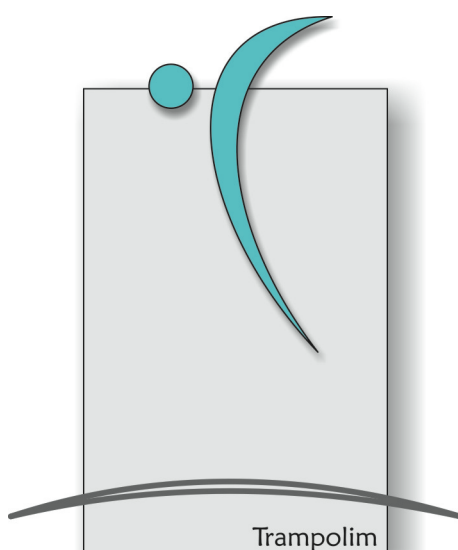




CÓDIGO DE PONTUAÇÃO

DUPLO MINI-TRAMPOLIM



2009 - 2012

DUPLO MINI-TRAMPOLIM

Válido a partir de 01.Janeiro.2009

A. REGRAS GERAIS

1. COMPETIÇÃO INDIVIDUAL

1.1. Uma competição de duplo mini-trampolim consiste em quatro séries com 2 elementos em cada uma.

1.1.1. Uma série de duplo mini-trampolim é caracterizada por altura, elementos com ritmo contínuo com rotação de pés para pés, sem hesitação ou saltos verticais intermédios.

1.1.2. Uma série de duplo mini-trampolim deve ser planeada de forma a demonstrar uma variedade de elementos à frente e atrás, com sem piruetas. A série deve mostrar um bom controlo, forma, execução, altura e manutenção de altura.

1.1.3. Numa série é permitido um máximo de três contactos na lona, sem qualquer salto vertical entre os elementos técnicos.

1.1.4. Cada série tem que terminar com um elemento de “*dismount*”, realizado a partir da zona de dismount/spotter para a área de recepção.

1.2. Preliminares

1.2.1. Há duas séries na competição preliminar.

1.2.2. A ordem de passagem para as preliminares é decidida por um sorteio. A ordem de passagem para as preliminares é decidida por um sorteio. Os ginastas são divididos em grupos de não mais que 16 ginastas por grupo. Cada grupo realiza a série F1 e F2 antes do grupo seguinte iniciar a competição preliminar.

1.3. Finais

1.3.1. Nas finais individuais são realizadas duas séries e na final de equipas é realizada uma série.

1.3.2. Os ginastas com as oito melhores notas das preliminares participam nas finais. Em competições FIG apenas 2 (dois) ginastas por federação podem competir na final. A competição inicia-se do zero.

1.3.3. A ordem de passagem para a final é por ordem de mérito. O ginasta com a nota mais baixa obtida nas preliminares salta em primeiro lugar. No caso de empate, ver regra 4.3.3.1. das Regras Técnicas (TR), Secção 4.

2. COMPETIÇÃO POR EQUIPAS

- 2.1. Uma equipa de DMT é constituída por um número mínimo de 3 (três) e um número máximo de 4 (quatro) ginastas por evento (competição masculina ou feminina).
- 2.2. Cada elemento da equipa executa duas séries de acordo com a regra 1.2.1. e uma série de acordo com a regra 1.3.1.

2.3. Sistema de pontuação

2.3.1. A nota da equipa em cada passagem é a soma das 3 (três) notas mais altas obtidas pelos elementos da equipa em cada série.

2.3.1.1. Em Campeonatos do Mundo as 5 (cinco) melhores equipas das preliminares qualificam-se para a final de equipas. Na final, todos os resultados (3) são considerados. A final de equipas inicia-se de zero. Ver também Reg. 4.3.3.2 de TR, Secção 4.

3. (-)

4. VENCEDORES

- 4.1. O vencedor é o ginasta, par, ou equipa com a pontuação mais elevada obtida na final.
- 4.2. As medalhas e classificações serão atribuídas de acordo com Reg. 10.3 de TR, Secção 1.

5. SÉRIES

- 5.1. Cada série consiste em 2 elementos técnicos (1 salto de mount ou spotter e 1 salto de dismount).

5.1.1. Um salto vertical de mount sem piruetas não é considerado elemento técnico. Se um salto vertical é utilizado como salto de spotter ou dismount, a série é considerada interrompida (regra 16.1.8)

- 5.2. Um elemento ou salto vertical realizado na zona de mount, tem que partir da zona de mount e aterrar na zona de spotter/dismount.

