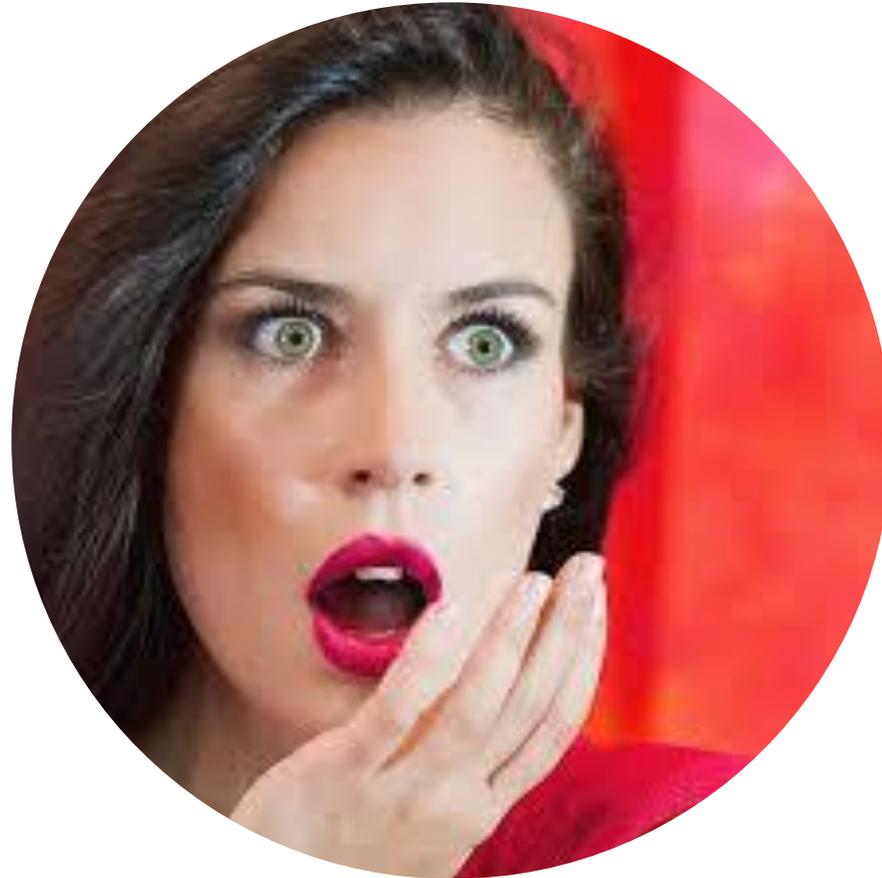




Comitato Regionale Veneto

LA TRANSIZIONE E IL
CONTRATTACCO IN GIOCO
APERTO
Livello 2

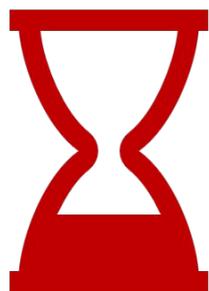
SPETTACOLARITA'



LA TRANSIZIONE NEL RUGBY

AVERE L'IMMEDIATA CAPACITA' DI PASSARE DAL GIOCO SENZA IL POSSESSO DEL PALLONE AL GIOCO CON IL POSSESSO DEL PALLONE O VICEVERSA

in un continuo dialogo tra attacco e difesa



ATTO
TATTICO?

