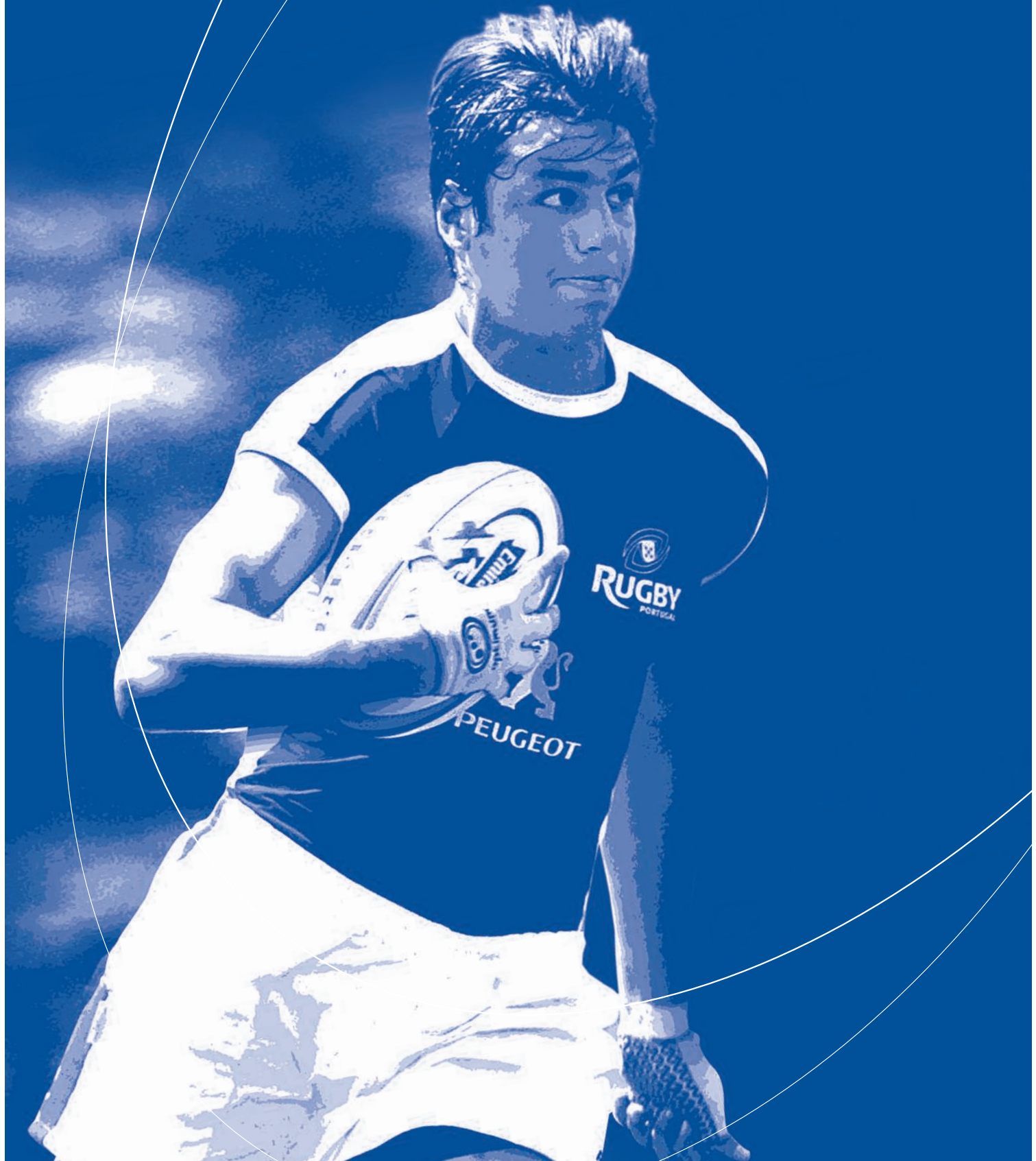


**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ
ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО РЕГБИ-7**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ПО
ТРЕНЕРСКОЙ РАБОТЕ ПО РЕГБИ-7**





Тренерская работа по регби-7

Практическое руководство по тренерской работе по регби-7

Содержание

Общий обзор	3
Обзор целевых результатов	5
Обзор целевых показателей эффективности игры	6
Общие ошибки в регби-7	7
Подробное описание целевых результатов	9
Нападение	
Получение мяча	9
Сохранение мяча	9
Создание пространства	10
Прохождение вперед с использованием пространства	16
Игра поддержки	21
Защита	
Борьба за мяч	22
Отказ в пространстве	22
Захват игрока с мячом	31
Возвращение мяча	32
Подробное описание целевых показателей эффективности игры	33
Нападение	
Получение мяча	33
Сохранение мяча	43
Создание пространства	45
Прохождение вперед с использованием пространства	47
Игра поддержки	57
Защита	
Борьба за мяч	59
Отказ в пространстве	62
Захват игрока с мячом	65
Возвращение мяча	65
Ответственности по позициям и отбор	67
Хавбэк/ полузащитник схватки	67
Хукер	67
Отбор команды	68

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ
ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО РЕГБИ-7
ОБЩИЙ ОБЗОР**



ОБЩИЙ ОБЗОР



Общий обзор

Предисловие

Добро пожаловать в Практическое руководство по тренерской работе по регби-7 Международного совета регби. Это рабочее пособие разработано для использования тремя различными способами:

- в качестве самостоятельного ресурса,
- в качестве вспомогательного пособия в дополнение к Вводному курсу по регби-7 – Уровень 1.
- в качестве вспомогательного пособия к Курсу развития навыков по регби-7 – Уровень 2.

Если вы принимаете участие в курсе, то этот ресурс будет использован в помощь развитию ваших навыков как тренера по регби-7.

Присутствие спорта в жизни человека несет огромную пользу для социального, физического и личного развития, а также расширения культурного кругозора. Регби – уникально всесторонний спорт, и вы, как тренер, можете оказать настоящее влияние на личное развитие игроков, их чувство принадлежности коллективу и самоуважение.

Уровень 1 курса по регби-7 нацелен на то, чтобы дать новым тренерам практические инструменты, которые помогут им вести тренерскую работу по регби-7. Этот курс можно пройти только посредством его прослушивания. После прослушивания курса участник получает соответствующий сертификат Международного совета регби.

Уровень 2 курса по регби-7 – курс с аккредитацией и нацелен на развитие тренеров по регби-7, которые уже обладают определенным опытом. Этот курс более подробно изучает процесс тренерской работы и технические аспекты регби-7, и содержит официальную оценку. На протяжении курса у вас будет возможность отработать свои тренерские навыки на практике. Воспользуйтесь этой возможностью, для того чтобы обменяться мнениями и знаниями со своими коллегами и преподавателем IRB. Эти возможности также формируют основу для оценки результатов прохождения курса.

Я искренне надеюсь, что вы получите удовольствия от чтения пособия и (или) участия в курсе.



Марк Харрингтон

Менеджер по обучению, Международный совет регби

Благодарность

Мы искренне признательны автору и редакторской команде за преданность делу и приложенные усилия, а также консультативной команде за внесение вклада в разработку этой образовательной программы.

Автор:

Ли Смит

Консультант:

Джон МакЛин, Директор Регби, Регбийный клуб Университета Дублина

Оформление и печать:

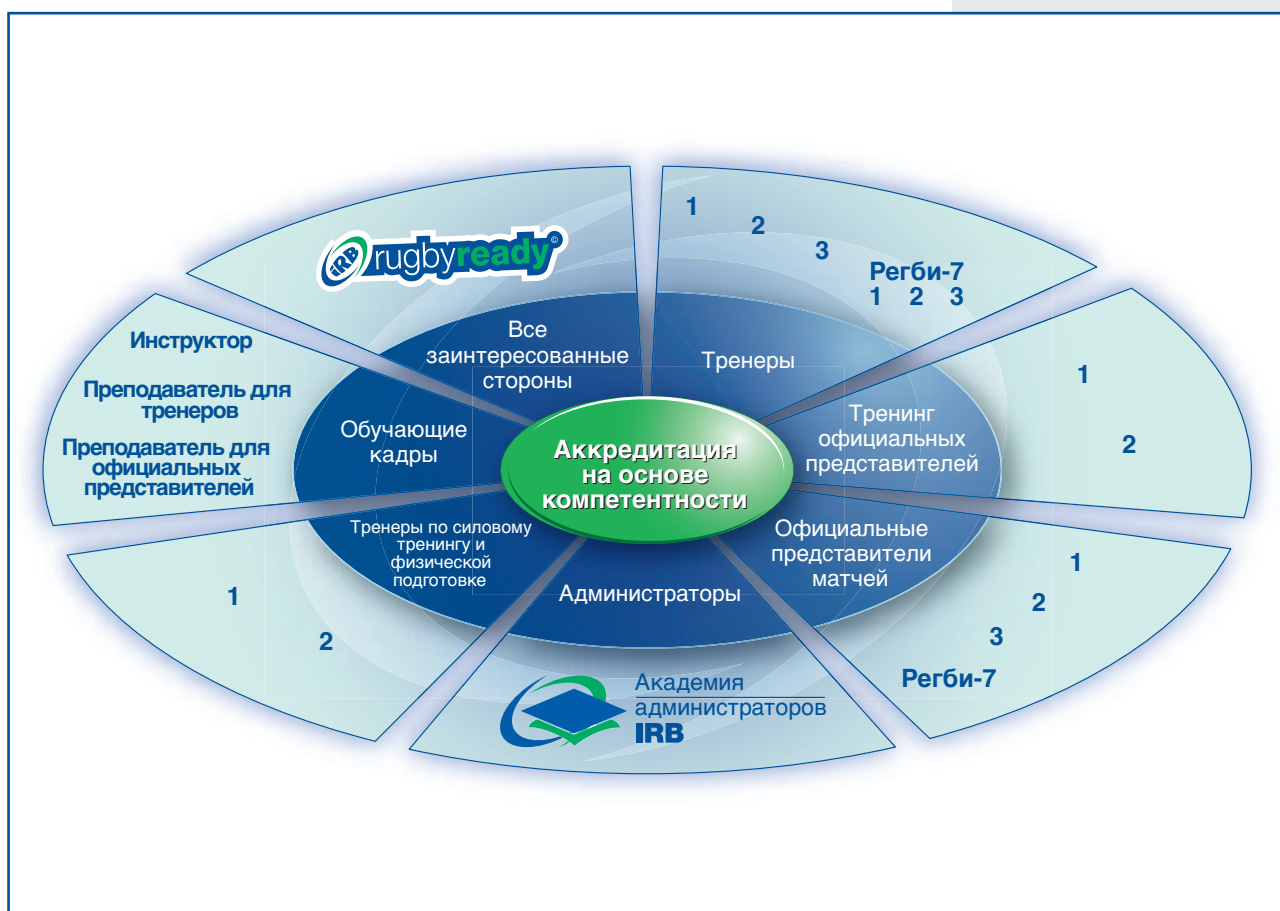
*Компания "Sport Development"
www.sport-development.com*

О данном пособии

Данный ресурс, прежде всего, является общим курсовым пособием для уровней 1 и 2 по Тренерской работе по регби-7 Международного совета регби. При прохождении соответствующего курса, это рабочее пособие может быть дополнено соответствующими рабочими тетрадями.

Заметки для преподавателя можно отдельно запросить у Международного совета регби.

Тренировочные и подготовительные курсы Международного совета регби (IRB)



Учебные и подготовительные курсы Международного совета регби (IRB) претерпели значительные изменения с середины 90-х годов и регулярно дорабатываются с использованием экспертизы союзов-членов IRB и навыков тренеров IRB, которые являются "экспертами по содержанию".

С 2006 года снабжение IRB было увеличено для предоставления помощи большему количеству заинтересованных сторон, как это показано на схеме, приведенной выше. Теперь все курсы основаны на компетентности и разработаны для того, чтобы предоставить обучение и тренинг, которые соответствуют рабочему контексту тренеров и официальных представителей игры.

К тому же, все курсы Международного совета регби теперь проводятся только преподавателями, имеющими лицензию IRB, которые продемонстрировали свои технические и презентационные навыки на уровне предусмотренных стандартов. Регистрация и сертификация проводятся в головном офисе Международного совета регби в Дублине, Ирландия.

Введение в регби-7

За последние несколько лет игра в регби-7 набрала большую популярность, и на сегодняшний день в мире проводятся несколько международных соревнований по этому виду спорта.

На удивление трудно найти литературу, посвященную регби-7. Тренеры высшего уровня – занятые люди, которые напрямую вовлечены в тренерскую работу с национальными командами.

Это руководство было написано как официальный вклад в продолжение обсуждения и разбора игры, которые проводились больше неофициально, чем официально.

Пособие не является окончательным, для такой быстроразвивающейся игры как регби-7 не должно существовать окончательных пособий. Тем не менее, оно представляет структурный подход к анализу игры и её содержанию, что послужит отправной точкой для тренера в разработке планов игры, комбинаций игры и тактики для команды.

Независимо от того в каких целях используется регби-7: для развития талантливых игроков для национальной сборной или для популяризации игры в союзах, где мало кто знает о регби, - её потенциал может только возрасти с помощью знающей и структурированной тренерской работы.

Цель пособия

Цель данного пособия – предоставить информацию тренерам по регби-7 о том, как работать с игроками на их уровне способностей, основываясь на понимании игры.

Обзор целевых результатов

НАПАДЕНИЕ

- Отыграть мяч,
- сохранить мяч,
- создать пространство,
- пройти вперед, используя это пространство,
- обеспечить поддержку,
- набрать очки.

ЗАЩИТА

- Вести борьбу за мяч,
- отказать в пространстве,
- захватить игрока с мячом,
- отыграть мяч.



Обзор целевых показателей эффективности игры

Вопрос: как можно достичь целевых результатов?

Ответ: путем использования навыков, комбинаций, тактик нападения и защиты.

НАПАДЕНИЕ

- **Отыграть мяч**
 - Начальные удары,
 - схватки,
 - коридоры.
- **Сохранить мяч**
 - Игра руками,
 - построение,
 - боковое пространство,
 - линейное пространство.
- **Прохождение сквозь защиту**
 - До захвата,
 - в захвате и через захват,
 - поддержка,
 - боковая поддержка,
 - линейная поддержка.

ЗАЩИТА

- **Борьба за мяч**
 - Повлиять на аккуратность передачи мяча командой соперника при схватках и коридорах, чтобы ограничить их возможности.
- **Отказ в отдаче пространства**
 - Передвижение вперед, сохраняя построение.
 - Защита «игрок на игрока» или защита по зонам – способность адаптироваться от одного метода к другому.
 - Закрытие пространства сзади посредством использования «свипера».
 - Отказ в пространстве для того, чтобы ограничить время и вынудить нападение перестроиться в более глубокую формацию.
 - Защита изнутри наружу, а не снаружи внутрь.
- **Захват игрока с мячом**
 - Захват с целью остановки бегущего вперед игрока с мячом,
 - захват с целью перехвата мяча,
 - использование серии захватов.
- **Выигрыш мяча/ нападение**
 - Поддержание определенной глубины, чтобы игроки могли ускорить движение к мячу. Свободный мяч на земле – быстро поднять и передать мяч в пространство.
 - Сохранение бдительности.
 - Немедленное использование отсутствия «свипера» после перехвата мяча.



Список параметров при отборе команды

Приоритеты

- Скорость,
- навыки игры руками,
- навыки обхода соперников,
- выполнение захватов и подбор свободного мяча,
- анаэробная физическая форма,
- особые навыки:
 - пробитие мяча по воротам,
 - коридор/ схватка,
- самообладание для поддержания командной дисциплины и структуры.

Наиболее распространенные ошибки в регби-7

- Игроки выстраиваются недостаточно глубоко, так что им приходится снижать скорость и уходить назад для получения мяча.
- Поддержка по ширине поля вместо линейной поддержки непосредственно из-за игрока с мячом.
- Отсутствие дисциплины под напором соперника, приводящее к потере комбинации при нападении или защите.
- Плохая подготовка: отсутствие игровой комбинации для наиболее часто повторяющихся ситуаций, как при нападении, так и при защите.
- Скопление игроков при нападении приводит к тому, что команда защиты перехватывает мяч у игрока с мячом и обходит игроков на флангах.
- Игра в одиночку и изоляция от своих товарищей по команде.
- Вовлечение слишком большого количества игроков для борьбы за мяч в раке или моле. Лучше использовать одного или двух игроков, тогда при выигрыше мяча у команды будут игроки для ведения нападения, в противном случае - для защиты.

ЗАМЕТКИ

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ
ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО РЕГБИ-7
ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ ЦЕЛЕВЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**



ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ ЦЕЛЕВЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ



Подробное описание целевых результатов

НАПАДЕНИЕ

Получение мяча

Как и во всех других видах регби, выигрыш мяча и его сохранение являются первоочередными задачами команды. Поэтому, схватки, коридоры и начальные удары несут на себе большое значение, хотя в регби-7 их не так много.

Так как в регби-7 можно набрать большое количество очков, первым приоритетом будут начальные удары. Учитывая небольшие нарушения, вторым приоритетом будут схватки, и коридоры будут последним приоритетом, так как обычно команды стараются избежать выхода мяча в аут. В разделе "Целевые показатели эффективности игры" будет описано, как отыгрывать мяч в стандартных ситуациях.

Сохранение мяча

Игроки должны суметь сохранить мяч, даже если соперник оказывает на них давление. Для сохранения мяча они могут оставаться на месте или даже отойти назад.

Как только игрок оказывается на земле, он должен освободить мяч. Именно поэтому для сохранения мяча фундаментальное значение несет физическая способность игрока с мячом расширить опору при контакте и перенести центр тяжести ниже, чтобы предотвратить падение на землю.

Игрок должен уметь предоставить мяч своему игроку поддержки путем разворота к сопернику боком или спиной и удерживания мяча таким образом, чтобы товарищ по команде смог войти в контакт и обеспечить сохранение мяча.

Игроку поддержки следует входить в контакт плечом чуть выше мяча. Для того чтобы игрок поддержки смог продолжить движение вперед в контакте, игроку с мячом следует держать мяч примерно на уровне пояса. Игроку поддержки следует не только обеспечить сохранение мяча и двигаться вперед, но также связаться одной рукой с игроком с мячом, чтобы сохранить равновесие. Таким образом, игрок с мячом остается на ногах, и мяч не придется разыгрывать немедленно, как при захвате.

Как только обеспечена сохранность мяча, игроку поддержки следует быстро передать мяч другому игроку в пространство, чтобы нападение смогло снова настроиться на атаку и принять соответствующее построение.

Если игрок с мячом падает на землю, он должен немедленно откатиться от мяча или передать мяч назад из захвата, чтобы еще раз отыграть



Сохранение мяча

Думает ли игрок с мячом о "пути к отступлению", чтобы сохранить мяч?

пространство для возобновления нападения. Цель – как можно быстрее передать мяч в сторону от игроков, сгруппированных вокруг захвата. Игроки, которые были захвачены сбоку и уводятся соперником в сторону, должны немедленно упасть на землю, чтобы восстановить баланс построения, потерянного в результате захвата.

Во всех случаях игроки должны попытаться войти в захват на своих условиях. Это требует умения предугадать, когда и как произойдет контакт, чтобы игроки немедленно знали, что нужно сделать и могли выполнить это до того, как начнется борьба за мяч.

Создание пространства

Пространство существует в двух направлениях, оно может быть боковым – по ширине поля, или линейным – вдоль поля.

Боковое пространство

Боковое пространство по ширине поля может быть создано с помощью расположения товарищей по команде при нападении.

Конечно же, самый лучший способ сохранить мяч – избежать контакта вообще. Движение мяча к игроку в пространстве, который, в конечном итоге, прорвется вперед, является идеальным сценарием, так как все игроки останутся в игре с возможностью получения мяча.

Когда мяч находится в той части поля, где наблюдается скопление игроков, его следует немедленно передать в свободное пространство. Для того чтобы обеспечить наличие игровых вариантов, игроки не должны скапливаться в одном месте, а должны распределиться по ширине поля. Лучше всего передавать мяч в свободное пространство пасом, тем не менее, во время матча это не всегда возможно. В таком случае можно перекатить мяч назад по земле или отбить мяч назад товарищу по команде коротким ударом ноги.

Исключением является та ситуация, когда игра ведется вблизи зачетного поля. Здесь игроку, получающему мяч, следует пройти вперед как можно дальше, одновременно помня о том, что следующим по важности приоритетом для сохранения мяча является использование поддержки. Движение вперед игрока с мячом создает пространство для построения команды нападения, чтобы они могли пройти вперед и получить пас, а построение команды нападения может вынудить защиту отойти назад.

Так как игроки команды защиты должны взять на себя защиту против индивидуальных игроков нападающей команды, им придется распределиться по всей ширине поля. Это создаст пространство между отдельными игроками команды защиты, через которое может пройти нападение.

Прохождение сквозь линию защиты может произойти, если игрок нападения сможет изолировать игрока защиты и, используя навыки, превосходящие навыки оппонента, обойти его, пройдя через пространство справа или слева от него.

См. Диаграмму 1-1: Боковое пространство – Ситуация 1.

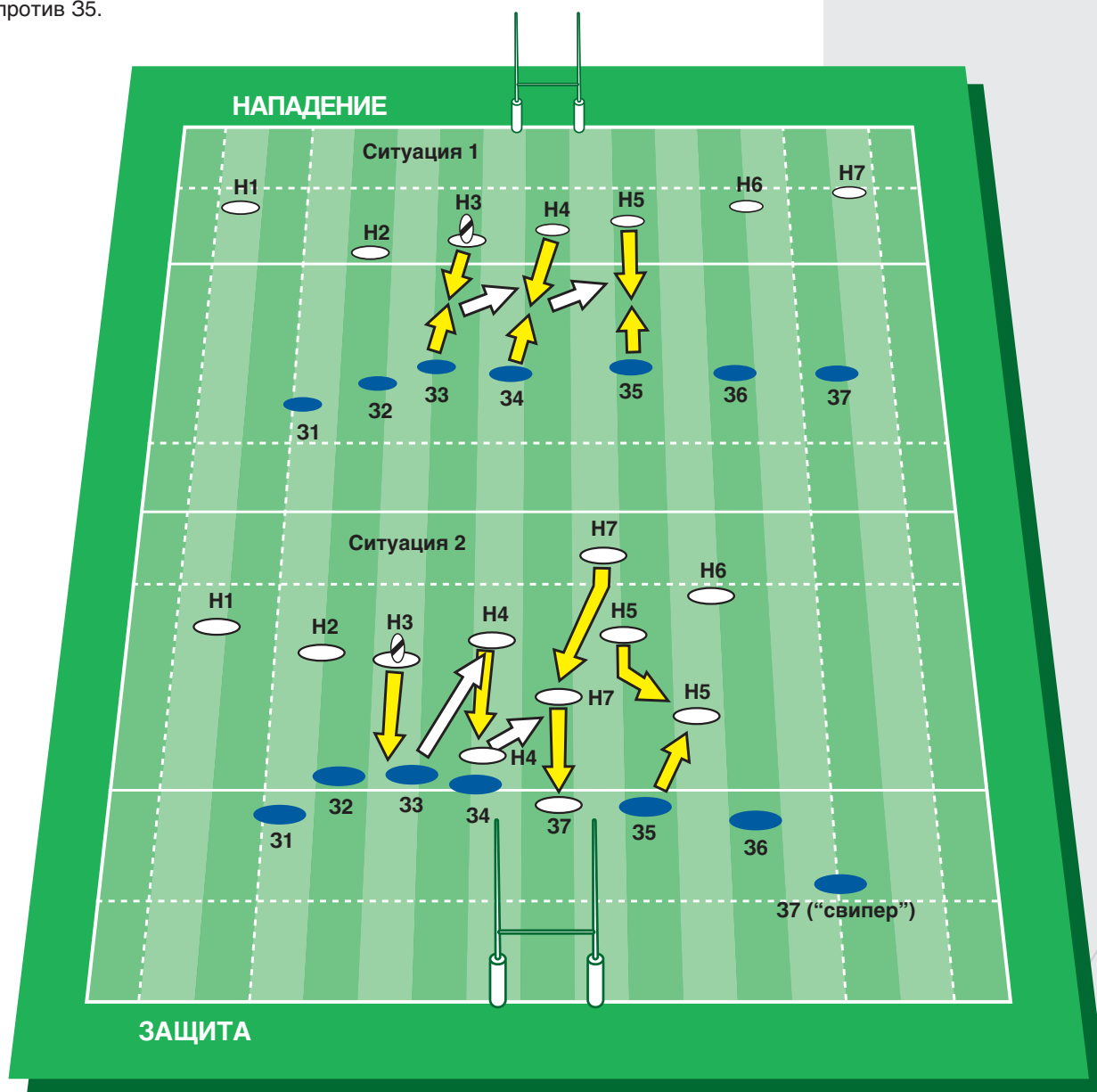


Создание пространства

Игрок защиты был уведен на себя, и мяч был передан товарищу по команде в лучшей позиции.

Диаграммы 1-1 и 1-2: Боковое пространство.

Ситуация 1: Н5 против 35, индивидуально используя пространство между игроками. Игроки нападения сохраняют широкое построение, поэтому игроки защиты не могут помочь 35, что создает ситуацию "один на одного" для Н5 против 35.



Ситуация 2: Н4, Н5 и Н7 – передача мяча игроку в пространство между игроками Н4 и Н5, которые создают пространство для Н7, уводя игроков защиты из этого пространства между ними.



Второй вариант: игрок нападения из другой части построения может войти в пространство между двумя товарищами по команде. Защита вынуждена защищать пространство от обоих игроков, игрока с мячом и игрока, которому может быть передан пас, поэтому дополнительный игрок, входящий в пространство между ними, может суметь пройти вперед до того, как защита сможет перестроиться.

См. Диаграмму 1-2: Боковое пространство – Ситуация 2.

В любом построении игроки должны стоять достаточно далеко друг от друга, чтобы игрок защиты не мог защищать пространство от более чем одного игрока. Этому помогают траектории нападения. Траектория движения будет изначально направлена на выбранного игрока защиты, который удерживает игрока. Если игрок защиты отходит в сторону для оказания помощи, игрок с мячом проходит вперед. Тем не менее, игроки могут стоять немного ближе друг к другу, не занимая всю ширину поля. Это создаст пространство у боковой линии, за последним игроком в построении. В таком случае, предпочтительнее использовать пространство с внешней стороны поля, а не пространство между двумя игроками защиты.

См. Диаграмму 1-3: Боковое пространство – Ситуация 3.

У игрока,двигающегося в это пространство, достаточно места, поэтому при наличии должной скорости он может набрать очки. Если этого не происходит, игроку следует выиграть время, пока не придёт поддержка, и использовать траектории движения, чтобы создать пространство для игроков поддержки.

Для этого игроку следует изменять траекторию движения, чтобы увести защиту от поддержки. Если игрок двигается влево, создается пространство справа, а если игрок двигается вправо, создается пространство слева.

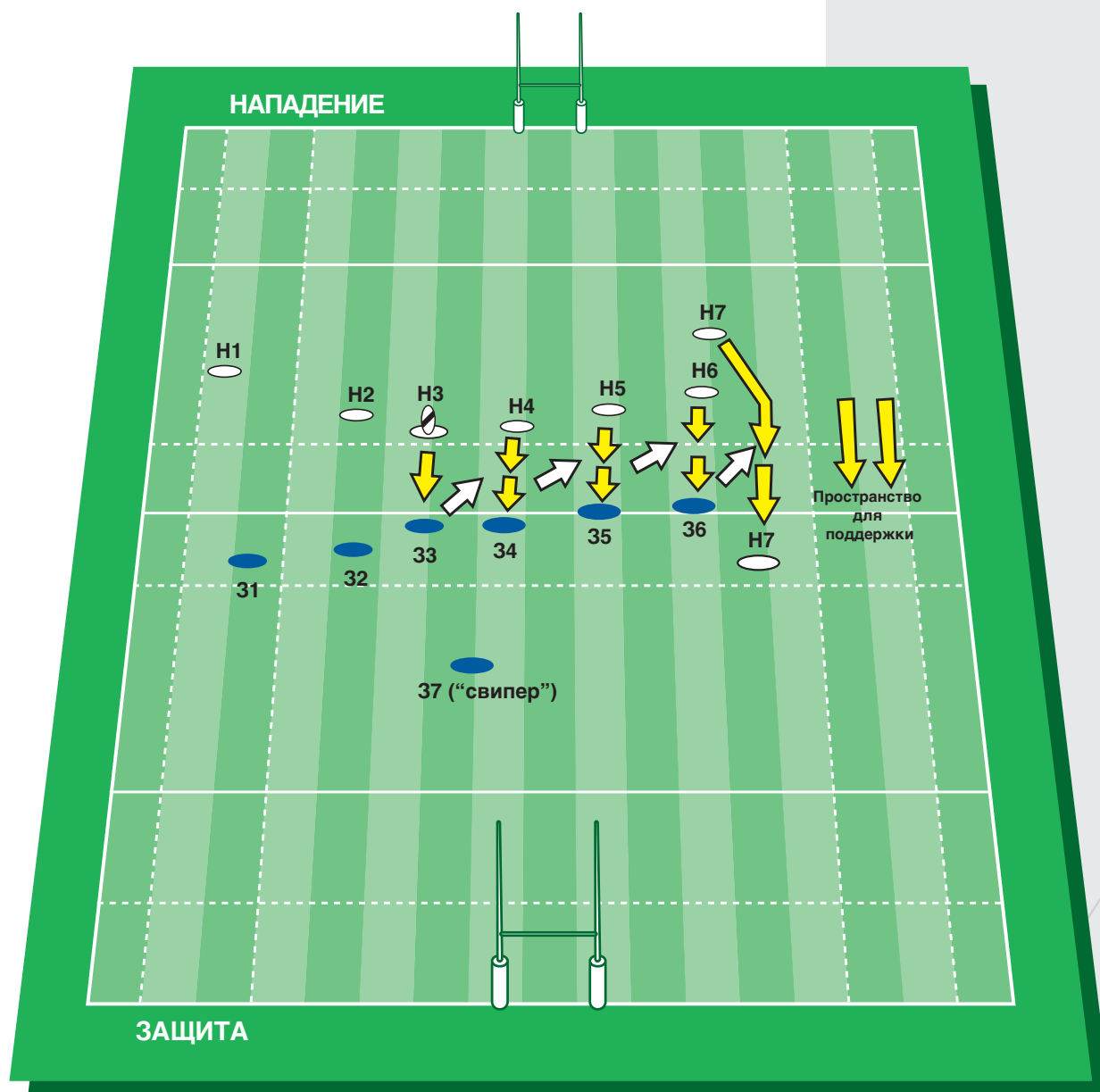
Наилучший способ создания пространства – бежать внутрь поля, в то время как поддержка бежит вперед, - пространство создается с их внешней стороны, в стороне от защиты. Это также позволяет комфортную передачу паса игрокам поддержки, бегущим в созданное пространство.

Другой вариант - двигаться в сторону, как от поддержки, так и от защиты, постоянно изменяя направление, но перемещаясь к боковой линии. Если игрок сможет обойти защиту с внешней стороны - отлично, если нет - возникают две трудности. Во-первых, в такой ситуации будет сложно передать пас в пространство; во-вторых, такое передвижение игрока с мячом приведет защиту в это пространство.



Диаграмма 1-3: Боковое пространство.

Ситуация 3: Перекрытие для Н7 и Н6. Н3, Н4 и Н5 удерживают своих игроков защиты, создавая пространство с внешней стороны для Н6 и Н7.



Линейное пространство

Линейное пространство – пространство между двумя командами. Из захватов, коридоров, раков и молов – это расстояние между "линией вне игры" и линией построения защитников.

См. Диаграмму 2-1: Линейное пространство – Ситуация 1.

В регби-7 зачастую нет возможности создать пространство посредством формирования раков и молов. Это является результатом того, что игроки стараются избежать контакта в целях сохранения мяча. А также потому, что в игре участвуют меньше игроков и контактные ситуации не обязательно являются раком или молотом.

Это означает, что, несмотря на создание пространства при этих аспектах игры, молы и раки формируются намного реже, чем в регби-15. Таким образом, в регби-7 наиболее часто действуют правила о положении "вне игры", применимые к открытой игре. Эти правила, в основном, применяются к команде нападения, а именно: игрок нападения находится в положении "вне игры", если он играет мячом впереди товарища по команде, сыгравшим мячом последним.

В результате этого, в регби-7 линейное пространство создается, только благодаря способности команды нападения использовать недостатки защиты.

Если нападение может использовать потерю построения командой защиты, они смогут создать пространство. Наиболее часто, пространство создается игроком защиты, когда он выходит вперед линии построения своих товарищей по команде.

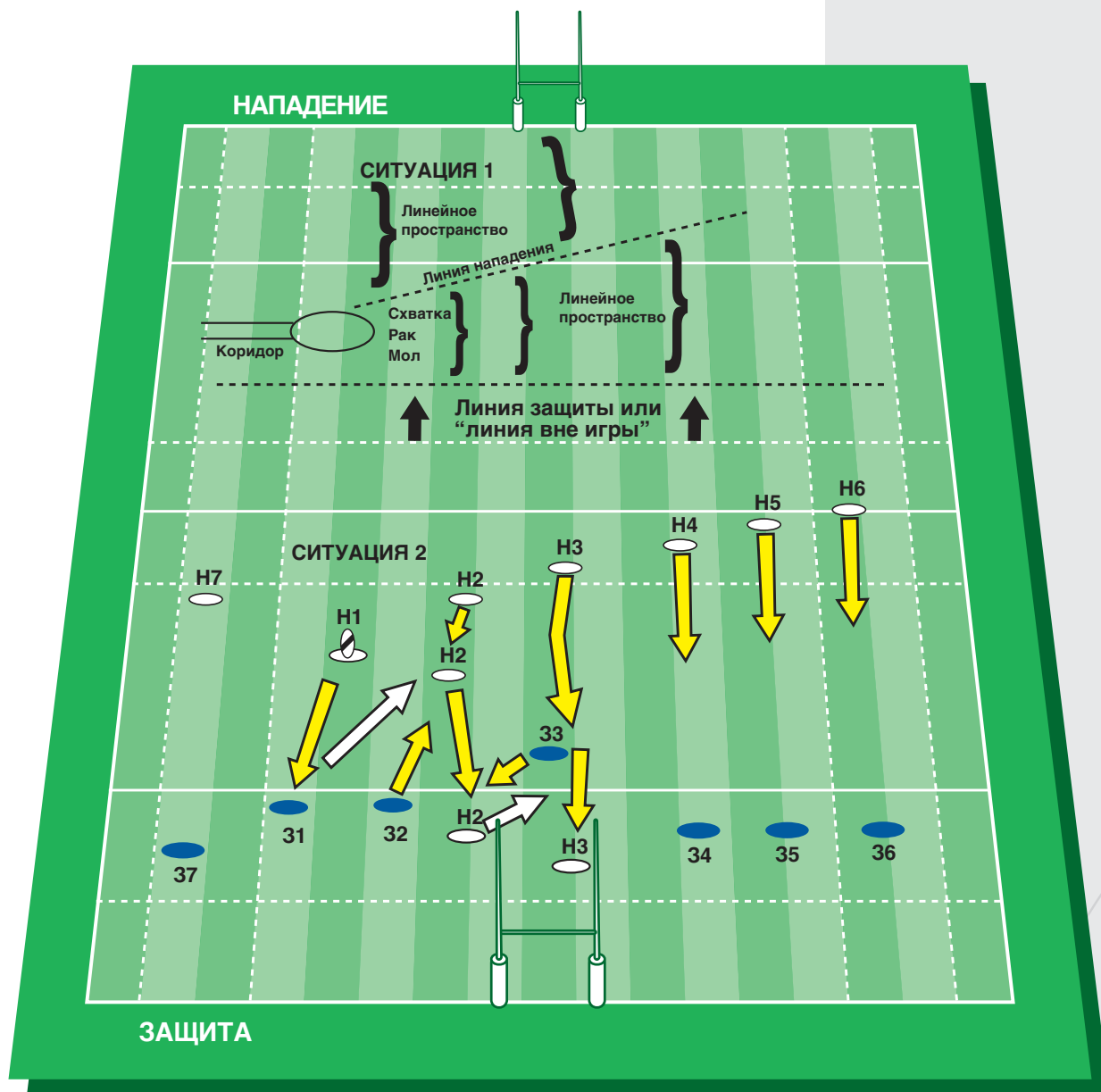
См. Диаграмму 2-2: Линейное пространство – Ситуация 2.



Диаграммы 2-1 и 2-2: Боковое пространство.

Ситуация 1: Линейное пространство из фазовой игры.

Ситуация 2: Линейное пространство создается посредством использования бреши в линии защиты. 33 выходит из построения. Н2 использует пространство между 32 и 33 и проходит вперед, Н3 бежит в поддержку Н2.



	ПАС		УДАР НОГАМИ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Если нападение не может представлять собой угрозу для защиты, у них будет меньше и меньше пространства для нападения, так как команда защиты не ограничена "линией вне игры" и, соответственно, не создается пространства для нападения.

Именно поэтому команды пытаются создать пространство путем движения от защиты по направлению к своей линии ворот. В конечном счете, им придется двигаться вперед. Тем не менее, двигаться вперед из положения, в котором они отстают назад, очень сложно и требует практического опыта.

Игроки нападения должны помнить о том, что когда они вступают в контакт, игроки защиты могут войти в игру с любой стороны. Тем не менее, помните о том, что в конце января 2000 года Международным советом регби было введено в силу экспериментальное изменение правил игры, согласно которому игроки должны входить в захват со своей стороны мяча. Это создаст пространство и время для команды нападения.

Линейное пространство между командами также может быть слишком большим, так как, предоставляя команде нападения время для нападения, оно одновременно дает команде защиты время для защиты. Необходимо признать, что высокий уровень навыков позволяет игрокам вести нападение и при недостатке пространства. Чем меньше пространство (при условии, что оно всё ещё позволяет достигнуть поставленной цели), тем меньше времени у защиты для реакции.

В то время как между нападением и защитой существует линейное пространство, игрокам следует помнить о пространстве за защитой. Использование этого пространства посредством удара ногой и последующего получения мяча может дать немедленный результат. Но даже если желаемый результат не был достигнут, можно использовать удар ногой снова, чтобы защита не смогла использовать большое количество игроков для движения вперед и выполнения захвата.

Прохождение вперед с использованием пространства

Пространство создает время для проведения нападения. Тем не менее, нападение будет успешным только в том случае, если команда нападения выстраивается по защите, вынуждая их распределиться по ширине поля. К тому же, вероятность успеха будет большей при глубоком построении игроков нападения относительно друг друга.

Глубина должна быть достаточной для того, чтобы дать игроку с мячом время для выбора одного из следующих вариантов: бежать, передать пас или отбить мяч ногой.

Пространство можно уменьшить, чтобы снизить время для реакции команды защиты, путем передвижения вперед для получения мяча. Как только игрок с мячом начинает двигаться вперед, защита чувствует угрозу и будет удержана до момента передачи мяча.



Прохождение сквозь линию защиты

Как только была пройдена первая линия защиты, скорость обеспечивает приземление попытки.

Это может произойти достаточно близко к линии защиты. Именно поэтому, если следующий игрок, получающий мяч, выстроен плоско по отношению к игроку, передающему пас, у него будет очень мало пространства и времени для реакции.

Игрок, передающий мяч, может предотвратить эту ситуацию посредством раннего паса, тем не менее, в таком случае он не сможет отвлечь на себя игроков защиты. В противном случае, игрок поддержки может сохранить большую глубину, но в таком случае игроку, передающему пас, придется передать мяч назад дальше, чем обычно.

В этом случае, игроки поддержки должны сохранять глубину построения по мере продвижения нападения вперед.

Мы уже упоминали прохождение сквозь линию защиты в разделе "Принцип 3 – Создание пространства". Основной шаблон – создать такую ситуацию, где в канале линейного пространства больше игроков нападения, чем игроков защиты. Когда мяч передается игроку нападения, не закрытому игроками защиты, он проходит вперед.

Здесь крайне важна скорость, так как защита будет перестраиваться для распределения всех игроков нападения в ситуациях один против двух или двое против троих. Именно эти ситуации должны отрабатываться на тренировках, чтобы подготовить игроков к таким вариантам игры во время матчей.

Когда игрок, проходящий вперед, двигается в пространство между игроками, игрок защиты будет выведен из другой части защиты в попытке предотвратить прохождение вперед. Если игрока нападения блокируют, ему следует знать, откуда на него вышел игрок защиты и передать мяч в освободившееся пространство товарищу по команде, чтобы тот снова попытался пройти вперед.

См. Диаграммы 3-1, 3-2 и 3-3: Прохождение вперед с использованием пространства.

Второго игрока тоже могут захватить, тем не менее, подобная внимательность создаст подобную возможность. Игроки поддержки должны помнить о таких возможностях и сойтись на одной полосе таким образом, чтобы построение нападения изменилось из боковой комбинации, выстроенной по ширине поля, в линейную комбинацию вдоль него.



Передача паса в пространство

Защита была удержана, но готов ли игрок с мячом к немедленной передаче паса?

Диаграмма 3-1: Прохождение вперед с использованием пространства.

Ситуация 1

H2 пройдет между H3 и H4.

H3 бежит напрямую к 33.

H2 входит в пространство между игроками.

34 двигается в захват.

H3 передает пас H4, который проходит вперед.

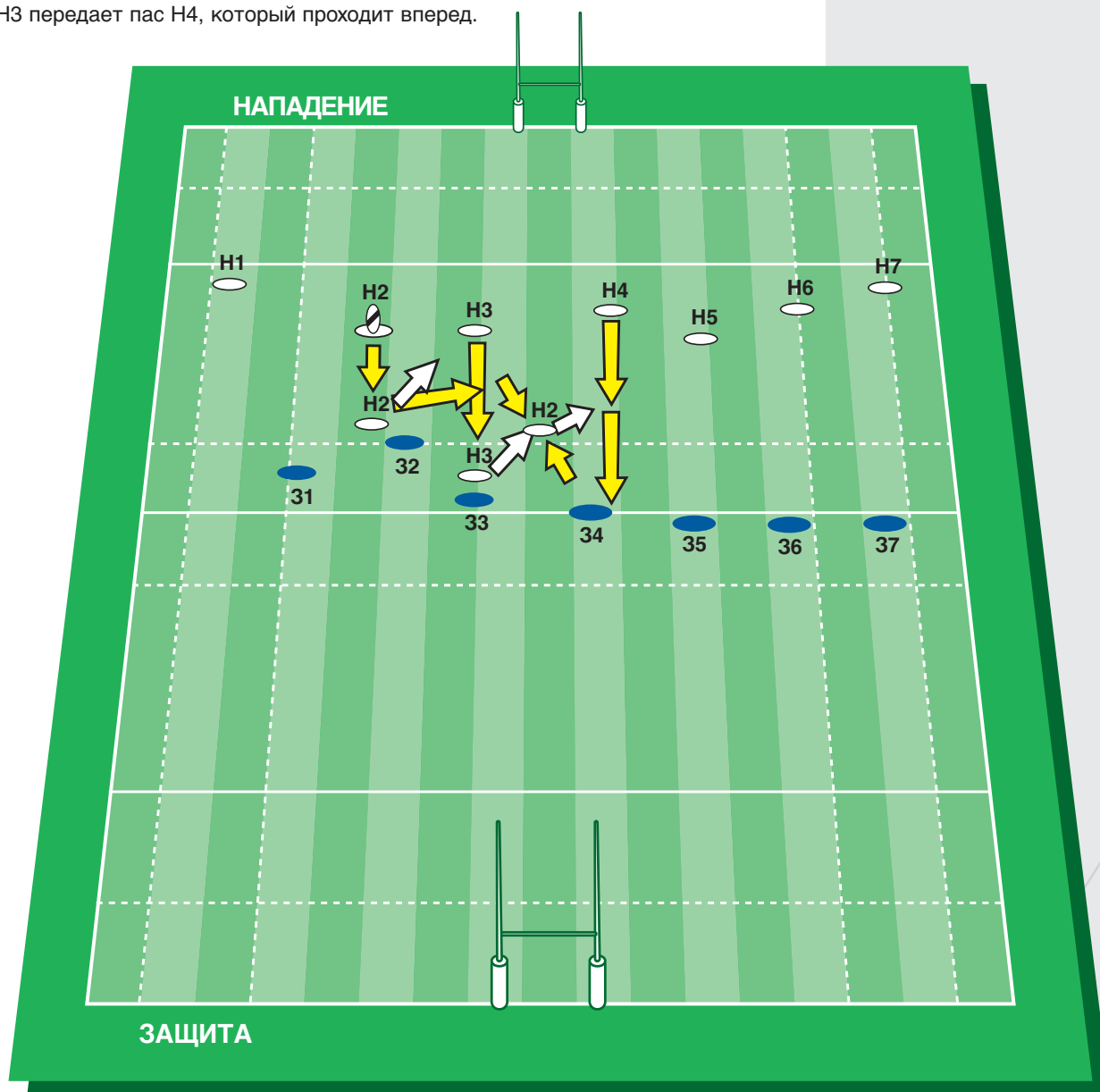


Диаграмма 3-2: Прохождение вперед с использованием пространства.

Ситуация 2: 33 движется поперек поля, чтобы захватить Н2, при обходе Н3 не передает мяч и проходит через брешь в линии защиты, который создал 33 в результате движения в сторону.

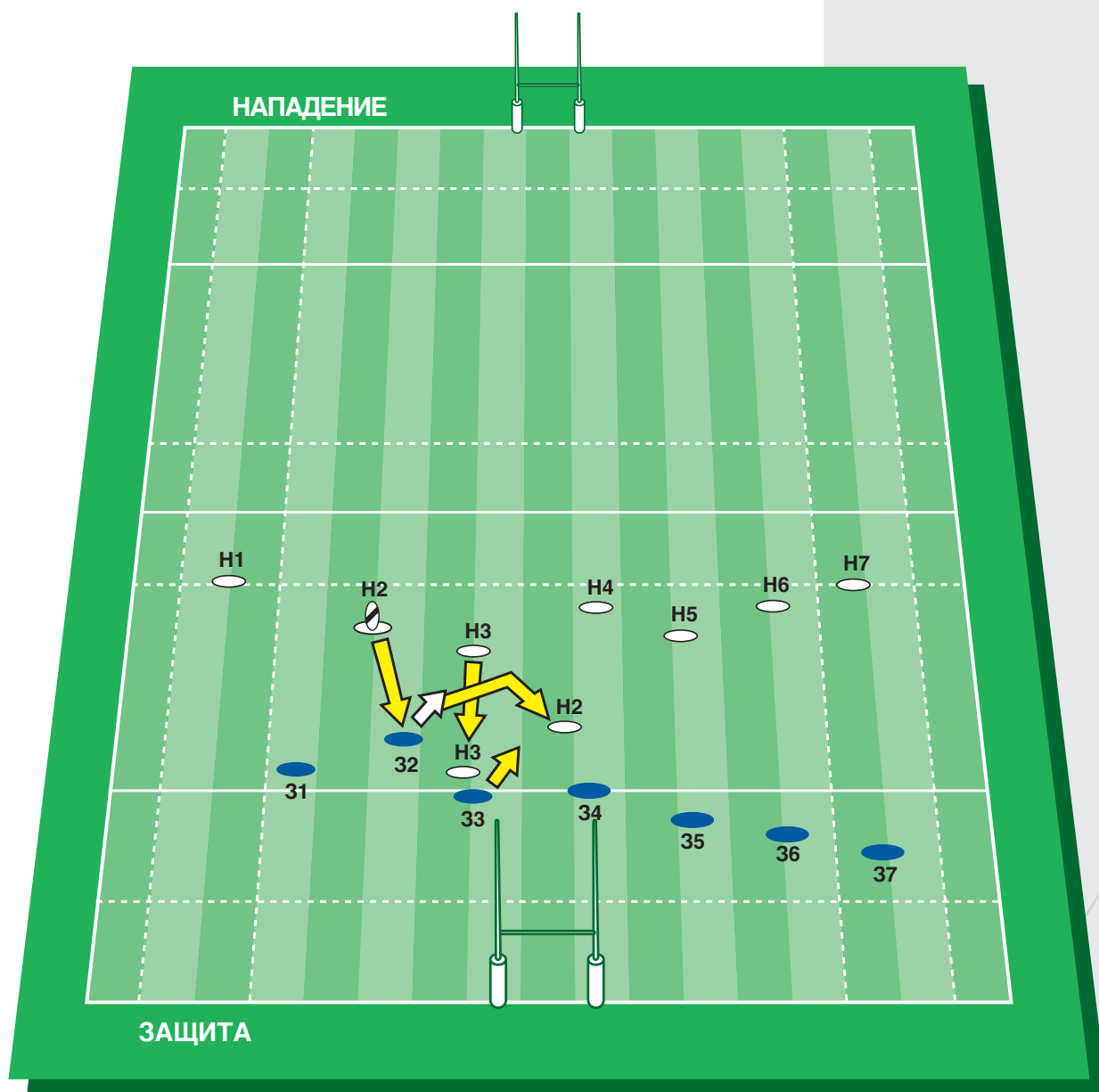
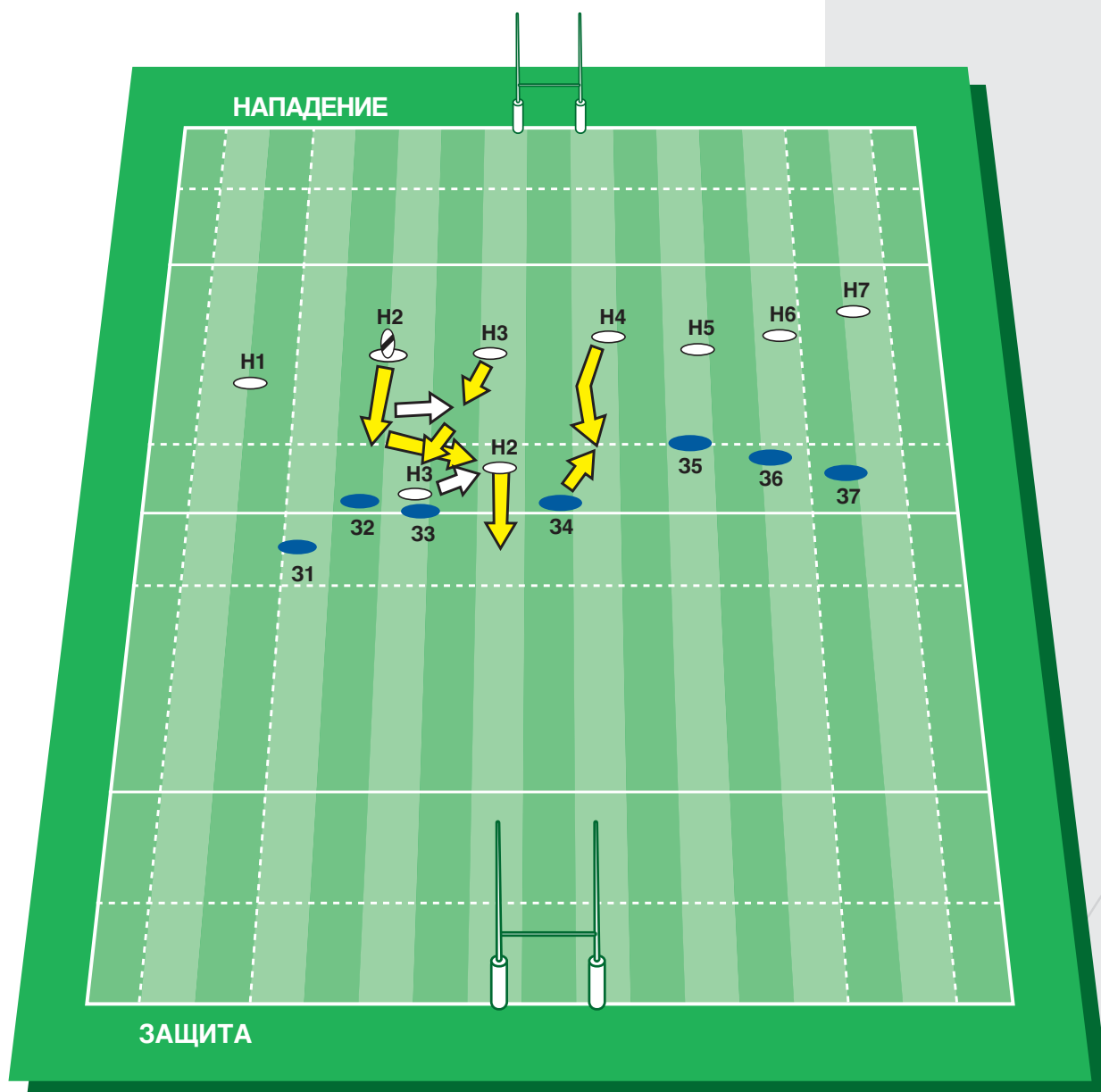


Диаграмма 3-3: Прохождение вперед с использованием пространства.

Ситуация 3: Н4 уводит на себя 34 для увеличения промежутка между 33 и 34, а Н2 проходит вперед между 33 и 34.



	ПАС		УДАР НОГАЙ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Игра поддержки

В регби-15, с некоторыми исключениями, главная форма поддержки предусматривает близость игроков к мячу таким образом, чтобы игрок с мячом имел непосредственную поддержку при контакте. Это обеспечивает сохранение мяча.

В регби-7 относительная редкость контактных ситуаций означает, что близкая поддержка не столь важна.

Игрок с мячом привлекает защиту, создавая скопление. Это создает пространство в другом месте по ширине поля, которое может использоваться для нападения. Если игроки нападения группируются вокруг захвата, где могут также сгруппироваться игроки защиты, чтобы предотвратить набор очков, теряется возможность использовать созданное пространство.

Поэтому игрок с мячом должен входить в контакт, зная, как нужно будет освободить мяч и передать его в пространство, подальше от скопления игроков. В равной степени, игроки поддержки должны находиться в этом пространстве и знать о том, какие варианты есть у игрока с мячом, чтобы они могли адекватно отреагировать на них своими действиями.

Их расположение должно быть боковым и достаточно глубоким, чтобы они смогли ответить на пас, перекаат или передачу мяча назад ударом ногой игрока с мячом, двигаясь вперед для получения мяча. Такое расположение позволяет большинству игроков использовать своё боковое зрение для оценки вариантов действий. Как только мяч был получен, у игрока есть все варианты игры с мячом, но можно создать еще больше пространства посредством немедленной передачи второго паса в сторону от скопления игроков.

Эту ситуацию можно улучшить посредством построения по полосам по ширине поля. Это позволяет изолировать игрока защиты. Даже до момента получения мяча игроки могут использовать различные приемы, чтобы отвлечь на себя внимание игрока защиты. Это может быть смена траектории движения, обманные действия и открытое общение с товарищами по команде.

В зависимости от поведения защиты, игрок может получить мяч или продолжать вводить в заблуждение защиту. Как игрок с мячом, игрок может обойти защиту ещё до получения мяча, чтобы обеспечить прохождение вперед. Если защита продолжает закрывать игрока поддержки, его роль – вводить в заблуждение защиту, чтобы мяч мог быть передан другому игроку, стоящему дальше по линии нападения. Как только игрок выполнил свое первоначальное задание, как игрок с мячом, ему снова следует взять на себя роль поддержки.

Зачастую это значит занять более глубокую позицию в своей полосе. Это сохранит широкое распределение защиты. Исключением может быть игрок, который помогает игроку с мячом в контакте сохранить мяч и передать его товарищам по команде в пространстве. Нужно внимательно подходить к решению о том, нужна ли поддержка в контакте для сохранения мяча. Если игроки скапливаются, а мяч перехватывает противоположная команда, у неё будет пространство для нападения.



Игра поддержки

Следует ли прибывающему игроку присоединиться к борьбе за мяч или позволить другим игрокам довести до конца то, что они начали?

Подробное описание целевых результатов

ЗАЩИТА

Борьба за мяч

Если команда ведет защиту, то эффективность защиты снижается, если она не ведет борьбу за мяч. Качество обладания мячом изначально определяет эффективность нападения. Во время борьбы за мяч эта эффективность снижается, позволяя последующим действиям по возвращению мяча быть более эффективными.



Отказ в пространстве

Отказывая команде нападения в пространстве, команда защиты дает нападению меньше времени и пространства для прохождения вперед.

Тем не менее, в регби-7 защита должна действовать как сплоченная группа, и передвигаться вперед, сохраняя построение и форму. Для сохранения бокового обзора, игроки, которые находятся дальше от мяча, должны выстроиться таким образом, чтобы они могли видеть, что происходит с мячом. В равной степени, они не должны выходить вперед тех игроков, которые находятся с внутренней стороны, так как это может создать бреши в линии защиты.



Игрокам следует двигаться вперед и в сторону вместе, таким образом, чтобы игрока с мячом можно было захватить изнутри, а не снаружи. Если игрок защиты находится непосредственно перед игроком с мячом, у последнего есть в распоряжении обе стороны.

См. Диаграмму 4-1: Защита непосредственно перед игроком с мячом.

Если игрок защиты находится с внешней стороны от игрока с мячом, ему придется двигаться внутрь поля, чтобы выполнить захват. Захват может быть эффективным, но лучшие игроки нападения передадут пас игроку поддержки, бегущему вперед через пространство, из которого только что вышел игрок защиты.

См. диаграммы 4-2, 4-3 и 4-4: Построение защиты – Ситуации 1, 2 и 3.

Таким образом, основной метод защиты – "изнутри – наружу". Лучшие игроки смогут разработать вариации к этой схеме. Как группа, защита должна сохранять хорошую дисциплину, чтобы играть в соответствии с выбранной комбинацией. Это подразумевает доскональное понимание комбинации каждым членом команды и уверенностью отдельных игроков в своих товарищах по команде. Это позволяет игрокам сосредоточиться на своей роли в комбинации. Они не будут отвлекаться на недостатки в защите товарищей по команде, так как это может помешать им успешно исполнить свою роль – выбор своего оппонента.

Диаграмма 4-1: Защита непосредственно перед игроком с мячом.

Защита непосредственно впереди – доступны обе стороны.

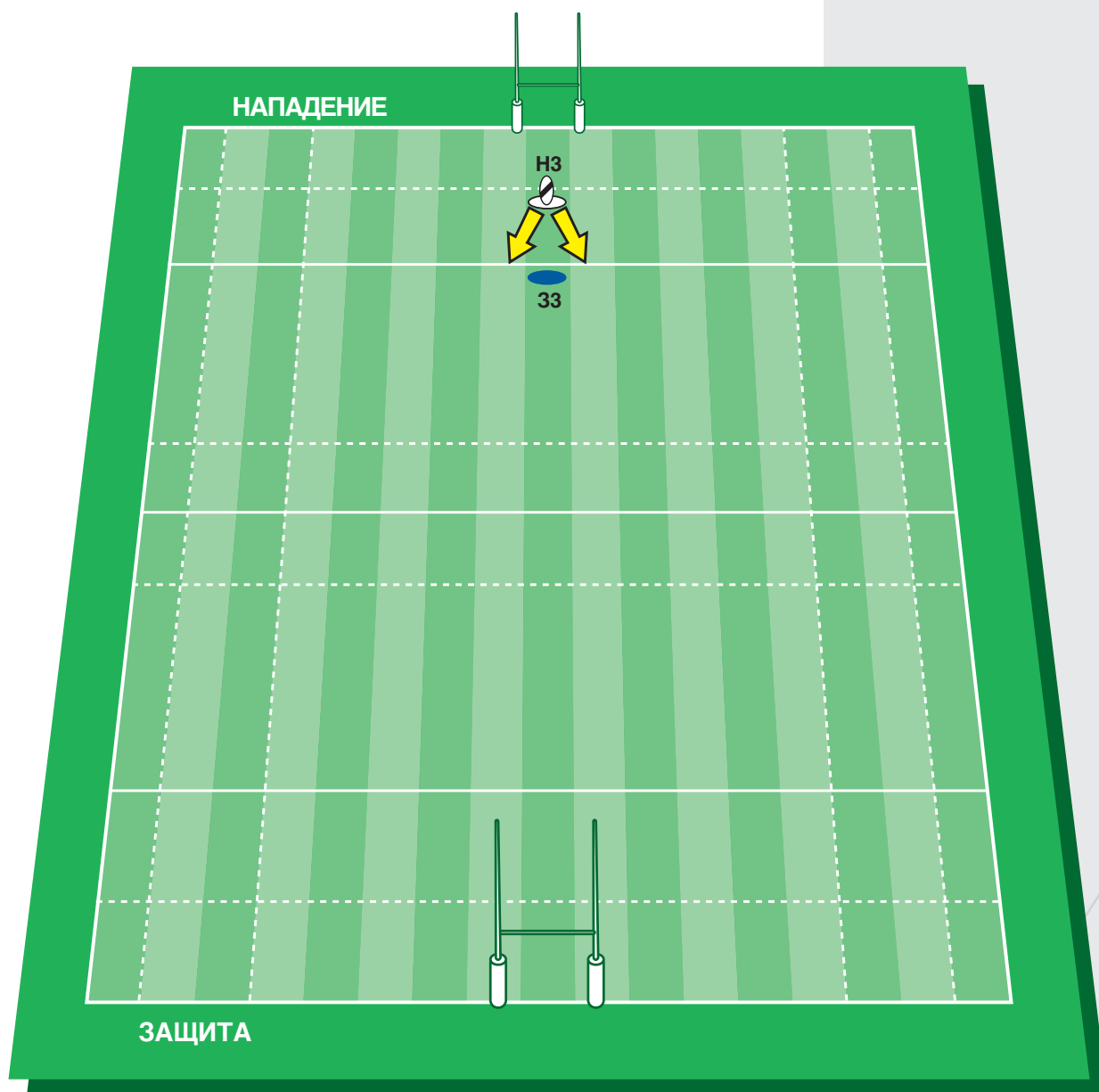
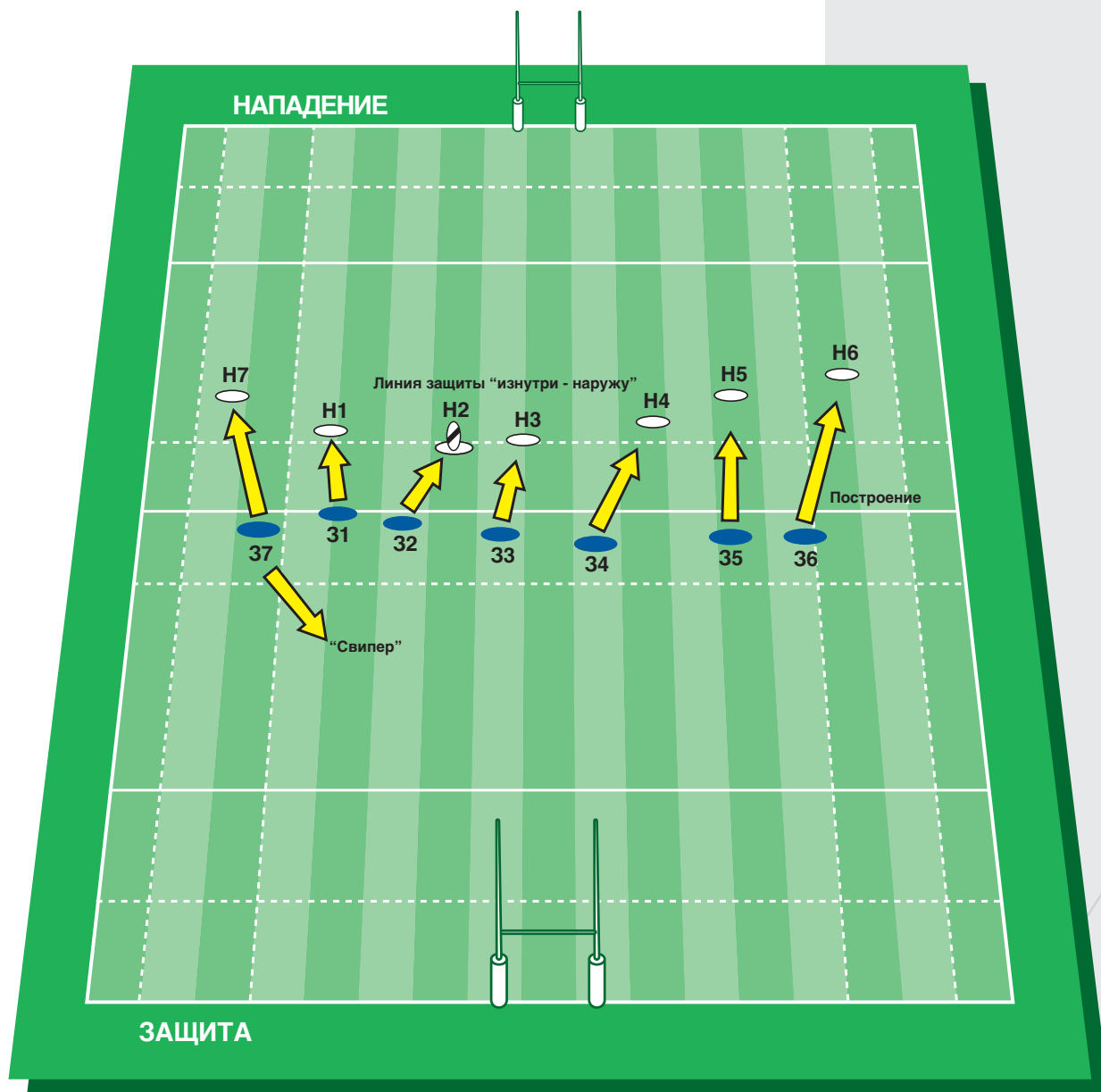


Диаграмма 4-2: Построение защиты.

Ситуация 1: Нападение слева направо.



	ПАС		УДАР НОГОЙ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Диаграмма 4-3: Построение защиты.

Ситуация 2: Нападение может двигаться влево или вправо.

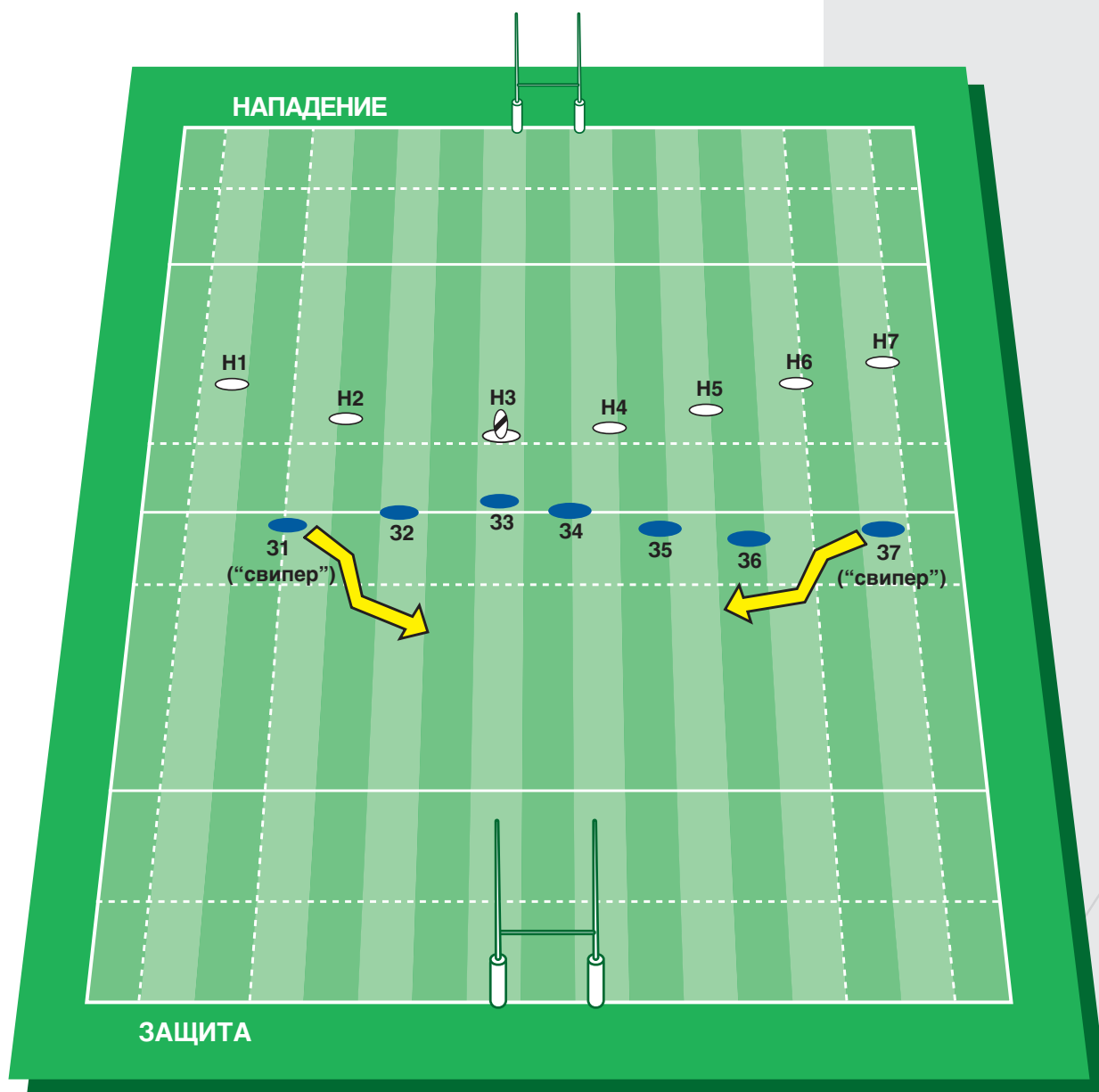
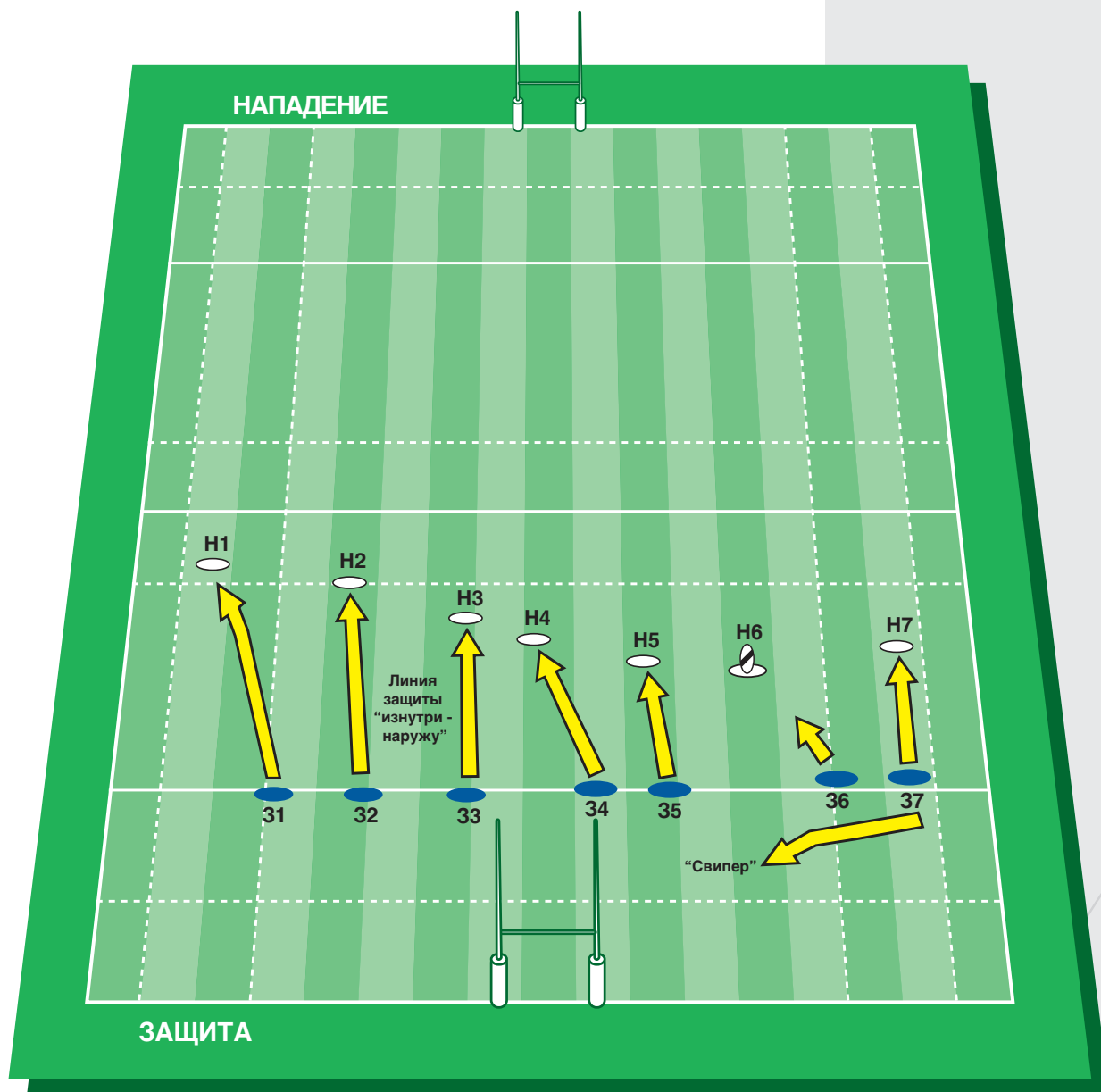


Диаграмма 4-4: Построение защиты.

Ситуация 3: Нападение справа налево.



Для сплоченной игры защита должна играть в соответствии с комбинацией. Первая основная комбинация разыгрывается таким образом: игроки нападения распределяются между игроками защиты путем нумерации линии защитников для выбора оппонента, т.е. защита один на одного.

См. Диаграмму 5-1: Защита "изнутри – наружу" и Диаграмму 5-2: – Защита "снаружи – внутрь".

Вторая основная комбинация – защита по зонам, где каждый игрок защиты несет ответственность за игрока с мячом в своей зоне. Главным преимуществом защиты по зонам является то, что этот способ не позволяет игрокам защиты скапливаться, если нападение боковое, т.е. движется поперек поля, так как игроки защищают пространство, а не отдельного игрока.

См. Диаграмму 6-1: Защита по зонам.

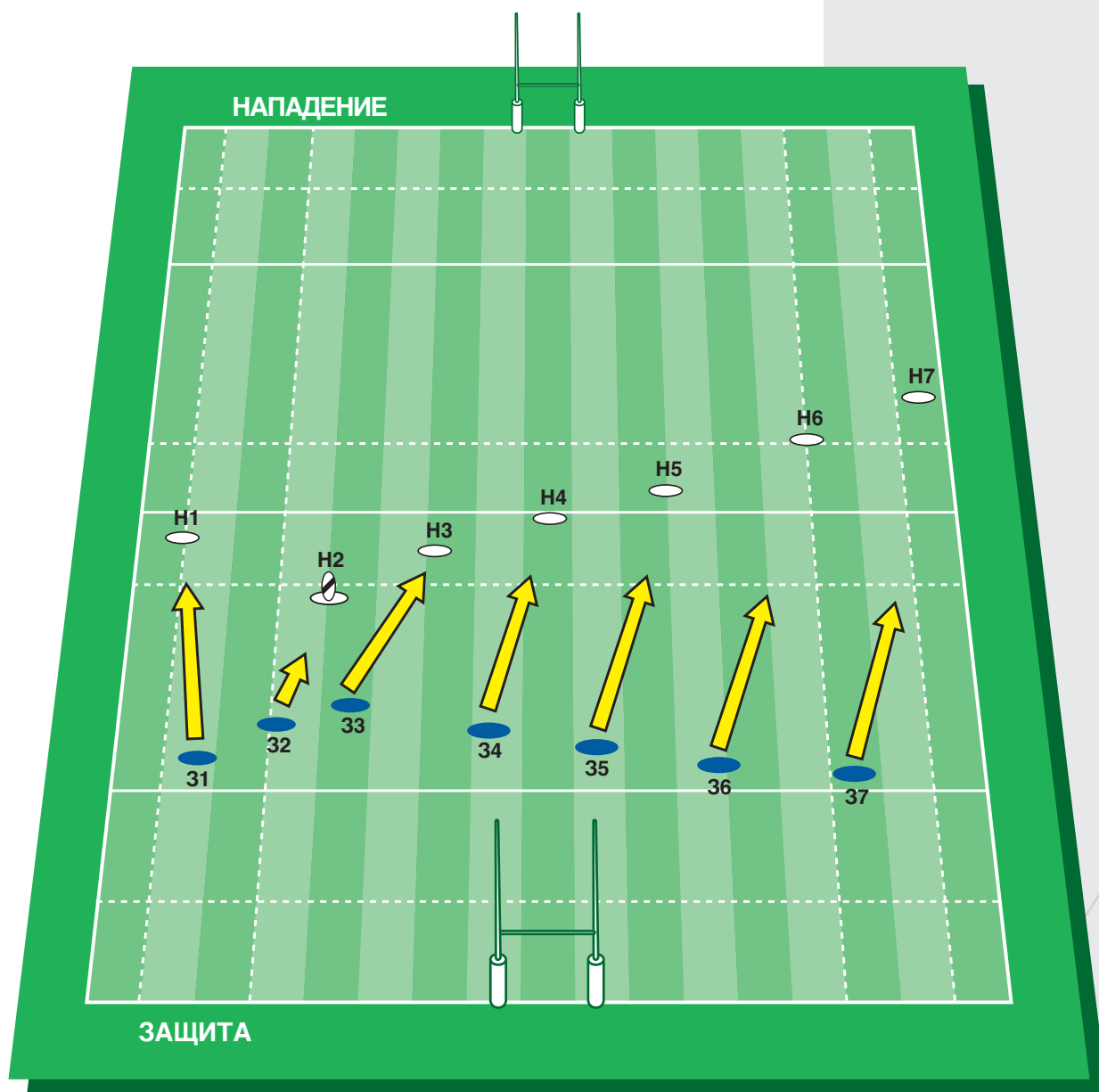
Во всех видах защиты в регби-7, игроку следует располагаться так, чтобы он одновременно мог видеть мяч и игрока, которого он, по всей вероятности, должен будет захватить. Для этого игрок защиты должен стоять достаточно глубоко. Игроки с лучшим боковым зрением могут стоять ближе к защите, снижая время и уменьшая пространство для защиты. Если же навыки не столь высоки, необходима большая глубина, и, таким образом, команде нападения будет дано преимущество обладания большим временем и пространством.

Каждая комбинация защиты будет описана в разделе о целевых показателях эффективности игры. В это объяснение будут включены комбинации, необходимые для защиты пространства за первой линией защиты, в случае, когда мяч находится за ней или нападение прошло сквозь неё.



Диаграмма 5-1: Защита "изнутри – наружу".

Ситуация 1: Защита "изнутри – наружу" – защита "один на одного".



	ПАС		УДАР НОГОЙ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Диаграмма 5-2: Защита "снаружи – внутрь".

Ситуация 2: Защита "снаружи – внутрь". 33 с внешней стороны Н3, для захвата 33 должен двигаться внутрь поля. Н2 сначала уводит на себя 32 и передает нас Н3. Н2 после этого обегает Н3 и забегает в пространство, из которого был уведен 33.

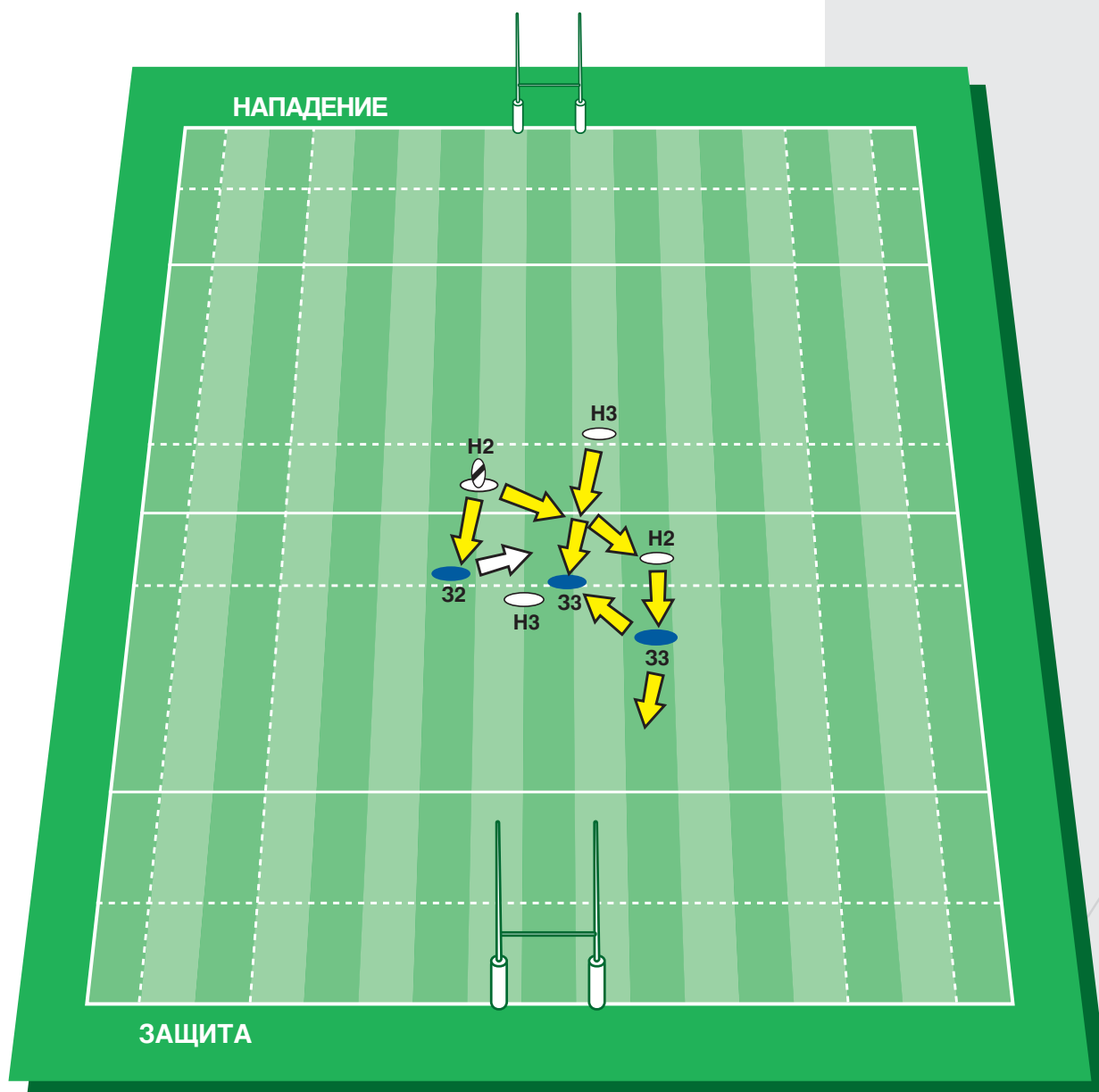
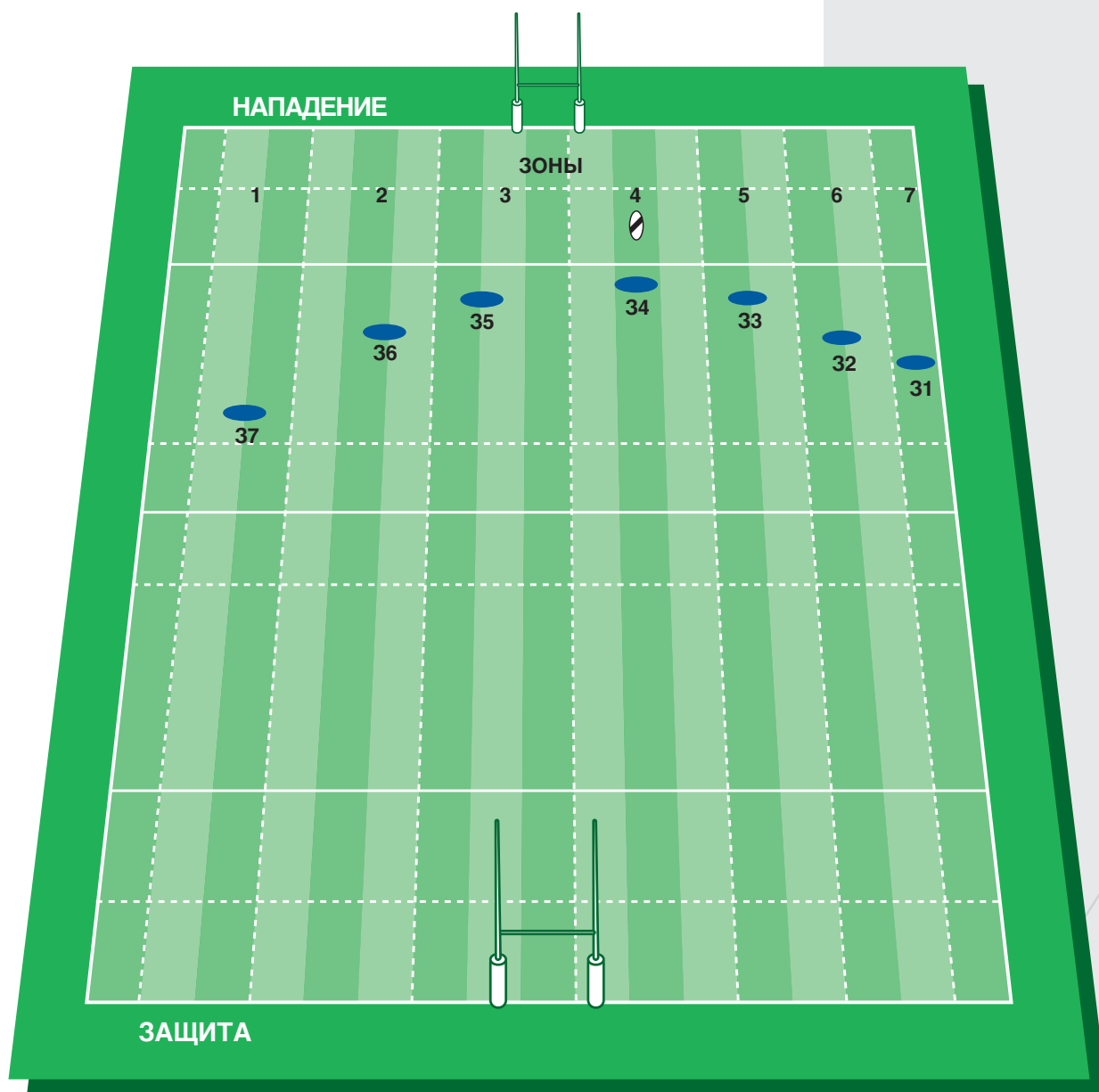


Диаграмма 6-1: Защита – защита по зонам.



Захват игрока с мячом

Эффективные захваты выполняются изнутри наружу, предоставляя игроку с мячом только одну внешнюю сторону для попытки обойти игрока, выполняющего захват.

В то время как низкий захват может остановить игрока с мячом, захваченный игрок может передать пас другому игроку нападения, если его руки свободны. Это ситуация может усугубиться, если пас передается игроку, бегущему с внутренней стороны игрока с мячом, так как игрок, выполнивший захват, был выведен из пространства, в которое был передан мяч.

Подобная ситуация будет повторяться каждый раз, если только захват не будет фронтальным, так как для выполнения бокового захвата игроку, выполняющему захват, придется выйти из пространства, которое он защищает.

Если у игрока нападения нет поддержки и пас не был передан, то можно будет попытаться отыграть мяч, так как после завершения захвата мяч нужно будет разыграть немедленно.

Тем не менее, возможно, что лучшей защитой является использование блокирующего захвата, чтобы, прежде всего, предотвратить передачу паса. Выполнение такого захвата может потребовать более чем одного игрока защиты. Если в результате захвата мяч не был отыгран, игроки защиты должны образовать мол с целью предотвращения розыгрыша преимущества и полагаться на правило "используй или потеряй", чтобы получить право на введение мяча в схватку. В случаях, если завершение захвата требует нескольких игроков, необходимо сохранять здравый смысл. Если слишком много игроков вовлечены в захват, но мяч не был отыгран, возникнут бреши в комбинации защиты.



Выполнение захвата

Если захват слишком высокий, игрок с мячом может уклониться от него, если захват слишком низкий – руки игрока с мячом свободны для передачи мяча.



