

Rugby s'cool – Kampfspiele: Passen und Punkten

Der Fokus dieser Übung liegt darin, dem Gegner den Ball abzunehmen oder als Ball besitzender Spieler, ihn nicht zu verlieren. Mit Pässen werden Punkte erzielt.

Zwei Gruppen (A und B); die Schüler von B halten sich ausserhalb des Spielfelds auf, die Schüler von A zirkulieren auf dem Feld und spielen sich Pässe zu. Beim Signal müssen sie:



- (A) stehen bleiben und ihre Bälle verteidigen.
- (B) dem Gegner die Bälle abnehmen und hinter einer festgelegten Linie des Spielfelds einen Treffer erzielen.

Variationen

- Anzahl Bälle reduzieren.
- Zeitraum festlegen, während dem die Schüler von A einander Pässe zuspielen. Fällt der Ball zu Boden, gibt es einen Punkt für den Gegner.

Tipps: Zeitspanne zum Punkten festlegen (maximal 60 Sekunden).

Ziele

- Seinen Gegner akzeptieren und respektieren.
- Den Ball abnehmen.
- In Ballbesitz bleiben.

Regeln

- Recht auf Vorlaufen mit dem Ball* in der Hand ohne jegliche technische Einschränkung (Dribble, Anzahl Schritte usw.).
- Recht, dem Gegner die Stirn zu bieten und im Rahmen der Regeln in körperlichen Kontakt zu gehen.
- Pflicht, sich und anderen keine Schmerzen zuzufügen und sich keine Schmerzen zufügen zu lassen.
- Halten: Wird der Ballbesitzer am Boden festgehalten, muss er den Ball loslassen und sich umgehend entfernen, um den anderen Spielern zu ermöglichen, den Ball zu ergreifen und weiterzuspielen (kein Spiel am Boden). Wird der Ballbesitzer während mindestens drei Sekunden vom Gegner gebunden, muss er den Ball ebenfalls freigeben. Diese Regel fördert den Spielfluss und «hält den Ball am Leben».

- Punkten (Variation): Um zu punkten, muss der Spieler den Ball im gegnerischen Malfeld ablegen (auf oder hinter der Linie), und zwar mit seinen Händen, seinen Armen oder mit dem Oberkörper (ausser Kopf). Es braucht einen kurzen Kontakt Spieler/Ball/Boden, damit der Versuch gültig ist. Jeder Versuch trägt fünf Punkte ein.

Organisation

- Spielfeld: 10 x 10 Meter.
- Spielbänder für die Teams.
- Ein Ball auf zwei Spieler der Gruppe A.

Quelle: Philippe Lüthi, Fachleiter J+S Rugby, Sportlehrer; Mario Bucciarelli, Experte J+S Rugby, NLA-Trainer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO