

LA DIFESA

FILOSOFIA, PRINCIPI E PARAMETRI D'EFFICACIA



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

ROSELLI, TRONCON, DI GIANDOMENICO

30/06/20 | 1

FILOSOFIA



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

DISCIPLINA & REGOLAMENTO

PRESSIONE

LA DIFESA PER COMPETERE

PRESSIONE

ATTACCO AL POSSESSO

PRESSIONE

DOMINARE IL CONTATTO

CONTROLLO EMOZIONI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 3



PRINCIPI DIFENSIVI

□ AGGREDIRE SUL TEMPO DI VOLO DEL PALLONE

RICONOSCERE SISTEMA DI ATTACCO

□ DIFENDERE SULLA PALLA E OPZIONI VICINE

CONNESSI SUL PALLONE

□ PLACCAGGIO BASSO + RADDOPPIO

MAX 2 GIOCATORI SUL PALLONE



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

PARAMETRI DI EFFICACIA

- **VELOCITA'+ QUALITA' DEL FRONTE DIFENSIVO**

- ✓ *Velocità di circolazione dietro P.I. di chi alimenta il senso*
- ✓ *Distanza adeguata tra difensori*

- **VELOCITA' DI SALITA DEL FRONTE**

- ✓ *Massima Pressione al ricevitore per togliere tempo/spazio/opzioni alla scelta*
- ✓ *Timing d' intervento*

- **PLACCAGGIO BASSO DOMINANTE**

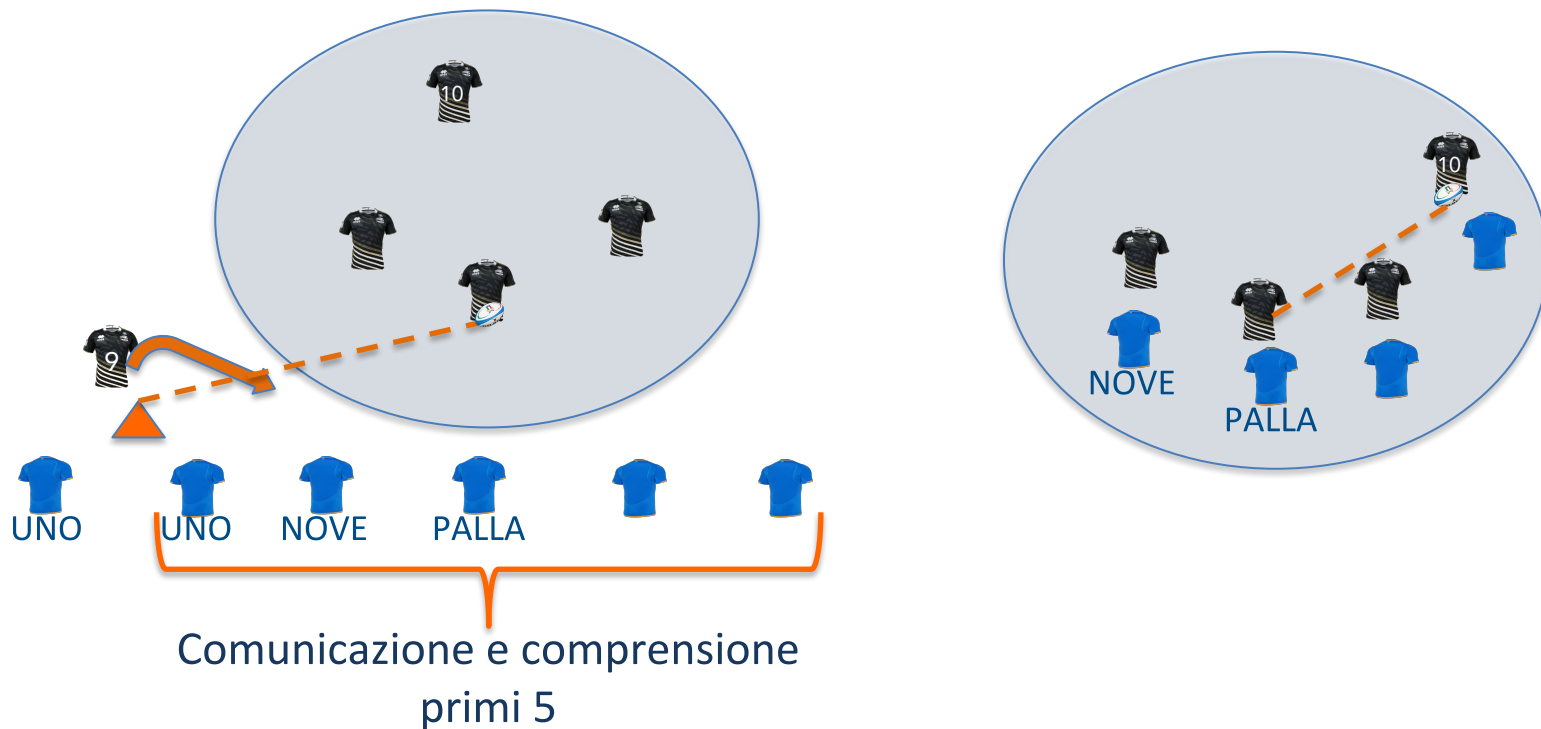
- ✓ *Colpire l' avversario nel contatto per metterlo subito a terra e dominarlo*
- ✓ *Lavoro sul pallone – R.I.P.*