Um elemento de spotter tem que se iniciar a aterrar na zona de spotter/dismount.

Um elemento de dismount tem que se iniciar na zona de spotter/dismount e aterrar na área de recepção.

Qualquer violação da regra 5.2. resulta em interrupção de série (ver regra 16.1.7).

- 5.3. Os elementos só podem ser repetidos se realizados em diferentes partes do aparelho (mount, spotter ou dismount).

- 5.4. Segundas tentativas não são permitidas.

5.4.1. Caso um ginasta seja obviamente perturbado durante uma série (defeito do material ou evidente influência externa), o chefe do painel de juízes pode autorizar uma segunda tentativa. O vestuário do ginasta não pode ser classificado como “material”.

5.4.2. Barulho da assistência, aplausos e similares não constituem normalmente perturbações.

6. VESTUÁRIO DOS GINASTAS E AJUDANTES

6.1. Ginasta Masculino

- Maillot sem mangas
- Calções de ginástica
- Sapatilhas de ginástica brancas e/ou meias brancas

6.2. Ginasta Feminino

- Maillot com ou sem mangas (tem de ser justo ao corpo)
- Calças justas compridas podem ser usadas (têm de ser justas ao corpo)
- Maillot completo (uma peça) pode ser usado (tem de ser justo ao corpo)
- Qualquer outro “fato” que não seja justo ao corpo não é permitido
- Sapatilhas de ginástica brancas e/ou meias brancas
- Por razões de segurança, cobrir a face ou a cabeça não é permitido

6.3. O uso de jóias ou relógios não é permitido durante a competição. Anéis sem pedras podem ser usados desde que cobertos com adesivos.

6.4. O não cumprimento das regras 6.1., 6.2. e 6.3. pode resultar na desclassificação na série em que o facto decorre. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.5. Equipas

Ginastas de uma equipa têm que vestir equipamento uniforme. A violação desta regra resulta na desclassificação da equipa da competição de equipas. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.6. Emblema nacional ou emblema da Federação

Em eventos FIG o emblema nacional tem de ser usado, (têm de cumprir as regras da FIG para Publicidade), de outro modo haverá uma penalização de 0,1 pts na nota final de cada uma das séries em que ocorrer. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

6.7. Ajudantes

Fato de treino e sapatilhas de ginástica ou equivalente.

7. CARTAS DE COMPETIÇÃO

7.1. Cada série, com o valor da dificuldade de cada elemento, tem que ser escrita na carta de competição.

7.1.1. Em eventos FIG unicamente terminologia reconhecida ou sistema numérico da FIG podem ser utilizados para descrever os elementos escritos na carta de competição, caso contrário esta não será aceite.

7.2. A carta de competição tem de ser entregue no local e hora determinada pela comissão organizadora, de outro modo o ginasta pode não ser autorizado a participar. O chefe do secretariado é responsável pela entrega das cartas de competição aos respectivos juízes de dificuldade, pelo menos duas horas antes do início da competição.

7.3. Alterações de elementos e a ordem em que estão descritos na carta de competição é permitida, mas todos os acontecimentos têm que ser registados pelos juízes de dificuldade.

Nos eventos FIG a série da final de equipas é registada pelos juízes de dificuldade. Podem ser usados elementos ou séries das preliminares. (ver regra 15.2.)

8. DUPLO MINI-TRAMPOLIM

8.1. Ver normas FIG para o trampolim, tumbling e duplo mini-trampolim.

9. REGRAS DE SEGURANÇA

9.1. Ver regra 5.2 de TR, Secção 4.

9.1.1. – Um ginasta pode ter um ajudante (treinador).

9.1.2. – O colchão de apoio apenas pode ser usado pelo ajudante do ginasta.

10. REGISTO E SECRETARIADO

10.1. Em eventos FIG, tem que ser usado um programa de computador aprovado, para gravar e imprimir todos os resultados.

10.2. Em todos os eventos FIG e internacionais, uma cópia completa dos resultados deve ser enviada à FIG.

10.3. Deveres do chefe do secretariado:

10.3.1. Recolher e distribuir as cartas de competição de acordo com a regra 7.2. e efectuar o sorteio da ordem de passagem (ver também regra 1.2.2. e 1.3.3.).

