



Regolamento tennis tavolo



Regolamento tennis tavolo, versione agosto 2018

Special Olympics
Switzerland





Sommario

1 Disposizioni generali	3
1.1 Diritto di partecipazione.....	3
1.2 Atleti con handicap sensoriale.....	4
1.3 Limitazioni.....	4
2 Discipline	5
3 Regole delle competizioni.....	5
3.1 Equipaggiamento e strutture.....	5
3.1.1 Il tavolo.....	5
3.1.2 La rete.....	6
3.1.3 La pallina	6
3.1.4 La racchetta	6
3.1.5 Definizioni.....	7
3.2 Regole delle competizioni.....	7
3.2.1 Regole base per il singolo e per il doppio.....	7
3.2.2 Modifiche per i partecipanti in sedia a rotelle.....	10
3.2.3 Gare di abilità individuali	11
3.3 Low Ability Level	12
4 Advancement.....	13
5 Divisioning	13
5.1 Filosofia	13
5.2 Criteri di suddivisione.....	13
5.3 Maximum Effort Rule – Regola dello sforzo massimo	14
5.4 Responsabilità del coach	14
6 Unified Sport	15
7 Regolamento e applicazione	15



1 Disposizioni generali

Special Olympics è la maggiore organizzazione sportiva al mondo per persone con disabilità mentale¹. La visione di Special Olympics Switzerland (SOSWI) si basa sulla valorizzazione, l'uguaglianza e l'accettazione delle persone con disabilità mentale.

Special Olympics si impegna ad offrire discipline con diversi gradi di difficoltà, nel rispetto delle differenze di potenziale degli atleti.

Per Special Olympics lo sport si basa su due principi fondamentali che la distinguono nettamente da altre organizzazioni sportive:

- Advancement – avanzamento individuale a livello tecnico e nelle gare²
- Divisioning – suddivisione degli atleti in gruppi di livelli omogenei³

Il presupposto generale di Special Olympics è rappresentato dal cosiddetto "Article 1" di SOI. Il documento è presente all'indirizzo: <https://www.specialolympics.org/sports.aspx>. Nel medesimo sito sono consultabili anche documenti concernenti aspetti quali "Sport Rules" e "Coaching Guides".

Il regolamento di tennis tavolo si basa sulle regole ufficiali Federazione Internazionale di Tennistavolo (ITTF). consultabili sul sito www.ittf.com/.

Il regolamento di tennis tavolo di SOSWI si basa sulle "Special Olympics Sports Rules for Table Tennis" di SOI, che si trovano sul sito internet di SOI (vedi sopra).

In caso di divergenze e conflitti con le regole ufficiali ITTF, fanno stato i regolamenti di SOSWI e SOI.

Il presente regolamento si applica a tutte le competizioni di tennis tavolo di SOSWI. Durante le competizioni e le manifestazioni internazionali si applicano le regole dei rispettivi Paesi o quelle di Special Olympics International (SOI).

Per ragioni di semplicità e comprensibilità, nel regolamento si utilizzerà sempre la forma maschile. Quando si parlerà di atleti, quindi, si intenderanno sempre anche le atlete.

1.1 Diritto di partecipazione

Alle gare di Special Olympics possono partecipare:

- persone con disabilità mentale, deficienza intellettiva, disturbi della capacità di apprendimento, disturbi o ritardi dello sviluppo o problematiche comportamentali.
- ragazzi a partire da 8 anni

Le gare di SOSWI sono aperte a tutti gli sportivi. Questo significa che non è necessario essere membri di un'associazione o far parte di un'istituzione, una scuola di pedagogia curativa o altri enti.

Per gli atleti con un deficit sensoriale sono in vigore le seguenti disposizioni, cf. capitolo 1.2.

¹ Con questa definizione si intendono persone con disabilità mentale, deficienza intellettiva, disturbi della capacità di apprendimento, disturbi o ritardi dello sviluppo o problematiche comportamentali.

² Vedi capitolo 4.

³ Vedi capitolo 5.



1.2 Atleti con handicap sensoriale

Gli atleti con handicap sensoriale hanno il diritto di partecipare alle competizioni di Special Olympics. Nel caso in cui la persona, durante le gare, necessiti di un tipo di sostegno sotto forma di accompagnamento da parte di una guida oppure di un aiuto materiale, deve innanzitutto ottenere un'autorizzazione da parte di SOSWI. L'autorizzazione viene concessa dallo Sports Coordinator della disciplina sportiva in questione e vale per tutte le manifestazioni simili.

Lo Sports Coordinator informa gli Sports Officials dell'avvenuta decisione; in occasione delle varie manifestazioni questi ultimi si occuperanno di informare della decisione gli altri partecipanti e i rispettivi coach.

L'autorizzazione può essere revocata in qualsiasi momento da una delle due parti, vale a dire dallo Sports Coordinator o dall'atleta. In questo caso sarà necessaria una nuova valutazione della situazione.

