



ATTACCO

QUALI SONO

I PRINCIPI BASE



PARAMETRI

DI EFFICACIA

DEL PUNTO DI INCONTRO



SOSTEGNO

COME RENDERLO

EFFICACE

#RUGBY

LESSON 3



**IL PORTATORE
PUO' DOMINARE
LA SITUAZIONE
IN UNO CONTRO UNO**

La squadra che attacca deve garantire la continuità di avanzamento e, sull'intervento difensivo, deve avere la capacità di continuare ad avanzare conservando il ritmo o innalzandolo. La capacità di una squadra di risolvere lo stesso nella maniera più efficace possibile è sicuramente un aspetto fondamentale per un gioco efficace.

ATTACCO, I PRINCIPI BASE



Il portatore può dominare la situazione di 1 contro 1, e permettere ai compagni di continuare velocemente. Questo accade se ha scelto il corretto intervallo d'attaccare; ha valutato la distanza con gli avversari e compagno per sfidare e accelerare; cerca di evadere dall'avversario, proteggendosi; ha cercato prioritariamente la continuità; presenta la palla con la corretta tecnica in avanzamento (palla il più possibile verso i compagni, squeeze ball).

ATTACCO

I PARAMETRI DI EFFICACIA SUL PUNTO DI INCONTRO

Portatore

- Sfida per avanzare o per far avanzare
- Gestione della velocità e direzione di corsa finalizzata ad uscire dal placcaggio ed essere vincente imponendo pressione
- Gestione del proprio corpo e dell'attrezzo di gioco
- Capacità di gestione del pallone finalizzato a farlo "vivere" direttamente o indirettamente

Sostegno

- Immediatezza del sostegno
- Distribuzione e circolazione dei giocatori rispetto al principio di utilità
- Qualità di intervento del sostegno
- Saper riconoscere ed adattarsi alla situazione con il giusto intervento tecnico/tattico/attitudinale
- Rispetto del regolamento



**L'IMPORTANZA
DEL RISPETTO
DEL REGOLAMENTO**

INCONTRO



**IL SOSTEGNO
DEVE RISPETTARE
IL PRINCIPIO
DI UTILITÀ**

L'EFFICACIA DEL SOSTEGNO

Il sostegno è efficace se anticipa e domina l'intervento dei sostegni avversari, permettendo ai compagni di continuare.

Questo accade se:

- rispetta il principio di utilità, distribuzione efficace.
- riconosce in anticipo la situazione.
- immediato l'intervento, in anticipo rispetto agli avversari.
- usa la tecnica corretta (direzione di corsa, postura, in accelerazione), con la massima aggressività per avere un impatto con l'avversario dominante.
- rispetta il regolamento (Gate, postura-direzione).

EFFICACIA