

Rugby

Giocare con bambini piccoli e grandi

Chi ben inizia è a metà dell'opera

Messa e rimessa in gioco

Per favorire il combattimento, ad ogni rimessa in gioco le squadre sono disposte l'una di fronte all'altra a distanza ravvicinata (ca. due m). Il docente presenta il pallone ad un giocatore della squadra che non ha commesso un'infrazione o che ha subito una meta. Al comando «giocare», la partita riprende.

All'inizio del gioco e dopo un tentativo, la rimessa in gioco si svolge a metà campo. Dopo ogni fallo o uscita di campo, la rimessa in gioco viene eseguita nel luogo in cui è stato commesso il fallo o dove la palla è uscita, ma ad almeno tre metri dalla linea di meta per consentire ai giocatori di scegliere il lato verso il quale avvanzeranno.

La meta



Per segnare, il giocatore deve depositare (schiacciare) il pallone sulla linea di meta o dietro a quest'ultima con le mani, le braccia o con la parte superiore del corpo (tra il collo e la cintura). Deve esserci un contatto momentaneo giocatore/pallone/suolo affinché il tentativo venga convalidato. La meta vale cinque punti.

I diritti del giocatore

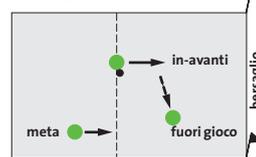
Per il portatore della palla:

- Diritto di avanzare portando la palla in mano senza nessuna costrizione tecnica (non dribblare, senza limiti nell'avanzata).
- Diritto di sfidare fisicamente l'avversario e di andare al contatto nei limiti della regola (non di pugno avanti, non di mulinello di braccio, ecc.).

Per il difensore:

- Diritto di opporsi fisicamente al portatore di palla (cinturato, placcato) nei limiti della regola (niente gioco pericoloso come lo sgambetto, trattenuta al di sopra delle spalle, ecc.).

Il fuorigioco



È considerato come in fuorigioco, il giocatore che si trova davanti al portatore della palla (collocazione parallela alla linea di rete). Il passaggio effettuato ad un giocatore in fuorigioco è considerato un fallo (un in-avanti).

Il tenuto

Il portatore del pallone tenuto al suolo deve lasciare imperativamente la palla e allontanarsi per offrire la possibilità agli altri giocatori di potersene impossessare e di giocarla. Il portatore del pallone bloccato dall'avversario e che non avanza per almeno tre secondi commette fallo. Questa regola favorisce la continuità del gioco e permette al pallone di «continuare a vivere».

Campo e palloni

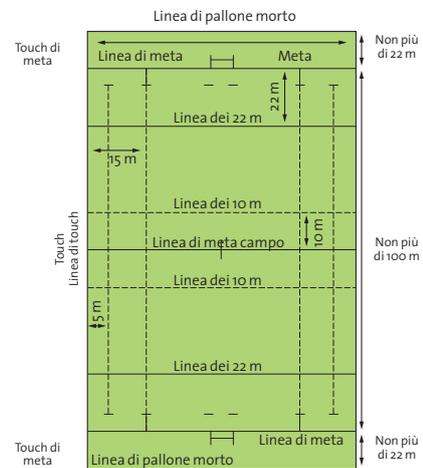
► Il rugby si gioca innanzitutto sull'erba. Solo situazioni legate all'apprendimento possono essere introdotte in palestra, con misure di sicurezza adeguate (tappeto). L'attività in sé non esige alcun materiale specifico, ciò che facilita il collocamento di situazioni di gioco. Per la scuola sono particolarmente ideali i palloni di taglia 4. All'inizio, per limitare la velocità si possono utilizzare dei palloni zavorrati.

Campo da gioco: le dimensioni sono adattate in funzione del numero di giocatori. Si distinguono:

- **Il campo da gioco:** zona situata tra le linee di meta e le linee di touch. Queste linee non fanno parte del campo da gioco.
- **L'area di gioco:** parte del terreno composta di campo da gioco e area di meta. Le linee di touch, i touch di meta e le linee di pallone morto non fanno parte dell'area di gioco.

- **L'area di meta:** è la superficie del terreno delimitata dalla linea di meta, dalla linea di pallone morto e dalle linee di touch di meta.

A scuola, le linee di 10m e di 22m non sono necessarie. L'importante è che l'area di meta sia abbastanza ampia affinché gli alunni non sbattono con la testa contro una parete o un palo.



Gioco per i pulcini (scuola elementare)

Si gioca otto contro otto su un campo di 30m x 22m, area di meta non compresa.

Obiettivo principale: risolvere i problemi affettivi legati ai contatti con l'avversario, poi progressivamente includere gli avversari ed i compagni per imparare a «giocare» con l'avversario ed utilizzare gli spazi liberi.

