



CORSO ALLENATORI SEVENS LIVELLO II ADOLESCENTI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

ATTACCO

LE VOSTRE IDEE SUL SEVENS

- **LAVORO DI GRUPPO:** IN GRUPPI DI 4 DEFINIRE GLI ASPETTI CARATTERIZZANTI DEL RUGBY 7 RISPETTO A RUGBY A 15

CARATTERISTICHE

- FITNESS & VELOCITA
- SOSTEGNO
- PASSAGGIO
- SPAZIO
- COMUNICAZIONE
- ADATTAMENTO
- ?????



ATTACCO - COLLETIVO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

PRINCIPI - ATTACCO

- AVANZAMENTO
 - CONTINUITA'
 - UTILITA'
 - POSSESSO
-
- Negli spazi più grandi
 - Tempi e velocità maggiori

COLLETTIVO – ATTACCO

PRINCIPI CHIAVE

- LARGO LARGO
 - Consiste nello spostare il pallone da un lato del campo all'altro per cercare di far correre la difesa attendendo un errore o un calo fisico, per poi attaccare.
- GRUPPI DI 3
 - Consiste nell'attaccare con portatore che ha opzione sinistra/destra/in asse prima, dentro o oltre il contatto per garantire la continuità.

STRUTTURA DEL GIOCO - ATTACCO

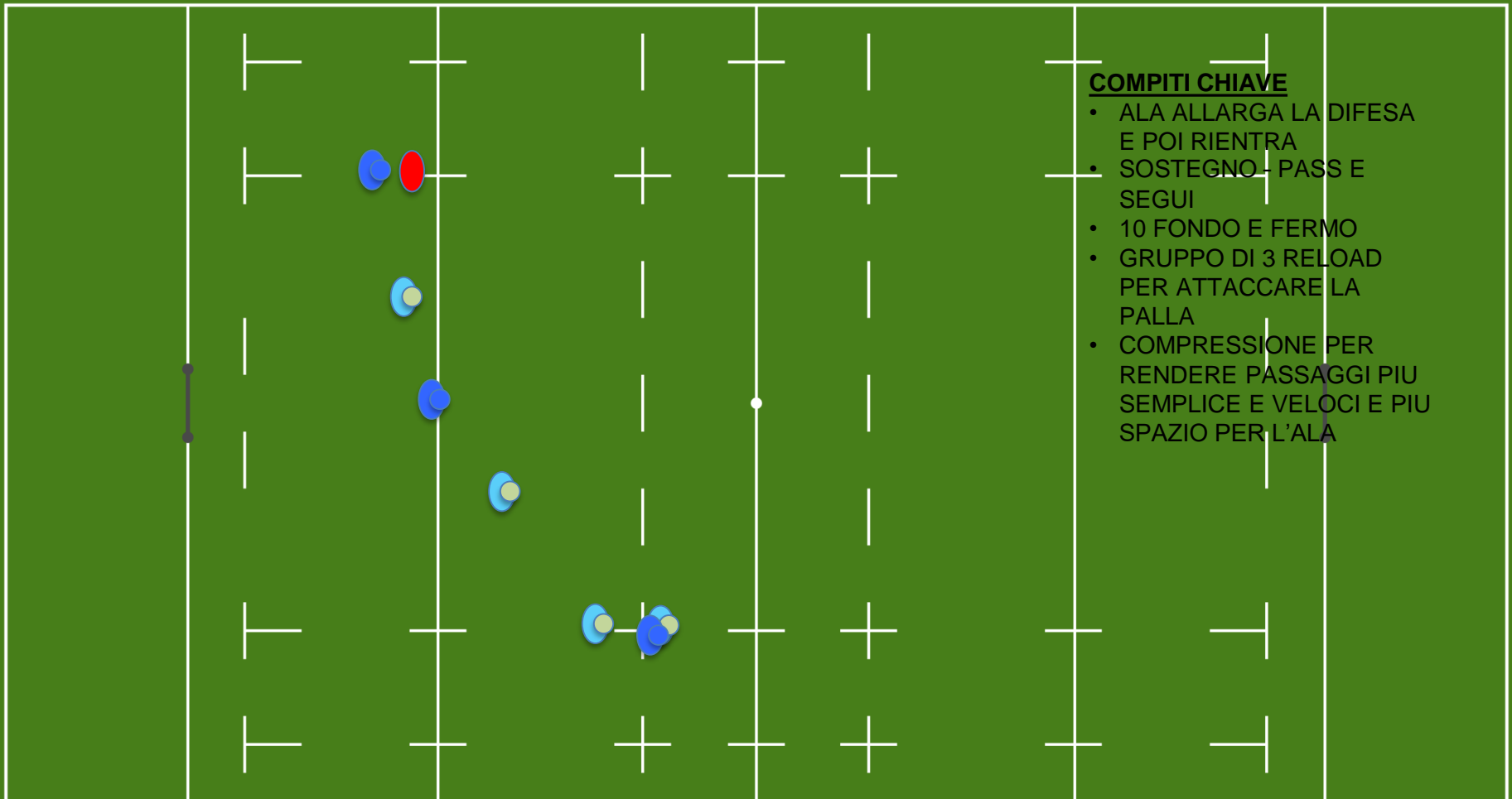
- RUCK – RUCK
 - LARGO
 - CENTROCAMPO
 - 3+1
- ‘PULL OUTS’ – ‘TIRA FUORI’
 - BIANCO
 - ORO

