



AGGIORNAMENTO RUGBY SEVENS

Comitato Rugby Veneto

Matteo Mazzantini



GENNAIO 2018



SSSSSS



Video 50" attacco

Lettura situazione e scelta

3v2

1v1 qualità portatore(vincere la sfida)

sostegno(continuità diretta e indiretta)

Presa spazio (4v3)

Adattamento e scelta

3v2 e continuità indiretta



Video 50" difesa

Salita veloce e uniforme

Adattamento sulla scelta attacco

2v3

1v1 (placcaggio e mancato stop al pallone) e
interno debole

Sostegno/Recupero situazione e
placcaggio/recupero(inefficace)

Ripiazzamento 3v4 e mantenimento linea

Interno e placcaggio/recupero(inefficace)



ALLA MASSIMA INTENSITA'



Rugby Sevens

- Lo spazio da coprire per ogni giocatore è più del doppio del R15
- La densità di difensori sullo spazio è meno della metà che nel R15



PASSAGGIO/SOSTEGNO

- Il gioco per svilupparsi richiede una maggiore capacità del passaggio e ricezione
- Ed una maggiore capacità nel garantire il sostegno



PLACCAGGIO/RECUPERO

- ✓ La velocità del gioco è maggiore
- ✓ Il tentativo di recupero si rende necessario (oltre che per contrattaccare), per rallentare l'azione (impegnando sostegni di conservazione)
- ✓ Ma non possono essere i giocatori nello spazio a tentare il recupero



ADATTAMENTO

R7 E' UN GIOCO DI ADATTAMENTO,
PROPRIO COME IL R15
MA CON LA DIFFERENZA CHE LE
SITUAZIONI SI SUSSEGUONO CON
ENORME FREQUENZA



Come può aiutare il seven?