1.3 Limitazioni

Una percentuale minoritaria (circa 1.5 %) delle persone affette dalla sindrome di Down presentano un'instabilità tra le vertebre cervicali C1 e C2. Tale instabilità, anche denominata instabilità atlanto-assiale (AAI), può causare infortuni se la colonna vertebrale cervicale è sottoposta a estensioni o flessioni eccessive.

Gli atleti con la sindrome di Down che presentano un'AAI devono sottoporsi ad un controllo medico adeguato che permetta di escludere il rischio di una compressione eccessiva della colonna vertebrale all'altezza della cervicale.

SOI ha pubblicato delle nuove regole nel 2015 che definiscono le condizioni di partecipazione alle competizioni di Special Olympics. In linea di massima gli atleti con la sindrome di Down e un'instabilità atlanto-assiale non possono di conseguenza partecipare alle competizioni di Special Olympics, a meno che un'ulteriore analisi effettuata da un neurologo dopo la prima diagnosi fatta dal medico informi l'atleta come anche i genitori o il tutore sulle possibili conseguenze. L'atleta così come i genitori o il tutore devono confermare per iscritto di essere a conoscenza di tutto ciò e danno il loro consenso alla partecipazione con una firma.

Gli atleti che hanno già fatto un esame radiografico e non hanno un'AAI, non devono fare ulteriori analisi. Gli atleti con la sindrome di Down che partecipano per la prima volta a una competizione di SOSWI a partire dal 01.01.2016 devono sottoporsi ai controlli descritti al paragrafo precedente.

Informazioni più approfondite su questo tema sono presenti nell' "Article 1" (Addendum E - PARTICIPATION OF INDIVIDUALS WHO MIGHT HAVE SPINAL CORD COMPRESSION OR ATLANTO-AXIAL INSTABILITY).

SOSWI non prevede nessuna restrizione particolare per questi atleti nelle diverse discipline sportive del tennis tavolo.



2 Discipline

A seguire vengono indicate le discipline che possono essere praticate e offerte nelle gare ufficiali di SOSWI. La panoramica non pretende di essere esaustiva e vincolante. Gli organizzatori hanno la facoltà di offrire altre discipline ufficiali contemplate da SOI.

Discipline ufficiali:

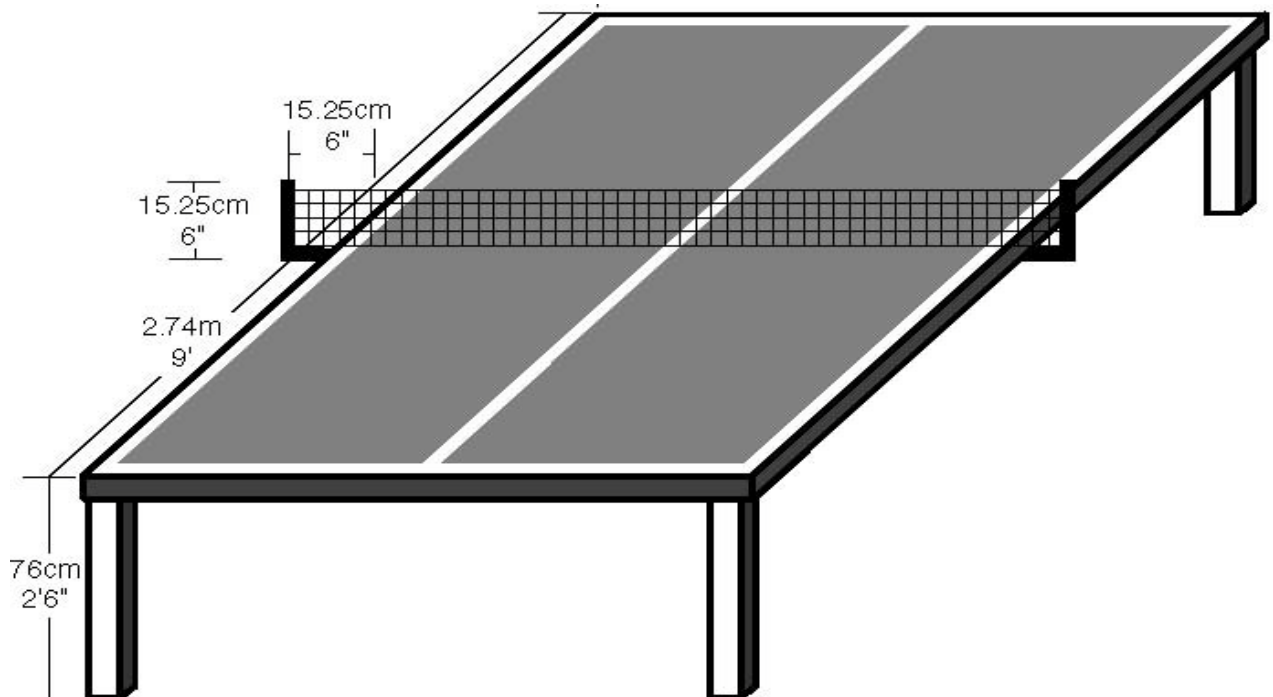
- Singolo
- Doppio
- Doppio misto
- Competizioni in sedia a rotelle
- Unified Sports doppio
- Unified Sport doppio misto
- Gare d'abilità individuali

