



ALOITTELIJAN OPAS RUGBY UNION

Turvallisuus etusijalla

Rugby on erittäin fyysinen peli. Pelaaja nauttii pelistä eniten, kun on valmistautunut siihen sekä henkisesti että fyysisesti. Pelaajan täytyy myös tietää, miten rugbya pelataan turvallisesti.



worldrugby.org/rugbyready

Pelaajien, valmentajien, tuomareiden ja rugbyliittojen tukena toimiva Rugby Ready -ohjelma opastaa valmistautumaan harjoituksiin ja peleihin siten, että pelaaminen on hauskaa ja vakavien vammojen riski on mahdollisimman pieni.

Rugby Ready -sivustolla voit lukea ohjeita, katsella videoita, suorittaa itsetestin ja saada todistuksen pelivalmiudesta. Kysy myös maasi rugbyliitolta tietoja lähialueella järjestettävästä ohjauksesta.

Vastuuvapauslauseke

Tämä Rugby union – World Rugby:n aloittelijan opas -tuote on kehitetty Irlannin lainsäädännön mukaista tapaturmien ehkäisyä ja terveydenhoitoa silmällä pitäen. Näitä seikkoja koskevat tiedot ja ohjeet tässä oppaassa on saatettu tietoon sillä periaatteella, että World Rugby eivät vastaa millekään yksityishenkilölle tai yhteisölle mistään kustannuksista tai vahingoista, jotka johtuvat tässä Rugby union – World Rugby:n aloittelijan opas -tuotteessa olevien tietojen ja/tai ohjeiden noudattamisesta ja/tai niiden käytöstä.

Rugbyn historia ja henki



Kuvat seuraavien tahojen suostumuksella: World Rugby museo, Twickenham ja Getty Images

Legendan mukaan englantilaisessa Rugby kaupungissa vuonna 1823 pelatussa koulun jalkapallopelissä William Webb Ellis -niminen nuorimies nappasi pallon käsiinsä ja lähti juoksemaan kohti vastustajan maalia.

Kaksisataa vuotta myöhemmin rugby on kehittynyt yhdeksi maailman suosituimmista urheilulajeista, jota miljoonat ihmiset pelaavat ja seuraavat.

Rugbyn ydintä on ainutlaatuinen, samana pysynyt henki. Rugbya ei pelata pelkästään noudattamalla sääntöjä, vaan myös noudattamalla sääntöjen henkeä.

Kurinalaisuudesta, omanarvontunnosta ja vastustajan kunnioituksesta muodostuu reilun pelin ja kumppanuuden ilmapiiri, joka erottaa rugbyn muista lajeista.

Olipa kyseessä koulun välituntipeli tai rugbyn MM-finaali, rugby union tarjoaa ainutlaatuisen ja palkitsevan elämyksen kaikille osallistujille.

World Rugby:n ydinarvot & rugbyn peruskirja

Vuonna 2009 World Rugby:n jäsenliitot tunnistivat rugbyyn tunnusomaisiksi piirteiksi **oikeudenmukaisuuden, intohimon, yhteenkuuluvuuden, kurinalaisuuden ja kunnioituksen**. Näitä kutsutaan World Rugby:n ydinarvoiksi ja ne esitellään World Rugby:n rugby peruskirjassa. World Rugby:n rugby peruskirja on dokumentti, joka pyrkii varmistamaan, että rugby säilyttää ainutlaatuisen luonteensa sekä pelikentällä että sen ulkopuolella.



Ydinarvojen avulla osallistujat ymmärtävät rugbyyn luonteen sekä piirteet, jotka tekevät rugbysta erikoislaatuisen lajin, jota pelaavat kaikenkokoiset ihmiset.

World Rugby:n rugby peruskirja on sisällytetty World Rugby:n rugby sääntöihin ja sen voi ladata osoitteesta worldrugby.org/laws useilla eri kielillä.

Pelin kulku

Rugbypelissä tehdään maaleja siten, että pallo kuljetetaan vastustajan maalilinjan yli ja painetaan maahan.

Yksinkertaista – mutta monimutkaista

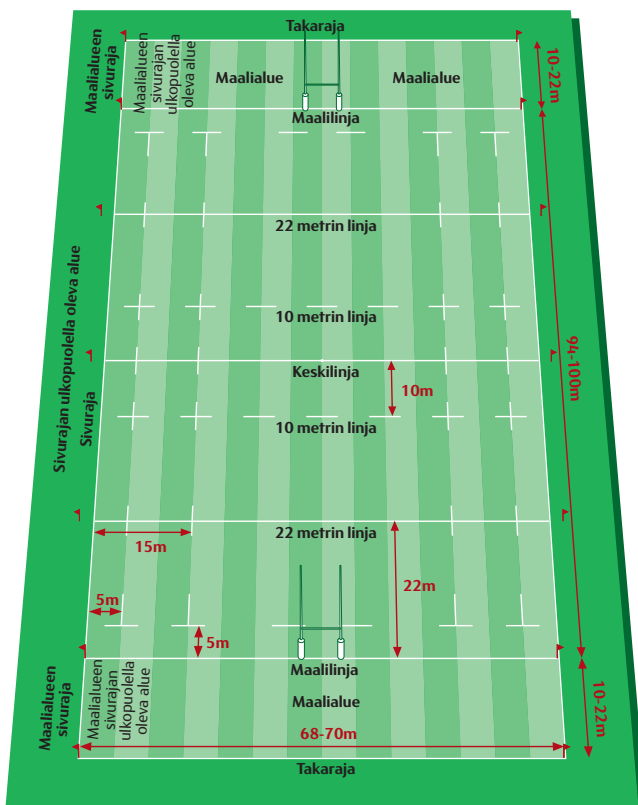
Edellinen kuvaus saattaa kuulostaa yksinkertaiselta, mutta mukana on pieni juju: palloa saa syöttää vain taaksepäin. Palloa saa potkaista eteenpäin, mutta potkaisijan joukkueovereiden täytyy olla potkuhetkellä pallon takana.

Tästä syystä joukkuepelin täytyy toimia saumattomasti ja kurinalaisesti, sillä yksi pelaaja ei pysty saamaan aikaan kovin paljoa. Vain toimimalla yhtenäisenä joukkueena pelaajat pystyvät viemään palloa eteenpäin kohti vastustajan maalilinjaa ja lopulta voittamaan pelin.