- CREARE UNA FORTE ESIGENZA
- Comprensione delle logiche del gioco

Sviluppo tecnico/tattico/fisico

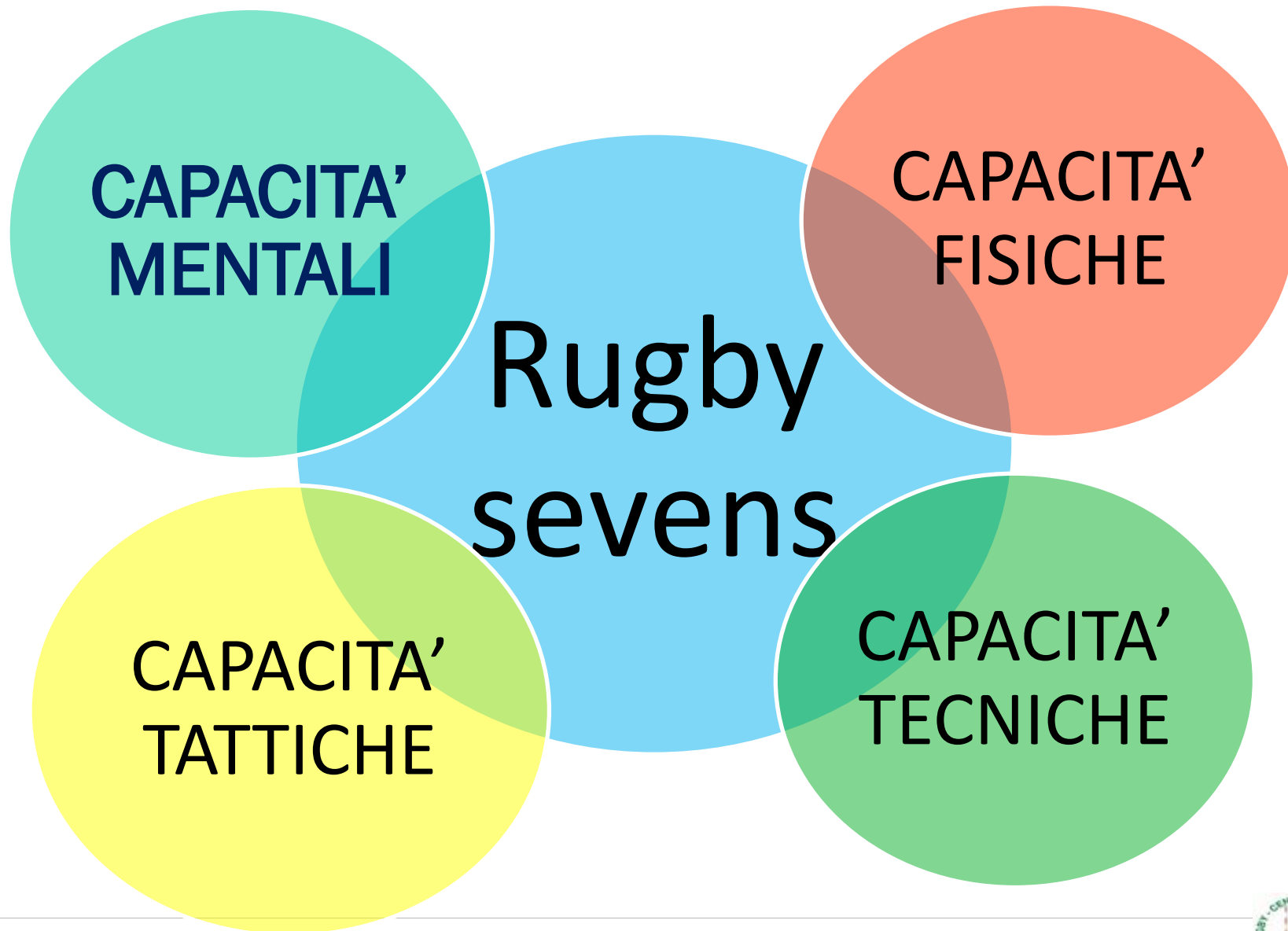


+Quantità
+Qualità

Miglior formazione

Migliori atleti







Quindi...



COME?

VALUTAZIONE delle possibilità dei ragazzi

RICERCA di un gioco fruibile

RICERCA di format adatti ai clubs



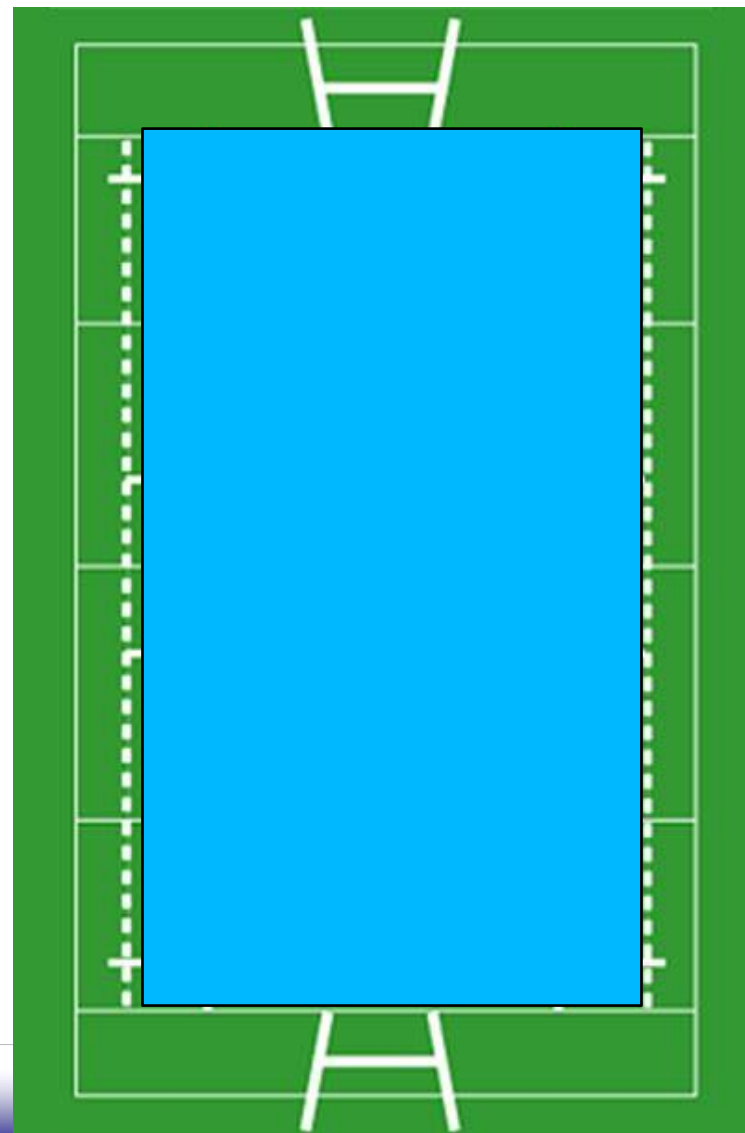
Under 14 proposta

CAMPI:

Larghezza **Togliendo i 5m**

Lunghezza **Tutto campo**

COMPRESSE AREE DI META





Modifiche regolamentari u14

Regolamento 7's U14

Mischie **No Contest** 10" per riprendere il gioco, pena calcio libero alla squadra che ritarda. Possibilità di far partecipare alla mischia i giocatori più vicini

Touche **Rapide sempre**

Dopo una meta 30" per riprendere il gioco, compreso il tempo della trasformazione

Tempi di gioco 5'x 2 tempi

Finale 6'x 2 tempi

Finale 5° 6° 4'x 3 tempi



PROPOSTA TECNICA

esigenze

Conoscere il seven

1vs1 e gestione spazio/tempo

Placcaggio/RECUPERO

Passaggio e comprensione del
gioco

sostegno

proposte

Gioco reale seven

1vs1 campo stretto e campo
largo

Esercizi placc/rec e gioco reale

Esercizi pass e gioco reale o
seven touch

Gioco touch o reale



QUALI PRINCIPI

RUGBY 15

AVANZAMENTO

CONTINUITA'

UTILITA'

SPAZI RIDOTTI

TEMPI RIDOTTI PER
ESECUZIONE GESTI TECNICI

RUGBY 7

AVANZAMENTO

CONTINUITA'

UTILITA'

SPAZI PIU' GRANDI

TEMPI MAGGIORI (SI PUO'
PENSARE DI PIU')

DAL SEMPLICE AL COMPLESSO



PRIORITA'

Sviluppo abilità **tattico/tecniche** dei
ragazzi

Passaggio/Sostegno
Placcaggio/Recupero
Adattamento



SULLE CAPACITA' DI ADATTAMENTO E RIADATTAMENTO SI BASANO TUTTE LE AZIONI DI ATTACCO E DIFESA*

* In maniera diversa



Alcune differenze nel R7...



POSSESSO DEL PALLONE

“La miglior difesa è l’attacco”

In questa disciplina il possesso del pallone diventa strategico per essere in controllo della partita.

Chi ha il possesso del pallone può decidere quale intensità e quale forma dare al gioco.

Viceversa siamo costretti ad adattarci agli altri.



CONTINUITA'/SOSTEGNO/SPAZIO

**EVITARE IL CONTATTO
ANCHE A DISCAPITO
DELL'AVANZAMENTO**



DA DOVE COMINCIARE?

Sempre dal gioco

Senza una esperienza di gioco non sarà possibile
lavorare gli aspetti specializzanti del rugby a 7



Aspetti specializzanti tecnico-tattici

- Qualità della lettura tattica
- Qualità 1 vs 1 stretto e largo(attacco e difesa)
- Qualità gestione del pallone a contatto
- Qualità del passaggio e ricezione
- Capacità di adattamento



Aspetti specializzanti fisico-mentali

- Velocità e resistenza alla velocità
- Rapidità appoggi
- Capacità cognitive. “Utilizzo del cervello”.
- Caparbiaietà e voglia di non mollare mai



Punti chiave del gioco in attacco

- Occupazione ed utilizzo spazio
- Avanzamento nello spazio
- Conservazione (sostegno)
- Multi-opzioni di attacco (sostegno)



Punti chiave del gioco in difesa

Avanzamento

Costruzione e mantenimento linea

Si difende prima il pallone e poi lo spazio

Principio di isolamento e recupero



Fine...



CUP



PLATE



BOWL



SHIELD





CATEGORIE U16-U18

Regolamento Rugby Sevens ufficiale

Campo regolamentare

Tempi 7'

Mischie contest

Touche contest