3 Regole delle competizioni

3.1 Equipaggiamento e strutture

3.1.1 IL TAVOLO

- La superficie del tavolo dev'essere rettangolare, lungo 2,74m e largo 1,525m. La sua superficie superiore, detta «superficie di gioco», deve situarsi su un piano orizzontale a 76cm d'altezza dal suolo. Può essere costituito di un qualsiasi materiale che permetta alla pallina di produrre un rimbalzo superiore a 22 cm e inferiore a 25cm in modo uniforme su tutto il tavolo quando una pallina standard viene lasciata cadere da un'altezza di 30,5cm rispetto alla sua superficie.
- Una linea bianca di 2 cm di spessore deve segnalare il bordo della superficie del tavolo. Le linee situate sul lato corto sono chiamate linee di fondo e le linee situate sui lati lunghi sono chiamate linee laterali.
- Per il doppio, ogni campo deve essere diviso in due metà campo di uguali dimensioni da una linea centrale bianca di 3mm di larghezza e parallela alle linee laterali; la linea centrale deve essere considerata come parte di ciascuna metà campo.
- La superficie di gioco include i bordi superiori del tavolo ma non i lati del tavolo sotto i bordi.
- [Spazio minimale in torno al tavolo 5x10m](#)
- Schema:



3.1.2 LA RETE

- La superficie di gioco è divisa in due campi di uguali dimensioni da una rete verticale parallela alle linee di fondo.
- La rete dev'essere sospesa da una corda attaccata ad ogni estremità dei paletti verticali di 15,25m d'altezza.
- La rete deve essere lunga 183 cm e alta 15,25 cm su tutta la lunghezza.
- La parte inferiore della rete deve essere vicino alla superficie di gioco su tutta la lunghezza e le due estremità della rete devono essere vicine ai due paletti di sostegno.
- La rete è composta dalla rete, dalle sue corde di sospensione e dai paletti di sostegno, compresi i morsetti di fissaggio al tavolo.

3.1.3 LA PALLINA

- La pallina dev'essere sferica e avere un diametro di 40mm.
- La pallina deve pesare 2,7 grammi.
- La pallina deve essere di celluloido o analogo materiale plastico e deve essere bianca o arancione ed opaca.

3.1.4 LA RACCHETTA

- Le dimensioni, la forma e il peso della racchetta sono indifferenti.
- La racchetta dev'essere piatta e rigida, in legno e avere lo stesso spessore su tutta la superficie.
- Almeno l'85% dello spessore della racchetta dev'essere in legno naturale.
- Uno strato adesivo all'interno della racchetta può essere rinforzato con un materiale fibroso, come per esempio una fibra di carbonio, una fibra di vetro o una fibra di carta compressa, ma non dev'essere più spessa del 7,5% dello spessore totale o di 0,35mm secondo il valore più basso.
- Il lato della racchetta utilizzato per colpire la pallina dev'essere ricoperto o con normale gomma puntinata con puntinatura estera ordinaria avente uno spessore totale, compreso l'adesivo, di



non più di 2mm o o con gomma sandwich con puntinatura interna o esterna avente uno spessore totale, compreso l'adesivo, di non più di 4 mm.

- Il materiale di rivestimento deve estendersi fino e non oltre i bordi della racchetta, ad eccezione della parte più vicina al manico ed impugnata dalle dita che può essere lasciata scoperta o rivestita e dovrebbe essere considerato come facente parte dell'impugnatura.
- La racchetta, qualsiasi strato all'interno della racchetta e ogni strato di rivestimento o adesivo sul lato utilizzato per colpire la pallina devono essere continui e di spessore uniforme.
- All'inizio dell'match e ogni qualvolta cambi la racchetta durante un match, un giocatore deve mostrare al suo avversario e all'arbitro la racchetta che intende usare e deve permettere loro di esaminarla.
- La superficie del materiale di copertura su un lato della racchetta o la superficie di un lato del racchetta se esso non è ricoperto, deve essere colorata in modo opaco, rosso su di un lato e nero sull'altro; qualsiasi guarnizione sui bordi della racchetta deve essere opaca e non deve contenere il bianco
- Il rivestimento della racchetta dev'essere utilizzato senza nessun trattamento fisico o chimico.
- Delle leggere variazioni nella continuità della superficie o nell'uniformità del colore dovuti a dei danno accidentale, all'usura o allo scolorimento possono essere tollerati ed autorizzati a condizione che non alterino in modo significativo le caratteristiche della superficie.

