

08 | 2017

Rugby s'cool

Tema del mese – Sommario

Un ventaglio di giochi	2
Informazioni	19

Set di schede

Regole fondamentali
Riscaldamento cardiovascolare
Giochi di lotta
Giochi per piccoli gruppi
Giochi con gruppi completi
Ritorno alla calma

Categorie

- Età: dai 5 ai 16 anni
- Livello scolastico: dal 1° all'11° anno di scolarizzazione
- Livello di capacità: principianti e avanzati
- Livello di apprendimento: acquisire e applicare



Il progetto «rugby s'cool» vuole favorire il gioco del rugby nelle scuole e migliorarne la qualità di insegnamento. Diversi specialisti di questo sport aiutano gli insegnanti a farlo conoscere agli allievi mettendo a disposizione strumenti didattici e metodologici concreti per affrontare in particolare le nozioni di accettazione e rispetto.

Sport di lotta collettiva, il rugby deve basarsi su valori forti – integrità, rispetto, disciplina, solidarietà e collaborazione – affinché si possa garantire la sicurezza dei giocatori e la fluidità del gioco. Per praticare questa disciplina occorre passare attraverso diverse tappe fondamentali.

Imparare i valori della lotta. I diritti del giocatore sono tanto numerosi quanto la sua immaginazione. Ma vanno di pari passo anche con i doveri che ogni giocatore ha nei confronti dei compagni e degli avversari, sono legati all'integrità morale e al rigoroso rispetto delle regole, senza le quali la sicurezza del gioco e dei giocatori non può essere garantita. Il motto «non fare all'altro quello che non vorresti fosse fatto a te» in questo contesto assume il suo pieno valore.

Osare e affrontare le paure dei contatti con l'avversario. Cingere l'avversario con le braccia, respingerlo e cadere insieme a lui sono tutti elementi che richiedono una gestione particolare delle emozioni. Affrontare la paura della lotta, che può essere dura, e le incertezze che ne conseguono – a quale velocità correrà l'avversario? È da solo? È grande e forte? – sono cose che richiedono molto coraggio.

Dar prova di intelligenza nelle scelte di gioco per segnare. Giocare da soli o con i compagni, affrontare o evitare, avanzare o passare: le possibilità sono molte e occorre ogni volta riflettere su come urtare l'avversario e mettere a punto un tentativo di segnare punti.

Sviluppare solidarietà e aiuto reciproco

La bravura e le abilità degli allievi emergono spesso durante il gioco del rugby. A spiccare non sono soltanto le capacità motorie ma anche il comportamento, sotto forma di correttezza e lealtà. In un gioco in cui l'individualità è al servizio del collettivo e dove a contare sono i fatti e non le parole, anche gli allievi più timidi riescono a mostrare le loro capacità. Grazie al gioco del rugby, i docenti possono così sviluppare la solidarietà e l'aiuto reciproco contribuendo, se necessario, a migliorare l'atmosfera nella classe.

Il progetto «Rugby s'cool» – sostenuto da [World Rugby](#), dalla [Federazione svizzera di rugby](#) e dall'Ufficio federale dello sport (UFSP) – propone ai docenti uno strumento sviluppato da esperti per introdurre il rugby nelle classi (v. riquadro a pag. 2) e un sostegno per un insegnamento strutturato che soddisfi gli obiettivi del Piano di studio. Questo tema del mese propone una trentina di giochi suddivisi in cinque ambiti che gli insegnanti possono raggruppare a forma di ventaglio.

Un ventaglio di giochi

Il set di schede «rugby s'cool» offre agli insegnanti degli strumenti pratici e facili per organizzare le lezioni e garantire agli allievi un apprendimento progressivo del rugby. Permette inoltre di programmare i corsi in modo strutturato, logico e ludico.

Si distinguono cinque ambiti in base alle varie parti della lezione, in cui gli esercizi sono classificati dal più semplice al più complesso.

Riscaldamento cardiovascolare. I giochi sono illustrati e permettono un primo contatto fra i giocatori.