- **RADDOPPIO E RECUPERO**

- ✓ *Colpire/Strappare il pallone impedendo off-loads*
- ✓ *Lavoro duro del Recupero (gesto tecnico)*

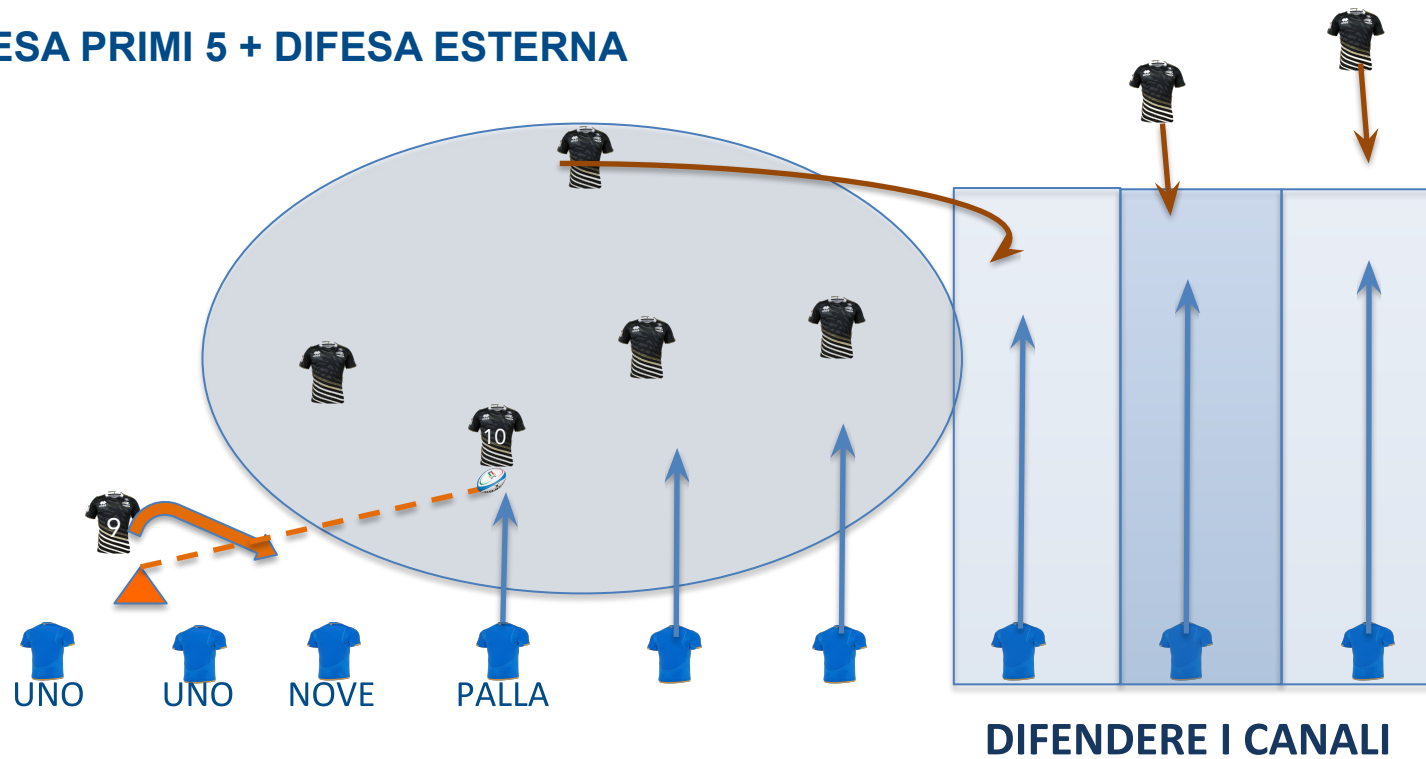


DIFESA PRIMI 5



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

DIFESA PRIMI 5 + DIFESA ESTERNA



LEGGERE LA PROFONDITA' DELLA SECONDA LINEA D' ATTACCO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