Rugbylla on omia ominaispiirteitään, mutta pohjimmiltaan siinä on kyse on tilan luomisesta ja hyödyntämisestä – kuten monissa muissakin urheilulajeissa. Rugbyottelun voittaja on joukkue, jonka pelaajat löytävät itselleen ja pallolle tilaa ja pystyvät hyödyntämään tätä tilaa neuvokkaasti. Samalla joukkue pystyy estämään vastustajaa pitämästä palloa ja pääsemästä paikkoihin, joissa palloa voi heittää, potkaista tai kuljettaa.

Pelialue



Pistelasku

Maali - 5 pistettä

Maali saadaan painamalla pallo maahan vastustajan maalilinjan takana olevalla maalialueella.



Maalin tuomari-merkki

Rangaistusmaali voidaan myöntää, jos vastustaja sääntöjen vastaisella pelillä estää maalin syntymisen.



Lisäpistemaali - 2 pistettä

Maalin jälkeen joukkue voi saada kaksi lisäpistettä, jos se onnistuu potkaisemaan pallon maaliriman yli maalitolppien välistä. Palloa potkaistaan kohdasta, joka on samalla linjalla kuin juuri tehty juoksumaali.

Maali rangaistuspotkusta - 3 pistettä

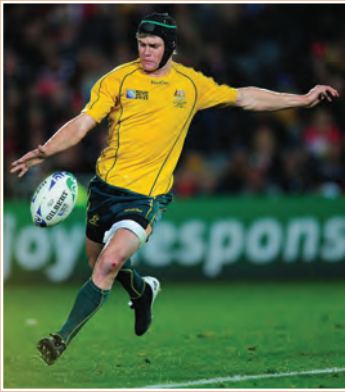
Jos vastustajan sääntörikkomuksesta on myönnetty rangaistus, joukkue voi yrittää tehdä maalin potkaisemalla.

Potkumaali - 3 pistettä

Potkumaali syntyy, kun pelaaja avoimen pelin aikana pudottaa pallon maahan ja potkaisee maasta ponnahtavan pallon maaliin.

Pallon potkiminen

Jos pelaaja ei halua kuljettaa palloa juoksemalla tai syöttää joukkueoverille, hän voi siirtää sitä potkaisemalla. Potku voi suuntautua eteenpäin, mutta pallon etupuolella potkuhetkellä olevat saman joukkueen pelaajat eivät saa osallistua peliin, ennen kuin he vetäytyvät potkaisijan taakse tai joukkueoveri vie pallon heidän ohitse.



Pallon saaminen haltuun potkun jälkeen on haastavaa. Potkustrategioita:

- potku paikkaan, josta joukkueoverit ehtivät hakea pallon ennen vastustajaa
- pitkä viisto potku pelialueen halki, jolloin laituri ja tai ulkosentteri voi napata pallon
- pallon potkaiseminen pelialueen ulkopuolelle, seurauksena rajaheitto vastakkain asettuneiden joukkueiden väliin. Tässä tapauksessa pallo menetetään vastustajalle, mutta potkaiseva joukkue voi kamppailla pallosta paremmissa paikoissa pelialueella.

Avoim peli

Avoim peli tarkoittaa mitä tahansa pelin vaihetta, jossa palloa syötellään tai potkitaan joukkueovereidenvälisten kesken ja molemmat joukkueet voivat kamppailla pallosta. Avoimessa pelissä palloa hallussaan pitävä joukkue yrittää saada palloa vapaille pelaajille, jotka voivat edetä kohti vastustajan maalilinjaa.

Aloituspotku

Pelin molemmat puolijat aloitetaan pudotuspotkulla kentän keskilinjan keskikohdasta. Vastaanottavan joukkueen tulee potkuhetkellä olla kymmenen metrin päässä pallosta ja pallon täytyy lentää vähintään kymmenen metriä kohti vastustajan maalilinjaa ennen maahan osumista.



Pallon käsittely



Syöttö

Pelaaja voi syöttää (heittää palloa) joukkueoverille, joka on paremmissa asemassa jatkamaan hyökkäystä, mutta syöttö ei saa viedä palloa lähemmäs vastustajan maalilinjaa. Pallon täytyy liikkua joko täysin sivusuunnassa tai taaksepäin kohti syöttäjän omaa maalilinjaa.

Tilaa kentällä voidaan tehdä kuljettamalla palloa eteenpäin ja syöttämällä taaksepäin.

Jos syöttö suuntautuu eteenpäin, erotuomari keskeyttää pelin ja määrää rykelmäaloituksen, jossa sisäänheiton saa vastapuoli. Näin pallollista joukkuetta rangaistaan eteenpäinsyötöstä.

Eteenpäinpudotus

Kun pelaaja pudottaa pallon tai se ponnahtaa kädestä tai käsivarresta eteenpäin, kyseessä on eteenpäinpudotus.

Kyseessä on pallonkäsittelyvirhe, josta seuraa rangaistuksena vastustajan rykelmäaloitus ja näin pallonhallinnan menetys.



Taklaus, ruck ja maul

Sen lisäksi, että rugbyssa luodaan ja käytetään tilaa juoksuilla, se on myös kontaktilaji. Itse asiassa pelaajat voivat kontaktitilanteiden avulla luoda hyökkäyksiin tarvittavaa tilaa. Kolme yleisintä avoimen pelin aikana esiintyvää kontaktitilannetta ovat taklaus, ruck ja maul.

Taklaus

Vastustaja saa taklata vain palloa kuljettavaa pelaajaa. Taklaus on tilanne, jossa yksi tai useampi vastustajan pelaaja pitää kiinni palloa kuljettavasta pelaajasta ja vie hänet maahan, jolloin vähintään toinen polvi on maassa, pelaaja istuu maassa tai on toisen maassa makaavan pelaajan päällä. Jotta peli jatkuisi, pallon kuljettajan täytyy päästää irti pallosta välittömästi taklauksen jälkeen ja taklaajan täytyy päästää palloa kuljettanut pelaaja heti irti. Lisäksi molempien pelaajien täytyy kieriä pallosta pois päin. Näin muut pelaajat voivat tulla kamppailemaan pallosta ja aloittaa uuden vaiheen pelissä.



