Roberto Dal Toè

Dottore Magistrale in Scienza, tecnica e didattica dello Sport

Tecnico FIR livello Bambini, Adolescenti e Adulti

Tecnico Femminile FIR

*PROGETTO RuGBY A Scuola*

*ANNO SCOLASTICO 2022-2023*

COSA E’ IL RUGBY

Il rugby è una disciplina sportiva “inventata” nel 1823 in un college inglese. Nacque come una sfida alle regole del calcio e oggi è spesso utilizzato per scopi educativi/formativi.

Si gioca all’aperto con una palla di forma ovale, ed è possibile controllarla con ogni parte del corpo.

Per raccontare uno sport si parte sempre dallo scopo: l’obiettivo degli attaccanti è quello di schiacciare la palla nell’area di meta avversaria; la difesa invece deve contrastare l’azione dell’attacco cercando di riguadagnare l’ovale per marcare la meta a sua volta. Esistono dei principi che vengono ancor prima delle regole, o meglio, che stabiliscono le regole fondamentali del gioco:

* **AVANZAMENTO**
* **CONTINUITÁ**
* **SOSTEGNO**
* **PRESSIONE**

Questo semplice ragionamento è valido anche per la difesa che dovrà avanzare/pressare per tenere lontana la palla dalla propria area di meta, continuare la pressione nel punto di incontro con uno sforzo collettivo (sostegno difensivo).

I quattro principi sopra esposti determinano le cinque regole fondamentali che rendono spettacolare e educativo il nostro sport e che riguardano sostanzialmente le seguenti situazioni di gioco:

* LA META
* **IL PLACCAGGIO**
* **IL TENUTO A TERRA**
* **IL FUORIGIOCO**
* **IL PASSAGGIO NON-AVANTI**

Il Rugby è diffuso in tutto il mondo anche se non ha la stessa visibilità di altri sport (anche per via dell’assenza dai giochi olimpici [a partire da Rio 2016 non sarà più così!]) ma unisce milioni di appassionati ogni 4 anni grazie alla Coppa del Mondo, 3^ manifestazione sportiva più seguita dopo Olimpiadi e Coppa del Mondo di calcio.

L’EDUCAZIONE ATTRAVERSO IL RUGBY

Il rugby è uno sport di squadra e di combattimento, parole chiave su cui si fondano i principi caratterizzanti di questo sport. Squadra perché non si può giocare a Rugby da soli; combattimento perché sul campo, come nella vita, non ci si arrende finché l’arbitro non fischia la fine.

Lo spirito di solidarietà e la tenacia che si possono vedere in campo sono solo due dei molti valori che un giocatore di Rugby non perde quando si toglie la maglia da gioco ed esce dal campo.

Il nostro sport può aiutare i ragazzi a conoscere ed assimilare lo spirito di squadra, il sostegno, il rispetto, il confronto, la disciplina e la lealtà che sono valori troppo spesso sottovalutati o dimenticati dalla società moderna. Oltre ai valori sociali, il Rugby è utile per l’apprendimento, l’affinamento e l’accoppiamento degli schemi motori (soprattutto nella fase di crescita e nell’età d’oro dello sviluppo) necessari a compiere gli innumerevoli gesti tecnici e atletici presenti in questo sport (correre, lanciare, ricevere, afferrare, saltare, rotolare,…).

L’educazione passa per lo sport… il Rugby è adatto ad educare!

La “fisicità” di questa disciplina sviluppa in chi lo pratica un senso di autocontrollo, di onestà e di rispetto che lo rendono adatto a “tutte le taglie”.

Ci preme sottolineare che la maggior parte dei giocatori che hanno vestito o attualmente militano nelle squadre Senior di Rugby Sondrio, Sondalo e Delebio, hanno iniziato il loro percorso rugbystico proprio a scuola, dopodiché l’impegno è proseguito nell’attività federale, “crescendo” di categoria in categoria, continuando nel percorso formativo che i nostri Club propongono da più di cinquant’anni.

