

Vermittlung des großen Sportspiels Rugby

Deutsche Rugby-Jugend

Hans Jörg Stelter

Die vorliegenden Stunden sollen dem interessierten Lehrer, Trainer und AG-Leiter als Inspiration dienen, um einen eigenen Vermittlungsweg für das große Sportspiel Rugby zu entwickeln. Der beschriebene Unterrichtsweg hat sich in der Praxis sowohl im Regelunterricht als auch bei der Leitung verschiedener Arbeitsgemeinschaften bewährt. Dabei wurden gemischtgeschlechtliche Lerngruppen ebenso unterrichtet wie Geschlechtshomogene.

Das Vermittlungsmodell basiert auf einem spielorientierten Ansatz, bei dem das Ziel im Vordergrund steht, möglichst schnell eine Spielfähigkeit zu erreichen. Ausgehend von dieser ersten Spielfähigkeit werden die verschiedenen rugbytypischen Elemente sukzessiv eingeführt (Versuch legen, Ball nach hinten abspielen, Vorball/Vorwurf, Gedränge, Gasse, Tiefhalten, Abseits). Dabei wird in bestimmten Phasen (z.B. Erholungsphasen) das durchgeführte Spiel mit den Schülern reflektiert und gemeinsam über die Notwendigkeit von Regelerweiterungen bzw. neuen Regeln diskutiert.

Welche Inhalte und in welcher Reihenfolge diese in das Zielspiel integriert werden ist in hohem Maße von der Unterrichtsprogression und den äußeren Gegebenheiten abhängig.

In einer einführenden Unterrichtseinheit könnte der Stundenverlauf folgendermaßen aussehen:

1. Stunde

Ziel der 1. Stunde: Touchrugby. Der Ball darf jedoch noch nach vorn abgespielt werden.

Einleitung:

- Erwärmungsspiel, das allen Schülern bekannt ist (Fußball, Basketball, Handball etc.)
- Das gleiche Spiel, jedoch mit einem Rugbyball

Problem:

- Warum kann das Spiel mit dem ovalen Ball nicht effektiv gespielt werden?
- Ball lässt sich nicht dribbeln
- Zielfeld (Korb oder Tor) ist zu klein

Lösung:

- Ball wird festgehalten und nicht gedribbelt
- Zielfeld wird vergrößert (Malfeld), in der Halle bieten sich Weichbodenmatten an. Diese müssen nicht die ganze Spielfeldbreite abdecken.

Einschub:

- Das Üben von „Versuche legen“ wirkt stark motivierend. Der Lehrer passt den anlaufenden Schülern den Ball zu (Bauchhöhe) und dieser hechtet sich auf die Matte. Dort legt er den Ball ab.

Problem:

- Wie kommt die Mannschaft ohne Ball in Ballbesitz?

Lösung:

- Touchrugby: Nach einer Berührung in dem Bereich zwischen Schulter und Hüfte dürfen noch 3 Schritte gemacht werden, spätestens dann muss der Ball abgespielt werden. Bei einem Regelverstoß bekommt die andere Mannschaft den Ball.

2. Stunde

Ziel der 2. Stunde: Touchrugby mit der Regel, den Ball nach hinten abzuspielen.

Einleitung

- Erwärmungsspiel: **10er Fang**. Zwei Mannschaften spielen in einem begrenzten Spielfeld gegeneinander. Diese müssen den Ball untereinander zehn Mal werfen und fangen, ohne dass die andere Mannschaft den Ball abfängt oder der Ball den Boden berührt. Laut mitzählen (Motivation).
- Danach wird dieses Spiel zum Touchrugbyspiel erweitert.
- Das Touchrugbyspiel wird um die Regel „**der Ball darf nur nach hinten abgespielt werden**“ erweitert.

Kommentar:

- Die Regel den Ball nach hinten abzuspielen stellt bei der Vermittlung des Rugbyspiels einen entscheidenden Lernschritt dar. Diese Regel unterscheidet das Spiel von allen anderen großen Ballspielen und bedeutet für die Schüler häufig eine große Hürde. Daher ist es meistens notwendig das Abspiel des Balles nach hinten aus dem Spiel zu isolieren und mit methodischen Übungsreihen zu festigen.

**Problem:**

- Wann kann das Spiel nur gut funktionieren?

Lösung:

- Der Ballträger muss nach vorn laufen (so weit er kann), alle anderen müssen sich zurückorientieren, um anspielbar zu sein.

Übungsphase:

- Drei Schüler stellen sich an der Grundlinie gestaffelt auf. Der Ballträger befindet sich vorn. Alle drei bewegen sich in Richtung Malfeld. Nach wenigen Schritten spielt der Ballträger den Ball ab und orientiert sich zurück. Der neue Ballträger bewegt sich nach vorn, spielt den Ball ab und orientiert sich zurück etc., so lange bis das Malfeld erreicht ist und ein Versuch erzielt werden kann.
- Steigerung: Ein Spieler befindet sich auf einer Linie (Mittellinie), die er nicht verlassen darf. Er



4. Stunde

Ziel der 4.Stunde: Einführung des hohen Haltens

Einleitung:

- Erwärmungsspiel: **Kampf um die Beute.** Zwei Schüler halten gemeinsam einen Medizinball fest. Beide versuchen nun sich gegenseitig den Medizinball zu entreißen. Der Ball darf nicht umklammert werden. Variationen: Beide Schüler befinden sich im Kniestand. Wechsel der Ausgangspositionen. Verschieden große Bälle wählen.

Spielphase I:

- Touchrugby nach bekannten Regeln.

Übungsphase:

- In einer Spielpause thematisiert der Lehrer, dass beim Rugbyspiel der Körperkontakt eine wichtige Rolle spielt und schlägt vor, dass das Spiel in diese Richtung weiterentwickelt werden kann.
- In einem ersten Lernschritt wird die Touchbewegung zum „hohen Halten“ weiterentwickelt. Der Ballträger darf nun in dem Bereich zwischen Schultern und Hüften festgehalten werden. Das Halten des Ballträgers kann von einem oder mehreren Schülern durchgeführt werden. Wichtig: unfaire Aktionen (Halten am Hals, Schlagen, zu Boden werfen etc. sofort unterbinden).

Spielphase II:

- Rugbyspiel mit hohem Halten.

Problem:

- Wird der Ballträger gehalten, kann er in den seltensten Fällen den Ball an seine Mitspieler passen, da der Ball blockiert wird.
- Wie sollte sich ein gehaltener Ballträger verhalten?

Lösung:

- Er sollte sich kurz dem Festhalten mit dem Ball umdrehen, so dass er den Ball seinen Mitspielern zuspielen kann oder sollte dies nicht möglich sein, da seine Arme blockiert sind, kann ein Mitspieler kommen und sich den Ball aktiv aus den Armen des Ballträgers nehmen.

Kommentar:

- Mit der Einführung des hohen Haltens wird sich das bisherige Spielgeschehen grundlegend ändern. Die Schüler werden zu Mehreren um den Ball ringen (Vorform des offenen Gedränges), das schnelle Laufspiel wird sich anfangs reduzie-

ren. Mit der Einführung dieser körperbetonten Technik ergibt sich für das Spiel ein neues taktisches Moment. Durch das Halten des Gegners kann das Spiel gestoppt werden und die eigene Mannschaft kann sich neu formieren. Das bewusste Eingehen einer solchen stationären Situation kann aber auch für die Angreifer wichtig werden, um eine neue Angriffsaufstellung einzunehmen. Mit der Einführung des hohen Haltens werden sich Spieler anfangen zu spezialisieren. Manche werden das fintenreiche Laufspiel bevorzugen (auf das in dieser Lernphase immer wieder hingewiesen werden muss), andere suchen den Körperkontakt und ringen um den Ball. Diese „Spezialisierung“ entspricht dem großen Spiel, in dem manche Spieler auf engem Raum zusammenspielen (Stürmer) und Andere im offenen Spiel dem Raum überwinden (3/4 Spieler).

Übungsphase:

- Zwei Spieler greifen an, ein Spieler verteidigt das Malfeld (Weichbodenmatte). Der Ballträger passt den Ball nicht, sondern lässt sich von dem Verteidiger halten. Kurz vor dem Kontakt dreht er sich um und entscheidet, ob er den Ball passt oder festhält. Hält er ihn fest, muss der zweite Mitspieler kommen und den Ball aktiv übernehmen.

Spielphase III:

- Rugby mit hohem Halten

5. Stunde

Ziel der 5.Stunde: Einführung des Gedränges

Einleitung:

- Erwärmungsspiel:
 - a) Die Schüler halten einen Ball zwischen den Beinen. Jeder versucht den Ball des Partners wegzuschlagen oder wegzuziehen.
 - b) Die Schüler legen die Handflächen aneinander und schieben sich von der Matte
 - c) Wie b) aber die Hände befinden sich auf dem Rücken.
 - d) Wie c) aber der Kopf liegt unter der Schulter des Partners

Spielphase I:

- Rugby nach bekannten Regeln



Übungsphase:

- In einer Spielpause thematisiert der Lehrer, dass die bisherige Regel, den Ball bei Regelverstößen der gegnerischen Mannschaft zu überlassen nicht rugbytypisch ist.

Problem:

- Gibt es eine Möglichkeit, dass beide Mannschaften bei kleineren Regelverstößen (Vorwurf, Vorball, Abspiele vom Boden) eine Chance haben in Ballbesitz zu kommen? (bei schweren Regelverstößen wie Halten am Hals bekommt die gegnerische Mannschaft immer den Ball; **Fairness!**)

Lösung:

- Einführung des Gedränges

Übungsphase:

- Das Spiel wird um das rugbytypische Element des Gedränges erweitert. Bei entsprechenden Regelverstößen wird nun ein Gedränge ausgeführt.

Kommentar:

- Das Gedränge wird im großen Spiel mit 8 Spielern pro Mannschaft ausgeführt. In der 7er Spielform nehmen pro Mannschaft 3 Spieler an einem Gedränge teil. In der Einführung des Rugbyspiels sollte es auf einen Spieler reduziert werden.

Die Technik des Gedränges:

- Zwei Spieler stehen sich gegenüber und beugen ihren Oberkörper nach vorn. Die Köpfe gehen aneinander vorbei und der Hinterkopf jedes Spielers befindet sich auf der Brust des Gegenübers. Der Kopf wird in den Nacken genommen (Kinn **nicht** auf die Brust). Mit einer Hand greift man dem Gegenüber ins Trikot (auf dem Rücken), die andere Hand befindet sich auf dem eigenen Gesäß (Hakelhand). Die Beine sind leicht nach hinten in Schrittstellung gestellt. Ein weiterer Spieler (aus der Mannschaft, die den Regelverstoß nicht begangen hat) wirft den Ball flach zwischen die beiden Gedrängespieler ein. Dabei gibt er ein

„Kommando“ (z.B. der Ball **kommt**). Der Einwurf erfolgt bei dem Wort **kommt**. Sobald der Ball eingeworfen wurde darf er mit der Hakelhand nach hinten gespielt werden. Die Gedrängespieler müssen sich so aufstellen, dass ihr Kopf in Richtung gegnerisches Malfeld zeigt.

Übungsphase:

- Alle Spieler sollten einmal ein Gedränge ausführen. Bei der Individualkorrektur sollte darauf geachtet werden, dass sich der Kopf im Nacken befindet, der Rücken angespannt ist (kein Hohlkreuz), sich die Schultern nicht unter der Hüfte befinden (in die Knie gehen).

Kommentar:

- Im Spiel werden sich Schüler finden, die sich gerne zum Gedränge melden und andere, die dieses Spielelement ungern durchführen. Die Entscheidung am Gedränge teilzunehmen sollte den Schülern überlassen bleiben. Jede Mannschaft muss jedoch zu jedem Gedränge einen Spieler melden. Diese Differenzierung der freiwilligen Teilnahme am Gedränge orientiert sich am großen Spiel. Auch hier unterscheiden sich die Stürmer (Gedrängeteilnehmer) von den Spielern der $\frac{3}{4}$ -Reihe (nehmen nicht teil).

Spielphase II:

- Spiel nach bekannten Regeln, bei einem „leichteren“ Regelverstoß wird ein Gedränge ausgeführt.

Kommentar

- Die Praxis hat gezeigt, dass das 1er Gedränge auch direkt nach der ersten Form des Touch-Rugbys (Ball wird noch nach vorn gespielt) eingeführt werden kann. Das Gedränge kommt dann bei kleineren Regelverstößen zur Anwendung (4 statt 3 Schritte laufen; Ball vom Boden spielen; blockierter Ball etc.). Der Vorteil der Einführung zu diesem Zeitpunkt ist in der hohen Motivation der Schüler diese Technik auszuführen, zu sehen.

Literatur

Hünerkoch Bernd / Udo Rediske: *Vom Mini-Rugby zum großen Spiel*. Noel Slater. Deutscher Rugby Verband, Hannover 1991

Kuhn D. / M. Rosenstein: *Rugby...Kampf in Gasse und Gedränge*. Berlin 199

Heinz Müller: *Rugby in der Schule*. Schorndorf 1980

Rugby Club Aachen: *Übungen*. Eigenvertrieb