



Příručka pro začátečníky pro Ragby o 15-ti hráčích

Bezpečnost jako nejvyšší priorita

Ragby je vysoce fyzická hra. Abyste si ho maximálně užili, potřebujete být mentálně a fyzicky připraveni. Také potřebujete chápat, jak hrát bezpečně.



www.irbrugbyready.com

Program IRB Rugby Ready vychovává, pomáhá a podporuje hráče, trenéry, činovníky utkání a svazy v důležitosti dostatečné připravenosti na trénink a hru, abyste hráli a užili si ragby minimalizující rizika vážného zranění.

Webová stránka Vám umožňuje číst si materiál, sledovat video, zkompletovat online autotest a vygenerovat znalostní certifikát. Nebo kontaktujte Vaši národní unii za účelem informací ohledně kurzů ve Vašem dosahu.

Výhrada

Tento produkt IRB příručky pro začátečníky pro ragby o 15-ti hráčích byl vytvořen v rámci pravidel, které se aplikují na prevenci zranění a lékařskou praxi v Irsku, a informace a směrnice zahrnuté do této věci jsou k dány k dispozici striktně na tom základě, že IRB (včetně jejího operačního subjektu IRFB Services (Irsko) Limited a dalších přidružených subjektů) neakceptuje žádnou odpovědnost k žádné osobě, či subjektu za ztrátu, výdaje, nebo poškození, jakkoli by vycházely ze spolehnutí se a/nebo z použití informací a/nebo směrnic, které jsou obsaženy v tomto produktu příručky pro začátečníky pro ragby o 15-ti hráčích.

Ragbyová historie a mravní základ



Obrázky Muzea světového ragby, Twickenhamu a Getty Images

Legenda říká, že v roce 1823, během školního fotbalového zápasu ve městě Rugby, v Anglii, mladík jménem William Webb Ellis zvedl míč a běžel směrem k soupeřově brankové čáře.

O 2 století později se ragby stalo jedním z nejpobulárnějších sportů na světě s miliony lidmi, kteří hrají, sledují a užívají si tuto hru.

V srdci je unikátní mravní základ, který je uchováván během let. Hra není jen hrána dle pravidel, ale take v rámci "ducha" pravidel.

Skrze disciplínu, kontrolu a vzájemný respekt jsou vytvářeny přátelství a smysl pro fair-play, které definují ragby takové, jaké je.

Ze školního hřiště do finále světového poháru, ragby o 15-ti hráčích nabízí skutečně unikátní a plně uspokojující zkušenosti pro každého, kdo je v ragby angažován.

Základní IRB hodnoty & charta hry

V roce 2009 svazy, které jsou členy IRB, identifikovaly integritu, vášeň, solidaritu, disciplínu a respekt jako definující charakteristiku ragby. Tyto jsou nyní známy jako základní IRB hodnoty a jsou zakomponovány do IRB charty hry, dokumentu, který pomáhá zajistit, aby si ragby zachovávalo svůj unikátní charakter jak na hřišti, tak i mimo něj.



Základní hodnoty umožňují účastníkům se ihned pochopit charakter hry a to, co ho odlišuje jako sport, který hrají lidé všech tvarů a velikostí.

IRB charta hry je zakomponována do IRB pravidel hry a může být stáhnuta z www.irblaws.com v různých jazycích.

Hra

Ragby je hra, ve které je cílem odnést míč za soupeřovu brankovou čáru a položit ho na zem pro dosažení bodů.

Je to jednoduché..., ale komplexní

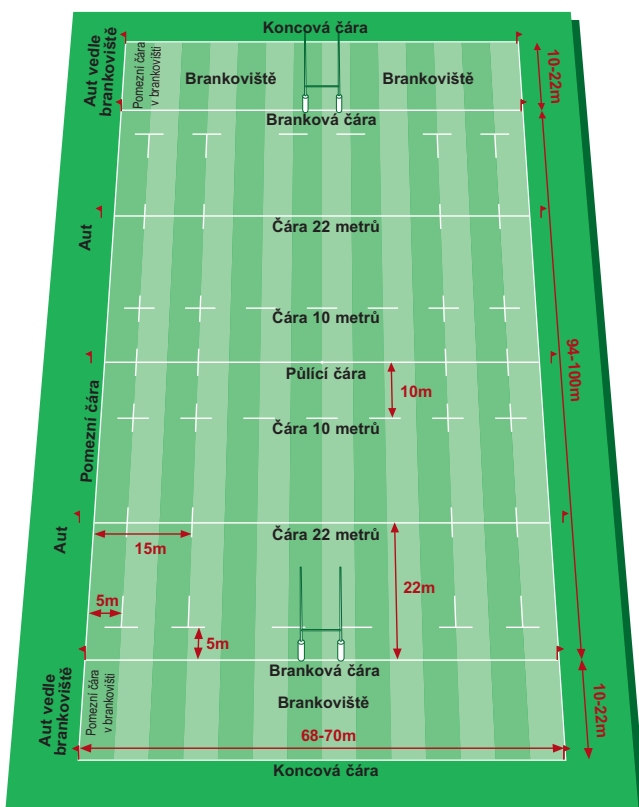
Popis výše může znít jednoduše – ale je tam jeden chyták. Aby se mohlo jít kupředu, musí se míč nahrávat dozadu. Míč může být kopnutý dopředu, ale spoluhráči kopajícího musí být za míčem v momentu kopu.

Tento zjevný protimluv vytváří potřebu kvalitní týmové práce a disciplíny, protože jen málo může být dosaženo každým jednotlivým hráčem. Jen díky týmové práci mohou hráči pohybovat s míčem směrem dopředu k soupeřově brankové čáře a eventuálně směřovat k vítězství v zápase.



Ragby má své unikátní aspekty, ale, stejně jako spousta jiných sportů, je ve své podstatě o tvoření a užití prostoru. Vítěz hry v ragby bude tým hráčů, kteří umí dostat sebe i míč do prostoru a moudře ho využít, a zároveň odepřít soupeřovu týmu získat míč do své moci a přístup do prostoru, který chtějí využít.

Hřiště



Bodování

Pětka – 5 bodů

Pětka je dosaženo, když je míč položen za soupeřovu brankovou čáru v brankovišti.

Trestná pětka může být udělena, jestliže by hráč býval byl dosáhl položení pětky, čemuž bylo zamezeno soupeřovou nedovolenou hrou.



Signalizace pětky



Kop po pětce – 2 body

Po dosažení pětky se může mužstvo pokusit přidat další dva body kopem, který je zahráván v ose, kde byla položena pětka, přičemž míč musí letět přes horizontální tyč a zároveň mezi vertikální tyče.

Trestný kop – 3 body

Pokud byl udělen trestný kop za soupeřovo porušení pravidel, mužstvo může zvolit kop na bránu.

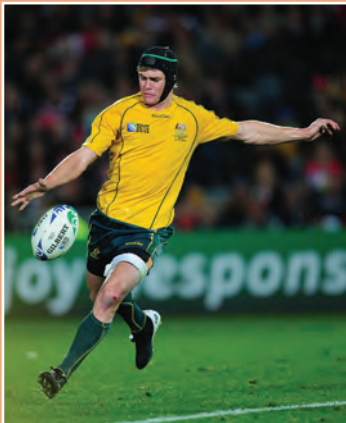
Drop – 3 body

Dropu je dosaženo, když hráč provede kop v otevřené hře na bránu tak, že pustí míč na zem a kopne do něj po odrazu.



Kopání

Když se hráč rozhodne nepřihrát míč spoluhráči, či neběžet s ním, může místo toho do něj kopnout. Kop může směřovat dopředu, ale jakýkoli spoluhráč před míčem v okamžiku kopu je mimo hru do té doby, co se buď vrátí za kopajícího hráče, nebo je uveden do hry spoluhráčem.



Udržet míč ve své moci po kopu je výzva. Strategie kopání zahrnují:

- kopání do prostoru tak, aby spoluhráči měli čas doběhnout k míči dříve, než se k němu dostane protihráč
- kopání na otevřenou stranu po diagonále tak, aby křídlo, či vnější třičtvrtka mohli míč chytit
- kopání do autu (ven ze hřiště) má za následek soupeřovo autové vzhazování. Kopající tým tak sice ztrácí míč, ale umožňuje mu to o něj bojovat v mnohem lepší pozici na hřišti.

Otevřená hra

Termín “otevřená hra” odpovídá jakékoli fázi v zápasu, ve které je míč přihráván, či kopán, mezi spoluhráči a oba týmy zároveň bojují o míč. V otevřené hře mužstvo, které drží míč, se pokouší dostat míč na hráče v prostoru, kteří mohou jít vpřed směrem k soupeřově brankové čáře.

Výkop

Každý poločas zápasu začíná dropem ze středu půlící čáry. Tým, který nevykopává, musí být 10 metrů od míče v okamžiku kopu, a zároveň míč musí uletět 10 metrů směrem k soupeřově brankové čáře před tím, než dopadne na zem.



Ovládání míče rukama



Nahrávání

Hráč může přihrát (hodit míč) spoluhráči, který je v lepší pozici, aby pokračoval v útoku, ale přihrávka nesmí směřovat směrem k soupeřově brankové čáře. Musí letět kolmo na autovou čáru, nebo dozadu směrem k vlastní brankové čáře.

Území je získáváno nesením míče dopředu a přihráváním dozadu.

Jestliže dojde k přihrávce dopředu, rozhodčí zastaví hru a nařídí mlýn, do kterého vhadzuje tým, který nebyl v držení míče v momentu přihrávky. Tím, že mužstvo ztratí držení míče, je trestána přihrávka dopředu, které se dopustil.

Předhoz

Když hráč špatně ovládá míč, např. upustí ho, či mu dovolí odrazit se od ruky, nebo paže, a který následně letí dopředu, jedná se o předhoz.

Toto je trestáno mlýnem náležitým soupeři, a tudíž ztrátou držení míče.



Skládka, ruck, maul

Stejně tak, jako je ragby hrou vyhýbání se, která vyžaduje vytváření a využívání prostoru, je ragby také kontaktní sport. Ve své podstatě, kontaktní situace mohou být mechanismem, kterým hráči vytváří prostor, který potřebují k útoku. Tří nejobvyklejší kontaktní situace, které se stávají v otevřené hře, jsou skládky, ruck a maul.

Skládka

Pouze hráč, který nese míč, může být skládán soupeřem. Skládka nastává, když hráč s míčem je držen jedním, či více hráči soupeře, a je složen na zem, tzn. má jedno, či obě kolena na zemi, sedí na zemi, nebo je na jiném hráči, který je na zemi. K zachování kontinuity hry musí hráč nesoucí míč tento míč uvolnit ihned po skládce, skládající hráč musí uvolnit skládaného a oba hráči se musí odvalit od míče. Toto umožňuje ostatním hráčům bojovat o míč, čímž nastává nová fáze hry.



Ruck



Ruck se vytvoří, jestliže je míč na zemi a jeden, či více hráčů, z každého mužstva, kteří stojí na nohou, jsou blízko kolem něj. V rucku hráči nesmí hrát míč rukama, k čemuž musí používat pouze své nohy, či musí postupovat vpřed tak, aby se míč objevil u poslední nohy spoluhráčů v rucku. V tomto okamžiku může být míč zvednut.

Maul

Maul nastane, když je hráč s míčem držen jedním, či více hráči soupeře, a jeden, či více spoluhráčů, je přivázan (maul tedy potřebuje minimálně tři hráče). Míč nesmí být na zemi.



Tým v držení míče se může pokoušet získat území tlačáním soupeře směrem k jeho brankové čáře. Míč může pak být předáván vzad mezi hráči v maulu a eventuálně přihrán hráči, který není v maulu, nebo hráč s míčem může maul opustit a běžet s ním.

Výhoda

Pravidlo výhody umožňuje, aby hra měla větší kontinuitu a méně přerušení.

Někdy, během zápasu, může přerušení hry na základě porušení pravidel připravit mužstvo, které se nedopustilo přestupku, o možnost skórovat.

I když pravidla konstatují, že mužstvu, které se nedopustilo přestupku, by měl být udělen trestný kop, volný kop, či mlýn, tak je mužstvu dána možnost pokračovat v otevřené hře a pokusit se dosáhnout pětky.

V tomto případě rozhodčí raději povolí pokračovat ve hře než penalizovat prohřešek.

Postavení mimo hru

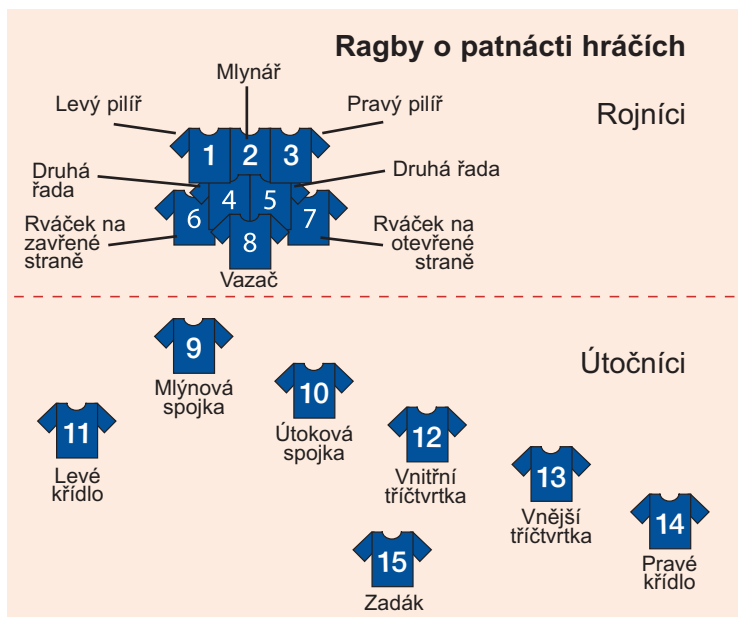
Ragbyové pravidlo o postavení mimo hru omezuje, kde na hřišti mohou být hráči, aby se zajistil prostor k útočení a bránění.

Obecně, hráč je v postavení mimo hru, když je před spoluhráčem s míčem (blíže k soupeřově brankové čáře), nebo před spoluhráčem, který jako poslední hrál s míčem.

Být v postavení mimo hru není, o sobě samém, přestupek, ale takový hráč nesmí zasahovat do hry do té doby, než je opět uveden do hry.

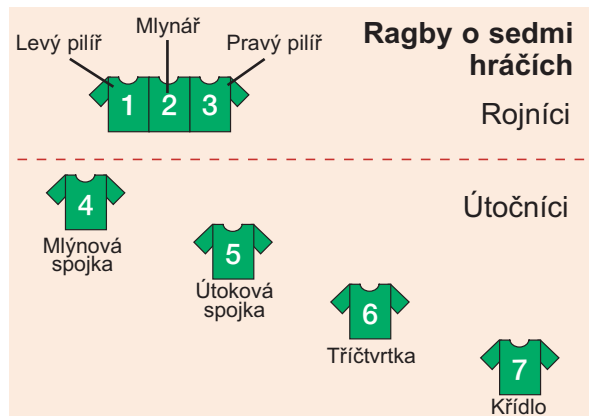
Jestliže hráč v postavení mimo hru zasáhne do hry, je penalizován.

Pozice



Rugby o patnácti hráčích bylo vždy charakterizováno tak, že to je hra pro všechny tvary a velikosti hráčů.

Unikátní je, že každá pozice vyžaduje soubor rozdílných fyzických a technických atributů a právě tato rozmanitost tuto hru zpřístupňuje všem.



Zde uvedená jména pozic (týká se pouze anglické verze) jsou nejobvykleji používána napříč ragbyovým světem. Některé regionální varianty se ovšem mohou vyskytnout.



Pilíři



Co dělají: Primární role je ukotvit mlýn a dodat sílu a podporu skokanům v autu. Také jsou klíčoví v ruckách a maulech.

Co potřebují: Síla trupu pro stabilitu v mlýnu, vytrvalost, mobilita a jisté ruce k udržení kontinuity hry.



Mlynář



Co dělají: Mlynář má na hřišti dvě unikátní role, je to hráč, který vyhrává míč v mlýnu a většinou vhadzuje míč do autového seřazení.

Co potřebují: Velká síla k tomu, aby ustál fyzičnost první řady, spolu s rychlostí k pohybu po hřišti a technikou vhadzování.



Druhá řada



Co dělají: Druhá řada vyhrává míče z autového vhadzování a výkopů. V mlýnu, rucku a maulu generuje hlavní tlak vpřed, čímž zajišťuje výhodné podmínky pro útočení.

Co potřebují: Klíčovou charakteristikou je výška. Druhé řady jsou v mužstvu obří, kteří kombinují svou fyzičnost s výbornou dovedností chytání a mobilitou.



Rváčci



Co dělají: Jejich klíčový cíl je získat míč z kontaktních situací, při čemž používají svou fyzičnost při skládce a rychlost při rucku a maulu.

Co potřebují: Nenasytná touha velkých skládek a přístup beze strachu, aby získali míč. Kombinace rychlosti, síly, vytrvalosti a ovládní míče rukama.



Vazač



Co dělají: Vazač musí zajišťovat míč na konci mlýnu, nosit míč v otevřené hře, spojuje rojníky a útočníky v útočné fázi a agresivně brání.

Co potřebují: Dobré dovednosti v ovládní míče rukama jsou nezbytné, stejně jako přehled v prostoru. Výbušná síla a tempo na krátké vzdálenosti je rozhodující – získávání území a pozice na hřišti s následným rychlým uvolněním míče pro útočníky.



Mlýnová spojka



Co dělají: Spojuje rojníky s útočníky při mlýnu a autu. Opravdový hráč, který rozhoduje, zda rozdávat útočníkům rychlé míče, nebo je držet u rojníků.

Co potřebují: Multifunkční hráč, který musí být silný, mít výbušnou rychlost a všechny dovednosti k ovládní míče rukama a nohama. Výborná mlýnová spojka je sebejistý hráč s excelentním chápáním hry.



Útoková spojka



Co dělají: Jako hráč, který řídí výkon mužstva, útoková spojka dostává míč od mlýnové spojky a rozhoduje, zda kopat, přihrát nebo běžet s míčem během zlomku vteřiny, kterou má na interpretaci fáze hry.

Co potřebují: Dovednost dobře kopat z ruky, ideálně oběma nohama, hbité ovládní míče rukama, tempo, rozhled, kreativita, komunikační dovednosti, taktický přehled a schopnost podávat výkon pod tlakem.



Tříčtvrky



Co dělají: Tříčtvrky jsou klíčové jak v obraně, tak i v útoku. V obraně se pokouší skládat útočící hráče, zatímco v útoku používají svou rychlost, výbušnou sílu a kreativitu k prolomení obrany.

Co potřebují: Dnešní moderní tříčtvrka je štíhlá, silná a extrémně rychlá. Tato pozice vyžaduje vynikající útočné dovednosti společně s intenzitou v kontaktu kvůli udržení, či získání, míče.



Křídla



Co dělají: Křídla jsou na hřišti, aby dodala rozhodující rozdílovou rychlost potřebnou k oběhnutí soupeře a dosažení pětky. Také je důležité, aby byla pevná v obraně.

Co potřebují: Rychlost. Křídla se často budou objevovat v otevřeném prostoru, protože jejich prioritou číslo jedna je šlápnout na plyn a běžet k brankové čáře. Síla a dobré ovládní míče rukama je take výhodou.



Zadák



Co dělají: Obecně vnímaný jako poslední obranná linie, zadák si musí věřit na vysoké míče, musí mít dobrou kopací techniku kvůli odkopům a musí mít rád fyzičnost potřebnou k zachraňujícím skládkám před pětkami.

Co potřebují: Vynikající ovládní míče rukama, rychlost v útoku a výbušná síla v obraně. Schopnost vbíhat do útočné linie, aby vytvořil přečíslení a následně možnosti ke skórování pro křídlo. Taktické dovednosti a talent.

Vybavení

Před tím, než začnete hrát ragby, je důležité znát vybavení, které budete potřebovat.



Především budete potřebovat masivní pár kopaček se špunty vhodnými pro dané klimatické podmínky. Tyto podmínky jsou zásadní pro jejich koupi, speciálně kvůli kontaktním situacím.



Doporučuje se nosit chránič zubů kvůli ochraně chrupu a čelisti, někteří hráči nosí chránič hlavy a/nebo vypolstrovanou výstroj, která se nosí pod dresem, obojí schválené IRB.



Mlýn



Signalizace uděleného mlýnu (vlevo) a tvoření mlýnu (vpravo)

Mlýn je prostředkem k znovu zahájení hry poté, co došlo k jejímu přerušení na základě menšího porušení pravidel (například přihrávka dopředu, či předhoz), nebo se míč stal nehratelným v rucku, či maulu. Mlýn slouží ke koncentraci všech rojníků a obou mlýnovek na jednom místě hřiště a umožňuje tak útočníkům kdekoli využít vytvořený prostor.



Míč je vhozen doprostřed tunelu mezi oběma prvními řadami, kde oba mlynáři mohou o něj bojovat tak, že se pokouší "zamlet" ho nohou směrem na stranu svých spoluhráčů. Vhazující mužstvo většinou udří míč ve své moci, protože mlynář s mlýnovou spojkou synchronizují své akce.

Jakmile je míč na jedné straně, toto mužstvo ho může udržovat na zemi a v mlýnu a pokoušet se zatlačit svého soupeře. Alternativně může toto mužstvo posunout míč až k poslením nohám v mlýnu, odkud je přihrán útočící linii. Vzniká tak opět otevřená hra.

Mlýnová spojka



Klíčový hráč v oblasti mlýnu je mlýnová spojka. Tento hráč vhazuje míč do mlýnu, pohybuje se k posledním nohám mlýnu a většinou je to hráč, který sbírá míč a nahrává ho útokové spojce, která ho dále rozděluje hráčům v útočné linii. Jakmile mlýnová spojka sebere míč, soupeř může bojovat o míč a skládat toho hráče, který ho má v držení.

Autové seřazení



Pomezí rozhodčí signalizuje, že je míč v autu a který tým má vřazování



Autové seřazení je prostředkem k znovu zahájení hry poté, co míč opustil hřiště postraním autem. Autové seřazení koncentruje výběr rojníků na jednom místě u autové čáry, útočníci tak mají k dispozici zbytek šíře hřiště ke svému útočení. Klíčem rojníků je vyhrát míč a efektivně ho distribuovat útočné linii.

Rojníci se řadí do dvou řad, kolmo na autovou čáru, jeden metr od sebe. Mlynář vřazuje míč do uličky mezi oběma řadami. Protože spoluhráči vřazujícího vědí, kam míč pravděpodobně poletí, mají výhodu pro udržení míče ve své moci. Na druhou stranu, rychlostí myšlení a pohybu, soupeř může bojovat o míč. Autové seřazení tak často končí změnou týmu, který drží míč.

Hráč, který úspěšně chytí míč, si ho může ponechat a založit maul, nebo ho může přihrát příjemci (hráč, který stojí u autového seřazení a čeká na tuto přihrávku), který poté přihrává útokové spojce a dále útočné linii.

Podpora v autovém seřazení



K umožnění hráčům chytit vysoké míče v autovém seřazení, je povoleno, aby byl chytající hráč ve svém výskoku podpořen svými spoluhráči.

Bezpečnost je na prvním místě a každý hráč, který je ve výskoku, musí být podporován po celou dobu, než dopadne zpět na zem. Hráč ve vzduchu nesmí být skládán a držení, strkání a páčení soupeře jsou přestupky, které se trestají trestným kopem.

Trestný kop a volný kop

Porušení pravidel, která mají materiální a signifikantní dopad na soupeře, jsou trestána udělením trestného kopu.



Gestikule trestného kopu

Jestliže místo, kde je udělen trestný kop, je v dosahu branky, mužstvo se většinou rozhodne pro kop na branku, který se provádí ze země. Míč je položen na stojánek a kopající hráč se ho pokouší

kopnout mezi vertikální tyče a nad horizontální tyč. V případě úspěchu jsou uděleny tři body.

Mužstvo si může zvolit nekopat na branku. Další možnosti zahrnují mlyn, rychlé rozehrání za účelem dostat míč do otevřené hry, nebo kop do autu (v tomto případě kopající strana má i následné vřazování do autového seřazení).

Volný kop udělen za méně signifikantní porušení pravidel. Mužstvo nemůže skórovat body přímo z volného kopu.

Mužstvo si může zvolit mlyn místo volného kopu.



Signalizace volného kopu

Jak se stát činníkem utkání

Stát se činníkem utkání je unikátní způsob, jak prožívat ragby.

Většina lidí, kteří se stali činníky utkání, hráli sami tuto hru a nyní chtějí hře, kterou milují, něco vrátit, ale nemusí to být jen tento případ. Každý se může naučit být rozhodčím, dokonce v mladém věku. Faktem je, že pro každého, kdo cílí dostat se na profesionální vrchol rozhodčího, je dobrý nápad začít mladý.

Jako činník utkání jste v centru dění a tak vidíte hru z unikátní perspektivy. Je to skvělý způsob jak dobře cvičit a testovat se v situacích výzev. Být rozhodčím není jednoduché, ale člověk může hodně získat.

Zeptejte se Vašeho klubu, regionální asociace, nebo národní unie, jak se stát kvalifikovaným činníkem utkání a kde jsou pro to školení. IRB zajišťuje školení pro účastníky všech úrovní, od nováčka až po zkušeného činníka utkání.

Základní školení může být zkompletováno v jednom dnu, a v kombinaci se smyslem pro hru, který může být získán pouze skrze praxi jako hráč, či divák, může Vás toto školení poslat na cestu k tomu, abyste se stal rozhodčím.

Činníci utkání

Zápas je pod kontrolou rozhodčího a dvou autových rozhodčích. V závislosti na úrovni, na které se odehrává zápas, se ho mohou účastnit další činníci jako časoměřič, či video rozhodčí, který rozhoduje na základě opakovaných záběrů.



Rozhodčí

Před zápasem rozhodčí většinou bude mluvit s první řadou (mlynáři a pilíři) z obou mužstev o provádění vázání do mlýna. Toto pomáhá zaměřit mysl všech zúčastněných na tuto základní fázi hry. Rozhodčí poté organizuje před zápasem s kapitány losování o tom, kdo bude vykopávat. Během samotného zápasu je rozhodčí jediným soudcem pravidel. Je esenciální, aby hráči vždy respektovali rozhodnutí rozhodčího.

Autoví rozhodčí

Dva autoví rozhodčí, každý na jedné straně hřiště, asistují rozhodčímu ve věci, kdy a kde míč jde do autu, a v dalších věcech, které rozhodčí vyžaduje. Autoví rozhodčí rozhodují o úspěšnosti kopu na branku.



Hra proti pravidlům

Hra proti pravidlům je cokoli, co hráč udělá, a je v rozporu s pravidly a duchem pravidel, včetně obstrukce, unfair hry, nebezpečné hry a nevhodného chování. Rozhodčí musí vhodně trestat hru proti pravidlům.

Proč se pískalo?

Pro někoho, kdo není obeznámen s pravidly ragby, může být složité říci, proč rozhodčí zastavil hru pro přestupek. Zde se podíváme na některé nejobvyklejší důvody, proč by se mohlo pískat. Současně uvidíte gestikulaci rozhodčího během každé okolnosti, která nastane během hry. Signalizace pro trestný kop a volný kop jsou ukázány na Stránka "Trestný kop a volný kop".

Je dána výhoda

Výhoda může být aplikována při každém malém porušení pravidel (např. předhoz), nebo přestupku, který by měl za následek trestný kop (např. postavení mimo hru). Rozhodnutí musí být uděláno rozhodčím vzhledem k tomu, že může být výhodnější pro mužstvo, které se nedopustilo přestupku, aby hra pokračovala bez přerušení. Jestliže žádná výhoda nastala, rozhodčí zapíská a vrátí hru na místo původního přestupku, na základě kterého byla udělena výhoda.



Přihrávka dopředu nebo předhoz

Někdy bude útočící mužstvo, které se blíží brankové čáře, zastaveno zapískáním rozhodčího.

Jestliže přihrávka letěla dopředu, či chyba v ovládní míče měla za následek předhoz, bude mužstvu, které se neopustilo přestupku, udělen mlyn.



Přihrávka dopředu

Předhoz

Neuvolnění hráče, či míče

Po skládce musí skládající ihned uvolnit skládaného, a skládaný musí uvolnit míč.

Neučinění jednoho, či druhého, limituje spravedlivý boj o míč. Pokud nedojde k uvolnění v rozumném časovém úseku, rozhodčí nařídí trestný kop ve prospěch mužstva, které se neprovinilo.



Neuvolnění hráče

Neuvolnění míče

Neodvalení se

Jakýkoli hráč na zemi v rucku, či maulu, se musí ihned odvalit od míče, aby tak umožnil pokračování ve hře týmu s míčem.

Neučinění tohoto bude mít za následek nařízení trestného kopu ve prospěch mužstva, které se neprovinilo.



Připojení se do rucku/maulu ze strany

Když se připojuje do rucku, či maulu, všichni hráči tak musí činit ze zadu zpoza poslední nohy posledního spoluhráče.

Jestliže se hráči připojí ze strany, jsou v postavení mimo hru a zároveň zasahují do hry, budou potrestáni trestným kopem ve prospěch mužstva, které se neprovinilo.



Nehratelný míč v rucku, či maulu

Jestliže se míč stane nehratelným v rucku, např. je pod hráči, kteří jsou na zemi, rozhodčí nařídí mlyn ve



Nehratelný v rucku

Nehratelný v maulu

prospěch mužstva, které postupovalo vpřed před tím, než se stal míč nehratelným. Ohledně maulu, mlyn je nařízen ve prospěch mužstva, které nemělo míč ve své moci při vzniku maulu.

Jak se stát trenérem

Stát se trenérem, a tak pomáhat druhým užívat si hry, může být uspokojivý způsob, jak se angažovat v ragby.

Většina lidí, kteří začínají trénovat, jsou bývalí hráči, kteří chtějí něco vrátit ragby, nebo rodiče, kteří chtějí napomoci svým dětem zažít ragby.

Trénování může být bohatá a uspokojivá zkušenost, ale také odpovědnost, která se nedá brát na lehkou váhu.

Mladí lidé v péči dnešních trenérů jsou příští generací hráčů, rozhodčích a dobrovolníků, a postoje, které získají během ragby, jim mohou ovlivnit spoustu aspektů jejich života. Jako trenér jim můžete pomoci, aby měli sebevědomí úspěšně, nejen v ragby, ale také v životě.

Váš klub, regionální asociace, nebo národní unie Vám bude schopna pomoci s tím, jak se stát trenérem. Dobré místo, kde začít, je v Programu IRB Rugby Ready a odtud se můžete vydat ke kvalifikaci Level 1 Coaching – to zabere pouze jeden den a dá Vám základní přípravu trénování.

Trenér



Role trenéra se velmi liší v závislosti na tom, na jaké úrovni mužstvo je. Na úrovni začátečníků se jedná o rozvíjení hráčů technicky a osobnostně, zatímco na mezinárodní úrovni je trenér odpovědný za výběr mužstva, výkonnost a výsledky.

Trenér v sobě nese hodně nezaměnitelných rolí, jako lídra, manažera, učitele a organizátora. Trenér musí mít znalosti hry a pravidel, motivaci, kondici a chápání, jak trénovat a zlepšovat hráče.

Náhrada a střídání

Stejně jako má mužstvo 15 hráčů v základní sestavě, může mít náhradníky. Trenér může provést během hry dopředu určený počet střídání pro taktické důvody. Hráči mohou také být nahrazeni pro zranění, nebo dočasně v době ošetřování, nebo nastálo, pokud není hráč schopen pokračovat ve hře.

“Tým spirit”



Další důležitou rolí trenéra je vštípit hráčům “tým spirit”. To je speciálně důležité na úrovních, kterých se hráči účastní spíše z důvodu zábavy, než z důvodu vyhrát.

Týmová taktika



Zdrojem nekonečné debaty, polemiky a uznání, je, že správná taktika může způsobit nebo zničit týmový výkon. Deleko od jednoduché teze, ale když ji stanovíte správně, stanete se největším světovým ragbyovým vizionářem - alespoň ve vnímání Vašich hráčů.

Vytváření taktiky vyžaduje důkladné chápání silných stránek Vašeho mužstva. Tato taktika se bude týkat rojníků a jejich síly, ale také se bude spoléhat na tvoření prostoru a použití rychlosti. Důležité je, že taktika si všímá soupeřova mužstva a jeho individualit – a taktiky, kterou pravděpodobně bude soupeř používat.

Použití síly



Použití fyzické síly rojníků, v mlýnech a maulech, může mít za následek signifikantní zisk území. Rojníci mohou vzít míč a jít společně vpřed (protlačováním) až do doby, kdy je nejvhodnější moment uvolnit ho pro útočníky.

Tvoření prostoru

Přes hodně jednotlivých složitostí ragby zůstává ve své podstatě jednoduchou hrou. Bodů se dosáhne za předpokladu, že je hráč v prostoru, a když útočící mužstvo tam má více hráčů než je v obraně. Existuje mnoho taktik řešící tuto problematiku, ale primárně se jedná o to získat rychlý míč a přenést hru z místa velké koncentrace hráčů, během čehož se využije rychlost a kreativita k vytvoření prostoru pro hráče, který může skórovat.



Sledování ragby

Rychlost a síla moderního ragby udělala z tohoto sportu jeden z nejvíce vzrušujících sportů na světě. Samozřejmě některé aspekty hry se vyvinuly jako výsledek požadavků této masové audience.

Široké obrazovky

Spousta stadionů mají nyní široké obrazovky, na kterých se mohou sledovat opakované záběry akce, která právě proběhla.



Video rozhodčí

Zápasy vysílané televizí mají činovníka, který používá opakované záběry, aby poskytl radu rozhodčímu na základě toho, co opakované záběry ukáží.

Když se rozhodnete sledovat zápas, nesoustřeďte se jen na míč, ale pozorujte postavení útočících a bránících a postavení určitých hráčů, např. útokové spojky, vazače a zadáka.

Ragbyová pravidla: evoluce



Brožura pravidel ragby vychází každý rok. Je k dispozici online na www.irblaws.com, kde si ji můžete stáhnout v PDF formátu a otestovat si Vaše znalosti pravidel.

Pravidla ragby jsou vytvořena na základě dvou centrálních principů: zaprvé umožnit hráčům hrát v rámci duchu hry, a za druhé chránit všechny hráče.

Někdy IRB zkouší pravidlové změny, předtím, než rozhodne, zda tyto změny budou implementovány globálně do pravidel. Zkoušky nových pravidel se mohou provádět v určitých regionech, nebo např. na severní, či jižní hemisféře.

Jakákoli změna v pravidlech je výzvou pro hráče a trenéry, která dává mužstvům možnost přizpůsobit své taktiky, aby využily svobodu, či restrikce, které přináší změna.

Budme v kontaktu s vývojem pravidel na www.irblaws.com

Ragby o sedmi hráčích - olympijský sen



Ragby o sedmi hráčích se hraje na plné velikosti hřiště, kdy každý z týmů má na hřišti jen 7 hráčů místo 15. Hra je kratší, každý poločas během zápasů ve skupinách turnaje trvá sedm minut, ve finale trvá deset minut.

Kromě časové délky, se pravidla velmi málo liší od ragby o patnácti hráčích, ale samozřejmě díky množství prostoru na hřišti se jedná o úplně jinou hru ke sledování. Jedna z charakteristik ragby o sedmi hráčích je, že se někdy mužstva rozhodnou couvat k vlastnímu brankovišti, aby na sebe vytáhli obranu soupeře a tím si vytvořily prostor v jiné části hřiště, kde mohou jít vpřed.

Požadavky ragby o sedmi hráčích

Protože se ragby o sedmi hráčích hraje na plné hřiště, hráči musí být schopni pokrýt velký proctor během zápasu. To znamená, že musí být neuvěřitelně fit a mít hodně rychlosti, dovednosti a vytrvalost. Výsledkem je, že hráči v ragby o sedmi hráčích jsou často útočníky, či třetí řadou v ragby o patnácti hráčích.

Základy ragby – běh, přihrávky, skládky a rozhodnutí – jsou klíčové komponenty ragby o sedmi hráčích, stejně jako je vytváření prostoru a držení míče.



Ragby o sedmi hráčích a Olympijské hry

Ragby se znovu objeví na olympijském programu v Rio 2016, kde se nedočkavě očekává jeho debut.

Ragby je ideální pro Olympijské hry; posiluje olympijské ideály díky svému dlouhodobému etosu fair-play a přátelství, zatímco vzrušující formát plný života ragby o sedmi hráčích vyzývá jak stoupence ragby, tak i milovníky sportu vůbec po celém světě.

Modifikované ragby - hra pro všechny

Další varianty a hry v malém počtu hráčů



Existují rozmanité modifikované formy hry, které jsou koncipovány tak, aby každému dovolily hrát za jakýchkoliv okolností s postupným rozvojem ragbyových dovedností, jako jsou běh, ovládání míče rukama, vyhýbací techniky a hra v podpoře.

Příklady těchto variant zahrnují Tag Rugby, Touch Rugby, Tip Rugby, Flag Rugby a Beach Rugby. Např. v Tag Rugby nosí hráči za opaskem fáborky. Odstranění jednoho z nich znamená skládku, to znamená, že hráč s míčem musí nahrát do tří vteřin.

Jedno z klíčových kouzel těchto variant ragby je jeho nekontaktní forma, což umožňuje lidem všech věkových kategorií, oběma pohlavím a nezávisle na kondici hrát společně na různých površích beze strachu ze zranění.

Vedle toho jak jednoduchá pravidla všech formátů modifikovaného ragby, tak i potřeba minimálního vybavení, způsobují, že tyto různé varianty hry jsou ideální pro uvedení začátečníků do tohoto sportu.



Kategorie do 19 let

I při přechodu k ragby o patnácti hráčích stále existují jisté pravidlové modifikace, které zjemňují přechod k normální verzi ragby. Detaily pravidlových variací pro kategorii do 19 let se nacházejí v IRB brožůře pravidel, nebo na www.irblaws.com.

Jak najít klub

Ragbyový étos počítá se začleněním, a můžete si být jist, že budete ve Vašem místním klubu srdečně přijat, nebo samozřejmě i jiném klubu na světě.



Ať už se jedná o Vaše osobní zapojení, nebo protože chcete přivést Vašeho syna, či dceru, do této hry, Váš nejbližší klub je to nejlepší místo, kde začít. Vaše národní unie bude schopna Vám poskytnout seznam klubů ve Vaší zemi.

Dobrovolnictví v ragby

Jeden z nejvíce uspokojujících způsobů, jak se angažovat v ragby, je jako dobrovolník. Dobrovolník se může realizovat v široké paletě rolí, od organizace a sekretariát, přes péči o hřiště, až po asistování trenérům a hráčům.



Vzdělávací proces IRB

Kam odtud jít

IRB řídí paletu programů pro vzdělávací proces, které jsou koncipovány tak, aby pomáhaly hráčům, trenérům, činnostníkům utkání a všem dalším se dozvědět více o ragby o patnácti hráčích a stát se tak více angažován v této hře.

Pro více informací jděte na www.irbpassport.com



Pas IRB – webová stránka interaktivního učení od IRB

IRB Rugby Ready

Budte připraven • Zvládejte rizika
www.irbrugbyready.com

Pravidla IRB

Poznejte tuto hru
www.irblaws.com

Vedení IRB

Technický • Plánování
www.irbcoaching.com

Soudcování IRB

Zápasové postřehy • Poroty
www.irbofficiating.com

Kondiční trénink IRB

Chápat fyzičnost
www.irbsandc.com

Zvládání komoce

Poznat a odstranit
www.irbplayerwelfare.com/concussion

První pomoc v ragby

Vědět, jak reagovat
www.irbplayerwelfare.com/firstaidinrugby

IRB Keep Rugby Clean

Slož doping – Keep Rugby Clean
www.irbkeeprugbyclean.com

Příručka pro začátečníky pro Ragby o 15-ti hráčích

INTERNATIONAL RUGBY BOARD

Huguenot House, 35-38 St. Stephen's Green, Dublin 2, Ireland
Tel. +353-1-240-9200 Fax. +353-1-240-9201 Web. www.irb.com

Copyright © International Rugby Board 2013. Pouze pro osobní a vzdělávací reprodukci této práce je uděleno povolení. Kopírování, pronájem, půjčování, či distribuce této práce pro komerční účely je zakázáno.

Chcete-li se dozvědět více, kontaktujte Váš lokální klub, nebo národní unii, nebo jděte na www.irb.com