L’OFFERTA

L’obbiettivo del progetto è quello di portare i valori di questo sport all’interno del mondo della scuola. Tutti noi conosciamo e comprendiamo i timori di insegnanti e genitori che reputano il Rugby uno sport “violento” e lo identificano come una disciplina complessa con un bagaglio di regole e di situazioni talmente varie e articolate che lo rendono spesso poco attrattivo ad un primo impatto; ovviamente sarebbe impossibile trasmettere tutte le sfaccettature di questo sport in poche lezioni a un gruppo eterogeneo di ragazzi mantenendo integra la sua bellezza, ma riusciremo sicuramente a incuriosirli e a chiarire loro molti dei dubbi che incontreranno nel nostro percorso.

Per questi motivi utilizzeremo una strategia metodologica che ci permetterà di presentare proposte didattiche semplificate senza snaturare l’essenza del gioco, una metodologia che andrà *dal semplice al complesso* e *dal generale al particolare*. Questo permetterà ad ogni partecipante di svilupparsi psico-motoriamente senza costrizioni o pressioni, rispettando il normale progredire della motricità.

Il progetto che proponiamo alle scuole si articolerà su due momenti:

* La prima fase prevede l’attività promozionale durante le ore curricolari di motoria e scienze motorie. Un pacchetto di 4 lezioni da un ora ciascuna per iniziare ad approcciare regole, principi e valori della disciplina all’interno degli spazi scolastici, palestra o campo.
* La seconda fase prevede un numero concordato di incontri da svolgere in orario curricolare o extra curricolare con alunni e alunne interessate a svolgere un percorso di approfondimento e di avvicinamento al rugby agonistico.

N.B.: nell’ottica di avvicinare in maniera progressiva i bambini/e e i ragazzi/e al rugby “giocato dai grandi”, la proposta della seconda fase sarà condotta senza contatto, utilizzando come strategia educativa il regolamento di TAG Rugby; Il rugby TAG è una variante fortemente diffusa nelle scuole anglosassoni e fondamentale per rendere ancora più integrante il gioco del rugby. Alleghiamo uno spezzone del regolamento utilizzato da FIR.

La partecipazione ad entrambe le fasi permetterà di richiedere l’organizzazione e la partecipazione di un torneo TAG tra le classi partecipanti all’interno dello stesso istituto e, in conclusione dell’anno ad un torneo delle scuole di tutta la provincia (quest’ultimo solo per le secondarie di I e II grado.

Il presente progetto è da ritenersi valido per la preparazione delle squadre che vorranno partecipare ai CSS fase provinciale annualmente organizzata in primavera dall’UST e dalla società Rugby Sondrio.

OBIETTIVI DELLA PROPOSTA

Alla scuola è riconosciuto oltre al ruolo formativo, anche una funzione sociale fondamentale per l’equilibrata crescita del bambino e soprattutto dell’adolescente.

La frequentazione dei compagni di classe così diversi e allo stesso tempo uguali gli permette, attraverso la condivisione, di acquisire un bagaglio sociale, caratteriale e mentale che in età adulta lo porteranno ad avere un’identità propria.

Con questa proposta, vogliamo aiutare a formare i giovani, dando loro la possibilità, sia nella scuola sia all’interno della società, di misurarsi con sfide stimolanti, di fare nuove amicizie e di condividere valori e principi tipici del Rugby.

Grazie all’aspetto ludico su cui si basano le varie lezioni, si vuole porre di fronte agli allievi quegli atteggiamenti problematici tipici dell’età pre-adolescenziale e infantile (*egocentrismo, paura del contatto, paura del disequilibrio*) per poterli superare con l’aiuto dei compagni e degli educatori.

Verranno di conseguenza proposti:

* **giochi** di socializzazione e di cooperazione
* **giochi** di educazione al contatto-combattimento
* **giochi** con e senza palla

ORGANIZZAZIONE PRATICA

Il progetto è indirizzato a tutte le classi della scuola Primaria, della Secondaria di 1° grado e alle classi prime e seconde della Secondaria di 2° grado; il progetto prevede, a scelta:

* **Corso BASE**: un ciclo di **4 lezioni** della durata di un modulo orario, da svolgere in orario curricolare e nelle strutture messe a disposizione dall’ente scolastico (palestra o campo/prato in erba).
* **Corso TAG..ME – Rugby con tutti**: un ciclo dilezioni aggiuntive della durata di 60 minuti ciascuna, da svolgere in orario curricolare o extra curricolare nelle strutture messe a disposizione dall’ente scolastico (preferibilmente un campo in erba) o presso lo stadio Cerri-Mari.

La calendarizzazione degli interventi verrà concordata al momento dell’adesione da parte delle singole classi.

