



# FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO



## PING PONG KIDS SPECIAL EDITION 2022

<b>LUOGO</b>	Terni
<b>IMPIANTO SPORTIVO</b>	Palatennistavolo Via del Centenario
<b>PROGRAMMA</b>	<b>Venerdì 02 Settembre 2022</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 11.00 Accreditamento</li><li>• 13.00 Riunione organizzativa Tecnici</li><li>• 14.00 Avvio Attività prima giornata</li></ul> <b>Sabato 03 Settembre 2022</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 09.00 Avvio Attività Seconda Giornata</li><li>• 18.00 Festa del Ping Pong Kids</li></ul> <b>Domenica 04 Settembre 2022</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 09.00 Avvio Terza Giornata - Fasi Finali</li><li>• 12.00 Premiazioni</li></ul>
<b>ORGANIZZAZIONE</b>	FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO
<b>DIREZIONE ATTIVITA'</b>	FEDERAZIONE ITALIANA TENNISTAVOLO
<b>PARTECIPANTI</b>	Possono partecipare Atleti, tesserati FITeT, dei Settori Agonistico e Promozionale, nati a partire da 01/01/2011 in rappresentanza di Scuole di Tennistavolo FITeT e di Delegazioni dei Comitati Regionali FITeT.
<b>COMPETIZIONI PPK SPECIAL EDITION 2021</b>	Verranno proposte quattro prove di Singolare di tennistavolo <b>Femminile</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Over 1000 punti Ranking FITeT</li><li>2. Under 1000 punti Ranking FITeT e promozionali</li></ol> <b>Maschile</b> <ol style="list-style-type: none"><li>3. Over 2000 punti Ranking FITeT</li><li>4. Under 2000 punti Ranking FITeT e promozionali</li></ol> <i>Il Ranking di riferimento sarà quello in essere all'atto dello svolgimento delle competizioni.</i> Verranno inoltre proposte prove a graduatoria unica (Tutti i partecipanti femmine e maschi) <ol style="list-style-type: none"><li>1. Abilità Motoria,</li><li>2. TTX.</li></ol>

<b>DETTAGLI COMPETIZIONI TENNISTAVOLO</b>	<b>Competizioni di Singolare</b> Prima Fase: gironi da 3-4-5 giocatori. Seconda fase: i primi due giocatori di ogni girone verranno ammessi nel tabellone principale, i rimanenti nel tabellone di recupero. Vengono assegnate tutte le posizioni. In caso di parità la classifica nei gironi verrà stabilita dalla classifica avulsa fra giocatori con lo stesso numero di vittorie. In caso di ulteriore parità l'ordine di classifica sarà stabilito come segue <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quoziente incontri vinti e persi</i></li> <li>• <i>Quoziente set vinti e persi</i></li> <li>• <i>Quoziente punti vinti e persi</i></li> </ul>
<b>PROVE ABILITA' MOTORIA</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Circuito Harre modificato</b></li> <li>2. <b>Navetta 3-6-9</b></li> <li>3. <b>Lancio Pallone Basket</b></li> <li>4. <b>Funicella 30 salti</b></li> <li>5. <b>Salto in lungo da fermo</b></li> <li>6. <b>Rapidità e destrezza per il tennistavolo</b></li> <li>7. <b>Lancio-Presa pallina da tennis</b></li> </ol>
<b>SORTEGGIO PROVE TENNISTAVOLO</b>	Verrà realizzato il giorno 02/09/2022 alle ore 13,00.
<b>PREMIAZIONI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Atleti Singolare Maschile Over 2000 punti</li> <li>• 4 Atleti Singolare Maschile Over 2000 punti</li> <li>• 4 Atlete Singolare Femminile Over 1000 punti</li> <li>• 4 Atlete Singolare Femminile Under 1000 punti</li> <li>• 4 Atlete\i Prove Abilità Motoria</li> <li>• 4 Atlete\i TTX</li> <li>• 3 Delegazioni CCRR FITeT</li> <li>• Un premio per tutti i partecipanti</li> </ul>
<b>MATERIALI</b>	Aree di Gioco STAG Palline STAG
<b>ISCRIZIONI</b>	Deve essere perfezionata Entry Form entro e non oltre <b>Lunedì 29/08/2022</b> , collegandosi a <a href="https://form.jotform.com/221631587992365">https://form.jotform.com/221631587992365</a> <b>L'iscrizione è stata stabilita a titolo gratuito dal Consiglio Federale.</b> <b>Essa permette di accedere alle gare; le spese di vitto, alloggio, trasferta saranno a carico dei partecipanti.</b>
<b>INFORMAZIONI</b>	Matteo Quarantelli 335 6288679 <a href="mailto:matteo.quarantelli@fitet.org">matteo.quarantelli@fitet.org</a>

