

Rugby a scuola – Giochi di lotta: Passare e segnare

Questo esercizio si avvicina alla forma finale del rugby: gli allievi devono conservare o sottrarre la palla e segnare dietro la linea.

Due gruppi (A e B): gli allievi del gruppo B sono all'esterno del campo, il gruppo A trotterella all'interno del campo facendo dei passaggi. Al segnale:



- Il gruppo A si blocca e difende le palle.
- Il gruppo B recupera le palle avversarie e segna dietro una linea definita.

Varianti

- Diminuire il numero di palle.
- Determinare la durata del tempo in cui gli allievi del gruppo A si passano la palla. Ogni palla che cade a terra dà un punto all'avversario.

Osservazione: definire una durata per segnare (al massimo 60 secondi).

Regole

- 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.
- Tenuto: il portatore del pallone tenuto a terra deve lasciare immediatamente il pallone o passarlo, ma in ogni caso allontanarsi per lasciare la possibilità agli altri giocatori di giocarlo (nessun gioco a terra). Se il portatore del pallone è bloccato dall'avversario per tre secondi viene considerato fallo. Questa regola favorisce la continuità del gioco e permette al pallone di girare.
- 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

Organizzazione

- Campo: 10 x 10 metri.
- Pettorine per le squadre.
- Una palla per due giocatori del gruppo A.

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