

Errugbia

ARAUDI EGOKITZAPENAK



IXko Errugbia

1. JOKALEKUAREN ETA ATEEN NEURRIAK.

1.1. - Jokalekuaren forma eta neurriak.

Jokalekuak 30 metro izango ditu zabalean eta 50 metro luzean, gehi 3-5 metroko entsegu eremuak, entsegu marraren atzean. .

Marra batzuk markatuko dira entsegu marrarekiko paraleloan, marra horretatik 10 metrora (22ko marraren eginkizun berarekin).

Ez da zutoinik jartzen, ez baita zigor kolperik jaurtitzen.

2. TALDEEN OSAERA JOKALARIAK TXANDATZEA ETA ALDATZEA.

2.1. - Taldeen osaera.

a) Jokalariak aktan.- Gehienez 18 jokalaria apuntatuko dira aktan eta gutxienez 9.

b) Jokalekuko jokalaria.- Joko eremuan, eta aldi berean, talde bakoitzeko gehienez ere 9 jokalaria egongo dira.

2.2. - Jokalariak txandatzea eta aldatzea.

Nahi beste ordezkoko jokalaria eduki daitezke, eta aldaketak egingo dira jokoa etenda dagoenean edo jokalariren batek min hartzen duenean.

3. PARTIDEN IRAUPENA.

Partidak kontzentrazio fasean jokatuko dira. Talde bakoitzak hiru partida jokatuko ditu. Partidak 7 minutuko bi zati izango ditu, eta 5 minutuko atsedendia egongo da bi zatien artean. Partida batetik bestera gutxienez 10 minutu egon beharko dira.

4. MATERIALA.

4.1. - Baloia.

4 zk.-ko baloia

4.2. - Babesgarriak

Jokatzeko, nahitaezkoa izango da aho babesgarri bat eta bota takoaniztunak erabiltzea.

5. ARAU TEKNIKOAK.

5.1. - Jokatzeko modua.

a) *Partida baten hasiera.*- Zelai erdian, baloia lurrian dela ostikoz joko da. Aurkariak bost metrora egon behar dute. Baloiak 5 metro zeharkatu behar ditu. Entsegu baten ondoren, entsegua jaso duen jarriko du baloia jokoan, aurretik aipatutako modu berean.

b) *Ostikoei buruzko mugak* - Jokaleku guztian jokatu ahal izango da oinekin, betiere baloia ostikoz jotzen duenaren eskuetatik irteten bada. INOIZ ezingo da baloia ostikoz jo lurrian baldin badago.

Baloia kanpora irteten bada:

- **Zeharkako ostikoz:** Touch sarea baloia irteten den lekutik egingo da, entsegu marratik gutxienez 5 metrora.
- **Entsegu marratik edo eremu hori baino 10 metro gutxiagotik (22ko zona) zuzeneko ostikoz:** Touch sarea baloia irteten den lekutik egingo da.
- **Entsegu marraren eremua (22ko zona) baino 10 metro haragotik zuzeneko ostikoz:** lehen aldiz ukitua izan den lekua.

5.2. - Tanteoa.

a) *Entsegua.*- Jokalari batek baloia jartzen duenean, esku batekin edo biekin, aurkariaren entsegu marran: 5 puntu. Baloia lurrera botatzen bada, ez du balio.

Errugbia

ARAUDI EGOKITZAPENAK



5.3. - Plakaketa.

Plakaketa nahitaez bi besoekin egin behar da eta **betiere gerri parean**. **Gerritik gorako plakaketa guztiak zigortu egingo dira**. Debekatuta dago eskuz zangozabatzeara.

5.4. - Melea

Mele hezigarria. **TALKARIK GABE**. Hiru hiruren aurka, bultzik egin gabe. Baloia sartzen duen taldeak irabazten du jabetza. Jokoz kanpoko marrak 5 metrora. Formazioa 3 urratsetan:

1. Makurtu
2. Ukitu
3. Sartu

Meleko erdilariak atzerapenik gabe sartuko du baloia. Aurkaria alboan jarriko zaio, ez dio baloiari jarraituko, melearen atzealdean jar daiteke, ardatzean.

5.5. - Maul.

Teknika indibiduala da, blokeatuta dagoen jokalaria baten eskuetan dagoen baloia askatzeko edo berreskuratzeko. Jokalekuan gertatzen da eta talde bakoitzeko jokalaria batek edo gehiagok osatzen dute, zutik eta elkar ukituz, baloia duen jokalaria inguratzen dutela.

5.6. - Ruck.

Gutxienez talde bakoitzeko jokalaria bat, zutik, elkar ukituz, baloia lurrean, euren azpian dutela.

5.7. - Faltak eta sakeak

Joko desleiala: Jokalaria zigortuko da, eta ez taldea. Araua urratu duen jokalaria ren lekuan beste bat sartuko da. Faltaren larritasunaren arabera, gutxienez 3 minuturako kanporatuko da, baina betiere epaileak erabakiko du. Joko desleialaz zigortu den taldeak ez baizik eta besteak egingo du sakea, falta egin den lekutik, alboko marratik eta/edo entregu marratik 5 metrora. Aurkariak 5 metrora jarriko dira. Ezingo da melearekin aldatu.

22ko sakea: Entsegu marratik 10 metrora. Jaurtiketa librea Aurkariak 5 metrora jarriko dira.

Aurreranzko pasea (avanti) edo jokatu ezin den baloia: Melea izango da araua urratu ez duen taldearen alde. Falta izan den lekuan, alboko marratik edo entregu marratik 5 metrora. Melea ez da inoiz errepikatuko. Jaurtiketa librea Salbuespenez, faltarik egon ez delarik, jaurtiketa librea izango da baloi sartzea alde zuen taldearentzat.

Falta jaurtiketa: Jaurtiketa librea.

Jaurtiketa librea: Falta egin den lekuan, alboko marratik edo entregu marratik 5 metrora. Aurkariak 5 metrora. Ezingo da melearekin aldatu.

Touch sakea: Baloia irten den lekuan, entregu marratik gutxienez 5 metrora. jaurtitzaille 1, 2 jauzilari, hartzaile 1. Aurkariak ere berdin jarriko dira, parean. Jauzilariari ez zaio lagunduko.

Baloi jabetza lortzeko lehiatuko dira. Lerrokaduraren hasiera 3 metrora alboko marratik. Lerrokaduraren amaieran erasoko azken jokalaria egongo da. Jaurtitzaillearen aurkaria 1,5 metrora jarriko da lerrokaduratik eta baloia jokoan jartzeko lerrotik. Hartzailea 1,5 metrora lerrokaduratik. Baloia jokoan azkar jar daiteke, **jokoz kanpoko marrak errespetatuz**. Parte hartzen ez duten jokalaria 5 metrora jarri beharko dira, eta baloia $\frac{3}{4}$ marrara jaurti daiteke zuzenean. Jaurtiketa partziala zigortu egingo da.

5.8. - Epaileak txistua jotzen duenean: Baloia duen jokalaria berehala utziko du falta izan den gunean; bestela, jaurtiketa batekin zigortua edo aldatua izango da.

5.9. 5 entreguren aldea: 5 entreguren aldea dagoenean, berdin da zein unetan den, emaitza behin betikoa izango da, eta taldeak orekatu egingo dira harik eta partida amaitu arte.

ARAUDI HONETAN JASO GABEKO KASUETAN XVeKO ERRUGBI ARAUDIA ERABILIKO DA.

Errugbia



ARAUDI EGOKITZAPENAK HEZIKETA ETA PRESTAKUNTZA HELBURUAK ALEBIN KATEGORiarako

11 URTEtik BEHERAKOAK		
Joko dinamikoa	<ul style="list-style-type: none"> Jokoaren jarraipena ziurtatu blokeoa saihestuz. Taldekidea kontuan izan. Baloia daramana harrapatu. 	<ul style="list-style-type: none"> Baloia duenaren ardatzean kokatu. Baloia errelebuka pasatu. Baloia duena egonarazi. Baloia daramana plakatu. Defendatu, hurbil dagoen kide batekin batera.
Kontaktuak eta borrokkak kudeatu	<ul style="list-style-type: none"> Taldekatzeeetan sartu. Baloia erabilgarri mantendu. 	<ul style="list-style-type: none"> Eginkizun guztiak gauzatzen direla ziurtatu: berreskuratu, babestu, bultza egin, lagundu. Gorputza egokitu kokatu. Hankak tolestu, orekatuta egon. Baloia aurkariarengandik urrundu mugituz
Joko jaurtiketak	<ul style="list-style-type: none"> Abantaila marra berehala gainditzeko kokatu. 	<ul style="list-style-type: none"> denak batera aurrera egin berriro kokatu berehala baloia duenari laguntza emateko aukerak antolatu
Arauk bete	<ul style="list-style-type: none"> Oinarrizko arauak sartu. Jokoz kanpoko errespetatu fase estatikoen inguruan. Touch eta mele arauak bete 	<ul style="list-style-type: none"> Plakaketan inplikatu. Bizkarra eta burua egoki kokatu, eta besoak bildu. Berriro kokatu taldekideei laguntzeko. Falta gutxi egin. Minik ez eman. Minik ez hartu. Melean bizkarra egoki kokatuta dagoela arretaz zaindu. 1. agindua, "Makurtu": jokalaria makurtuta kokatuko dira, eta buruak ondo jarrita Taldekideei helduta jartzen dira. 2. agindua, "Ukitu": aurkariari ukitzen diote sorbaldan. 3. agindua, "Sartu": Aurkariakin bat egiten dute ukitu gabe eta meleko erdilariak baloia sartzen du. Debekatuta dago nahita norbere burua lurrera botatzea. Debekatuta dago squeeze ball-a. Ruck/maul-era sartu abiada hartu gabe.