



LA PROPOSTA NELLA FORMAZIONE DAI 6 AGLI 11 ANNI

ALPIGNANO 12 DICEMBRE 2009

ROBERTO NOVARESE



Formazione

Un processo **CONTINUO**, **QUANTITATIVO** e **QUALITATIVO**, fondato sul bambino-
ragazzo/atleta che parta dalle esigenze (**motorie-
cognitive-attitudinali-tattiche e tecniche**) e
arrivi alla possibilità dell'alta prestazione



- Avviamento

- Formazione

- Specializzazione



Chi è il principiante

- Il **“principiante”** è colui che sia avvicina al gioco del rugby per la prima volta, al di là dell'età anagrafica.
- Il **“principiante bambino”** oltre alla scoperta del gioco, ha la necessità di uno sviluppo motorio e di uno sviluppo della personalità, specifici dalla sua età.



Il principiante bambino

- **ESIGENZE MOTORIE: PRIORITA'**
Sviluppo delle capacità motorie di base e delle capacità coordinative
- **ESIGENZE AFFETTIVE/SOCIALI: PRIORITA'**
Relazione, fiducia, affiliazione nel gruppo
- **ESIGENZE COGNITIVE: PRIORITA'**
Conoscenza del gioco e del regolamento
- **ESIGENZE TECNICHE:**
Sviluppo delle capacità polivalenti



Il Rugby

DEFINIZIONE: un gioco di **squadra**, di **situazione** e di **combattimento**, regolato da norme precise

Le caratteristiche sono:

- **OPPOSIZIONE** con l'avversario (dialogo att/dif)

I FASE: COSTRUZIONE AVVERSARIO

- **COOPERAZIONE** tra i compagni

II FASE: COSTRUZIONE COMPAGNO



Quale gioco: il rugby

Il gioco del rugby è lo stesso per il principiante e per il giocatore evoluto, ma le esigenze degli uni e degli altri sono differenti, quindi si differenzia per:

- Le regole del gioco
- Le dimensioni del campo
- Le capacità fisiche dei giocatori
- Le capacità mentali dei giocatori
- Le capacità tecnico/tattiche dei giocatori



Principiante



Atleta evoluto



Il Rugby per il principiante bambino

- **LE REGOLE:** limitate a quelle fondamentali, per un gioco semplice, divertente e svolto in regime di sicurezza
- **LE DIMENSIONI DEL CAMPO:** ridotte e adattate alle capacità motorie e cognitive dell'età ed alle competenze
- **IL NUMERO DEI GIOCATORI:** basso, in modo che il singolo sia coinvolto in misura maggiore con la scoperta di un gioco più efficace e rispondente ai



Le regole fondamentali

Il rispetto delle regole nel gioco, determina i **DIRITTI** e i **DOVERI** dei giocatori.

Le regole fondamentali del gioco nascono dall'obiettivo dello stesso:

segnare la **META** per la squadra con il possesso del pallone (in attacco)

per la squadra senza il possesso (in difesa)
impedire di segnare attraverso il **PLACCAGGIO** per segnare la META.

La meta



Le regole fondamentali

Il gioco regola che il giocatore placcato **non possa tenere** il pallone ma lo debba lasciare a disposizione di chiunque.

La regola del **TENUTO** determina la possibilità di ogni squadra di poter segnare la **META**.

A questo punto la squadra in attacco **SCOPRIRÀ** la possibilità di **passare** il pallone e, introducendo la regola di trovarsi dietro al pallone (ossia **NON IN FUORI GIOCO**), sarà più facile comprendere l'ultima regola fondamentale: il **PASSAGGIO NON IN AVANTI**.



Le regole ed i principi del gioco

Dalle regole, che caratterizzano il gioco del rugby, ne derivano dei “principi fondamentali” ossia **comportamenti individuali e collettivi** nel rispetto dei quali, sia in attacco che in difesa, si possa sempre raggiungere lo **scopo** del gioco: **“SEGNARE LA META”**.

Avanzare
Pressare

Sostenere

Continuare



Come presentiamo il rugby al principiante bambino

Facendo riferimento a:

ESIGENZE del bambino (divertimento, gioco, sviluppo motricità di base più ampia possibile),

RAPPORTO TRA REGOLE E PRINCIPI insiti nella natura del rugby

CARATTERISTICHE DEL GIOCO (situazioni differenti, innumerevoli e variabili): apprendere il gioco **attraverso** il gioco stesso



Quale metodo d'allenamento

Di conseguenza la proposta (**l'allenamento**) per un principiante bambino deve essere inserita in una **PROGETTUALITÀ** che tenda a soddisfare i suoi **BISOGNI PRIORITARI** (affettivi, motori, cognitivi, ludici), utilizzando un metodo **LUDICO e COMPETITIVO** (cioè basato sul gioco) e basato sul **CONFRONTO** tra i giocatori (rapporto di opposizione il più possibile omogeneo).



Confronto collettivo



Confronto individuale



Quale proposta



Giochi di lotta



La tartaruga



Lotta in piedi



Corpo a corpo



Quale proposta



Il lupo e l'agnello



Marciapiede



Sparviero



Gioco



OBIETTIVI PRIMO CICLO

Piano affettivo/cognitivo/motorio	Piano affettivo/cognitivo/motorio
<p>Piano affettivo: Socializzare; vincere la paura del contatto con il suolo e l'avversario; favorire l'iniziativa individuale</p>	<p>Regole fondamentali del rugby: Segnare la meta; placcare e tenuto; passaggio in avanti e fuori gioco</p>
<p>Piano cognitivo: Organizzare un progetto individuale tenendo conto di spazio e tempo; conoscere e rispettare le regole</p>	<p>Principi fondamentali del rugby <i>In attacco:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Avanzare per segnare la meta dapprima individualmente poi collettivamente; • Battere l'avversario nell'1vs1 e avanzare al contatto; • Iniziare a sostenere per continuare ad avanzare
<p>Piano motorio: Schemi motori di base, capacità coordinative e rapidità</p>	<p><i>In difesa :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Avanzare per non far avanzare il portatore del pallone; ▪ Placcare e cercare di recuperare lo stesso e avanzare per segnare la meta



Grazie per l'attenzione

r.novarese@federugby.it