3.1.5 DEFINIZIONI

- Un „rally“ (scambio) è il periodo durante il quale la pallina è in gioco.
- Un „let“ (colpo nullo) è un „rally“ il cui punto non viene conteggiato.
- Un punto è un „rally“ il cui punto viene conteggiato.
- La mano della racchetta è la mano che tiene la racchetta.
- La mano libera è la mano che non tiene la racchetta.
- Un giocatore colpisce la pallina se la tocca con la racchetta che tiene in mano.
- Un giocatore ostruisce la pallina se egli, o qualsiasi cosa indossi o porti, la tocca in gioco quando la stessa è in movimento verso la superficie di gioco e non ha ancora oltrepassato la rispettiva linea di fondo, a condizione che non abbia già toccato la rispettiva metà campo dopo essere stata colpita dal giocatore avversario.
- Il servitore è il giocatore che deve colpire per primo la pallina in un „rally“.
- Le ricevitore è il giocatore che deve colpire per secondo la pallina in un „rally“.
- L'arbitro è la persona designata per controllare la gioco.
- Ogni cosa il giocatore indossi o porti comprende ogni cosa che il giocatore indossava o portava all'inizio del „rally“.
- La pallina deve essere considerata come passante al di sopra o intorno alla rete, se passa ovunque tranne che tra la rete ed i suoi supporti o tra la rete e la superficie di gioco.
- La linea di fondo è da considerare come se si estendesse in modo indefinito in entrambe le direzioni.

3.2 Regole delle competizioni

3.2.1 REGOLE BASE PER IL SINGOLO E PER IL DOPPIO

Gioco:

- Un gioco sarà vinto da un giocatore o dalla coppia che per prima totalizza 11 punti, ma quando entrambi i giocatori o coppie totalizzano 10 punti.
- In questo caso la gioco sarà vinta dal giocatore o coppia che per primo totalizza 2 punti consecutivi più del suo avversario o coppia.

Un match è giocato al meglio di un numero dispari di giochi.



Scelta del campo e del servizio:

- La scelta del campo e il diritto di servire o di ricevere la prima volta in un match devono essere decisi da un sorteggio.
- Il diritto di scegliere l'ordine iniziale di servizio, di risposta ed il campo deve essere deciso per sorteggio.
- il vincitore del sorteggio ha la possibilità di fare una delle azioni seguenti
 - a) scegliere di servire o ricevere per primo, chi perde avrà la scelta del campo.
 - b) scegliere il campo, chi perde avrà il diritto di decidere se servire o ricevere per primo.
 - c) Nel doppio, la coppia che ha il diritto di servire per prima nel match deve anche designare il partner che servirà per primo
 - Nel primo gioco di un match, la coppia avversaria deve allora decidere che partner sarà il primo ricevitore.
 - Nei giochi seguenti di un incontri, la coppia che serve sceglierà il suo primo servitore e il primo ricevitore sarà allora stabilito automaticamente per fare in modo che corrisponda al primo servitore.

Cambiamento di campo: Il giocatore o la coppia che comincia da un lato del campo in una gioco, cominceranno la gioco seguente dell'match dall'altro lato. Nell'ultima gioco dell'match, i giocatori o le coppie cambiano di campo quando il primo giocatore o la prima coppia marcano cinque punti.

L'ordine del gioco

- Nel singolo, il servitore deve innanzitutto fare un servizio corretto e il ricevitore deve a questo punto effettuare un rinvio corretto e, in seguito, il servitore ed il ricevitore fanno ognuno, alternandosi, un rinvio corretto.
- Nel doppio, il servitore deve innanzitutto fare un servizio corretto, il ricevitore deve allora fare un rinvio corretto, il partner del servitore deve a quel punto fare un rinvio corretto, il partner del ricevitore farà poi a sua volta un rinvio corretto e, in seguito, ogni giocatore si alternerà in questa sequenza per fare un rinvio corretto.

Cambio del servizio:

- Ogni due punti segnati, il giocatore che ha ricevuto o la coppia che ha ricevuto deve diventare il giocatore o la coppia che serve e così via fino alla fine del gioco a meno che entrambi i giocatori abbiano totalizzato 10 punti oppure venga adottato il sistema veloce (quando la sequenza di servizi e risposte deve essere la stessa ma ogni giocatore serve solo per una volta per turno)
- Doppio:
 - a) I primi due servizi vengono effettuati dal partner selezionato della coppia che ha il diritto di servire e deve essere rinvio da uno dei partner della coppia avversaria.
 - b) Gli altri due servizi sono effettuati dal ricevitore dei due primi servizi e devono essere rinvio dal partner del primo servitore.
 - c) I terzi secondi servizi devono essere effettuati dal partner del primo servitore e devono essere rinvio dal partner del primo ricevitore.
 - d) I quarti due servizi sono effettuati dal partner del primo ricevitore e devono essere rinvio dal primo servitore.
 - e) I quindi due servizi devono essere effettuati e rinvio come i due primi servizi e così di seguito fino alla fine della gioco o se il risultato è a 20 -20.
 - f) in ogni gioco l'ordine di ricezione deve essere l'opposto di quello del gioco immediatamente precedente



- dal punteggio di 10 - 10 la sequenza di servizio e ricezione deve essere la stessa ma ogni giocatore deve effettuare un solo servizio per turno fino alla fine del gioco
- Il giocatore o la coppia che servono per primi in una gioco, riceveranno per primi nella seconda gioco e così di seguito fino alla fine dell'match.

