

►
Baldrager gaat
voorwaarts met
ploeggenoten

Get into Rugby

Tag rugby is een nieuw spel voor jonge spelers. Het is heel veilig, er is vrijwel geen contact en eenvoudig te spelen voor jongens en meisjes. Maar bovenal het is leuk en uitdagend voor alle deelnemers. Ook al zijn de regels simpel toch bevordert het tag rugby de balbehandeling en loopvaardigheden. De Vlaamse rugbybond is dan ook trots om tag rugby te promoten op de Belgische scholen. Ze zijn er zeker van dat de kinderen het leuk, veilig en uitdagend zullen vinden.

TEKST: MATHIAS RONDOU FOTO'S ANITA RIEMERSMA

Op de site van de Vlaamse Rugbybond staat aantrekkelijke informatie over hoe jongeren op school en vereniging bekend te maken met de rugbysport. Voor docenten LO die vormen van rugby willen introduceren op school is dit zeer interessant. Hier wordt het spel Tag Rugby uitgelegd waarbij leerlingen elkaar afstoppen door een lintje (tag) af te pakken. Mathias Rondou, genoemd als sporttechnisch coördinator van de Vlaamse rugbybond, geeft uitleg van het spel. In een aantal sessies komen leerlingen spelenderwijs in aanraking met principes van de rugbysport. In een serie artikelen willen we deze sessies onder de aandacht brengen van docenten LO in Nederland. (redactie)

Het spel

Het doel van het spel is om een try te scoren door de bal te drukken achter de try-lijn van de tegenstander. Om te voorkomen dat er gescoord wordt kunnen de verdedigers een lint van de baldrager aftrekken. Hierdoor moet de baldrager passen. Na zes tags wisselt de bal van ploeg.

Afmetingen van het veld

Tot 50 meter in de lengte en 30 meter in de breedte (het rugbyveld kan dan in drie velden worden verdeeld). Het veld wordt afgebakend door kegels met de zijlijnen in het wit en de try-lijnen in een andere kleur. Het try-gebied zou vijf meter lang moeten zijn.

Speeltijd

De speeltijd wordt bepaald per toernooi en afhankelijk van het aantal teams.

Aantal spelers

Het aantal spelers kan verschillen maar niet minder dan vier en niet meer dan acht.



Wissels

Het aantal wissels wordt bepaald door beide ploegen maar wisselen kan telkens (zonder beperking) wanneer de bal dood is (dus na een try, na een fout, als de bal buiten is).

Leerkrachten/scheidsrechters

Het spel kan geleid worden door een scheidsrechter (dit kan een leerkracht zijn of iemand van de club). De leerkrachten mogen tijdens de wedstrijd achter hun ploeg staan.

De tag-gordels

De tag-gordels moeten rond het midden gedragen worden waarbij de linten vrij kunnen wapperen. T-shirts of partijvestjes moeten de spelers in de broek steken. De tag-gordels bestaan uit velcro (klittenband) waarbij er twee linten aan de zijanten bevestigd zijn.



Aanvallers

In de aanval zou de baldrager voorwaarts moeten gaan met zijn ploegmates in support, klaar om de pas te ontvangen. De baldrager kan ontwijken maar zou een pas moeten geven aan zijn ploegmaats indien die in een betere positie staan (indien de baldrager geen ruimte meer heeft).

De baldrager mag de tegenstanders niet wegduwen (of tegen hen op lopen) of zijn linten afschermen.

Verdedigers (taggers)

Spelers zouden naar voor moeten lopen zodat ze de ruimte tussen hen en de aanvallers kunnen beperken en trachten de linten van de baldrager



▶ *Tag rugby uitdagend!*

af te trekken. Er is geen contact in tag rugby: een lint aftrekken van de baldrager staat gelijk aan een tackle.

Regels van het spel
Het spel starten


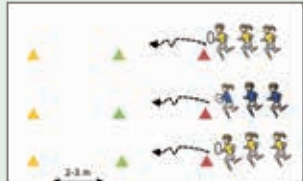
Één team start/herstart de wedstrijd in het midden van het veld met een vrije pas. Wanneer er een try gescoord wordt, start het niet-gescoorde team in het midden van het veld met een vrije pas.