Verrà proposta una serie di esercizi e giochi che avviino alla pratica della disciplina. Particolare cura verrà messa nei gesti tecnici di base e sulle regole fondamentali finalizzate al gioco collettivo.

1. Il costo di adesione al progetto – corso base sarà pari a **20 €/ora** (IVA esente);
2. Il costo di adesione al progetto TAG..ME – rugby per tutti sarà pari a **15 €/ora** (IVA esente).

**Su richiesta degli istituti sarà possibile organizzare un torneo di rugby con regolamento tag e multisport con le classi partecipanti al progetto presso lo stadio Cerri-Mari.**

Gli istituti Comprensivi che parteciperanno al progetto “Rugby a Scuola” con almeno 2 classi della scuola Primaria avranno la possibilità di iscrivere al corso BASE 2 classi della scuola Secondariaal prezzo agevolato di 10 €/h.

Al fine di programmare adeguatamente l’attività e per un corretto inserimento della stessa nel P.O.F. d’Istituto, si invitano gli insegnanti interessati a contattare il responsabile entro il **30 settembre 2022** per richiedere la disponibilità delle date e una proposta con preventivo personalizzato.

IL RESPONSABILE DEL PROGETTO

Il responsabile di questo progetto è Roberto Dal Toè, Dottore Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport presso l’Università degli Studi di Milano, Tecnico Federale Bambini-Adolescenti-Adulti dal 2015, dal 2013 collaboratore tecnico del Comitato Regionale Lombardo e attualmente coordinatore dell’attività femminile in Lombardia. Responsabile del Progetto Rugby in seno alla Sondrio Rugby dal 2013.

Per lo svolgimento del progetto si farà affidamento a studenti laureati e laureandi in scienze motorie e a tecnici formati attraverso i corsi FIR e societari, oltre ad un tecnico esperto di nazionalità argentina (madrelingua spagnolo e inglese).

CONTATTI PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Responsabile Progetto

Roberto Dal Toè

Telefono: +39 346 0912567

Mail: tecnico@sondriorugby.com

**REGOLAMENTO RUGBY TAG**

1. **Categorie**

Scuole secondarie primo grado

* Categoria Ragazzi/e mista maschile e femminile classi 1^
* Categoria Cadetti/e Mista maschile e femminile classi 2^ e 3^

Scuole secondarie secondo grado

* Categoria allievi/e mista maschile e femminile classi 1^,2^ e 3^
* Categoria Juniores Mista Maschile e femminile classi 4^ e 5^
1. **La Meta**

Si effettua la meta appoggiando la palla sulla o oltre la linea di meta.

Una meta vale un punto. Dopo una meta il gioco riprende dal centro con un passaggio libero da parte della squadra che ha subito la meta.

1. **Numero dei giocatori**

Il numero dei giocatori è fissato **in 6 in campo** e 4 riserve. (tutti i giocatori devono essere utilizzati per almeno un tempo).

1. **Durata del gioco**

Per una partita tra due squadre di sei giocatori uno svolgimento in due tempi da sette minuti è consigliato, con un minuto di riposo tra i due tempi.

1. **Dimensioni del campo**

30 metri di larghezza x 45 metri di lunghezza

1. **Il Passaggio**

Non sono permessi passaggi in avanti che, nel caso, saranno penalizzati dando un passaggio libero all’avversario.

1. **Il “Placcaggio” (Tag)**

Solo il portatore di palla può essere “placcato” con la semplice rimozione di uno dei due nastri (tag) attaccati alla cintura. Il Tag deve essere posizionato da tutti i giocatori sopra tutti i vestiti.

Il portatore di palla può scappare o schivare ma non può difendersi attivamente o proteggere i propri nastri in alcun modo.

Il difensore che sia riuscito a prendere il tag deve gridare “TAG!” e permettere che il portatore di palla possa effettuare il passaggio.

*Nota: Quando c’è l’arbitro, anche lui deve gridare “passa!” al giocatore placcato.*

I difensori non possono prendere la palla dalle mani degli attaccanti.

**Il giocatore placcato deve fermarsi appena possibile e passare la palla immediatamente** (si calcola un tempo di 3 secondi dal Tag dopo il quale c’è cambio di possesso). Quando il giocatore è in piena corsa si possono permettere tre passi massimo nel frenare a meno che con questi egli possa oltrepassare la linea di meta, in questo caso se ne può permettere solamente uno.

*Nota: I giocatori dovrebbero passare mentre si fermano per generare continuità veloce di gioco*

Immediatamente dopo il passaggio il difensore deve restituire il tag al giocatore placcato**.**

**Il difensore non può partecipare in ogni modo al gioco finché il placcato non ha riattaccato il tag**.

È importante che i giocatori si abituino a ricevere indietro il tag dopo essere stati placcati. In ogni caso essi potranno riprendere il gioco solamente quando provvisti nuovamente di ambedue i tags.

**IMPORTANTE: NON DEVONO MAI ESSERCI TAGS ABBANDONATI SUL TERRENO**

1. **Passaggio libero**

Un passaggio libero viene effettuato per iniziare il gioco (dal centro del campo) o per ripartire dopo un fallo laterale o altro fallo.

*Nota: In caso di passaggio libero dato a seguito di punizione oltre la linea di meta o entro 5 metri dalla linea di meta il passaggio libero sarà effettuato a 5mt dalla linea di meta, per avere sufficiente spazio.*

Il passaggio libero deve essere effettuato a due mani non appena l’arbitro grida: “Gioca!”. (Quando l’arbitro non c’è “Gioca!” deve essere gridato dal capitano dell’altra squadra.)

Il giocatore che effettua il passaggio libero deve effettuarlo verso un compagno e non a se stesso. La squadra in difesa non deve muoversi fino a che la palla non è stata passata. Nell’effettuare il passaggio libero la squadra in difesa deve stare ad almeno 7mt dall’altra squadra.

1. **Palla fuori dal gioco**.

Se la palla o il portatore vanno fuori dal campo di gioco un passaggio libero sarà dato all’altra squadra, da battersi dal punto dove la palla o il giocatore sono usciti.

**ULTERIORI REGOLE**

**A – Il colpo in avanti**

Se il giocatore tentando di afferrare la palla non ci riesce e la palla rimbalza in avanti, un passaggio libero sarà concesso alla squadra avversaria.

**B – Il Fuorigioco**

Il fuorigioco avviene solo immediatamente dopo un “placcaggio”. Questo vuol dire che i giocatori della squadra in attacco, nel momento della ripartenza del gioco devono stare in linea o dietro il giocatore che effettua il passaggio. Il fuorigioco è penalizzato con un passaggio libero per l’altra squadra.

*Note: Quando i difensori si trovano accidentalmente in fuorigioco nel momento di un tag, essi vengono così incoraggiati a tornare indietro velocemente in modo che il passaggio possa essere effettuato nei tempi concessi. Essi non devono assolutamente interferire o bloccare il gioco in alcun modo. Si tenda ad impedire il fuorigioco nelle immediate vicinanze del portatore di palla (3mt), i giocatori che si trovano oltre non hanno alcuna interferenza e il gioco può riprendere.*

**C – Il Vantaggio**

Il vantaggio va concesso in caso che l’attaccante non subisca danno dall’azione errata del difensore, questo per creare continuità, rapide reazioni, massima attività e partecipazione.

**D – Cambio di possesso**

Il cambio di possesso palla avviene in seguito a:

* + 6° Tag conquistato dalla squadra che difende.
* - Fuoriuscita dal campo di gioco del giocatore in possesso della palla o della palla stessa.
* - Passaggio in avanti
* - Qualsiasi infrazione prevista da questo regolamento
* **DIVIETI**
1. Il contatto: Non è possibile afferrare l’avversario neanche per la maglia.
2. Il Calcio: Non si può colpire la palla con i piedi in nessuna maniera anche involontaria.
3. Il gioco si effettua solamente in piedi, in caso di caduta la palla deve essere immediatamente rilasciata e messa a disposizione del primo giocatore che la utilizzi (fare attenzione alla pericolosità nell’arrivo di due giocatori contemporaneamente a raccogliere il pallone).
4. Non si deve spingere o respingere l’avversario con le mani.
5. Non ci si deve difendere o proteggersi da un tentativo di placcaggio. Per ogni infrazione ad ognuna di queste regole, si deve concedere un passaggio libero alla squadra avversaria, a 5mt dalla linea di meta se l’infrazione è avvenuta oltre la linea di meta o nella prossimità della stessa.