10.3.2. Supervisão dos anotadores.

10.3.3. Determinar a ordem de passagem para cada série e estabelecer os grupos de aquecimento.

10.3.4. Registrar as notas de execução e dificuldade, bem como todas as penalizações.

10.3.5. Determinar e controlar os cálculos nas cartas de competição e folhas de pontuação.

10.3.6. Assegurar que todas as notas dos juízes, penalizações e nota final de uma série são mostradas ao público.

10.3.7. Elaborar uma lista completa dos resultados, indicando pelo menos a nota total, a nota de dificuldade e as penalizações em cada série, a classificação e pontuação total.

11. JÚRI SUPERIOR E JÚRI DE APELO

11.1. Ver regra 7.8.1. e 7.8.3. das Regras Técnicas, Secção 1.

11.2. Em DMT, o júri superior apenas funciona em Campeonatos do Mundo, Jogos Mundiais e Taças do Mundo.

B. PROCEDIMENTOS DE COMPETIÇÃO

12. AQUECIMENTO

- 12.1. O equipamento escolhido para a competição tem de ser colocado no recinto de competição pelo menos duas horas antes do início da competição, para que os ginastas possam aquecer nos mesmos aparelhos onde vão competir (ver regra 4.11.6. c) de TR, Secção 1).
- 12.2. Antes das preliminares e finais individuais, cada ginasta tem a possibilidade de efectuar duas passagens de aquecimento nos aparelhos de competição. Para a final de equipas, cada ginasta pode realizar uma passagem de aquecimento. Se um ginasta abusa do aquecimento, o chefe do painel de juízes pode indicar ao chefe do secretariado para deduzir 0,3 pts na nota final da primeira série após a ocorrência (ver regra 20.12).
- 12.2.1. O aquecimento nos aparelhos da competição, durante a competição, pode ser eliminado caso sejam providenciados aparelhos equivalentes num local adjacente com pelo menos 6 metros de altura.

13. INÍCIO DA SÉRIE

- 13.1. Cada ginasta inicia a sua série a um sinal do chefe do painel de juízes.
- 13.2. Depois de dado o sinal (regra 13.1.), o ginasta tem de iniciar o primeiro elemento técnico dentro de 20 (vinte) segundos. Caso o limite de tempo seja excedido, o ginasta tem uma dedução de 0,1 pts por cada juiz de execução, por indicação do chefe do painel de juízes (regra 21.4.1.)
- Se o limite de tempo for excedido como resultado de uma falha de equipamento ou outra causa significativa, nenhuma dedução deve ser efectuada. A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.
- 13.3. Se houver uma falsa partida e o ginasta não tocar no DMT, então pode reiniciar sem penalização, a um sinal do chefe do painel de juízes.

14. POSIÇÕES REQUERIDAS DURANTE UMA SÉRIE

- 14.1. Em todas as posições, excepto nas carpas de pernas afastadas, os pés e as pernas devem mantidos juntos, e os pés e as pontas esticadas.
- 14.2. Dependendo da característica do movimento, o corpo deve estar engrupado, encarpado ou empranchado.
- 14.3. Nas posições engrupada e encarpada as coxas devem estar junto ao tronco com excepção na fase de rotação longitudinal de mortais múltiplos (ver regra 14.7.).
- 14.4. Na posição engrupada as mãos devem tocar as pernas abaixo dos joelhos, com excepção na fase de rotação longitudinal de mortais múltiplos (ver regra 14.7.).
- 14.5. Os braços devem estar esticados e/ou junto ao corpo sempre que possível.

- 14.6. Para cada posição específica do corpo são definidos requisitos mínimos:
- 14.6.1. **Posição Empranchada:** o ângulo entre o tronco e as coxas tem de ser superior a 135°.
 - 14.6.2. **Posição Encarpada:** o ângulo entre o tronco e as coxas igual ou inferior a 135°, e o ângulo entre as coxas e as pernas tem de ser superior a 135°.
 - 14.6.3. **Posição Engrupada:** o ângulo entre o tronco e as coxas igual ou inferior a 135°, e o ângulo entre as coxas e as pernas tem de ser igual ou inferior a 135°.
- 14.7. Em mortais múltiplos com rotação longitudinal (piruetas), as posições engrupada e encarpada podem ser modificadas durante a fase de rotação longitudinal.

