

Rugby

Teams

Officieel bestaat een team uit 15 spelers, maar binnen de lessen LO wordt er vaak met teams van 8 spelers gespeeld (waarvan minimaal 3 spelers van de andere sexe). Wisselers kunnen elk moment ingezet worden en het aantal wordt voor de wedstrijd vastgesteld.

Duur

Een officiële rugbywedstrijd duurt 2 keer 40 minuten. Wij variëren veel in de duur van een wedstrijd, omdat het vaak in toernooivorm gespeeld wordt.

Basisregels

De bal

Bij rugby wordt gebruikgemaakt van een ovale bal. Dit heeft te maken met het feit dat deze zo makkelijker te dragen is en het moeilijker is om ermee te schoppen, want daar ligt de nadruk niet op binnen het rugby.

De aftrap/Herstart kicks

De aftrap vindt plaats bij de start van elke wedstrijd, de docent wijst hierbij vaak een team aan. Herstart kicks vinden plaats na het drukken van een try en wordt genomen door het team dat gescoord heeft.

- Er wordt afgetrapt met een drop-kick die genomen moet worden op of achter middenlijn.
- Het hele team van de kicker moet achter de bal staan wanneer de aftrap wordt genomen.
- De bal moet richting de tegenstanders getrapt worden, dus **niet** over de try-lijn of zijlijn. Wanneer dit wel gebeurt, moet de aftrap opnieuw genomen worden.

Passen

De bal naar voren gooien is niet toegestaan. Indien dit toch gebeurt krijgt de tegenpartij een vrije gooi toegekend op de plek waar de fout werd gemaakt. Een bal is voorwaarts gegooid als de baldrager de bal richting de doellijn van de tegenstander gooit.

Een bal zijwaarts gooien is toegestaan en is in feite de perfecte gooi, omdat er geen terreinverlies plaatsvindt.

De tackel

Hoe ziet een goede tackel eruit?

- Een tackel is alleen toegestaan door je handen/armen te gebruiken.
- Een tackel is onder de schouderlijn en boven de heupen.
- Na het eventueel naar de grond brengen van de tegenstander, moet de tegenstander losgelaten worden om hem/haar de gelegenheid te geven om de bal af te spelen.

Wat is niet toegestaan?

- Een speler mag een tegenstander **niet** tackelen boven de schouderlijn, dit wordt gezien als gevaarlijk spel.
- Een 'gestrekte-arm tackel' is gevaarlijk spel, dit is een tackel waarbij de verdediger met een gestrekte arm probeert een tegenstander te raken.
- Een speler zonder bal tackelen is **niet** toegestaan.
- Een speler mag een tegenstander **niet** tackelen als diens voeten van de grond zijn.

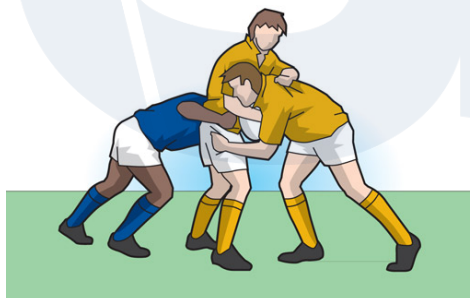
Ruck

Na een goede tackel komt de speler met bal op de grond te liggen. Hierna kan een ruck ontstaan. Een ruck is een spelfase waar één of meerdere spelers van beide teams, op hun voeten, in fysiek contact, om de bal die op de grond ligt zijn aangesloten.



Maul

Een maul begint wanneer een baldrager door één of meerdere tegenstanders wordt vastgehouden, en één of meerdere teamgenoten van de baldrager zich aan hem binden. Een maul bestaat daarom, wanneer het begint, uit ten minste drie spelers, allen op hun voeten; de baldrager en één speler van elk team. Alle betrokken spelers moeten aan of in de maul gebonden zijn en moeten op de voeten staan en richting de doellijn bewegen.



Line-out

Het doel van een line-out is om, nadat de bal uit is gegaan, het spel snel, veilig en eerlijk met een inworp tussen twee rijen van spelers te herstarten.

Line-out spelers; dit zijn de spelers die de twee rijen vormen wat het tot een line-out maakt.

Ontvanger; dit is de speler in de positie om de bal te vangen wanneer line-out spelers de bal passeren of terugslaan vanuit de line-out. Iedere speler mag de ontvanger zijn maar elke team mag maar één ontvanger bij een line-out hebben.



Scrum

Het doel van de scrum is om het spel, na een kleine overtreding of oponthoud snel, veilig en eerlijk te herstarten. Een scrum wordt gevormd in het speelveld indien acht (dit is variabel) spelers van elk team, gebonden met elkaar in drie rijen van elk team, zo dichtbij de tegenstander komen dat de hoofden van de eerste rij onderling in elkaar schuiven. Dit creëert een tunnel waarbij iemand de bal ingooit zodat de eerste rij spelers kunnen strijden om balbezit door de bal te hoeken met één van beide voeten.



Zijaanzicht



Bovenaanzicht

Scoren

Binnen de lessen LO kan er alleen gescoord worden door over de tryline te rennen van de tegenstander en de bal hierna op de grond te drukken, dit wordt een 'try' genoemd. Deze score levert 5 punten op.

Veld

Het veld is binnen het echte rugby spel erg ingewikkeld. Binnen LO wordt vaak gekozen om een langwerpige vierkant te maken met een middenlijn. De lengte en breedte van het veld is afhankelijk van de hoeveelheid spelers.