DISTRIBUZIONE IDEALE FRONTE



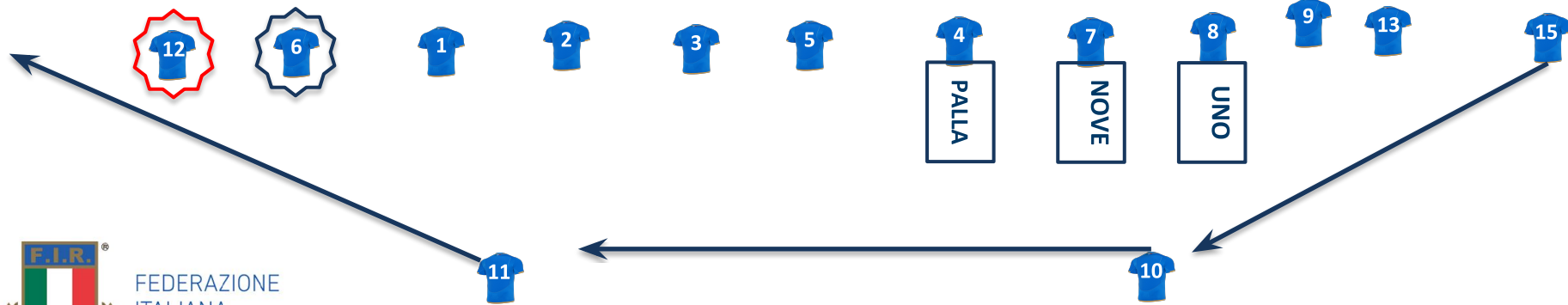
FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

PRINCIPIO DA MISCHIA VS ATTACCO VICINO



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

PRINCIPIO DA MISCHIA VS ATTACCO LONTANO



SISTEMI DIFENSIVI

DIFESA DEL 9?



DIFESA DEL 9?



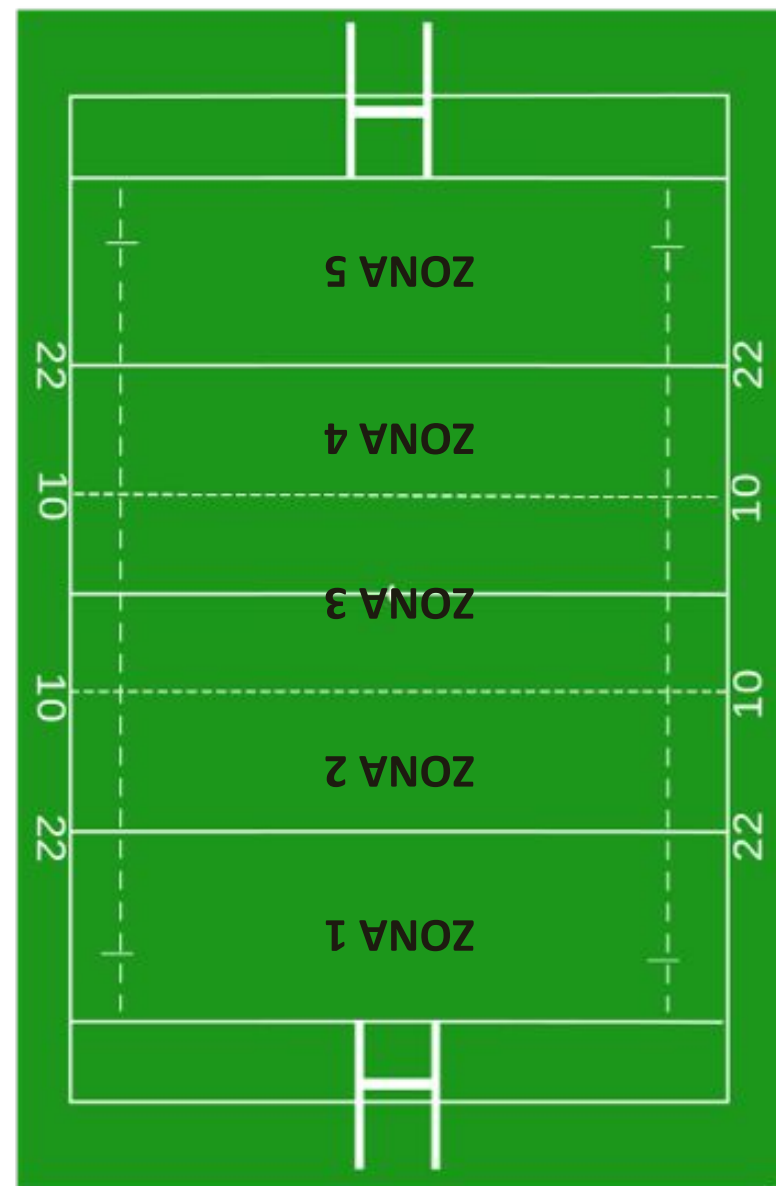
DIFESA DEL 2?

DIFESA L2 ?

DIFESA L3 ?



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



SISTEMI DIFENSIVI

QUALE SFIDA?

