

F.I.R. Specifico Rugby 2

**Principio di Utilità
Ridotti – Gruppo nello spazio
Passaggio e ricezione; Posizionamento
Passaggio avvitato (spin pass)**

Livello 2 Rugby



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Obiettivi

- Gli allenatori dimostreranno di comprendere il collegamento tra le abilità individuali di passaggio/ricezione & capacità prendere decisioni e principi dell'attacco collettivo (avanzamento, sostegno e continuità)
- Gli allenatori comprenderanno i fattori principali del
- Passaggio & ricezione
- Capacità di prendere decisioni 3 v 2; 2+1 v 2; 4 v 3; 3+1 v 3; 4+2 v 4 (sostegno profondo e laterale)
- Passaggio avvitato
- Gli allenatori dimostreranno comprensione di come progredire dallo sviluppo della tecnica allo sviluppo delle abilità
- Agli allenatori verranno mostrati procedimenti e metodi per un efficace allenamento di attività tecniche/tattiche ridotte
- Dimostreranno conoscenza delle normative di riferimento



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Movimento del Gioco

Come posso essere efficace?

Principi di Utilità
(Spazio o Pallone)

Giocatori sul/
vicino al
pallone

Anticipazione
Presa di decisione – Tattica
Comunicazione

Corsa
Evasione
Manualità con il pallone
Passaggio e presa di decisione
Continuità al contatto
Prendere un placcaggio
Competenze gioco al piede

“Ritardo”-giocatori
nello spazio

“Anticipo”-giocatori
nello spazio



FEDERAZIONE
ITALIANA



Tecnico

**Precisione
Pressione
Ripetizione
Veloce
Tempo
Meno Spazio**



Tattico

**Presa di decisione
Opposizione
Efficacia
Intensità**

Anticipazione
Presa di decisione – Tattica
Comunicazione

Corsa
Evasione
Manualità con il pallone
Passaggio e presa di decisione
Continuità al contatto
Prendere un placcaggio
Competenze gioco al piede



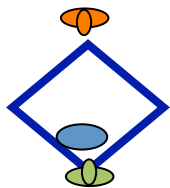
FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



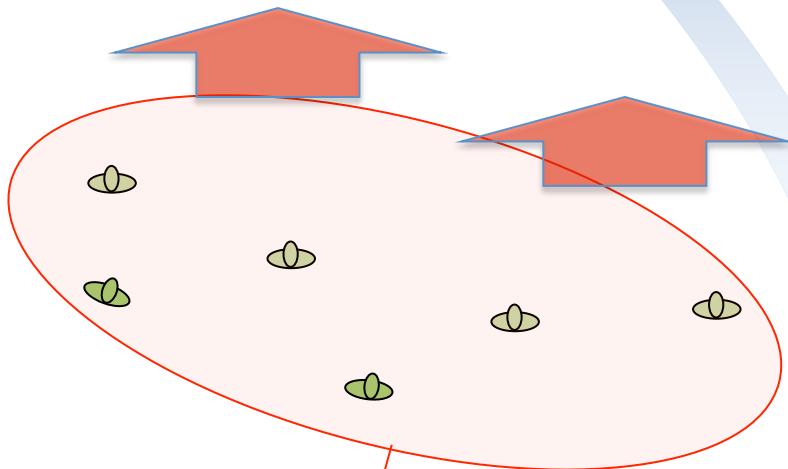
Ridotti

Anticipazione
Presenza di decisione – Tattica
Comunicazione

Corsa
Evasione
Manualità con il pallone
Passaggio e presa di decisione
Continuità al contatto
Prendere un placcaggio
Competenze gioco al piede



Gruppo



“Anticipo”-giocatori
nello spazio



Ridotti

Gruppo

Obiettivi - Passaggio e ricezione; posizionamento

- Gli allenatori comprenderanno il collegamento tra le abilità individuali per passare/ricevere e la capacità di prendere decisioni ed i principi dell'attacco collettivo (avanzamento, sostegno e continuità)
- Gli allenatori comprenderanno i fattori principali del
- Passare e ricevere
- Capacità di prendere decisioni 3 v 2; 2+1 v 2; 4 v 3; 3+1 v 3; 4+2 v 4 (sostegno profondo e laterale)
 - Incrocio
 - Raddoppio
- Gli allenatori comprenderanno come progredire dallo sviluppo della tecnica allo sviluppo delle abilità
- Agli allenatori verranno mostrati procedimenti e metodi per un efficace allenamento di attività tecniche/tattiche ridotte
- Gli allenatori saranno edotti sulle normative di riferimento



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Gioco davanti la difesa

Presa di decisione (sostegno laterale)

- Attirare o fissare il giocatore prima di passare il pallone
 - Correre dritto o in direzione interna al difensore
- Finta e corsa se il difensore si allontana
 - Fattori chiave – Timing e Decisione di passare

Presa di decisione (incrocio)

- Attirare il difensore attaccandolo all'esterno
 - Fattori chiave – cambio d'angolo e di velocità
- Finta e corsa se il difensore non segue
 - Fattori chiave – Timing e Decisione di passa
- Il giocatore in sostegno corre nello spazio che i difensori
 - Fattori chiave – Pazienza e Timing



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Gioco oltre la difesa

video

Portatore

- Accelerare nello spazio oltre la difesa
- Guardare per giocatori in sostegno e difensori in recupero
- **Prendere una decisione efficace**
- Battere i difensori che approcciano
 - Evasione
 - Gioco al piede (chip o grubber)
- Fissare i difensori e passare al sostegno sullo spazio
- Creare spazio attirando i difensori e passando al sostegno
- Passare subito al compagno e sostenere
- Mantenere il possesso se placcato



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY


Passaggio Spin:

video

- **Passaggio con una mano**
 - Ruotare il pallone via dalla mano e dalle dita
 - Ruotare il pallone in aria
- **Due mani**
 - Ruotare il pallone in aria
- **Passaggio**
 - Dita aperte
 - La mano che passa leggermente dietro la metà della palla (gomito piegato)
 - La mano che guida leggermente oltre la metà della palla
 - Passaggio verso il bersaglio, tenere gli occhi fissi verso l'area del bersaglio
 - Le mani seguono il pallone
 - La mano guida deve pretendere verso il bersaglio



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Attacco  **Efficienza**  **Difesa**

Rispetto dell' "Essenza del Rugby"

Rispetto dei Principi

- ***Avanzare***
- ***Mettere pressione***
- ***Sostenere***
- ***Continuare ad avanzare e pressare***

Utilità dei giocatori

***Dove sono?
Cosa devo fare?
Come lo devo fare?***

***Distribuzione
equilibrata dei
giocatori***



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

Pallone 

Spazio