# 1 - PROVA ABILITA' MOTORIE PERCORSO HARRE MODIFICATO

## INDICAZIONI GENERALI

DISTANZA TRA OGNI STAZIONE E IL CENTRO	Metri 5
ALTEZZA DELL'OSTACOLO	Centimetri 50

## DESCRIZIONE DELLA PROVA

Il soggetto, al segnale "VIA!", parte e si dirige verso il centro, cambia direzione e dopo aver girato intorno al cono di segnalazione (lo tiene alla propria sinistra) muove verso la stazione 2.

Salta l'ostacolo e invertendo la direzione lo sottopassa; si muove verso il centro, cambia direzione e si dirige verso la stazione 3.

Salta l'ostacolo e invertendo la direzione lo sottopassa; si muove verso il centro, cambia direzione e si dirige verso la stazione 4.

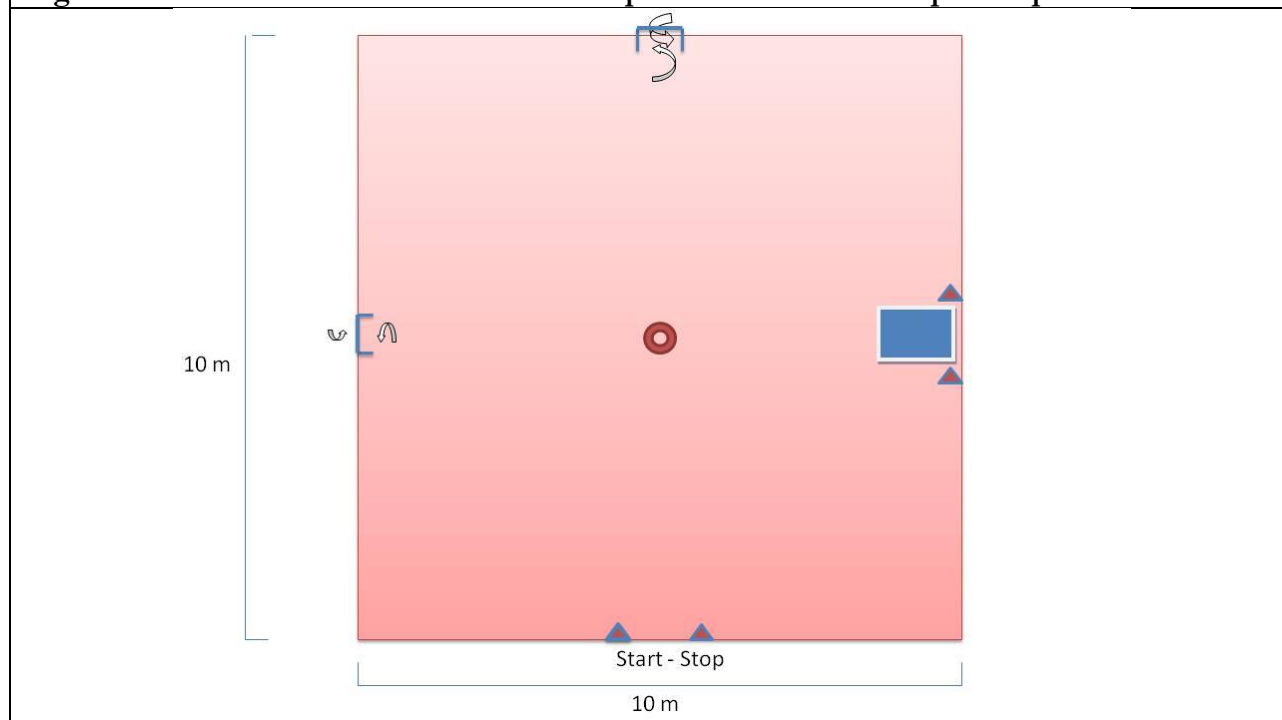
Passa intorno al cono (stazione 4), esegue una capovolta all'indietro oppure un rotolamento, infine si dirige verso il centro.