CAMBIO QUADRO

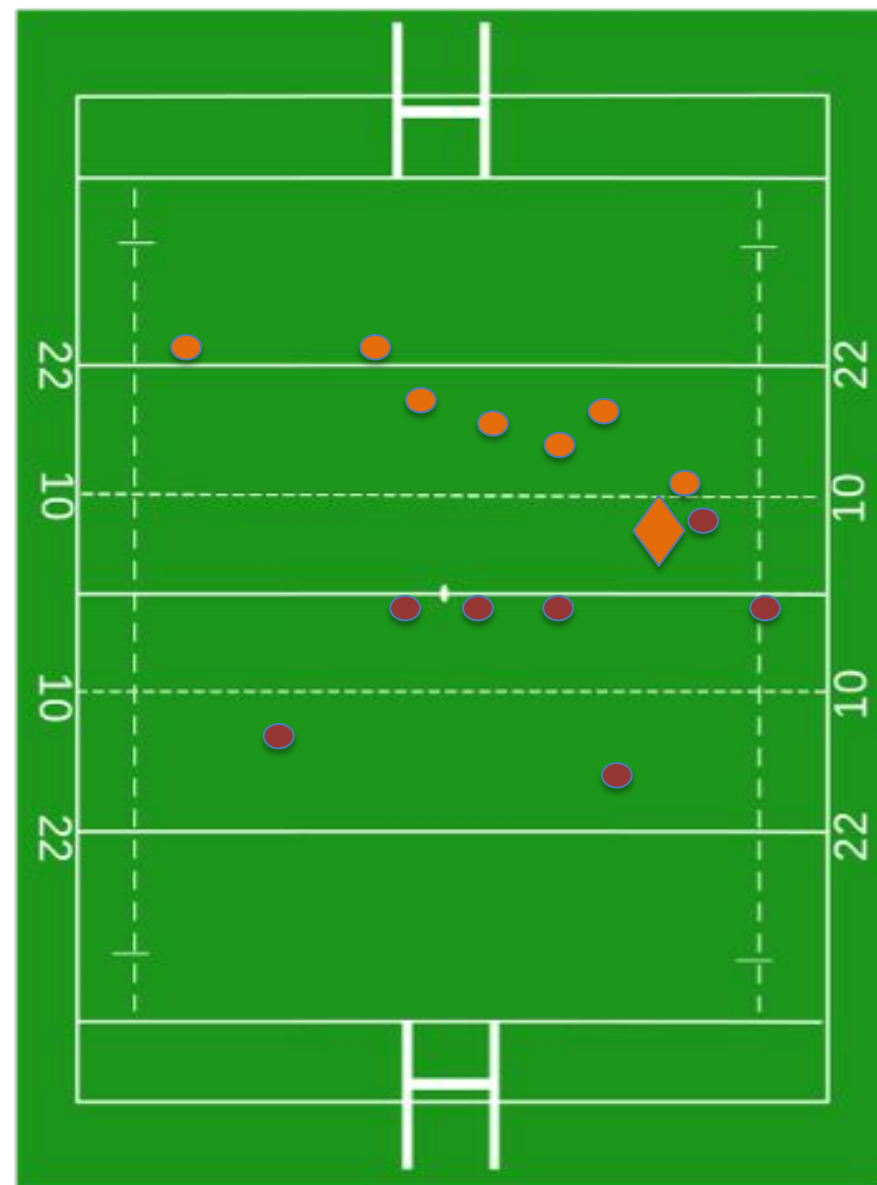
Prima dell'avvio
del gioco
mostriamo una
"zona debole"

Rinforziamo la
"zona debole"
appena prima dell'
esecuzione

NO RIFERIMENTI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



SISTEMI DIFENSIVI

QUALE SFIDA?