Ruck



Ruck muodostuu, kun pallo on maassa ja yksi tai useampi pelaaja molemmista joukkueista on seisaallaan sen lähellä. Ruckissa pelaajat eivät saa pelata palloa käsillään vaan heidän täytyy liikuttaa palloa jaloillaan tai kävellä sen yli. Pallo on taas pelattavissa käsin, kun oman joukkueen taaimmaisen pelaajan taaimmainen jalka on ohittanut sen.

Maul

Maul syntyy, kun yksi tai useampi vastustajan pelaaja ja yksi tai useampi saman joukkueen pelaaja pitää kiinni palloa kuljettavasta pelaajasta. Pallo ei saa olla maassa.

Joukkue, jolla on pallo hallussaan, voi yrittää saada tilaa haltuunsa työntämällä vastustajia kohti vastustajan maalilinjaa. Palloa voidaan siirtää taaksepäin pelaajalta toiselle maulin sisällä ja lopulta pelaajalle, joka ei ole muodostelmassa, tai palloa pitävä pelaaja voi irrota maulista ja lähteä kuljettamaan palloa juosten.



Etu

Etusäännön avulla pelistä tulee etenevämpää ja siihen tulee vähemmän katkoja.

Joskus pelin aikana sääntöjä voidaan rikkoa siksi, että pelin pysäyttäminen veisi vastapuolelta mahdollisuuden tehdä maali.

Vaikka toiselle joukkueelle pitäisi sääntöjen mukaan myöntää rangaistus, vapaapotku tai rykelmäaloitus, sille annetaan mahdollisuus jatkaa avointa peliä ja yrittää tehdä maali.

Tässä tilanteessa erotuomari antaa pelin jatkaa rangaistuksen sijaan.

Paitsio

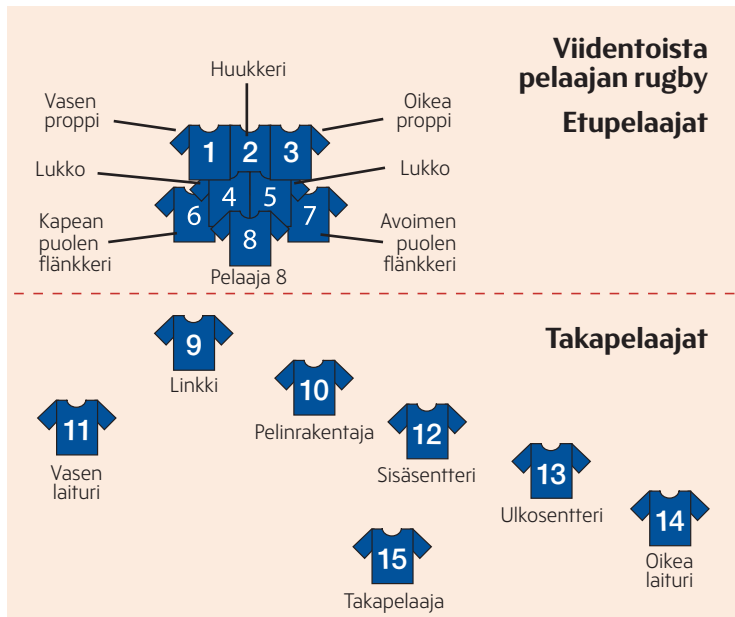
Rugbyn paitsiosääntö rajaa sitä, missä kohtaa pelialuetta pelaajat voivat olla. Näin varmistetaan, että hyökkäykselle ja puolustukselle on tilaa.

Yleisesti pelaaja on paitsioasemassa, jos pelaaja on lähempänä vastustajan maalia kuin palloa pitävä tai viimeksi palloa pelannut joukkueoveri.

Paitsioasemassa oleminen ei sinänsä ole virhe, mutta paitsiossa oleva pelaaja ei saa osallistua peliin ennen kuin on taas sallitussa asemassa.

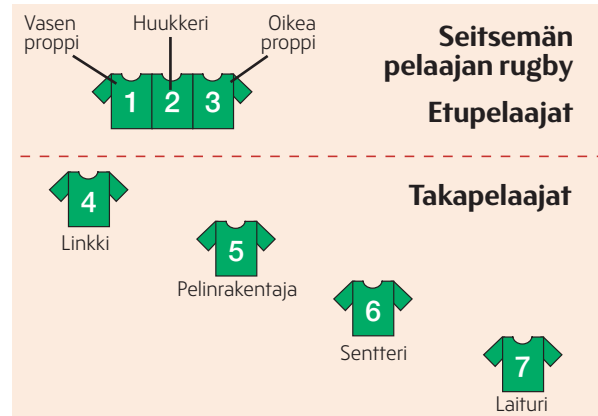
Jos paitsiossa oleva pelaaja osallistuu peliin, hän saa rangaistuksen.

Pelipaikat



Rugby unionille on aina ollut ominaista, että peli sopii kaikenkokoisille ja -muotoisille pelaajille.

Eri pelipaikat vaativat erilaisia fyysisiä ja teknisiä ominaisuuksia, ja tämän monipuolisuuden vuoksi peli sopii kenelle tahansa.



Seuraavat ovat yleisimmät rugby pelipaikkojen nimet. Joitakin paikallisia vaihteluja voi tosin esiintyä.



Propit



Tehtävä: Pääroolina on vahvistaa aloitusryhmitystä ja tuoda nostovoimaa ja tukea rajaheitoissa palloa hyppäämällä tavoitteleville pelaajille. Keskeisiä pelaajia ruck- ja mautilanteissa.

Tarvitsee: Voimakasta yläruumista tuomaan vakautta rykelmäaloituksissa, kestävyyttä, liikkuvuutta ja kykyä pitää tiukasti kiinni pallosta (ja pitää näin peli käynnissä).



Huukkeri



Tehtävä: Huukkerilla on kaksi erikoisroolia. Hän on pelaaja, joka ottaa pallon hallintaansa rykelmäaloituksessa ja yleensä heittää pallon kentälle rajaheitoissa.

Tarvitsee: Paljon voimaa eturivin fyysisiä kontakteja varten, nopeutta juosta kentällä ja hyvän heittotekniikan.