STRUTTURA DEL GIOCO - ATTACCO

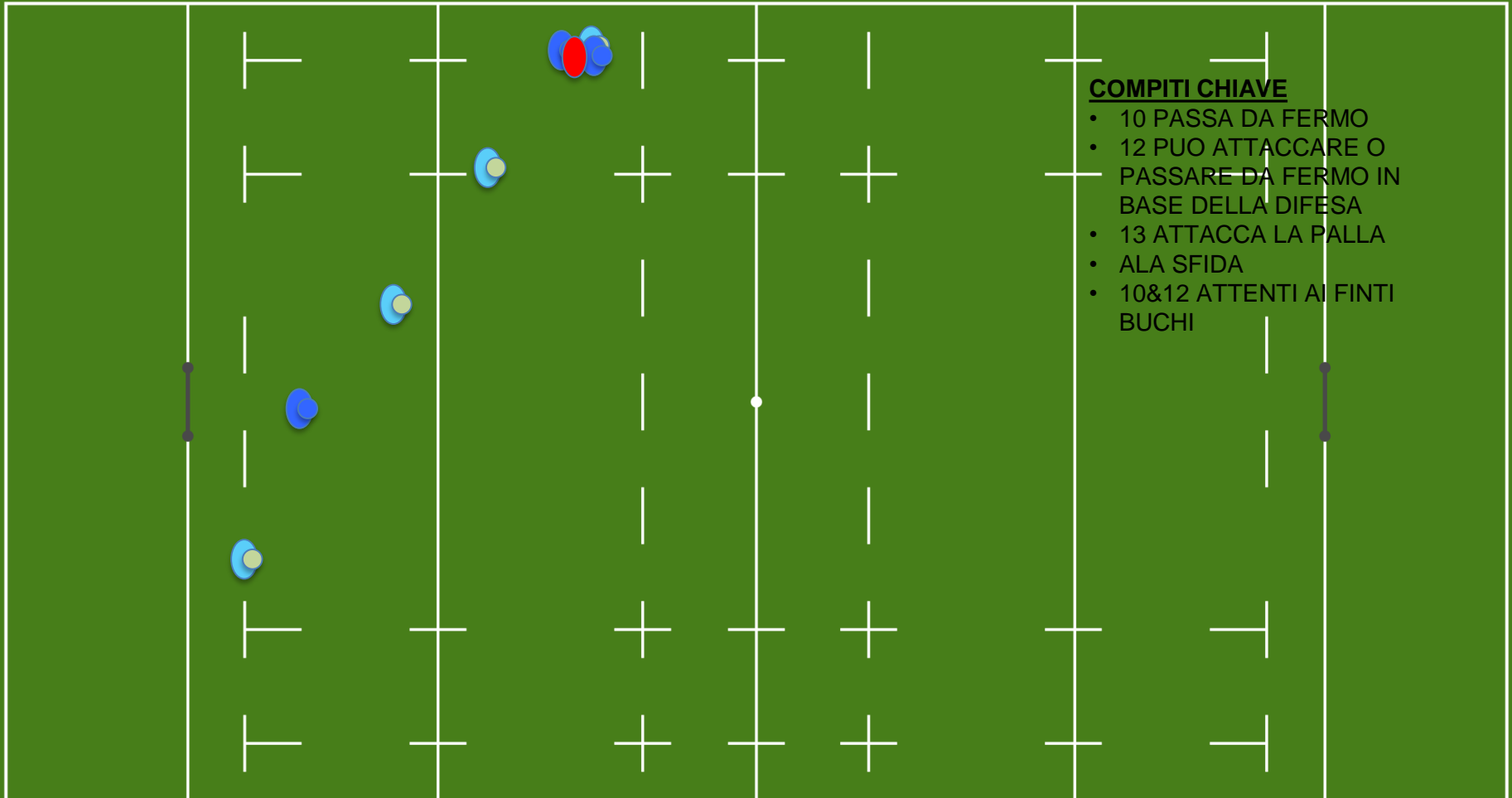


**RUGBY
WORLD CUP™
SEVENS
SAN FRANCISCO 2018**

ATTACCO – RUCK & RELOAD #1



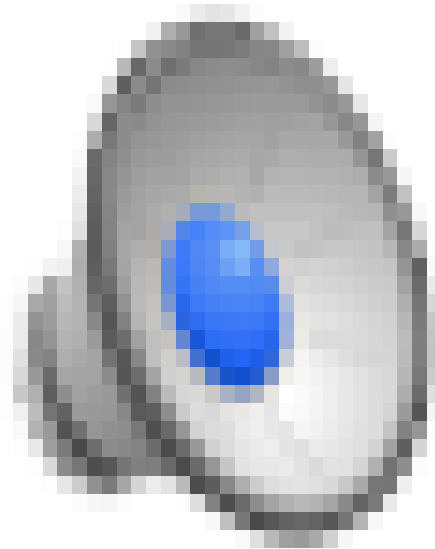
ATTACCO – RUCK & RELOAD #2



COMPITI CHIAVE

- 10 PASSA DA FERMO
- 12 PUO' ATTACCARE O PASSARE DA FERMO IN BASE DELLA DIFESA
- 13 ATTACCA LA PALLA
- ALA SFIDA
- 10&12 ATTENTI AI FINTI BUCHI