Идеальный захват остановит игрока с мячом.

Возвращение мяча

Мяч может быть отыгран во время захвата, как мы уже упоминали в разделе "Захват игрока с мячом".

Мяч может быть отыгран и при других обстоятельствах. Безусловно, получение мяча после удара ногой является ответственностью игрока, который защищает пространство за линией защиты. Для этого необходимы навыки ловли высокого мяча и подбора мяча с земли.

Тем не менее, именно потому, что сохранение мяча является наибольшим приоритетом в регби-7, большинство возможностей возникают при свободном мяче.

Это происходит, когда мяч помещается на землю после захвата и когда совершаются ошибки при передаче и получении паса, обычно под напором действий команды защиты. В регби-7 правило о положении "вне игры" гораздо менее эффективно, потому что большая часть игры – открытая. Открытая игра – это игра, изначально не основанная на источнике владения мячом, от которых проходят «линии вне игры» для команды защиты. Эти источники владения мячом – схватки, раки и молы, в которых существуют "линии вне игры", проходящие через задние стопы последних игроков в построении. Игроки, которые не участвуют в борьбе за мяч, находятся в положении "вне игры", если они находятся перед этой линией до того, как мяч покидает построение. Это правило также применимо к коридорам, но при коридоре "линия вне игры" проходит на расстоянии 10 метров от линии вбрасывания в коридоре. Как только мяч покидает источники владения мячом, для защиты не существуют "линии вне игры".

В результате этого, команда защиты может располагаться в любой части игрового поля, пока не будет сформировано следующее построение, после чего опять применяется то же самое ограничение.

Правило, не разрешающее игроку защиты входить в игру со стороны мяча соперника, окажет важное влияние на действия команды нападения.

В регби-7 игроки стараются сохранить мяч, даже если им приходится уступить территорию. Для того чтобы предотвратить перехват мяча, мяч не будет выводиться в аут, если только ситуация не становится безвыходной. По возможности игроки также избегают контакта, снижая возможность перехвата мяча.

В открытой игре существуют ограничения для игроков нападения, которые не могут войти в игру, находясь впереди своего товарища по команде, который сыграл мячом последним.

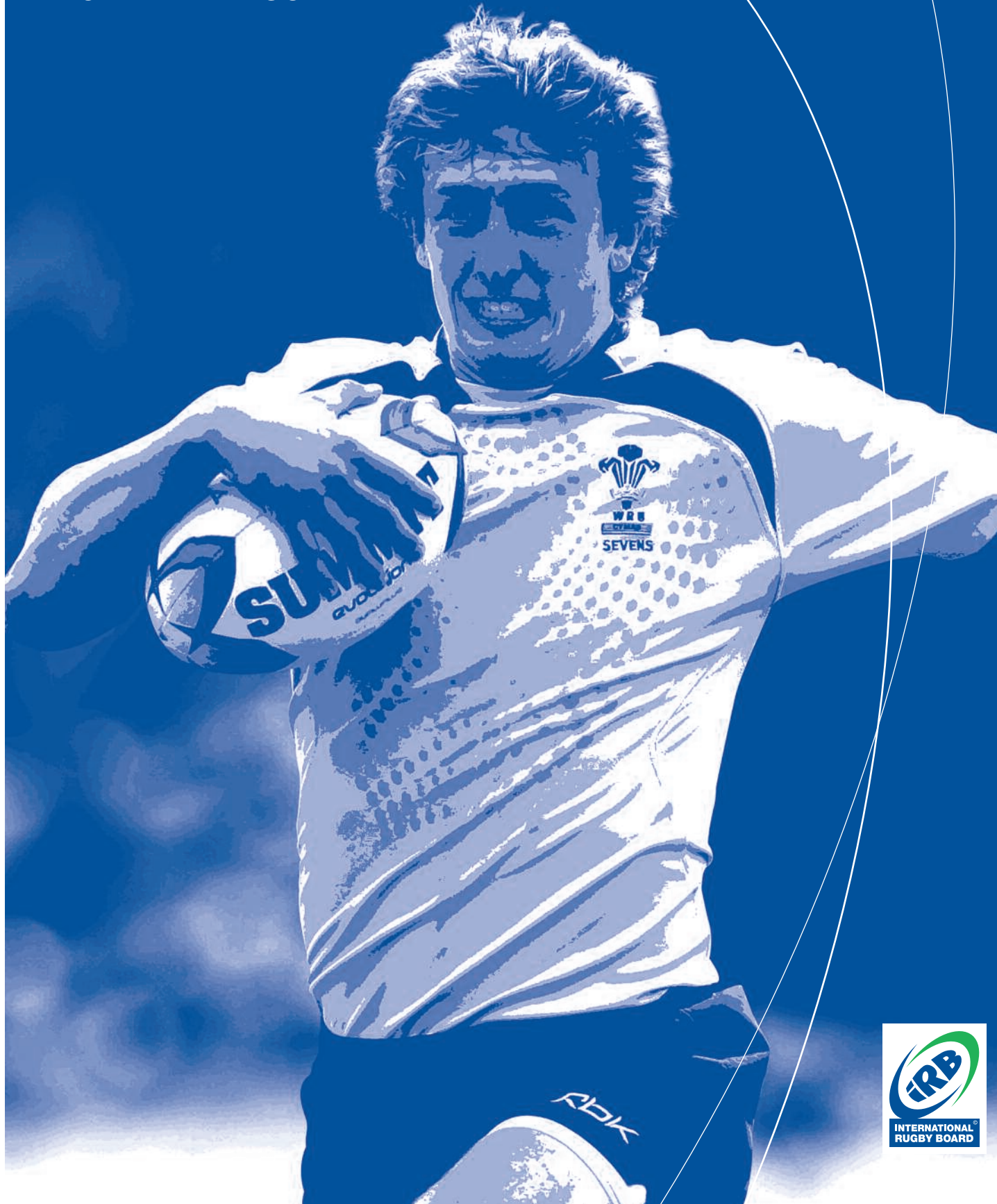
Что касается защиты, они могут войти в игру только со стороны мяча команды защиты. Это означает, что при выполнении захвата игрок защиты может попытаться получить мяч из положения впереди игрока с мячом. Отходящие назад игроки защиты не смогут войти в игру до того момента, как они пересекут линию мяча в непосредственной близости к захвату. Это означает, что после выполнения захвата, когда мяч был передан по земле или положен на землю в направлении товарищей по команде захваченного игрока, отходящий назад игрок защиты не может взять мяч в радиусе одного метра от захвата.

Это изменит возможности для защиты при попытке отыграть мяч.



**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ
ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО РЕГБИ-7**

**ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ ЦЕЛЕВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
ЭФФЕКТИВНОСТИ ИГРЫ**



**ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ ЦЕЛЕВЫХ
ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИГРЫ**



Подробное описание целевых показателей эффективности игры

НАПАДЕНИЕ

Получение мяча

Начальные удары

Команда, выполняющая начальный удар.

См. Диаграмму 7: Начальные удары – расположение игроков и варианты удара.

Цель первого типа удара – отбить мяч таким образом, чтобы его можно было поймать в воздухе, опередив команду соперника. Исход этого типа удара зависит от бьющего игрока, а именно: от точности удара на достаточную высоту, чтобы товарищи по команде смогли вовремя прибыть для ловли мяча, обойдя команду соперника, - т.е. это стандартный начальный удар.

Для того чтобы этот тип удара был успешным, необходима твердая поверхность, чтобы отскок мяча был достаточным для высокого и близкого удара. Успешная комбинация ловли мяча включает в себя нескольких игроков: один игрок бежит вдоль линии 15 метров; второй игрок бежит на расстоянии 10 метров от боковой линии и полузащитник схватки бежит вдоль боковой линии. При таком расположении охватываются все боковые варианты. Расположение полузащитника схватки позволяет ему двигаться по направлению к свободному мячу с внешней стороны, что создает возможность для передачи мяча внутрь без поворотов и потери времени.

Если другая команда вступает в борьбу за мяч, очень легко изменить направление мяча в любую сторону. Для того чтобы справиться с этой ситуацией, игрокам поддержки следует расположиться так, чтобы при изменении направления товарищами по команде или соперниками они могли двигаться в ту же сторону. Стоит проанализировать изменение направления мяча в нескольких матчах, чтобы определить направление и расстояние, на которое передается мяч.

В регби-7 команды стремятся не использовать слишком много игроков для борьбы за мяч при начальных ударах, так как это освобождает пространство, которое может быть легко использовано соперниками в случае уступки мяча. Как правило, одному игроку следует следовать за игроком, ловящим мяч, оставаясь достаточно далеко от него, чтобы суметь адекватно отреагировать в случае передачи мяча в другом направлении, и в то же время достаточно близко от него, чтобы оказать поддержку, если мяч будет пойман.

Другой игрок может расположиться в подобной позиции на противоположной стороне, чтобы воспользоваться изменением направления игры командой.

Как только мяч был получен, его следует передать из области скопления игроков в свободное пространство. Это пространство даст игрокам, участвующим в розыгрыше начального удара, время для перегруппировки.

Разыгрывающему игроку следует находиться в середине поля, чтобы в ходе игры у него была возможность двигаться как в левую, так и в правую сторону. Удар ногой создает пространство, потому что при борьбе за мяч он позволяет удерживать игроков команды соперника в пространстве.

Как только мяч отыгран, он может быть передан пасом, чтобы воспользоваться скоплением игроков в этом месте.



Существуют несколько видов ударов ногой, которые могут отправить мяч в свободное пространство. Все они основаны на расположении игроков команды соперника. Бьющий игрок должен суметь определить возможность и немедленно её использовать. Существуют несколько примеров наиболее частых возможностей. Среди них следующие:

- Удар ногой по земле для того, чтобы мяч лишь пересек линию 10 метров, которая находится прямо перед бьющим игроком.
- Удар на противоположную сторону поля, где находится большинство игроков.
- Длинный удар ногой, изолирующий игрока, ловящего мяч. Преследование игрока, ловящего мяч, согласно комбинации, может изолировать его и вывести его в аут. Игрокам, преследующим игрока, ловящего мяч, следует оттеснить его к боковой линии и расположиться таким образом, чтобы предотвратить длинный пас внутрь поля.

Если у команды соперника есть "слабое звено" при начальных ударах, его можно использовать, т.е. играть на такого слабого игрока, тогда его расположение определит тип удара.

Команда, получающая мяч.

См. Диаграмму 7: Начальные удары – расположение игроков и варианты удара.

Чтобы отыграть мяч, команде, получающей мяч, следует расположиться таким образом, чтобы они двигались по направлению к мячу, а не назад, для его ловли. Отдавайте себе отчет о расположении команды соперника. Мяч будет отправлен начальным ударом на ту сторону поля, где у соперника находится большинство игроков. Лучшая комбинация в таком случае – 4 спереди и 3 сзади. При таком расположении игроки получающей мяч команды будут двигаться вперед равномерно для получения мяча. Если мяч пойман, игрок с мячом будет находиться в позиции, которая позволит ему сразу вести нападение. Глубокое и равномерное распределение товарищей по команде по ширине поля создаст возможности для нападения.

Чтобы предотвратить изолирование игрока при выполнении длинного начального удара, товарищи по команде должны быстро отбежать назад для поддержки в глубине поля. Тем не менее, они не должны скапливаться, так как это снижает возможности для передачи мяча в боковое пространство, в сторону от игроков команды соперника. Обычно в игре будет время на то, чтобы вынести мяч вперед до того, как команда соперника начнет вести защиту. Это необходимо выполнить быстро, чтобы пройти как можно больше территории. Во время преследования защита может потерять форму и сгруппироваться, создавая возможности для выполнения контратаки командой, получившей мяч.

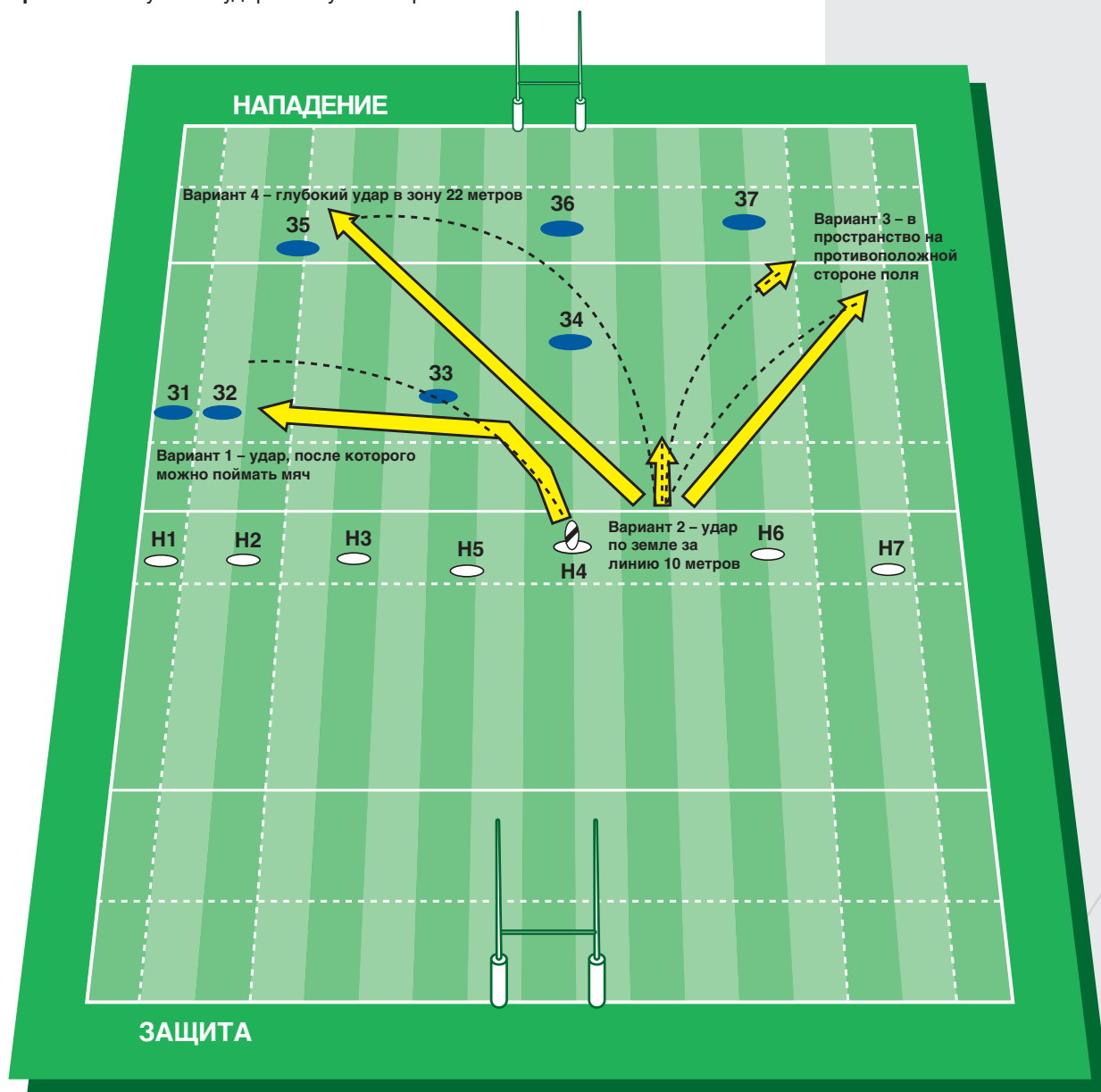
В заключение, при выполнении длинного удара есть время, чтобы остановить мяч ногой во избежание ошибок при игре руками. Если мяч отскакивает, его следует подобрать игроку, который двигается назад, чтобы избежать ошибок при игре руками. Тем не менее, этому игроку затем следует передать пас игроку,двигающемуся вперед.

