

# IL RUGBY NON È SOLO POTENZA

Disciplina, rigore, altruismo: questi gli insegnamenti di uno sport ritenuto dai più solo violento

E' uno sport sicuramente duro, di combattimento, secondo il gergo degli sportivi, ma la cosa non deve spaventare: nel nostro istinto c'è sempre stata una componente da combattere, fa parte della natura dell'uomo, e il rugby consente di farlo nel rispetto delle regole. La caratteristica principale infatti è il contatto fisico, ma non inteso come zuffa da strada ma nel rispetto del regolamento. In questa disciplina è difficile che ci si annoi, o che si soffra di solitudine, perché in campo prima di una squadra ci va un gruppo di amici.

## La squadra come valore

Il rugby infatti è lo sport collettivo per eccellenza, e sicuramente di contatto; uno sport che richiede oltre a doti fisiche anche virtù morali, ed educative quali la generosità, lo spirito di sacrificio ma soprattutto la fiducia in se stessi. Questo gioco, che i bambini possono iniziare a partire dagli 8 anni, è completo perché esso coinvolge il corpo e lo spirito: il rugby è uno sport di squadra e insegna non solo la destrezza finalizzata a superare l'avversario, ma anche la cooperazione di gruppo, la disciplina e il rigore dell'azione. Giocando a rugby il bambino si realizza pienamente, si costruisce sul piano sociale, affettivo, cognitivo e motorio. Considerando l'orientamento tecnico-atletico di questa disciplina, il lavoro proposto dall'allenatore deve mirare allo sviluppo della coordinazione motoria, della destrezza, della rapidità, della mobilità articolare, della velocità, della resistenza generale e della forza. Il rugby propone innumerevoli combinazioni, e per questo può essere considerato un gioco di grossa intelligenza anche quando entrano in causa forze brutali. Tutto quanto durante una partita richiede un lavoro di squadra: dalla conquista all'utilizzo e alla segnatura di ogni singolo pallone, e tutto lo si fa per raggiungere la vittoria, che difficilmente è il premio della squadra fortunata, ma è gratifica della squadra che meglio gioca.

## Le regole del gioco

Il rugby è uno sport collettivo di combattimento dove due squadre si affrontano a viso aperto, e affinché questo "scontro" sia permanente, bisogna che gli avversari siano davanti ed i compagni dietro. Il confronto è sicuramente duro, ma leale, ed il rispetto dell'uomo è prioritario, totale. Il Rugby è uno sport collettivo differente da tutti gli altri, in quanto il regolamento, per dare pari opportunità per il possesso del pallone, permette alla squadra che non è inizialmente in possesso, di poter, attraverso il Placcaggio, fermare l'avversario per arrestare l'avanzamento e recuperare il pallone. La volontà di avanzare delle due squadre, l'una per segnare, l'altra per impedire di segnare, porterà al placcaggio.

Da questo dialogo di corpi, da questa espressione corporale Individuale e Collettiva, da questa opposizione tra le due squadre e dall'equilibrio che si determina, nasce il gioco.

Le quattro regole fondamentali del rugby sono: la meta (segnare la meta), il diritto alla difesa (pari opportunità per il possesso), il fuorigioco (avversari davanti - compagni dietro), il tenuto (riuscita del placcaggio). Si dice in gergo che durante la partita il pallone "deve continuare a vivere". Il problema della vita del pallone passa attraverso la sua conservazione e la sua riutilizzazione (o il suo recupero e la sua riutilizzazione) ed è il momento in cui si manifesta una dimensione fondamentale del rugby: il sostegno. Quando chi possiede la palla è in difficoltà, i suoi compagni lo aiutano e nel fondersi con lui fanno nascere la solidarietà dei corpi, dove il giocatore non è mai lasciato solo. Questo sostegno ha un senso sociale prima che tecnico: si deve aiutare il compagno quando è in difficoltà. Non si può lasciarlo solo e ogni giocatore deve anticipare il proprio intervento per evitare che egli perda il pallone, perché l'altra squadra ha il diritto di intervenire e recuperare questo pallone. E' la qualità umana e tecnica di questi sostegni che porterà alla

conservazione o al recupero del pallone. I giocatori giunti in sostegno per la conservazione ed i giocatori giunti in sostegno per il recupero, si affrontano, per la vita del pallone o per la sua morte (con la morte del pallone si avrà arresto del gioco, che ripartirà da una mischia, una touche o un calcio di punizione). Ogni giocatore è sempre utile, mai inattivo, sempre vigile e attento: pensa per sé e per gli altri.

Matteo De Matteis