VIDEO – RELOAD & 10 DA FERMO, 12 ATTACCA

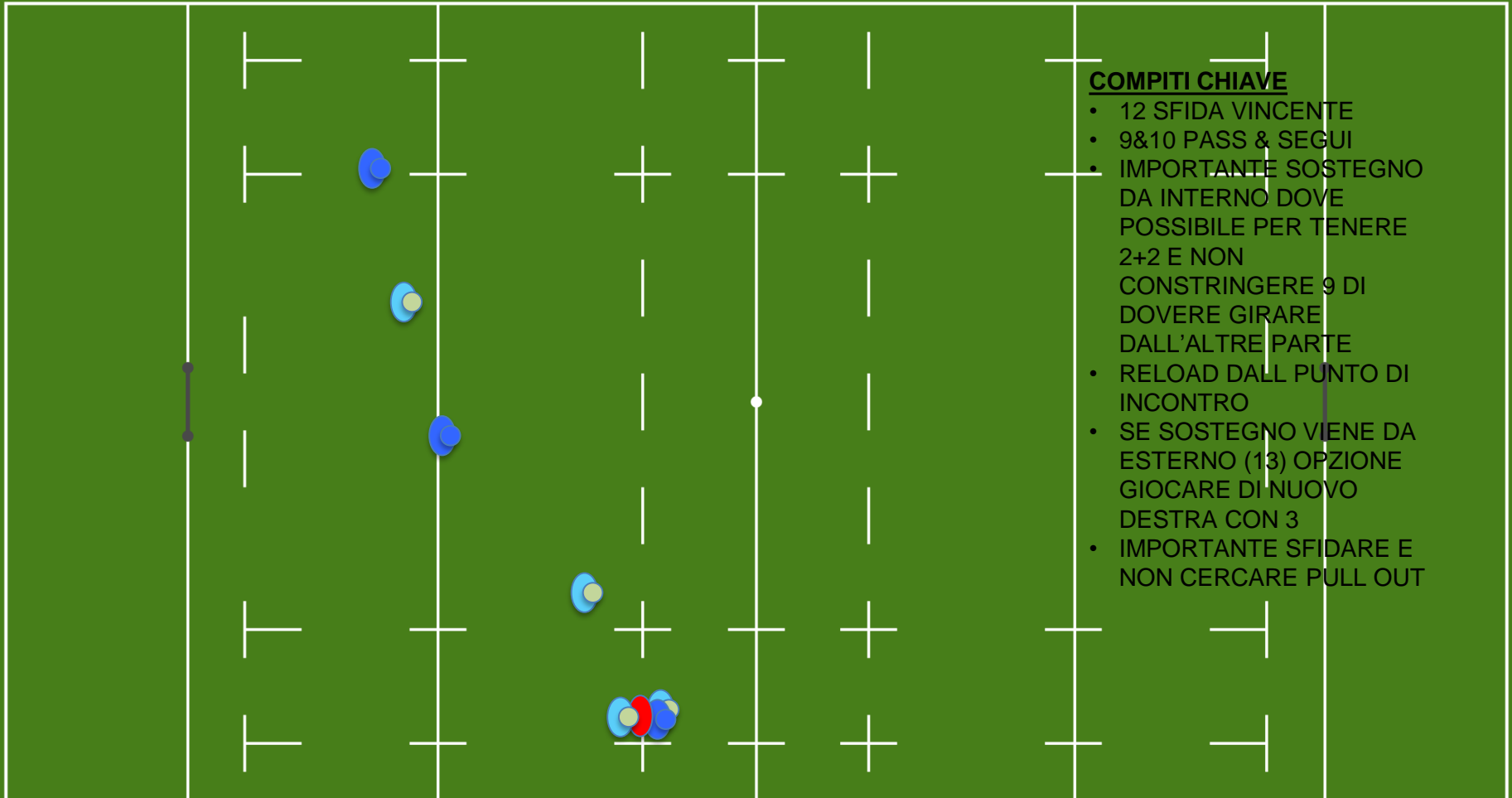


FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

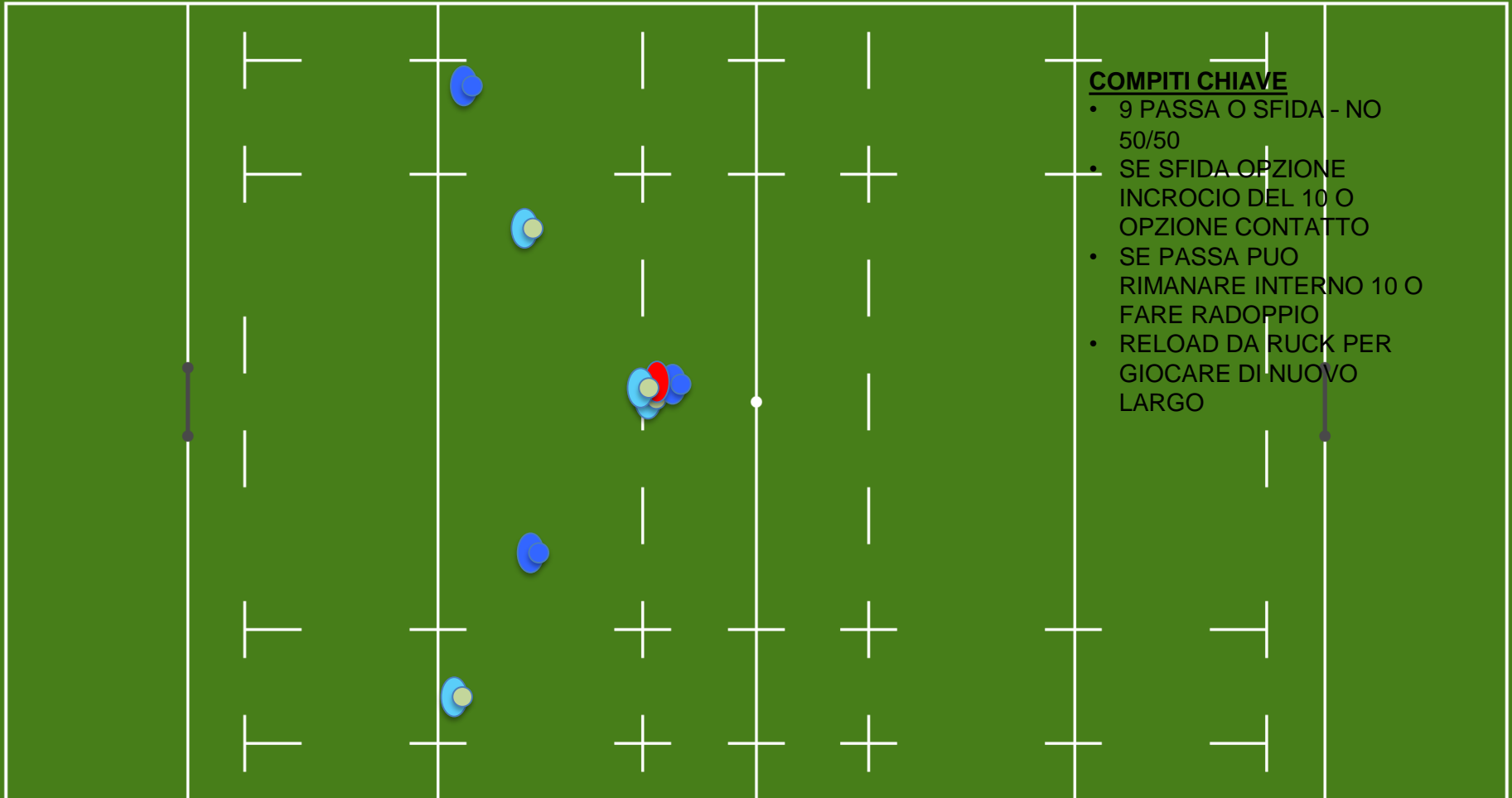
VIDEO – 10&12 DA FERMO, 13 ATTACCA



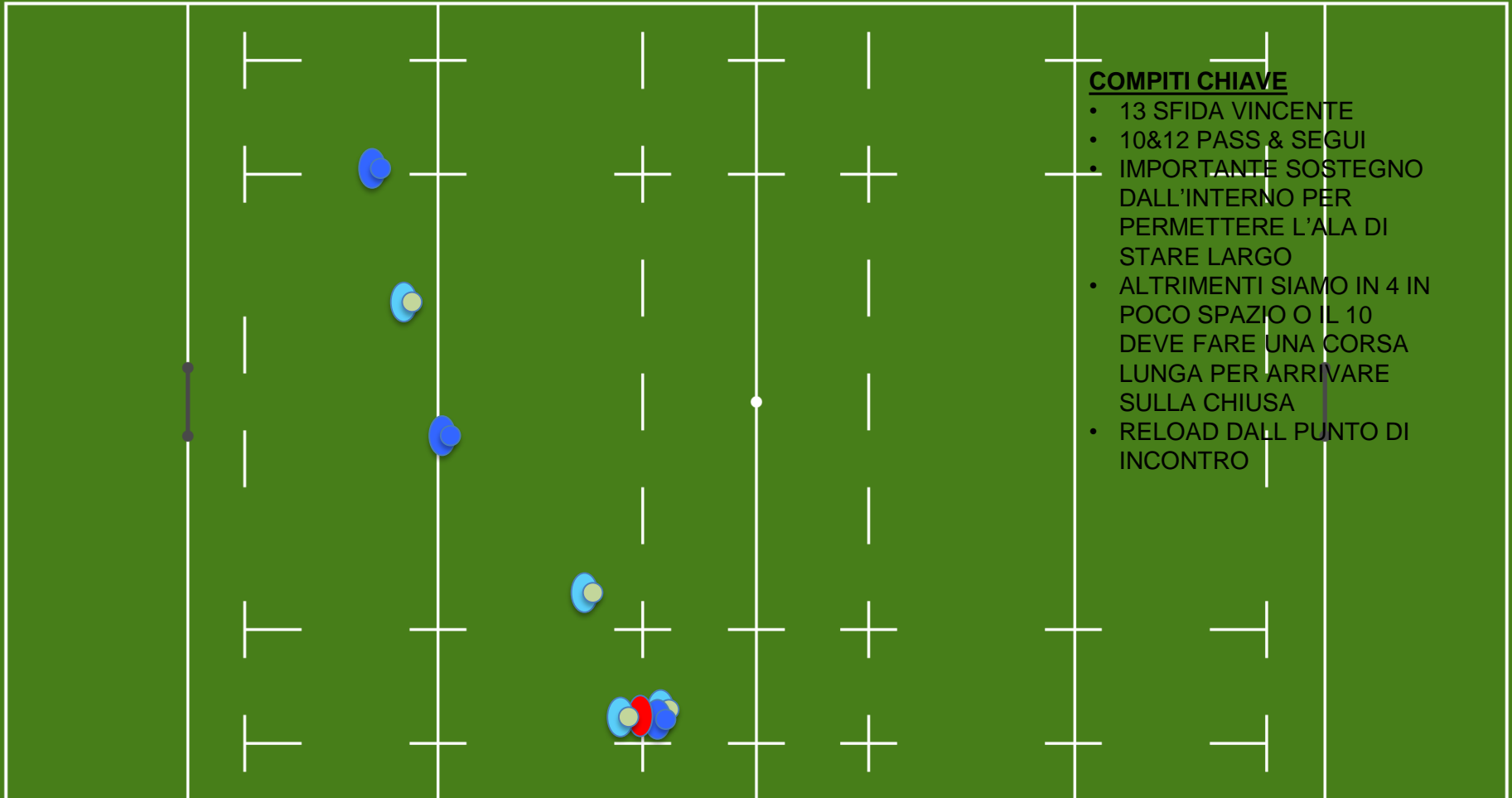
ATTACCO –CENTRO CAMPO #1



