

# Rugby a scuola – Giochi con gruppi completi: Palla dietro la linea

Questo esercizio permette di muovere i primi passi nel rugby. Due squadre disputano una partita osservando delle regole semplificate. La palla va depositata dietro una linea.

Formare due squadre. La squadra attaccante prova a segnare dietro la linea di una meta rispettando le due seguenti regole: la meta e i diritti del giocatore. Ogni rete vale cinque punti.



## Variante

Gioco a gruppo completo «[Stop o ancora](#)».

**Osservazione:** avere a disposizione una seconda palla per rilanciare il gioco velocemente dopo ogni fallo o meta e così mantenere il gioco dinamico.

## Regole

- Meta (per la variante): per segnare, il giocatore deve depositare il pallone nella meta avversaria (sulla linea o dietro di essa), con le sue mani, le sue braccia o con la parte superiore del suo corpo (salvo la testa). Il tentativo è considerato valido se c'è un contatto temporaneo giocatore/pallone/suolo. Il tentativo permette di ottenere 5 punti.
- Diritto di avanzare con il pallone in mano, senza alcun obbligo tecnico (palleggio, numero di passi, ecc.). Diritto di avanzare, sfidare e di opporsi fisicamente al proprio avversario e di cercare il contatto nel limite dei suoi doveri. Doveri di non fare male, di non farsi male e di non lasciare che qualcuno ci faccia male.

## Organizzazione

- Campo: larghezza = 0,5 m per allievo, lunghezza = 1 m per allievo.
- A ogni rimessa in gioco, le squadre sono allineate una di fronte all'altra a due metri di distanza.
- Il docente dà la palla alla squadra che ne ha diritto.

---

Fonte: Insetto pratico «mobile» 27/2007, Philippe Lüthi



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**