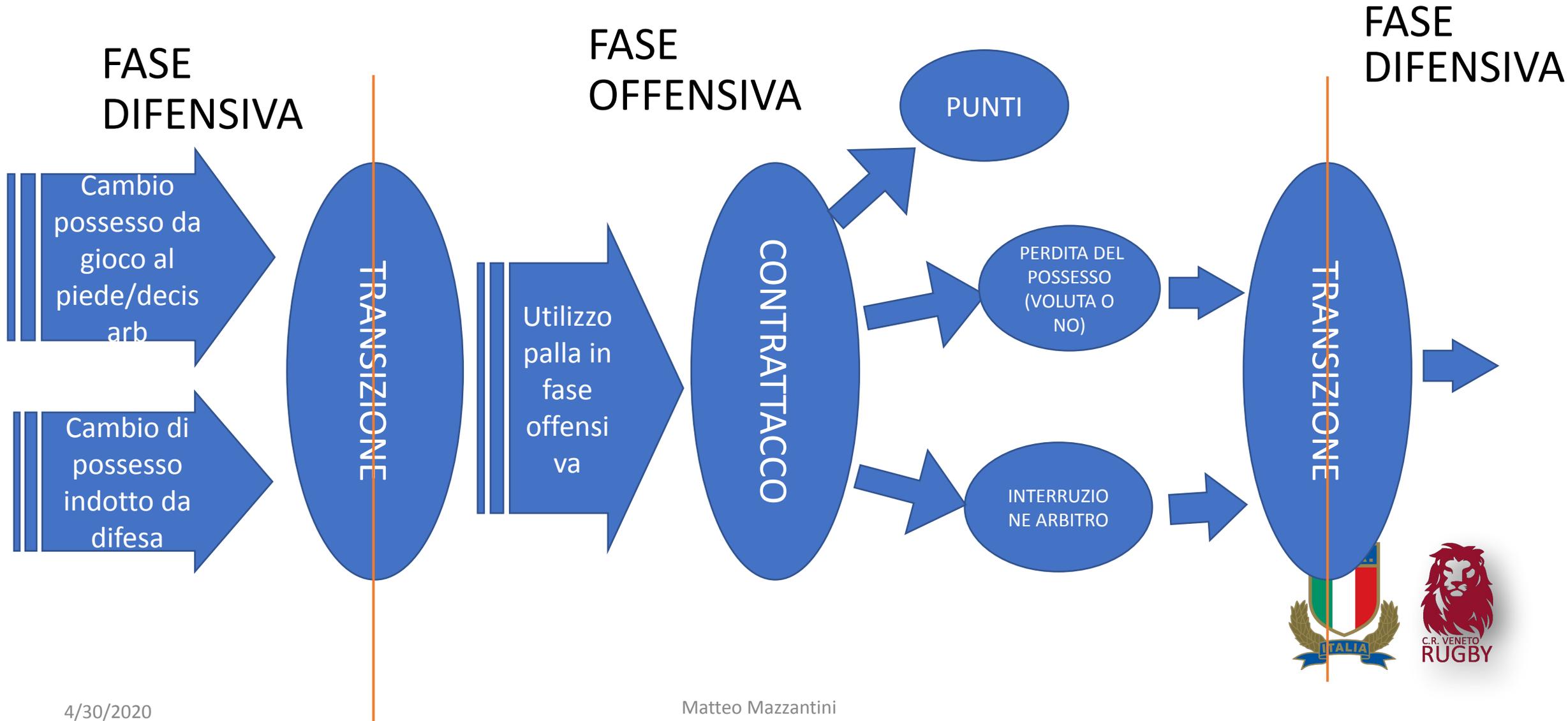


LA TRANSIZIONE E IL CONTRATTACCO

*Ogni qualvolta riusciamo a riconquistare il pallone, passando quindi da una fase difensiva a quella offensiva, siamo nel momento della «**transizione**», che diventa «**contrattacco**», quando si sviluppa la fase immediatamente successiva in possesso del pallone.*



LA TRANSIZIONE E IL CONTRATTACCO



FATTORI CHIAVE DELLA TRANSIZIONE E CONTRATTACCO

- Organizzazione difensiva attuata nei principi (AVANZAMENTO, CELLULA DIFENSIVA)
- Capacità lettura ed analisi (UTILITA')
- Qualità interventi individuali traiettorie di corsa, placcaggio, recupero
- Conoscenza delle dinamiche di gioco (squilibrio al momento della transizione)
- Definizione dei ruoli (obiettivi di squadra e riferimenti comuni)
- Avanzare, sostenere e continuare (CONTINUITA')

ESSENZA



GIOCATORI CHIAVE, ruoli e compiti



«RECUPERATORE/PLAYMAKER»



GIOCATORI CHE
RECUPERANO IL
PALLONE E
MANTENGONO VIVO IL
PALLONE



«RECUPERATORE/PLAYMAKER»

MASSIMA VELOCITA'



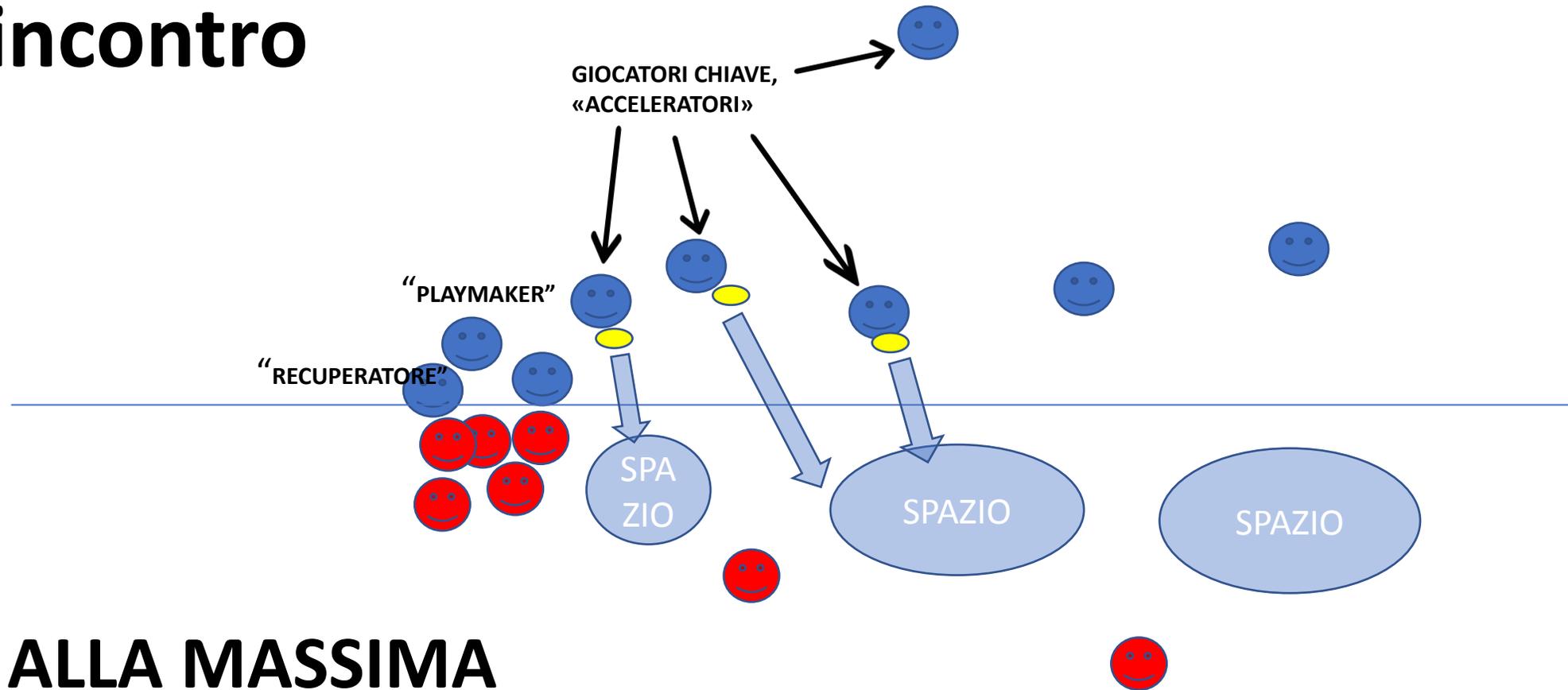
«ACCELERATORI»