Lukat



Tehtävä: Lukkopelaajat ottavat pallon haltuun rajaheitoista ja pelin uudelleenkäynnistyksistä. He tuovat rykelmäaloitus-, ruck- ja mautilanteisiin eteenpäin vievää liikevoimaa, joka toimii hyökkäyksen perustana.

Tarvitsee: Keskeisin ominaisuus on pituus. Lukot ovat joukkueen jättiläisiä. Heissä yhdistyy fyysisuus, hyvä pallon kiinniottotaito ja liikkuvuus.



Flänkkerit



Tehtävä: Flänkkerien tärkein tavoite on saada pallo oman joukkueen haltuun käyttämällä fyysistä voimaa ja nopeutta taklauksissa ja tilanteissa, joissa pallo on vapaasti pelattavissa.

Tarvitsee: Kyltymätöntä intoa tehdä näyttäviä taklauksia ja pelottoman asenteen pallon tavoitteluun. Yhdistelmä nopeutta, voimaa, kestävyyttä ja pallonkäsittelytaitoa.



Pelaaja 8



Tehtävä: Pelaaja 8 varmistaa pallon pysymisen joukkueen hallussa rykelmäaloituksen keskellä, kuljettaa palloa avoimessa pelissä, muodostaa linkin etu- ja takapelaajien välille hyökkäysvaiheessa ja puolustaa tehokkaasti.

Tarvitsee: Hyvät pallonkäsittelytaidot ovat keskeisen tärkeitä, kuten myös kyky hahmottaa pelitilaa. Voima ja juoksunopeus lyhyillä matkoilla ovat tärkeitä, kun pelaaja 8 valtaa tilaa kentällä ja antaa nopeita syöttöjä takapelaajille.



Linkki



Tehtävä: Toimii linkkinä etu- ja takapelaajien välillä rykelmäaloituksissa ja rajaheitoissa. Linkki (pelaaja 9) on todellinen päätöksentekijä ja päättää, antaako nopean syötön takapelaajille vai pitääkö pallon lähellä etupelaajia.

Tarvitsee: Monipuolinen pelipaikka vaatii voimaa, räjähtävää nopeutta sekä monipuolisia pallonkäsittely- ja potkutaitoja. Hyvillä linkeillä on vahva itseluottamus ja erinomaiset pelinlukutaidot.



Pelinrakentaja



Tehtävä: Pelaaja 10, joka organisoii joukkueen toimintaa. Pelinrakentaja (10) saa pallon linkiltä (9), tulkitsee peliä sekunnin murto-osassa ja päättää, potkaiseeko, syöttääkö vai tekeekö katkon.

Tarvitsee: Taitoa potkaista palloa hyvin käsistä (mieluiten molemmilla jaloilla), näppäriä pallonkäsittelytaitoja, juoksunopeutta, näkemystä, luovuutta, viestintätaitoja, taktista osaamista ja kykyä toimia paineen alaisena.



Sentterit



Tehtävä: Sentterit ovat keskeisiä niin puolustuksessa kuin hyökkäyksessäkin. Puolustuksessa he pyrkivät taklaamaan hyökkäviä pelaajia ja hyökkäyksessä he tarvitsevat nopeutta, voimaa ja luovuutta puolustuslinjojen rikkomiseen.

Tarvitsee: Nykypäivän sentteri on hoikka, vahva ja erittäin nopea. Pelaajalta vaaditaan hyvää hyökkäystaitoa ja kykyä ottaa tiukkaa kontaktia, kun hän pitää palloa tai yrittää riistää sen vastustajalta.



Laiturit



Tehtävä: Laiturien tehtävä kentällä on tarjota juoksunopeutta, jolla karistetaan vastustaja kannoilta ja tehdään maali. Heidän tulee myös pystyä puolustamaan jämäkästi.

Tarvitsee: Juoksunopeutta. Laiturit löytävät helposti avointa tilaa, ja heidän tärkein tehtävänsä on painaa kaasua ja juosta kohti maalilinjaa. Voima ja hyvät pallonkäsittelytaidot ovat myös eduksi.



Takapelaaja



Tehtävä: Takapelaaja pelaa yleensä alimpana puolustajana. Hänen tulee napata varmasti kiinni korkeita palloja, potkia pitkiä laukauksia linjojen yli ja nauttia fyysisestä pelistä taklatessaan maalia yrittäviä pelaajia.

Tarvitsee: Hyvät pallonkäsittelytaidot, juoksunopeutta hyökkäyksiin ja voimaa puolustukseen. Kykyä juosta samassa hyökkäyslinjassa laitureitten kanssa, jolloin laitureille syntyy tilaisuuksia tehdä maaleja. Taktisia taitoja ja pelinlukutaitoa.

Varusteet

Ennen kuin aloitat pelaamisen, on tärkeää tuntea tarvittavat varusteet.



Pelaaja tarvitsee tukevat nappulakengät, joissa on olosuhteisiin sopivat nappulat. Tämä on tärkeää varsinkin kontaktitilanteita silmällä pitäen.



On suositeltavaa pitää hammassuojaa, joka suojaa hampaita ja leukaa, ja jotkut pelaajat pitävät World Rugby:n hyväksymiä pääsuojia ja paidan alla pidettäviä kevyitä toppauksia.



Rykelmäaloitus



Rykelmäaloituksen myöntäminen ja muodostaminen tuomarimerkein

Rykelmäaloitus on tapa käynnistää peli uudelleen katkon jälkeen, joka on johtunut pienestä sääntörikkomuksesta (esimerkiksi eteenpäinsyötöstä tai eteenpäin pudotuksesta) tai jos pallo ei ole pelattavissa ruckissa tai maulissa. Rykelmäaloitus sitoo kaikki etupelaajat ja linkit tiettyyn kohtaan kenttää, jolloin takapelaajat voivat nousta hyökkäykseen muualle syntyvän tilan ansiosta.



Pallo heitetään eturivien väliseen "tunneliin", jolloin molempien joukkueiden huukkerit voivat kamppailla pallosta ja yrittää saada sitä omien joukkueovereidensa suuntaan. Joukkue, joka heittää pallon rykelmäaloituksen keskelle saa yleensä pallon haltuunsa, koska huukkeri ja linkki voivat ajoittaa liikkeensä hyvin yhteen.

Kun pallo on saatu hallintaan, joukkue voi pitää pallon maassa rykelmäaloituksen sisällä ja yrittää työntää vastustajaa kenttää pitkin. Vaihtoehtona on, että pallo saadaan rykelmäaloituksen taaimmisen pelaajan taaimmisen jalan kohdalle, josta pallo siirretään takapelaajille ja avoin peli jatkuu taas.

Linkki



Linkki on rykelmäaloituksen keskeinen pelaaja. Hän heittää pallon rykelmäaloituksen keskelle, siirtyy muodostelman taaimmisen jalan luo ja on yleensä se pelaaja, joka ottaa pallon ja syöttää sen pelinrakentajalle. Tämä puolestaan jakelee palloa takalinjan pelaajille. Heti, kun linkkipelaaja nostaa pallon ilmaan, vastustaja voi yrittää saada pallon haltuunsa ja taklata palloa pitävää pelaajaa.

Rajaheitto



Linjatuomari ilmoittaa, jos pallo on kentän ulkopuolella, ja määrää, kumpi joukkue saa rajaheiton.



Rajaheitossa peli käynnistetään heittämällä sivurajan ylittänyt pallo pelialueelle. Rajaheitto sitoo kaikki etupelaajat yhteen paikkaan sivurajan lähelle, joten takapelaajilla on käytettävissään paljon tilaa hyökkäyksen käynnistämiseen. On tärkeää, että etupelaajat voittavat pallon itselleen ja siirtävät sen nopeasti takapelaajille.

Etupelaajat asettuvat kahteen riviin suorassa kulmassa sivurajaan nähden metrin päähän toisistaan. Huukkeri heittää pallon näiden pelaajarivien väliin. Koska heittäjän joukkueoverit tietävät, minne heitto on lähdössä, tällä joukkueella on paremmat mahdollisuudet saada pallo haltuun. Lukemalla peliä ja liikkumalla nopeasti vastustaja voi kuitenkin kamppailla pallosta ja usein rajaheitto johtaakin siihen, että pallo siirtyy toiselle joukkueelle.

Pelaaja, joka saa pallon haltuunsa, voi pitää sen ja muodostaa maulin tai syöttää pallon rajaheittorivistön vieressä olevalle syötön vastaanottajalle, joka puolestaan jatkaa pallon pelinrakentajalle ja edelleen takapelaajille.

Rajaheiton tuki



Jotta pelaajat voivat ottaa kiinni korkeita rajaheittoja, joukkueoverit saavat tukea kiinniottajia hypyn aikana.

Turvallisuus on ensisijaisen tärkeää, joten maasta irti olevaa pelaajaa täytyy tukea kunnes hän on takaisin maassa. Ilmassa olevaa pelaajaa ei saa taklata, ja vastustajasta kiinnipitäminen tai tämän töniminen ja työntäminen ovat rikkeitä, joista voidaan tuomita rangaistuspotku.

Rangaistus- ja vapaapotku

Sääntörikkomuksista, joilla on merkittävä vaikutus vastustajaan, määrätään rangaistuspotku.



Rangaistuksen merkki

Jos rangaistus määrätään maalitolppien läheisyydessä, joukkue yrittää tavallisesti maalia maalipotkusta. Pallo asetetaan potkaisualustalle ja potkaisija yrittää saada pallon menemään tolppien välistä ja maaliriman yli. Onnistuneesta potkusta saa kolme pistettä.

Joukkue voi myös päättää olla yrittämättä maalia. Tällöin vaihtoehtoina ovat rykelmäaloitus, nopea aloitus (jossa pallo tuodaan takaisin avoimeen peliin) tai pallon potkaisu pelialueen ulkopuolelle (tässä tapauksessa potkaiseva joukkue saa heittää rajaheiton).

Pienemmistä rikkeistä myönnetään vapaapotku. Joukkue ei voi saada pisteitä suoraan vapaapotkusta.

Joukkue voi valita vapaapotkun sijasta rykelmäaloituksen.



Vapaapotkun

Erotuomariksi pääsy

Erotuomarina tai linjatuomarina oleminen on ainutlaatuinen tapa osallistua rugbyyn.

Useimmat erotuomarit ovat pelanneet peliä itse ja haluavat puolestaan antaa lajille jotain. Kuka tahansa voi kuitenkin oppia tuomarityöskentelyä, jopa nuorella iällä. Itse asiassa jokaisen huipputuomariksi pyrkivän kannattaa aloittaa jo nuorena.

Ottelun tuomarina olet tapahtumien keskipisteessä ja näet pelin aivan eri näkökulmasta. Tuomarointi on hyvä tapa saada paljon hyvää liikuntaa ja testata itseäsi monissa haastavissa tilanteissa. Tuomarina oleminen ei ole helppoa, mutta se voi olla erittäin palkitsevaa.

Matka päteväksi tuomariksi voi alkaa, kun kysyt omalta seuraltasi ja paikalliselta tai kansalliselta rugbyliitolta lähistöllä pidettävistä tuomarikursseista. World Rugby järjestää kursseja kaikentasoisille osallistujille vasta-alkajista kokeneisiin tuomareihin.

Perustason kurssin voi suorittaa yhdessä päivässä. Yhdistettynä pelinäkemykseen, jota voi hankkia vain pelaamalla tai katsomalla rugbya, kurssi voi toimia lähtölaukauksena matkallasi tuomariksi.

Ottelun tuomarit

Ottelua valvoo erotuomari ja kaksi linjatuomaria. Mukana voi olla myös muita toimitsijoita pelattavan ottelun fason mukaan, esimerkiksi ajanottaja tai videokuvan perusteella tilanteita tarkistava videotuomari.



Erotuomari

Ennen ottelua erotuomari käy yleensä läpi molempien joukkueiden eturivin pelaajien (proppien ja huukkereiden) kanssa rykelmäaloituksen säännöt. Tämä auttaa kaikkia keskittymään tähän pelin kannalta olennaiseen tilanteeseen. Tämän jälkeen erotuomari heittää kolikkoa joukkueiden kapteenien kanssa siitä, kumpi joukkue suorittaa aloituspotkun. Itse ottelun aikana erotuomarin sana on laki. On erittäin tärkeää, että kaikki pelaajat kunnioittavat erotuomarin päätöksiä aina.

Linjatuomarit

Kaksi linjatuomaria, yksi pelialueen molemmilla puolilla, auttaa erotuomaria valvomaan sivurajojen ylityksiä ja myös hoitamaan muita erotuomarin määräämiä tehtäviä. Linjatuomarit valvovat myös potkumaalien onnistumista.



Sääntöjen vastainen peli

Sääntöjen vastaisessa pelissä pelaaja ei noudata pelin sääntöjä tai henkeä. Esimerkkejä ovat estäminen, vilpillinen tai vaarallinen peli ja huono käytös. Erotuomari määrää sääntöjen vastaisesta pelistä asianmukaisen rangaistuksen.

Miksi erotuomari puhalsi pilliin?

Jos rugby'n hienoudet eivät ole tuttuja, joskus voi olla hankalaa tietää, miksi erotuomari on keskeyttänyt pelin. Tässä on esitelty joitakin yleisimpiä sääntörikkomuksia, joihin erotuomari puuttuu. Selityksen vieressä on tilanteeseen liittyvä erotuomarin pelin aikana tekemä käsimerkki. Rangaistus- ja vapaapotkun merkit ovat sivulla 9.

Etu - peli jatkuu

Etusääntöä voidaan soveltaa pieniin sääntörikkomuksiin (esim. eteenpäinpudotus) tai rikkeisiin, joista tulisi rangaistus (esim. paitsio). Erotuomarin täytyy päättää, voisiko rikottu joukkue saada enemmän etua pelin jatkumisesta. Jos etua ei synny, erotuomari puhalttaa pilliin ja tuo pelin takaisin paikkaan, jossa sääntörikkomus tapahtui.



Eteenpäinsyöttö tai eteenpäinpudotus

Joskus erotuomari puhalttaa pelin poikki eteenpäin (kohti vastustajan maalilinjaa) suuntautuneen syötön vuoksi.

Eteenpäinsyötöstä tai eteenpäin pudotuksesta myönnetään rykelmäaloitus rikotulle joukkueelle.



Eteenpäinsyöttö Eteenpäin pudotus

Pelaajasta tai pallosta kiinnipitäminen

Taklauksen jälkeen taklaajan täytyy heti päästää irti pallon kuljettaja, ja pallon kuljettajan on heti päästettävä irti pallosta.

Jos pelaaja ei päästä irti taklatusta pelaajasta tai pallosta kohtuullisen ajan kuluessa, kyseessä on sääntörikkomus, josta erotuomari määrää rangaistuksen rikotulle joukkueelle.



Pelaajasta kiinnipitämine Pallosta kiinnipitämine

Pallon luota kierimisen virhe

Kun ruck tai maul syntyy, maassa olevien pelaajien on kierittävä heti pois pallon luota, jotta peli voi jatkua.

Jos tämä ei toteudu, tuloksena on rangaistus rikotulle joukkueelle.



Ruckiin tai mauliin tulo sivulta

Kaikkien pelaajien täytyy tulla ruck- ja maul-tilanteisiin takimmaisesta joukkueoverin takimmaisesta jalka takaa.

Jos pelaaja tulee tilanteeseen sivulta, hän osallistuu peliin paitsioasemasta. Tästä seuraa rangaistus.



Pallo ei pelattavissa (ruck tai maul)

Jos pallo ei ole pelattavissa ruckissa tai maulissa (se on esim. maassa olevien pelaajien alla), mutta kumpikaan joukkue ei ole tehnyt virhettä, erotuomari myöntää rykelmäaloituksen joukkueelle, jolla pallo oli ennen ruckia tai maulia.



Ei pelattavissa, ruck

Ei pelattavissa, maul

Valmentajaksi tuleminen

Valmentajana toimiva auttaa muita nauttimaan pelistä, joten se voi olla antoisa tapa osallistua rugbyyn.

Useimmat valmentajiksi ryhtyvät ovat joko aiempia pelaajia, jotka haluavat puolestaan edistää rugbya, tai vanhempia, jotka haluavat tuoda lapsilleen rugbyelämyksiä.

Valmentaminen voi olla monipuolinen ja palkitseva kokemus, mutta se on myös vastuu, jota ei tule ottaa kevyesti.

Tämän päivän valmentajien ohjaamat nuoret ovat seuraavan sukupolven pelaajia, tuomareita ja vapaaehtoistyöhön osallistuvia. Heidän pelissä oppimansa asenteet voivat vaikuttaa heidän elämäänsä monin tavoin. Valmentajana sinun tulee auttaa heitä saamaan itseluottamusta, jota tarvitaan onnistumiseen – ei pelkästään rugbyssa vaan elämässä yleensä.

Oma seurasi sekä paikallinen ja kansallinen liitto voivat auttaa sinua alkuun valmentajaksi johtavalla uralla. Rugby Ready -ohjelma (katso sivu 2) on hyvä alku, jonka jälkeen voit hankkia tason 1 valmennuspätevyyden – tämä kestää vain päivän ja antaa sinulle valmennuksen perustiedot.

Valmentajan rooli



Valmentajan rooli vaihtelee suuresti joukkueen toiminnan tason mukaan. Ruohonjuuritasolla kyse on pelaajien tekniikan ja luonteen kehittämisestä, kansainvälisellä tasolla valmentaja vastaa joukkueen valinnasta, toiminnasta ja tuloksista.

Valmentajalla on useita vaihtelevia rooleja, kuten johtaja, manageri, kouluttaja ja organisoija. Valmentajan täytyy tunkea laji ja sen säännöt, ja hänellä täytyy olla motivaatiota, fyysistä kuntoa ja ymmärrystä siitä, kuinka pelaajia ohjataan ja saadaan parantamaan suorituksiaan.

Vaihtopelaajat

Aloituskokoonpanon 15 pelaajan lisäksi joukkueella täytyy myös olla vaihtopelaajia. Valmentaja voi taktisista syistä tehdä ennalta sovitun määrän pelaajavaihtoja pelin aikana. Myös loukkaantuneen pelaajan voi vaihtaa joko väliaikaisesti vamman hoidon vuoksi tai kokonaan, jos hän ei pysty jatkamaan peliä.

Joukkuehenki



Yksi valmentajan merkittävä rooli on joukkuehengen luominen. Tämä on erityisen tärkeää tasoilla, joilla pelaajat osallistuvat pikemminkin huihin kuin voitosta pelaamisen vuoksi.

Joukkueen taktikat



Oikean taktiikan luominen on loputtoman keskustelun, kiistan ja ylistyksen lähde, joka voi ratkaista joukkueen kohtalon. Taktiikkaa ei ole helppo tehdä, mutta kun se osuu oikeaan, olet maailman suurin rugbyvisionääri – ainakin joukkueesi pelaajien mielestä.

Taktiikan kehittäminen vaatii joukkueen vahvuuksien läpikotaista tuntemista. Taktiikka on osin etupelaajiin ja voimaan perustuva, ja määräytyy tilan luomisen ja käytön mukaan. Yhtä tärkeää on tuntee vastaan asettuva joukkue ja sen yksittäiset pelaajat, ja mitä taktiikkaa he todennäköisesti käyttävät.

Voimankäyttö



Etupelaajien fyysisellä voimankäytöllä voi voittaa merkittävästi pelitilaa rykelmäaloituksissa ja maul-tilanteista irtautumisissa. Etupelaajat voivat kuljettaa palloa eteenpäin joukkueoverien tukemana, kunnes on sopiva hetki siirtää pallo takapelaajille.

Tilan luominen

Monimutkaisilta tuntuvista säännöistä huolimatta rugby on pohjimmiltaan yksinkertainen peli. Pisteitä syntyy, kun pelaajalle syntyy sopivasti tilaa ja kun hyökkävällä joukkueella on enemmän pelaajia vapaana. Rugbyn salaisuus on tilan luomisessa. Tähän pyritään monilla taktiikoilla, mutta perimmäinen ajatus on tämä: joukkue saa pallon ja siirtää sen nopeasti pois paikasta, jossa on paljon pelaajia, ja tekee juoksunopeuden ja luovuuden avulla tilaa pelaajalle, joka tekee maalin.



Rugbyn katsominen

Nopeuden ja voiman ansiosta nykyaikaisesta rugbyista on tullut yksi jännittävimmistä yleisölajeista. Monet rugbyyn liittyvät tekijät ovatkin muuttuneet suurten katsojamäärien vaikutuksesta.

Isot näytöt

Monilla stadioneilla on nykyisin suuret näytöt, joilta pelitilanteita voidaan nähdä nopeasti uusintoina.



Videotuomari

Televisiosta tulevissa otteluissa on avustava videotuomari, joka auttaa erotuomaria tekemään päätöksiä uusintojen avulla.

Katsotpa peliä kotona tai kentällä, älä keskity pelkästään palloon vaan seuraa myös hyökkääjien ja puolustajien linjoja ja tiettyjen pelaajien, esimerkiksi pelinrakentajan, pelaaja 8:n ja takapelaajan sijoittumista.

Rugbyn säännöt: kehitys



World Rugby:n rugbyn säännöt julkaistaan vuosittain. Säännöt ovat saatavilla pdf-muodossa osoitteesta worldrugby.org/laws. Sivustolla voit myös tehdä testin, jonka avulla voit tarkastaa rugby sääntöjen osaamisesi.

Rugbyn säännöt on kehitetty kahden keskeisen periaatteen pohjalta: ensinnäkin ne antavat pelaajille mahdollisuuden pelata rugby hengen mukaisesti, ja toiseksi säännöt suojelevat kaikkien pelaajien hyvinvointia.

Joskus World Rugby:n sääntökokeilut muuttavat rugby sääntöjä. Ennen kuin muutokset pannaan täytäntöön maailmanlaajuisesti, sääntökokeiluja voidaan soveltaa aluksi vain tietyllä alueella, esimerkiksi ainoastaan pohjoisella tai eteläisellä pallonpuoliskolla.

Sääntökokeilut luovat haasteita niin pelaajille kuin valmentajillekin, sillä kaikki sääntömuutokset tuovat joukkueille mahdollisuuksia hyödyntää taktisesti muutoksen tuomaa uutta vapautta tai rajoitusta.

Tarkempia tietoja tämänhetkisistä tai suunnitelluista sääntökokeiluista löytyy osoitteesta worldrugby.org/laws

Seitsemän pelaajan rugby - Unelma olympialaisista



Seitsemän pelaajan rugbya pelataan täysikokoisella kentällä seitsemän pelaajan joukkueilla viidentoista pelaajan joukkueiden sijaan. Peli on kestoltaan lyhyempi, sillä kukin puoliaika kestää alkulohkovaiheessa seitsemän minuuttia, ja finaalivehässä kymmenen minuuttia.

Lukuun ottamatta pelin kestoa, seitsemän pelaajan rugbyn säännöt vaihtelevat vähän verrattuna viidellätoista pelaajalla pelattavaan rugbyyn. Seitsemän pelaajan rugby on kuitenkin katsojan näkökulmasta erilaista, koska kentällä on paljon enemmän tilaa. Seitsemän pelaajan rugbyn erikoispiirteitä on, että joskus joukkue voi päättää vetäytyä kohti omaa maalilinjaa vastapuolen houkuttelemiseksi ja tilan luomiseksi. Tällöin vastahyökkäyksen luominen onnistuu helpommin.

Seitsemän pelaajan rugbyn asettamat vaatimukset

Koska seitsemän pelaajan rugbya pelataan täysikokoisella kentällä, täytyy pelaajien tehdä paljon töitä ottelun aikana. Tämä tarkoittaa sitä, että pelaajien tulee olla uskomattoman hyvässä kunnossa, ja lisäksi heillä tulee olla nopeutta, taitoa ja kestävyyttä. Tämän vuoksi seitsemän pelaajan rugbya pelaavat ovat usein viidentoista pelaajan rugbyssa takapelaajien, pelaaja 8 tai flänkkerin pelipaikalla.

Rugbyn perustaidot - juokseminen, syöttäminen, taklaaminen ja päätöksenteko - ovat seitsemän pelaajan rugbyssa keskeistä tilan luomisen ja pallon hallussapidon lisäksi.