Passa per l'ultima volta dal centro, cambia direzione e si dirige all'arrivo.

Il soggetto, ogni volta che passa per il centro, deve tenersi a destra del cono posto al suolo.

Nel valicare e sottopassare l'ostacolo l'atleta non deve toccare parti dell'ostacolo.

**Il giudice valuta la corretta esecuzione della prova e ne rileva il tempo complessivo**

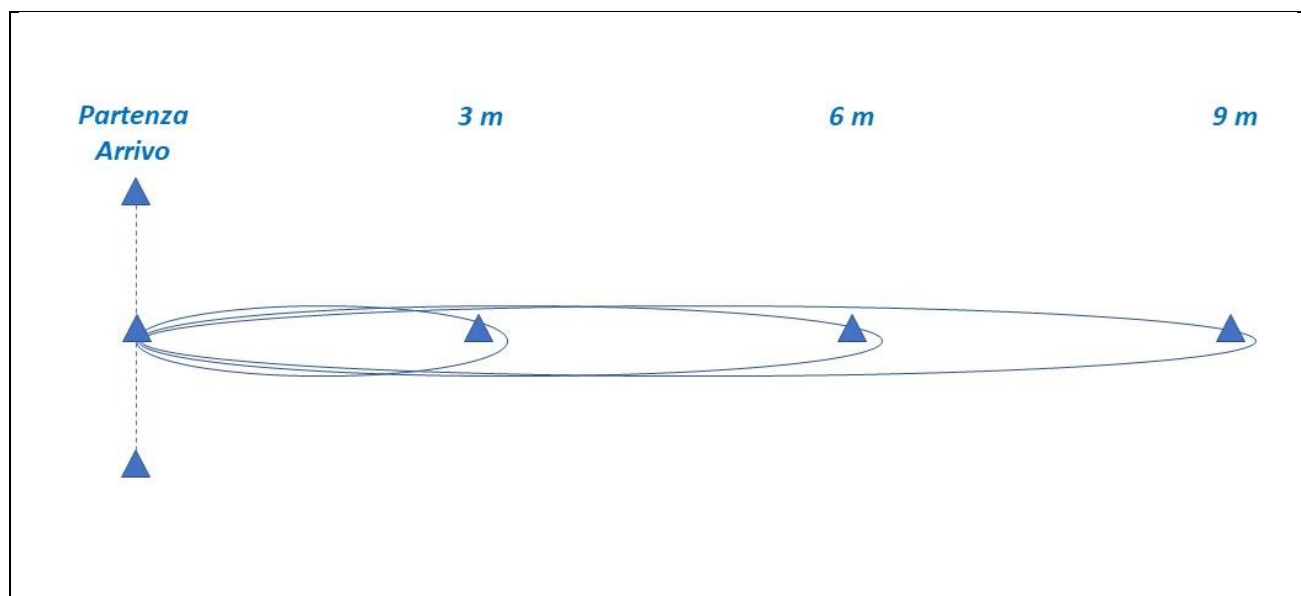


## MATERIALE OCCORRENTE

- ostacoli cm 50, n. 2
- coni con asticella, oppure ostacoli h cm 60 n. 4
- cono di riferimento (centro percorso e stazione 3), n. 1
- materasso tipo sarneige, n. 1

## 2 - PROVA ABILITA' MOTORIE CORSA A NAVETTA 3-6-9 metri

### INDICAZIONI GENERALI



#### DESCRIZIONE – MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Si posizionano 5 Coni, in corrispondenza della linea di avvio/arrivo, ai 3 m, ai 6m, ai 9m. I Coni sono posizionati a 3 metri di distanza l'uno dall'altro.

La persona impegnata, partendo dietro la linea, esegue una serie di corse a spola (andata e ritorno), passando intorno al Cono posizionato a 3m, poi a quello posizionato a 6m, poi quello posizionato a 9m.

Ad ogni spola deve ritornare per girare intorno al Cono posto sulla linea di partenza.

Dopo aver raggiunto il Cono posto ai 9m, ritorna verso l'arrivo e ne oltrepassa, definitivamente, la linea.

Si effettuano due tentativi con un intervallo di almeno 5 minuti

#### MATERIALI

Un Cronometro.

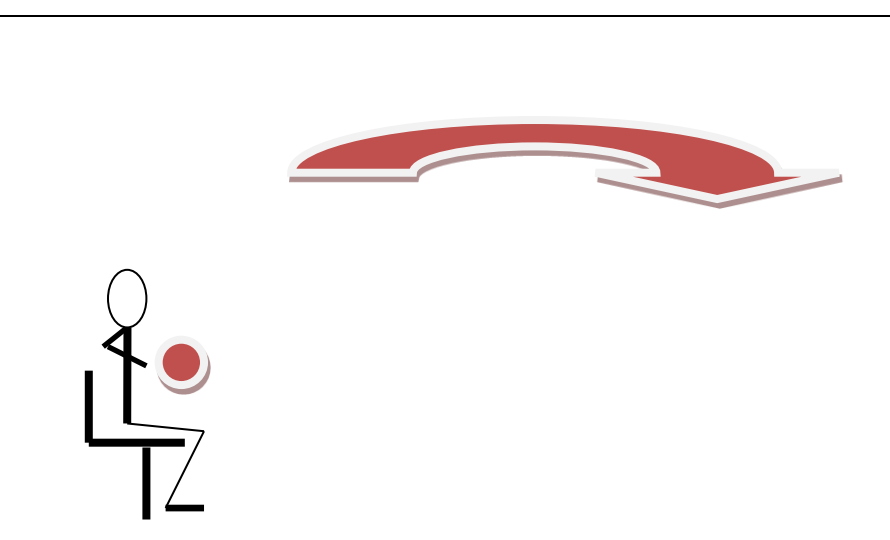
6 Coni al suolo, in riferimento ad avvio/arrivo, 3 m, 6m, 9m.

### 3 - PROVA ABILITA' MOTORIE

## LANCIO DEL PALLONE

#### INDICAZIONI GENERALI

LANCIO DEL PALLONE	Tipo Basket omologato
--------------------	-----------------------

DESCRIZIONE	
<p>Il soggetto si dispone seduto, dietro e di fronte alla linea di lancio; porta il pallone dietro verso il petto, distende le braccia e lo lancia il più lontano possibile.</p> <p>Nell'esecuzione del lancio non deve oltrepassare in alcun momento la linea al suolo; non deve ancorarsi con gli arti inferiori alle gambe della sedia.</p> <p><b>Il giudice si dispone nella zona lancio ad alcuni metri dalla linea e osserva il punto di caduta del pallone, per rilevare la corretta esecuzione e la misura della prestazione realizzata.</b></p>	

#### MATERIALE OCCORRENTE

- Pallone Tipo Basket, N.1
- Rotella Metrica, N.1
- Gesso, N.1

## ***4 - PROVA ABILITA' MOTORIE ABILITA' COORDINATIVE SALTI CON LA FUNICELLA***

### DESCRIZIONE

Il soggetto, al via, dovrà realizzare 30 saltelli consecutivi con la funicella.

Ad ogni interruzione, potrà riprendere a saltare.

La prova si concluderà con l'esecuzione del trentesimo ed ultimo saltello.

Il soggetto potrà saltare secondo le modalità a lui più consone.

**Viene valutato il corretto completamento (senza pause) della prova ed il tempo di esecuzione.**

### MATERIALE OCCORRENTE

- Una funicella
- Un cronometro

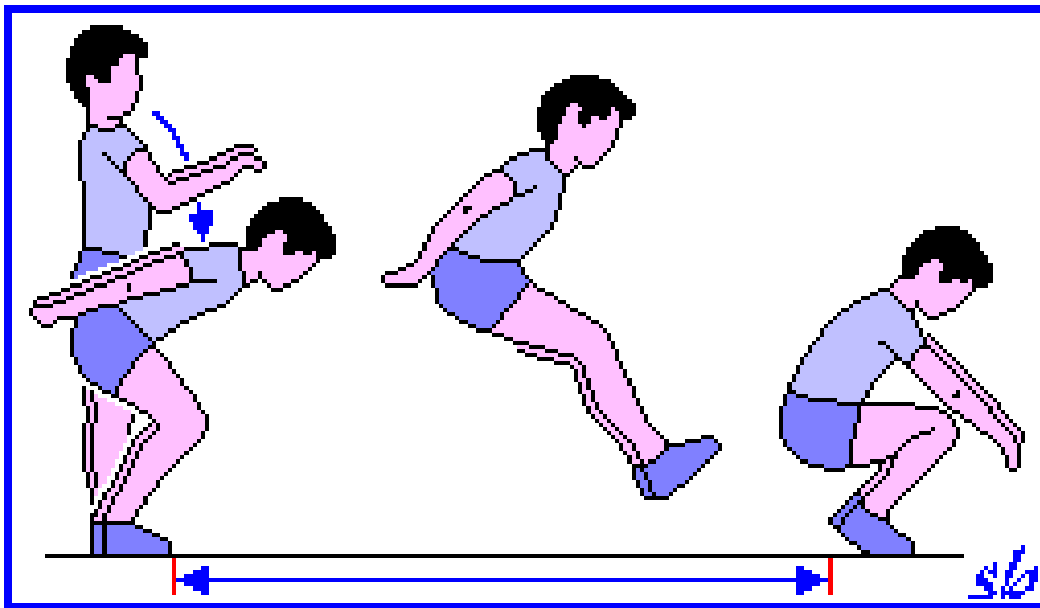


## **5 -PROVA ABILITA' MOTORIE ABILITA' CORRELATA ALLA FORZA SALTO IN LUNGO DA FERMO**

### DESCRIZIONE

Il soggetto si pone in posizione eretta, piedi leggermente divaricati con la punta dietro la linea di partenza.

Con leggere oscillazioni, si prepara al salto piegando le gambe e portando le braccia indietro. Quindi salta slanciando le braccia in avanti e ricadendo più lontano possibile a piedi pari.



La misurazione viene realizzata con una rotella metrica, identificando la distanza dalla linea di salto al punto in cui appoggia il tallone del piede più arretrato.

### MATERIALE OCCORRENTE

- *Una rotella metrica*
- *Nastro carta per segnare la linea di salto al suolo*

## 6 - PROVA ABILITA' MOTORIE RAPIDITÀ E DESTREZZA PER IL TENNISTAVOLO

### Descrizione del set

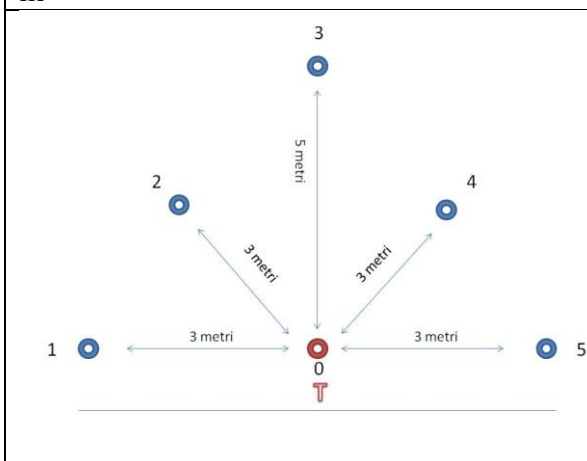
Vengono collocate 6 postazioni dotate di un contenitore per le palle

Di fronte alla postazione 0 viene disegnata una T con il nastro carta di 0,5x1 m

Le postazioni 1, 2, 4, 5 vengono poste a distanza di 3 m da quella contrassegnata con 0; le postazioni 2 e 4 sono collocate a 45° rispetto a quella 0

La postazione 3 viene posta a 5 m rispetto a quella 0.

Spazio complessivo a disposizione deve essere calcolato in termini di un quadrato di dimensioni 7x7 m



### Descrizione della prova

Il partecipante si pone di fronte al contenitore della posizione contrassegnata con 0, in corrispondenza della T disegnata al suolo.