GIOCATORI CHE
MANTENGONO LO
SQUILIBRIO (sostegno)



LA TRANSIZIONE da punto d'incontro



**ALLA MASSIMA
VELOCITA'**



CONTRATTACCO

*Azione che nasce da un **cambio di possesso** del pallone, che può essere volontario o involontario*

VOLONTARIA PERDITA DI POSSESSO DA PARTE DELL'AVVERSARIO (gioco al piede)-VOLONTARIA TRANSIZIONE

- prevediamo una organizzazione difensiva che tenti di impedirci il CONTRATTACCO

INVOLONTARIA PERDITA DI POSSESSO DA PARTE DELL'AVVERSARIO (errore)-INVOLONTARIA TRANSIZIONE

- Ampie possibilità per il CONTRATTACCO



VOLONTARIA TRANSIZIONE (DA GIOCO AL PIEDE)

Una squadra attua un gioco al piede per mettere pressione, e riconquistare il possesso

Quindi organizza:

1. Recupero immediato del pallone
2. Salita per impedire il riutilizzo, qualora non possa recuperare

E noi dobbiamo:

1. Recuperare immediatamente il pallone
2. Uscire dalla trappola difensiva



INVOLONTARIA TRANSIZIONE (ERRORE)

Cambio di possesso indotto dalla difesa può avvenire attraverso:

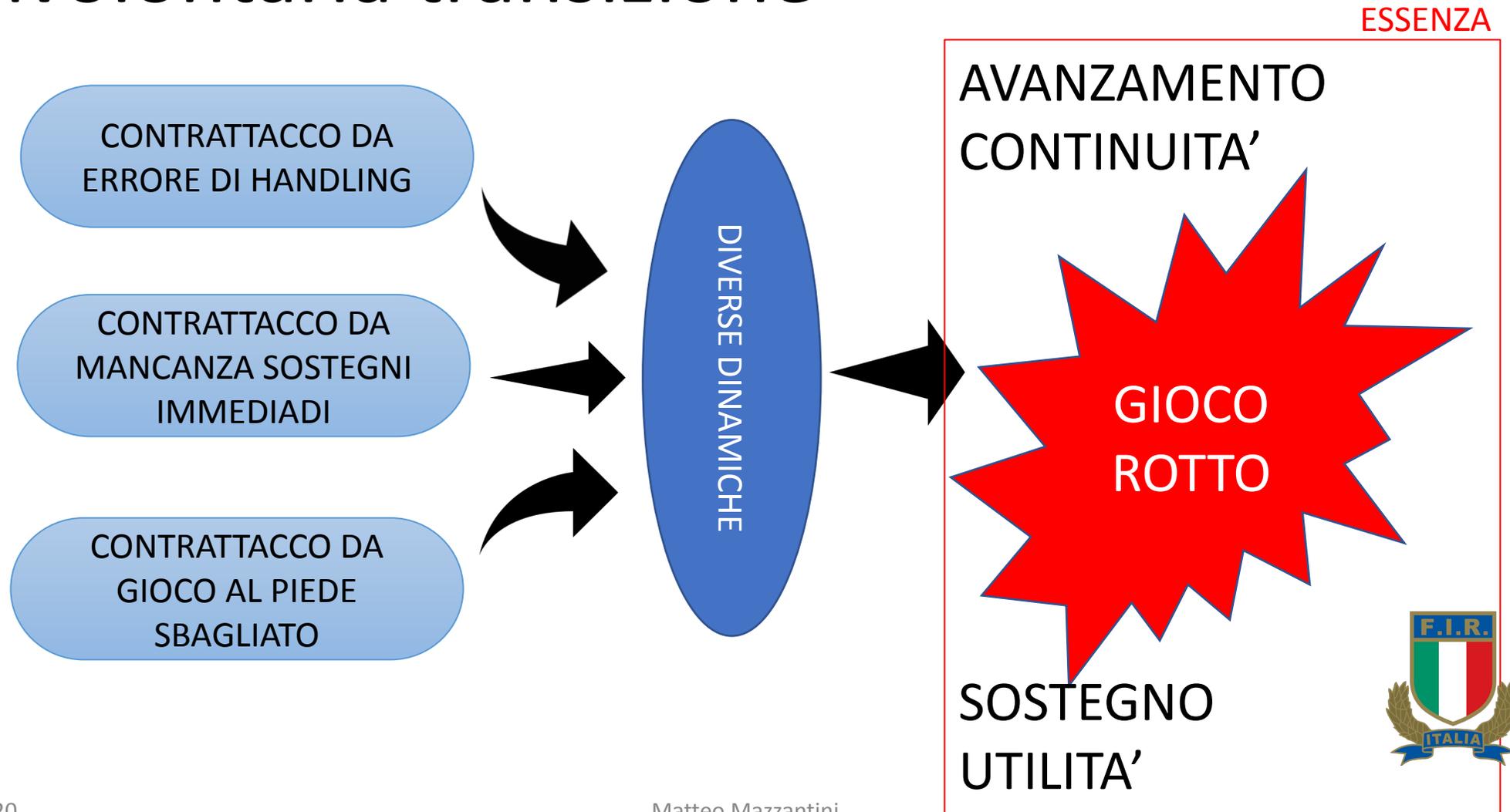
1. Errore di handling sotto pressione
2. Mancanza di sostegni immediati
3. Gioco al piede sbagliato

QUINDI:

Siamo in una **situazione di vantaggio** rispetto all'avversario



DINAMICA DEL CONTRATTACCO da «involontaria transizione»



GIOCO ROTTO

- Avanzamento
- **Sostegno**
- Continuità
- **Utilità**



- Ricerca degli spazi con e senza palla

ESSENZA



ANTICIPAZIONE

«Prevedere o cercare di prevedere, d'indovinare; formulare prima del tempo»

- Riuscire a capire cosa succederà in campo prima degli avversari, mette nella condizione di partire da una posizione di **vantaggio: strategico, fisico e mentale.**

MA COME FARE?



CONCEZIONI NEUROBIOLOGICHE SULLA STRATEGIA E LA TATTICA

- Soprattutto negli sport di squadra, dove le **variabili sono notevoli**, per rispondere rapidamente ai problemi, il cervello opera una **selezione dell'informazione**.
- Il cervello lavora come un organo statistico creando **associazioni** fra: situazione, azione, risultato e valutazione
- Il grande atleta è in grado di **rispondere rapidamente** e con efficacia poiché possiede ed in grado di gestire una fitta **rete** di possibilità associative (archivate) che rappresentano la globalità delle azioni, e che possono essere **influenzate dall'apprendimento**, oltre che da fattori ereditari.



LE FASI DELLA TRANSIZIONE E CONTRATTACCO

CONTESA

- Organizzazione difensiva
- Principi
- Tecnica

RECUPERO

- Immediatezza
- Utilità
- Tecnica

UTILIZZO

- Immediatezza (continuità)
- avanzamento
- Utilità
- Sostegno
- Tecnica

RISPETTO CONTINUO
DELL'ESSENZA

ALLENABILE CON MOLTE RIPETIZIONI



LA TRANSIZIONE

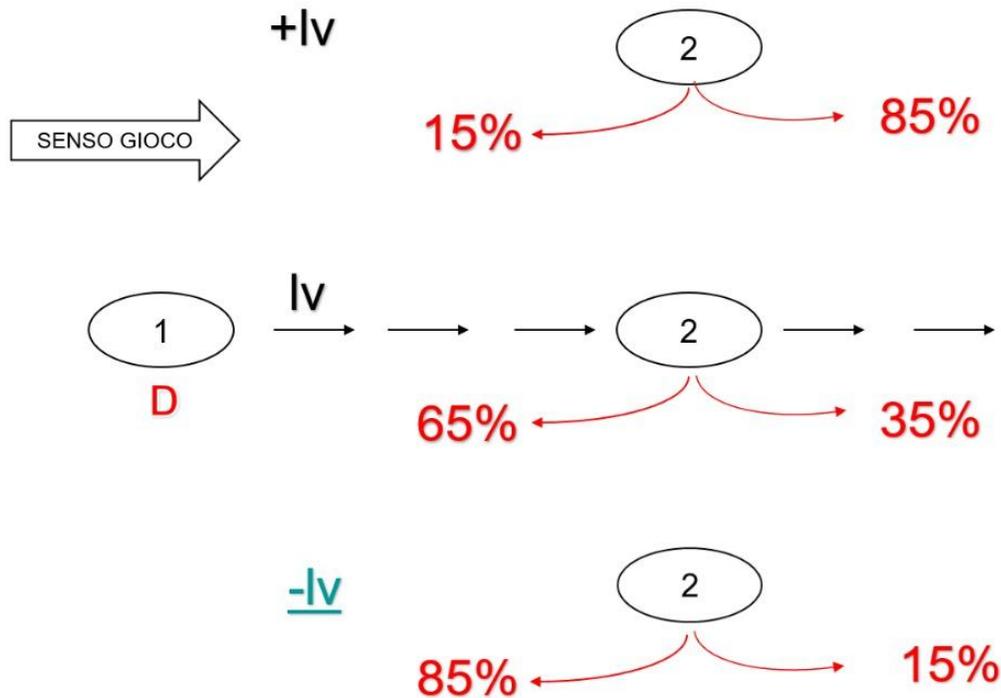
- Quali sono i segnali per anticiparla, riferimenti comuni



SPUNTI DI RIFLESSIONE Andrea Sgorlon

Scelte di gioco in rap LV

Recupero Palla: 2 passaggi + scelta



IL CONTRATTACCO

come svilupparlo

- Conoscenza del gioco

- Avanzamento/pressione
- Continuità
- Sostegno
- Utilità

ESSENZA DEL
RUGBY



IL CONTRATTACCO

capacità di analisi

- Vivere durante il gioco un grande numero di transizioni e contrattacco, mette nella condizione i ragazzi di conoscere ed approfondire tutti gli aspetti di questa fase di gioco
- Allenamenti mirati
- Rugby sevens è importantissimo nello sviluppo di queste abilità



Matteo Mazzantini



QUALITÀ DELLA PROPOSTA

36 settimane di lavoro (una stagione)

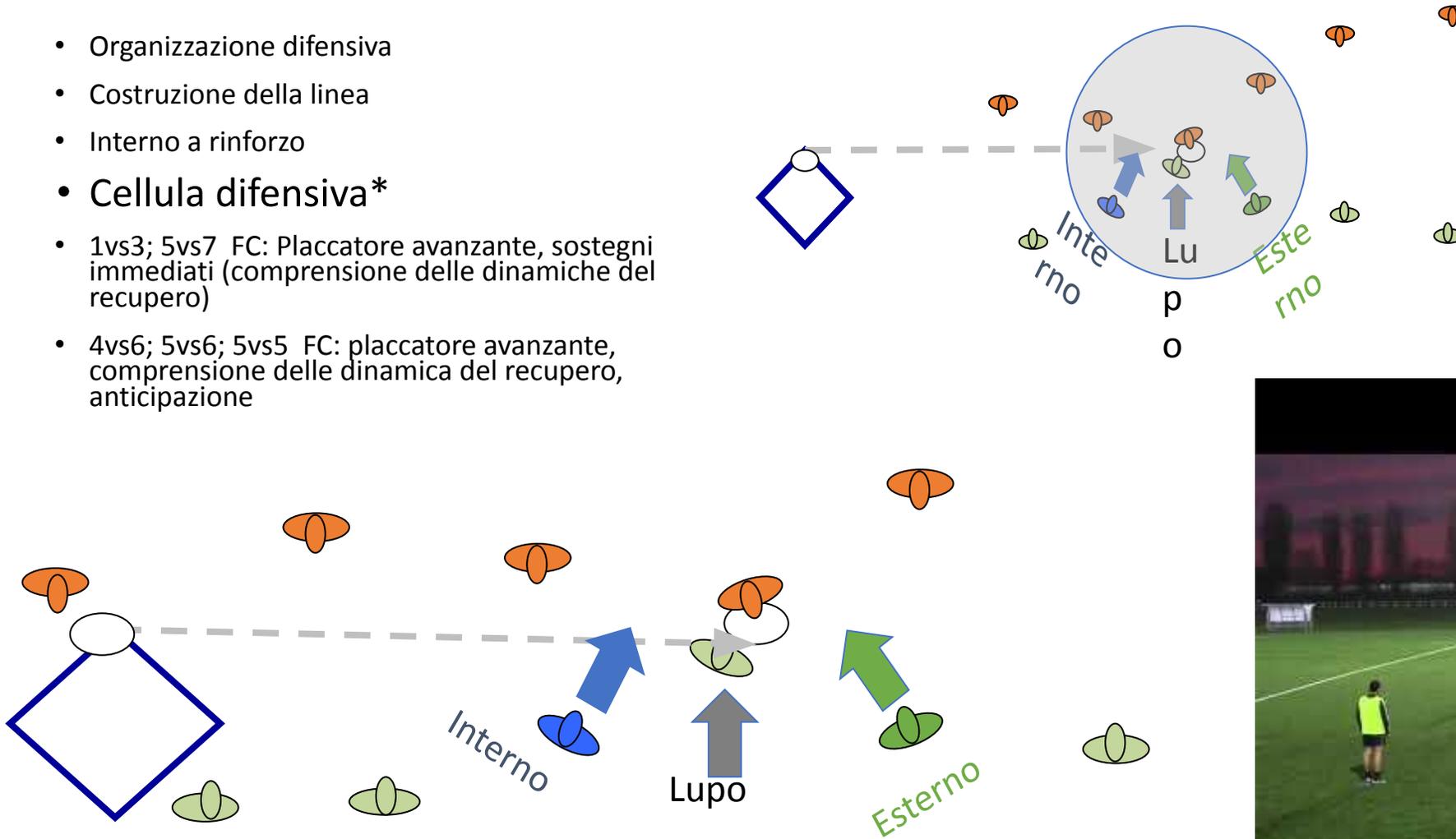
- Un'esercitazione TECNICA e TECNICO-TATTICA deve prevedere un alto numero di ripetizioni

10 min di lavoro tecnico	2 allenamenti settimana	3 allenamenti settimana	4 allenamenti settimana
2 partecipazioni al minuto	1440	2160	2880
6 partecipazioni al minuto	4320	6480	8640