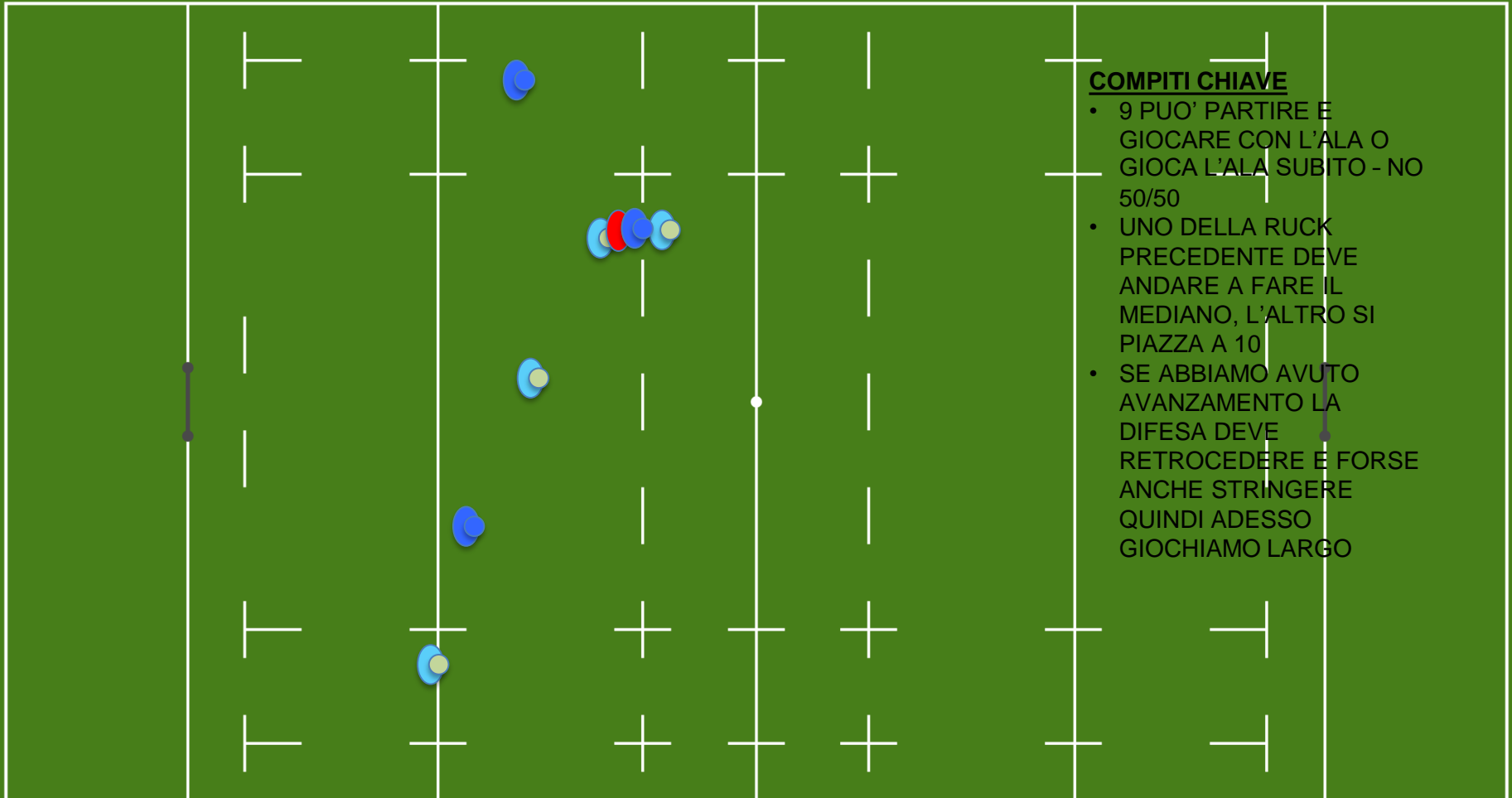
ATTACCO –CENTRO CAMPO #2



ATTACCO –CERCARE 3+1 #1



ATTACCO – CERCARE 3+1 #2



COMPITI CHIAVE

- 9 PUO' PARTIRE E GIOCARE CON L'ALA O GIOCA L'ALA SUBITO - NO 50/50
- UNO DELLA RUCK PRECEDENTE DEVE ANDARE A FARE IL MEDIANO, L'ALTRO SI PIAZZA A 10
- SE ABBIAMO AVUTO AVANZAMENTO LA DIFESA DEVE RETROCEDERE E FORSE ANCHE STRINGERE QUINDI ADESSO GIOCHIAMO LARGO



ALLENAMENTO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



ALLENAMENTO - ATTACCO

- **Pass & Segui**
 - Qualità del Passaggio
 - Timing
 - Linea di Corsa – Sostegno
 - Lettura “scanning”
 - Comunicazione



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

VIDEO – PASS & SEGUI





ATTACCO - COLLETIVO

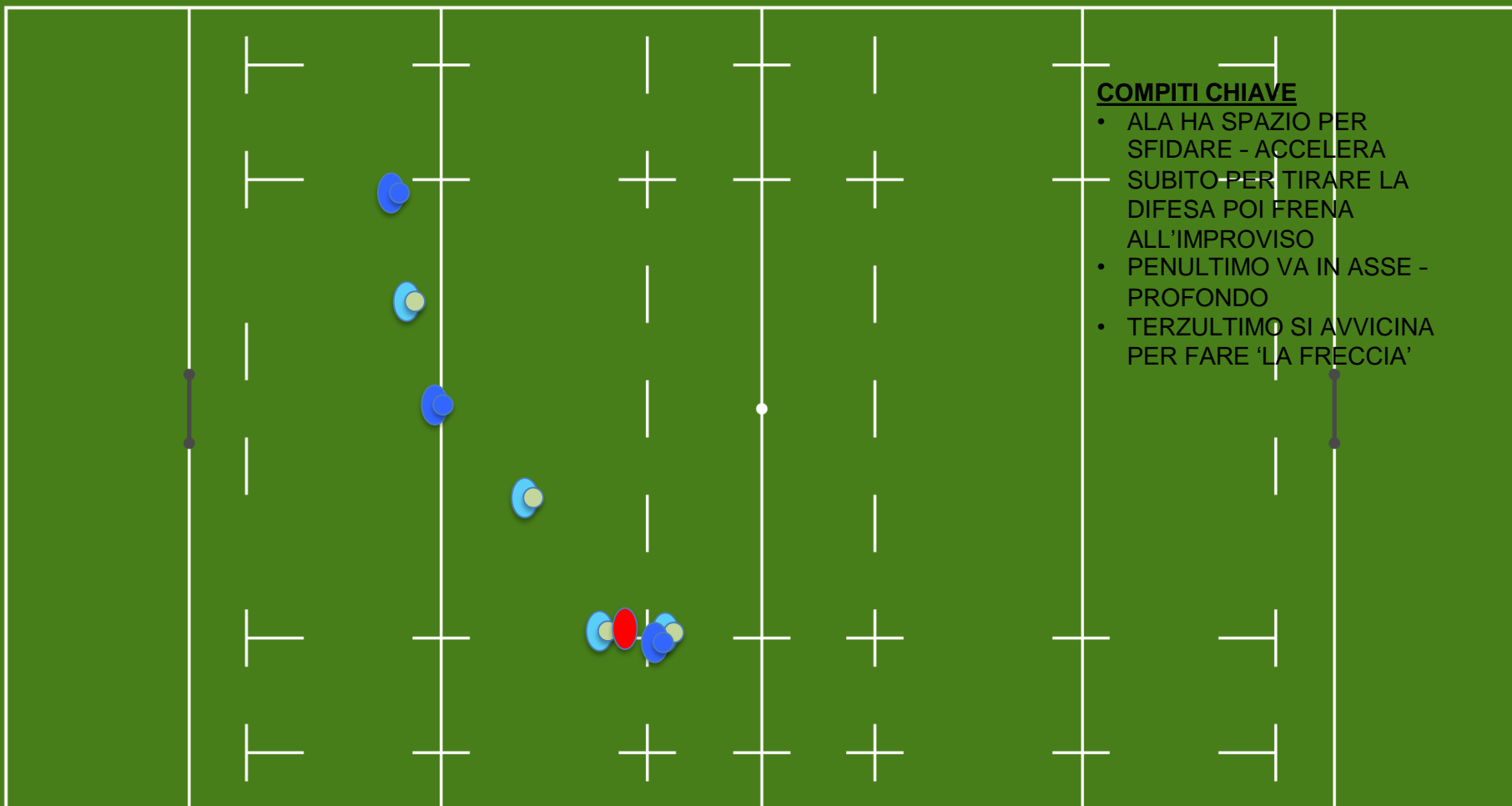


FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

TIRA FUORI A 7S

- Siccome c'è più spazio tra l'attacco e la difesa è possibile sfruttarlo tornando indietro e quindi non sempre si deve cercare l'avanzamento in ogni momento
- È continuità del movimento anche se non avanzamento
- Come si può fare?