Seitsemän pelaajan rugby ja olympialaiset

Rugby liittyy uudelleen osaksi olympialaisten ohjelmaa (Rio 2016™), kun seitsemän pelaajan rugby tekee innokkaasti odotetun olympiadebyyttinsä.

Rugby on täydellinen olympialaji, sillä se vahvistaa olympialiikkeen ihanteita reilun pelin ja ystävyuden nimessä. Lisäksi seitsemän pelaajan rugby on eloisa ja jännittävä laji, joka vetoaa paitsi nykyisiin rugby seuraaviin katsojiin, myös laajempaan urheilua rakastavaan yleisöön maailmanlaajuisesti.

Rugbyn muunnelmat - peli kaikille

Rugbyn muunnelmat & pienpelit



Rugbysta on olemassa erilaisia muunnelmia, jotka on suunniteltu pelattavaksi millaisissa olosuhteissa tahansa. Muunnelmiin voivat ottaa osaa kaikenlaiset ihmiset, jotka haluavat asteittain kehittää rugbytaitojaan, kuten esimerkiksi juoksemista, pallonkäsittelyä, puolustuksen ohittamista ja tukipelaamista.

Lippurugby, kosketusrugby ja rannalla pelattava rugby ovat esimerkkejä rugbyn muunnelmista. Esimerkiksi lippurugbyssa pelaajat pitävät vyöllään lippuvöitä, ja taklaukseksi lasketaan lipun irrottaminen pallonkantajan lippuvöistä. Tällöin pallonkantajan tulee syöttää pallo pois kolmen sekunnin kuluessa.

Näiden kontaktittomien rugbymuunnelmien viehätöksistä on, että kaikenikäiset ihmiset sukupuoleen tai kuntotasoon katsomatta voivat pelata yhdessä erilaisilla pelialustoilla ilman loukkaantumisen vaaraa.

Lisäksi rugbymuunnelmien yksinkertaistetut säännöt sekä varusteiden vähäinen tarve tekee niistä ihanteellisia rugbymuotoja aloittelijoiden mukaan saamiseksi.

Alle 19-vuotiaat & Nuoremmat ikäryhmät

Viidentoista pelaajan rugbyssa on erityisiä sääntömuunnelmia, jotka helpottavat nuorempien pelaajien siirtymistä kontaktittomista rugbymuunnelmista täyteen kontaktirugbyyn. Yksityiskohdat alle 19-vuotiaita varten tarkoitetuista sääntömuunnelmista löytyvät World Rugby:n sääntökirjasta tai osoitteesta worldrugby.org/laws.



Seuran löytäminen

Rugbyn henkeen kuuluu kaikkien mukaan ottaminen, joten paikallinen rugbyseura tai mikä tahansa seura missä päin maailmaa tahansa ottaa sinut varmasti lämpimästi vastaan.



Jos haluat pelata itse tai haluat tutustuttaa poikasi tai tyttäresi lajiin, kannattaa lähestyä paikkakuntasi lähintä seuraa. Kansalliselta liitolta saat tietoa maassasi toimivista seuroista.

Vapaaehtoistyö

Vapaaehtoistyö on yksi palkitsevimista tavoista toimia rugbyn parissa. Vapaaehtoisille on tarjolla hyvin monenlaisia tehtäviä, esimerkiksi organisaatio- ja kirjanpitoa, kenttien hoitoa ja valmentajien ja pelaajien avustamista.

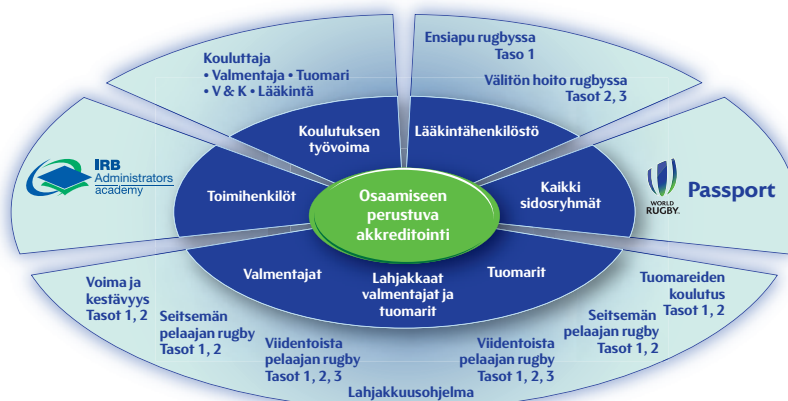


World Rugby koulutus ja opetus

Seuraavaksi

World Rugby järjestää erilaisia ohjelmia, jotka auttavat pelaajia, valmentajia, tuomareita sekä muita sidosryhmiä oppimaan lisää rugbya ja siitä, miten pelin pariin pääsee mukaan.

Lisätietoa osoitteessa
worldrugby.org/passport



World Rugby Passport

Rugby Ready

Ole valmiina • Hallitse riskit
worldrugby.org/rugbyready

Rugbyn säännöt

Tunne peli
worldrugby.org/laws

Valmennus

Tekninen • Suunnittelu
worldrugby.org/coaching

Tuomarointi

Ottelun tarkkailu • Paneelit
worldrugby.org/officiating

Voima & Kestävyys

Ymmärrä fyysisyys
worldrugby.org/sandc

Aivotärähdyksen hoito

Tunnista ja poista
worldrugby.org/concussion

Ensiapu rugbyssa

Tiedä miten reagoida
worldrugby.org/firstaidinrugby

Pidä rugby puhtaana

Taklaa doping - Pidä rugby puhtaana
worldrugby.org/keeprugbyclean

A Beginner's Guide to Rugby Union

WORLD RUGBY
World Rugby House, 8-10 Pembroke Street Lower, Dublin 2, Ireland
Tel. +353-1-2409-200 Web. worldrugby.org

Copyright © World Rugby 2015. Tätä dokumenttia voi jäljentää vain henkilökohtaiseen tai opetuskäyttöön. Kopiointi, vuokraaminen, lainaaminen tai teoksen levittäminen kaupallisessa tarkoituksessa on kielletty.

Jos haluat tietää enemmän, ota yhteyttä lähimpään rugbyseuraan, kansalliseen rugbyliittoon tai mene www.worldrugby.org

