

**Filip Ujaković**  
Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu

**Stručni rad**

## PRIMJENA RAGBIJA U ŠKOLSKOM SPORTU

### UVOD

*„...ali trebaš raditi snažno i inteligentno da bi postao dobar igrač”.*

*Clive Woodward (2005)*

Sportske su igre društveno duboko u našoj kulturi. Filozofija naše nacije, kao i filozofija većine drugih prepoznala je važnost sportskih igara za razvoj mlade i senzibilne osobe. Naši pedagozi konstantno ukazuju na kognitivnu, društvenu i kulturalnu važnost sportskih igara za razvoj djece. To ukazuje da naš aspekt čovjeka kao igrača nije samo prilika čovjeka da se spontano rekreira, već potreba za izazovom da se pokaže u istoj vrijednosti. Ragbi je igra koja ima idealno okruženje za sposobnost iskazivanja sva tri čovjekova aspekta življenja kao mislioca, radnika i igrača. (J.E. Kane, ravnatelj Instituta za visoku edukaciju, London, 2005).

### ZAŠTO RAGBI?

Ragbi je igra trčanja, guranja, dodavanja, obaranja, pucanja u kojoj je uključeno cijelo tijelo, koja utječe na razvoj većine motoričkih i funkcionalnih sposobnosti. Igra u kojoj se individualnost potiče, ali je nemoguća bez timskog rada. Igra s velikom tradicijom sportske kulture, uzajamnog poštivanja svojih i suparničkih igrača te je kao takva prepoznata diljem svijeta kao nezamjenjiv dio razvoja djetetovih antropoloških karakteristika te kognitivnih i konativnih sposobnosti i osobina. Okruženje u ragbiju daje djetetu osjećaj pripadnosti i aktualizacije te unatoč tome što je sport u nekim situacijama grub igrač osjeća poštovanje svojeg suigrača. Ragbi je igra koja se igra u 120 zemalja diljem svijeta, u počecima se igrao isključivo kao akademski sport odakle je i potekao, sa Sveučilišta Rugby u Engleskoj. Iako je zastupljen na svim kontinentima i u svim staležima, ragbi je i dalje ostao primarno akademski sport.

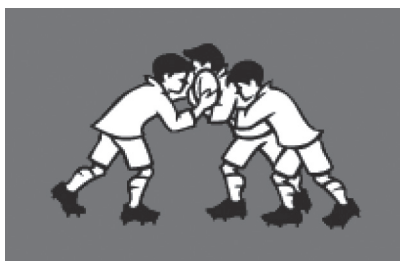
### ISKUSTVA IZ FRANCUSKE

Sredinom dvadesetog stoljeća francuski fiziolog Tissie u procesu modernizacije francuskog školskog sportskog sustava je tražio da se uz švedski gimnastički sustav u školama uvedu sportske igre. Poseban naglasak je stavljao na ragbi, jer po njegovim

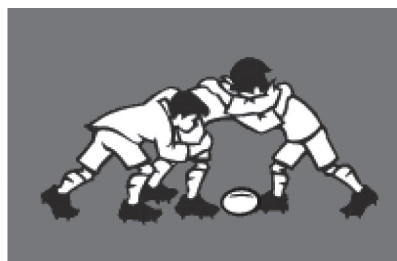
riječim, „Reci mi kako igrač i ja ću ti reći tko si”, ragbi je bio idealno okruženje za razvoj mladih. (Terret, 1999)

### UVOD U RAGBI IGRU

Ragbi je igra gdje dvije momčadi na igralištu do 100 metara dužine i 70 metara širine različitim tehnikama nošenja, dodavanja, pucanja i polaganja lopte pokušavaju postići što više poena te momčad koja postigne više poena je pobjednik. U seniorskom i juniorskom ragbiju svaka momčad broji 15 igrača te svaki od njih ima svoju poziciju pa tako i zadaću koju mora izvršavati kao igrač. Igrači su raspoređeni u dvije skupine: Skup koji se sastoji od osam igrača te linija u kojoj su ostalih 9 igrača. Ako je igrač oboren, taj igrač mora pustiti loptu iznad koje se formira otvorena formacija na podu pod imenom *rak*, a ako je igrač zaustavljen na nogama formira se otvorena formacija *mul*. Svrha *raka* i *mula* je da igra ima kontinuitet. *Linijski aut* i *donji skup* su dvije zatvorene formacije u ragbiju te su tako dva značajna faktora u ragbi igri. *Donji skup* se formira nakon prekida u igri kao početak novog napada, a *Linijski aut* kao formacija izvođenja auta. Zgoditak se postiže na način da igrač postavi loptu u prostor za zgoditak i donosi 5 bodova te se može pretvoriti sa slobodnim udarcem u rašlje što donosi još 2 boda. Bodovi se još mogu postići slobodnim udarcem koji se daje ako igrač povredi pravila igre te poluvolejem iz igre. Oba vrijede po 3 boda.



*Slika 1. Formacija „Mul”*



*Slika 2. Formacija „Rak”*

Formacija *mul* nastaje kao rezultat zaustavljanja igrača s loptom na nogama. Formacija *rak* nastaje kao rezultat obaranja igrača a loptom na pod.



*Slika 3. Formacija „Linijski aut”*



*Slika 4. Formacija „Donji skup”*

### RAZLIČITI MODALITETI RAGBI IGRE U ŠKOLSKOM SPORTU

Različiti modaliteti ovog sporta siguran su put za razvoj mladih igrača te tako postoji:

#### **U8 ragbi**

Verzija za djecu do 8 godina koji na smanjenom terenu (40x30m) igraju s 8 igrača u svakoj momčadi bez formacija *linijskog auta* (slika 3) i *donjeg skupa* (slika 4). Sudac je aktivan sudionik igre ne samo kao kontrolor pravila već kao i odgajatelj i učitelj. Ovom verzijom se postiže sigurnost, ali se pri tome zadovoljava dječja potreba za natjecanjem.

#### **U10 ragbi**

Verzija za djecu od 8 do 10 godine koji na smanjenom terenu igraju s 9 igrača u svakoj momčadi bez formacija *linijskog auta* i *donjeg skupa*, jer su djeca i dalje u dobi univerzalne sportske škole. Ali sudac više nema ulogu učitelja već samo kontrolora igre.



*Slika 5. Ragbijaši dječje dobi*

### U12 ragbi

Verzija za djecu od 10 do 12 godine koji na smanjenom terenu (60x40m) igraju s 10 igrača u svakoj momčadi te se prvi puta uvodi formacija *donjeg skupa*, ali ne formacija *linijskog auta*. Donjeg skupa je formiran od 3 igrača, ali je zabranjeno natjecanje za loptu već služi samo kao početak reseta igre. Ulaskom djece u osnovnu sportsku školu počinje temeljna sportska priprema pa se radi toga počinje sa zatvorenim formacijama *donjeg skupa*.



Slika 6. Donji skup mladih ragbijaša

### U14 ragbi

Verzija za djecu od 12 do 14 godine koji na smanjenom terenu (70x40m) igraju s 12 igrača u svakoj momčadi te se po prvi puta uvodi formacija *linijskog auta*, a skup je sastavljen od 5 igrača, te počinje faza sportske specijalizacije.

Još postoje dvije verzije ragbija koje su se modificirale nedostatkom uvjeta, a to su „Touch” ragbi i „Tag” ragbi. Obje su bezkontaktne verzije ragbija, ali imaju ista pravila kao i osnovna verzija ragbija. U „Touch” ragbiju igrač umjesto obaranja i zabijanja mora igrača dotaknuti s dvije ruke i reći „Touch” te se igrač mora zaustaviti i dodati loptu, a u „Tag” ragbiju igrači nose vrpce oko struka te svaki put kad mu protivnički igrač skine vrpce on mora stati i dodati loptu.

### Temeljna pravila i osnove treninga u ragbiju

Trening u ragbiju ovisi o dobi, spolu i razini sposobnosti igrača s kojima se radi. Trening se principom sustavnosti i postupnosti prilagođava i modificira tijekom

sazrijevanja igrača. Igra mora biti primarna metoda učenja u mlađim dobnim skupinama. Za vrijeme osnovne škole ragbijaški treninzi bi se trebali odvijati dva puta tjedno kao dio izvan nastavnih školskih aktivnosti, a u srednjoj školi tri puta tjedno. Zbog jednostavnosti organizacije i kratkog trajanja utakmica u toj dobi turnirski sustav natjecanja je idealan tijekom osnovne škole. Nakon završetka osnovne škole igrači bi se uključivali u sustavni klupski trening.

Temelj treninga ragbija mlađih kategorija metodika treniga se svodi na višestrani razvoj s naglaskom na kordinacijske sposobnosti i osnovna tehničko-taktička znanja u ragbiju te se s vremenom daje naglasak na učenje specifičnih pozicijskih tehničko-taktičkih znanja i razvoj bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti. Uvodni i pripremni dio treninga se temelji na razvoju osnovnih ragbi kretanja. To su igre trčanja, puzanja, hodanja, guranja, hrvanja...). U glavnom dijelu treninga radi se na razvoju osnovnih tehničko taktičkih znanja i temeljnih kondicijskih sposobnosti.

U mlađoj se sportskoj dobi zbivaju velike promjene tijekom rasta i sazrijevanja djeteta sportaša, osobito tijekom izgrađivanja kondicijskih sposobnosti, sportske tehnike i taktike te, što je posebno važno, formiranja navika i pozitivnih karakteristika ličnosti. (Milanović, 2010)

## ZAKLJUČAK

Iako je ragbi u Hrvatskoj više od pedeset godina on nije dobio na značajnosti unatoč svim njegovim pozitivnim karakteristikama. Poučeni iskustvima izvana gdje je ragbi neizostavan dio školskog sporta, pokušali smo predstaviti ragbi kao sport koji potiče zdrav i potpun razvoj djece i madih. Uspješan razvoj djece i mladih mora biti temeljen na širokom spektru različitih sposobnosti, osobina i znanja, a ragbi je idealan sport za to. Na temelju ovog rada može se predložiti da ragbi postane dio Hrvatskog školskog sportskog sustava i da ga se uključi u sustav natjecanja na lokalnoj, regionalnoj i državnoj razini.

## LITERATURA

1. Greenwood, J. (2005). Total Rugby. A&C Black, London
2. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
3. Bompa, T., Claro, F. (2009). Periodization in Rugby. UK: Meyer&Meyer Sport
4. Chandler, T.J.L., Nauright, J. (1999). Making the rugby world: race, gender, commerce. Frank Cass&Co, London

## Slike

1. [davelintott.photoshelter.com](http://davelintott.photoshelter.com)
2. [rugby.com.au](http://rugby.com.au)

## APPLICATION OF RAGBI IN SCHOOL SPORT

### ABSTRACT

Ragbi is a sport that falls to a category of sport games, and with that is an ideal activity for full psycho-physiological development of kids and adolescents. Proof for that is that despite the fact rugby became a professional sport in numerous countries, in his essence it stayed an academic sport because it is irreplaceable part of education from preschool to university level. That is the reason why I suggest that rugby should be part of Croatian school sport and its competitions on all levels.

*Key words: ragbi, psycho-physiological development, school sport*