo de cuerpo a cada tirador. I verificará que los tiradores porten los bajo-protectores reglamentarios.

3 Hasta el momento de entrar en pista, el árbitro y los tiradores deben **estar juntos**, en la zona de entrada. **Un minuto** antes de la entrada en pista, el árbitro entregará un arma a cada tirador, para conectar el hilo de cuerpo en la clavija. Ningún control previo será efectuado sobre la pista.

4 Los organizadores de la competencia preverán un espacio de espera donde el calentamiento de los tiradores sea posible durante este procedimiento de control.

t.44

1 **Además de las medidas de control antes mencionadas**, el árbitro de un match podrá en todo momento, por su propia autoridad o a la demanda de un tirador o de un capitán de equipo, ya sea proceder él mismo a ese control, ya sea verificar las medidas de control ya efectuadas, ya sea proceder o hacer proceder a nuevas medidas de control (Cf. t.35).

2 Él constará en todo caso, antes de cada match, la presencia de la **etiqueta de garantía** (rótulo) sobre el traje, sobre la hoja y sobre la máscara del tirador, **el aislamiento de los hilos conductores** en el interior de la cazoleta y la **presión del resorte de la punta** en el florete y en la espada. El control del aislamiento de los hilos y de la presión del resorte será realizado a cada cambio de arma.

En las tres armas, él verificará que el tirador no esté provisto **de equipo de comunicación electrónica** que permita a una persona fuera de la pista comunicarse con el tirador en el curso del combate.

3 Para la espada, él verificará **el recorrido total** y **el recorrido residual** de la punta de arresto:

- El **recorrido total** introduciendo entre la base de la punta de arresto y el botón una lámina de 1,5 *mm* de espesor. Esta lámina, provista por el Comité Organizador, puede tener una tolerancia de + ó - 0,05 *mm*. Ej: 1,45 *mm*. - 1,55 *mm*.

- El **recorrido residual** introduciendo entre la base de la punta de arresto y el botón una lámina de 0,50 *mm* de espesor, la presión sobre la punta de arresto no debe provocar el funcionamiento del aparato. Esta lámina provista por el Comité Organizador puede tener una tolerancia de + ó - 0,05 *mm*. Ej: 0,45 *mm*. - 0,5 *mm*.

4 Para el **peso** sirve para el control, Cf. **m.1.3, m. 19.3, m. 42.2.d**.

5 El material de reserva controlado será depositado por el árbitro, al comienzo del match, cerca de la pista, del lado de cada tirador en pista.

Material no reglamentario

t.45

Cualesquiera que sean las circunstancias en las que un tirador se encuentra sobre la pista provisto de **material no conforme al Reglamento** (Cf. **m.8, m.9, m.12, m.13, m.16, m.17, m.23**) o **defectuoso**, dicho material será inmediatamente tomado y confiado para examen por los expertos en servicio.

El material en cuestión no será devuelto a su propietario hasta después de la toma de medidas que dieron lugar a este examen y, llegado el caso, mediante pago de los gastos ocasionados por las reparaciones. Antes de la reutilización, el material será controlado de nuevo.

1 Cuando un tirador se presenta sobre la pista (Cf. **t.86.1/2**):

- ya sea con **una sola arma** reglamentaria,
- ya sea con **un solo hilo de cuerpo** reglamentario,
- ya sea con **un arma o un hilo de cuerpo que no funciona**, o **no conformes** a los artículos del Reglamento,
- ya sea sin **peto protector** (Cf. **t.43.1.e**),
- ya sea con una **chaqueta conductora** que no recubre completamente la superficie válida,
- ya sea con un **traje** no conforme a los reglamentos.

El árbitro le inflingirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120 (1er. grupo)**.

2 Cuando, en el curso de un match, se constata una irregularidad en el material pudiendo provenir de las **condiciones del combate**:

Ejemplos:

- chaqueta conductora que presenta huecos o los toques no son señalados válidos,
- hilo de cuerpo o arma que no funcionan más,
- presión del resorte devenido insuficiente,
- recorrido de la punta de arresto ya no conforme

El árbitro no inflingirá **ni advertencia, ni sanción** y el toque válido dado con el arma devenida defectuosa será acordado.

En cambio, igual en el curso de un match, un tirador cuya arma, en el momento donde él se declara listo a tirar, no respeta las normas de la **flecha del arma** (Cf. **m.8.6, m.16.2, m.23.4**) será sancionado según los artículos **t.114, t.116, t.120**.

3

a) Si, en el momento de la presentación sobre la pista o en el curso de un match, se constata que el material utilizado por el tirador:

1- No porta las **marcas del control** previo; el árbitro anulará el último toque eventualmente dado por el tirador culpable y le inflingirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.117, t.120**.

2- No es reglamentario sobre un **punto no merecedor del control previo**; el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.

3- Fue aprobado por el control previo, pero presenta irregularidades susceptibles de provenir de **modificaciones voluntarias**.

4- Porta **marcas** de aceptación del control previo que fueron **imitadas o cambiadas**.

5- Fue arreglado de forma a **permitir a voluntad el registramiento** de toques o el no funcionamiento del aparato.

6- Está provisto de **equipo de comunicación electrónica** permitiendo a una persona fuera de la pista comunicarse con el tirador en el curso del combate.

En uno u otro de los casos **3), 4), 5)** y **6)**, el árbitro debe inmediatamente tomar el material (arma, hilo de cuerpo, eventualmente la chaqueta conductora, máscara, etc.) y hacerlo examinar por el experto en servicio.

b) Después de tener la **opinión del experto** (un miembro de la Comisión SEMI para las pruebas de esgrima de los Juegos Olímpicos y para los Campeonatos del Mundo), habiendo hecho las constataciones (Cf. **m.33 ss**), el árbitro aplicará las **sanciones** siguientes sin perjuicio de la aplicación del artículo **t.96.2/4**:

-Para los **casos 3) y 4)**, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.118, t.120**, y anulará el último toque eventualmente dado por el tirador culpable.

-Para los **casos 5) y 6)**, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.119, t.120**.

c) En **espera de la decisión** del árbitro, el match es detenido, pero los otros matches de la poule pueden continuar.

4 Todo tirador debe presentarse sobre la pista con un traje reglamentario de la manera siguiente:

a) Nombre y nacionalidad reglamentaria en la espalda de la chaqueta (aplicación para todas las competencias oficiales de la FIE, en todas las fases de esas competencias).

b) Portando el traje nacional (Cf. **m.25.3**); aplicación como sigue:

1) Campeonatos del Mundo y Campeonatos del Mundo Juniors/Cadetes, todos los matches, en poules, en eliminación directa y en encuentros por equipos;

2) Competencias de la Copa del Mundo Seniors individuales, todos los matches de eliminación directa desde el cuadro de 64;

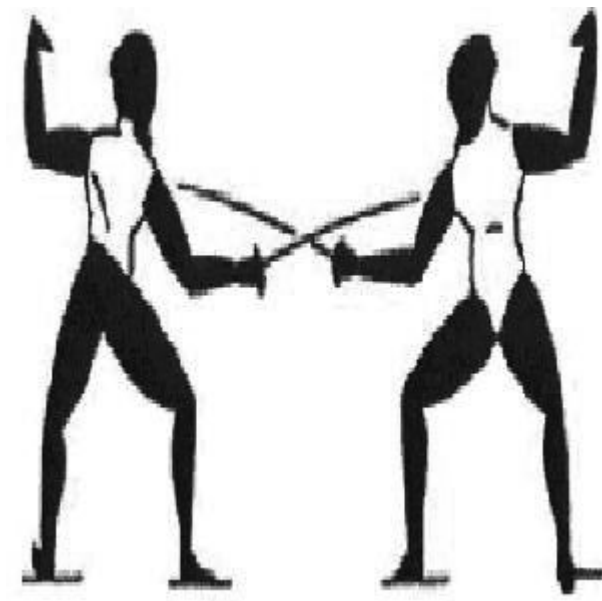
3) Competencias de la Copa del Mundo por Equipos, todos los matches en todos los encuentros;

En caso de violación de los puntos anteriores:

Para las competencias mencionadas en los **puntos 1) y 3)**, el árbitro eliminará al tirador culpable que no podrá participar más en la prueba.

Para las competencias mencionadas en el **punto ii)**, el árbitro sancionará al tirador culpable con un cartón rojo [Art. **t.114, t.117, t.120**, (2do. grupo)]. Sin embargo, el tirador culpable tiene el derecho de continuar en pista y tirar el match concerniente.

La misma sanción es igualmente aplicable para la ausencia del nombre y de la nacionalidad reglamentaria sobre la espalda de la chaqueta en las competencias de la Copa del Mundo Juniors y en las competencias de la Copa del Mundo Seniors individuales antes el cuadro de 64, y en 2006-2007 en los Campeonatos de Zona.



Superficie valida en Florete (Esquema P.26)

FLORETE

CONVENCIONES DEL COMBATE

MANERA DE DAR LOS TOQUES

t.46

1 El florete es un **arma de estocada** solamente. La acción ofensiva de esta arma se ejerce sólo con la punta.

2 Está formalmente prohibido, durante el combate (entre “Adelante” y “Alto”), **apoyar o arrastrar** la punta del arma sobre el tapiz conductor. Está igualmente prohibido, en todo momento, **posar** el arma sobre la pista para **enderezarla**. Toda infracción será sancionada según los artículos **t.114, t.116, t.120**.

SUPERFICIE VÁLIDA

Limitación de la superficie válida

t.47

1 Sólo son contados los toques dados en la superficie llamada válida.

2 La **superficie válida** excluye los miembros y la cabeza. Ella está limitada al tronco; se detiene hacia arriba en el cuello, seis centímetros por encima de las puntas de las clavículas; sobre el lado, en las costuras de las mangas, que deben pasar por encima de la punta de los húmeros; hacia lo bajo, siguiendo una línea recta que pasa horizontalmente en la espalda por la punta de las caderas y que se junta con ellas por una línea recta que baja por el frente hasta el lugar de unión de los pliegues de las ingles.

(ver esquema p.26).

Superficie no válida

t.48

Un toque que arriba en **superficie no válida** (ya sea directamente o por efecto de una parada), no es contado como toque válido, pero detiene la frase de armas y anula entonces todo toque subsiguiente (Cf. t.49).

Extensión de la superficie válida

t.49

1 Sin embargo, los golpes arribados sobre una parte del cuerpo dicha no válida, son contados válidos cuando por una **posición anormal** el tirador substituyó o sobrepuso esa superficie no válida a la superficie válida.

2 El árbitro puede preguntar a los asesores, pero **sólo** él debe decidir si el toque es válido o no.

JUICIO DEL TOQUE

t.50

Las pruebas son juzgadas con la ayuda de un **aparato eléctrico** registrador de los toques.

MATERIALIDAD DEL TOQUE

t.51

Para **juzgar la materialidad del toque**, sólo la indicación del aparato registrador hace fe.

El árbitro no puede declarar un tirador tocado sin que el aparato haya regularmente registrado el toque (salvo para los casos previstos por el Reglamento, Cf. **t.49.1** y por los toques de penalización).

t.52

Observaciones para la utilización del aparato:

a) Si un **toque no válido** fue dado, el aparato no registrará un eventual toque válido dado del mismo lado.

b) El aparato no indica si hubo **prioridad cronométrica** entre dos o varios toques que él señala simultáneamente.

ANULACIÓN DEL TOQUE

t.53

1 El árbitro **no tendrá en cuenta** las señales resultantes de golpes:

- lanzados **antes del “Adelante”** o **después del “Alto”** (Cf. **t.18.1/3**),
- o tocando objetos cualesquiera que sean **fuera del adversario** o su material (Cf. **t.41**).

2 El tirador que, **voluntariamente**, provoque una señal situando su punta sobre el suelo o sobre una superficie cualquiera **fuera de su adversario**, recibirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.117, t.120**.

3 Está prohibido al tirador poner una **parte no aislada** de su arma en contacto con su chaqueta conductora con la intención de provocar el bloqueo del aparato y evitar así ser tocado. Si una tal falta es cometida, el árbitro inflingirá al tirador culpable las sanciones prevista por los artículos **t.114, t.116, t.120**. El toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

t.54

1 Sin embargo, el árbitro tendrá en cuenta las deficiencias posibles del material eléctrico, observando:

a) El debe **anular el toque que viene de acordar**, a causa de la aparición de una señal de toque en superficie válida (lámpara de color), si él constata, por ensayos efectuados bajo su vigilancia, antes de toda reanudación del combate (orden de “Adelante”)y sin que nadie haya cambiado el material a la vista (Cf. **t.35.2.d**),

- ya sea que una **señal “válida”** sobre el tirador declarado tocado se produce sin que haya efectivamente toque válido;

- ya sea que un **toque “no válido”** dado por el tirador declarado tocado no haya sido registrado por el aparato;

- ya sea que un **toque “válido”** dado por el tirador declarado tocado no provoque ninguna señal, ni “válida, ni “no válida”;

- ya sea que **las señales provocadas por el tirador declarado tocado** no quedan fijadas sobre el aparato.

b) Sin embargo, cuando el árbitro haya acordado la prioridad en el toque de un tirador, **no habrá lugar a anulación** si se constata en los ensayos que un toque válido dado por el tirador declarado tocado es registrado como no válido o que el arma del tirador declarado tocado da la señal no válida permanentemente.

c) Si **el material** de un tirador **no está conforme** a los artículos **m. 27 y m. 28.3**, la anulación no será aplicable en el caso donde una señal es provocada por un toque en superficie no válida.

2 El árbitro debe entonces aplicar las reglas siguientes:

a) sólo **el último toque** precedente a la constatación del defecto puede ser anulado;

b) el tirador que, sin haber sido invitado por el árbitro, procedió a hacer **modificaciones o cambios de su material**, antes que el árbitro haya dado su decisión, pierde todo derecho a la anulación (Cf. **t.35.2.d**);

c) si hubo **reanudación efectiva del combate** un tirador no puede reclamar la anulación de un toque acordado contra él antes de dicha reanudación;

d) el emplazamiento del defecto encontrado en el aparejamiento eléctrico (comprendido el material de los mismos tiradores), no tiene consecuencia para esta anulación eventual;

e) no es necesario que **la deficiencia detectada se repita en cada ensayo**, pero hace falta que ella haya sido constatada sin ninguna duda al menos una vez por el árbitro mismo, en el curso de los ensayos hechos por él o bajo su dirección;

f) el hecho que el tirador señalado como tocado se encuentre con **su hoja quebrada** motiva la anulación del toque dado sobre él por el adversario, a menos que la rotura de la hoja sobrevenga claramente después que el registramiento del toque;

g) el árbitro debe estar extremadamente atento a los **toques no señalados, o señalados anormalmente** por el aparato. En caso de repetición de esos defectos, el árbitro deberá hacer llamar al miembro de la comisión SEMI presente, o al experto técnico en funciones, a fin de verificar si el material está conforme al Reglamento.

h) el árbitro deberá velar a que **nadie modifique nada** ni en el equipo de los tiradores, ni en el conjunto del aparejamiento eléctrico antes del control del experto;

3 En todos los casos donde la verificación sea imposible por motivo de un caso fortuito, el toque será considerado **dudoso** y anulado.

4 Si dos **señales** son indicadas simultáneamente **sobre los dos lados del aparato** y el árbitro no puede establecer con certeza la prioridad, él debe reponer a los tiradores en guardia.

5 En aplicación de la regla general (Cf. **t.18.5**), igual si ninguna señal es registrada, el árbitro debe detener el **combate** desde que este se vuelve **confuso** y a él no le es posible analizar la frase de armas.

6 El árbitro debe igualmente vigilar **el estado de la pista conductora**; él no admitirá que el match se tire o se continúe si el tapiz tiene huecos susceptibles

de provocar el registramiento de toques en el aparato. (Los organizadores deberán tomar las medidas necesarias para permitir la reparación o el reemplazamiento rápido de pistas).

VALIDEZ O PRIORIDAD DEL TOQUE

Nota previa

t.55

El árbitro **solo** debe decidir el motivo de la validez o de la prioridad del toque, aplicando los principios que siguen y que son las convenciones propias en el florete.

Respeto de la frase de armas

t.56

1 Todo **ataque**, es decir, toda acción ofensiva inicial correctamente ejecutada, debe ser parado o completamente esquivado y la frase de armas debe continuar de forma coordinada (Cf. **t.7.1**).

2 Para juzgar la **corrección de un ataque**, es necesario considerar que:

a) El ataque simple, directo o indirecto (Cf. **t.8.1**) es correctamente ejecutado cuando el estiramiento del brazo, la punta amenazando la superficie válida, precede el desencadenamiento del fondo o de la flecha.

b) El ataque compuesto (Cf. **t.8.1**) es correctamente ejecutado cuando el brazo se extiende en la presentación de la primera finta, la punta amenaza la superficie válida sin recoger el brazo durante la ejecución de los movimientos sucesivos del ataque y el desencadenamiento del fondo o de la flecha.

c) El ataque por marcha-fondo o marcha-flecha es correctamente ejecutado cuando el estiramiento del brazo precede el final de la marcha y el desencadenamiento del fondo o de la flecha.

d) La acción, simple o compuesta, la marcha o las fintas, ejecutadas con el brazo recogido, no son contados como un ataque sino como una preparación, exponiéndose al desencadenamiento de la acción ofensiva o defensiva-ofensiva (Cf. **t.8.1/3**) adversa.

3 Para juzgar la **prioridad de un ataque** en el análisis de la frase de armas, es necesario observar que:

a) Si el ataque parte cuando **el adversario NO está en posición “punta en línea”** (Cf. **t.10**), este puede ser realizado o por un golpe directo, o por un pase (dégagement), o por un coupé, o bien ser precedido por un batimento o de fintas eficaces que obliguen al adversario a la parada.

b) Si el ataque parte cuando **el adversario ESTÁ en posición “punta en línea”** (Cf. **t.10**), el atacante debe, previamente, apartar el arma adversa. Los árbitros deben estar atentos a que un simple rozamiento no debe ser considerado como suficiente para apartar el arma adversa (Cf. **t.60.5.a**).

c) Si, buscando el hierro adverso para apartarlo, el atacante no lo encuentra (**dérobement**), la prioridad pasa al adversario.

d) El paso adelante es una preparación y, sobre esta preparación, todo ataque simple tiene la prioridad.

t.57

La parada da derecho a la riposta: la **riposta simple** puede ser directa o indirecta, pero para anular toda acción subsiguiente del atacante, ella debe ser ejecutada inmediatamente, sin indecisión o tiempo de arresto.

t.58

En un ataque compuesto, si el adversario **encuentra el hierro en una de las fintas**, él tiene el derecho a la riposta.

t.59

En los **ataques compuestos**, el adversario tiene el derecho de **arrestar** pero, para ser válido, el arresto debe preceder al final del ataque en un tiempo de esgrima, es decir, que el arresto debe tocar antes que el atacante haya comenzado el último movimiento del final del ataque.

Juicio

t.60

En aplicación de esas convenciones fundamentales del florete, el árbitro debe juzgar como sigue:

1 Cuando, en una frase de armas, los dos tiradores son **tocados simultáneamente** se tiene, ya sea la acción simultánea, ya sea el golpe doble.

2 La acción simultánea es debido a la concepción y a la acción simultánea de ataque de los dos tiradores; en este caso, los golpes dados son anulados para los dos tiradores, igual si uno de los dos tocó en una superficie no válida.

3 El golpe doble, al contrario, es la consecuencia de una acción defectuosa de uno de los tiradores. En consecuencia, si no hay un tiempo de esgrima entre los dos golpes:

4 El atacado solo es tocado:

a) si él hizo un **golpe de arresto** sobre un ataque simple;

b) si, en lugar de parar, él trata **de esquivar**, pero sin tener éxito;

c) si, después de una parada lograda, él tiene un **momento de detención** que da al adversario el derecho de reprendre su ataque (redoble, remís o reanudación de ataque);

d) si, sobre un ataque compuesto, él **hace un arresto** sin tener la ventaja de un tiempo de esgrima;

e) si, estando en **posición “punta en línea”** (Cf. **t.10**), después de un batimento o una toma de hierro que aparta su arma, él tira o repone su hierro en posición “punta en línea” en lugar de parar un golpe directamente dirigido por el atacante.

