

Rugby, het spel met impact 2

Dit is een vervolg op het artikel in LO Magazine 2, maart 2024. Het voorgaande artikel was vooral een introductie en gaf al wat richting voor mogelijkheden tot ontwerp van je rugbylessen. In dit deel volgt een uitwerking van een activiteit die lange tijd boeiend en leerrijk kan zijn voor leerlingen. In de opbouw van eenvoudig naar complex komen in dit deel flag- en touch rugby voorbij. | Alexander Nagelhout

Flag rugby

Kick and rush 3-1



Scan of klik [hier](#) naar videofilm over kick and rush 3-1 flag



Spelen: bij aanvang drie aanvallers tegen één verdediger. Veld ongeveer 25 meter diep, 15-20 meter breed.
Spel aanvallers: proberen de overkant (de tryline) te bereiken zonder

'geflagt' te worden.

Spel afpakker(s): na een kick (getrapte bal uit de handen) proberen een balbezitter te 'flaggen' voordat de aanvallende ploeg de tryline bereikt heeft.

Regels:

- De aanvallers stoppen zowel aan de linker- als rechterzijde een hesje, ter hoogte van het middel, voor een klein deel bij de boord van de broek in zodat de rest van het hesje duidelijk zichtbaar 'buitenboord' hangt.
- De afpakker moet de bal zo kicken dat

deze ergens in het veld gaat landen.

Een gekickte bal over de zijlijn is dus 'fout'. Er wordt dan opnieuw gekickt.

- De aanvallers mogen de bal (uiteraard) uit de lucht proberen te vangen en van daaruit meteen voorwaarts rennen richting de tryline.
- Het veld moet door de baldrager binnen de afbakening worden overgestoken.
- De aanvallers mogen de bal overspelen naar elkaar, zolang dit niet in voorwaartse richting gebeurt.
- Een poging is voorbij als een aanvaller is 'geflagt' (één hesje afnemen is al voldoende), of als de aanvallers een try hebben gescoord door de bal op de grond te drukken voorbij de tryline (de eindlijn).
- Na één poging wisselt meteen het initiatief. De bal wordt door het andere team gekickt en de twee wachtende teamgenoten doen nu dus ook mee in wederom een 3 tegen 1-situatie.

Analyse

Het spelprincipe blijft eenvoudig, maar de uitvoering is al wat lastiger dan bij de activiteit in het eerste artikel (de oversteek). Er is nu een bal in het spel die eerst getrapt moet worden en vervolgens idealiter door de andere partij uit de lucht gevangen wordt van waaruit het spel ontstaat.

De bal, ovaal van vorm, voegt direct iets toe aan de beleving van leerlingen, want diegenen die rugby al een beetje kennen weten dat er gespeeld wordt met deze toch wat vreemde bal(vorm).

Wat de activiteit complexer maakt dan 'de oversteek' is dat er een bal gedragen en uiteindelijk gedrukt moet worden voorbij de tryline (de overkant). Het helpt de aanvallers dat ze onderling mogen overspelen, maar het feit dat



Begin met kick

een voorwaartse pass niet is toegestaan is absoluut wennen. Overspelen biedt uiteraard mogelijkheden om vaker en succesvoller de overkant te kunnen bereiken, maar aanvankelijk kan het verwarrend zijn en hebben leerlingen de neiging om voorbij de bal-lijn te lopen. Dit zijn ze vanuit inmiddels bekendere sportspelen als bijvoorbeeld basketbal en voetbal nu eenmaal gewend. Daarnaast is de hantering en daarmee het werpen en vangen van de rugbybal aanvankelijk niet zo gemakkelijk.

Omdat er met een bal wordt gespeeld ontstaat er daarmee een extra mogelijkheid voor de verdediger: naast het flaggen van de balbezitter kan ook worden geprobeerd de bal te onderscheppen. Dit succesvol kunnen doen veronderstelt dat de verdediger de passlijn ziet en ook nog eens 'op tijd' instapt. Vrij risicovol, want de bal missen zal meestal vrije doorgang betekenen voor de baldrager. Het lijkt verstandiger om bij aanvang toch voor het afpakken van een hesje bij de balbezitter te gaan.

Ontwerpimplicaties uitgelicht

In je ontwerp moet alles erop gericht zijn om voor leerlingen een zo leerrijk mogelijke omgeving te creëren. Het betekent als lesgever constant kijken naar wat het spelletje nodig heeft. Het moet hoe dan ook speelbaar zijn, te doen zijn. Als het spel niet oproepbaar is, vraagt dit om een aanpassing.

Het speelvoorwerp zou wel eens te lastig kunnen zijn. Met een beetje oefening, in feite simpelweg door het gewoon te doen, is de ervaring dat het al vrij snel (steeds beter) lukt om de ovaal bal met het gepaste tempo en richting weg te krijgen. Helpend is dat leerlingen vrij snel veel beurten maken in Kick and Rush. Blijkt het toch te lastig dan kan er uiteraard een ander type bal gebruikt worden (een maatje 4 voetbal bijvoorbeeld), of wellicht toch een ondersteunende activiteit aan te bieden waarbij het trappen van de ovaal bal expliciet geoefend wordt. Als het spelletje al aardig uit de verf komt en de aanvallers steeds vaker succesvol een try kunnen maken kan het interessant (en



Aanvaller wordt geflagt

nodig!) zijn om het aantal verdedigers te vergroten, en daarmee de weerstand voor de aanval te vergroten. Bij spelen met twee verdedigers wordt het voor de aanval vanzelfsprekend complexer om te passeren. De aanvallers worden uitgedaagd om slimmer te lopen of misschien wel meer samen te gaan werken. Het tijdig afspelen van de bal, en plotselinge tempo- en richtingsveranderingen en schijnbewegingen zijn nodig om ongeflagt te blijven.

Doel van de lesgever is hoe dan ook om te zoeken naar evenwicht tussen aanval en verdediging; voor beide partijen moet er wat te halen blijven om ze betrokken te houden én het leerrijk te houden. Uiteindelijk zou je Kick and Rush kunnen uitbouwen naar een 3 tegen 3. Een en ander is uiteraard sterk afhankelijk van de kwaliteit van spelen van de aanvallende, maar ook de verdedigende spelers. Een uitbouw naar vier spelers zou nog kunnen, waarbij er tegen twee of drie verdedigers wordt gespeeld, maar het verdient de aanbeveling om vooral *small sided* (Koekoek et al., 2023) te blijven spelen, zodat leerlingen per saldo veel beurten maken en dito leeransen krijgen.

Scan of klik [hier](#) naar videofilm over kick and rush 3-2 flag



Wanneer de verdediging (te) sterk is, is het een optie om een poging niet direct na één afgenomen hesje te laten eindigen, maar te vergroten naar twee of drie afgenomen hesjes door de verdediging. Voordeel is dat het spel wat langer doorloopt en de aanvallers wat meer kans krijgen om toch die try te maken. Bij het flaggen van de balbezitter laat de verdediger het hesje liggen (en speelt de aanvaller door met een hesje minder) en moet de balbezitter de bal verplicht afspelen naar een medespeler. Om de aanvallers die kans te geven kan het nodig zijn om de buitenspelregel in te voeren. Hiermee voorkom je dat verdedigers voorbij de bal-lijn lopen en direct weer een aanvaller flaggen. De

buitenspelregel geeft vaak veel structuur en rust voor de aanvallers; ze krijgen hoe dan ook de kans om de bal succesvol achterwaarts te passeren waarna er vanuit meer rust en overzicht doorgespeeld kan worden.

Een subtiele aanpassing richt zich op individueel niveau. Het hesje dat 'buitenboord' hangt kan in meerdere of mindere mate buitenboord hangen. Meer buitenboord zou passend kunnen zijn voor de betere aanvaller, zodat een hesje makkelijker te grijpen valt voor de verdediger en daarmee de uitdaging groter wordt voor de baldrager.

Touch rugby

Zit rugby stevig(er) in het schoolprogramma voor de leerlingen dan is het om meerdere redenen zeer de moeite waard om van geen tot weinig fysiek contact, naar steeds meer fysiek contact te gaan. Touch rugby kan worden gezien als een variant die volgendelijk tussen flag rugby en tackle rugby in zit, waarbij (licht) fysiek contact nodig is. De hesjes verdwijnen, maar tackelen is nog niet toegestaan. Bij Touch gaat het om aanraking; de baldrager moet worden getikt. Waar en hoe die aanraking moet plaatsvinden moet uiteraard goed worden afgesproken.

Touch rugby is een snel en dynamisch spel waarbij de aanvallende ploeg een aantal pogingen krijgt om te scoren. Bij de officiële vorm gaat het om zes pogingen (zes tikacties), maar uiteraard ben je vrij om dit naar eigen inzicht aan te passen. Na het aantikken van de baldrager mogen de verdedigers niet voorbij de bal-lijn (buitenspellijn) komen. Je kunt daarbij afspreken dat ze na een tikactie bijvoorbeeld minimaal drie meter afstand moeten nemen van de getikte aanvaller. De aangetikte speler breekt zijn loop zo snel mogelijk af, drukt de bal tussen de benen onder zich tegen het gras, 'tapt' (tikt met de voet licht tegen de bal) en speelt verder door te passen naar een medespeler. Aanvallende medespelers moeten na een tikactie slim positie kiezen ten opzichte van de getikte aanvaller om elkaar gunstige afspelopaties te bieden. Het verdient aanbeveling om direct met meertallen te verdedigen. Wanneer je bijvoorbeeld afsprekt dat de verdediging wint na drie tikacties,

krijgen de aanvallers al meerdere kansen om de overkant te bereiken. Het komt de dynamiek van het spel ten goede. Ander voordeel van het spelen met meertallen is dat je het initiatief kunt laten wisselen. Speel je bijvoorbeeld 3 tegen 3, en hebben er drie tikacties plaatsgevonden, dan kun je het spel gewoon door laten gaan waarbij het balbezit uiteraard overgaat naar de andere ploeg. Het wisselende initiatief, dus doorspelen, kun je ook toepassen wanneer een bal onderschept wordt.

Scan of klik [hier](#) naar videofilm over kick and rush – touch 3-2



Scan of klik [hier](#) naar videofilm over kick and rush – touch 3-3



Vervolg

In deel 3 volgt een uitwerking van een kernactiviteit waarbij de tackle centraal staat. De tackle hoort, ook in beleving van je leerlingen, nu eenmaal bij rugby. Om met tackle te kunnen spelen is het echter zeer raadzaam dit eerst gedegen te oefenen. Maar hoe bouw je dat nu stap voor stap op? En hoe kun je dit terug laten komen in een spelvorm? Deel drie geeft enkele voorzetten waardoor je verantwoord en veilig verder kunt binnen je rugbyonderwijs. ●



Contact

a.nagelhout@windesheim.nl

Alexander Nagelhout is spel-/opleidingsdocent aan de Calo in Zwolle

Bron

Koekoek, J., Dokman, I., & Walinga, W. (2023). *Game-Based Pedagogy in Physical Education and Sports*. London: Routledge, p. 10.

Foto

Anita Riemersma

Kernwoorden

flag rugby, touch rugby