

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	Controllo dei dati di registrazione 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 ST e si occupano della registrazione.
00h00	Home 5' <i>Spiegare lo scopo del test, presentare le persone</i>	Dal Talent Scout della regione
00h05	Riscaldamento <i>2 gruppi per campo di pallavolo</i> 7' Scuola di Corsa <i>2 gruppi insieme su un campo di pallavolo</i> 7' La mosca <i>Ogni gruppo per se stesso su una metà campo da pallavolo.</i>	SA: Coordinamento competizione PO: Coordinamento <i>SENZA</i> pallone PO: Valutazione della motivazione
00h20	Test antropometrici e fisici 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 con le scarpe 4. Altezza di sbraccio (con scarpe), destro/mancino	Usa le ST! Gli allenatori rimangono alla loro postazione e i partecipanti si spostano.
01h15	Test con palloni <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'	La palla e me <i>1 gruppo su mezzo campo da pallavolo</i> <i>Esercizi secondo le istruzioni del Talent Scout.</i>	SA: Coordinamento competizione PO: Coordinamento <i>CON</i> palloni <i>Nessuna valutazione tecnica!</i>
ca. 10'	Controllo palla specifico per la pallavolo <i>1 gruppo su una metà campo da pallavolo</i> <i>MAX 12 tentativi/partecipante</i>	SA: Controllo della palla PO: Senso spaziale, temporale, della palla <i>Nessuna valutazione tecnica!</i>
ca. 10'	Percorso con palloni <i>1 gruppo su una metà campo da pallavolo</i> <i><=6 atleti=6 min.; 7 atleti=7 min.; 8 atleti=8 min.</i>	Usare le ST! PO: Senso spaziale, temporale, della palla <i>Siate severi sulla realizzazione!</i>
ca. 10'	Pallavolo <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>	SA: Coordinamento competizione PO: Coordinamento con palla e comportamento in competizione
01h55	Chiusura 5' <i>Dare informazioni - Prossimo passo? Quando seguiranno le informazioni?</i>	Dal Talent Scout della regione
02h00 02h15	15' Riportare i risultati delle schede di aiuto nelle schede tecniche . 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.