

N°5 IL RUGBY

Il rugby è uno sport di squadra diffuso, nelle sue varianti, in buona parte del mondo: nel Regno Unito e negli Stati dell'ex impero britannico (Irlanda, Australia, Nuova Zelanda, Figi, Papua Nuova Guinea e Sudafrica), nonché in Francia, Italia, Russia, Argentina e in costante aumento di popolarità in Romania, Georgia, Giappone, India, Marocco, Kenya e in diverse altre nazioni di Oceania e Asia.

Il gioco del rugby è diviso, essenzialmente, in due grandi codici regolamentari: il rugby union (o rugby a 15, quello più diffuso) e il rugby league (o rugby a 13), gestiti da federazioni e organismi internazionali diversi e in alcun modo collegati fra loro.

Quelle qui elencate sono solo le regole principali del rugby a 15.

IL TERRENO DI GIOCO

Dimensioni del campo:

minimo: 66 X 119 metri (di cui 100 senza contare le aree di meta)

massimo: 69 X 144 metri

Al centro del campo si trova la linea di metà campo, a dieci metri da questa, da entrambi i lati si trova la linea tratteggiata dei dieci metri; a ventidue metri dalla linea di meta si trova la linea dei ventidue metri.

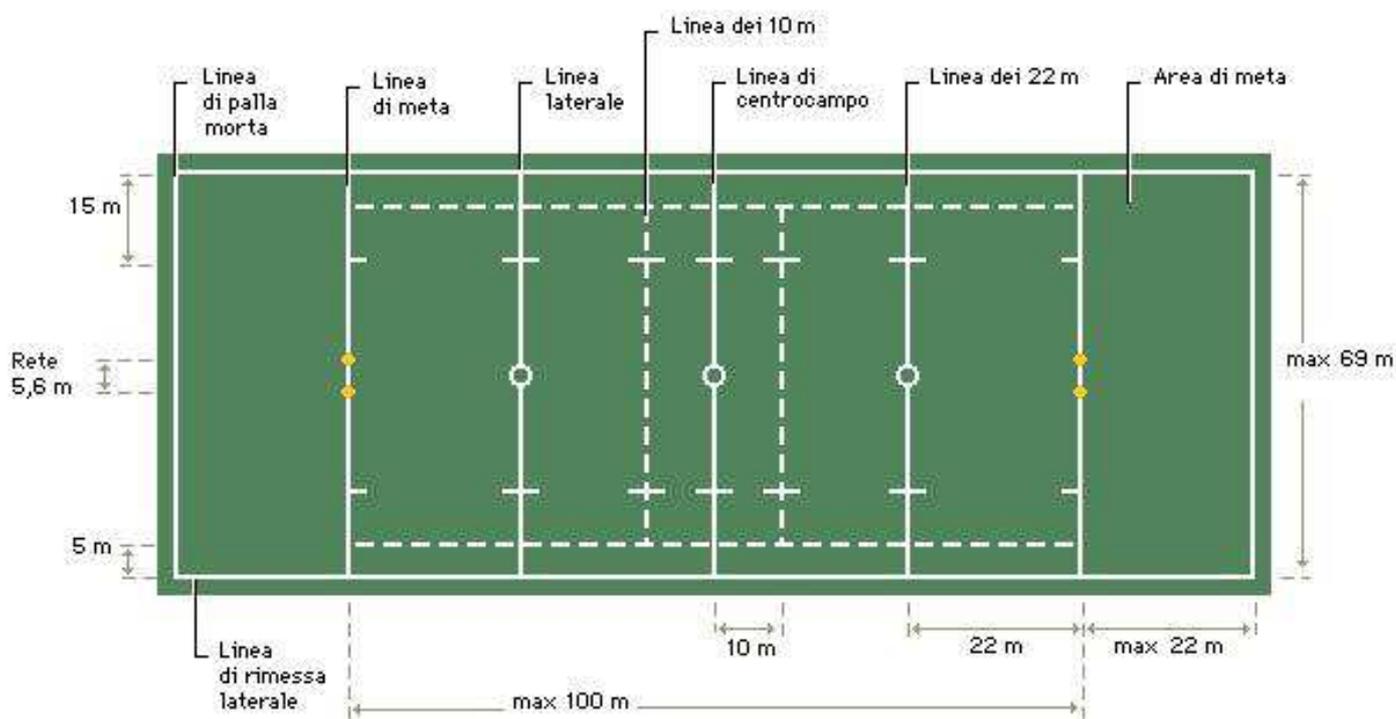
A 5 metri dalla linea del fallo laterale ai lati del campo si trova la linea dei cinque metri, così come in prossimità dell'area di meta.

A 15 metri dalla linea del fallo laterale ai lati del campo si trova la linea dei quindici metri.

L'area di meta è delimitata dalla linea di meta e dalla linea di pallone morto.

Dimensioni della porta:

I pali della porta, piazzati al centro della linea di meta, sono 2 montanti rotondi di oltre 4 metri di altezza, da considerarsi prolungantisi all'infinito; essi distano tra loro 5,64 metri e sono uniti da una barra orizzontale il cui filo superiore è a 3 metri dal terreno.



- La palla deve avere forma ovale (più propriamente, di sferoide prolato) e le seguenti dimensioni ottimali:
Lunghezza: 28 centimetri
Circonferenza sull'asse maggiore: 74 centimetri
Circonferenza sull'asse minore: 59 centimetri
Peso: 410 grammi
- La durata di una partita è di 80 minuti, divisi in due tempi uguali da 40': si considera il tempo effettivo senza recupero (salvo eccezioni particolari).
Il termine di entrambi i tempi viene decretato dall'uscita del pallone, da una meta o da una mischia. Originariamente, l'intervallo era decretato a pura scelta dell'arbitro; attualmente, l'arbitro concede 10 minuti di riposo.
- Ogni squadra può schierare fino a 15 giocatori più 7 riserve: non ci sono numeri fissi e va rispettata la numerazione 1-22, in particolare 1-8 per il pacchetto di mischia, 9-10 per i mediani, 11-14 per i tre quarti, 15 l'estremo.
- Un rimpiazzo è un giocatore che rileva in campo un compagno infortunatosi.
- Un sostituto è un giocatore che rileva in campo un compagno per motivi tecnico-tattici.
- Un giocatore con ferita sanguinante deve essere rimpiazzato e se nell'arco di 15' di gioco effettivo è in grado di rientrare nuovamente in campo può riprendere il posto del rimpiazzo momentaneo. In caso contrario il rimpiazzo diviene definitivo.
- In campo vi devono essere un arbitro e due giudici di linea, in caso di partite di un certo rilievo può essere presente anche il "TMO" (Television Match Officer) che ha il compito, esclusivamente su richiesta dell'arbitro, di verificare solo se un'azione in area di meta ha portato o meno ad una segnatura valida (l'arbitro può anche annullare).
- Il giudizio dell'arbitro è insindacabile e questi, in seguito a eventuali proteste scaturite dalle sue decisioni, può far avanzare la battuta di un calcio di punizione o una mischia di 10 metri.
- Il passaggio può avvenire con le mani (solo all'indietro o di lato), oppure con i piedi (anche in avanti - a patto che il "ricettore" del pallone sia il calciatore stesso o un compagno partito dietro di lui al momento o dopo il calcio stesso -, in gergo "calcetto" - "grubber" - se rasoterra o "up and under" se a campanile).
- Il placcaggio è concesso solamente sul giocatore che ha la palla ed è concesso dal busto ai piedi, altrimenti è fallo.
- Se il placcatore tende a "ribaltare" il placcato sollevandolo completamente da terra, deve necessariamente accompagnarlo nella caduta, questa costrizione è stata recentemente inserita nel regolamento, infatti in passato non era un'operazione obbligata.
- I giocatori che non hanno il possesso della palla non devono subire ostruzioni di alcun tipo.
- Quando un giocatore è placcato e ha almeno un ginocchio a contatto col terreno o è seduto o è sopra un altro giocatore a contatto col terreno deve necessariamente, a scelta:
Passare la palla
Lasciare la palla
Spostarsi dalla palla
Segnare una meta (nel caso il placcaggio sia avvenuto in prossimità della linea di meta)

