

G+S-Kids: Introduzione Rugby - Lezione 7

La scoperta delle regole fondamentali

Autore

Lüthi Philippe, capodisciplina rugby

Condizioni quadro

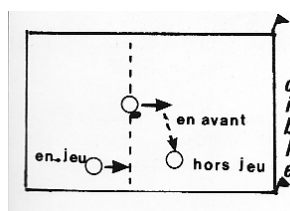
Durata della lezione	≥60 minuti
Livello	<input checked="" type="checkbox"/> basso <input type="checkbox"/> medio <input type="checkbox"/> impegnativo
Età consigliata	8 – 10 anni
Grandezza del gruppo	10 - 24
Luogo del corso	Campo erboso (campo da calcio)
Sicurezza	Indossare vestiti sportivi solidi e sporchevoli

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Applicazione delle quattro regole del gioco

Indicazione

I punti: vedi lezione precedente



I diritti del giocatore: vedi lezione precedente

Il tenuto: vedi lezione precedente

Il fuori gioco: Qualsiasi giocatore che si trovi davanti al portatore del pallone, secondo una parallela al fondo campo, è considerato fuorigioco nel momento in cui tenta di partecipare al gioco. Il passaggio effettuato ad un giocatore in fuori gioco è considerato fallo (in avanti).

Questa regola implica una linea di fronte tra le due squadre e impone ai giocatori di avanzare per segnare.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Caccia all'abbraccio: la metà dei giocatori sono cacciatori e devono prendere i corridori ed abbracciarli. Quando riescono a farlo si scambiano ruolo.		Casacche o nastri
10'	Passaggio e punto: due gruppi trotterellano in un'area passandosi il pallone tra i giocatori dello stesso gruppo. All'annuncio del loro colore, devono: 1) segnare e 2) recuperare i palloni avversari e segnare. I giocatori non chiamati si bloccano e difendono il loro pallone.		Casacche o nastri almeno un pallone per 2, di rugby o medicinale leggero
10'	La grande attraversata: la squadra A si distribuisce liberamente sul campo. La squadra B tenta di attraversare senza essere atterrata dai difensori. Un giocatore che attraversa il campo senza cadere segna un punto. Se atterrato, è eliminato e si porta a bordo campo. Partenza individuale o in diversi.	Osservazione: giocare la partita diverse volte con gli stessi ruoli, prima di cambiare. I giocatori A si spostano in ginocchio o a quattro zampe, i giocatori B camminando.	1 pallone per ogni giocatore B

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
15'	Stop o ancora: 2 squadre su un campo due volte più lungo che largo. La squadra utilizzatrice tenta di segnare rispettando le regole dei punti, dei diritti dei giocatori e del tenuto. Ogni meta vale 5 punti.	Larghezza di riferimento del campo = 50 cm per giocatore. Dopo un certo tempo allargare il campo in modo da favorire le fughe. L'allenatore dà il pallone alla squadra che lo deve giocare.	Casacche o nastri 1 pallone
15'	Rugby: 2 squadre su un campo due volte più lungo che largo. La squadra utilizzatrice tenta di segnare rispettando le regole dei punti, dei diritti dei giocatori, del tenuto e del fuori gioco. Ogni meta vale 5 punti.	Larghezza di riferimento del campo = 100 cm per giocatore. L'allenatore dà il pallone alla squadra utilizzatrice.	Casacche o nastri 1 pallone

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Seduti in cerchio, far circolare uno o più palloni da mano a mano, con gli occhi chiusi.		