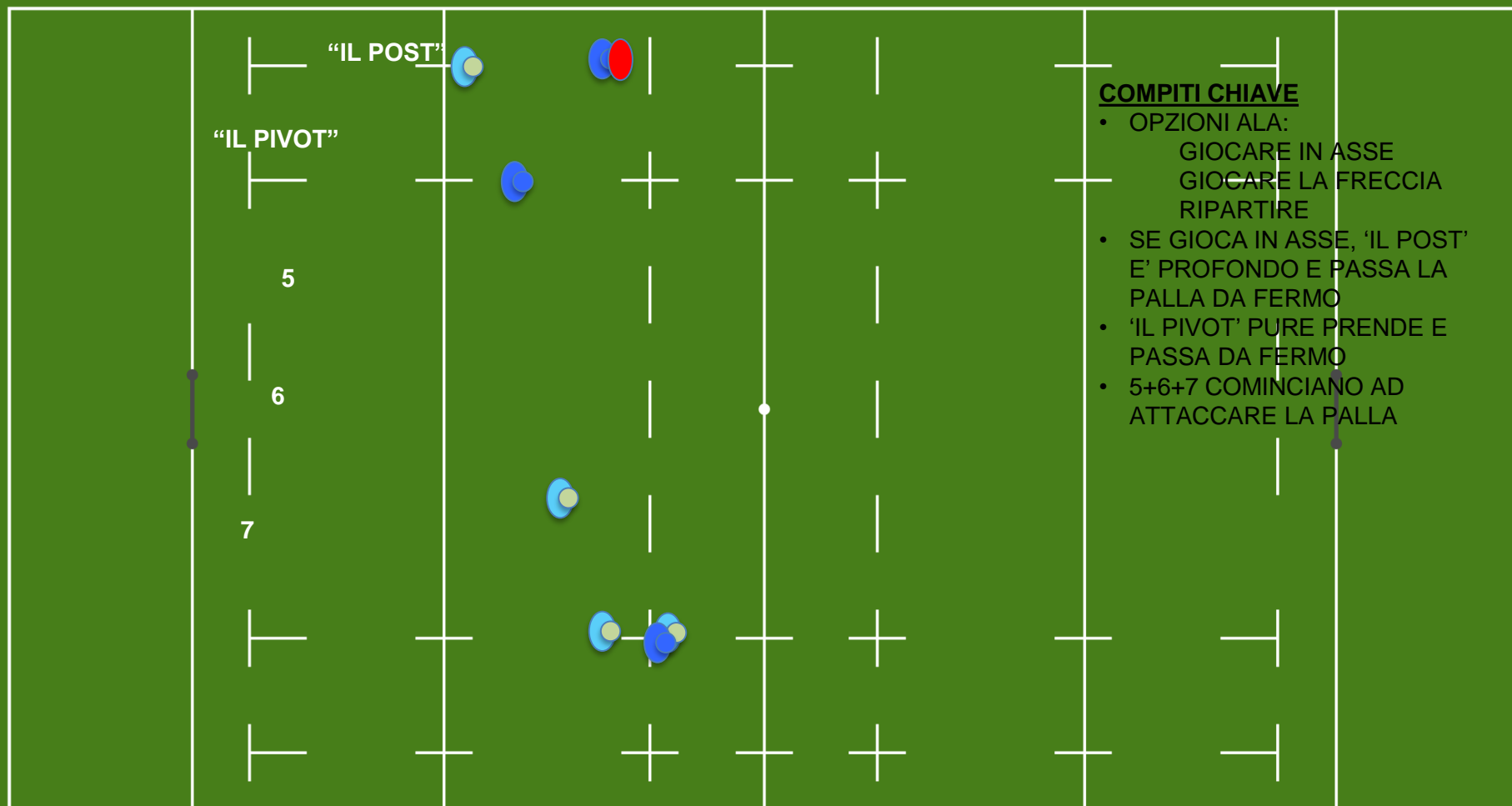
ATTACCO – BIANCO #1



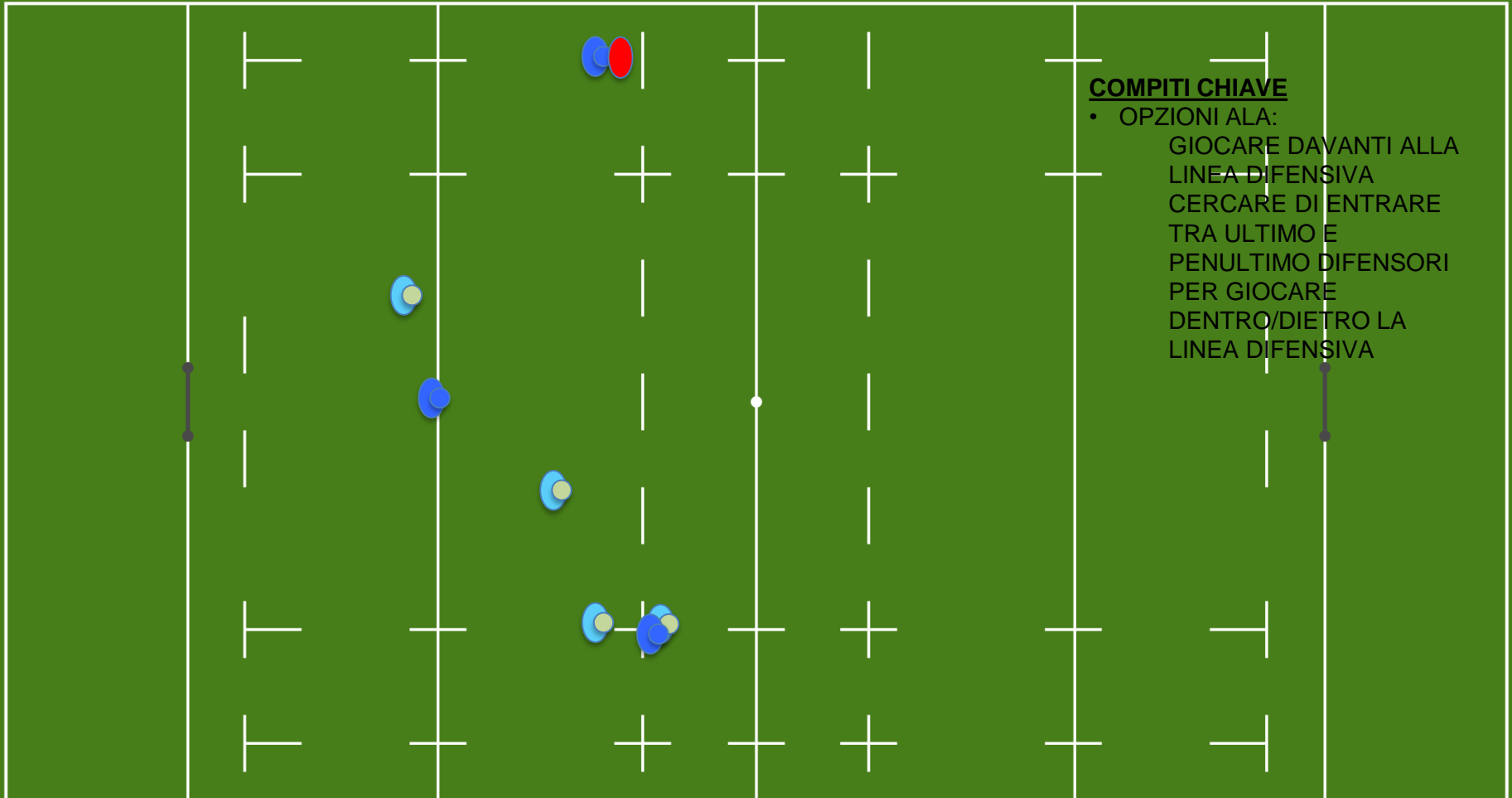
COMPITI CHIAVE

- ALA HA SPAZIO PER SFIDARE - ACCELERA SUBITO PER TIRARE LA DIFESA POI FRENA ALL'IMPROVISO
- PENULTIMO VA IN ASSE - PROFONDO
- TERZULTIMO SI AVVICINA PER FARE 'LA FRECCIA'

ATTACCO – BIANCO #2



ATTACCO – BIANCO ‘FRECCIA’



VIDEO – FRECCIA





ALLENAMENTO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



ALLENAMENTO - ATTACCO

- **Bianco in 4**
 - Attacco con continuità di movimento – senza punto di incontro
 - Constringere la difesa a stringere da un lato del campo
 - Ala - accelera, frena, finta/gioca la freccia, gioca in asse, esce da solo
 - Penultimo fa asse - 'Post'
 - Terzultimo fa la 'freccia'
 - 'Post' (da fermo) gioca il 'Pivot'



VIDEO – BIANCO IN 4



ALLENAMENTO - ATTACCO

- **Bianco – Bianco**
 - Abituare i giocatori a giocare con continuità di movimento
 - Creare Spazio per l'ala - compressione
 - Riprendere la profondità – 'Reload'
 - Compiti chiave: Chi porta la palla in avanti e chi passa da fermo
 - (PROGRESSIONE: Adattarsi alla difesa)

