



SO ITN Vaardigheidstesten en levels 1 t/m 6 2021

**Special
Olympics**
Nederland





1 Inhoud

1. Beoordelingsprocedure	3
1.1 Algemene regels.	3
1.2 Opzet van de beoordeling	3
2 ITN score oefeningen niveau 4 – 5 – 6 (geen Unified).....	4
2.1 Diepte lange slag.....	4
2.2 Diepte volley.....	5
2.3 Nauwkeurigheid 'lange slag'	6
2.4 Beoordeling service	7
3 Mobiliteitstest	8
4 ITN Scoreformulier.....	9
5 Filmpjes Vaardigheidstesten	9
5.1 Video's ITN vaardigheidstesten.....	9



1. Beoordelingsprocedure

1.1 Algemene regels.

1. Alle deelnemers moeten opgewarmd zijn en klaar zijn om te beginnen.
2. De spelers ontvangen 4 oefenballen bij de start van elk onderdeel (lange slag, volley en service).
3. De deelnemer heeft het recht een poging te weigeren voordat hij de bal raakt. Op het moment dat de deelnemer de bal heeft geraakt, moet de slag geteld worden.
4. Wanneer de bal de lijn tussen twee vakken raakt, dan telt de score van het hoogste vak.
5. De beoordelaar heeft het beslissende oordeel over alle aspecten van de beoordeling.
6. De beoordelingscores moeten worden vastgelegd na elke slag en worden opgeteld na afronding van elk onderdeel.
7. De beoordeling moet worden ondertekend door de beoordelaar en door de deelnemer. De deelnemer ontvangt een kopie van de beoordeling.

1.2 Opzet van de beoordeling

1. Niveaus	Baanafmetingen	Soort bal
Niveau 1 en 2	8,23 x 12,8 m (alleen servicevakken)	Rode bal
Niveau 3	8,23 x 18,28 m	Oranje bal
Niveau 4	8,23 x 23,77 m	Bal met groene stip
Niveaus 5 & 6	8,23 x 23,77 m	Gele bal

2. Benodigdheden

Belijning	Stopwatch	Individuele Score Kaart
Ballenemmer	Clipbord	Potloden
Puntaanduiding		

3. Vrijwilligers

Balaangevers	Schrijver	Ballenkinderen
--------------	-----------	----------------

4. Mobiliteitstest

*** Alle niveaus hanteren de standaard mobiliteitstest. De mobiliteitsscore wordt samengevoegd met de vaardigheidsscore tot een totaalscore. Deze bepaalt het ITN nummer.**

Voor alle scorekaarten gelden de volgende instructies. Zie pagina 8



2 ITN score oefeningen niveau 4 – 5 – 6 (geen Unified)

- Niveau 4 – Groene stip bal
- Niveaus 5 en 6 – Gele bal

2.1 Diepte lange slag

Oefening:

- De speler krijgt 10 ballen aangespeeld
- De aangever speelt de bal halverwege de lijn van het servicevak en de achterlijn (zie figuur).
- De speler of de aangever kunnen een bal weigeren wanneer deze niet goed aangespeeld is.
- Bal 1 wordt op de forehand gespeeld, bal 2 op de backhand, bal 3 op de forehand etc.
- De speler krijgt punten voor de eerste stuit (1 tot 4) afhankelijk van het gebied waarin de bal stuit. Een speler krijgt 0 punten voor een geslagen bal die 'uit' gaat.
- Daarnaast krijgt de speler 1 of 2 bonuspunten wanneer de 2^e stuit van de bal landt achter de servicelijn (Power Area) (zie figuur).
- Tot slot krijgt de speler voor elke goed geslagen bal een punt voor vastheid (consistency point).

Score:

0 Punten – Wanneer de bal buiten het single speelveld landt.

1 Punt – Wanneer de bal ergens in één van beide servicevakken landt.

2 Punten – Wanneer de bal landt in het voorste vak van het achterveld.

3 Punten – Wanneer de bal landt in het middelste vak van het achterveld.

4 Punten – Wanneer de bal landt in het achterste vak van het achterveld.

Wanneer een bal op de lijn landt is deze goed en krijgt de speler de hoogste score.

Bonuspunten (Power Points)

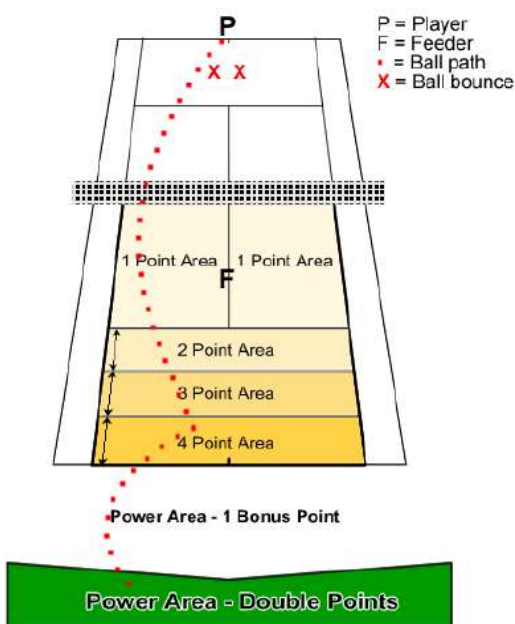
1 Bonuspunt – wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is tussen de achterlijn en de bonuslijn (begin Power area).

2 Bonuspunten – wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is achter de bonuslijn (in de Power area).

Punt voor vastheid (consistency point) -1 extra punt wordt toegekend voor elke goed gespeelde bal (max. 10 punten).

ITN Scoreformulier:

Diepte langeslag		
Soort slag	#	Score
Forehand	1	
Backhand	2	
Forehand	3	
Backhand	4	
Forehand	5	
Backhand	6	
Forehand	7	
Backhand	8	
Forehand	9	
Backhand	10	
Sub Totaal		
Vastheid		
Totaal		





2.2 Diepte volley

Oefening:

- De speler krijgt 8 ballen aangespeeld
- De aangever staat op de rand van het servicevak en speelt de 1^e bal op de forehand, de 2^e bal op de backhand, de 3^e bal op de forehand etc.
- De speler speelt de volley vanaf 1 meter van het net.
- De aangever moet de bal spelen tussen heup- en schouderhoogte van de speler.
- De speler of de aangever kunnen een bal weigeren wanneer deze niet goed aangespeeld is.

Score:

0 Punten – Wanneer de bal buiten het single speelveld landt.

1 Punt – Wanneer de bal ergens in één van beide servicevakken landt.

2 Punten – Wanneer de bal landt in het voorste vak van het achterveld.

3 Punten – Wanneer de bal landt in het middelste vak van het achterveld.

4 Punten – Wanneer de bal landt in het achterste vak van het achterveld.

Wanneer een bal op de lijn landt is deze goed en krijgt de speler de hoogste score.

Bonuspunten (Power Points)

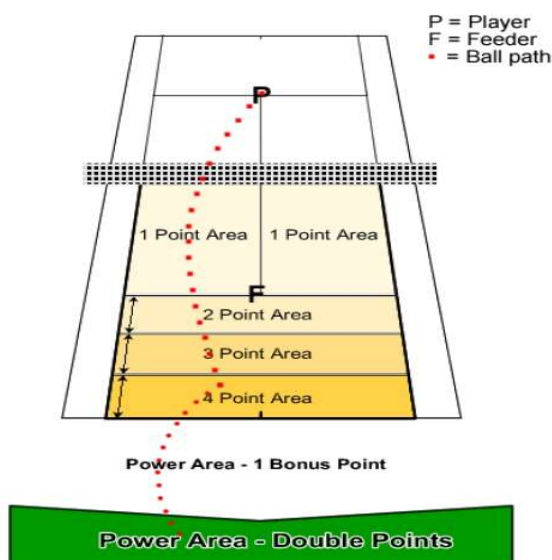
1 Bonuspunt – wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is tussen de achterlijn en de bonuslijn (begin Power area).

2 Bonuspunten – wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is achter de bonuslijn (in de Power area).

Punt voor vastheid (consistency point) -1 extra punt wordt toegekend voor elke goed gespeelde bal (max. 8 punten).

ITN Scoreformulier:

Diepte Volley		
Soort slag	#	Score
Forehand	1	
Backhand	2	
Forehand	3	
Backhand	4	
Forehand	5	
Backhand	6	
Forehand	7	
Backhand	8	
Sub Totaal		
Vastheid		
Totaal		





2.3 Nauwkeurigheid 'lange slag'

Oefening:

- De speler krijgt 12 ballen aangespeeld
- De speler slaat 6 ballen terug langs de lijn. Bal 1 wordt op de forehand gespeeld en speelt de speler langs de lijn terug, bal 2 wordt op de backhand aangespeeld en de speler speelt deze langs de lijn terug, bal 3 op de forehand etc.
- Daarna krijgt de speler 6 ballen aangespeeld welke cross court terug geslagen worden. Bal 1 wordt op de forehand aangespeeld en speelt de speler cross court terug, bal 2 wordt op de backhand aangespeeld en speelt de speler cross court terug, bal 3 op de forehand etc.
- De gebieden voor de score van de eerste stuit zijn anders dan bij het onderdeel 'diepte lange slag' (zie figuur). De score van de tweede stuit (bonuspunten) en de punten voor vastheid vindt op dezelfde wijze plaats.
- Het wordt aanbevolen om eerst alle spelers de slagen 'langs de lijn' te laten spelen en daarna de slagen 'cross court'. Dit om verwarring te voorkomen welk slag gespeeld moet worden.
- De aangever moet zorgen dat de bal landt halverwege de servicevakken en de achterlijn (zie figuur).
- De speler of de aangever kunnen een bal weigeren wanneer deze niet goed aangespeeld is.

