

J+S-Kids: Einführung Rugby - Lektion 2

Die Rechte des Spielers

Autor

Philippe Lüthi, Fachleiter J+S Rugby

Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	☒ einfach ☐ mittel ☐ anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	5-7 Jahre
Gruppengrösse	10-24
Kursumgebung	Rasenplatz (Fussballfeld)
Sicherheitsaspekte	Gebrauchte Sportkleider tragen

Zielsetzungen/Lernziele

Anwenden der Regeln betreffend Rechte der Spieler und kennen lernen der Festhalterregel

Hinweise

Tor: Siehe vorgängige Lektion

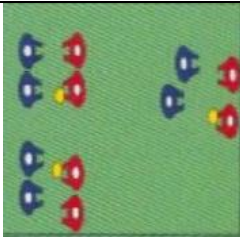
Rechte des Spielers:

- Der Spieler darf sich mit dem Ball in den Händen ohne jegliche Einschränkungen vorwärts bewegen (kein dribbeln notwendig, keine Begrenzung in der Vorwärtsbewegung)
- Es ist erlaubt, seinen Gegner zu blocken und den Körperkontakt, innerhalb der definierten Regeln zu suchen (keine Faustschläge, Arme nicht verdrehen), etc.
- Es ist erlaubt, den Ballträger mit Körpereinsatz (Taillengriff, umfassen), innerhalb der Regeln, zu stoppen (keine absichtliche Gefährdung des Gegners wie z.B. durch Beinstellen, Schläge, etc.).

Festhalten: Sobald der Ballträger am Boden festgehalten wird, muss er den Ball entweder loslassen oder einem Mitspieler abgeben, um die Spielmöglichkeit des Balls anderen zu überlassen. Wenn der Ballträger während drei Sekunden vom Gegner geblockt wird, wird dies ebenfalls als Foul taxiert. Diese Regel unterstützt den Spielfluss und gewährleistet „das Überleben des Balls“.

Inhalte

EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Fangis mit blocken: Die Hälfte der Spieler ist Fänger und versucht, die anderen zu fangen, indem sie sie festhalten. Gelingt dies, wechseln die Spieler die Rolle.		Matten
15'	Schildkröte: Zu zweit. Ein Spieler im Vierfüssler-Stand muss versuchen, dem Fänger so lange wie möglich entgegenzuhalten und auf allen Vieren zu bleiben. Der Fänger versucht, die Schildkröte so schnell wie möglich auf den Rücken zu drehen.	Kreis: Die Spielerpaare sind in einem Kreis aufgestellt. Nach zwei Kämpfen wechselt jeweils das Kind A einen Platz nach links. Dies wird weitergeführt bis jedes Kind wieder an seinem Platz ist.	
10'	Räuber und Polizist: Ein Feld von 10x10m bis 15x15m ausstecken und innerhalb jeder Mannschaft Zweierteams bilden. Auf ein Signal hin versuchen die Verteidigungsteams den Ball zu erkämpfen, der von den Angreifern gehalten wird. Es ist verboten, den Gegner zu Fall zu bringen. Das Spiel kann auf Zeit gespielt werden oder die Rollen können nach jedem Ballverlust gewechselt werden. Die Punkte werden am Ende in jeder Mannschaft zusammengezählt.		Bündel 1 Ball pro 4 Spieler

HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
15'	Ball hinter die Linie: 2 Gruppen auf einem Spielfeld, welches zweimal so lang wie breit ist. Das angreifende Team versucht, den Ball, hinter die Torlinie zu legen. Jeder gelungene Versuch zählt 5 Punkte.	Referenzwert für die Länge des Spielfeldes = 50cm pro Spieler Der Leiter gibt den Ball jeweils der Mannschaft, welche gewonnen hat	Bündel 1 Ball
10'	Stopp oder noch weiter: Das selbe Prinzip wie vorhergegangene Übung mit zusätzlicher Einführung der Festhalterregel. Die Spieler versuchen, den Gegner während mindestens 3 Sekunden zu blocken oder diesen zu Boden zu bringen, um sich den Ball zu erkämpfen. Zu Beginn und nach jedem Faul oder Verlassens des Spielfeldes wirft der Leiter den Ball ein, so dass ihn die Spieler sehen können.	Referenzwert für die Länge des Spielfeldes = 50cm pro Spieler	Bündel 1 Ball

AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
5'	Zu zweit, A liegt auf dem Bauch und B massiert sanft dessen Rücken und Beine. Wechsel nach 2-3 Minuten.		