- Se la squadra che subisce un fallo mantiene il possesso del pallone e riesce comunque a rimanere in una situazione di gioco positiva, è concesso dall'arbitro il "vantaggio", ovvero il fallo non viene fischiato e la formazione può proseguire l'azione; qualora, nel prosieguo di questa azione, detta squadra non riuscisse a conseguire un vantaggio vero e proprio, l'arbitro tornerebbe sul punto della prima infrazione prendendo una decisione (calcio di punizione, mischia) in favore della squadra che ha subito il fallo.
- Quando viene commessa un'infrazione di minore importanza (ad esempio un "in avanti" involontario), nello stesso punto viene giocata la "**mischia**".
- La **mischia** viene composta da elementi di entrambe le squadre: minimo 5 giocatori per formazione, di cui 3 in prima linea (i due piloni e il tallonatore), contrapposti in 2 gruppi. I due "pacchetti di mischia" devono essere divisi da una linea parallela a quella di meta. La testa e le spalle dei giocatori in mischia devono essere al di sopra della linea dei fianchi.
 Il giocatore in prima linea (a contatto con gli avversari) non deve avere la testa vicina a quella di un suo compagno di squadra (le due parti si incastrano).
 La palla viene posta nella mischia dal mediano di mischia della squadra che non ha commesso il fallo (ingaggio), il quale deve lanciarla con entrambe le mani, in un unico movimento al centro del corridoio formato dalle prime linee. la mischia non deve girare più di 90°, nel caso ciò succeda verrà ripetuta la mischia.

Quando la palla tocca terra, ogni giocatore di prima linea può attirarla solo con i piedi dalla sua parte e solo se prima è stata toccata dal tallonatore di una delle due squadre.

Il tallonatore, infatti, come suggerisce la parola, ha il compito nella mischia di portare la palla coi talloni dei piedi verso la sua squadra.

Gli unici giocatori di una mischia che si possono staccare sono le terze linee che possono contrattaccare in caso di perdita della palla o raccoglierla al posto del mediano di mischia in caso di vittoria del pallone.

Nel 2007 l'International Rugby Board (IRB) ha definito nuove regole per la mischia, in particolare il mediano introduce l'ovale dopo i comandi "crouch, touch, pause... engage!" (bassi, tocco, pausa, ingaggio) dell'arbitro.

La palla da una mischia non può essere raccolta se esce dal tunnel di inserimento, se questo dovesse accadere l'arbitro decreta una ripetizione della mischia oppure il cambio di possesso di palla per inserire il pallone o una touche.

- Viene commesso un "in avanti" o "passaggio in avanti" quando il pallone sfugge alla presa di un giocatore e questi non riesca a recuperarlo prima che raggiunga terra cadendo dinnanzi a lui. Viene altresì commesso un "in avanti" quando un passaggio effettuato con le mani raggiunge un compagno di squadra che si trova oltre la linea del pallone. Un "in avanti" viene sanzionato con una mischia se involontario o con un calcio di punizione quando effettuato volontariamente.
-
- La rimessa laterale o **touche** si effettua con i pacchetti di mischia delle due squadre schierati (tutti o in parte) in fila fianco a fianco, separati dalla linea immaginaria dell'uscita della palla.
 Gli uomini che compongono la fila si devono collocare tra la linea dei 5 metri e quella dei 15 metri, posti tra loro a una distanza di 1 metro. I restanti giocatori devono tenersi lungo le parallele immaginarie tirate a minimo 10 metri dallo schieramento di touche.
 La **touche** si effettua dal punto in cui la palla è uscita dal campo, tranne nel caso in cui la palla sia uscita dopo essere stata calciata, da un punto del campo oltre la propria linea dei 22 metri, "direttamente fuori", cioè senza avere toccato terra nel campo di gioco prima di

uscire. In questo caso la touche sarà eseguita all'altezza del punto dal quale è stato calciato il pallone.