Giochi di lotta. Vanno da una situazione di uno contro uno a terra a una forma di tutti contro tutti in piedi. L'obiettivo è evidenziare la regola dei [diritti e dei doveri](#) del giocatore, di capirne il senso e di sottolineare la necessità di un rispetto rigoroso di tale regola.

Giochi per piccoli gruppi. Permettono agli insegnanti di diversificare i gruppi a seconda del livello di coinvolgimento degli allievi e facilitano l'introduzione delle regole fondamentali, la loro comprensione e l'osservazione da parte loro (indispensabile).

Giochi con gruppi completi. Conducono progressivamente al gioco finale e alle sue [quattro regole fondamentali](#) che sono i diritti e i doveri del giocatore, la meta, il tenuto e il fuorigioco.

Ritorno alla calma. Offre la possibilità a ognuno di ritrovare il ritmo cardiaco a riposo.

Delle schede su misura

Ogni scheda propone delle varianti per realizzare il gioco a più riprese o complicarne gli obiettivi. Include le regole fondamentali utilizzate, la forma di organizzazione, le dimensioni del campo raccomandate per limitare i rischi legati agli scontri violenti generati dalla velocità di spostamento dei giocatori e i consigli tratti dall'esperienza degli autori. L'insegnante può così scegliere gli esercizi o le loro varianti in linea con il livello di apprendimento e di progressione dei suoi allievi per garantire un buon insegnamento.



Le schede sono concepite in modo tale da poter essere stampate, tagliate e plastificate e poi fissate con un anello. Ogni insegnante avrà così la possibilità di realizzare un set di gioco a forma di ventaglio.

Informazioni

Bibliografia

- Beltramo, J. (1988): [Du rugby à l'école vers l'école de rugby](#). Jarville-la-Malgrange: Ed. L'Est Républicain.
- Berends, G., Saak, F. (2008): [Rugby in der Schule](#). Schorndorf: Hofmann.
- Billi, E. (1993): [1000 exercices et jeux de rugby](#). Parigi: Vigot.
- Collinet, S., Nérin, J.-Y.: (2003). [Rugby – De l'école... aux associations](#). Parigi: Ed. Revue EPS.

Links

- [Commissione tecnica delle scuole della Federazione svizzera di rugby](#)
- [Guida per principianti della Federazione internazionale di rugby](#)

Da scaricare

- [Regole del gioco](#)

Introduzione al rugby nelle scuole svizzere

Su richiesta, le classi interessate possono scoprire e praticare il rugby per tre settimane (2 volte la settimana durante le ore dedicate solitamente al programma scolastico), sotto la guida di un esperto G+S Rugby e insegnante di educazione fisica. Durante queste tre settimane, gli allievi imparano le regole di base del rugby e le basi del gioco. In particolare, vengono sensibilizzati al rispetto delle regole e degli avversari per approfittare pienamente della pratica sportiva. Da parte loro, gli insegnanti ricevono dei consigli didattici, una borsa contenente gli strumenti che li aiutano nella pianificazione e tutto il materiale necessario per svolgere il corso con l'equipaggiamento adatto (palloni, casacche, ecc.).

Le lezioni introduttive sono impartite in italiano, tedesco e francese.

Informazioni e iscrizioni: Philippe Lüthi, capodisciplina G+S Rugby, phluthi@bluewin.ch (nella mail si prega di indicare il nome, il luogo in cui si svolgeranno le lezioni e il numero di telefono)

Ringraziamo

Katharina Herren e i suoi allievi della scuola elementare «Les Tilleul» di Bienne per il loro impegno durante la realizzazione delle riprese fotografiche.

Partner



Per questo tema del mese



Impressum

Editore: Ufficio federale dello sport UFSP, 2532 Macolin

Autori: Philippe Lüthi, capodisciplina G+S Rugby e insegnante di educazione fisica, Mario Bucciarelli, esperto G+S Rugby e allenatore di Lega nazionale A

Redazione: mobilesport.ch

Traduzione: Michela Montalbetti

Foto di copertina: Ueli Känzig, UFSP

Disegni: Leo Kühne

Grafici: Ufficio federale dello sport UFSP

Layout: Ufficio federale dello sport UFSP