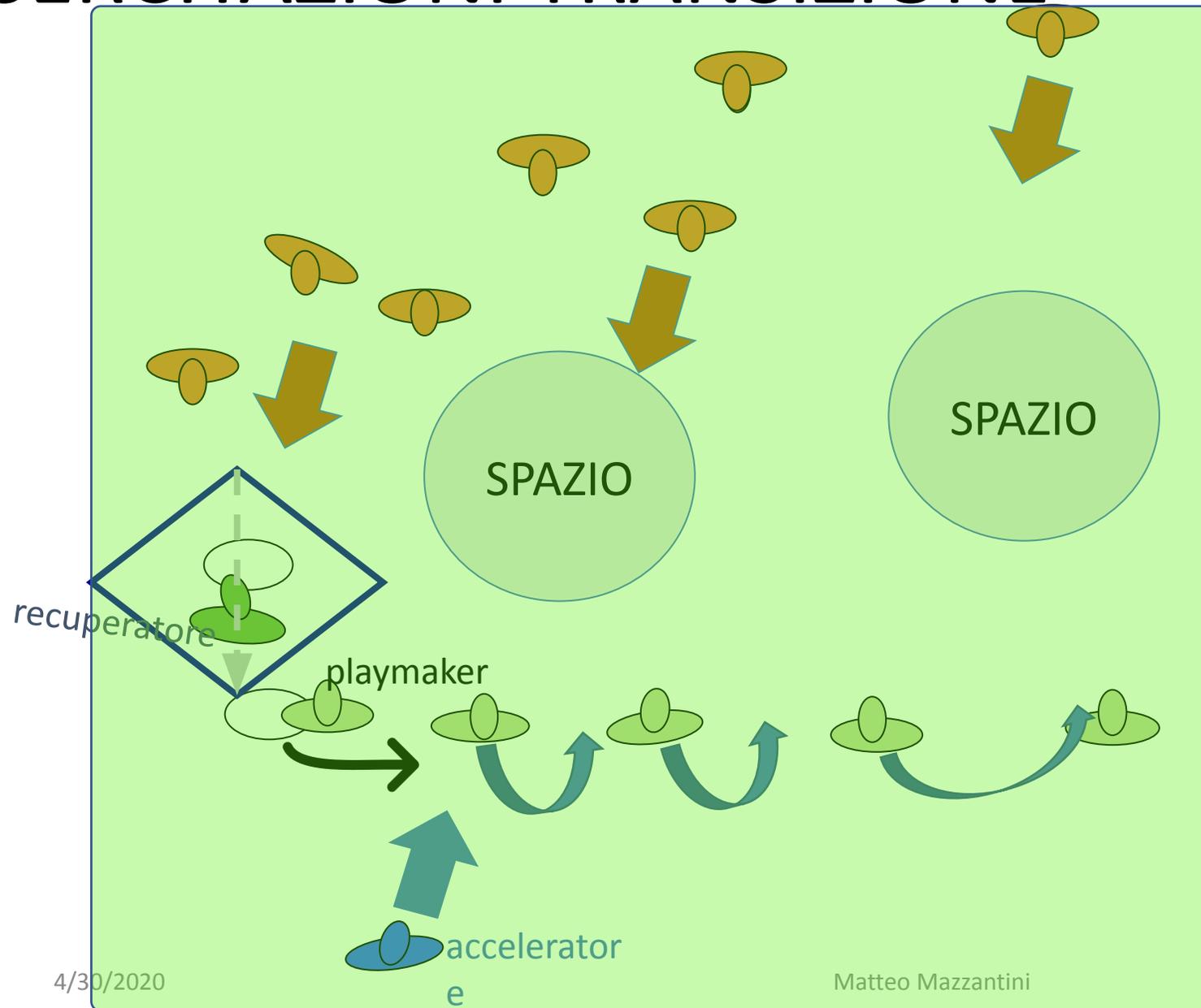


ESERCITAZIONI TRANSIZIONE

- Organizzazione difensiva
- Costruzione della linea
- Interno a rinforzo
- **Cellula difensiva***
- 1vs3; 5vs7 FC: Placcatore avanzante, sostegni immediati (comprensione delle dinamiche del recupero)
- 4vs6; 5vs6; 5vs5 FC: placcatore avanzante, comprensione delle dinamica del recupero, anticipazione



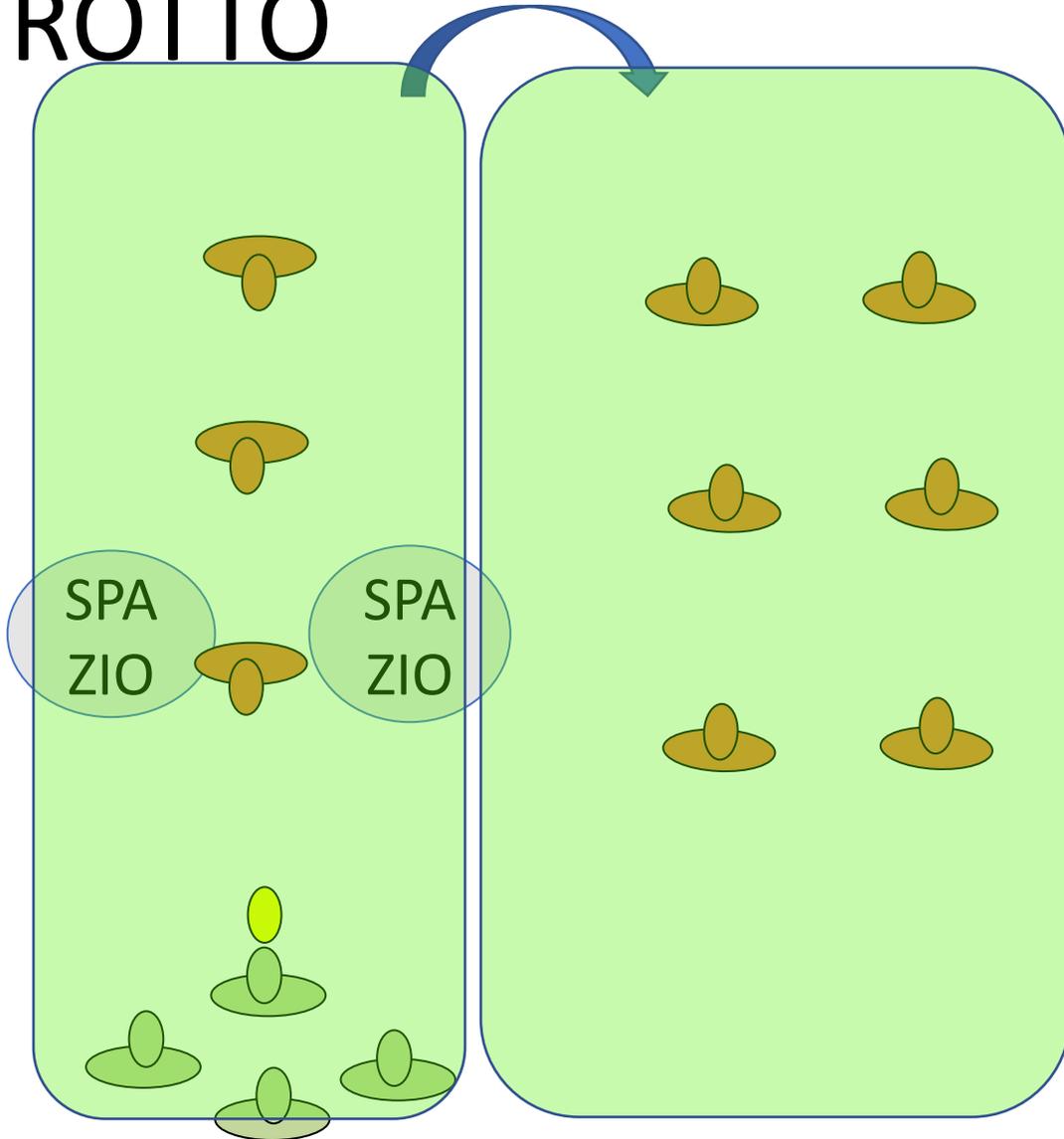
ESERCITAZIONI TRANSIZIONE



- Evoluzione nel collettivo



ESERCITAZIONI GIOCO ROTTO



- Gioco nello spazio
 - Canale stretto, canale largo:
Evitamento/avanzamento,
continuità, sostegno
- Dare opzioni di attacco al
portatore, oltre che essere efficaci
nel sostegno di conservazione