Ordine scorretto nel servizio, nel rinvio o altro:

- Se per errore i giocatori non hanno cambiato campo quando stabilito, il gioco dev'essere interrotto appena l'errore viene scoperto e i giocatori cambiano campo.
- Se per errore un giocatore serve o riceve fuori turno, il gioco dev'essere interrotto e riprenderà con il servizio o il rinvio del giocatore che, secondo l'ordine stabilito all'inizio dell'match, avrebbe dovuto essere servitore o ricevitore.
- In ognuna di queste circostanze, tutti i punti assegnati prima della scoperta di un errore sono considerati validi.

Un servizio corretto :

- Il servizio inizia con la pallina liberamente posta sul palmo aperto della mano libera, del servitore.
- La mano libera e la racchetta sono sopra il livello della superficie di gioco dal momento in cui la pallina è ferma nel palmo della mano libera fino al momento in cui la pallina è colpita nel servizio.
- Il servitore deve quindi lanciare la pallina quasi verticalmente verso l'alto utilizzando unicamente la mano e senza imprimere effetto rotatorio così che si sollevi dal palmo della mano libera di almeno 16 cm.
- Mentre la pallina sta discendendo dalla sua traiettoria, il servitore la deve colpire in modo che essa tocchi dapprima il suo campo e poi, dopo essere passata al di sopra o attorno alla rete o dei suoi supporti, tocchi inseguito il campo del ricevitore.
- Nel doppio, la pallina deve toccare successivamente la metà campo destra del servitore e del ricevitore.
- Se, tentando di servire, un giocatore non riesce a colpire la pallina mentre è in gioco, perde un punto.
- Appena la pallina viene lanciata, il braccio libero e la mano del servitore devono essere allontanati dallo spazio compreso tra la pallina e la rete. Lo spazio tra la pallina e la rete è definito dalla pallina, dalla rete e dal suo prolungamento indeterminato in entrambe le direzioni.
 - Ogni qualvolta c'è una chiara mancanza nel rispetto dei requisiti di un servizio valido, non deve essere dato nessun avvertimento e il ricevitore acquisirà un punto.
 - a) l'arbitro ha il potere di (tranne quando si tratta di un arbitro assistente) dubitare della correttezza del servizio di un giocatore di interrompere il gioco, di ammonire colui che serve senza assegnare il punto. Per tutte le occasioni successive dello stesso match in cui l'arbitro dubita della correttezza del servizio dello stesso giocatore, per la stessa o per qualunque altra ragione al giocatore non viene dato nemmeno il beneficio del dubbio e perderà conseguentemente il punto.
 - b) L'esigenza di rispettare rigorosamente la tecnica del servizio prescritta può essere disattesa (se l'arbitro è informato prima dell'inizio del gioco) se il rispetto della stessa è ostacolato da un handicap fisico.

Una ricezione corretta:

- La pallina, servita o rinviata, deve essere colpita in modo che essa passi sopra o attorno alla rete e al suo insieme e tocchi il campo dell'avversario direttamente o dopo aver toccato la rete.



- Se la pallina, dopo essere stata servita o rimessa in gioco, ritorna con la sua propria impulsione sulla rete, può essere colpita in modo che tocchi direttamente il campo dell'avversario.

Pallina in gioco:

La pallina è in gioco dall'ultimo momento nel quale essa è ferma sul palmo della mano libera prima di essere giocata in un servizio, fino a quando essa non tocca qualunque cosa che non siano la superficie di gioco, la rete, la racchetta tenuta in mano o la mano della racchetta sino al polso o fino a quando lo scambio si conclude con un punto o con un colpo nullo ("let").

Un „Let“:

Lo scambio deve considerarsi colpo nullo nei casi seguenti:

- a) Se la pallina, nel servizio, nel passare sopra o intorno alla rete, la tocchi o tocchi i suoi supporti, a condizione che il servizio sia corretto, o sia stata ostruita dal ricevitore o dal suo partner.
- b) Se il servizio è eseguito quando, secondo l'opinione dell'arbitro, il giocatore o la coppia che ribatte non siano pronti, a condizione che né il ricevitore né il suo partner tentino di colpire la pallina.
- c) Se, secondo l'opinione dell'arbitro, la mancata effettuazione di un servizio corretto o un rinvio corretto o altrimenti la mancata osservanza delle regole, è dovuta ad un disturbo esterno al controllo del giocatore.
- d) Se lo scambio è interrotto a causa della correzione di un errore nell'ordine del gioco o del cambio campi.
- e) Se il servizio è interrotto per avvertire un giocatore per un servizio di dubbia correttezza.
- f) Se le condizioni di gioco sono disturbate in modo tale che, secondo l'opinione dell'arbitro, potrebbero influenzare l'esito dello scambio.