Score:

0 Punten – Wanneer de bal buiten het single speelveld landt..

1 Punt – Wanneer de bal landt ergens in het middengebied.

2 Punten – Wanneer de bal landt in het nauwkeurigheidsgebied in het servicevak.

3 Punten – Wanneer de bal landt in het nauwkeurigheidsgebied tussen het servicevak en de achterlijn.

Wanneer een bal op de lijn landt is deze goed en krijgt de speler de hoogste score.

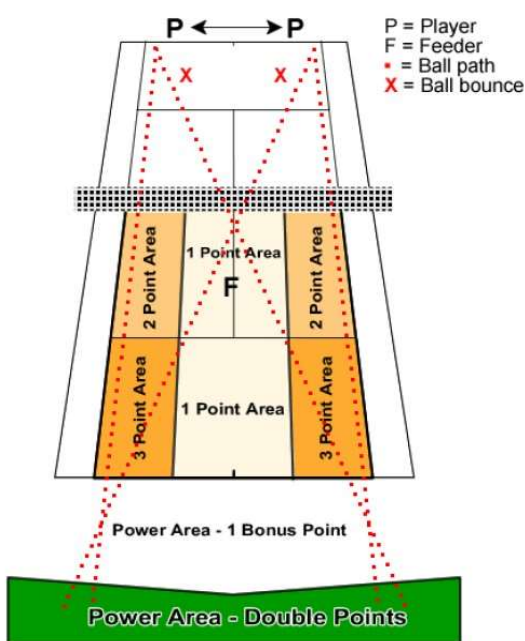
Bonuspunten (Power Points)

1 Bonuspunt - wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is tussen de achterlijn en de bonuslijn (begin Power area).

2 Bonuspunten – wanneer de bal landt ergens in het single speelveld en de tweede stuit is achter de bonuslijn (in de Power area).

Punt voor vastheid (consistency point) -1 extra punt wordt toegekend voor elke goed gespeelde bal (max. 12 punten).

Nauwkeurigheid		
Soort slag	#	Score
Forehand rechtdoor	1	
Backhand rechtdoor	2	
Forehand rechtdoor	3	
Backhand rechtdoor	4	
Forehand rechtdoor	5	
Backhand rechtdoor	6	
Forehand cross	7	
Backhand cross	8	
Forehand cross	9	
Backhand cross	10	
Forehand cross	11	
Backhand cross	12	
Sub Totaal		
Vastheid		
Totaal		





2.4 Beoordeling service

Oefening:

- Voor de beoordeling van de service moet de aangever de emmer of bak met ballen aan de spelerskant plaatsen.
- Het wordt aanbevolen om eerst alle spelers in het eerste doelgebied te laten serveren en daarna in de andere doelgebieden. Dit om verwarring te voorkomen in welk doelgebied geserveerd moet worden.
- Voor elke poging krijgt de spelers twee servicebeurten, net zoals in een gewone wedstrijd. En net zoals in een wedstrijd geldt dat wanneer de eerste service goed is, dan wordt er geen tweede service gespeeld.
- De wijze waarop gescoord wordt staat hieronder weergegeven. Voor elke goede service wordt een punt voor vastheid (consistency point) toegekend.
- De speler begint met serveren aan de rechterkant. Hij serveert 3x op het buitenste doelgebied (1^{ste} box wide), daarna krijgt hij 3 servicebeurten waarbij hij serveert en het binnenste doelgebied (1^e box middle)
- De speler gaat serveren vanaf de linkerkant. Hij serveert 3x op het binnenste doelgebied (2^e box middle), daarna krijgt hij 3 servicebeurten waarbij hij serveert op het buitenste doelgebied (2^e box wide)

Score:

1^e servicebeurt

2 Punten – Wanneer de bal landt in het juiste servicevak.

4 Punten – Wanneer de bal landt in het juiste doelgebied in het servicevak.

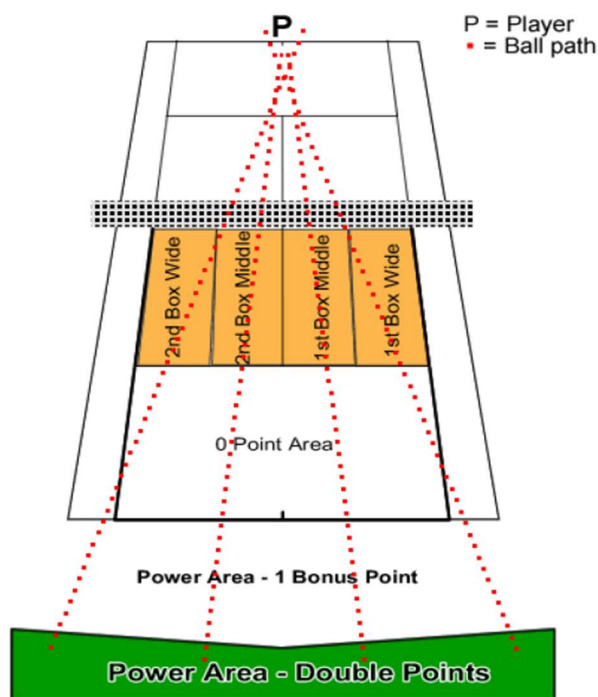
2^e servicebeurt

1 Punt – Wanneer de bal landt in het juiste servicevak.

2 Punten – Wanneer de bal landt in het juiste doelgebied in het servicevak.

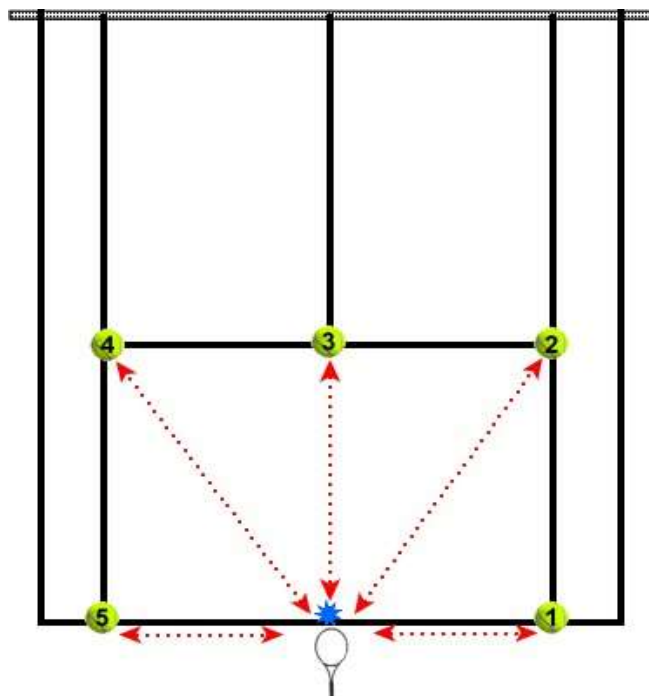
Punt voor vastheid (consistency point) -1 extra punt wordt toegekend voor elke goed gespeelde bal (max.12 punten)

Serves		
Soort slag	#	Score
1e box buitenkant	1	
1e box buitenkant	2	
1e box buitenkant	3	
1e box midden	4	
1e box midden	5	
1e box midden	6	
2e box midden	7	
2e box midden	8	
2e box midden	9	
2e box buitenkant	10	
2e box buitenkant	11	
2e box buitenkant	12	
Sub Totaal		
Vastheid		
Totaal		





3 Mobiliteitstest



Maximale score = 76 punten

Beoordeling Mobiliteit-

Deze beoordeling meet de tijd die een speler nodig heeft om 5 tennisballen op te pakken en ze één voor één terug te brengen naar een aangegeven gebied.

De score wordt gemeten in seconden. De punten worden toegekend op basis van de tijd die het duurt om de opdracht uit te voeren. Hoe sneller de speler de opdracht uitvoert, hoe meer punten hij

Procedure:

Plaats het blad van het racket net achter de midden markering van de achterlijn. Het handvat van het racket wijst richting het hek (zie figuur).

Plaats 5 ballen op de posities, zoals weergegeven in de figuur.

Start in het midden van de achterlijn . Elke bal moet worden opgehaald en worden geplaatst op het blad van het racket. Eén bal per keer. De volgorde is tegen de wijzers van de klok in (linksom).

De tijd wordt opgenomen met een stopwatch nadat het signaal 'Klaar voor de start – Af' is gegeven.

De tijd wordt gestopt op het moment dat de laatste bal op het racket is neergelegd.

Punten worden op de volgende manier toegekend:

De bovenste rij van de tabel bevat de tijd (T) in seconden met een interval van 1 seconde. De onderste rij geeft het aantal punten (Score S) weer dat bij de gemeten tijd hoort.

**Mobiliteits
Tabel**

Tijd	Score
------	-------

T	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15
S	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	12	14	15	16	18	19	21	26	32	39	45	52	61	76

Hoe sneller de tijd, hoe meer punten worden gescoord. Bijv. 22 seconden = 21 punten



4 ITN Scoreformulier

(zie bijlage)

5 Filmpjes Vaardigheidstesten

5.1 Video's ITN vaardigheidstesten

- Voorbereiding speelveld: klik [hier](#)
- Indeling speelveld niveau 4, 5 & 6: klik [hier](#)