VIDEO – BIANCO-BIANCO 1:1



VIDEO – BIANCO-BIANCO 3-1-3



VIDEO – BIANCO-BIANCO SPECCHIO





ATTACCO - COLLETIVO

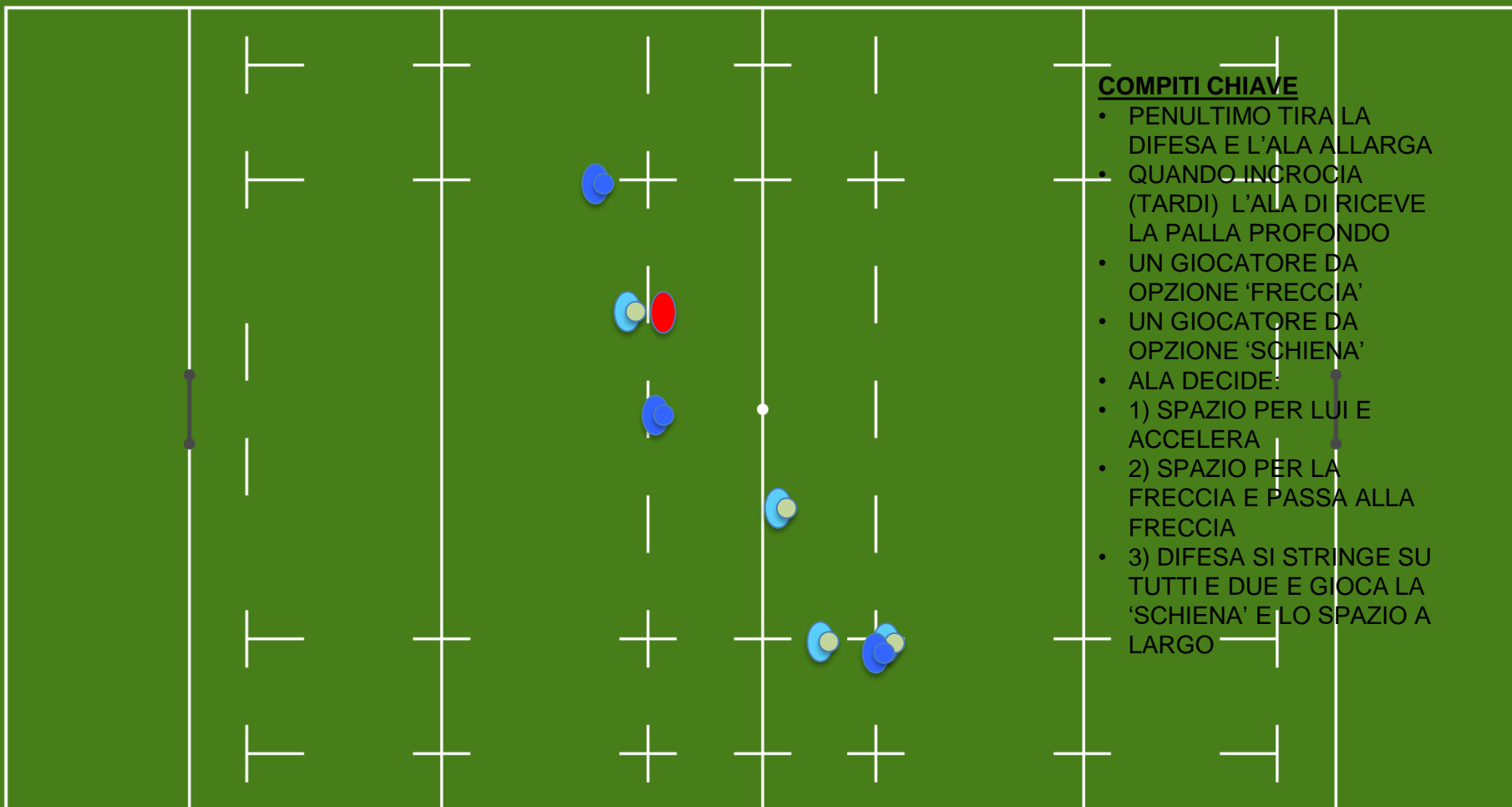


FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

TIRA FUORI A 7S

- L'importante è il concetto, non che venga perfetto il “bianco”.
- É continuata del movimento anche se non avanzamento
- Come si puo fare in altri modi?

ATTACCO –ORO #1



PUNTI CHIAVE - STRATEGIA

- Che stile di gioco utilizzare?
- Se giochi con 'pull out' da ricordare che l'importante è il concetto, non che venga perfetto il "bianco".

VIDEO – CONCETTO ‘TIRA FUORI’





ALLENAMENTO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



ALLENAMENTO - ATTACCO

- SEIvQUATTRO
 - Abituare i giocatori a cercare un gioco di continuità diretta
 - Collegarsi con I compagni
 - Riprendere la profondità – ‘Reload’
 - Adattarsi alla difesa

VIDEO – SEIVQUATTRO



COMPITI CHIAVE - ATTACCO

- CONTINUITA' – Attraverso sfida e offload, o ruck e palla veloce oppure un 'pull out'
- UTILITA' – Passaggio e sostegno e reload (no riposo 3+1+3)
- SOSTEGNO - In un campo pensato per giocare in 15vs15 diventa fondamentale portare sostegno al compagno
- COMPRESSIONE – spazio per l'ala
- ESIGENZA – Protagonisti & pazienza (finti buchi)
- ADATTAMENTO – Veloci per sfruttare lo spazio



ATTACCO - INDIVIDUALE



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

FATTORI CHIAVE - ATTACCO

- RICEZIONE – PASSAGGIO: GESTO-SPIN: Il gioco per svilupparsi richiede una maggiore capacità di gestione del pallone
- LINEA DI CORSA – FISSAZIONE, SOSTEGNO & TIMING
- SFIDA NELLO SPAZIO LARGO
 - CAMBIO DI PASSO - SIDESTEP
 - CAMBIO DI VELOCITA - STOP N GO
 - STERZATA - SWERVE

FATTORI CHIAVE – CONTATTO

- PORTATORE – Offload+Pop, Presentazione della palla o ‘lascia e riprendi’
- SOSTEGNO – Immediatezza, Efficacia dell’intervento e dettaglio ‘sealing off’
- SOSTEGNO – Passaggio da terra e il ‘play away’
- MAUL (CHOKER TACKLER) – Portatore lavora da solo per andare a terra e nessun sostegno al portatore

VIDEO – MAUL/PLACCAGGIO



ABILITA' IN ATTACCO

- Ricezione – Passaggio SPIN
- Sfida nello Spazio – Step, Cambio, Swerve
- Portatore – Continuità
- Sostegno – Urgenza

LE VOSTRE IDEE SUL SEVENS

- LAVORO INDIVIDUALE: Quale delle competenze sono utili nel 15?

F.I.R.

Principi di utilità difesa
Competenze individuali

Cosa avete appreso?



CAMPO - CORSISTI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY