ESERCITAZIONE GLOBALE PER RICEZIONE

E RICEZIONE ATTACCO PER SQUADRE EVOLUTE

QUESTA ESERCITAZIONE SI PUO’ ESEGUIRE CREANDO

1. GRUPPI DI RICETTORI E BATTITORI
2. SQUADRE MISTE
3. SQUADRA A VS SQUADRA B
4. ALLENAMENTI CONGIUNTI CON ALTRE SQUADRE ( PER GRUPPI EVOLUTI)

OCCORRE PRIMA DI TUTTO DETERMINARE IL NUMERO DELLE BATTUTE SU CUI VOGLIAMO LAVORARE, TALE NUMERO SARA’ DETERMINATO DA

1. NUMERO DI SERVIZI EFFETUATI IN UN SET
2. NUMERO DI BATTUTE EFFETUATE IN UNA PARTITA

DETERMINARE L’OBIETTIVO DI RICEZIONI PERFETTE STABILITE DA

1. MEDIA DI RICEZIONI PERFETTE IN UNA SERIE DI INCONTRI
2. RICEZIONI PERFETTE PER MIGLIORARE UNO STANDARD PRESTABILITO

MODALITA’ ESERCIZIO SINTETICO DI BATTUTA RICEZIONE

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| RISULTATO | PUNTI SERVIZIO | PUNTI RICEZIONE |
| R # | 0 | + 1 |
| R - | + 1 | 0 |
| B = | -1 | 0 |

STABILIAMO ORA I VARI PUNTEGGI IN RELAZIONE

AL NUMERO DI BATTUTE CHE VOGLIAMO ESEGUIRE,

AL NUMERO PERCENTUALE DI ERRORI CHE RITENIAMO MAX IN BATTUTA,

ALLA PERCENTUALE DI RICEZIONI PERFETTE CHE VOGLIAMO OTTENERE

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BATTUTE 10 | ERRORE % IN BATTUTA | | | | |
| % DI RIC # |  | 5 | 10 | 15 | 20 |
| 45 | 0/1/5 | 0/0/4 | 1/0/4 | 1/0/4 |
| 50 | 1/0/5 | **1/0/5** | 2/0/5 | 2/0/4 |
| 55 | 2/0/5 | 2/0/5 | 3/0/5 | 3/0/5 |
| 60 | 3/0/5 | 3/0/5 | 4/0/6 | 4/0/5 |
| 65 | 4/0/5 | 4/0/6 | 5/0/6 | 5/0/6 |

ESEMPIO PER RIPRODURRE 10 BATTUTE CON UN 10 % DI ERRORE AL SERVIZIO E UNA % DEL 50 IN RICEZIONE I BATTITORI PARTIRANNO DA 1 PUNTO I RICEVITORI DA ZERO IL SET TERMINERA’ A 5 PUNTI

**QUESTO SCHEMA E’ UTILE PER SQUADRE U14-15 PERCHE’ DI BREVE DURATA**

PER SQUADRE DA UNDER 17

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BATTUTE 20 | ERRORE % IN BATTUTA | | | | |
| % DI RIC # |  | 5 | 10 | 15 | 20 |
| 45 | 0/1/10 | 0/0/9 | 1/0/8 | 3/0/8 |
| 50 | 1/0/10 | **2/0/9** | 3/0/9 | 4/0/8 |
| 55 | 3/0/10 | 4/0/10 | 5/0/10 | 6/0/9 |
| 60 | 5/0/10 | 6/0/10 | 7/0/11 | 8/0/10 |
| 65 | 7/0/10 | 8/0/12 | 9/0/12 | 9/0/11 |

ESEMPIO PER RIPRODURRE 20 BATTUTE CON UN 10 % DI ERRORE AL SERVIZIO E UNA % DEL 50 IN RICEZIONE I BATTITORI PARTIRANNO DA 2 PUNTI I RICEVITORI DA ZERO IL SET TERMINERA’ A 9 PUNTI

PER SQUADRE DA UNDER 17-19

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BATTUTE 40 | ERRORE % IN BATTUTA | | | | |
| % DI RIC # |  | 5 | 10 | 15 | 20 |
| 45 | 0/2/19 | 0/0/17 | 3/0/16 | 5/0/15 |
| 50 | 2/0/19 | **4/0/18** | 6/0/17 | 8/0/16 |
| 55 | 6/0/21 | 8/0/20 | 10/0/19 | 11/0/18 |
| 60 | 10/0/23 | 11/0/22 | 13/0/21 | 15/0/20 |
| 65 | 14/0/25 | 15/0/24 | 17/0/23 | 18/0/21 |

ESEMPIO PER RIPRODURRE 40 BATTUTE CON UN 10 % DI ERRORE AL SERVIZIO E UNA % DEL 50 IN RICEZIONE I BATTITORI PARTIRANNO DA 4 PUNTI I RICEVITORI DA ZERO IL SET TERMINERA’ A 18 PUNTI