Calcio d'invio (inizio e dopo una meta): al centro del campo, per un calcio di rimbalzo («drop», tiro al volo nel calcio).

Per i più grandicelli (scuola media inferiore e superiore)

Il passaggio al gioco degli adulti necessita una formazione tecnica che garantisca la sicurezza dei giocatori, in particolare degli avanti durante le mischie e le rimesse laterali. Si può giocare in 12 contro 12 su un campo grande (56m x 50m) e nell'area di meta.

Obiettivo principale: portare i giocatori ad organizzare il loro gioco in funzione del dispositivo adottato dagli avversari (elementi tattici). Portare dei nuovi elementi tecnici nel gioco (mischia, touch).

Calcio d'invio (inizio e dopo una meta): al centro del campo, per un calcio (drop, calcio di rimbalzo, oppure rovesciata come nel gioco del calcio).

Rimessa in gioco:

- Se il pallone esce dietro l'area di meta (pallone morto): a 5 m dalla linea di meta.
- In caso di in-avanti: dove è stato commesso il fallo (ma almeno a 5 m da ogni linea).
- In caso di penalità (non rispetto dei diritti del giocatore, tenuto, fuorigioco): dove è stato commesso il fallo (ma almeno a 5 m da ogni linea).
- Uscita laterale: nel punto dell'uscita (ma a 5 m da ogni linea).

La mischia

La mischia si compone di elementi di entrambe le squadre: minimo cinque giocatori per formazione, di cui tre in prima linea, contrapposti in due gruppi. I due «pacchetti di mischia» devono essere divisi da una linea parallela a quella di meta. La palla viene posta nella mischia dal mediano di mischia della squadra che non ha commesso il fallo (ingaggio), il quale deve lanciairla con entrambe le mani, in un unico movimento al centro del corridoio formato dalle prime linee. Quando la palla tocca a terra, ogni giocatore di prima linea può attirlarla dalla propria parte solo con i piedi e unicamente se prima era stata toccata dal tallonatore di una delle due squadre.

Touch o rimessa laterale

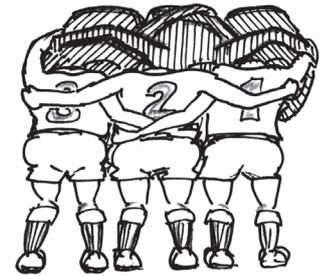
La rimessa laterale si effettua con i pacchetti di mischia delle due squadre schierati (tutti o in parte) in fila fianco a fianco, separati dalla linea immaginaria dell'uscita della palla. I primi uomini della fila devono essere ad una distanza minima di cinque metri dalla linea di fallo laterale. I giocatori restanti devono disporsi lungo le parallele immaginarie ad un minimo di dieci metri dallo schieramento di rimessa. Il pallone deve essere lanciato dritto e percorrere almeno cinque metri lungo la linea di rimessa in gioco prima di essere toccato da un giocatore.

Rimessa in gioco: con i piccoli, è l'insegnante che posa il pallone a terra al posto giusto e che fa allontanare la difesa a tre metri di distanza. Il gioco inizia con la presa di palla di un attaccante. Per mantenere un ritmo di gioco sostenuto si consiglia di rilanciare velocemente il gioco, specialmente dopo un fallo minore, in questo modo si consente ai giocatori attenti di sfruttare gli squilibri provocati durante le azioni precedenti.

■ Tallonatori

Contatti: sotto le spalle dei piloni, con le mani sotto le ascelle.

Appoggi superiori: la testa al di sotto dell'altezza del petto dell'avversario e sempre in contatto (testa a sinistra di quella dell'avversario diretto). Tenere la schiena piatta e la testa rialzata.



■ Piloni

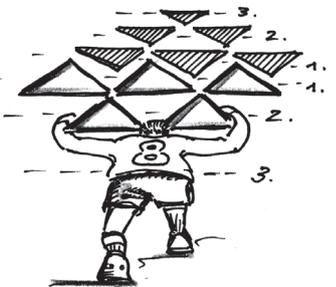
Contatti nella loro linea: i piloni cinturano il tallonatore con le braccia interne. Appoggi superiori: la testa sotto l'altezza del petto dell'avversario e sempre in contatto (testa a sinistra di quella dell'avversario diretto). Tenere la schiena piatta e la testa rialzata.



■ Seconde linee

Contatti fra di loro: sotto l'ascella.

Appoggi superiori: piazzamento della spalla sotto la piega del gluteo del pilone. Collegamento coi piloni: la mano libera afferra la maglia del pilone all'altezza della cintura tirandola e trattenendola fra le gambe.



■ Terza linea di centro

Appoggi superiori: sotto la piega del gluteo dei giocatori di seconda linea.

Contatti con la seconda linea: braccio all'esterno. Afferra i bacini dei giocatori di seconda linea.