Al via dell'Operatore si sposta verso la posizione 1, afferra la pallina arancione e ritorna alla posizione 0, dove la ripone, senza lanciairla, nel contenitore.

Prosegue ripetendo gli stessi spostamenti e le stesse azioni verso le altre postazioni, secondo la sequenza 2, 3, 4, 5.

Riposta la pallina arancione del contenitore della postazione 5, procede a trasferire le palline bianche dal contenitore in postazione 0 a quelli nelle posizioni 1, 2, 3, 4, 5.

Il tempo viene fermato quando tutte le palline sono riposte nei contenitori e il partecipante ha nuovamente assunto la posizione di partenza.

Qualora una pallina cada a terra o fuoriesca da un contenitore, il partecipante deve ri-afferrarla per poi riporla.

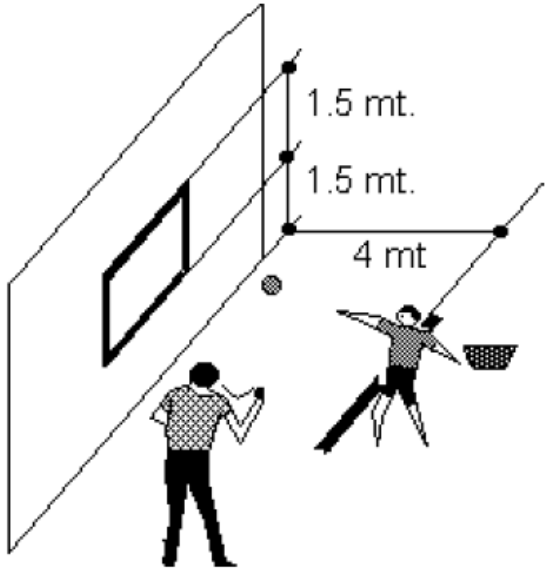
### Materiale occorrente

- *Cronometro*
- *Rotella metrica*
- *6 Contenitori dello stesso colore*
- *5 palline da gioco di color arancione, 5 palline da gioco di color bianco*
- *Nastro carta*



## 7 - PROVA ABILITA' MOTORIE ABILITA' DI LANCIO E PRESA

### LANCI E PRESE PALLINE DA TENNIS

	<p><b>MATERIALE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 6 Palline da tennis.</li><li>- 1 Contenitore</li><li>- Nastro adesivo</li><li>- Cronometro.</li></ul> <p><b>DESCRIZIONE</b></p> <p>Il soggetto deve colpire la zona delimitata dal nastro adesivo, compiendo nel minor tempo possibile 10 tiri ed altrettante prese valide.</p> <p>La presa può avvenire con una o due mani IL lancio non è valido se:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><i>Non viene colpito il bersaglio.</i></li><li><i>Non viene eseguita la presa al volo della palla.</i></li><li><i>I piedi oltrepassano la riga per terra.</i></li><li><i>Se la pallina cade per terra il ragazzo è libero di prenderne un'altra nel cestino.</i></li></ul>
<p><b>COMPORTAMENTO DEL RILEVATORE</b></p> <p>Conterà ad alta voce le prese valide, ripetendo lo stesso numero in caso di errore e registrerà il tempo necessario a compiere 10 lanci e prese valide.</p> <p><b>MISURAZIONE</b></p> <p>Al centesimo di secondo</p> <p><b>OSSERVAZIONI</b></p> <p>Far compiere alcuni lanci di prova.</p> <p>Dare consigli sul modo di lanciare e di ricevere la pallina e sulla possibilità di cambiarla se necessario; far recuperare le palline lontani dai compagni presenti.</p> <p>Si consiglia di prendere un tempo parziale dopo 5 prese valide, che potrebbe esserci utile nel caso il soggetto abbia difficoltà a terminare la prova in meno di 3 minuti. In questo caso stimare il tempo nel doppio di quello impiegato per 5 prese valide.</p> <p><b>NOTA BENE</b></p> <p><i>Qualora partecipino giovani atleti nati a partire da 01/01/2013, la distanza di presa-lancio potrà essere ridotta a m 3</i></p>	