



G+S-Kids: Introduzione Rugby - Lezione 5

Il torneo

Autore

Lüthi Philippe, capodisciplina rugby

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
Livello basso medio impegnativo
Età consigliata 5 – 7 anni
Grandezza del gruppo 10 - 24
Luogo del corso Campo erboso (campo da calcio)
Sicurezza Indossare vestiti sportivi solidi e sporchevoli

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Migliorare il gioco collettivo col passare delle partite

Indicazione

I punti: per segnare, il giocatore deve appoggiare (schiacciare) la palla nella zona di meta avversaria (dietro o sulla linea), con le mani, le braccia, o la parte superiore del corpo (eccetto la testa). Ci deve essere un contatto momentaneo giocatore/pallone/terreno affinché la meta sia valida.

I diritti del giocatore:

- Diritto di avanzare tenendo il pallone in mano senza esigenze tecniche (nessun dribbling, nessun limite all'avanzamento).
- Diritto di sfidare fisicamente l'avversario e di andare al contatto nei limiti imposti dalle regole (nessun pugno in avanti, nessun mulinello delle braccia, ecc.).
- Diritto di opporsi fisicamente al portatore di palla (aggancio, placcaggio) nei limiti imposti dalle regole (nessun gioco pericoloso come sgambetto, colpo, ecc.).

Il tenuto: Il portatore di palla tenuto al suolo deve immediatamente lasciare il pallone o passarlo, scostandosi dallo stesso in modo da lasciare la possibilità di giocarlo agli altri giocatori..

Se il portatore del pallone è bloccato dall'avversario per tre secondi si considera un fallo. Questa regola favorisce la continuità del gioco e permette al pallone di "vivere".

Il fuorigioco: Qualsiasi giocatore che si trovi davanti al portatore del pallone, secondo una parallela al fondo campo, è considerato fuorigioco nel momento in cui tenta di partecipare al gioco. Il passaggio effettuato ad un giocatore in fuori gioco è considerato fallo (in avanti).

Questa regola implica una linea di fronte tra le due squadre e impone ai giocatori di avanzare per segnare.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	Le formiche: i giocatori si spostano in uno spazio delimitato, passandosi i palloni. Al segnale, chi è in possesso del pallone si blocca e difende il loro pallone. Gli altri tentano di recuperarli e di segnare il più rapidamente possibile.	Un giocatore che perde il suo pallone è eliminato e resta a bordo campo Diversi giocatori possono lottare per recuperare lo stesso pallone	Un pallone per 2
15'	La fortezza: i giocatori A difendono la fortezza nella quale si trova il diamante del re (pallone). Al segnale, i giocatori B tentano di recuperare il diamante e di uscire dal campo il più rapidamente possibile. I difensori possono coprire il pallone con il loro corpo, ma non sollevarlo. Un difensore che esce o è uscito dalla fortezza è eliminato.	Variante: piazzare diversi palloni	Casacche o nastri 5 palloni

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
30'	Torneo Rugby: due squadre su un campo due volte più lungo che largo. La squadra in possesso del pallone tenta di segnare rispettando le regole dei punti, dei diritti dei giocatori, del tenuto e del fuori gioco. Ogni meta vale 5 punti.	Larghezza di riferimento del campo = 100 cm per giocatore. L'allenatore dà il pallone alla squadra che gioca il pallone. Formare diverse squadre di 6 a 8 giocatori. Tutte le squadre giocano tra di loro	Casacche o nastri 1 pallone



RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Risultati e discussione sul rispetto delle regole durante il torneo. La voglia di vincere ci ha fatto dimenticare le regole? È giusto comportarsi così? Perché no?		