PROPOSTA DI ALLENAMENTO

U16

- **5'** riunione iniziale: Fissazione obiettivi della sessione (TRANSIZIONE E CONTRATTACCO)
- **15'** divido in 2 gruppi omogenei da 10 giocatori, LAVORO 7'+1'REC+7' LAVORO:
Gruppo 1 griglia passaggi (L)
Gruppo 2 tecnica placcaggio e recupero.
Vedi lavagna
- **30'-40'** lavoriamo con un gruppo per ogni allenatore (20' lavoro+2' rec+20' lavoro).
G1: salita difensiva da 3-4-5
G2: gioco nello spazio dal semplice al complesso
Vedi lavagna
- **20'-30'** verifica: gioco reale cercando di stimolare il gioco di transizione e lasciando alla squadra che recupera il pallone, la possibilità di un riutilizzo. Utilizzo il secondo pallone o terzo pallone per rilanciare il gioco, nei momenti in cui vedo situazioni ideali per contrattaccare. Lascio la possibilità di sbagliare e mi concentro sulla capacità reattiva di tutta la squadra. Stimolo il sostegno.
- **5'** riunione conclusione

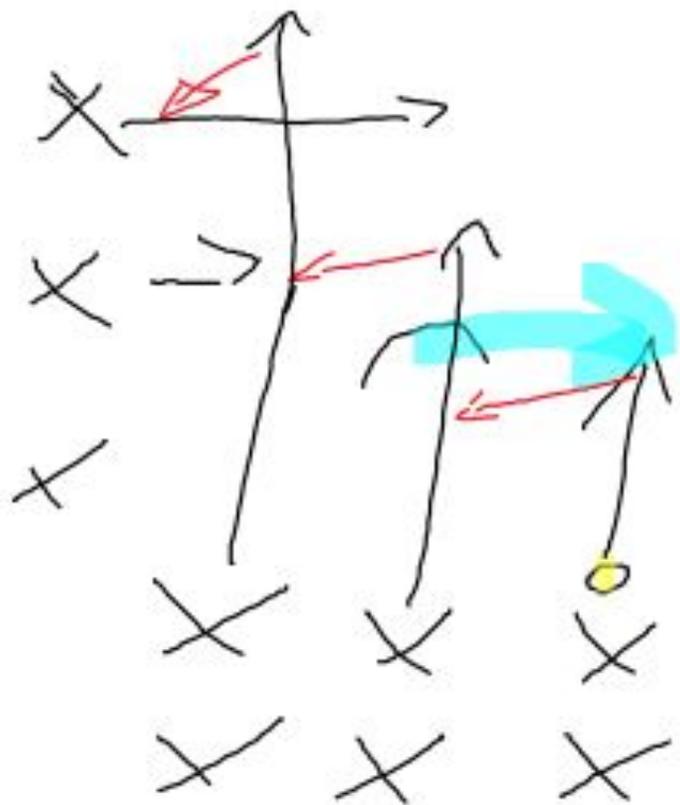
- Squadra composta da 20 giocatori
- 2 Tecnici
- Conetti, 8 palloni, canotte

Bassa intensità fisica

Alta intensità fisica



PROPOSTA DI ALLENAMENTO U16

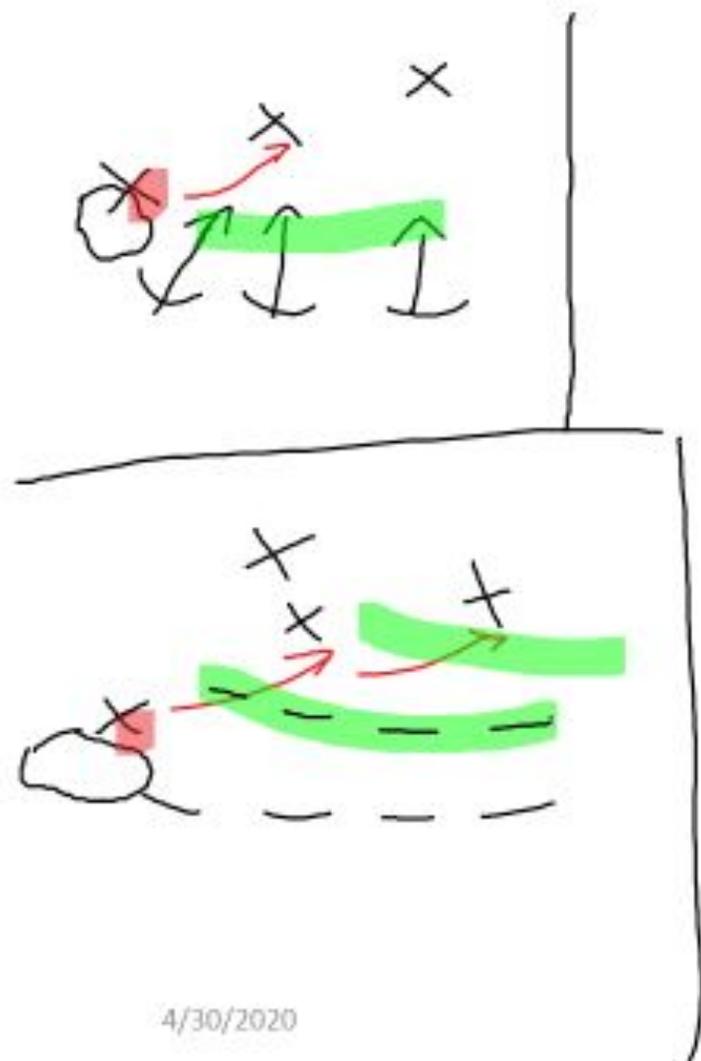


GIOCATORE
IN
RITARDO



PROPOSTA DI ALLENAMENTO U16

Solito difensiva 3-4-5



Esercizio sulla salita difensiva, legato al Punto di incontro per rendere il lavoro più legato alla realtà del gioco

2 Vs 3 (mediano non può partire)

3 Vs 4

4 Vs 5

Soprannumero della difesa

FATTORI CHIAVE:

1 rapidità di schieramento

2 presa informazioni

3 salita veloce

4 interno sicuro

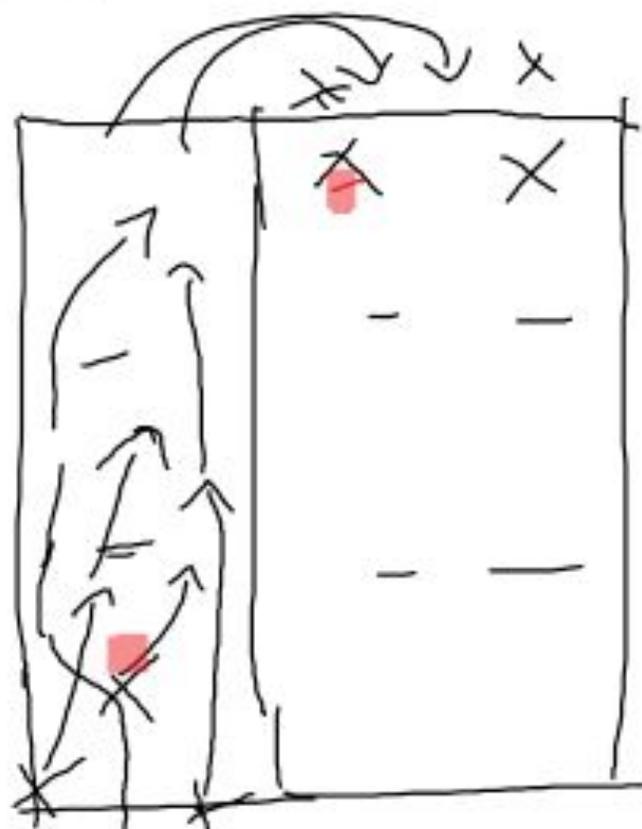
5 placcaggio sicuro

6 recupero (fattori chiave del recupero)



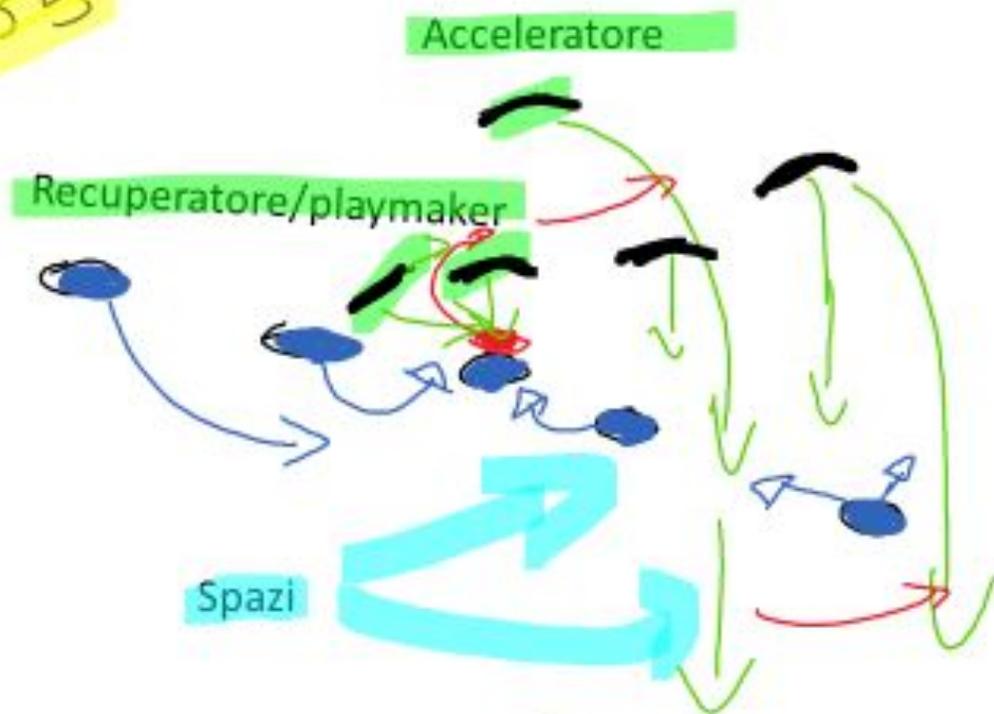
PROPOSTA DI ALLENAMENTO U16

Gioco Nello spazio
Canale stretto e largo
(attaccare gli spazi con e senza palla)



4/30/2020

5v5



Partenza da una situazione di gioco dove una squadra stava attaccando (x) ed una difendendo (~). L'allenatore fa si che si verifichi un repentino cambio di possesso (transizione), dal quale dobbiamo far nascere un contrattacco.



Matteo Mazzantini

LAVORO INDIVIDUALE

rispondere in 5'

- Rispondi al questionario e verifica il tuo apprendimento



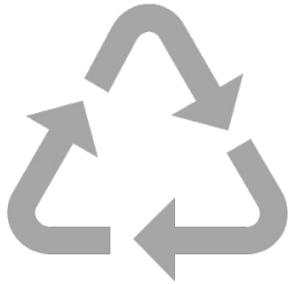
LA REALTA' DEL LIVELLO 2



COSA ABBIAMO APPRESO?

- Il rugby è un gioco di situazione e di invasione che prevede un continuo dialogo tra attacco e difesa
- Attacco e difesa per essere efficaci, hanno schieramenti e linee di corsa opposte
- Nel momento del cambio di possesso, questa situazione porta ad uno squilibrio delle forze in campo che permette alla squadra che difendeva, di essere nella condizione di poter contrattaccare.
- Questa situazione oltre che essere molto favorevole per chi contrattacca, è anche una delle situazioni con più alta spettacolarità del rugby





GRAZIE DELL'ATTENZIONE