

# Rugby s'cool: Un ventaglio di giochi

Il set di schede «rugby s'cool» offre agli insegnanti degli strumenti pratici e facili per organizzare le lezioni e garantire agli allievi un apprendimento progressivo del rugby. Permette inoltre di programmare i corsi in modo strutturato, logico e ludico.

Si distinguono cinque ambiti in base alle varie parti della lezione, in cui gli esercizi sono classificati dal più semplice al più complesso.

- Riscaldamento cardiovascolare. I giochi sono illustrati e permettono un primo contatto fra i giocatori.
- Giochi di lotta. Vanno da una situazione di uno contro uno a terra a una forma di tutti contro tutti in piedi. L'obiettivo è evidenziare la regola dei diritti e dei doveri del giocatore, di capirne il senso e di sottolineare la necessità di un rispetto rigoroso di tale regola.
- Giochi per piccoli gruppi. Permettono agli insegnanti di diversificare i gruppi a seconda del livello di coinvolgimento degli allievi e facilitano l'introduzione delle regole fondamentali, la loro comprensione e l'osservazione da parte loro (indispensabile).
- Giochi con gruppi completi. Conducono progressivamente al gioco finale e alle sue quattro regole fondamentali che sono i diritti e i doveri del giocatore, la meta, il tenuto e il fuorigioco.
- Ritorno alla calma. Offre la possibilità a ognuno di ritrovare il ritmo cardiaco a riposo.



## Delle schede su misura

Ogni scheda propone delle varianti per realizzare il gioco a più riprese o complicarne gli obiettivi. Include le regole fondamentali utilizzate, la forma di organizzazione, le dimensioni del campo raccomandate per limitare i rischi legati agli scontri violenti generati dalla velocità di spostamento dei giocatori e i consigli tratti dall'esperienza degli autori. L'insegnante può così scegliere gli esercizi o le loro varianti in linea con il livello di apprendimento e di progressione dei suoi allievi per garantire un buon insegnamento.

### [Set di schede](#) (pdf)

Le schede sono concepite in modo tale da poter essere stampate, tagliate e plastificate e poi fissate con un anello. Ogni insegnante avrà così la possibilità di realizzare un set di gioco a forma di ventaglio.

Fonte: Philippe Lüthi, chef de sport J+S Rugby et enseignant d'éducation physique; Mario Bucciarelli, expert J+S Rugby et entraîneur en LNA



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**