QUESTE ESERCITAZIONI SI POSSONO, COME DETTO SOPRA, ESEGUIRE CREANDO

1. GRUPPI DI RICETTORI E BATTITORI

CREARE GRUPPI DI RICEVITORI R1; R2; L , ECC……P E BATTITORI SEGUIRE LE ISTRUZIONI DELLA TABELLA SOTTO PER I BATTITORI CREARE GRUPPI CHE SI ALTERNANO AL SERVIZIO CON UNA SEQUENZA STABILITA ES: P-R-S-OP-R-S RIPETONO IL SERVIZIO SOLO IN CASO DI B#

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| RISULTATO | PUNTI SERVIZIO | PUNTI RICEZIONE |
| R # | 0 | + 1 |
| R - | + 1 | 0 |
| B = | -1 | 0 |

1. SQUADRE MISTE

SQUADRE MISTE COMPLETE DOVE UNA SQUADRA EFFETTUATA SOLO LA FASE C.P E L’ALTRA BATTE OGNI VOLTA CHE LA SQUADRA C.P EFFETTUA IL CAMBIO COMPIE UNA ROTAZIONE DI POSIZIONE O DI CAMBIO LINEE, LA SQUADRA CHE BATTE QUANDO SUBISCE IL CAMBIO COMPIE UNA ROTAZIONE. IN QUESTO CASO E’ MEGLIO LAVORARE CON ALMENO 20 SERVIZI PER SET SI GIOCHERA’ SEMPRE AL MEGLIO DEI 3 SET SU 5 SENZA VANTAGGI.

**PER I GRUPPI EVOLUTI SI PUO’ CALCOLARE SEMPRE IL CAMBIO PALLA ALLA PRIMA AZIONE , NEL CASO L’AZIONE CONTINUI NON SI ASSEGNERA’ L’EVENTUALE PUNTOALLA SQUADRA CHE LAVORA AL CAMBIO, IN QUESTO CASO SARA’ AZIONE NULLA, MA LO SI DARA’ SEMPRE ALLA SQUADRA IN BATTUTA. TERMINATI I SET SI CAMBIA CHI RICEVE BATTE ECC..**

1. SQUADRA A VS SQUADRA B

SQUADRE COMPLETE DOVE UNA SQUADRA EFFETTUATA SOLO LA FASE C.P E L’ALTRA BATTE OGNI VOLTA CHE LA SQUADRA C.P EFFETTUA IL CAMBIO COMPIE UNA ROTAZIONE DI POSIZIONE O DI CAMBIO LINEE, LA SQUADRA CHE BATTE QUANDO SUBISCE IL CAMBIO COMPIE UNA ROTAZIONE. IN QUESTO CASO E’ MEGLIO LAVORARE CON ALMENO 40 SERVIZI PER SET SI GIOCHERA’ SEMPRE AL MEGLIO DEI 2SET SU 3 SENZA VANTAGGI.

**PER I GRUPPI EVOLUTI SI PUO’ CALCOLARE SEMPRE IL CAMBIO PALLA ALLA PRIMA AZIONE , NEL CASO L’AZIONE CONTINUI NON SI ASSEGNERA’ L’EVENTUALE PUNTOALLA SQUADRA CHE LAVORA AL CAMBIO, IN QUESTO CASO SARA’ AZIONE NULLA, MA LO SI DARA’ SEMPRE ALLA SQUADRA IN BATTUTA. TERMINATI I SET SI CAMBIA CHI RICEVE BATTE ECC..**

**PER SQUADRE EVOLUTE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BATTUTE 60 | ERRORE % IN BATTUTA | | | | |
| % DI RIC # |  | 5 | 10 | 15 | 20 |
| 45 | 0/3/29 | 1/0/25 | 4/0/23 | 7/0/22 |
| 50 | 3/0/29 | **6/0/27** | 9/0/26 | 12/0/24 |
| 55 | 9/0/32 | 12/0/30 | 14/0/29 | 17/0/27 |
| 60 | 15/0/35 | 17/0/33 | 20/0/31 | 22/0/29 |
| 65 | 20/0/38 | 23/0/36 | 25/0/34 | 27/0/32 |

**ESEMPIO PER RIPRODURRE 60 BATTUTE CON UN 10 % DI ERRORE AL SERVIZIO E UNA % DEL 50 IN RICEZIONE I BATTITORI PARTIRANNO DA 6 PUNTI I RICEVITORI DA ZERO IL SET TERMINERA’ A 27 PUNTI**

**LE MODALITA’ DI INSERIMENTO NEL PROGRAMMA SETTIMANALE DIPENDERANNO DALLE PROGRAMMAZIONI DELLE SINGOLE SQUADRE**