

## La pianificazione è da seguire scrupolosamente! Non può essere modificata!

Il "Talent Scout" istruisce gli allenatori prima di ogni test e garantisce la corretta procedura.

Tempo	Contenuto / test / esercizio	Descrizione per gli allenatori
-00h15	<b>Controllo dei dati di registrazione</b> Controllo dei dati sulla scheda tecnica 15' Controllo dell'età di formazione Distribuzione dei numeri di gara, suddivisi in 4 gruppi di 8 persone ciascuno	Tutti gli allenatori consegnano le <b>ST</b> e si occupano della registrazione.
00h00	<b>Home</b> 5' <i>Spiegare lo scopo del test, presentare le persone</i>	Dal <b>Talent Scout</b> della regione
00h05	<b>Riscaldamento</b> <i>2 gruppi per campo di pallavolo</i> 7' <b>Scuola di Corsa</b> <i>2 gruppi insieme su un campo di pallavolo</i> 7' <b>La mosca</b> <i>Ogni gruppo per se stesso su una metà campo da pallavolo.</i>	<b>SA:</b> Coordinamento competizione <b>PO:</b> Coordinamento <i>SENZA</i> pallone <b>PO:</b> Valutazione della motivazione
00h20	<b>Test antropometrici e fisici</b> 40' 1. Jump and Reach 2. Lancio della palla (200 g) - all'aperto? 3. Salto in lungo 4. 9-3-6-3-9 15' 1. Altezza da seduti 2. Altezza in piedi (SENZA scarpe) 3. Ampiezza e peso 4. Altezza di sbraccio (con scarpe), destro/mancino	Usa le <b>ST!</b> Gli allenatori rimangono alla loro postazione e i partecipanti si spostano.
01h15	<b>Test con palloni</b> <i>2 gruppi su ogni campo da pallavolo con rete lunga, 1 gruppo per il controllo della palla e il percorso con palloni.</i> <i>Cambio: VB1 - CB - PB - VB2</i>	Gli allenatori rimangono alla loro postazione e i partecipanti si spostano.
ca. 10'	<b>La palla e me</b> <i>1 gruppo su mezzo campo da pallavolo</i> <i>Esercizi secondo le istruzioni del Talent Scout.</i>	<b>SA:</b> Coordinamento competizione <b>PO:</b> Coordinamento <i>CON</i> palloni <i>Nessuna valutazione tecnica!</i>
ca. 10'	<b>Controllo palla specifico per la pallavolo</b> <i>1 gruppo su una metà campo da pallavolo</i> <i>MAX 12 tentativi/partecipante</i>	<b>SA:</b> Controllo della palla <b>PO:</b> Senso spaziale, temporale, della palla <i>Nessuna valutazione tecnica!</i>
ca. 10'	<b>Percorso con palloni</b> <i>1 gruppo su una metà campo da pallavolo</i> <i>&lt;=6 atleti=6 min.; 7 atleti=7 min.; 8 atleti=8 min.</i>	Usare le <b>ST!</b> <b>PO:</b> Senso spaziale, temporale, della palla <i>Siate severi sulla realizzazione!</i>
ca. 10'	<b>Pallavolo</b> <i>1 gruppo su una metà campo da pallavolo gioca sopra una rete per la lunghezza uno con o contro l'altro.</i> <i>Regole e forme di gioco secondo le istruzioni del Talent Scout.</i>	<b>SA:</b> Coordinamento competizione <b>PO:</b> Coordinamento con palla e comportamento in competizione
01h55	<b>Chiusura</b> 5' <i>Dare informazioni - Prossimo passo? Quando seguiranno le informazioni?</i>	Dal <b>Talent Scout</b> della regione
02h00 02h15	15' Riportare i risultati delle <b>schede di aiuto</b> nelle <b>schede tecniche</b> . Classificare e ordinare i risultati	Tutti gli allenatori

Ci vogliono circa 30 minuti prima e dopo il test per l'installazione e il riordino. Si consiglia di prenotare entrambe le palestre per un periodo di 3:30 ore.