Perdita di un punto :

- a) A meno che il gioco non sia un « let », un giocatore perde un punto nei casi seguenti :
- b) Nel caso in cui il giocatore non riuscisse a fare un servizio corretto.
- c) Nel caso in cui il giocatore non riuscisse a fare un rinvio corretto.
- d) Nel caso in cui il giocatore dovesse ostruire la pallina.
- e) Nel caso in cui il giocatore dovesse colpire la pallina con una parte della racchetta che ha una superficie illegale.
- f) Nel caso in cui il giocatore, o tutto ciò che indossa o tiene, dovesse spostare la superficie di gioco mentre la pallina è in gioco.
- g) Nel caso in cui la mano libera del giocatore dovesse toccare la superficie di gioco mentre la pallina è in gioco.
- h) Nel caso in cui il giocatore o tutto ciò che indossa o tiene tocchino la rete o una sua componente mentre la pallina è in gioco.
- i) Nel doppio se chi colpisce la pallina non rispetta la sequenza corretta ad eccezione di quando si tratti di un errore autentico nell'ordine di gioco.

3.2.2 MODIFICHE PER I PARTECIPANTI IN SEDIA A ROTELLE

Tutti i partecipanti devono effettuare l'match in sedia a rotelle.

- Dei cuscini di qualsiasi forma e dimensione e di una qualsiasi combinazione di gomma o di schiuma possono essere utilizzati.
- Per quanto concerne le sedie a rotelle non è necessario avere un supporto per la schiena.



Il tavolo non deve avere nessuna barriera fisica che potrebbe disturbare la mobilità normale e legale delle sedie a rotelle dei concorrenti.

Durante il servizio è necessario che il ricevitore effettui un rinvio corretto. Tuttavia, se il ricevitore colpisce la pallina prima che questa oltrepassi la linea laterale del campo o la tocca una seconda volta dalla sua parte della superficie di gioco, il servizio dev'essere considerato corretto e non dev'essere proclamato nessun "let".

- Nel servizio, i giocatori in sedia a rotelle non sono obbligati a lanciare la pallina in aria con il palmo della mano libera. I giocatori appartenenti a questa categoria possono tenere la pallina in mano e lanciarla in aria in qualsiasi modo. Qualunque sia l'azione, non è autorizzato far ruotare la pallina. La responsabilità incombe sempre sul servitore che farà del suo meglio affinché la legalità del servizio possa sempre essere verificata dall'arbitro. I giocatori in sedia a rotelle possono toccare la superficie di gioco con la loro mano libera durante il gioco senza perdere punti, ma non possono servirsi della mano libera sul tavolo come sostegno al momento di colpire la pallina a condizione che la superficie di gioco non sia stata spostata.

I piedi o i poggia-piedi dei concorrenti non possono toccare il suolo durante la gioco.

I concorrenti non possono alzarsi dal loro cuscino durante il gioco.

Nel servizio del doppio, la pallina può uscire dalla linea laterale della metà del campo a destra del ricevitore. Il servitore deve innanzitutto realizzare un servizio corretto e il ricevitore deve fare un rinvio corretto e in seguito uno dei giocatori della coppia deve rinviare la pallina. La sedia a rotelle di un giocatore non deve superare il prolungamento immaginario della linea situata al centro del tavolo. In questo caso, l'arbitro attribuisce un punto alla squadra avversaria.

3.2.3 GARE DI ABILITÀ INDIVIDUALI

Palleggio a mano:

L'atleta usa una o entrambe le mani per palleggiare la pallina sul tavolo per un periodo di 30 secondi. L'atleta può palleggiare afferrando la pallina o colpendola con il palmo aperto e ogni volta che la pallina colpisce la sua mano guadagna un punto. Se l'atleta perde il controllo della pallina gli viene assegnata un'altra pallina e il conteggio continua.

Palleggio con racchetta :

L'atleta segna un punto ogni volta che usa la racchetta per palleggiare la pallina verso l'alto lanciandola per aria per un periodo di 30 secondi. Se l'atleta perde il controllo della pallina gli viene assegnata un'altra pallina e il conteggio continua.

Colpo di diritto:

L'atleta sta sul suo lato del tavolo con un altro giocatore sull'altro lato (colui che gli lancerà le palline). Con un totale di 5 palle il giocatore sull'altro lato lancia all'atleta ogni pallina sul diritto. L'atleta realizza un punto ogni volta che riesce colpendo la pallina con la racchetta a mandarla nel campo avversario. La pallina deve sempre toccare il campo avversario per poter segnare punto. L'atleta totalizza 5 punti per aver colpito il campo avversario in entrambe le aree del servizio.

Colpo di rovescio:

Stesso funzionamento che nel colpo di rovescio, con la differenza che il giocatore che lancia la pallina la lancerà all'atleta sul rovescio.

Servizio:



L'atleta deve servire 5 volte dal lato destro e 5 volte dal lato sinistro del tavolo. Se la pallina colpisce correttamente l'area del servizio verrà conteggiato un punto.

Score finale:

Le score finale di un giocatore è determinato sommando gli score ottenuti in ognuna delle cinque prove che compongono il concorso d'abilità individuali.

Servizio di precisione:

L'atleta deve servire 5 volte dal lato destro e 5 volte dal lato sinistro del tavolo. Se la pallina colpisce correttamente l'area del servizio verrà conteggiato un punto.

Palleggio con racchetta:

- Servendosi della racchetta, l'atleta tenta di colpire la pallina e di farla rimbalzare in aria il maggior numero di volte possibile in 30 secondi di tempo.
- Se l'atleta perde il controllo della pallina gli viene assegnata un'altra pallina e il conteggio continua.
- L'atleta ha a disposizione due round da 30 secondi ciascuno. Lo score più alto ottenuto in uno dei due round sarà registrato.

Risposta:

- L'atleta si posiziona da un lato del tavolo, mentre l'arbitro, che lancerà la pallina, prenderà posizione dall'altro lato del tavolo.
- L'arbitro lancia la pallina sul diritto dell'atleta.
- Un punto è attribuito all'atleta se rinvia con successo la pallina dalla parte del tavolo dell'arbitro che ha lanciato la pallina. La pallina deve toccare il tavolo dalla parte di quest'ultimo affinché il punto sia valido. Se la pallina tocca la rete e ricade nel campo dell'atleta non verrà attribuito nessun punto.
- L'atleta riceve cinque punti se rinvia la pallina da ogni parte. In questo caso non riceverà il punto supplementare se la pallina tocca la parte del tavolo dove si trova l'arbitro che ha lanciato la pallina.
- L'atleta tenta di rinvia un totale di cinque palline.
- Il punteggio totale massimo che può essere ottenuto è di 25 punti.

3.3 Low Ability Level

Queste discipline sono generalmente proposte agli sportivi di livello Low Ability Level (LAL). Normalmente, chi è iscritto a una disciplina LAL non può partecipare alla stessa gara in nessun'altra categoria.

Le discipline LAL vengono generalmente proposte agli atleti con capacità motorie da scarse a fortemente limitate o di basso livello. Gli atleti con limitazioni meno marcate dovrebbero essere motivati a iscriversi ad altre discipline (vedi capitolo 4 Advancement). È possibile che, in occasione di competizioni internazionali, SOI definisca delle prestazioni massime per le discipline LAL così come un limite da non superare per poter partecipare a queste gare.

Nel caso del tennis tavolo, i gare d'abilità individuali sono considerati come una disciplina Low Ability Level.



4 Advancement

Gli allenatori sono responsabili della preparazione di un allenamento adatto alle capacità degli atleti e di una scelta consona delle discipline. In tutto questo si deve puntare a un avanzamento individuale da incentivare adeguatamente. Un altro obiettivo è quello di favorire il più possibile l'autonomia degli atleti.

Di regola gli atleti devono prima partecipare a gare locali e regionali, poi a quelle nazionali e infine eventualmente a quelle internazionali. L'allenamento costituisce la base del successo dell'atleta: è nell'allenamento, infatti, che può dimostrare se possiede le capacità necessarie per partecipare alle gare del livello previsto.

Di regola la partecipazione a eventi internazionali è subordinata a una selezione di responsabilità della Commissione Sport di SOSWI. Di regola tutti gli atleti possono partecipare agli eventi internazionali. Le prestazioni non rappresentano un fattore limitante o restrittivo. La commissione determina le linee guida di partecipazione e i criteri di selezione e li pubblica quindi sul sito Internet di SOSWI: www.specialolympics.ch.

5 Divisioning

5.1 Filosofia

Quello del Divisioning è un principio che differenzia sostanzialmente Special Olympics da tutte le altre organizzazioni sportive. La filosofia e la concezione di Special Olympics consentono agli atleti di qualsiasi livello di disputare gare equilibrate e avvincenti. Non ci sono qualificazioni e gare eliminatorie, ma esclusivamente gironi preliminari e gare in diversi gruppi di livello. Questo significa che gli atleti si trovano a competere in gruppi di livello omogenei, vale a dire solo con atleti con capacità simili. La composizione di tali gruppi di livello, il cosiddetto Divisioning, avviene di norma sulla base della prestazione conseguita nel luogo di gara, di volta in volta verificata all'inizio della stessa. Se, per motivi di tempo, a un evento si rinuncia a una manche preliminare (ad esempio alle gare di un giorno), il Divisioning viene effettuato in base alle prestazioni precedenti.

I vincitori e i piazzamenti sono determinati per ciascun gruppo di livello.

5.2 Criteri di suddivisione

All'interno delle singole discipline, la suddivisione degli atleti avviene per categorie sulla base dei seguenti criteri:

1. **Prestazioni**

In base alle prestazioni indicate all'iscrizione o in base ai risultati dei gironi preliminari.

