

Appunti di pallatennis

Il gioco consiste nel far perdere il controllo della palla agli avversari, dopo aver fatto rimbalzare il pallone nel campo avversario. È un gioco inventato e non uno sport vero e proprio (gioco presportivo).

- Campo di gioco

Forma rettangolare misure 18 m di lunghezza per 9 m di larghezza; è il campo di gioco della pallavolo.

- Linee del campo:
 - metà campo (lunghezza 9 m)
 - linea dei tre metri (lunghezza 9 m)
 - linee laterali 18 m
 - linee di fondo 9 m.

- Attrezzi

Pallone di pallavolo , rete (alta circa 1 metro da terra, come nel tennis)

- **Durata del gioco**

Composta da 3 set, ognuno di essi ha 25 punti (con due punti di distacco)

- **La squadra**

Composta da sei giocatori in campo, che ruotano in senso orario .

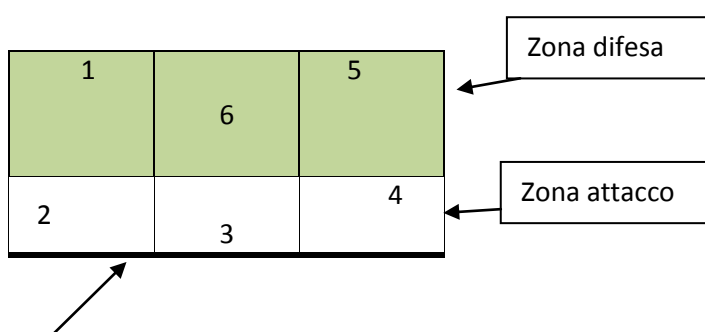
Durante le partite svolte in lezione i giocatori che attendono il cambio entrano a rotazione.

- Le zone e le posizioni dei giocatori

Le zone del campo sono 6, come i giocatori, e vengono definite come:

- Zona 1
- Zona 2
- Zona 3
- Zona 4
- Zona 5
- Zona 6

Queste zone non sono definite da linee tracciate sul campo



rete

- **Fondamentali individuali**

Battuta o servizio: chi gioca in posizione 1 esce dal campo e si mette nella zona di battuta ; senza oltrepassare o toccare la **linea di fondo**, colpisce il pallone e lo invia nel campo avversario.

Palleggio: ricezione e controllo della palla, dopo un rimbalzo a terra con i polpastrelli delle dita.

Schiacciata: attacco.

- **Regolamento**

3 tocchi obbligatori eseguiti da tre persone diverse

È vietato il controllo del pallone al volo

La rotazione delle persone avviene sempre in senso orario (come nella pallavolo)

- **Falli o infrazioni**

Doppio tocco: quando la stessa persona tocca consecutivamente la palla due volte o la controlla nel primo e poi anche nel terzo tocco.

Invasione: quando si tocca la rete, si supera la linea di fondo durante la battuta.

Palla trattenuta: tenere la palla per troppo tempo fra le mani.

Quarto tocco: quando invece di lanciare la palla nel campo avversario, al terzo tocco la si lancia al quarto.