Vrije pas



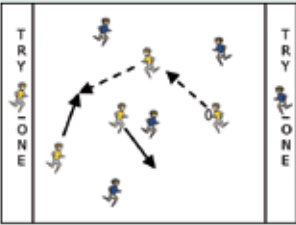
Bij een vrije pas neemt de speler de bal met twee handen. Wanneer de scheidsrechter "speel" roept past de speler de bal (niet voor-



Les 1 Einddoel: wedstrijd met voorwaarts passen

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
<p>10' opwarming</p> <p>ontwijken balbehandeling</p>	<p>De vogelverschrikker</p> <ul style="list-style-type: none"> • IIn lopen vrij rond (geel) • 3-4 tikkers met bal (blauw) • IIn aantikken met bal, niet werpen • getikt: vogelverschrikker, stilstaan met armen open en benen toe. <p>Vrije II kan bevrijden door onder de armen te lopen</p> <p>Variaties</p> <ul style="list-style-type: none"> • vogelverschrikker met benen open, bevrijden door onder benen te kruipen. • Bevrijder onder de benen niet tikken • verschillende kleine veldjes met 1 tikker en 4 vrije II 	<p>Aandachtspunten IIn</p> <ul style="list-style-type: none"> • bal in 2 handen • enkel tikken met de bal, niet werpen • ontwijkend en in de vrije ruimte lopen <p>Aandachtspunten L</p> <ul style="list-style-type: none"> • zorg voor voldoende tikkers • veld niet te groot maken 
<p>10' kern</p> <p>balbehandeling loopsnelheid</p>	<p>Estafette</p> <ul style="list-style-type: none"> • groepjes van 3-5 IIn achter de rode kegels • rond de gele kegel lopen en... .. korte pas geven aan de volgende ... pas geven vanaf de groene kegel ... pas geven vanaf de gele kegel ... bal rollen vanaf de groene kegel naar volgende II ... vanaf groene kegel bal omhoog werpen naar volgende II ... bal drukken (try scoren) bij groene ... kegel en bij het terugkeren oppakken ... slalom lopen <p>Variaties</p> <p>extra oefening aan gele kegel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bal rond de romp of hoofd draaien • een 8 maken door de benen • bal laten botsen op de grond en terug opvangen • ... 	<p>Aandachtspunten</p> <ul style="list-style-type: none"> • bal in 2 handen • bal drukken op de grond bij try • 1 been over de bal bij het oppikken • kijken alvorens te passen • bal vangen met ellebogen dicht 



Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
Aandoen TAG-gordels	<ul style="list-style-type: none"> • gordels boven de t-shirt dragen • linten kleven aan beide zijden • uitdelen van de gordels en linten goed organiseren 	
10' kern gebruik tags ontwijken	<p>Staartje trek</p> <ul style="list-style-type: none"> • door elkaar lopen • lintjes stelen bij andere IIn • gestolen lintjes bijhouden • IIn met meeste lintjes is gewonnen • stop na 1' <p>Variaties</p> <ul style="list-style-type: none"> • gestolen lint aan de gordel kleven • variëren in duur • per 2 samenspielen 	<p>Aandachtspunten IIn</p> <ul style="list-style-type: none"> • IIn zonder linten blijven doorspelen • linten mogen niet afgeschermd worden • geen pirouette draaien <p>Aandachtspunten L</p> <ul style="list-style-type: none"> • afspraken maken rond contact: niet duwen en trekken 
Procedure "TAG"	<p>De "Tagger" (verdediger)</p> <ul style="list-style-type: none"> • roept "TAG" bij het afnemen • kleeft lint terug bij de baldrager na zijn pas (loopt zeker niet weg of werpt het lint niet terug) 	<p>De baldrager (aanvaller)</p> <ul style="list-style-type: none"> • stopt met lopen (max 3 stappen) • past de bal nadien naar een ploegmaat
20' kern scoren! samenspel passen geven vrijlopen vooruit lopen	<p>End ball</p> <ul style="list-style-type: none"> • achter elke trylijn staat een IIn (try scoorder) als hij de bal ontvangt en drukt = try • niet lopen met de bal • wisselen aanval/verdediging: als de bal valt of bij TAG • 5v5, 6v6 of 7v7 <p>Progressies</p> <ul style="list-style-type: none"> • er mag met de bal gelopen worden • alle IIn kunnen achter de trylijn scoren • bij TAG pas geven, na 5 TAG's wisselen 	<p>Aandachtspunten IIn</p> <ul style="list-style-type: none"> • vrijlopen • passen naar IIn in vrije ruimte • bal vragen als vrije IIn <p>Aandachtspunten L</p> <ul style="list-style-type: none"> • try scoorder geregeld of na elke try wisselen 

waarts) naar een ploegmaat. De tegenstanders moeten op vijf meter blijven van de vrije pass (5 meter over de breedte van het veld) tot de bal de handen van de passer verlaat. Een vrije pas wordt gebruikt bij de start/herstart van het spel of indien de bal buiten gaat (vrije pas dan op twee meter van de zijlijn) of bij een overtreding (zoals een voorwaartse pas). Indien de bal bij het try-gebied buiten gaat wordt de vrije pas op vijf meter van de try-lijn genomen, daar waar de bal buiten ging.

Tag-procedure

De baldrager:

- stopt met lopen na de tag (drie passen maximaal)
- past de bal nadien naar een ploegmaat.

De 'Tagger':

- roept "tag" bij het afnemen
- plakt het lint terug op de baldrager (loopt zeker niet verder of smijt het lint terug!)
- indien hiertegen een fout gebeurt, is de sanctie een vrije pas voor het niet-foutieve team.

Gevorderdenregel: knock on

Wanneer een speler de bal voorwaarts laat vallen (ten opzichte van de tegenstanders try-lijn) spreken we van een knock on. Een vrije pass wordt dan toegekend aan het niet foutieve team.

Buitenspel voor aanvallers

De aanvallers mogen niet meer voor de baldrager staan en dus ook geen bal ontvangen.



Dit impliceert ook dat er geen voorwaartse passen gegeven mogen worden. Ook niet als de speler achter de baldrager vertrok. Sanctie: vrije pas.

Gevorderdenregel: buitenspel voor verdedigers:

De verdedigers mogen na een ‘tag’ niet meer aan de kant van de aanvallers staan. Indien ze hier staan maar niets verkeerd doen gaat het spel gewoon door. Indien ze de pas onderscheppen of iemand hinderen worden ze bestraft. Sanctie: vrije pas.

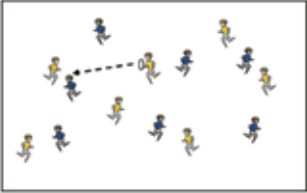
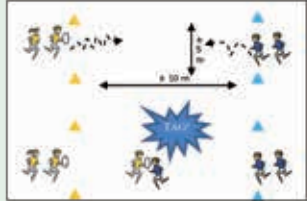
Trappen

In tagrugby wordt niet getrapt.


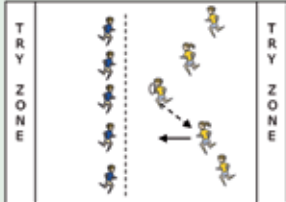
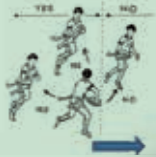
Voordeel

Het spel niet stoppen bij een overtreding wordt voordeel genoemd. Scheidsrechters moeten voordeel laten spelen aan het niet-overtredende team indien er een kans is dat zij de bal zullen krijgen. De scheidsrechter roept dan “voordeel” gevolgd door “speel door”. Indien er toch geen voordeel is wordt het spel herstart met een vrije pas op de plaats van de fout.

Les 2 Einddoel: wedstrijd met achterwaarts passen

Doel	Spelverloop	Aandachtpunten
<p>10' opwarming passen samenspel</p>	<p>Ploegtikspel</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 ploegen • IIn geel tikken met de bal zoveel mogelijk blauwe IIn in 1' of 1'30" • IIn blauw ontwijken het tikken • niet lopen met de bal • getikt: bal blijven ontwijken <p>Progressie</p> <ul style="list-style-type: none"> • ontwijken: aantal IIn verminderen • ontwijken: meer ballen • tikken: veld vergroten 	<p>Aandachtspunten</p> <ul style="list-style-type: none"> • zonder bal vrijlopen • rugbypassen geven (met 2 handen langs zij passen) • communicatie 
<p>10' kern gebruik TAG ontwijken scoren</p>	<p>1 tegen 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • aanvallers gele IIn • verdedigers blauwe IIn • aanvaller probeert te scoren tussen de blauwe kegels • verdediger probeert 1 lint af te trekken (=scoren verhinderen) • wie lukt krijgt een punt <p>Variaties</p> <ul style="list-style-type: none"> • verdediger vertrekt op een andere plaats in het veld <p>Progressie</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld groter of kleiner maken • 2 aanvallers, baldrager past naar ploegmaat na de TAG 	<p>Aandachtspunten IIn</p> <ul style="list-style-type: none"> • als aanvaller vooruit blijven lopen • in het veldje blijven <p>Aandachtspunten</p> <ul style="list-style-type: none"> • TAG-procedure uitleggen 



Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' kern balbehandeling zw en aw passen	Passen <ul style="list-style-type: none"> per 4 naast elkaar staan Stilstaand passen van LÖR en RÖL Bal zijwaarts doorpassen Progressies <ul style="list-style-type: none"> met tijdsdruk of in competitie afstand vergroten achteruit passen: geschrinkt of in kring met lln naar buiten gericht uitpassen bij voorwaarts lopen uitpassen bij voorwaarts lopen in schuine opstelling 	Aandachtspunten <ul style="list-style-type: none"> pas: eerst kijken, schouders draaien, pas afmaken met armen en handen en bal nawijzen voeten blijven vooruit staan handen klaar houden voor ontvangst 
20' slot samenspel scoren! vooruit lopen met bal ontwijken	Wedstrijd (4vs4, 5vs5 of 6vs6) <ul style="list-style-type: none"> scoren in de tryzone baldrager stoppen door een "tag" na een TAG een achterwaartse pas geven om verder te spelen na een try of fout spel hervatten met vrije pas Variaties <ul style="list-style-type: none"> ipv vrije pas, L past bal willekeurige ll Organisatie ploegen <ul style="list-style-type: none"> je kan met 3 of 4 ploegen spelen die wisselen bij een try 	Aandachtspunten lln <ul style="list-style-type: none"> volgens de tag procedure spelen lln moeten achterwaarts passen spelen volgens de buitenspel regels Aandachtspunten L <ul style="list-style-type: none"> gebruik spelregels tag rugby moedig aan met: "vooruit lopen" en "pas" na een tag maak duidelijk dat aanvallers best achter de bal staan, omdat ze anders niet kunnen meespelen 
Nieuwe regel	Buitenspelregel voor aanvallers <ul style="list-style-type: none"> aanvallers mogen niet voor de baldrager lopen. voorwaarts passen is niet meer toegelaten sanctie: vrije pas voor de tegenstander 	

◀ Tag afpakken

Een wedstrijd tag rugby leiden

Zorg ervoor dat je een fluitje hebt, ken de regels en tracht voordeel te laten spelen waar mogelijk.

- 1 roep "pas!" na een tag
- 2 fluit wanneer en enkel wanneer het spel moet stoppen
- 3 duid het team aan dat mag starten met een vrije pass door naar hen te wijzen met een gestrekte arm.

Andere punten:

- wanneer de baldrager per ongeluk een lint verliest laat het spel dan stoppen, plak the lint terug en herstart met een vrije pas
- wanneer een speler 'getagt' wordt voor de try-lijn en hij geeft geen pas voor de try-lijn dan wordt er een vrij pas toegekend op vijf meter van de try-lijn vanwaar hij getagt werd
- spelers mogen niet op de bal duiken maar moeten deze oppikken (sanctie: vrije pas)
- vergeet niet dat tag rugby leuk, veilig, uitdagend en speels is. Laat zoveel mogelijk spelen en wie weet wordt jouw speler de volgende zwarte duivel (zo worden de spelers van de nationale ploeg genoemd).

Lesopbouw

Er wordt een lessenreeks gegeven van zes lessen van ongeveer een uur met een opbouw in vaardigheden en regels met les 6, een volledige tag rugby wedstrijd als einddoel. Er wordt gewerkt aan loopvaardigheden, balbehandeling, beslissingsvaardigheden, kennis regels, samenspel, fair-play,... De spel- en oefenvormen kunnen aangepast worden aan de leeftijd met pro- en regressies.

Les 1: wedstrijd met voorwaarts passen

Les 2: wedstrijd met achterwaarts passen

Les 3: wedstrijd met voordeel voor de aanvallers

Les 4: wedstrijd met snelle wissel aanvallen en verdedigen

Les 5: wedstrijd met extra aandachtspunten

Les 6: volledige tag rugbywedstrijd

Wanneer je meer informatie wenst over onze sport of tag rugby kan je altijd terecht op de volgende websites:

www.vlaamse-rugby-bond.be/Scholen/

[Get_Into_Rugby](#)

www.irbgetintorugby.com

Wordt vervolgd. ■