5 El atacante solo es tocado

a) si, cuando **el adversario está en posición “punta en línea”** (Cf. **t.10**), el ataque parte sin apartar el hierro adverso. Los árbitros deben estar atentos a que un simple rozamiento no debe ser considerado como suficiente para apartar el hierro adverso;

b) si él busca el hierro, no lo encuentra (porque fue “**librado**”) y continúa el ataque;

c) si, en un ataque compuesto, en el curso del cual el adversario **encontró el hierro**, él continúa el ataque mientras que el adversario riposta inmediatamente;

d) si, en un ataque compuesto, él tiene **un momento de titubeo**, durante el cual el adversario da un golpe de arresto y él continúa su ataque;

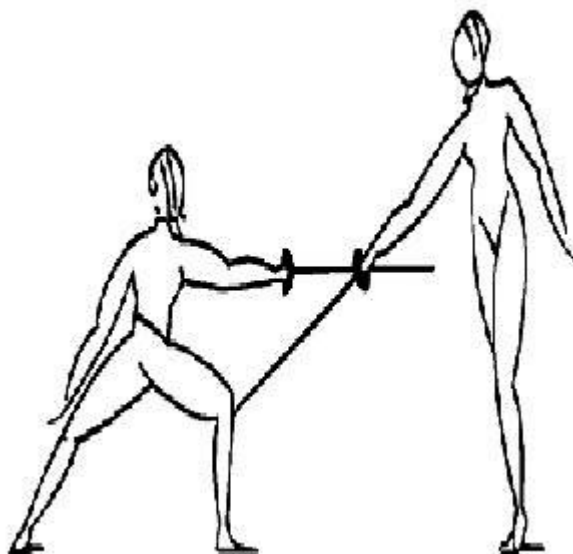
e) si, en un ataque compuesto, él **es arrestado** con un tiempo de esgrima antes de su final;

f) si él toca por remís, redoble o continuación de ataque, sobre una **parada del adversario, seguida de una riposta inmediata**, simple, ejecutada en un solo tiempo y sin retirada del brazo;

2 Los tiradores son repuestos en guardia cada vez que el árbitro, en un golpe doble, no puede juzgar claramente de qué lado es la falta.

Uno de los casos más difíciles de juzgar se presenta cuando hay un golpe de arresto que permite dudar si hay una ventaja suficiente sobre el final de un ataque compuesto.

En general, en este caso, el golpe doble es la consecuencia de una falta simultánea de los dos tiradores, que justifica la repuesta en guardia: falta del atacante, por causa de indecisión, de lentitud o de fintas insuficientemente eficaces, falta del atacado a causa de retardo o lentitud en el golpe de arresto.



Superficie válida en Espada (Esquema P.30)

ESPADA

CONVENCIONES DEL COMBATE

MANERA DE DAR LOS TOQUES

t.61

1 La espada es un **arma de estocada** solamente. La acción ofensiva de esta arma se ejerce sólo con la punta.

2 Está formalmente prohibido, durante el combate (entre “Adelante” y “Alto”), **apoyar o arrastrar** la punta del arma sobre el tapiz conductor. Está igualmente prohibido, en todo momento, **posar** el arma sobre la pista para **enderezarla**. Toda infracción será sancionada según los artículos **t.114, t.116, t.120**.

SUPERFICIE VÁLIDA

t.62

La **superficie válida** comprende todo el cuerpo del tirador, comprendido sus ropas y equipo. De este modo, todo toque arribado cuenta, cualquiera que sea la parte del cuerpo (tronco, miembros y cabeza), del vestuario o del equipo (**ver esquema p.30**).

CUERPO A CUERPO Y FLECHAS

t.63

1 El combatiente que, ya sea por flecha, ya sea yendo resueltamente adelante, ocasiona, igual varias veces seguidas, el **cuerpo a cuerpo (sin brutalidad ni violencia)** no trasgrede las convenciones fundamentales de la esgrima y no comete ninguna irregularidad (Cf. **t.20.1/3, t.25**).

2 El tirador que ocasiona el **cuerpo a cuerpo voluntario** para evitar un toque, o que atropella su adversario, recibe las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.16, t.120**.

3 No debe confundirse la “flecha finalizando sistemáticamente en cuerpo a cuerpo”, de la que se trata en este artículo, con la “flecha terminando por choque atropellando al adversario”, que en las tres armas es considerada como acto de **brutalidad voluntaria** y sancionada como tal (Cf. **t.87.2, t.120**).

2 Sin embargo, la “flecha realizada desplazándose incluso más allá del adversario” y **sin cuerpo a cuerpo** no está prohibida: el árbitro no debe gritar “Alto” demasiado temprano, para no anular la riposta eventual; si ejecutando esta flecha sin tocar al adversario, el que la realizó franquea los límites laterales de la pista, él debe ser sancionado como se precisa en el artículo **t.28.3**.

JUICIO DEL TOQUE

t.64

1 Las pruebas de espada son juzgadas con la ayuda de un **aparato eléctrico** registrador de toques.

2 Cuando los dos tiradores son tocados, y el aparato registra válidos esos dos toques, habrá “**golpe doble**”, es decir, un toque para cada uno.

Regla fundamental

t.65

Para juzgar la materialidad del toque, **sólo la indicación del aparato** de control hace fe.

El árbitro no puede declarar un tirador tocado sin que el aparato haya regularmente registrado el toque (salvo los toques de penalización).

Anulación de toques

t.66

1 En sus juicios, el árbitro no tiene en cuenta las señales resultantes de golpes:

- lanzados antes de **“Adelante”** o después de **“Alto”** (Cf. **t.18.1/3**); provocados por un **encuentro de las puntas** de las espadas o por un golpe **tocando el suelo no aislado** o tocando objetos cualesquiera que sean **fuera del adversario**, comprendido su equipo (Cf. **t.36.1, t.67.e**).

2 El tirador que, **voluntariamente**, provoque un toque situando su punta sobre una superficie cualquiera **fuera de su adversario** recibirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.117, t.120**.

t.67

El árbitro debe tener en cuenta las **deficiencias eventuales** del material eléctrico y anular el último toque registrado en los casos siguientes:

a) si un golpe **dado sobre la cazoleta** del tirador señalado como tocado o sobre **el tapiz conductor** provoca el funcionamiento del aparato;

b) si un **toque regular** ejecutado por el tirador señalado como tocado no provoca el funcionamiento del aparato;

c) si el aparato se pone **en funcionamiento intempestivamente** del lado del tirador señalado como tocado, por ejemplo, por causa de batimento sobre el hierro, de movimientos cualesquiera del adversario, o por consecuencia de toda otra causa que un toque regular;

d) si la señal de un toque ejecutado por el tirador señalado como tocado **se encuentra anulada** por un toque ulterior del adversario.

e) Caso particular:

Si hay golpe doble por **un toque válido y un toque no válido** (toque fuera del adversario, Cf. **t.66.1**, toque después de haber dejado la pista Cf. **t.26 ss**), sólo el toque válido es retenido.

Si hay golpe doble por **un toque cierto y un toque dudoso** (deficiencia en el aparato eléctrico), el tirador que haya ejecutado el toque cierto tiene el derecho de aceptar el golpe doble o de hacerlo anular.

t.68

El árbitro debe entonces aplicar las reglas siguientes de anulación de toques:

a) Sólo **el último toque** precedente a la constatación del defecto puede ser anulado y solamente si es el tirador señalado como tocado el que está en desventaja por ese defecto.

b) La **deficiencia** debe ser constatada por ensayos efectuados inmediatamente después de la detención del combate, bajo la supervisión del árbitro y sin cambiar nada del material utilizado.

c) Por esos ensayos, se busca solamente constatar si hay **materialmente posibilidad** de un error en el juicio por causa de un defecto. **El emplazamiento de ese defecto** en el conjunto del aparejamiento eléctrico, comprendido el equipo personal de uno y otro tirador, no tiene importancia para el juicio.

d) El tirador que, sin haber sido invitado por el árbitro, procede a **modificaciones o cambios** de su material, antes que el juicio sea emitido, pierde su derecho a la anulación (Cf. **t.35.2.d**).

De igual forma, después de la repuesta en guardia y después de la reanudación efectiva del combate un tirador no puede ya reclamar la anulación de un toque señalado sobre él antes de dicha reanudación.

e) No es necesario, para la anulación de un toque, que la **deficiencia constatada se repita** a cada golpe, pero es necesario que ella sea constatada sin ninguna duda, al menos una vez por el árbitro.

f) Si los incidentes señalados en el artículo **t.67** se producen por consecuencia del **desenganche de las clavijas** de contacto del hilo de cuerpo del tirador (ya sea cerca de la mano, ya sea a la espalda del tirador), ellos no pueden motivar la anulación del toque señalado. Sin embargo, si el dispositivo de seguridad prescripto por el artículo **m.55.4** no funciona o no existe, la anulación debe ser acordada en el caso del desenchufe a la espalda del tirador.

g) El hecho que la espada de un tirador presente, sobre la cazoleta, sobre la hoja o en otra parte, **manchas aislantes** más o menos extendidas, formadas de óxido, de cola, de pintura o de cualquier otro material, donde los toques adversos pueden provocar una señal, igual el **botón eléctrico mal fijado** sobre el extremo de la hoja, de forma a enroscar o desenroscar a mano, no puede motivar la anulación de toques señalados sobre ese tirador.

h) El hecho que el tirador señalado como tocado se encuentre con **su hoja quebrada** motiva la anulación del toque dado sobre él por el adversario, a menos que la rotura de la hoja sobrevenga claramente después que el registramiento del toque.

i) En el caso donde, por un golpe al suelo, un tirador **rompa el tapiz conductor** y que al mismo tiempo la señal se encienda de su lado, el toque debe ser anulado.

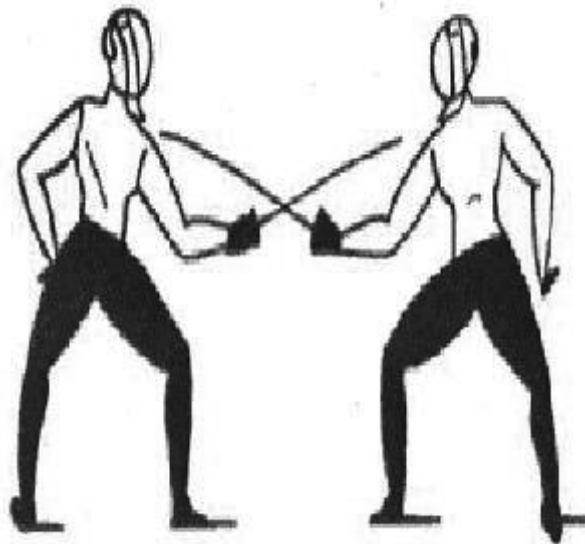
j) En todos los casos donde la verificación sea imposible por causa de un caso fortuito, el toque será considerado **dudoso** y anulado (pero Cf. **t.67.e**).

k) El árbitro debe estar extremadamente atento a los **toques no señalados, o señalados anormalmente** por el aparato. En caso de repetición de esos defectos, el árbitro deberá hacer llamar al miembro de la comisión SEMI presente, o al experto técnico en funciones, a fin de verificar si el material está conforme al Reglamento.

El árbitro deberá velar a que **nadie modifique nada**, ni en el equipo de los tiradores, ni en el conjunto del aparejamiento eléctrico antes del control del experto.

t.69

El árbitro debe igualmente vigilar **el estado de la pist conductora**, él no admitirá que el match se tire o se continúe si el tapiz tiene huecos susceptibles de provocar el registramiento de toques o accidentes. (Los organizadores deberán tomar las medidas necesarias para permitir la reparación o el reemplazo rápido del tapiz conductor).



Superficie válida en Sable (Esquema P. 36)

SABLE

CONVENCIONES DEL COMBATE

MANERA DE DAR LOS TOQUES

t.70

- 1 El sable es un **arma de estocada, de filo y de contra-filo**.
- 2 Todos los golpes dados por el **filo**, el **plano** o el **canto** de la hoja son contados como toques (golpes de filo y de contra-filo).
- 3 Está prohibido dar **golpes con la cazoleta**. Todo toque provocado por un golpe con la cazoleta debe ser anulado y el tirador que dio este toque recibirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.
- 4 Los golpes de punta **resbalando** sobre la superficie válida o los golpes **rozando** el cuerpo del adversario (golpes pasados) no cuentan.

5 Los golpes **a través el hierro**, es decir, que tocan al mismo tiempo el sable del adversario y la parte vulnerable, son válidos siempre que ellos arriben claramente sobre la superficie válida.

6 Está prohibido, en todo momento, **posar el arma sobre la pista para enderezarla**. Toda infracción será sancionada según los artículos **t.114, t.116, t.120**.

SUPERFICIE VÁLIDA

t.71

Sólo son cantados los toques dados en dicha superficie válida. La **superficie válida** comporta toda la parte del cuerpo situada por encima de la línea horizontal pasando por los puntos de los pliegues formados por los muslos y el tronco del tirador en la posición de "en guardia" (**ver esquema p.36**).

t.72

1 Un toque que arriba **fuera de la superficie válida** no es contado como toque; el no detiene la frase de armas y no anula los toques subsiguientes.

2 Si el tirador **reemplaza una superficie válida por una superficie no válida**, ya sea por una cobertura, ya sea por un movimiento anormal, el árbitro le inflingirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120** y el toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

JUICIO DEL TOQUE

MATERIALIDAD Y ANULACIÓN DEL TOQUE

t.73

Las pruebas en el sable son juzgadas con la ayuda de un **aparato eléctrico** registrador de toques.

1 **Para juzgar** la materialidad del toque sólo la indicación del aparato **registrador** hace fe.

El árbitro no puede declarar un tirador tocado sin que el aparato haya regularmente registrado el toque **a excepción** de los toques de penalización. Él no tendrá en cuenta los golpes lanzados antes de “Adelante” ni después de “Alto” (Cf. **t.18.1/3**).

2 El árbitro debe de tener en cuenta las **posibles deficiencias** del material eléctrico, él debe **anular el toque** que él concedió, a consecuencia de una señal de toque del aparato, si él constata, por ensayos efectuados bajo su atenta vigilancia, antes de toda continuación efectiva del combate y sin que nada se haya cambiado en el material a la vista (Cf. **t.35.2.d**),

- ya sea que un **toque dado** por el tirador declarado tocado no provoca una señal de toque;

- ya sea que la **señal provocada** por el tirador declarado tocado no queda fijada sobre el aparato;

- ya sea que **una señal de toque** sobre el tirador declarado tocado se produce sin que haya efectivamente un toque, o que esa señal se desencadena por un toque sobre su arma o sobre una superficie no válida.

3 Si el **sable** del tirador declarado tocado **no está conforme** al artículo **m.24.6/7/8** (aislamiento del interior y del exterior de la cazoleta, de la empuñadura y del pomo), no habrá anulación, igual si un toque sobre el arma provoca la señal.

4 El árbitro debe entonces aplicar las reglas siguientes:

a) sólo el **último toque** precedente a la constatación del defecto puede ser anulado;

b) el tirador que, sin haber sido invitado por el árbitro, procedió a hacer **modificaciones o cambios de su material**, antes que el árbitro haya dado su decisión, pierde todo derecho a la anulación (Cf. **t.35.2.d**);

c) si hubo **reanudación efectiva del combate** un tirador no puede reclamar la anulación de un toque acordado contra él antes de dicha reanudación;

d) el **emplazamiento del defecto** encontrado en el aparejamiento eléctrico (comprendido el material de los mismos tiradores), no tiene consecuencia para esta anulación eventual;

e) no es necesario que la **deficiencia detectada se repita en cada ensayo**, pero hace falta que ella haya sido constatada sin ninguna duda al menos una vez por el árbitro mismo, en el curso de los ensayos hechos por él o bajo su dirección;

f) el hecho que el tirador señalado como tocado se encuentre con **su hoja quebrada** motiva la anulación del toque dado sobre él por el adversario, a menos que la rotura de la hoja sobrevenga claramente después que el registramiento del toque;

g) el árbitro debe estar extremadamente atento a los **toques no señalados, o señalados anormalmente** por el aparato. En caso de repetición de esos defectos, el árbitro deberá hacer llamar al miembro de la comisión SEMI presente, o al experto técnico en funciones, a fin de verificar si el material está conforme al Reglamento;

h) en todos los casos donde la verificación sea imposible por motivo de un caso fortuito, el toque será considerado **dudoso** y, entonces, anulado;

i) si hay **señales de los dos lados del aparato**, el árbitro aplicará las reglas del artículo **t.80**;

j) En aplicación de la regla general (Cf. **t.18.5**), igual si ninguna señal es registrada, el árbitro debe detener el **combate** desde que este deviene **confuso** y que a él no le es posible analizar la frase de armas.

VALIDEZ O PRIORIDAD DEL TOQUE

Nota previa

t.74

El árbitro **solo** debe decidir el motivo de la validez o de la prioridad del toque, aplicando los principios que siguen y que son las convenciones propias en el sable.

Respeto de la frase de armas

t.75

1 Todo **ataque correctamente ejecutado** (Cf. **t.7**) debe ser parado, o completamente esquivado, y la frase de armas debe continuar.

2 El ataque es **correctamente ejecutado** cuando el estiramiento, amenazando continuamente con la punta o el filo la superficie válida, precede el desencadenamiento del fondo.

3 El ataque por fondo es correctamente ejecutado:

a) para un “ataque simple” (Cf. t.8.1) cuando el brazo se extiende en el momento del fondo y que el golpe arriba a más tardar cuando el pie de alante toca la pista;

b) para un “ataque compuesto” (Cf. t.8.1) cuando el brazo se va extendiendo en la presentación correcta de la primera finta (Cf. t.77.1), el golpe arriba a más tardar cuando el pie de alante toca la pista o inmediatamente después.

4 El ataque por marcha-fondo es correctamente ejecutado:

a) para un “ataque simple” (Cf. t.8.1) cuando el brazo se extiende antes del final de la marcha y que el golpe arriba a más tardar en el final del fondo;

b) para un “ataque compuesto” (Cf. t.8.1) cuando el brazo se va extendiendo, en la presentación correcta de la primera finta (Cf. t.8.1) durante la marcha, el golpe arriba a más tardar en el final del fondo.

5 El paso (traspuesta) adelante, la flecha y todo movimiento cruzando las piernas o los pies están prohibidos. Toda infracción entrañará las sanciones previstas por los artículos t.114, t.116 y t.120. El toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado. Sin embargo, el toque dado correctamente por el adversario será contado.

t.76

Para juzgar la corrección de un ataque es necesario considerar:

a) Si el ataque parte cuando el adversario ESTÁ en posición “punta en línea” (Cf. t.10), el atacante debe, previamente, apartar el arma adversa. Los árbitros deben estar atentos a que un simple rozamiento no debe ser considerado como suficiente para apartar el arma adversa.

b) Si, buscando el hierro adverso para apartarlo, el atacante no lo encuentra (dérobement), la prioridad pasa al adversario.

c) Si el ataque parte cuando el adversario NO está en posición “punta en línea” (Cf. t.10), este puede ser realizado o por un golpe directo, o por un pase (dégagement), o por un coupé, o bien ser precedido de fintas (Cf. t.77.1) obligando al adversario a la parada.

t.77

1 En los **ataques compuestos**, las fintas deben ser presentadas correctamente, es decir:

a) la **finta de golpe de punta**, el brazo extendido, la punta amenazando continuamente la superficie válida;

b) la **finta de golpe de filo**, el brazo extendido, la hoja y el brazo haciendo un ángulo obtuso de 135° aproximadamente, el cortante amenazando una superficie válida.

2 En un ataque compuesto, si el adversario **encuentra el hierro en una de las fintas**, él tiene derecho a la riposta.

3 En un ataque compuesto el adversario tiene el derecho de arrestar; pero para ser válido, el arresto debe preceder el final del ataque en un tiempo de esgrima, es decir, que **el arresto** debe tocar antes que el atacante haya comenzado el último movimiento del final del ataque.

t.78

Ataque al hierro por batimento:

a) en un ataque al hierro por batimento, este ataque es correctamente ejecutado y conserva su prioridad cuando el batimento es hecho sobre **el débil de la hoja adversa**, es decir, sobre los 2/3 superiores de ella;

b) en un ataque al hierro por batimento, cuando el batimento es hecho sobre **el fuerte de la hoja adversa**, es decir, sobre el 1/3 inferior de ella, este ataque es mal ejecutado y el batimento desencadena la prioridad de la riposta inmediata del adversario.

t.79

1 La parada da el derecho a **la riposta**; la riposta simple puede ser directa o indirecta, pero para anular toda acción subsiguiente del atacante, ella debe ser ejecutada inmediatamente, sin indecisión o tiempo de arresto.

2 Contra los **golpes de filo, contra-filo y plano**, la parada tiene por objetivo impedir el acceso de la superficie válida hacia la que los golpes adversos están dirigidos, entonces:

a) la parada es **correctamente ejecutada** cuando, antes del final de la acción ofensiva, ella se opone al arribo del golpe adverso cerrando la línea en la que esta acción ofensiva debe terminarse;

b) cuando una parada es correctamente ejecutada, la acción ofensiva del adversario debe ser declarada parada y juzgada como tal por el árbitro igual si, **por causa de su flexibilidad**, el extremo de la hoja ofensiva alcanza el blanco pretendido.

Juicio

t.80

En aplicación de esas convenciones fundamentales del sable, el árbitro debe de juzgar como sigue:

1 Cuando, en una frase de armas, los dos tiradores son tocados simultáneamente se tiene, ya sea la **acción simultánea**, ya sea el **golpe doble**.

La primera es debida a la concepción y a la acción simultánea de ataque de los dos tiradores; en este caso, los golpes dados son anulados para los dos tiradores.

2 El golpe doble, al contrario, es la consecuencia de una acción defectuosa de uno de los tiradores. En consecuencia, si no hay un tiempo de esgrima entre los dos golpes:

3 El atacado solo es tocado:

a) si él hizo un **golpe de arresto** sobre un ataque simple;

b) si, en lugar de parar, él trata **de esquivar**, pero sin tener éxito;

c) si, después de una parada lograda, él tiene un **momento de detención** (riposta a tiempo perdido) que da al adversario el derecho de reemprender su ataque (redoble, remís o reanudación de ataque);

d) si, sobre un ataque compuesto, él hace **un arresto** sin tener la ventaja de un tiempo de esgrima;

e) si, estando en posición “**punta en línea**” (Cf. **t.10**), después de un batimento o una toma de hierro que aparta su arma, él tira o repone su hierro en posición “punta en línea” en lugar de parar un golpe directamente dirigido por el atacante.

4 El atacante solo es tocado:

a) si, el ataque parte cuando **el adversario está en posición “punta en línea”** (Cf. **t.10**) sin apartar el hierro adverso. Los árbitros deben estar atentos a que un simple rozamiento no debe ser considerado como suficiente para apartar el hierro adverso;

b) si él busca el hierro, no lo encuentra (porque fue “**librado**”) y continúa el ataque;

c) si, en un ataque compuesto, en el curso del cual el adversario **encontró el hierro**, él continúa el ataque mientras que el adversario riposta inmediatamente;

d) si, en un ataque compuesto, hay un **recogimiento del brazo**, o **un momento de titubeo**, durante el cual el adversario da un golpe de arresto o un ataque y él continúa igual su acción;

e) si, en un ataque compuesto, él **es arrestado** con un tiempo de esgrima antes de su final;

e) si él toca por remís, redoble o continuación de ataque, sobre una **parada del adversario**, seguida de una riposta inmediata, simple, ejecutada en un solo tiempo y sin retirada del brazo.

2 Los tiradores son repuestos en guardia cada vez que el árbitro, en un golpe doble, no puede juzgar claramente de qué lado es la falta.

Uno de los casos más difíciles de juzgar se presenta cuando hay un golpe de arresto que permite dudar si hay una ventaja suficiente sobre el final de un ataque compuesto.

En general, en este caso, el golpe doble es la consecuencia de una falta simultánea de los dos tiradores, que justifica la repuesta en guardia: falta del atacante, por causa de indecisión, de lentitud o de fintas insuficientemente eficaces, falta del atacado a causa de retardo o lentitud en el golpe de arresto.

CÓDIGO DISCIPLINARIO DE LAS PRUEBAS

Capítulo 1

CAMPO DE APLICACIÓN

Los que están sometidos

t.81

1 Las prescripciones del presente Título son aplicables a **todas las personas** que participan o asisten a un prueba internacional de esgrima, cualquiera que sea el rol que ellas desempeñan (organizadores, oficiales, árbitros, tiradores, personal auxiliar, capitanes de equipos, entrenadores, servidores, espectadores, etc.), cualquiera que sea su nacionalidad.

2 Todas las personas son denominadas “**esgrimistas**” en los artículos a continuación.

Orden y disciplina

t.82

1 Los esgrimistas tendrán que **aplicar escrupulosamente y lealmente** el Reglamento y los Estatutos de la FIE, las reglas particulares de las pruebas en curso, las reglas tradicionales de cortesía y de lealtad y las indicaciones de los oficiales.

2 Ellos se subordinarán, con **orden, disciplina y espíritu deportivo** a las prescripciones que siguen, toda infracción a esas reglas pueden entrañar sanciones tomadas por las autoridades disciplinarias competentes, después o también sin advertencia, según los casos y las circunstancias (Cf. **t.113 a t.120**).

3 Todas las personas que participan o asisten a una prueba de esgrima, deben **respetar el orden y estar sin perturbar el buen desarrollo** de la prueba. En el curso de los matches ninguna persona está autorizada a **ir cerca de la pista**, a **dar consejos a los tiradores**, a **criticar al árbitro** o a los asesores o a injuriosos, o a importunarlos de cualquier forma que sea. De igual forma, **el capitán de equipo** debe estar en el lugar que le es designado y sólo puede intervenir en los casos y formas previstos en el artículo **t.90** del Reglamento. El árbitro tiene la obligación de detener inmediatamente todo acto que perturbe el buen desarrollo del match (Cf. **t.96.1/3**).

4 Está prohibido **fumar** en las salas de competencia. El hecho de fumar será considerado como perturbando el orden de la prueba (Cf. **t.83**). Toda infracción será sancionada según los artículos **t.114, t.118, t.120**.

t.83

El árbitro y/o el Directorio Técnico, de oficio o sobre demanda de un delegado oficial de la FIE, o del Comité Organizador, deciden **la expulsión del lugar de la prueba**, con o sin advertencia, de toda persona que, por gestos, actitudes o palabras perturben el buen desarrollo de la prueba.

LOS TIRADORES

Compromiso de honor

t.84

Por el solo hecho que ellos se inscriben en una prueba de esgrima, los tiradores adquieren **el compromiso de honor** de respetar el Reglamento y las decisiones de los oficiales, de ser deferentes hacia los árbitros y los asesores y de obedecer escrupulosamente las órdenes y mandos del árbitro (Cf. **114, t.116, t.120**).

Negativa de encontrar a un adversario

t.85

1 Ningún tirador (individual o equipos) de una Federación Nacional afiliada puede participar en las pruebas oficiales si rehúsa encontrarse con cualquier otro tirador (individual o equipos), regularmente inscripto. En caso de violación de esta regla, el tirador (individual o equipos) será inmediatamente descalificado.

2 **La FIE** examinará si hay lugar, y dentro de aquella medida, de adoptar una sanción contra la Federación Nacional a la cual pertenece el tirador descalificado, conforme a las disposiciones de los Estatutos de la FIE, [cf. 1.2.4], (Cf. **t.120**).

Presentación a la hora

t.86

1 Los tiradores, completamente equipados de un material conforme el Reglamento (Cf. **t.43 a t.45**) y listos a tirar, tendrán que **presentarse a la hora y en el lugar** fijados para el comienzo de cada poule, encuentro o match, o a la hora indicada para la verificación del material antes de su match (Cf. **t.43.1/2/3**), así como en el curso de una prueba a cada indicación del árbitro.

2 En el momento de la presentación para tirar un match, el tirador se presentará sobre la pista **completamente listo a tirar**: traje reglamentario, chaqueta cerrada, cabellos correctos, guante y arma en la mano armada, el hilo de cuerpo conectado a la clavija de enchufe en el interior de la cazoleta. Única excepción para la máscara que debe ser sostenida por la mano no armada.

3 En ningún caso, **el vestirse y el desvestirse** tendrán lugar en público, salvo en casos de accidente determinado por el médico de servicio o por el delegado de la Comisión Médica (Cf. **t.87.8, t.114, t.116, t.120**).

4 Los tiradores deben presentarse sobre la pista, para disputar sus matches, con **dos armas** (una de recambio) y **dos hilos de cuerpo** (uno de recambio) reglamentarios y en perfecto estado de funcionamiento (Cf. **t.45.1, t.114, t.116, t.120**).

5 Antes del comienzo de la poule, del encuentro por equipos o de los matches de eliminación directa (individual o por equipos):

1) 10 minutos antes de la entrada en pista a la hora indicada para el comienzo de la poule, o del encuentro por equipos o para el comienzo de los matches en eliminación directa (Cf. **t.43.2**), cuando un tirador o un equipo completo **no se presenta a la primera llamada** del árbitro, el tirador o el equipo **será eliminado**.

2) Un equipo es considerado completo cuando al menos tres tiradores están presentes.

3) En el encuentro podrán participar solamente los equiperos (los tiradores, el capitán de equipo y un entrenador [Cf. **t.92.4**]) que están **presentes en la primera llamada** del árbitro, 10 minutos antes de la hora indicada para el comienzo de este encuentro.

6 En el curso de la prueba individual o por equipos:

En el curso de la prueba (individual o por equipos), cuando el tirador **no se presenta**, desde la indicación del árbitro, sobre la pista, listo a tirar:

- el tirador o el equipero no presente es sancionado por **un cartón amarillo**;
- una segunda llamada es efectuada, a un minuto de intervalo de la primera llamada, seguida de **un cartón rojo** para el tirador o el equipero no presente;
- una tercera y última llamada es efectuada, a un minuto de intervalo de la segunda llamada, seguida de la **eliminación de la prueba** para el tirador no presente en la competición individual o para todo el equipo en la competición por equipos.

3 Si un tirador **abandona un match** dejando la pista (Cf. **t.18.6**), él será penalizado según las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.20**.

Manera de combatir

t.87

1 Los tiradores combatirán **lealmente** y **siguiendo estrictamente las reglas** del presente Reglamento, toda infracción a esas reglas les entrañará las sanciones previstas a continuación (Cf. **t.14 a t.120**).

2 Todo match debe conservar un **carácter cortés y leal**. Todo **acto anormal** (flecha que se termina por un choque atropellando al adversario, juego desordenado, desplazamientos anormales, golpes dados brutalmente, toches dados cayendo) está formalmente prohibido (Cf. **t.114 a t.120**). En el caso de una de esas faltas, el toque eventualmente dado por el tirador culpable será anulado.

3 Antes del comienzo del match, los dos tiradores deben efectuar **el saludo del esgrimista** a su adversario, al árbitro y al público. Del mismo modo, cuando el último toque fue dado, el match no está terminado hasta que los dos tiradores hayan saludado a su adversario, al árbitro y al público: ellos deben, a este efecto, estar inmóviles durante la decisión del árbitro y proceder al saludo del esgrimista y estrechar la mano no armada del adversario a partir de que la decisión del árbitro fue dada. Si uno o los dos tiradores rehúsan ajustarse a esta regla, el árbitro le/les inflingirá una suspensión para la continuación de la competencia en curso y para las dos pruebas FIE siguientes en el arma concerniente (Cf. **t.114, t.119, t.120**). Los puntos o títulos obtenidos en el momento de la falta quedan adquiridos.

4 Cuando los dos tiradores hacen prueba de **no combatividad manifiesta**, el árbitro dará inmediatamente la orden de "Alto".

5 Pruebas individuales

Cuando los dos tiradores hacen prueba de no combatividad manifiesta:

a) Para la primera vez en el curso de un **match en eliminación directa**, el árbitro inflingirá una **advertencia** (cartón amarillo) a cada uno de los dos tiradores y pasará a la manga siguiente, sin el minuto de reposo.

b) Para la segunda vez en el curso de un **match en eliminación directa**, el árbitro inflingirá un **toque de penalización** (cartón rojo) a cada uno de los dos tiradores y pasará la manga siguiente, sin el minuto de reposo.

c) Para la tercera vez en el curso de un **match en eliminación directa**, el árbitro **excluirá** a los dos tiradores **de la prueba** (cartón negro) y ellos serán **suspendidos** para el **resto del torneo y los 2 meses siguientes** de la temporada activa en curso o siguiente.

d) Sin embargo, cuando los dos tiradores hacen prueba de no combatividad manifiesta para la primera vez o la segunda vez en el curso de la **tercera manga** de un match por eliminación directa, el árbitro inflingirá a cada uno de los dos tiradores una advertencia (cartón amarillo) o un toque de penalización (cartón rojo) respectivamente, y procederá de oficio al **último minuto** del combate. Este minuto, que **será tirado completamente**, será decisivo y será precedido de una tirada a suerte para determinar el vencedor en caso de igualdad en el score al finalizar el minuto.

6 Prueba por equipos

Cuando los dos equipos hacen prueba de **no combatividad manifiesta**:

a) Para la primera vez en el **curso de un encuentro**, el árbitro inflingirá una **advertencia** (cartón amarillo) a cada uno de los **dos equipos** y pasará al relevo siguiente.

b) Para la segunda vez en el **curso de un encuentro**, el árbitro inflingirá un **toque de penalización** (cartón rojo) a cada uno de los **dos equipos** y pasará al relevo siguiente.

c) Para la tercera vez en el curso de un **encuentro**, el árbitro **excluirá** a los **dos equipos de la prueba** (cartón negro) y ellos serán **suspendidos** para el **resto del torneo y los 2 meses siguientes** de la temporada activa en curso o siguiente.

d) Sin embargo, cuando los dos equipos hacen prueba de no combatividad manifiesta para la primera vez o la segunda vez en el curso del **noveno relevo** de un encuentro, el árbitro inflingirá a cada uno de los dos equipos una advertencia (cartón amarillo) o un toque de penalización (cartón rojo) respectivamente, y procederá de oficio al **último minuto** del combate. Este minuto, que **será tirado completamente**, será decisivo y será precedido de una tirada a suerte para determinar el vencedor en caso de igualdad en el score al finalizar el minuto.

7 El tirador, sobre o fuera de la pista, debe **conservar su máscara** hasta la orden de “Alto” dada por el árbitro. Él no puede, en ningún caso, **intervenir ante el árbitro** antes de su decisión (Cf. **t.114, t.116, t.120**).

8 Los tiradores no podrán, en ningún caso, **desvestirse** sobre la pista, incluso para cambiar su hilo de cuerpo (Cf. **t.114, t.116, t.120**).

9 El árbitro, al final de un match, reúne los dos tiradores a fin de señalar claramente el score que él va a transmitir al Directorio Técnico. Él debe anunciar claramente: “Señor X ganó sobre Señor Y por score de...”

Defender su suerte

t.88

Los tiradores deben **defender sus posibilidades** deportivas personales hasta el final de las pruebas a fin de obtener la mejor clasificación posible, sin dar o pedir un toque a cualquiera que sea (Cf. **t.114, t.119, t.120**).

El jefe de delegación

t.89

En cada prueba, los tiradores de una misma nacionalidad son dirigidos por un **jefe de delegación** (tirador o no), responsable frente al Directorio Técnico y al Comité Organizador de la disciplina, de la conducta y de la actitud deportiva de los tiradores de su delegación.

El capitán de equipo

t.90

1 En las pruebas por equipos, sólo **el capitán de equipo** tiene el derecho de situarse con su equipo en el interior del recinto e intervenir ante el árbitro el Directorio Técnico, etc. para resolver con ellos todas las cuestiones de orden técnico y formular reclamaciones.

2 Los equiperos, que estarán estrictamente ajustados a sus decisiones, podrán no ser tenidos como responsables ante sus recursos competentes. Sin embargo, **ellos serán personalmente responsables** de todos los actos dependientes de ellos, fuera de la intervención de su capitán, y de todas las infracciones cometidas por ellos en violación de las disposiciones del presente Reglamento.

Los árbitros y los asesores

t.91

Ellos deben cumplir sus funciones, no solamente con una **imparcialidad absoluta**, sino también con la más **escrupulosa atención (Cf. t.34.1)**.

Los entrenadores, servidores y técnicos

t.92

1 Los **entrenadores, servidores y técnicos**, no están autorizados a situarse en el curso de las pruebas cerca de los tiradores dentro del recinto de la competencia.

2 El árbitro puede autorizar, cada vez que él estime necesario, una persona a **dar asistencia momentánea** a un tirador.

3 Cada nación de las que un tirador participa efectivamente en el torneo en curso puede designar un total de **dos personas** que tienen el derecho de situarse próximas al recinto de pistas, pero en el exterior de este, cerca de un acceso. Los organizadores deben prever el sitio necesario para esas personas.

4 Durante las pruebas por equipos, debe haber un lugar reservado a los equiperos. Solos el capitán de equipo y un entrenador tienen el derecho de situarse con los

tiradores del equipo en el interior de la **zona de equiperos**, que debe ser bien delimitada, con una línea amarilla por tierra u otro sistema. Ella debe tener 9 metros cuadrados como mínimo y ser situada a una distancia entre 2 y 6 metros a cada extremo y fuera de la zona de pista, cuya medida 18x8m.

5 Durante los encuentros, los miembros del equipo que no tiran deben **estar en el interior** de la zona de equiperos reservada a su equipo.

6 En el momento de las pruebas por equipos, ninguna persona tiene el derecho de **entrar dentro de la zona de pista** sin la autorización del árbitro. En el caso de una tal falta, el árbitro infligirá al equipo culpable las sanciones previstas en los artículos **t.114, t.116, t.120**. La advertencia infligida al equipo es válida para todos los relevos del encuentro: si un tirador comete, durante el mismo encuentro, una otra falta del 1er. grupo, el árbitro lo sanciona cada vez con un cartón rojo.

Los espectadores

t.93

Los espectadores están obligados a **no perturbar el buen orden** de las pruebas, de no hacer nada que tienda a influenciar a los tiradores o al árbitro, y de respetar las decisiones de este, igual que si ellos no las aprueban. Ellos deben obedecer las indicaciones que el árbitro estime necesario dar (Cf. **t.82.3/4, t.118, t.120**).

Capítulo 2

LAS AUTORIDADES DISCIPLINARIAS Y SUS COMPETENCIAS

Las presentes disposiciones ordenan la disciplina en los lugares de competencias. Con arreglo a la gravedad de las infracciones comprobadas, ellas no excluyen la aplicación del reglamento disciplinario de la FIE (Capítulo VII de los Estatutos de la FIE), que completo o, llegado el caso, prevalece sobre esas disposiciones.

Organismos de jurisdicción

t.94

Las autoridades disciplinarias competentes son las siguientes:

- el árbitro (Cf. **t.96**),
- el Directorio Técnico (Cf. **t.97, o. 56 a o.62**),
- el o los delegados de la Comisión de Arbitraje, o el supervisor si no hay un delegado,
- la Comisión Ejecutiva del COI en los Juegos Olímpicos, **Cf. t.98**),
- el Buró de la FIE (Cf. **t.99.1/4, t.127.h, o.63**),
- el Comité Ejecutivo de la FIE (Cf. **t.99.5**),
- la Comisión Disciplinaria de la FIE y su Tribunal,
- la Corte Arbitral del Deporte y el Tribunal Arbitral del Deporte.

Ver también el Reglamento Disciplinario de la FIE (Capítulo VII de los Estatutos de la FIE).

Principio de jurisdicción

t.95

1 Cualquiera que sea el organismo de jurisdicción que haya tomado una decisión, esta será susceptible de un “**recurso**” eventual delante una jurisdicción superior, pero de un recurso solamente.

2 Ninguna decisión puede ser reformada cuando ella fue tomada “**de hecho**” (Cf. **t.122.1/2**).

3 Una apelación contra una decisión solamente es **suspensiva** a condición de poder ser juzgada sin demora.

4 Todo recurso en apelación deberá ser acompañado del **depósito de una garantía** de \$80 USD o de su contravalor; ese monto podrá ser confiscado en provecho de la FIE, todo o en parte, en caso del rechazo del recurso por “loca apelación”; esta decisión será tomada por la jurisdicción que debe pronunciarse sobre el recurso.

Sin embargo, las apelaciones contra las decisiones del árbitro no dan lugar al depósito mencionado anteriormente (Cf. **t.122**).

Árbitro

t.96

1 El árbitro no tiene solamente en su competencia la dirección del match, el juzgado de los toques y el control del material, él igualmente está encargado **de hacer respetar el orden** en el curso de los matches que él arbitra (Cf. **t.35.2.i**).

2 A la vez que él dirige el combate y juzga los toques, puede en conformidad con el Reglamento, **penalizar** a los tiradores, ya sea denegando concederle un toque realmente dado sobre su adversario, ya sea infligiéndole un toque no efectivamente recibido por ellos, y sea excluyéndoles de la prueba que él arbitra, siempre, según los casos, después o sin advertencia. En esta materia, y si él **juzgó de hecho**, sus decisiones son irrevocables (Cf. **t.122.1/2**).

3 En virtud del derecho de jurisdicción que él posee sobre los esgrimistas participantes o asistentes en la prueba que él arbitra, él puede igualmente **proponer** al Directorio Técnico **la expulsión del lugar** donde la competencia se desarrolla, a espectadores, servidores, entrenadores y otros acompañantes de los tiradores (Cf. **t.114, t.118, t.120**).

4 Finalmente, él puede **proponer** al Directorio Técnico cualquier otra sanción que él crea meritoria (exclusión de toda la competencia, suspensión o descalificación) (Cf. **t.97.3**).

5 El delegado de la Comisión de Arbitraje o el supervisor (si no hay delegado) es el organismo de apelación a las decisiones del árbitro.

El Directorio Técnico en las competencias oficiales de la FIE (Cf. **o.56 a o.62**).

t.97

1 El **Directorio Técnico** tiene jurisdicción sobre todos los esgrimistas que toman parte o asisten a la competencia que él dirige.

2 En caso de necesidad, él puede **intervenir espontáneamente** en todos los conflictos.

3 El debe igualmente **hacer respetar** el orden y la disciplina en el curso de la competencia y podrá **sancionar** según el Reglamento.

4 Además, él **trasmite** directamente a la **sede de la FIE** la indicación de sanciones disciplinarias pronunciadas durante las pruebas, así como las demandas eventuales de censura, de suspensión, de extensión de sanción, de radiación y los recursos en casación.

5 El Directorio Técnico **lleva a ejecutoria** todas las sanciones pronunciadas en última apelación, o no suspensivas (Cf. **t.95**).

6 Las decisiones del Directorio Técnico tomadas espontáneamente o de oficio (primera instancia) son **susceptible de apelación** ante la Comisión Disciplinaria.

7 Todas las decisiones del Directorio Técnico son ejecutadas inmediatamente; ninguna apelación suspende la decisión durante la competición.

La Comisión Ejecutiva del COI en los Juegos Olímpicos

t.98

1 La **Comisión Ejecutiva del COI** resuelve, en última apelación, todo litigio que se produzca en el curso de los Juegos Olímpicos y no sea de carácter técnico.

Ella interviene ya sea de oficio, ya sea a la petición de un Comité Olímpico Nacional, de la FIE, o del Comité Organizador.

FIE-Buró, Comisión Disciplinaria, Comité Ejecutivo, el Tribunal Arbitral del Deporte

t.99

1 Todos los asuntos disciplinarios enviados a la FIE por una Federación Nacional, un Directorio Técnico o todo organismo competente en ocasión de una competencia oficial de la FIE son dirigidos al **Buró de la FIE**. Este los trasmite al organismo competente.

2 La **Comisión Disciplinaria de la FIE** es el organismo de jurisdicción de la FIE que, dentro del límite territorial asignado por la FIE, resuelve todos los asuntos disciplinario enviados a la FIE y juzga toda apelación contra las decisiones del Directorio Técnico, del delegado de la Comisión de Arbitraje o del supervisor (si no hay delegado).

3 El **Tribunal Arbitral del Deporte** juzga toda apelación contra una decisión de un Tribunal de la Comisión Disciplinaria.

4 En caso de urgencia, el **Buró de la FIE** puede tomar medidas administrativas de suspensión de la licencia del justiciero en conformidad con el Reglamento Disciplinario.

5 El **Comité Ejecutivo** asegura el respeto y la ejecución de las decisiones de la Comisión Disciplinaria.

Ver el Reglamento Disciplinario de la FIE (Capítulo VII de los Estatutos de la FIE).

Capítulo 3

LAS SANCIONES

Categorías

t.100

Hay distintas categorías de sanciones que se aplican a los diferentes géneros de faltas (Cf. **t.114 ss**).

1 Las **sanciones de combate**, se aplican a las faltas de combate y son:

- la pérdida de terreno,
- la negativa de homologación de un toque realmente dado,
- la atribución de un toque no recibido efectivamente,
- la exclusión de la prueba.

2 Las **sanciones disciplinarias** se aplican a las faltas cometidas contra el orden, la disciplina o el espíritu deportivo y son:

- la atribución de un toque no recibido efectivamente,
- la exclusión de la prueba,

- la exclusión del torneo,
- la expulsión del lugar de la prueba,
- la descalificación,
- la censura,
- la multa,
- la suspensión temporal,
- la radiación.

t.101

1 Todas las sanciones previstas son aplicadas por las autoridades competentes en una competición –el árbitro y el Directorio Técnico– excepto la radiación.

2 La **suspensión temporal** puede ser aplicada por esas autoridades solamente en caso de negativa del saludo (Cf. **t. 87.3, t.120**).

Ver el Reglamento Disciplinario de la FIE (Capítulo VII de los Estatutos de la FIE).

Sanciones de combate

Pérdida de terreno (Cf. **t.28.1**).

t.102

El tirador que sale lateralmente de la pista con uno o los dos pies es penalizado con la pérdida de un metro de terreno.

Negativa de homologación de un toque efectivamente dado

t.103

Aunque haya realmente tocado a su adversario en superficie válida, un tirador podrá **ver refutado este toque**, ya sea porque el toque no fue dado durante el tiempo reservado al combate, ya sea porque él tirador estaba fuera de los límites de la pista, ya sea por causa de defectos en el aparejamiento eléctrico, ya sea porque este toque se acompaña de violencias, ya sea por toda otra causa prevista en el Reglamento (Cf. **t.18.1/3, t.20.2/3, t.21.2/4, t.22, t.26.2/4, t.32.2 t. 41.2 t. 45.3.2, t.53.3, t.60.2/6,t.66.1, t.67, t. 68, t.70.3, t.73.1/2/4, t.80, t.87.2, t.96.2, t.114.2, t.120**).

Atribución de un toque no recibido efectivamente

t.104

Un tirador puede verse penalizado de un toque que él no recibió efectivamente, ya sea a causa de salida de la pista en el límite de atrás (final) (Cf. **t.27**), ya sea por causa de una falta que haya impedido al adversario responder (flecha atropellante, cuerpo a cuerpo en florete o sable, intervención de la mano no armada, etc.) (Cf. **t.96.2, t.114.3.a/b, t.116, t.117, t.118, t.120**).

t.105

1 El tirador que combatiendo comete algunas **violencias o actos vengativos** con respecto a su adversario, de la misma forma que este **no defiende lealmente su suerte** o que **se aprovecha de un acuerdo fraudulento** con su adversario, puede verse excluido de la prueba.

2 El **tirador excluido** de una prueba no puede continuar tomando parte de esa prueba, Incluso si él está calificado para la fase siguiente; él pierde el derecho a su clasificación individual y el conjunto de los tiradores calificados después remontan un lugar en los resultados de la competencia. Si es el caso, los dos terceros son desempatados según su clasificación para la composición del cuadro. Sólo los tiradores que hayan obtenidos los puntos en el momento de la competencia pueden remontar un lugar en los resultados de esa competencia.

3 Sin embargo, los **puntos obtenidos** por ese tirador en el momento de la exclusión **quedan adquiridos** para la clasificación de su equipo para el campeonato por equipos, a condición que él participe efectivamente en ese campeonato.

Sanciones disciplinarias

t.106

1 La **exclusión de una prueba** puede igualmente ser pronunciada por una falta disciplinaria (no presentación sobre la pista, armas no conformes, actitud reprensible con respecto a un juicio, etc.).

2 Las consecuencias de esta exclusión para el tirador son las mismas que las fijadas por el artículo **t.105** anterior.

Exclusión del torneo

t.107

1 “**Torneo**” es el nombre dado al conjunto de las pruebas individuales y por equipos que se realizan en el mismo lugar, en la misma época y en la misma ocasión.

2 Un tirador excluido del torneo no será admitido a tomar parte en **ninguna prueba** de ese torneo, ni en la misma arma, ni en otra arma.

3 Cuando una **sanción es aplicada a un equipo**, el caso de cada uno de sus miembros debe ser examinado individualmente y un miembro de este equipo podrá ser objeto, según el caso, de medidas disciplinarias diferentes de las aplicadas a los otros (Cf. **t.90.2**).

Expulsión del lugar de la prueba o del torneo

t.108

1 Todos los participantes o asistentes no tiradores (entrenadores, servidores, técnicos, acompañantes, oficiales, espectadores), pueden ser objeto **de una expulsión**, que tiene por consecuencia la prohibición de acceso al lugar donde se desarrolla la prueba o el torneo, durante su duración (Cf. **t.93, t.96.3, t.120**). Estas medidas no pueden dar lugar a reparación a cualquiera que sea.

Descalificación

t.109

1 La **descalificación** de un tirador (por ejemplo, porque él no responde a las condiciones de edad, de calidad u otras de la prueba), no entraña forzosamente su suspensión o su radiación, si él tuvo buena fe; una demanda de sanción suplementaria por intención fraudulenta podrá, si embargo, ser introducida contra ese tirador.

2 Un **equipo que haya utilizado un tirador descalificado**, sigue forzosamente la suerte de ese tirador y es igualmente descalificado.

4 Las consecuencias de esta descalificación son las mismas que para la exclusión de la Prueba. (Cf. **t.105**).

Censura

t.110

En los casos que no justifica en una sanción disciplinaria más severa, el tirador o el oficial puede ser sancionado por una **censura** (crítica).

Suspensión temporal

t.111

1 Un **tirador suspendido** no puede tomar parte en ninguna prueba oficial de la FIE durante el tiempo de su suspensión.

2 Toda **otra persona suspendida** no podrá ejercer sus funciones en los límites de tiempo y de lugar fijados por esta suspensión.

Radiación

t.112

La radiación comporta las mismas consecuencias que la suspensión, pero a título definitivo.

Promulgación de las sanciones

t.113

1 El Directorio Técnico está obligado a **comunicar** sin retardo a la sede de la FIE, **las sanciones** tomadas durante la prueba y sus motivos (Cf. **t.97.5**).

2 En los **Juegos Olímpicos**, el Directorio Técnico debe avisar al COI, vía el Comité Organizador.

Capítulo 4

LAS SANCIONES Y LAS JURISDICCIONES COMPETENTES

Naturaleza de las sanciones

t.114

1 Existe **tres clases de sanciones** aplicables en los casos que figuran en la tabla del artículo t.120. **Cuando un árbitro debe penalizar un tirador que comete varias faltas al mismo tiempo, él penalizará primero la falta menos grave.**

2 Las **sanciones** son **acumulables y válidas para el match** con la excepción de aquellas manifestadas por un **CARTÓN NEGRO**, que significa una **exclusión de la prueba, suspensión para el resto del torneo y los 2 meses siguientes de la temporada activa en curso o siguiente (1º de octubre -Campeonatos del Mundo para los jóvenes- y 1º de enero -Campeonatos del Mundo para los mayores-)**. **En cambio, un equipo excluido de un torneo a causa de un cartón negro infligido a uno de sus miembros no es otro tanto excluido como equipo de las pruebas siguientes, pero no puede seleccionar al tirador sancionado**

Algunas faltas pueden entrañar **la anulación** del toque dado por el tirador culpable.

En el curso del combate sólo son anulados los toques dados en relación con la falta (Cf. **t.120**).

3 Las **sanciones** son las siguientes:

a) la advertencia, manifestada por un **CARTÓN AMARILLO** con el que el árbitro designa al tirador culpable. El tirador sabe entonces que toda nueva falta de su parte entrañará un toque de penalización;

b) el toque de penalización, manifestado por un **CARTÓN ROJO** con el que el árbitro designa el tirador culpable. Un toque es ajustado al score de su adversario y entraña, si se trata del último toque, la pérdida del match. Además, todo **CARTÓN ROJO** no puede ser seguido más que de otro **CARTÓN ROJO** o de un **CARTÓN NEGRO**, según la naturaleza de la nueva falta (Cf. **t.120**);

c) la exclusión de la prueba, suspensión por el resto del torneo y los 2

meses siguientes de la temporada activa en curso o siguiente, o la expulsión del lugar de la competencia (toda persona perturbando el orden), son manifestadas por un **CARTÓN NEGRO** con el que el árbitro designa al culpable.

4 Todas las advertencias (cartón amarillo), todos los toques de penalización (cartón rojo) y exclusiones (cartón negro), así como al grupo a los que estos pertenecen, deben ser **mencionados sobre la hoja** de match, de poule o de encuentro.

Competencia

t.115

Las **faltas y sus sanciones**, figuran en los diferentes artículos del Reglamento, son resumidas en la tabla del artículo **t.120**; ellas son divididas en cuatro grupos (Cf. **t.116 a t.129**). Todas las sanciones son de la **competencia del árbitro**, la intervención de oficio del Directorio Técnico es siempre posible (Cf. **t.97.1/2/3**).

Faltas del 1er grupo

t.116

En el primer grupo, la primera infracción, cualquiera que sea la falta, es sancionada por el **CARTÓN AMARILLO** (advertencia). Si el tirador comete, en el mismo match, la misma o cualquier otra falta de ese grupo, el árbitro lo sancionará, cada vez, con un **CARTÓN ROJO** (toque de penalización). Si el tirador culpable ya estaba penalizado con un **CARTÓN ROJO** a título de una falta del 2do o 3er grupos, él recibe un nuevo **CARTÓN ROJO** desde la primera infracción del 1er grupo.

Faltas del 2do grupo

t.117

En el 2do grupo cada falta es sancionada, desde la primera infracción, por el **CARTÓN ROJO** (toque de penalización).

Faltas del 3er. Grupo

t.118

1 En el 3er grupo una primera infracción es sancionada por el **CARTÓN ROJO**, es decir, un toque de penalización (igual si el tirador culpable ya había recibido un **CARTÓN ROJO** a título de faltas del 1er o 2do grupos).

2 Si el tirador comete, en el mismo match, la misma u otra falta de este grupo, el árbitro lo sancionará con un **CARTÓN NEGRO**: exclusión de la prueba, suspensión por el resto del torneo y los 2 meses siguientes de la temporada activa en curso o siguiente (1º de octubre ³/₄Campeonatos del Mundo para jóvenes³/₄ y 1º de enero ³/₄Campeonatos del Mundo para los mayores?).

3 Para toda persona **perturbando el orden fuera de la pista** hay:

a) a la **primera infracción**, una advertencia manifestada por un **CARTÓN AMARILLO**, válido **para toda la competencia**, que debe de ser mencionado sobre la hoja de match y registrada por el Directorio Técnico;

b) a la **segunda infracción** en el curso de la misma competencia, el **CARTÓN NEGRO** (expulsión del lugar de la competencia).

3 En los casos más graves concerniente a perturbaciones causadas sobre la pista y fuera de la pista, el árbitro puede excluir o expulsar **inmediatamente** al culpable.

Faltas del 4to grupo

t.119

En el 4to grupo, la primera infracción es sancionada por el **CARTÓN NEGRO**: exclusión de la prueba o del torneo, **suspensión por el resto del torneo y los 2 meses siguientes de la temporada en curso o siguiente (1º de octubre ³/₄Campeonatos del Mundo para los jóvenes³/₄ y 1º de enero -Campeonatos del Mundo para los mayores-)**. Sin embargo, un equipo excluido de un torneo a causa de un **CARTON NEGRO** infligido a uno de sus miembros no está excluido como equipo de las pruebas siguientes, pero no puede seleccionar al tirador sancionado

EXPLICACION

CARTÓN AMARILLO: Advertencia válida para el match. Si un tirador comete una falta del 1er grupo después de haber recibido un CARTÓN ROJO a cualquier título que sea, él recibe de nuevo un CARTÓN ROJO.

CARTÓN ROJO: Toque de penalización

CARTÓN NEGRO:

Exclusión

Exclusión de la prueba, **suspensión para el resto del torneo y los 2 meses siguientes de la temporada activa en curso o siguiente (1º de octubre ³/₄Campeonatos del Mundo para los jóvenes³/₄ y 1º de enero ³/₄Campeonatos del Mundo para los mayores³/₄).**

Un tirador solamente recibe un CARTÓN NEGRO del 3er grupo si el ya cometió antes una falta de este, mismo grupo (sancionada por un CARTÓN ROJO).

Expulsión

(1) Del lugar de la competencia.

(2) En los casos más graves, el árbitro puede excluir o expulsar inmediatamente al culpable.

Suspensión

Suspensión para la continuación de la competencia en curso y para las dos pruebas FIE siguientes en el arma concerniente. Los puntos o títulos adquiridos en el momento de la falta quedan adquiridos.

Capítulo 5

PROCEDIMIENTO

Principio

t.121

Las diversas sanciones son **pronunciadas por los órganos competentes** que juzgan en equidad, teniendo en cuenta la gravedad y las circunstancias en las cuales ellas fueron cometidas (ver **t.94 ss, t.114 ss, t.124, t.125, t.126**).

Reclamaciones y apelaciones

Contra una decisión del árbitro

t.122

1 Contra toda decisión “de hecho” del árbitro, **no puede se puede hacer** reclamación (Cf. **t95.1/2/4, t.96.2**).

2 Si un tirador enfrenta ese principio, **poniendo en duda una decisión “de hecho”** del árbitro en el curso del match, él será sancionado según las prescripciones del Reglamento (Cf. **t.114, t.116, t.120**). Pero si el árbitro **ignora una prescripción formal del Reglamento**, o hace una aplicación contraria a este, una reclamación de ese principal es admitida.

3 Esta reclamación debe ser hecha:

a) por el tirador para las pruebas **individuales**,

b) por el tirador o el capitán de equipo para las pruebas **por equipos**, sin ninguna formalidad, pero cortésmente, y debe ser dirigida **verbalmente** al árbitro **inmediatamente** y antes de toda decisión de toque ulterior.

4 Cuando el árbitro persiste en su opinión, el **Delegado de la Comisión de Arbitraje o el Supervisor (si no hay delegado)** tiene cualidad para resolver en apelación (Cf. **t.97**). Si una tal apelación es juzgada injustificada, el tirador recibirá las sanciones previstas por los artículos **t.114, t.116, t.120**.

Otras reclamaciones y apelaciones

t.123

1 Las denuncias y reclamaciones deben ser formuladas **por escrito, sin demora**; ellas son dirigidas al Directorio Técnico.

2 Las reclamaciones relativas a **la composición de la primera vuelta** en los Campeonatos del Mundo y en los Juegos Olímpicos sólo son admisibles hasta las **19 horas**, la víspera de la prueba (Cf. **o.10**).

Indagación. Derecho de defensa

t.124

Una sanción no puede ser pronunciada sin una **indagación** en la que los interesados son llamados a dar sus explicaciones, ya sea verbalmente, ya sea por escrito, en un plazo conveniente, apropiado a las circunstancias de tiempo y de lugar. Pasado ese plazo, la sanción puede ser pronunciada.

Deliberación

t.125

Las decisiones de los órganos de jurisdicción de las competencias son tomadas a **la mayoría de votos**, la voz del Presidente es preponderante en caso de empate.

Reincidencia

t.126

1 Para las faltas contra el espíritu deportivo, el orden o la disciplina, si fue precedente el objeto de una censura, de una exclusión, de una descalificación o de una suspensión, hay **reincidencia** cuando un esgrimista comete una nueva falta, otra cualquiera como una infracción a las reglas del combate, en un plazo de dos años.

2 En caso de reincidencia, **la pena** pronunciada será:

a) la exclusión de la prueba si la pena precedente fue una censura;

b) la descalificación del torneo, si la pena precedente fue la exclusión o la descalificación de una prueba.

Ver también el Reglamento Disciplinario de la FIE (Capítulo VII de los Estatutos de la FIE).

Capítulo 6

CONTROLES ANTIDOPAJE

REGLAS GENERALES

t.127

a) El dopaje está prohibido por la FIE. Toda falta a esta regla entraña sanciones disciplinarias.

b) El dopaje es definido como una o varias violaciones de las reglas antidopaje enunciadas desde el **artículo 2.1 al artículo 2.8 del Reglamento Antidopaje de la FIE**.

c) La FIE está adherida al **Código Mundial Antidopaje el AMA**. El Reglamento Antidopaje de la FIE está basado sobre los 'Modelos de buenas prácticas' del AMA y adoptado en totalidad 'Las disposiciones obligatorias' de ese documento. La FIE adopta totalmente el documento "Clases de sustancias y métodos prohibidos" del AMA.

d) La FIE se reserva el derecho de efectuar **controles de dopaje en el curso de las competencias** -es decir, en ocasión de toda competencia organizada bajo su control al igual que **fuera de competencia**.

e) Las licencias internacionales expedidas por la FIE deben estipular que los titulares de esas licencias se comprometen a no utilizar ni sustancias prohibidas ni métodos prohibidos, y aceptar someterse a todo control, igual durante las competencias como fuera de ellas. Esas licencias deben ser firmadas por sus titulares.

f) Todas las modalidades concernientes a los controles de dopaje en el momento de las competencias oficiales de la FIE, y fuera de competencias, figuran en los artículos del Reglamento Antidopaje de la FIE.

g) Las sanciones y consecuencias de las sanciones, a causa de violaciones de las reglas antidopaje, están previstas por el Reglamento Antidopaje de la FIE.

h) Los esgrimistas que transgredan ese Reglamento Antidopaje serán sometidos a los **procedimientos previstos por el Reglamento Antidopaje**. La publicación de los resultados de los controles y las decisiones en cuanto a las sanciones será hecho por el Buró de la FIE que tendrá solo el derecho de ponerlo en conocimiento del conjunto de federaciones.

i) Las infracciones de dopaje cometidas y sancionadas dentro de una **de las Federaciones miembros** de la FIE, son tomadas en cuenta y aplicadas en el conjunto de todos los países miembros de la FIE.

j) La **modificación del Reglamento Antidopaje** de la FIE sale de la competencia del Comité Ejecutivo.

BIBLIOGRAFÍA

ARKADIEV, B.A.: *La Esgrima*, Editorial Deporte y Cultura Física, Moscú. 1982.

BECKER, Z. Y POLGAR, J.: *Metodología del Entrenamiento de Sable*, Edición Deportiva, La Habana. 1976.

TISHLER, D.A. Y KÉLLER, C.B.: *Entrenamiento del Esgrimista*, Editorial Deporte y Cultura Física, Moscú. 1973.

TISHLER, D.A. Y MIDLER, M.P.: *Preparación Psicológica del Esgrimista*, Editorial Deporte y Cultura Física, Moscú (sla).

OZOLIN, N.G.: *Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo*, Editorial Científico-Técnica, La Habana. 1983.

DÍAZ REY, JOSÉ A.: *Fundamentos Pedagógicos y Fisiológicos del Entrenamiento de los Esgrimistas*, Editorial Científico-Técnica, La Habana. 1986.

Colectivo de Autores.: *Manual para los Institutos de Cultura Física de Rusia*, Moscú. 2002.

**PROGRAMA DE PREPARACIÓN
DEL
DEPORTISTA**

TAEKWONDO

**COMISIÓN NACIONAL DE TAEKWONDO
2009**

ÍNDICE

Introducción	114
Objetivos generales del deporte.	115
Plan temático.	116
Contenido del nivel básico.	118
Objetivos pedagógicos deportivos.	119
Objetivos del nivel medio.	120
Orientaciones metodológicas.	121
Objetivos pedagógicos marciales.	121
Centros provinciales de alto rendimiento.	127
Test pedagógico de la categoría 11-12 años..	131
Distribución de los % de tiempo por meses de los aspectos de la preparación del deportista.	132
Normativas pedagógicas.	133
Reglamento de competencias.	143
Reglamento de examen nacional.	159

INTRODUCCIÓN

Durante poco más de una década de práctica organizada del Taekwondo en Cuba, el país ha acumulado la experiencia empírica y teórica necesaria para reelaborar metodológicamente el trabajo que se ha realizado hasta el presente.

La labor ejecutada por nuestros entrenadores desde las áreas deportivas hasta los CEAR ha crecido con el tiempo y se ha visto premiada con resultados deportivos internacionales destacados, incluso a escala mundial.

El vertiginoso desarrollo alcanzado por el Taekwondo en el mundo en el último cuarto de siglo, tuvo su punto culminante con la inclusión de la disciplina en el Programa Oficial Olímpico en Sidney 2000. Este hecho constituyó un reto técnico-metodológico para el movimiento deportivo cubano por el interés y la preocupación de que será objeto este deporte en el futuro, a tenor con su condición olímpica.

La creación del **PROGRAMA DE PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA** para el Taekwondo, es necesidad imperiosa para el desarrollo futuro de este deporte en su aspiración de estabilizar los resultados hasta el presente y alcanzar metas superiores.

El presente trabajo es el primer intento por perfeccionar la labor que hemos realizado, convencidos de que solo significa el inicio de un movimiento pedagógico que movilizará a todos los especialistas del país en el afán por lograr cada día una obra mejor.

El Programa parte del principio que el Taekwondo es arte marcial devenido en deporte de combate. Propone tres niveles de enseñanza que armonizan los objetivos pedagógicos marciales y deportivos de manera dialéctica e independientemente de las categorías por edades que establece.

Esperamos que el Programa propuesto se convierta en instrumento de trabajo en manos de nuestros entrenadores, en material de estudio y reflexión, que convoque a la discusión sana y constructiva por la excelencia pedagógica en el Taekwondo.

OBJETIVOS GENERALES DEL DEPORTE

1. Formación de principios patrióticos, políticos, ideológicos y morales que se correspondan con la sociedad socialista, expresados en formas prácticas de conducta social.
2. Despertar profundo interés por el Taekwondo basado en el amor y la vocación hacia la disciplina.
3. Promoción del bienestar y la salud del pueblo mediante la práctica del Taekwondo.
4. Desarrollo de los aspectos de la preparación del deportista teniendo en cuenta las particularidades del Taekwondo como actividad física.
5. Alcanzar éxitos deportivos internacionales de primer nivel como expresión de las posibilidades y justeza de nuestro proyecto social.
6. Utilizar las ventajas que, como método de defensa personal, brinda el Taekwondo para salvaguardar las conquistas de la Patria socialista.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL DEPORTE

- 1- Que los practicantes se apropien de los principios éticos y morales que animan la práctica del Taekwondo.
- 2- Que los practicantes conozcan los orígenes, historia y desarrollo del Taekwondo mundial y nacional, así como su reglamentación competitiva.
- 3- Diferenciar las dos áreas que comprende el Taekwondo, integrando armónicamente el arte marcial y su versión deportiva.
- 4- Alcanzar una adecuada preparación física general y especial de acuerdo con las exigencias particulares del Taekwondo.
- 5- Desarrollo de la iniciativa individual en la dirección táctica del combate, sobre la base del conocimiento de las posibilidades del contrario y las propias.

6- Garantizar una preparación psicológica que propicie la óptima predisposición para la competencia, extensiva a las otras tareas de la vida.

PLAN TEMÁTICO

El Taekwondo es el arte marcial de origen coreano, devenido en el más novedoso deporte de combate con reconocimiento olímpico.

Para poder participar en competencias se establece que los competidores certifiquen el grado técnico exigido, por esta razón, el programa establece para la enseñanza y perfeccionamiento del Taekwondo tres niveles diferentes: básico, medio y avanzado.

Cada nivel contiene armónicamente los objetivos pedagógicos marciales y deportivos de los grados técnicos que representa:

Básico: Cinturón Blanco (10mo y 9no kup)

Cinturón Amarillo (8vo kup y 7mo kup)

Cinturón Verde (6to kup y 5to kup)

Medio: Cinturón Azul (4to kup y 3er kup)

Cinturón Rojo (2do kup y 1er kup)

Avanzado: Cinturón Negro (1er dan y 1er poom)

Los niveles están ordenados jerárquicamente por lo que solo el vencimiento de los objetivos pedagógicos del inferior permite pasar al grado superior.

Las categorías de edades convocadas son las siguientes:

- Infantil: 11-12 años
- Liga Estudiantil: 13 y 14 años
- Escolares: 15y 16 años
- Juvenil: 17-20 años

NIVEL BÁSICO

El nivel básico corresponde a la etapa de iniciación en la práctica del Taekwondo, y comprende los contenidos del cinturón verde. Tiene una duración de diez meses divididos en cinco meses para cada kup, respectivamente.

Objetivos

- 1- Inicio a los practicantes en el aprendizaje de los objetivos pedagógicos.
- 2- Educar a los participantes en la disciplina y reglas de conducta propias de la actividad.
- 3- Despertar el amor por el Taekwondo.
- 4- Mantener un equilibrio entre el Arte Marcial y su versión deportiva.
- 5- Dar a conocer los aspectos generales de la competencia y su convocatoria.
- 6- Que los practicantes conozcan las generalidades del origen y desarrollo del Taekwondo.
- 7- Vencer los contenidos de los exámenes de grado técnico.

Orientaciones Metodológicas

- 1- Se establece una frecuencia de tres veces por semana, como mínimo, preferentemente en días alternos.
- 2- El aprendizaje de los objetivos pedagógicos se realiza por separado y desde posiciones básicas simples.
- 3- La preparación física tiene carácter general, en lo esencial.
- 4- El desarrollo de la movilidad es tarea priorizada, haciendo énfasis en la movilidad pasiva durante esta etapa.
- 5- Para usar los medios de golpeo es indispensable dominar la ejecución de las técnicas al vacío.
- 6- Después de dominar la ejecución de las técnicas en el lugar se comienza su práctica en movimiento en el siguiente orden:
 - A. Ejecución de la técnica a un paso
 - B. Ejecución de dos técnicas continuas (derecha-izquierda e izquierda-derecha)
- 7- Trabajar para que los practicantes dominen los elementos técnicos por ambos lados del cuerpo.

CONTENIDOS DEL NIVEL BÁSICO

Objetivos Pedagógicos Marciales

SOGUI SUL: Moa Sogui, Naranji Sogui, Chuchum Sogui, Ap Sogui y Ap Kubi .

DESPLAZAMIENTOS: En Chuchum Sogui, Ap Sogui y Ap Kubi.

CHIRGUI SUL: (Técnica de puño)

Jirugui: -Momtong

-Olgul, {BANDE Y BARO}

-Are

CHAGUI SUL: (Técnica de patada)

Ejercicios Básicos:

-Ap Cha Oligui

-Yop Cha Oligui

-Ap Chagui:

-Ui andari Chaqui

-Ui bagadari Chaqui

-Olgul Montong Are

-Miro Chaqui

-BandalChaqui

6. PUMSE:

-Tae Guk Il Chang

-Tae Guk I Chang

-Tae Guk San Chang

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS DEPORTIVOS

1- GUARDIAS DE COMBATE {
Abierta
Cerrada

2. POSTURA DE COMBATE {
Izquierda
Derecha

3. DESPLAZAMIENTOS:

B) Desliz -Al frente
-Atrás
-Derecha
-Izquierda

Al frente
C) Paso {
Atrás

Al frente
D) Sustitución {
Atrás

4) Cambios de guardia: -Por salto
-Por desliz

GOLPES: A) Puño: Bande
Jirugui
Baro

B) Pie:

B.1-Ejercicios preparatorio: Apcha Oligui

B.2-Ap Chagui

B.3-Bandal Chagui

B.4-Ui andari Chagui

B 5-Ui bagadari Chagui

Desplazamientos

5) DEFENSAS Bloqueos Piernas

6) FINTA inclinaciones del cuerpo

7) COMBINACIONES: A) Elementos del mismo grupo técnico

B) Elementos de diferentes grupos Técnico

Nota: Existen atletas que rápidamente se aprenden los objetivos y llegan a dominarlos. Es por esta razón que le explicamos que los contenidos no son rígidos y, si un atleta los domina, no debemos limitarlo, aunque sí queremos establecer el orden metodológico con límite general.

NIVEL MEDIO

El Nivel Medio es un escalón más alto en el proceso de aprendizaje del Taekwondo, en él se consolidan y perfeccionan los objetivos pedagógicos del nivel anterior y se adquieren nuevos y más complejos hábitos motores. Comprende los grados técnicos de Cinturón Azul con una duración de 1 año, dividido en 5 meses para cada grado, respectivamente.

OBJETIVOS DEL NIVEL MEDIO

- 1- Consolidar y perfeccionar los objetivos pedagógicos del nivel básico.
- 2- Convertir en principios éticos y morales los hábitos de conducta y disciplinarios educados en el nivel anterior.
- 3- Participar sistemáticamente en el calendario de competencia.
- 4- Vencer los exámenes de grados técnicos correspondiente.

- 5- Dominar las reglas de la competencia.
- 6- Conocer las particularidades del origen y desarrollo del Taekwondo.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

- 1- Se establece una frecuencia de 5 días por semana.
- 2- La Preparación Física además de General, comienza a tener carácter Especial.
- 3- En este nivel la movilidad continúa siendo objetivo priorizado, pasando del desarrollo de la Movilidad Pasiva a la Activa.
- 4- Desarrollo de las habilidades técnico-tácticas por ambas partes del cuerpo (Izq. y Der.).
- 5- En el trabajo táctico en parejas las acciones ofensivas y defensivas deben respetar el siguiente orden:
 - Primero trabajar la pierna atrasada y después la adelantada.
 - Primero trabajar por delante del peto y después por detrás.
 - Primero trabajar al tronco y después a la cabeza.

CONTENIDOS DEL NIVEL MEDIO

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS MARCIALES

1. POSICIONES:

- Tuit Kubi Sogui
- Koa Sogui (Ap y Tuit)
- Beum Sogui

Desplazamientos: En las posiciones establecidas hacia el frente y atrás.

2. CHIGUI SUL (TÉCNICAS DE GOLPES)

- Sonnal Chiki
- Mechumok Nerio Chiki
- Dungchumok Ape Chiki
- Kut Seuo Chirugui

- Chebipum Mokchiki
- Pionyo Pal Kup Dolio Chiki

3. MAKI SUL (TÉCNICAS DE DEFENSA)

- Nulo Maki
- Jan Sonnal Bakat Maki
- Sonnal Montog Maki
- Hecho Bakat Palmok Maki
- Batang Son An Maki

4. PUMSE

- Tae Guk Sa Chang
- Tae Guk O Chang
- Tae Guk Yuk Chang
- Tae Guk Chil Chang

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS DEPORTIVOS DEL NIVEL MEDIO

1. CAMBIOS DE GUARDIA:

- Por la espalda

2. DESPLAZAMIENTOS:

- Desliz:

Al frente

Atrás

Diagonal

- Péndulo:

Al frente

Atrás

Diagonal

- Giros:

Pívor

Por la espalda hacia el frente

Por el frente hacia atrás

TÉCNICAS DE PATEO

1ra Etapa (Cinturón Verde)

- Yop Chagui
- Tuit Chagui
- Milo Chagui
- Wi Andary
- Wi Bagadary

Realizar con el pie delantero las técnicas siguientes:

- Ap Chagui
- Bandal Chagui
- Dolyo Chagui
- Yop Chagui
- Tuit Chagui
- Milo Chagui

2da Fase (Cinturón Azul)

- Apoyos Simples
- Furyo Chagui
- Duit Furyo Chagui
- Bandal 360 {Tornillo}
- Doble Bandal
- Miro bandal
- Miro-Dolio Chaqui
- Miro-Tuit Chaqui

NIVEL AVANZADO

Con el Nivel Avanzado termina la enseñanza de los objetivos pedagógicos deportivos

y marciales hasta el grado de Cinturón Negro 1er Dan o 1er Poom, condición necesaria e indispensable para poder participar en la Alta Competición Internacional. Corresponde a este nivel la tarea de consolidar los contenidos de los niveles anteriores y los propios, así como su perfeccionamiento, sabiendo que este último proceso no culmina nunca.

Este nivel comprende los grados técnicos de Cinturón Rojo y Cinturón Negro, con una duración de un año para el primero, y otro año para el Negro.

OBJETIVOS DEL NIVEL AVANZADO

1- Obtener el grado de Cinturón Negro 1er Dan, o Cinturón Rojo /Negro 1er Poom, como requisito indispensable para poder participar en competencias internacionales oficiales.

2- Trabajar para formar principios patrióticos, políticos, ideológicos, y morales propios de la sociedad socialista, expresado en formas prácticas de la conducta social.

3- Lograr una alta maestría de defensa personal que permita defender con éxito las conquistas de la Revolución Socialista.

4- Conocer las generalidades y principios de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo.

5- Dominar las Reglas de la Competencia y su interpretación.

6- Conocer la historia, desarrollo y actualidad del Taekwondo, como deporte y arte marcial.

7- Participación con éxito en los eventos internacionales como expresión de las posibilidades y justeza de nuestro proyecto social.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

1- La consolidación y perfeccionamiento de los objetivos pedagógicos es una tarea permanente y priorizada para el nivel.

2- El trabajo de consolidación y perfeccionamiento se basa en la creatividad infinita de combinaciones entre los elementos técnicos del propio grupo y diferentes.

3- Dentro del trabajo técnico-táctico crece el tiempo dedicado a la Escuela de Combate.

4- En la Escuela de Combate hay que mantener un equilibrio entre las acciones tácticas ofensivas y defensivas.

5- Las acciones tácticas defensivas hay que dominarlas en el siguiente orden:

-Riposta,

-Encuentro o simultáneo,

-Anticipación

6- Lograr la transición de las acciones tácticas ofensivas a las defensivas y viceversa.

7- Agotamiento de las posibilidades para la movilidad activa.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS MARCIALES

A) Chirgui Sul (Técnicas de puño)

1) Du Chumok Montong Chichio Chirgui

2) Dangkiok Tok Chirgui

3) Dung Chumok Olkul Bakkat Chigui

B) Chagui Sul

1) Dubal Dansong Chagui

2) Piochok Chagui

C) Chigui Sul

1) Palkup Chigui

2) Palkup Piochok Chigui

3) Palkup Neryo Chigui

4) Palkup Yop Chigui

5) Palkup Tuio Chigui

6) Murup Chigui

D) Maki Sul

1) Jetchio Maki

2) Otkoro Maki

3) Kawi Maki

4) Oe Santul Maki

E) Poomse

1) Tae Guk Chil Chang

2) Tae Guk Pal Chang

3) Koryo

F) Defensa Personal: Las establecidas para el grado.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS MARCIALES

- Doble Pateo (Bandal-Dolyo)
- Comenzando con pierna atrasada
- Comenzando con pierna adelantada

- Doble Pateo (Dolyo-Bandal)
- Comenzando con pierna atrasada
- Comenzando con pierna adelantada

- Técnicas con Apoyo
- Pie adelantado
- Pie atrasado

- Técnicas de Pateo con Salto.
- Técnicas de Pateo con correcciones.

OBJETIVOS DE LAS ÁREAS DEPORTIVAS

GENERALES

- 1- Iniciar el proceso de aprendizaje respetando rigurosamente el orden establecido.
- 2- Inculcar los principios éticos y morales que animan la práctica del Taekwondo.
- 3- Educar a los practicantes en la disciplina característica del Taekwondo.
- 4- Diferenciar las dos áreas que comprende el Taekwondo: Arte Marcial y Deporte.
- 5- Luchar por la masividad dentro de la actividad.
- 6- Incentivar el amor por la práctica del Taekwondo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1- Iniciar a los practicantes en las competencias de Taekwondo.
- 2- Detectar los talentos deportivos para su promoción a los Centros de Provinciales de Alto Rendimiento.

- 3- Garantizar el desarrollo de las capacidades físicas y habilidades deportivas de forma general y multilateral.
- 4- Realizar sistemáticamente los exámenes de grados técnicos.

CENTROS PROVINCIALES DE ALTO RENDIMIENTO

OBJETIVOS GENERALES DE LAS EIDE Y ESPA

Trabajar en la formación de valores patrióticos, políticos, ideológicos y morales que se correspondan con nuestra sociedad socialista, expresados en formas prácticas de la conducta social.

Darle continuidad al proceso de aprendizaje y perfeccionamiento, respetando rigurosamente el programa establecido.

Desarrollar los aspectos de la preparación del deportista dentro del proceso de entrenamiento, atendiendo a las características particulares, la edad y sexo de los atletas.

Profundizar en la vocación e interés por el Taekwondo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LAS EIDE

1. Participar con éxito en los Juegos Nacionales Escolares.
2. Promoción de atletas a la ESPA Provincial y Nacional.
3. Selección adecuada de los talentos deportivos.
4. Realización sistemática de los exámenes de grado técnico.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA ESPA

- 1- Participación con éxito en los Juegos Nacionales Juveniles y los Campeonatos Nacionales de 1ra categoría.
- 2- Promoción de atletas a los CEAR Nacionales.
- 3- Realización de una selección rigurosa de los talentos deportivos.
- 4- Realización sistemática de los exámenes de grado técnico.

DE LAS CATEGORÍAS DE EDADES

El programa establece las siguientes categorías de edades:

- A) Pioneril 1 - Categoría de 11 y 12 años
- B) Liga Estudiantil 1 - Categoría de 13 y 14 años
- C) 1C- Escolar 15 y 16 Año
- D) 1.2) C) Juvenil Categoría de 17 y 20 años

CATEGORÍA PIONERIL. Competitiva 11 y 12 años

Esta categoría (7 a 11 años) se considera la época idónea para iniciar el proceso de aprendizaje. Este período de la vida se caracteriza por:

- Una gran capacidad de aprendizaje
- Rapidez para captar nuevos movimientos, incluso complejos
- Muestra de valentía en condiciones nuevas y desacostumbradas
- Afán de aprender
- Placer por competir y medir fuerzas y habilidades

Sin embargo, el objetivo de nuestro trabajo no puede ser la obtención inmediata de resultados y mucho menos ignorar sus costos.

La atención debe estar concentrada en la calidad del proceso de enseñanza, en la seguridad de que las habilidades técnicas se adquieren como hábitos motores eficientes y racionales y que el desarrollo de las capacidades físicas se realiza teniendo en cuenta las características particulares de estas edades.

OBJETIVOS DE LA CATEGORÍA PIONERIL

1. Iniciar el proceso de aprendizaje y perfeccionamiento de los objetivos pedagógicos del Taekwondo.
2. Educar en la disciplina y ética propias de la actividad.
3. Despertar el interés por la práctica del Taekwondo.
4. Promover la salud de los practicantes por medio de cargas, cuyos estímulos estén acorde con sus particularidades morfofuncionales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA CATEGORÍA PIONERIL

- 1- Comenzar a participar en competencias.
- 2- Realización sistemática de los exámenes de grado técnico.
- 3- Detección y atención prioritaria a los atletas con perspectivas.
- 4- Diferenciación de las dos áreas del Taekwondo: Arte Marcial y Deporte.
- 5- Promoción a las EIDE a los atletas con perspectiva inmediata.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

1. Establecimiento de una frecuencia de tres veces por semana, preferentemente en días alternos.
2. Ampliación de la frecuencia a 4 ó 5 veces por semana con motivo de la preparación para competencia, exámenes o exhibiciones.
3. El horario de entrenamiento debe de terminar antes de las 6 p.m.
4. El tiempo máximo de la unidad de entrenamiento para 9-10 años es de 90 minutos y para 11-12 años es de 120 minutos.
5. El objetivo del entrenamiento es establecer los fundamentos de la condición física, es decir, se introducen casi todas las capacidades motrices en forma de ejemplos y se entrena casi sin especialización.
6. La movilidad es la única capacidad que se entrena de forma creciente y normal, exceptuándose de la recomendación anterior.
7. Para el trabajo de la fuerza se recomiendan los siguientes medios:
 - A) El propio peso corporal
 - B) Carreras con máxima velocidad
 - C) Ejercicios en la arena, agua, planos inclinados, escaleras, etc.
8. Para el trabajo del desarrollo físico se recomienda:

7-10 años				11-12 años			
Masc.		Fem.		Masc.		Fem.	
7	10	7	10	11	12	11	12
Movilidad							
X	X	X	X	X	X	X	X
Velocidad de Reacción							
X	X	X	X	X	X	X	X
Velocidad Máx. Acıcica							
-	X	-	X	X	X	X	X
Velocidad Máx. Cıcica							
-	X	-	X	X	X	X	X
Resistencia Aeróbica							
X	X	X	X	X	X	X	X
Resistencia Anaeróbica							
-	-	-	-	-	X	-	X
Fuerza Rápida							
-	X	-	X	X	X	X	X
Resistencia a la Fuerza							
-	-	-	-	-	X	-	X
Agilidad y Coordinación							
X	X	X	X	X	X	X	X

8) En esta categoría es fundamental la aplicación del método del Juego para el desarrollo de las capacidades motrices. Se compete en Pumse y Combate. Para la competencia de combate las divisiones de peso que se establecen son:

Categoría 11-12 años: 30, 33, 36, 39, 42, 45, 49 y + 49 kilogramos.

En estas categorías las divisiones de peso son las mismas para el masculino que para el femenino.

La duración oficial del combate es:

Categoría 11-12 años: 3 asaltos de un minuto de duración con uno de descanso intermedio.

La competencia de Pumse es individual y adopta las siguientes modalidades:

- 1) Competencia por división de peso
- 2) Competencia por grupos de división de peso:

CATEGORIAS	7-10	11-12
PEQUEÑA	24, 27 y 30 Kg	30, 33 y 36 Kg
MEDIANA	33, 36 y 39 Kg	39, 42 y 45 Kg
GRANDE	42 y +42 Kg	49 y +49 Kg

En la competencia de Pumse los atletas inscritos pueden presentar las formas del grado que certifican y del inmediato superior.

Las competencias para estas categorías se rigen por la convocatoria nacional pioneril. El resultado deportivo es la suma del combate y la Pumse.

NOTA: Es importante recordar que en la categoría de 7 a 10 años no se permite combate, este comienza en la categoría 11 y 12 años.

TESTS PEDAGÓGICO DE LA CATEGORÍA 11-12 AÑOS

EIDADES	11		12	
	M	F	M	F
RESIST. (Carrera continua)	800	600	1 000	800
VELOCID.	30	30	30	30
FUERZA (PIERNAS)	Salto Largo (S / l)	Salto Largo (S / l)	1)Sal.Largo (S / l) 2)Salto Vertical	1)Sal. Largo (S / l) 2)Salto Vertical
FUERZA (BRAZOS)	Planchas (Rep. Máx.)	Planchas (Rep. Máx.)	Planchas (Rep. Máx.)	Planchas (Rep. Máx.)
MOVILID.	SPLIT	SPLIT	SPLIT	SPLIT
ABDOMIN.	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)
FUERZA DE ESPALDA	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)	PIERNAS (Rep. Máx.)

DISTRIBUCIÓN DE LOS % DE TIEMPO POR MESOS DE LOS ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA (CATEGORÍA 11-12 AÑOS)

PERIOD.	PREPARATORIO			COMPETIT.		TRANS.
	MESOS PREP. GEN.	PREP. ESPEC. VAR.	PREP. ESPEC.	OFD	EFD	
P.F.GEN.	60	55	50	35	30	70
P.F.ESP.	10	10	15	20	20	5
PREP. TEC. TAC.	25	30	30	40	45	20
PREP. TEOR.	5	5	5	5	5	5
PREP. PSICOL.	-	-	-	-	-	-

Nota: Se admite 5 % de tolerancia tanto por exceso, como por defecto, dentro de la relación de preparación física general y especial.

DETERMINACIÓN DE LOS % POR PERÍODO (CATEGORÍA 11-12 AÑOS)

PERÍODO

Preparatorio 75 %

Competitivo 25 %

Tránsito El tiempo que medie entre la competencia fundamental y el inicio del próximo macro.

Nota: Se admite 5 % de tolerancia tanto por exceso, como por defecto en los porcentajes que se proponen para cada período.

NORMATIVAS PEDAGÓGICAS (CATEGORÍA 11-12 AÑOS PARA TESTS)

EDADES		11		12	
SEXO	EVAL.	MASC.	FEM.	MASC.	FEM.
RAPIDEZ 11Años-30 mts 12Años-50 mts	MB	5.5	5.6	7.5	8.2
	B	5.6 6.0	5.7 6.2	7.6 8.5	8.3 9.2
	R	6.1 7.0	6.3 7.2	8.6 9.6	9.3 10.2
	M	+7.0	+7.2	+9.6	+10.2
RESISTENCIA F-600. 11Años M-800	MB	2.25	2.40	4.10	4.05
	B	2.26 2.45	2.41 3.10	4.11 4.40	4.06 4.30
	R	2.46 3.30	3.11 3.50	4.41 5.15	4.31 5.15
	M	+3.30	+3.50	+5.15	+5.15
FUERZA BRAZ. (PLANCHAS)	MB	19	20	20	20
	B	18-13	19-14	19-14	19-14
	R	12-10	13-11	13-11	13-11
	M	-10	-11	-11	-11
FUERZA PIERNA (SALTO LARGO)	MB	1.65 ó más.	1.50 ó más.	1.77 ó más.	1.55 ó más.
	B	1.64 1.50	1.49 1.33	1.76 1.60	1.54 1.39
	R	1.49 1.32	1.32 1.20	1.59 1.40	1.38 1.25
	M	-1.32	-1.20	-1.40	-1.25

CATEGORÍA 13-14 AÑOS

La categoría 13-14 años es el primer escalón de la pirámide nacional de Alto Rendimiento y en ella comienza el proceso de especialización para nuestro deporte.

Esto nos obliga a concentrar nuestros esfuerzos en ella, priorizando el aumento del número de practicantes sistemáticos como punto de partida para la selección de los talentos deportivos. Esas edades coinciden generalmente con la primera fase púbera, proceso que se inicia en los 11-12 años, donde casi todos los índices físicos muestran (con cierta diferencia entre ellos) tasas de crecimiento que aumentan casi constantemente.

OBJETIVOS

- 1- Inicio del proceso de especialización en el deporte.
- 1- Participación sistemática en el calendario deportivo.
- 2- Detección y atención prioritaria a atletas con perspectivas.
- 3- Promoción a las EIDE a los atletas con perspectivas inmediatas.
- 4- Realización sistemática de exámenes de grado técnico.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

1- En estas edades se presentan dificultades con la coordinación, la capacidad motora de aprendizaje y la adaptación y la agilidad como resultado del crecimiento, en esos casos hay que restringir temporalmente la adquisición de nuevas formas complicadas del movimiento; en su lugar, hay que mejorar y consolidar los que se dominan.

2- En la situación anterior es fundamental la guía paciente y comprensiva de los instructores desde el punto de vista psicopedagógico.

3- En esta etapa se acentúa la diferencia entre varones y hembras con motivo del Segundo Cambio Corporal o Crecimiento, por lo que es imprescindible tener en cuenta la diferencia de predisposición anatomofuncional entre ellos, para el desarrollo de las capacidades físicas:

Nota: El resto de las capacidades motrices que no aparecen en la siguiente tabla se trabajan igual para uno y otro sexo.

CAPACIDADES MOTRICES	SEXO	
	FEMENINO	MASCULINO
FUERZA RÁPIDA	Entrenamiento Creciente	Entrenamiento Creciente
RESISTENCIA DE FUERZA	Aumento Creciente	Aumento Creciente
RESISTENCIA	Aumento Creciente	Aumento Creciente
VELOCIDAD MÁXIMA ACICLICA	Entrenamiento Creciente	Entrenamiento Cauteloso
VELOCIDAD MÁXIMA CICLICA	Entrenamiento Creciente	Entrenamiento Cauteloso

DISTRIBUCIÓN DE LOS % DE TIEMPO POR MESOS DE LOS ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN DEL DEPORTISTA (CATEGORÍA 13-14 AÑOS)

PERIOD.	PREPARATORIO			COMPETITIVO		TRANS
	PREP. GEN.	PREP. ESPEC. VARIADA	PREP. ESPEC.	OBTEN. FORM. DEP.	ESTAB. FORM. DEP.	
PFGEN	60	50	25	20	10	70
PFESP	15	20	40	35	35	10
PREP. TEC. TAC.	20	25	30	40	50	15
P.TEOR.	5	5	5	5	5	5
P.PSICO.	-	-	-	-	-	-

Nota: Se admite 5 % de tolerancia tanto de exceso, como por defecto, dentro de la relación de preparación física general y especial.

TESTS PEDAGÓGICOS DE LA CATEGORÍA 13 – 14 AÑOS

AÑOS	CATEGORÍA 13 – 14 AÑOS			
	13		14	
SEXO	M	F	M	F
RESIST. (metros)	1000	800	1000	800
VELOC. (metros)	30	30	30	30
FUERZA (PIERNA)	1) Salto Largo sin Impulso 2) Salto Vertical		1) Salto Largo sin Impulso 2) Salto Vertical	
FUERZA (BRAZO)	Planchas (repet. máximas)		Planchas (repet. máximas)	
MOVIL.	1) Flexión Ventral 2) Split		1) Flexión Ventral 2) Split	
ABDOM.	Piernas (repet. máx.)		Piernas (repet. máx.)	
FUERZA DE ESPALD.	Piernas (repet. máx.)		Piernas (repet. máx.)	

NORMATIVAS PARA 13 – 14 AÑOS

Edades		13		14	
SEXO	EVAL.	M	F	M	F
VELOCIDAD 50 mts	MB	7.5	8.0	7.4	7.9
	B	7.6 8.3	8.1 9.2	7.5 8.3	8.0 9.2
	R	8.4 9.2	9.3 10.1	8.4 9.2	9.3 10.1
	M	+9.2	+10.1	+9.2	+10.1
RESISTENCIA MASC. 1000 mts FEM. 800 mts	MB	3.35	3.35	3.30	3.30
	B	3.36 4.20	3.36 4.15	3.31 4.15	3.31 4.10
	R	4.21 5.00	4.16 5.10	4.16 4.50	4.11 5.05
	M	+5.00	+5.10	+4.50	+5.05
FUERZA (brazo) PLANCHAS (REP. MÁXIMAS)	MB	+20	+20	25	21
	B	20-15	20-15	24-18	20-15
	R	14-12	14-12	17-15	14-12
	M	-12	-12	-15	-12
FUERZA(PIERNA) SALTO LARGO (SINIMPULSO)	MB	1.90	1.60	2.00	1.63
	B	1.89 1.70	1.59 1.40	1.99 1.80	1.62 1.43
	R	1.69 1.55	1.39 1.30	1.79 1.60	1.42 1.33
	M	-1.55	-1.30	-1.60	-1.33

DETERMINACIÓN DE LOS % POR PERÍODO (CATEGORÍA 13-14 AÑOS)

Período

Preparatorio 70

Competitivo 30

Tránsito El tiempo que medie entre la competencia fundamental y el próximo macro.

CATEGORÍA 15-16 AÑOS

Con la categoría 15-16 años termina la etapa escolar y ocurre el paso a una nueva y sustancialmente diferente: la Etapa Juvenil.

Hay que desarrollar en esta etapa una labor pedagógica que permita que este tránsito ocurra de manera gradual y natural.

OBJETIVOS

- 1- Continuación del proceso de aprendizaje y perfeccionamiento de los objetivos pedagógicos del Taekwondo.
- 2- Profundización en el proceso de especialización del deporte.
- 3- Participación en el calendario deportivo de forma sistemática.
- 4- Promoción de atletas a las ESPA Provinciales y Nacional.
- 5- Realización sistemática de los exámenes de grados técnicos.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

1. En esta categoría, con motivo del crecimiento, pueden deteriorarse los índices de movilidad. El desarrollo de esta capacidad debe estar dirigido a recuperar e incrementar esos índices.

2. Aún es típica y general la diferencia esencial con motivo del desarrollo físico, incluso para las hembras termina el desarrollo y se alcanza la plena madurez, por estas razones, para el desarrollo del trabajo físico, se recomienda:

CAPACIDADES NOTRICES	SEXO	
	FEMENINO	MASCULINO
FUERZA MÁXIMA	Entrenamiento Cauteloso	Inicio Cauteloso
FUERZA RÁPIDA	Entrenamiento de Alto Rendimiento	Entrenamiento Creciente
RESISTENCIA DE FUERZA	Entrenamiento Creciente	Entrenamiento Cauteloso
RESISTENCIA AERÓBICA	Entrenamiento Creciente	
RESISTENCIA ANAERÓBICA	Entrenamiento Creciente	Entrenamiento Cauteloso
VELOCIDAD MÁXIMA CÍCLICA	Entrenamiento de Alto Rendimiento	Entrenamiento Creciente
VELOCIDAD MÁXIMA ACÍCLICA	Entrenamiento de Alto Rendimiento	Entrenamiento Creciente

DISTRIBUCIÓN DE TIEMPO POR MESOS DE LOS ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN (CATEGORÍA 15-16 AÑOS)

Períod.	PREPARATORIO			COMPETITIVO		Trans.
	PREP. GEN.	PREP. ESP. VAR.	PREP. ESP.	OFD	EFD	
PFGen	55	45	25	15	10	60
P.F. Esp.	15	25	35	35	30	10
Prep. Téc. TÁC.	25	35	35	45	55	25
Prep. Teo.	5	5	5	5	5	5
P.Psic.	-	-	-	-	-	-

Nota: Se admite 5 % de tolerancia tanto de exceso como por defecto, dentro de la relación de la preparación física general y especial.

TESTS PEDAGÓGICOS DE LA CATEGORÍA 15-16 AÑOS

TESTS PEDAG.	15		16	
	M	F	M	F
RESIST. (Carreras)	2000	1200	2500	1600
VELOCID. (Carreras)	60 mts.			
FUERZA (Pierna)	1)Media Cucullilla 2)Salto Largo (S / l) 3)Salto Vertical			
FUERZA (Brazos)	1)Planchas (Repeticiones máximas), 2)Fuerza Acostado			
MOVILID.	1)Flexión Ventral 2)Split			
ABDOM.	Piernas (Repeticiones máximas)			
FUERZA DE ESPALDA	Piernas (Repeticiones máximas)			

NORMATIVAS PARA LA CATEGORÍA 15-16 AÑOS

EDAD	EVAL.	15		16	
SEXO		M	F	M	F
VELOCID. 60 mts.	MB	7.2	7.9	7.0	7.9
	B	7.3	8.0	7.1	8.0
	R	8.0	9.2	7.6	9.2
		8.1	9.3	7.7	9.3
	M	8.8	10.1	8.2	10.1
RESIST. Masc. 1000 Fem. 800	MB	+8.8	+10.1	+8.2	+10.1
	B	3.25	3.25	3.20	3.20
	R	3.26	3.26	3.21	3.21
		4.10	4.05	4.05	4.00
	M	4.11	4.06	4.06	4.01
FUERZA BRAZOS (Planchas)		4.45	5.00	4.30	4.55
	MB	28	22	31	22
	B	27 – 20	21 – 16	30 – 23	21 – 16
	R	19 – 17	15 – 13	22 – 18	15 – 13
	M	-17	-13	-18	-13
FUERZA PIERNAS (Salto Largo sin impulso)	MB	2.15	1.68	2.20	1.70
	B	2.14	1.67	2.19	1.69
	R	1.97	1.45	2.00	1.47
		1.96	1.44	1.99	1.46
	M	1.73	1.37	1.80	1.39
	M	-1.73	-1.37	-1.80	-1.39

DETERMINACIÓN DE LOS % POR PERIODO PARA 15-16 AÑOS

Período

Preparatorio 65

Competitivo 35

Tránsito El que tiempo que medie entre la Competencia Fundamental y el inicio del próximo macro.

CATEGORÍA JUVENIL (17- 20 AÑOS)

Con la categoría juvenil ponemos fin a nuestro programa. Esta categoría consta de 4 años de duración a diferencia de las anteriores que solo duran 2, razón por la cual se acepta dividirla en 2 etapas:

A) 1ra Etapa 17 y 18 años

B) 2da Etapa 19 y 20 años

Esta división responde a la diferencia que establecen los procesos evolutivos morfológicos, fisiológicos y psicológicos, diferencia que es más notable entre los varones.

OBJETIVOS

- 1- Dar continuidad al proceso de aprendizaje y perfeccionamiento de los objetivos pedagógicos del Taekwondo.
- 2- Continuar profundizando en la especialización del deporte.
- 3- Promoción de atletas a los CEAR.
- 4- Participación sistemática en el calendario deportivo.
- 5- Realizar los exámenes de grado técnico correspondientes.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

1) El proceso de maduración plena en el sector femenino se alcanza en la categoría anterior, por lo que para el desarrollo de todas las capacidades motrices se orienta el entrenamiento de Alto Rendimiento.

2) En el sexo masculino la maduración plena se alcanza en la primera etapa (17-18 años), por lo que en esta etapa se orienta para las capacidades motrices lo siguiente:

Fuerza Máxima	Entrenamiento Cauteloso
Resistencia de Fuerza	Entrenamiento Creciente
Resistencia Anaerobia	Entrenamiento Creciente

3) Con motivo del crecimiento se deterioran los índices de la movilidad, por lo que el trabajo en esta dirección tiene como objetivo recuperarlos y en el caso del femenino, mejorarlos incluso.

DISTRIBUCIÓN DE LOS % DE TIEMPO POR MESOS DE LOS ASPECTOS DE LA PREPARACIÓN (CATEGORÍA 17-20 AÑOS)

Period	Preparatorio			Competitivo		Trans.
	Mesos	P E V G	P E	O F D	E F D	
P.F.Gen.	55	45	25	15	10	60
P.F.Esp.	20	30	45	35	30	10
P.Téc TÁC	20	20	25	45	55	25
P.Teo.	5	5	5	5	5	5
P.Psic.	-	-	-	-	-	-

Nota: Se admite 5 % de tolerancia por exceso o por defecto en cuanto a los aspectos de la Preparación del deportista.

TESTS PEDAGÓGICOS DE LA CATEGORÍA 17-20 AÑOS

Test	17		18		19		20	
	M	F	M	F	M	F	M	F
Resist.	Masc. 3000 mts Fem. 2000 mts				Masc. 3000mts Fem. 2500 mts			
Fuerza pierna	1)Media Cucullilla (Fuerza Máxima), 2)Salto Largo sin impulso 3)Salto Vertical							
Fuerza Brazo	1)Fuerza Acostado (Fuerza Máxima) 2)Planchas							
Veloc. (M-F)	Carrera de 60 y 100 mts							
Móvil. (M-F)	1) Flexión Ventral 2) Split							
Abdo. (M-F)	Piernas (Repeticiones máximas)							
F.Esp. (M-F)	Piernas (Repeticiones máximas)							

DETERMINACIÓN DE LOS % POR PERÍODOS (CAT. 17-20 AÑOS)

PERÍODO	%
Preparatorio	60
Competitivo	40
Tránsito	

NORMATIVAS PARA LA CATEGORÍA 17-20 AÑOS

Edad		17		18		19		20	
Sexo	Eval	M	F	M	F	M	F	M	F
Rapididad 50 mts	MB	7.0	7.9	7.0	7.9	7.0	7.9	6.8	7.7
	B	7.1	8.0	7.1	8.0	7.1	8.0	7.0	7.8
		7.6	9.2	7.6	9.2	7.6	9.2	7.4	9.0
	R	7.7	9.3	7.7	9.3	7.7	9.3	7.5	9.1
		8.2	10.1	8.2	10.1	8.2	10.1	8.0	9.9
M	+8.2	+10.1	+8.2	+10.1	+8.2	+10.1	+8.0	+9.9	
Resistencia. Masc. 1000mts Fem. 800	MB	3.15	3.15	3.10	3.10	3.05	3.05	3.01	3.01
	B	3.16	3.16	3.11	3.11	3.06	3.06	3.02	3.02
		4.00	3.55	3.55	3.50	3.50	3.45	3.41	3.41
	R	4.01	3.55	3.55	3.51	3.51	3.45	3.42	3.42
		4.25	4.50	4.20	4.45	4.15	4.40	4.36	4.32
M	+4.25	+4.50	+4.20	+4.45	+4.15	+4.40	+4.36	+4.32	
Fuerza de Brazos Planchas (Rep. Máx)	MB	32	22	33	22	34	22	38	26
	B	31	21	32	21	33	21	37	25
		24	16	25	16	26	16	30	20
	R	23	15	24	15	25	15	29	19
		19	13	20	13	21	13	25	17
M	-19	-13	-20	-13	-21	-13	-25	-17	
Fuerza de Piernas Salto Largo s / i	MB	2.25	1.75	2.30	1.80	2.35	1.85	2.40	2.00
	B	2.24	1.74	2.29	1.79	2.34	1.84	2.39	1.99
		2.05	1.50	2.10	1.55	2.15	1.79	2.20	1.84
	R	2.04	1.49	2.09	1.54	2.14	1.78	1.83	1.83
		1.85	1.44	1.90	1.48	1.95	1.54	1.78	1.59
M	-1.85	-1.44	-1.90	-1.48	-1.95	-1.54	-1.78	1.59	

TIEMPO DE COMBATE POR CATEGORÍA Y DIVISIONES DE PESOS

CATEG.	13 - 14		15 - 16		17 - 20	
SEXO	M	F	M	F	M	F
No. De ASALT.	3 ASALTOS					
TIEMPO DE COMB.	1. 30 min.		2. 00 min.		3. 00 min.	
DESC. ENTRE ASALT.	1 min. Descanso.					
DIV.	40,43 46,4 9,53, 57,62 y +62	38,41, 44,47, 51,55, 60 y +60	48,51, 54,58, 62,67, 72 y +72	43,47, 51,55, 59,63, 67 y +67	54,58, 62,67, 72,78, 84 y +84	47,51, 55,59, 63,67, 72 y +72

TEST PEDAGÓGICOS ESPECIALES

1. Rapidez (Frecuencia de pateo de 6 a 10 seg. de trabajo).
2. Resistencia (Frecuencia de pateo de 30 a 45 seg. de trabajo).

SISTEMA DE EVALUACIÓN:

Comparar los resultados entre los tests efectuados.

REGLAMENTO DE COMPETENCIAS

Artículo 1. Propósito

El propósito del reglamento de competencia es administrar de manera justa y fluida todos los asuntos concernientes a las competencias de todos los niveles que promueva y/u organice la WTF, uniones regionales y asociaciones nacionales miembros, asegurando la aplicación de reglas estandarizadas.

Artículo 2. Aplicación

El reglamento de competencia deberá aplicarse en todas las competencias que promueva y/u organice la WTF, cada unión regional y las asociaciones nacionales miembros. Sin embargo, cualquier asociación nacional miembro que desee modificar alguna parte del reglamento de competencia debe obtener primero el consentimiento de la WTF.

Artículo 3. Área de Competencia

El área de competencia comprenderá la medida del área de combate 10m x 10m en el sistema métrico decimal, tendrá una superficie uniforme libre de obstáculos y estará cubierta con un material elástico. Sin embargo, el área de combate puede ser instalado sobre una plataforma de 0.5 m-0.6 m de alto desde la base, en cuyo caso la parte externa a la línea de límite observará una inclinación gradual descendente de menos 30 grados para seguridad de los competidores.

3.1. Demarcación del área de competencia

3.1.1. El área de 10 m x 10 m será llamada Área de Competencia, y la línea demarcadora del Área de Competencia será llamada Línea Límite. El escritorio del Registrador y la Comisión Médica adyacentes y cercanos estarán frente la Línea Límite N° 1. Siguiendo el sentido de las agujas del reloj desde la Línea Límite N°1, las otras líneas serán llamadas Línea Límite N°2, N°3, y N°4.

3.2. Indicación de Posiciones

3.2.1. Posición del Árbitro

Deberá indicarse a una distancia de 1.5 *m* hacia atrás del centro del área de combate, hacia la tercera línea límite y será designada como la marca del árbitro.

3.2.2. Posición de los Jueces

La posición del 1er Juez deberá estar marcada en un punto a 0.5 *m* desde la esquina de la Línea Límite N^o1 y la Línea Límite N^o2. La posición del 2º Juez deberá estar marcada en un punto a 0.5 *m* desde la esquina de la Línea Límite #2 y la Línea Límite #3. La posición del 3er Juez deberá estar marcada en un punto a 0.5 *m* desde la esquina de la Línea Límite #3 y la Línea Límite #4. La posición del 4º Juez deberá estar marcada en un punto a 0.5 *m* desde la esquina de la Línea Límite #4 y la Línea Límite #1.

Posición del Registrador

La posición del registrador deberá estar marcada en un punto 2 *m* atrás de la Línea Límite #1 de cara al área de Competencia 2 *m* adyacente a la esquina de la Línea Límite #1 y la Línea Límite #2.

2.2.4. Posición de la Comisión Médica

La posición de la comisión de médicos será marcada a 3 metros a la derecha del centro de la línea límite.

2.2.5. Posición de los Competidores

La posición de los competidores deberá ser marcada en dos puntos opuestos, desde 1 *m* partiendo de un punto en el centro del Área de competencia, 5 *m* desde la Línea Límite #1 (competidor rojo frente a la Línea Límite #2 y el azul frente a la #4).

2.2.6. Posición de los Entrenadores

La posición de los Entrenadores será marcada en un punto a 1 *m* hacia afuera de la Línea Límite enfrente del punto central del lado de cada competidor.

3.2.7. Posición de la Mesa de Inspección

La mesa de inspección deberá estar cerca de la entrada al área de competencia y ahí se llevará a cabo la inspección del equipo de protección de los competidores.

I. Campo de Juego del Taekwondo	1. Marca del Árbitro
II. Area de Competencia	2. Marca de los Jueces
III. Límite	3. Marca del Registrador
III-1. 1 st Línea Límite	4. Marca de la Comisión Médica
*2 ^a , 3 ^a & 4 ^a Líneas Límite en sentido horario	5.-1. Marca del Competidor Azul
	5-2. Marca del Competidor Rojo
	5-3. Marca del Entrenador Azul
	5-4. Marca del Entrenador Rojo

Artículo 4. Competidores

4.1. Requisitos de los Competidores

4.1.1. Poseer la nacionalidad del equipo por el que participa.

4.1.2. Estar designado por su Asociación Nacional de Taekwondo.

4.1.3. Poseer el Certificado de Dan de Taekwondo extendido por la Kukkiwon/WTF y en el caso del Campeonato Mundial Juvenil poseer el certificado de Kukkiwon de Poom/Dan para las edades de 14-17 años basado en el año en que se celebra el Campeonato.

4.2. Uniforme de los Competidores y Equipamiento de protección

4.2.1. Los competidores deberán llevar el protector de tronco, protector de cabeza, protector de ingle, protector de brazos y canilleras, guantines y un bucal antes de entrar en el área del combate.

4.2.2. El protector de la ingle, protector de antebrazo y canilleras, tendrán que estar debajo del uniforme de Taekwondo. El competidor debe llevar los protectores aprobados por la WTF, al igual que los guantines y el protector bucal, para su uso personal. Usar otros accesorios en la cabeza que no sea el protector no será permitido.

4.3. Control Médico

4.3.1. Los eventos de Taekwondo promovidos o sancionados por la WTF, el uso o administración de cualquier droga o sustancias químicas descritas por las leyes antidopaje por la WTF, está prohibido. Sin embargo se aplicarán las leyes antidoping del COI a las competencias de Taekwondo, Juegos Olímpicos y otros Juegos Deportivos Multideportes.

4.3.2. La WTF puede efectuar cualquier control médico para detectar si algún competidor ha cometido alguna infracción a esta norma, y cualquier ganador que niegue someterse a dicho control, si se demuestra que ha cometido dicha infracción será descalificado y el registro deberá ser transferido al siguiente competidor dentro de la clasificación en la competencia.

4.3.3. El Comité organizador será responsable de los arreglos para aplicar las pruebas médicas.

4.3.4. Los detalles de la regulación antidopaje de la WTF será promulgadas como parte de las leyes.

Artículo 5. División de Pesos

5.1 Los pesos son divididos masculino y femenino.

5.2. Las divisiones por peso son de la siguiente manera:

<u>Peso</u> <u>Categoría</u>	<u>División Masculina</u>	<u>División Femenina</u>
Fin	No excede 54kg	No excede 47 kg
Fly	Más de 54 kg & No excede 58 kg	Más 47 kg & No excede 51 kg
Bantam	Más 58 kg & No excede 62 kg	Más 51 kg & No excede 55 kg
Feather	Más 62 kg & No excede 67 kg	Más 55 kg & No excede 59 kg
Light	Más 67 kg & No excede 72 kg	Más 59 kg & No excede 63 kg
Welter	Más 72 kg & No excede 78 kg	Más 63 kg & No excede 67 kg
Middle	Más 78 kg & No excede 84 kg	Más 67 kg & No excede 72 kg
Heavy	Más 84 kg	Más 72 kg

Las divisiones por peso para los Juegos Olímpicos son las siguientes:

<u>Peso</u> <u>Categoría</u>	<u>División Masculina</u>	<u>División Femenina</u>
Fin	No excede 54kg	No excede 47 kg
Fly	Más de 54 kg & No excede 58 kg	Más 47 kg & No excede 51 kg
Bantam	Más 58 kg & No excede 62 kg	Más 51 kg & No excede 55 kg
Feather	Más 62 kg & No excede 67 kg	Más 55 kg & No excede 59 kg
Light	Más 67 kg & No excede 72 kg	Más 59 kg & No excede 63 kg
Welter	Más 72 kg & No excede 78 kg	Más 63 kg & No excede 67 kg
Middle	Más 78 kg & No excede 84 kg	Más 67 kg & No excede 72 kg
Heavy	Más 84 kg	Más 72 kg

Las divisiones por peso para el Campeonato Mundial Juvenil son las siguientes:

<u>Peso Categoría</u>	<u>División Masculina</u>	<u>División Femenina</u>
Fin	No excede 45kg	No excede 42 kg
Fly	Más 45 kg & No excede 48 kg	Más 42 kg & No excede 44 kg
Bantam	Más 48 kg & No excede 51 kg	Más 44 kg & No excede 46 kg
Feather	Más 51 kg & No excede 55 kg	Más 46 kg & No excede 49 kg
Light	Más 55 kg & No excede 59 kg	Más 49 kg & No excede 52 kg
Welter	Más 59 kg & No excede 63 kg	Más 52 kg & No excede 55 kg
Light Middle	Más 63 kg & No excede 68 kg	Más 55 kg & No excede 59 kg
Middle	Más 68 kg & No excede 73 kg	Más 59 kg & No excede 63 kg
Light Heavy	Más 73 kg & No excede 78 kg	Más 63 kg & No excede 68 kg
Heavy	Más 78 kg	Más 68 kg

Artículo 6. Clasificación y Métodos de Competencia

6.1. Las competencias se dividen de la siguiente forma.

6.1.1. La competencia individual será normalmente entre competidores de la misma categoría de peso. Cuando es necesario se pueden combinar categorías próximas de peso para crear una categoría única. Ningún competidor tiene permitido participar en más de una categoría de peso por evento.

6.1.2. Competencia por Equipos – Sistema de Competencia

6.1.2.1. Cinco (5) competidores por clasificación de peso, con las siguientes categorías:

<u>División Masculina</u>	<u>División Femenina</u>
No excede 54 kg	No excede 47 kg
Más 54 kg & No excede 63 kg	Más 47 kg & No excede 54 kg
Más 63 kg & No excede 72 kg	Más 54 kg & No excede 61 kg
Más 72 kg & No excede 82 kg	Más 61 kg & No excede 68 kg
Más 82 kg	Más 68 kg

6.1.2.2. Ocho (8) competidores por divisiones de peso

6.1.2.3. Cuatro (4) competidores por divisiones de peso (fusiones de ocho divisiones de peso en cuatro, con combinación de dos categorías adyacentes).

6.2. Los sistemas de competencia se dividen como sigue:

6.2.1 Torneo de Sistema de Eliminación Simple

6.2.2. Round Robin. Sistema de Competencia en el que todos los participantes se enfrentan unos a otros

6.3. La Competencia de Taekwondo en los Juegos Olímpicos deberá realizarse con el Sistema de Competencia Individual entre Competidores.

6.4. Todas las Competencias de Nivel Internacional reconocidas por la WTF deben realizarse con la participación de al menos 4 países con no menos de cuatro competidores en cada categoría de peso; no podrán incluirse dentro de los resultados oficiales las categorías con menos de 4 competidores.

• Sistema de Puntuación:

El ranking (ubicación en tabla de puntuación) del equipo se decidirá por el total de puntos basados en las siguientes indicaciones:

- Un punto (1) básico por cada participante que ingresa al área de competencia, después de pasar el pesaje oficial.
- Un (1) punto por cada triunfo (triunfo incluso por un bye).
- Siete (7) puntos adicionales por una medalla de oro.
- Tres (3) puntos adicionales por una medalla de plata.
- Un (1) punto adicional por una medalla de bronce.

En el caso de haber más de dos equipos en empate, el ranking se decidirá por: 1) número de medallas de oro, medallas de plata y bronce ganadas por el equipo en ese orden; 2) el número de competidores participantes y 3) mayor puntaje en las categorías de mayor peso.

Artículo 7. Duración de los Combates

La duración del combate será de tres rounds, de dos minutos con un minuto de descanso entre round. En caso de empate en la puntuación después de completar el 3º round, se realizará un 4º round de dos minutos a muerte súbita luego de que haya pasado un minuto de haber finalizado el 3º round.

Artículo 8. Sorteo de Llaves

8.1. El sorteo de Llaves debe ser realizado un día antes de la competencia en presencia de los oficiales de la WTF y de los representantes de las naciones participantes. El sorteo debe ser hecho desde la Categoría Fin (Minimosca) hacia arriba y en orden alfabético de acuerdo a los nombres oficiales de las naciones participantes en idioma inglés.

8.2. Si los delegados de un país están ausentes en un sorteo, se designará un oficial que los represente.

8.3. El orden del sorteo puede modificarse si así se decide en la Junta de Jefes de Equipo.

Artículo 9. Pesaje

9.1. El pesaje de los competidores para el día de la competencia debe ser realizado un día previo de la competencia pertinente.

9.2. Durante el pesaje, los competidores masculinos y las competidoras femeninas usarán ropa interior. Sin embargo, el pesaje puede realizarse con los competidores desnudos en el caso que así lo deseen.

9.3. El pesaje será llevado a cabo una vez, sin embargo un pesaje más es admitido dentro del tiempo límite para el competidor que no calificó la primera vez.

9.4. Para evitar ser descalificado durante el pesaje oficial, antes de la Competencia, el Comité organizador deberá asegurarse de proveer la balanza para la verificación del peso igual a la oficial el cual deberá estar ubicado en el alojamiento del competidor o en un recinto para el pre-pesaje.

Artículo 10. Procedimiento del Combate

10.1. *Llamado a los Competidores*

Deberá anunciarse 3 veces el nombre de los competidores, empezando 3 minutos antes del inicio programado del combate. Si un competidor no acude al área de competencia dentro del minuto siguiente al inicio programado del combate, se considerará que ha abandonado la competencia.

10.2. *Inspección Física y de Uniformes*

Después de que se los llame, los competidores deben someterse a una revisión física y de equipo, por un inspector designado por la WTF en la mesa de inspección. Los competidores no deben mostrar ningún signo de hostilidad y tampoco deben portar material alguno que pueda causarle daño al otro competidor.

10.3. Ingreso al Área de Competencia

Después de la revisión, el competidor deberá entrar al área de espera con su entrenador.

10.4. Inicio y final del Combate

El combate, en cada asalto se empezará con la declaración de “Siyak” (comenzar) por parte del árbitro y terminará con la declaración de “Kuman” (final), por el mismo árbitro. Sin embargo aunque el Árbitro no haya declarado “kuman”, el combate queda concluido si el tiempo establecido a terminado.

10.5. Procedimiento antes del Inicio y Después del final del Combate

10.5.1. Los competidores deben ponerse uno frente al otro y realizar el saludo a la orden de “Chariot” (atención) y “Kiongye” (saludo) por parte del árbitro, inclinándose desde la cintura con un ángulo de unos 30 grados con la cabeza inclinada con un ángulo de unos 45 grados y con los puños apretados al lado de las piernas.

10.5.2. El árbitro dará comienzo del combate con la orden de “Chumbi” (preparados), y “Siyak” (empezar).

10.5.3. Después del final del último round los competidores deberán quedarse de pie en sus respectivos lugares, uno frente a otro e intercambiarán un saludo con la orden de “Chariot” y “Kyongye” por parte del árbitro y esperarán de pie a que el árbitro declare la decisión del resultado.

10.5.4. El árbitro declarará al ganador levantando su propia mano del lado del ganador.

10.5.5. Retirada de los competidores.

10.6. Procedimiento para la Competencia por Equipos

10.6.1 Ambos equipos se deben formar alineados en el orden previamente entregado con la vista hacia la primera línea límite desde la marca de los competidores.

10.6.2. Los procedimientos para antes del inicio y después del fin del combate será el mismo que se describió en el punto cinco de este artículo.

10.6.3. Ambos equipos deberán retirarse del área del combate y esperar el turno de cada combate en un área designada.

10.6.4. Ambos equipos se formarán frente a frente en el área de competencia inmediatamente después de que termine el último combate.

10.6.5. El árbitro declarará el equipo ganador levantando su propia mano del lado del equipo ganador.

Artículo 11. Áreas y Técnicas Permitidas

11.1. Técnicas permitidas

11.1.1. Técnicas de puño:

Asestar técnicas usando las partes frontales de los dedos índice y medio con el puño bien cerrado.

11.1.2. Técnicas de pie:

Asestar técnicas usando la parte del pie por debajo del tobillo.

11.2. Áreas permitidas

11.2.1. Tronco:

Atacar con las técnicas de puño y pié en las áreas cubiertas por el protector de tronco son permitidas. Sin embargo los ataques no serán hechos sobre la parte de la espina dorsal.

11.2.2. Cara:

Esta área es la cara, excluyendo la parte posterior de la cabeza y solo es permitido atacar con las técnicas del pie.

Artículo 12. Puntos Válidos

12.1. Áreas Legales de Puntuación

12.1.1. Sección Media del Tronco:

La parte cubierta por el protector del tronco.

12.1.2. Cara:

La parte completa de la cara incluyendo los oídos.

12.2. Los puntos válidos se determinarán cuando las técnicas permitidas sean ejecutadas correctamente, con precisión y fuerza sobre el área del cuerpo habilitadas para la puntuación.

12.3. *Los puntos válidos son divididos*

12.3.1. Uno (1): Punto por ataque al protector del tronco.

12.3.2. Dos (2): Puntos por ataque a la cara.

12.3.3. Un (1): Punto adicional será concedido en el combate, cuando el competidor hace un Knocked down ("noqueado") y el árbitro cuenta.

12.4. El resultado del combate se obtendrá al sumar los puntos de los tres rounds.

12.5. Invalidación de Puntos

Cuando un competidor realiza un ataque para hacer punto y hace uso de acciones prohibidas, estos puntos ganados serán anulados.

Artículo 13. Puntuación y Publicación

13.1. Los puntos válidos serán inmediatamente publicados y registrados.

13.2. Cuando se usen protectores sin equipo electrónico, cada juez deberá marcar los puntos válidos con el marcador electrónico o en las papeletas de juez.

13.3. *Cuando se use el protector de tronco electrónico.*

13.3.1. Los puntos válidos que se hagan sobre la parte media del tronco se registrarán automáticamente por medio del transmisor electrónico del protector del tronco.

13.3.2. Los puntos válidos que se hagan sobre la cara serán marcados por cada juez con el marcador electrónico o en la papeleta del juez.

13.4. En caso de que se contabilice con el contador electrónico o en la papeleta del juez los puntos válidos serán aquellos reconocido por tres o más jueces.

Artículo 14. Actos Prohibidos y Penalidades

14.1. Las penalizaciones sobre cualquier acto prohibido será declarado por los árbitros.

14.2. Las penalidades son divididas entre “Kyong-go (amonestación)” y “Gam-jeom (deducción de punto)”.

14.3. Dos “Kyong-go” serán contabilizados con la deducción de un (1) punto. Sin embargo, el “Kyong-go” impar no será contabilizado en la suma total.

14.4. Un “Gam-jeom” será contabilizado como menos un (-1) punto.

14.5. *Actos Prohibidos*

14.5.1. Los siguientes actos deben ser clasificados como actos prohibidos y deben ser declarado “kyong go”:

14.5.1.a. Cruzar la línea límite.

14.5.1.b. Evadir al oponente dando la espalda.

14.5.1.c. Caer al piso.

14.5.1.d. Evitar el combate.

14.5.1.e. Agarrar, asir o empujar al oponente.

14.5.1.f. Atacar por debajo de la cintura.

14.5.1.g. Fingir lesión.

14.5.1.h. Cabezazo o atacar con la rodilla.

14.5.1.i. Golpear la cara del oponente con la mano.

14.5.1.j. Hacer comentarios indeseables o alguna mala conducta por parte del competidor o del entrenador.

14.5.2. *Los siguientes actos deben ser clasificados como actos prohibidos y debe ser declarado “Gam-jeom”.*

- 14.5.2.a. Atacar al oponente después de “kal yeo”.
- 14.5.2.b. Atacar al oponente caído.
- 14.5.2.c. Derribar al oponente, sujetando con el brazo el pie que esta realizando una patada o empujando al oponente con la mano.
- 14.5.2.d. Atacar intencionalmente la cara del oponente con la mano.
- 14.5.2.e. Interrumpir el desarrollo de combate por parte del competidor o entrenador.
- 14.5.2.f. Comentarios o comportamiento violento o extremo de parte del competidor o entrenador.
- 14.6. Cuando un competidor se rehúse a cumplir con el reglamento de competencia o con una orden del árbitro, éste podrá declarar al competidor perdedor por sanciones, después de un minuto.
- 14.7. Cuando un competidor acumule cuatros puntos negativos (- 4), el árbitro deberá declararlo perdedor por sanciones.
- 14.8. Las sanciones “Kyong go” y “Kanchom” serán contabilizados en el puntaje total de los tres rounds.
- 14.9. Cuando el Árbitro suspende una contienda para declarar “Kyong go” y “Kanchom” el tiempo de combate no debe ser contado, desde el momento que el Árbitro declara “shi gan” o “kye shi” hasta “kye sok”, que es declarado para reanudar el combate.

Artículo 15. Muerte Súbita y Decisión de Superioridad

15.1. En caso de haber finalizado con el marcador empatado al completar el 4º round, el ganador será decidido por superioridad por todos los árbitros oficiales. La decisión final será basada en la iniciativa demostrada durante el 4º round.

Artículo 16. Decisiones

- 16.1. Ganar por K.O. (Knock Out).
- 16.2. Ganar por ASC (Árbitro Suspende el Combate).
- 16.3. Ganar por puntuación o superioridad.
 - 16.3.1. Ganar por la puntuación final.
 - 16.3.2. Ganar por diferencia de puntos.

Cuando son 7 puntos de diferencia el combate será parado y se declarará un vencedor.
 - 16.3.3. Ganar por límite de puntos.

Cuando el puntaje de un competidor llega al máximo de 12 puntos, el combate será parado y se declarará un ganador.
- 16.4. Ganar por abandono.
- 16.5. Ganar por descalificación.

16.6. Ganar por las sanciones declaradas por el árbitro.

Artículo 17. Knock Down

17.1. Cuando cualquier parte del cuerpo, que no sea la planta de los pies, toca el suelo debido a la fuerza de una técnica realizada por el oponente.

17.2. Cuando un competidor se tambalea demostrando no tener intención o capacidad para continuar el combate.

17.3. Cuando el Árbitro juzga que el competidor no puede continuar a causa de un golpe técnico contundente que haya recibido.

Artículo 18. Procedimiento en el Caso de un Knock Down

18.1. Cuando un competidor derriba a su oponente con una técnica legítima, el Árbitro debe tomar las siguientes medidas.

18.1.1. Declarar Kalyeo para mantener al atacante alejado del competidor caído.

18.1.2. Contar con voz alta desde Hanna (1) hasta Youl (10) con intervalos de un segundo, dirigiéndose al competidor caído y señalando con las manos como transcurre el tiempo.

18.1.3. En caso de que el competidor caído se incorpore durante la cuenta del Árbitro y desee continuar el combate, el Árbitro deberá continuar la cuenta hasta "Yodol" (8) para que se recupere.

El Árbitro deberá entonces determinar si el competidor se ha recuperado y, si es así, continuar el combate con la orden de "Kesok" (continuar).

18.1.4. Cuando un competidor que ha sido derribado no demuestra que desea reanudar el combate al llegar a la cuenta de "Yodol" (8), el Árbitro deberá anunciar que el otro competidor ha ganado por Knock-out.

18.1.5. La cuenta deberá continuarse aún después del final del round o si el tiempo del combate ha terminado.

18.1.6. En caso de que ambos competidores estén derribados, el Árbitro continuará con la cuenta hasta que uno de los competidores se haya recuperado lo suficiente para seguir el combate.

18.1.7. Si ninguno de los competidores se recupera antes de la cuenta de "Youl" (10), el ganador se determinará por la puntuación del combate antes de que ocurriera el derribo (Knock Down).

18.1.8. Cuando el Árbitro juzgue que un competidor no puede continuar, el Árbitro puede decidir al ganador ya sea sin contar o durante la cuenta.

18.2. *Procedimiento a seguir después del combate:*

No se permitirá competir durante los 30 días siguientes a ningún competidor que haya sufrido un Knock-out por un golpe a la cabeza.

Antes de entrar a una nueva competencia después de transcurrido los 30 días, la Federación Nacional de Taekwondo designará un médico que revise al competidor y certifique si se ha recuperado y está apto para competir.

Artículo 19. Procedimientos para Suspender el Combate

Cuando un combate deba detenerse porque uno o ambos competidores estén lesionados, el Árbitro debe tomar las siguientes medidas:

19.1. Declarar “Kalyo” para suspender el combate y ordenar al encargado de cronometrar que detenga el tiempo mediante la declaración de “Kyeshi”.

19.2. Permitir que el competidor reciba los primeros auxilios durante un minuto.

19.3. Declarar perdedor al competidor que no demuestre el deseo de continuar el combate después de transcurrido 1 minuto, aún en caso de lesión leve.

19.4. Perderá el competidor que haya causado la lesión mediante una acción prohibida que se sancione con “Kanchom”, en caso que sea imposible reanudar el combate después de un minuto.

19.5. En caso de que ambos competidores estén derribados y no estén aptos para continuar el combate después de un minuto, se decidirá el ganador según la puntuación que se tuviera antes de que ocurrieran las lesiones.

19.6. Cuando se juzgue que está en riesgo la salud de un competidor debido a que haya perdido la conciencia o esté en un estado aparente peligroso, el Árbitro suspenderá el combate de inmediato y ordenará que se le administre los primeros auxilios. El Árbitro declarará perdedor al competidor que cause la lesión si se considera que éste resultó de una acción prohibida que se sancione con “Kanchom”. En caso de que no se considere que el ataque deba sancionarse con “Kanchom”, deberá decidirse el ganador con base a la puntuación del combate antes de la suspensión del tiempo.

Artículo 20. Árbitros Oficiales

20.1. Calificación:

Poseer el Certificado de Árbitro Internacional registrado por la WTF.

20.2. Obligaciones:

20.2.1. Árbitro:

20.2.1.1. El Árbitro deberá controlar el combate.

20.2.1.2. El Árbitro deberá declarar “Siyak”, “Kuman”, “Kalyo”, “Kyesok”, y “Kyeshi”, al ganador y al perdedor, deducciones de punto, amonestaciones y abandonos todas las declaraciones del Árbitro deberán hacerse cuando se confirmen los resultados.

20.2.1.3. El Árbitro tiene el derecho de tomar decisiones independientemente de acuerdo con las normas establecidas.

20.2.1.4. El Árbitro no debe otorgar puntos.

20.2.1.5. En caso de empate en la puntuación del match, la decisión de superioridad será decidida por todos los árbitros oficiales después del final del tercer round de acuerdo con el artículo 15.2.

20.2.2. Jueces:

20.2.2.1. Los jueces deberán marcar los puntos válidos inmediatamente.

20.2.2.2. Los jueces deberán dar su opinión honrada siempre que sea requerida por el Árbitro.

20.3. Responsabilidad por el fallo:

Las decisiones tomadas por los Árbitros o por los jueces serán decisivas y ellos serán responsables de sus decisiones ante el Consejo de Arbitraje.

20.4. Uniforme de los Árbitros y Jueces:

20.4.1. Los Árbitros y Jueces deberán llevar el uniforme asignado por la WTF.

20.4.2. Los Árbitros y Jueces no deberán llevar ningún material al área de competencia que pueda interferir con el combate.

Artículo 21. Registrador

El Registrador es el encargado de cronometrar y llevar el tiempo del combate, los períodos de tiempo fuera y las suspensiones. También deberá registrar y publicar los puntos otorgados y/o las deducciones de punto.

Artículo 22. Asignación de los Árbitros Oficiales

22.1. Composición de árbitros oficiales

22.1.1. Cuando se usan protectores pectorales sin equipo electrónico, los oficiales requeridos son: un (1) Árbitro y cuatro (4) jueces.

22.1.2. Cuando se usan protectores pectorales con equipo electrónico, los oficiales requeridos son: 1 Árbitro y 2 jueces

22.2. Asignación de Árbitros Oficiales

22.2.1. La asignación de los Árbitros y jueces deberá hacerse después de que se fije el horario de competencia.

22.2.2. Los Árbitros y Jueces que tengan la misma nacionalidad que uno de los competidores no deberán asignarse a tal combate. Sin embargo, se hará una excepción con los jueces cuando el número de Árbitros y jueces sea insuficiente, según sea el caso.

Artículo 23. Otros Asuntos no Especificados en las Reglas

En el caso que ocurran otros asuntos no especificados en las reglas, se procederá de la siguiente manera:

23.1. Los asuntos relacionados con la competencia deberán ser decididos mediante consenso de los oficiales de arbitraje del combate en cuestión.

23.2. Los asuntos que no estén relacionados con la competencia, serán decididos por el Consejo Ejecutivo o su Delegación.

23.3. El Comité organizador deberá estar preparado con un reproductor de video en cada zona de combate para grabar y preservar el proceso del combate.

Artículo 24. Arbitraje

24.1. Composición del Consejo de Supervisión de Competencia

24.1.1. Calificación de los miembros: Los miembros del Consejo de Supervisión de Competencia de los Miembros del Consejo Ejecutivo de la WTF o personas con suficiente experiencia en el Taekwondo y quienes son recomendados por el Presidente de la WTF o Secretario General. Un delegado técnico será el miembro de oficio.

24.1.2. Composición del Consejo de Supervisión de Competencia: Un jefe y menos de 6 miembros más el Delegado Técnico.

24.1.3. El Presidente, bajo la recomendación del Secretario General, será nombrado como Coordinador y miembro del Consejo de Supervisión de Competencia

24.2. Responsabilidad:

El Consejo de Supervisión de Competencia deberá hacer correcciones de juicios incorrectos según sus decisiones en cuanto a protestas y deberán tomar medidas disciplinarias antes los oficiales que cometan los juicios incorrectos o cualquier conducta ilegal y los resultados de estos deberán ser enviados al Secretario de la WTF.

24.3. Procedimiento de Protesta

24.3.1. En caso de existir una objeción a un juicio un delegado debe presentar una Solicitud al Consejo de Arbitraje para re evaluar una decisión (Solicitud de Protesta), junto con la cuota prescrita, dentro de los diez minutos posteriores al combate pertinente.

24.3.2. La deliberación de la re evaluación se llevará a cabo excluyendo a aquellos miembros que tengan la misma nacionalidad que algunos de los dos competidores involucrados, y la resolución de la deliberación debe hacerse por mayoría.

24.3.3. Los Miembros del Consejo de Arbitraje pueden llamar al Árbitro y a los jueces para confirmar los sucesos.

24.3.4. La resolución hecha por el Consejo de Arbitraje será definitiva y no podrá aplicarse ningún medio de apelación.

24.4. Procedimiento de Sanción

24.4.1. El Presidente o Secretario General de la WTF (el Delegado Técnico en caso de ausencia de ambos) puede solicitar al Comité Extraordinario de Sanción para deliberar cuando cualquiera de las siguientes conductas sean cometidas por el competidor o el entrenador:

24.4.1.a. Interferencia con el manejo del combate.

24.4.1.b. Excitación de los espectadores o crear rumores falsos.

24.4.2. Cuando se considera razonable, el Comité Extraordinario de Sanción deliberará sobre el asunto y tomará acción disciplinaria inmediatamente. El resultado de la deliberación será anunciada al público y reportada posteriormente a la Secretaria de la WTF.

24.4.3. El Comité Extraordinario de Sanción puede convocar a la persona involucrada para la confirmación de los sucesos.

REGLAMENTO DE EXAMEN NACIONAL

A. Disposiciones Generales

Artículo No.1: Propósito

El propósito de este reglamento es el de regular todos los asuntos referentes a los otorgamientos de cinturones y grados de taekwondo en la República de Cuba garantizando la aplicación de un reglamento unificado. Cualquier otorgamiento de cinturón o grado que no siga los principios de este reglamento no será reconocido por la Federación Cubana de Taekwondo.

Artículo No.2: Aplicación

El reglamento de exámenes y grados debe ser aplicado en todas las áreas del territorio Nacional y es valido para todos los practicantes sistemáticos, profesores y árbitros.

Artículo No.3: Administración de grados

Los otorgamientos de los cinturones Negros y Negros-Rojos (pum) deben ser documentados en los archivos de la Federación Cubana de Taekwondo según tomo y folio. Las comisiones provinciales tienen la obligación administrar y archivar de manera independiente los otorgamientos de Cinturones Negros y Pum de los practicantes de su provincia. Además deben controlar y archivar todos los resultados de exámenes para Cinturones de Color realizados en su provincia o fuera de ellas.

Artículo N. 4: Otorgamiento de Grados.

Los grados de la Federación Cubana se otorgan de las siguientes formas:

- Examen.
- Resultados Deportivos.
- Honoríficos.

Los exámenes u otorgamientos para Cinturones Negros se efectuaran en tres zonas Geográficas del País y los mismos se efectuarán al menos por dos miembros de la Comisión Nacional de Examen. Las regiones serán Occidental, Central y Oriental.

1. Tiempo de Práctica y edades Mínimas para Exámenes Técnicos

Se otorgarán los cinturones y grados con las edades y tiempos mínimos correspondientes.

CINTURON	GRADO	TIEMPO DE PRACTICA	EDADES MINIMAS
BLANCO	10mo. Kup	6 meses	Hasta 7 años
	9no. Kup	6 meses	
AMARILLO	8vo. Kup	6 meses	8 años
	7mo. Kup	6 meses	
VERDE	6to. Kup	6 meses	9 años
	5to. Kup	6 meses	
AZUL	4to. Kup	6 meses	10 años
	3er. Kup	6 meses	
ROJO	2do. Kup	1 año	11 años
	1er. Kup	1 año	12 años
NEGRO ROJO	Pura	2 años	15 años
NEGRA	1er DAN	2 años	17 años
	2do DAN	2 años	
	3ro DAN	3 años	
	4to DAN	4 años	
	5to DAN	5 años	
	6to DAN	6 años	
	7mo DAN	7 años	
	8vo DAN	8 años	
	9no DAN	9 años	

BIBLIOGRAFÍA

DICK, FRANK W.: *Principios del entrenamiento deportivo (s/a).*

DOMÍNGUEZ, JESÚS Y LLANOS, JOSÉ LUIS.: Editorial Científico Técnica,
La Habana, (s/a).

Federación Mundial de Taekwondo (WTF), *Reglamento de competencia.* 2003.

HARRE, D.: *Teoría del Entrenamiento Deportivo,* Editorial Científico Técnica,
La Habana. 1983.

HARRE, D.: *Teoría del Entrenamiento Deportivo,* Editorial Científico Técnica,
La Habana. 1989.

RANSOLA, A. Y BARRIOS, J.: *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo,*
Editorial Deportes, La Habana. (s/a).