CAMBIO QUADRO

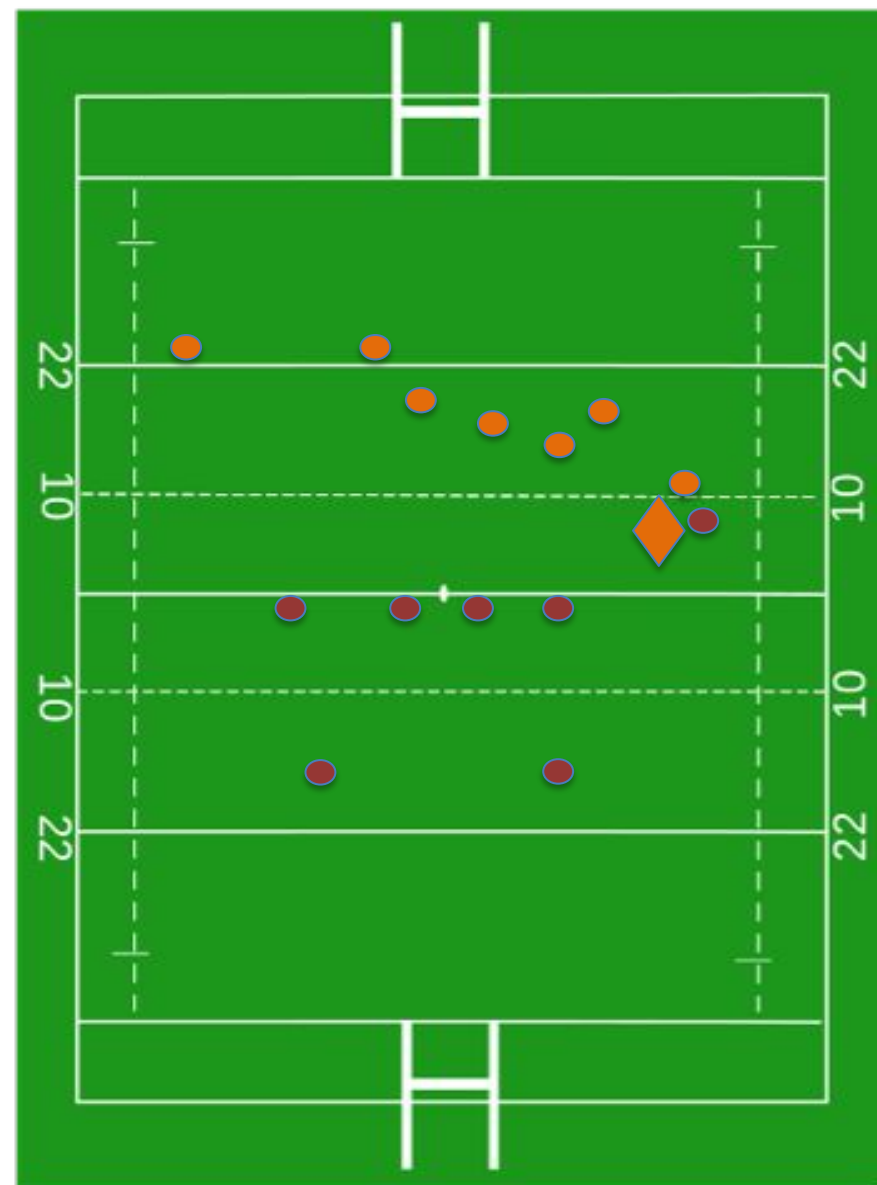
Prima dell'avvio
del gioco
mostriamo una
“zona debole”

Rinforziamo la
“zona debole”
appena prima dell'
esecuzione

NO RIFERIMENTI



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



DISTRIBUZIONE



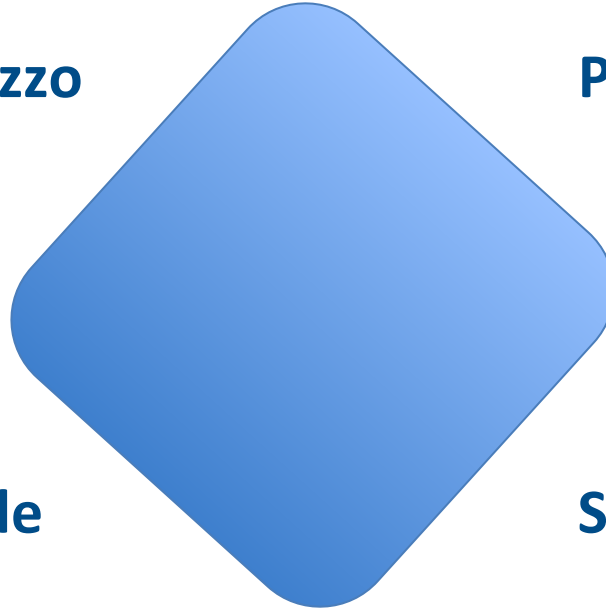
- **IL N° 9 ?**
- **11 E 14 DIFENDONO IN LINEA ?**
DIFENDONO IN PENDOLO L2 – L3 SOLO IN EMERGENZA
- **IL 15 E IL 10 DIFENDONO L2 – L3?**
50-22?

**Velocità di utilizzo
del pallone**

Punto di contatto

Spazio laterale

Spazio longitudinale



Velocità di utilizzo del
pallone

Punto di contatto

Attività e allenamento

Spazio laterale

Spazio longitudinale



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY



FED
ITA
RUGBY

30/06/20 | 17

VIDEO 1



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 18

VIDEO 2



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 19

VIDEO 3



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 20

VIDEO 4



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 21

VIDEO 5



FEDERAZIONE
ITALIANA
RUGBY

30/06/20 | 22

VIDEO 5



GRAZIE!