15. REPETIÇÃO DE ELEMENTOS TÉCNICOS

- 15.1. Um elemento técnico é considerado repetido se usado na mesma competição (em qualquer das 4 séries), mais que uma vez como mount, spotter ou dismount, de acordo com a regra 5.3. O valor da dificuldade de um elemento repetido não é tida em conta.
- 15.2. Em eventos FIG os elementos ou séries das preliminares podem ser usados nas finais de equipas.
- 15.3. Elementos técnicos com a mesma rotação mas realizados em diferentes posições (eng.; enc.; emp.) não são considerados repetições.
- 15.3.1. As posições puck e engrupada são consideradas a mesma posição.
- 15.4. Saltos múltiplos (720° ou mais) com o mesmo número de piruetas e mortais não são considerados repetições desde que a pirueta esteja em diferentes fases do elemento .

16. INTERRUPÇÕES DE SÉRIE

- 16.1. A série é considerada interrompida se o ginasta:
- 16.1.1. não aterrar simultaneamente com os dois pés na lona do DMT.
 - 16.1.2. não usar a elasticidade da lona depois de aterrar para imediata continuação do elemento seguinte.
 - 16.1.3. é tocado pelo ajudante ou pelo tapete de ajuda
 - 16.1.4. abandonar o DMT durante uma série devido a insegurança.
 - 16.1.5. aterrar com qualquer parte do corpo que não os pés, na lona do DMT.
 - 16.1.6. aterrar em qualquer parte do DMT que não a lona, durante uma série.
 - 16.1.7. não realizar um salto de mount, spotter ou dismount de ou para a zona correcta (regra 5.2.)
 - 16.1.8. realizar um salto vertical como spotter ou dismount (regra 5.1.1.)
- 16.2. Não é avaliado o elemento técnico durante o qual ocorre a interrupção de acordo com as regras 16.1.1 - 16.1.8.
- 16.3. Um ginasta é pontuado pelo número de elementos técnicos terminados com os dois pés.
- 16.4. O chefe do painel de juízes determina a nota máxima.

17. FIM DE SÉRIE

- 17.1. Após o elemento técnico de dismount, a série deve terminar de forma controlada numa posição direita, com ambos os pés na área de recepção, caso contrário o elemento técnico de dismount não é considerado.
- 17.2. Após o dismount, o ginasta deve permanecer de pé e em sentido durante aproximadamente três (3) segundos, de outro modo haverá uma dedução por falta de estabilidade final (regra 21.3.2.).

18. PONTUAÇÃO

São usados dois tipos de notas, nota tipo “D” que indica o total do grau de dificuldade da série, a nota tipo “E” que indica a nota de execução de uma série. A nota final de uma série é baseada na soma de uma nota D com três notas E.

18.1. Grau de dificuldade

Por princípio, a dificuldade obtida num único elemento durante uma série é aberta, mas nas competições por idades / juniores esta está limitada a **4,6 pts**. Elementos com mais dificuldade podem ser executados, mas terão o valor de dificuldade de **4,6 pts**.

A dificuldade de cada elemento técnico é determinada de acordo com o seguinte:

- 18.1.1. Apenas são avaliados os elementos que terminem nos dois pés.
- 18.1.2. Cada ½ pirueta (180°) (com exceção da regra 18.1.4.2.) 0.2 pts
- 18.1.3. Cada mortal (360°) 0.5 pts
- 18.1.4. Mortais simples ou menos:
- 18.1.4.1. Mortais simples realizados na posição encarpada ou empranchada, sem piruetas, recebem um bônus de 0.1.pts.
- 18.1.4.2. Mortais simples com mais que uma pirueta (360°), a dificuldade das piruetas é de acordo com o seguinte:
- Cada ½ pirueta mais que 1 pirueta (360°) 0.3 pts
 - Cada ½ pirueta mais que 2 piruetas (720°) 0.4 pts
 - Cada ½ pirueta mais que 3 piruetas (1080°) 0.5 pts
 - Cada ½ pirueta mais que 4 piruetas (1440°) 0.6 pts
- 18.1.5. Mortais árabes e elementos sem rotação transversal ou longitudinal, não têm valor de dificuldade.
- 18.1.6. Mortais múltiplos – com ou sem piruetas:
- 18.1.6.1. Mortais duplos realizados na posição encarpada recebem um bônus de 0.4 pts e mortais triplos realizados na posição encarpada recebem um bônus de 0.8 pts.
- 18.1.6.2. Mortais duplos realizados na posição empranchada recebem um bônus de 0.8pts e mortais triplos realizados na posição empranchada recebem um bônus de 1.6pts.
- 18.1.6.3. Nos mortais duplos, o valor do elemento, incluindo as piruetas, é dobrado. O bônus pela posição encarpada ou empranchada é adicionado no final da duplicação.
- 18.1.6.4. Nos mortais triplos, o valor do elemento, incluindo as piruetas, é triplicado. O bônus pela posição encarpada ou empranchada é adicionado no final da triplicação.

18.1.7. Em elementos que combinam mortais e piruetas, o valor de dificuldade dos mortais e piruetas são considerados em conjunto.

18.2. Método de pontuação

18.2.1. A avaliação da execução e dificuldade é efectuada até às décimas de ponto.

18.2.2. Os juízes deverão escrever as suas notas independentemente uns dos outros.

18.2.3. Ao sinal do chefe do painel de juízes as notas de execução devem ser mostradas simultaneamente.

18.2.4. Se algum dos juízes execução não mostrar a nota ao sinal do chefe do painel de juízes, a média das outras notas é tomada como a(s) nota(s) que falta(m). A decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes.

18.2.5. Avaliação da nota de execução:

18.2.5.1. As deduções por fraca execução (ver regra 21.3) e as deduções adicionais por instrução do chefe do painel de juízes (ver regra 21.4) são subtraídas da nota máxima (ver regra 16.4).

18.2.5.2. Para todas as séries completas os juízes de execução adicionam 8.0 pontos de forma a mostrarem a nota partindo de 10.00 pts. Para séries com apenas um elemento técnico os juízes de execução adicionam 6.0 pontos.

18.2.5.3. A nota mais alta e a nota mais baixa dos juízes de execução são retiradas e as restantes três notas são somadas, para se obter a nota de execução da série (E+E+E).

18.2.6. Avaliação da nota de dificuldade:

18.2.6.1. Os juízes de dificuldade calculam a nota de dificuldade de uma série de acordo com as regras 15., 16. e 18.1. e registam-na na carta de competição.

18.2.7. Avaliação da nota final de um ginasta numa série:

18.2.7.1. Cada série (passagem) é avaliada separadamente e o total de execução mais a dificuldade é calculado para cada série.

18.2.7.2. Os secretários calculam a nota total adicionando as três notas E (execução) mais a nota D (dificuldade) menos as penalizações de acordo com as regras 6.6. e 12.2.

18.2.8. Todas as notas são arredondadas a três casas decimais. O arredondamento só é feito relativamente à nota final de uma série.

18.2.9. O chefe do secretariado tem que verificar as notas finais nas folhas de resultados.

18.2.10. O chefe do painel de juízes é responsável pela validação das notas finais.

C. PAINEL DE JUIZES

19. PAINEL DE JUÍZES**19.1. Composição**

19.1.1. Chefe do painel de juízes	1
19.1.2. Juízes de execução (nºs 1-5)	5
19.1.3. Juízes de dificuldade (nºs 6 & 7)	<u>2</u>
19.1.4. Total	8

19.2. Os juízes nºs1-7 devem sentar-se separadamente, a 5 metros de distância do DMT.

19.3. Se um juiz falhar nos seus deveres, deve ser substituído. A decisão é tomada pelo júri superior. Quando não houver júri superior, a decisão é tomada pelo chefe do painel de juízes (ver regras 7.8.1. do TR, Secção 1 e 11.2 do CoP).

19.3.1. Se um juiz de execução for substituído, o chefe do painel de juízes pode decidir que as suas notas anteriores sejam substituídas pela média das restantes notas (ver regra 18.2.4.).

