

Rugby – Spiele im Team: Stop-and-go

In diesem Spiel sollen die Schülerinnen und Schüler vorwiegend Punkten und den Gegner am Punkten hindern. Eine hohe Dynamik soll aufrecht erhalten werden.

Zwei Teams. Das angreifende Team versucht, hinter der Mallinie zu punkten. Die Verteidiger versuchen, den Gegner länger als drei Sekunden zu binden oder ihn zu Fall zu bringen, um in Ballbesitz zu gelangen.

Zu Beginn jeder Partie und nach Fehler oder Ausspiel spielt die Lehrperson den Ball dem Team zu, das gepunktet hat.



Variation

- Spielfeld vergrössern, um lange Läufe zu ermöglichen.

Tipp: Wenn der Spieler im Ballbesitz gebunden ist und nicht mehr vorwärtskommt, das Spiel mit einem zweiten Ball neu anstossen und so die Spieldynamik erhalten.

Ziele

- Punkten.
- Gegner am Punkten hindern.

Regeln

- Punkten: 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. Recht auf Vorlaufen mit dem Ball in der Hand ohne jegliche technische Einschränkung (Dribble, Anzahl Schritte usw.).
- Rechte und Pflichten: 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».

Organisation

- Spielfeld: Breite = 0,5 Meter pro Schüler, Länge = 1 Meter pro Schüler.
- Spielbänder für die Teams.
- Bei jeder Wiederaufnahme des Spiels werden die Teams in drei Meter Abstand einander gegenüber aufgestellt.

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