È possibile effettuare anche la "touche veloce" ossia giocare la rimessa senza aspettare lo schieramento degli avversari. Ciò è possibile se la palla non ha toccato elementi estranei al gioco (spettatori, cartelloni pubblicitari). La palla deve essere lanciata parallela alle linee trasversali (né avanti né indietro) alla distanza minima di cinque metri, anche eventualmente a favore di sé stessi.

- Le infrazioni più gravi, come l'antigioco ed il fuorigioco, sono punite con un calcio di punizione.
- I falli di antigioco sono tutte le infrazioni che tendono ad "uccidere" il gioco e quelle che mettono in pericolo l'incolumità dell'avversario, sono punite col cartellino giallo (espulsione per 10') o rosso (espulsione definitiva).
- Il "fuorigioco" viene fischiato quando un giocatore, trovandosi al di là della parallela immaginaria alla linea di meta passante per il pallone, partecipa in qualsiasi modo all'azione.
- La "punizione" può essere calciata da qualsiasi giocatore della squadra che ha subito il fallo, e sono possibili 4 scelte: calcio tra i pali, calcio in touche, mischia ordinata, ripartenza di un'azione.
- Chi calcia la palla lo può fare in qualsiasi direzione e giocare la palla di nuovo.
- È possibile calciare direttamente in touche: in questo caso la rimessa sarà eseguita, dalla squadra che ha calciato la punizione, sempre dal punto in cui il pallone è uscito, indipendente dal punto in cui è stata calciata la punizione.
- È possibile, previa comunicazione all'arbitro, tentare il calcio di punizione direttamente tra i pali verticali e sopra la sbarra parallela al terreno che costituiscono la porta avversaria. Se il calcio riesce, la squadra che ha ottenuto la punizione guadagna 3 punti. I compagni di squadra devono rimanere dietro la palla fino a quando questa non viene calciata. Gli avversari devono tenersi lungo la parallela immaginaria tirata a minimo 10 metri da dove viene battuta la punizione.
- La **meta** vale 5 punti: è valida solamente se la palla viene schiacciata a terra nell'area di meta della squadra avversaria. Se la palla viene schiacciata nella propria area di meta la si definisce "annullata".
- La "**meta tecnica**" ("Penalty Try") (5 punti) viene assegnata, su decisione dell'arbitro, se la squadra che è in difesa commette un fallo, senza il quale evidentemente una meta sarebbe stata segnata.
- Dopo la meta, perpendicolarmente al punto nel quale la palla ha toccato il terreno, si calcia la "trasformazione", simile al calcio di punizione tra i pali, ma del valore di 2 punti. Quando si calcia in mezzo ai pali o si tenta la trasformazione, il pallone può essere posizionato su un apposito supporto detto "piazzola". In passato si usava portare al calciatore una piccola quantità di sabbia su cui piazzare il pallone.
- Il "**drop**" o "calcio di rimbalzo" è un particolare calcio in cui un giocatore, da qualsiasi posizione del campo, calcia il pallone - dopo averlo fatto rimbalzare, appunto, - in mezzo ai pali e sopra la sbarra orizzontale della porta della squadra avversaria.

Vale 3 punti (come la punizione). Se il "drop" viene effettuato come calcio di inizio, di ripresa del gioco dopo una segnatura oppure dopo un "mark", anche se la palla passa tra i pali e sopra la sbarra della porta non viene attribuito alcun punto alla squadra che ha effettuato il calcio.

- Il "**mark**" consiste nel raccogliere al volo nei propri 22 metri la palla calciata dall'avversario. Dà diritto ad un calcio libero con gli avversari a 10 metri da effettuare sul punto. Deve essere "chiamato" urlando "mark!" al momento della presa ed effettuato sul punto dal giocatore che lo ha chiamato. In origine si poteva chiamare il "mark" in qualunque zona del campo e, sino al 1977 si poteva calciare verso la porta per ottenere punti.