20. DEVERES DO CHEFE DO PAINEL DE JUÍZES

20.1. Controlar das instalações.

20.2. Organizar a reunião de juízes e as notas de ensaio, (mas ver regra 7.9. de TR, Secção 1).

20.3. Colocar e supervisionar todos os juízes, ajudantes e secretários.

20.4. Dirigir a competição.

20.5. Integrar o júri de competição.

20.6. Decidir se uma segunda tentativa deve ser autorizada (ver regra 5.4.).

20.7. Decidir acerca do vestuário do ginasta (ver regra 6.).

20.8. Decidir se qualquer ajuda feita pelo treinador era necessária (ver regra 5.3. de TR, Secção 4).

20.9. Anunciar a nota máxima no caso de interrupção de série (ver regra 16.).

20.10. Informar os juízes de execução das deduções adicionais (ver regras 21.3.2.2. – 21.3.2.5. e 21.4.).

20.11. Decidir se um juiz não mostra imediatamente a sua nota (ver regra 18.2.4.).

- 20.12. Decidir acerca das penalizações de acordo com a regra 6.6 e 12.2., e informar o chefe do secretariado.
- 20.13. Supervisionar e controlar todas as notas, cálculos e resultados finais e intervir se reconhecer erros óbvios de cálculo relativamente às notas de execução ou dificuldade.
- 20.14. Decidir antes do fim do grupo, quando abordado por um representante oficial de uma federação/ou por um juiz, acerca de erros óbvios no cálculo da nota de dificuldade ou erros numéricos relativamente às notas de execução.

21. DEVERES DOS JUÍZES DE EXECUÇÃO (NºS 1 A 5)

- 21.1. Avaliar a execução num intervalo entre 0,0 e 0,5 pts conforme regra 21.3. e escrever as suas deduções nas respectivas folhas de deduções.
- 21.2. Subtrair as deduções à nota máxima indicada pelo chefe do painel de juízes de acordo com a regra 16.4.
- 21.3. Deduções por execução incorrecta:

- 21.3.1. Falta de técnica, altura constante, falta de controlo em cada elemento 0.1-0.5 pts
- 21.3.2. Falta de estabilidade após o dismount (apenas uma única dedução para a maior falha):

- 21.3.2.1. não ficar imóvel numa posição direita (*upright position*) e não mostrar estabilidade durante aproximadamente 3 seg 0.1-0.3 pts

ou fazer as seguintes deduções por indicação do chefe do painel de juízes:

- 21.3.2.2. após a recepção, tocar DMT ou zona / área de recepção com uma ou duas mãos 0.5 pts
- 21.3.2.3. após a recepção, tocar ou cair de joelhos, mãos e joelhos, ventral, costas ou sentado na área de recepção 1.0 pt
- 21.3.2.4. apoio do ajudante após a recepção 1.0 pt
- 21.3.2.5. após a recepção na área de recepção, sair da área, ou tocar fora da área de recepção ou tocar o chão com qualquer parte do corpo ou cair “contra” o duplo mini-trampolim 1.0 pt

- 21.4. Fazer as seguintes deduções adicionais sob as instruções do chefe do painel de juízes :

- 21.4.1. recepção dentro da zona B (ver Parte II – Guia de Ajuizamento) 0.3 pts
- 21.4.2. recepção dentro da zona C (ver Parte II – Guia de Ajuizamento) 0.5 pts
- 21.4.3. sair da zona A para a zona B ou C ou sair da zona B para a zona C 0.1 pts

Em nenhum caso as deduções de recepção devem exceder 1.0 pt

- 21.4.4. Não iniciar o primeiro elemento dentro de 20 segundos após o sinal do chefe do painel de juízes, de acordo com a regra 13.2. 0.1 pts

- 21.4.5. Falar ou fazer qualquer tipo de sinal a um ginasta, pelos seus próprios ajudantes ou treinadores, durante a série, por cada ocorrência 0.3 pts
- 21.4.6. Tocar na zona central de penalização do DMT, durante a realização de um mount, spotter ou dismount (com exceção do “*take off*” do salto de mount ou salto de mount), por cada ocorrência 0.3 pts
(as “*marcas*” *iniciais e finais do Duplo Mini-Trampolim, não são zonas de penalização*)
- 21.4.7. Tocar algo que não a lona do DMT, durante uma passagem 0.1 pts
- 21.4.8. Mostrar a nota de execução.
(*ver também Guia de Ajuizamento*)

22. DEVERES DOS JUÍZES DE DIFICULDADE (NºS 6 E 7)

- 22.1. Recolher as cartas de competição, do chefe do secretariado, pelo menos duas horas antes do início da competição.
- 22.2. Confirmar os elementos e os valores da dificuldade registados nas cartas de competição.
- 22.3. Determinar e registar todos os elementos executados, e o seu valor de dificuldade, na carta de competição (de acordo com o sistema numérico da FIG).
- 22.3.1. Mostrar publicamente se um ginasta executou outro (s) elemento(s) com dificuldade do que o(s) indicado(s) na carta de competição, escrever qualquer alteração na série e registar as repetições.
- 22.4. Mostrar a nota de dificuldade.