2. **Sesso**

Normalmente gli atleti vengono suddivisi per sesso. Se il numero delle squadre o degli atleti iscritti è contenuto, si può rinunciare alla divisione per sesso.

3. **Età**

Se il numero di squadre e atleti è sufficiente, è possibile utilizzare le categorie d'età ufficiali: **8-11 / 12-15 / 16-21 / 22-29 / 30 e oltre**. Se il numero delle squadre o degli atleti iscritti è contenuto, si può rinunciare alla divisione in categorie d'età.



I gruppi di livello omogenei devono comprendere un minimo di 3 e un massimo di 8 atleti. Di norma, la differenza di prestazioni all'interno del gruppo non deve superare il 15%. Lo Sport Official⁴ ha comunque la facoltà di applicare in maniera flessibile i criteri di suddivisione se ciò consente di formare categorie più eque. A seconda della quota di partecipanti, dell'organizzazione della gara e in un'ottica di creazione di gruppi omogenei, è possibile rinunciare a singoli criteri, in particolare ai criteri numero 2 (sesso) e 3 (età). Eventuali decisioni in merito sono prese dallo Sport Official.

5.3 Maximum Effort Rule – Regola dello sforzo massimo

Le competizioni di Special Olympics prevedono dapprima un girone preliminare che consente di definire il livello dei nuotatori e di suddividerli in gruppi omogenei di capacità. In seguito si svolge la gara finale.

Agli atleti è richiesto di migliorare progressivamente nella propria attività. Sono auspicabili miglioramenti delle prestazioni tra girone preliminare (o la prestazione indicata all'iscrizione) e gara finale.

Gli atleti sono tuttavia tenuti a realizzare la migliore prestazione possibile già nel girone preliminare. Solo in questo modo è possibile inserirli nella giusta categoria. Il miglioramento della prestazione è sì auspicabile, ma non può superare i seguenti valori:

- 15% in tutte le discipline di atletica leggera
- 20% in tutte le discipline Low Level Ability

Se la prestazione eccede tali limiti, è in contrasto con il miglioramento sportivo normalmente conseguibile: ciò significa che l'atleta è stato inserito in una categoria inadeguata. Se oltrepassa la tolleranza massima di prestazione, l'atleta viene squalificato (Maximum Effort Rule).

Per le competizioni di un giorno, spesso non è possibile svolgere il girone preliminare. In tal caso, il coach deve comunicare il livello di prestazione aggiornato del nuotatore al momento dell'iscrizione.

La responsabilità spetta all'atleta e al suo allenatore. È loro dovere, infatti, produrre prestazioni realistiche sia in fase d'iscrizione che nel girone preliminare.

I materiali quali abbigliamento o attrezzature sportive, così come i mezzi ausiliari o gli accompagnatori per atleti con disabilità sensoriali, dovranno essere utilizzati nella stessa misura nell'ambito del divisioning e della gara finale, in modo tale che la competizione abbia luogo alle medesime condizioni (vedere articolo 1, SOI).

5.4 Responsabilità del coach

Se, in base alla valutazione dell'allenatore, un atleta è stato inserito in una categoria troppo bassa, è responsabilità dell'allenatore comunicare l'errore alla giuria. La segnalazione va effettuata tramite il "Performance Improvement Form", reperibile presso l'ufficio di gara.

Se l'apposito modulo non fosse disponibile, l'allenatore deve comunicare immediatamente l'errore allo Sport Official (responsabile di gara) durante la notifica della suddivisione in categorie.

⁴ Lo Sport Official è il direttore tecnico di un evento, vedi <http://specialolympics.ch/it/funktionen/>.



6 Unified Sport

Per diverse discipline, Special Olympics offre la formula “Unified Sport”. L’idea è quella di costituire squadre miste di atleti con e senza disabilità mentali. Idealmente gli sportivi con e senza disabilità dovrebbero avere capacità simili ed essere della stessa età.

SOSWI può proporre le seguenti discipline di Unified Sports composte da un atleta e da un partner.

- Doppio Unified Sports
- Doppio misto Unified Sports

7 Regolamento e applicazione

La responsabilità del regolamento spetta al Technical Coordinator del tennis tavolo⁵, d’intesa con lo Sport Director di Special Olympics Switzerland.

L’applicazione del regolamento a un meeting è di competenza del relativo Sport Official (direttore tecnico).

Nel caso di divergenze tra i regolamenti nelle diverse lingue, fa stato la versione in francese.

In caso di necessità, SOSWI adeguerà il regolamento a modifiche delle condizioni e prenderà opportuni provvedimenti a seguito di eventuali cambiamenti. C’è la possibilità di presentare proposte di modifica delle regole. Tali istanze devono essere inviate per e-mail al seguente indirizzo: sport@specialolympics.ch.

⁵ Il Technical Coordinator è il responsabile di una disciplina sportiva, vedi <http://specialolympics.ch/it/funktionen/>.