Рекомендуется сохранить одну из передних позиций для игрока, который может пробить по воротам, так как это будет необходимо для комбинации защиты сразу после выполнения начального удара.

После выигрыша мяча короткая сторона - эффективное место для нападения. Защита будет ожидать нападения в большей части поля, оставляя пространство на флангах. Розыгрыш мяча на короткую сторону уведет защиту к боковой линии, предоставляя полную ширину поля для продолжения нападения.

Диаграмма 7: Начальные удары – расположение игроков и варианты удара.

- Вариант 1 – удар, после которого можно поймать мяч.
- Вариant 2 – удар по земле за линию 10 метров.
- Вариант 3 – в пространство на противоположной стороне поля.
- Вариант 4 – глубокий удар в зону 22 метров.



Удары от ворот

Удары от ворот предлагают несколько возможностей, так как они могут разыгрываться быстро в любом месте вдоль линии 22 м и так как мячу нужно только пересечь линию 22 метров, чтобы остаться в игре. Всё зависит от того, насколько быстро мяч будет передан бьющему игроку, стоящему около линии 22 метров. Товарищ по команде, выполнивший приземление мяча, должен быстро передать пас или отбить мяч ногой такому игроку, чтобы выиграть время для выполнения удара.

Существуют следующие варианты выполнения удара:

- Отбить мяч за линию 22 м, поймать его и немедленно передать товарищу по команде в лучшей позиции, т.е. игроку, располагающему большим временем и пространством, чтобы начать движение для нападения.
- Отбить мяч длинным ударом в свободное пространство и использовать хорошо организованную комбинацию преследования мяча для того, чтобы отыграть мяч или ограничить возможности нападения игрока с мячом команды соперника.

Комбинация преследования мяча для всех длинных ударов ногой должна основываться на следующем:

- Игроку, который, вероятнее всего, выполнит первый захват, следует расположиться с внутренней стороны от игрока с мячом, чтобы тот мог бежать только к более узкой стороне поля. Посредством расположения с одной стороны будет легче выполнить захват, так как у игрока с мячом остается только одна сторона для продолжения движения.
- Игрокам следует двигаться вперед в построении в виде "стрелы", в котором "острием стрелы" является игрок, который выполнит захват, а другие игроки двигаются под небольшим углом к нему. Это позволит им с легкостью видеть то, что происходит. Это также поможет им быть в нужном положении для ловли или подбора мяча, если он отбивается ногой за первого игрока защиты.
- Ни одному из игроков не следует выходить вперед товарища по команде, находящегося ближе к мячу. Если игрок выходит вперед своего товарища по команде, он, таким образом, создаст брешь в защите.
- По возможности игрокам следует помогать друг другу в борьбе за мяч, когда игрок с мячом изолирован от своих товарищей по команде. Однако, если у игрока с мячом есть поддержка, другие игроки защиты должны изначально предположить, что игрок, выполняющий захват, завершит начатое. Если мяч не будет отыгран, игроки поддержки все ещё смогут ему помочь. Однако, если более чем один игрок защиты будет вовлечен в захват, возможный пас товарищу по команде позволит команде соперника направить нападение в свободное пространство.

В зависимости от обстоятельств матча удар от ворот может быть отбит в аут. Конечно же, мяч не должен выбиваться в аут напрямую. Если же удар выполнен быстро, то, возможно, у мяча будет пространство, чтобы откатиться в аут. Такой удар принесет выигрыш территории, но мяч в коридор будет вводить команда соперника. При рассмотрении этого варианта действий, очень важно помнить о счёте и времени, оставшемся до конца матча.

Для того чтобы отыграть максимально возможную часть территории, удар следует выполнять около боковой линии. Можно отбить мяч ногой по земле, чтобы предотвратить выход мяча в аут напрямую, тем не менее, при таком виде удара мяч может быть остановлен и перехвачен игроками команды соперника.

Если большая часть команды соперника располагается ближе к одной стороне поля, чем другой, можно использовать короткий удар ногой. Такой удар даст возможность поймать мяч товарищу по команде, который находится около бьющего игрока. Этот удар выполняется достаточно высоко, чтобы мяч прошел над игроками команды соперника вдоль линии 22 м, и чтобы у товарища по команде было время для того, чтобы пробежать вперед и поймать мяч.



Схватки

См. Диаграмму 8-1: Расположение игроков во время схватки и после неё.

Так как в игре разыгрывается больше схваток, чем коридоров, схватка является наиболее важной стандартной комбинацией в регби-7.

Посредством взаимодействия с полузащитником схватки, нападающие могут оттолкнуть схватку за мяч. Для этого контакт, введение мяча и зацепка мяча должны быть одним продолжительным движением.

До входа в контакт столбы должны связаться с хукером, причем хукеру следует связаться под столбами, что позволит ему вернуться в игру сразу после окончания схватки.

Схватку следует построить под прямым углом к боковой линии, а игрокам следует связаться и присесть таким образом, чтобы при входе в контакт они были ниже своих оппонентов. Это позволит им толкать схватку одновременно вперед и вверх, используя свою силу с максимальной пользой.

Чтобы хукер был слегка повернут лицом к полузащитнику схватки, столб с прижатой головой должен быть движущей силой. Это также предотвратит вращение схватки по часовой стрелке и снизит возможности для нападения после выигрыша мяча. Как только мяч был введен в схватку, столб со свободной головой должен следовать за мячом, используя внешнюю левую ногу. Таким образом, при взаимодействии с хукером, использующим правую ногу, зацепка мяча может быть более контролируемой. Однако, если это действие мешает хукеру выполнять свою первоначальную роль и ограничивает его эффективность, гораздо важнее, чтобы столб обеспечивал устойчивую платформу, а не помогал хукеру зацепить мяч.

Под напором команды соперника, столб со свободной головой может помочь хукеру зацепить мяч, тогда столб с прижатой головой будет обеспечивать устойчивость схватки.

Как только мяч был зацеплен, хукер должен быстро выйти из схватки и войти в игру.

Доступные варианты игры в схватке зависят от состава первой линии схватки. Это может отличаться от регби-15, так как игроки первой линии не подвержены такому же давлению. Поэтому в регби-7 любой игрок команды может быть выбран для роли нападающего на основе его общих навыков игры в регби-7, а не только игры в схватке. Даже если схватка является наиболее часто разыгрываемой стандартной комбинацией во время матча, их общее количество сравнительно невелико.

Если хукер может быстро зацепить мяч, то стоит попытаться отыграть мяч при его введении. Если первая линия физически сильна и обладает более высокой техникой, чем команда соперника, то можно использовать толчок вперед.

Закручивание или разворот схватки может использоваться в качестве общей стратегии. В схватке, состоящей из шести игроков, очень сложно противостоять такому движению. Наиболее вероятным направлением является движение по часовой стрелке. Оно может использоваться, чтобы развернуть нападающих команды соперника по направлению к боковой линии с правой стороны игрового поля. Когда команда соперника оказывает давление, очень трудно передать пас в открытую сторону. При защите это задержит присоединение трех нападающих команды защиты к комбинации защиты.



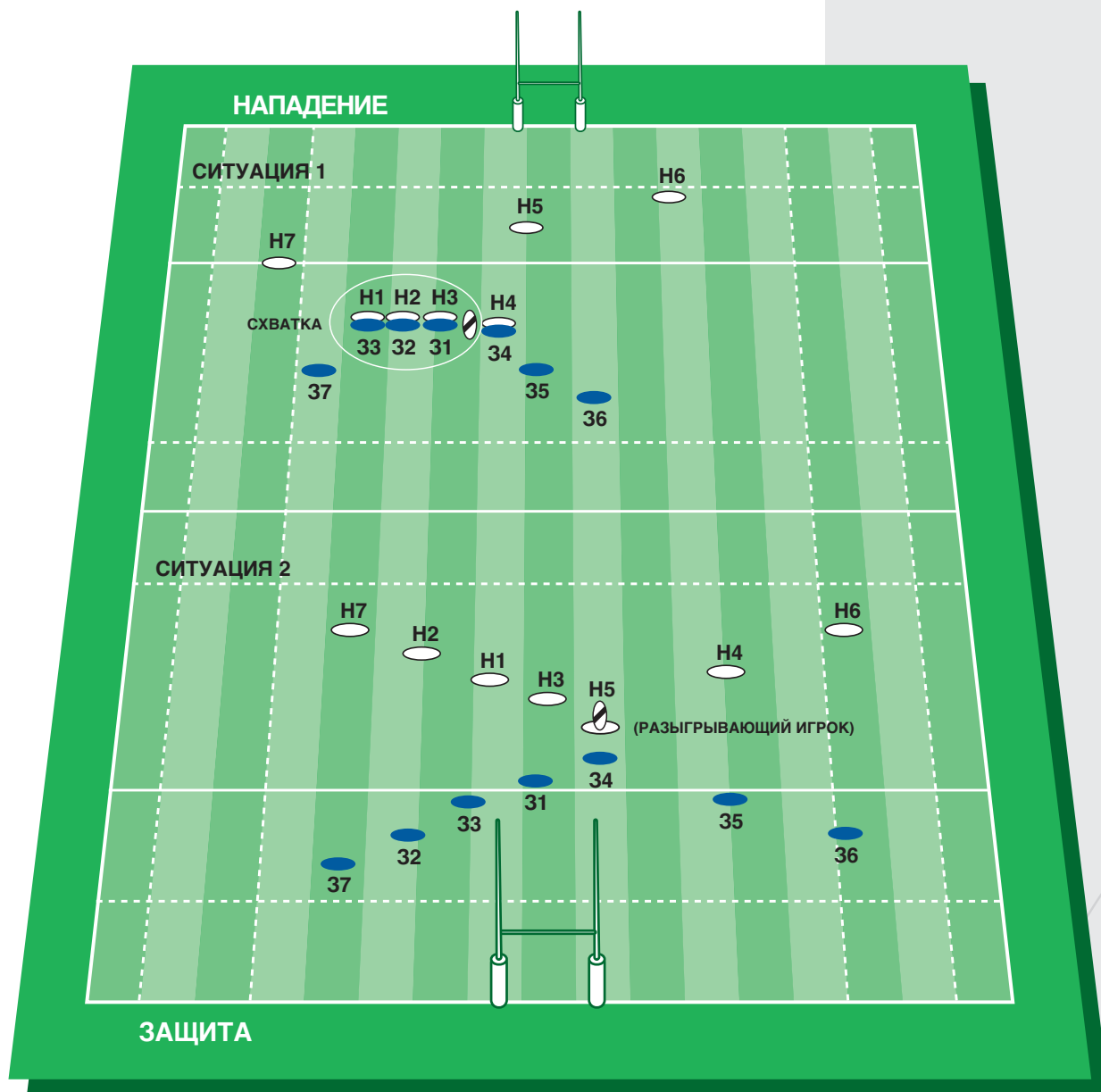
Схватки

Толчок в схватке полезен, но быстрое освобождение мяча по окончании схватки одинаково важно как при защите, так и при нападении.

См. Диаграмму 8-1: Расположение игроков во время схватки и после неё.

Ситуация 1: расположение игроков во время схватки.

Ситуация 2: расположение игроков после схватки.



С левой стороны поля будет действенным обратное. Когда команда соперника нападает, им не дадут использовать узкую или короткую сторону.

При нападении это развернет нападающих команды соперника внутрь поля, открывая пространство для нападения с короткой стороны.

Когда мяч зацеплен, невозможно контролировать его выход из схватки. Зацепка мяча может быть слишком быстрой для того, чтобы полузащитник схватки смог получить мяч. Для того чтобы это предотвратить, полузащитнику схватки, возможно, придется отбить мяч ногой назад товарищу по команде. В противном случае, другой защитник может расположиться так, чтобы получить мяч, выходящий из схватки, стоя непосредственно за схваткой. Эту роль может взять на себя «свипер».

Как только мяч зацеплен, нападающие должны быстро выстроиться по разыгрывающему игроку, чтобы обеспечить возможности для передачи паса. Если хукер связывается со столбами под ними, то он сможет быстро освободиться. Столбам гораздо сложнее освободиться быстро, так как они связаны с игроками команды соперника.

Именно поэтому, если мяч был отыгран с определенным контролем, полузащитник схватки зачастую может пройти вперед, если он будет двигаться вправо, а именно: в сторону от полузащитника схватки команды соперника.

Как только схватка окончена, все нападающие присоединяются к своим командам в их построениях нападения и защиты. Они не следуют за мячом, как это обычно происходит в регби-15. Нападение отходит назад, чтобы сформировать построение нападения для обеспечения возможности передачи паса. Нападающие защиты занимают зону или полосу по ширине игрового поля и занимают свои места в комбинации защиты, которая уже формируется другими игроками. В противном случае, они ведут защиту по принципу «один на одного». Несмотря на то, что хукер может быстро покинуть схватку, связывание не позволит ему сразу двигаться вперед. Роль провоцирования команды соперника на розыгрыш их комбинации защиты может выпасть на долю столба со свободной головой, так как он менее связан в схватке и может суметь покинуть схватку без промедления, чтобы двигаться вперед. Раннее освобождение хукера позволит ему занять позицию в построении защиты с короткой стороны. Если не стоит бороться за мяч после зацепки мяча в схватке, полузащитник схватки может расположиться с короткой стороны, особенно, если эта сторона находится справа.



Коридоры

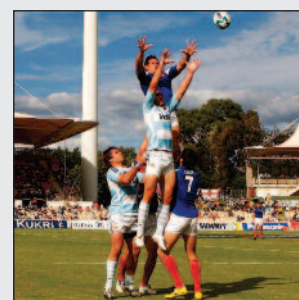
См. Диаграмму 9-1: Расположение игроков во время и после коридора.

Коридоры в регби-7 очень похожи на короткие коридоры, используемые в регби-15. Так как только три игрока занимают десятиметровую полосу, вокруг игроков создается значительное пространство. В результате этого, игроки создают пространство для себя, симулируя движение вперед или назад и затем двигаясь в противоположную сторону для ловли мяча.

Игрокам, чья физическая подготовка превышает физическую подготовку своих соперников, необязательно использовать отвлекающие маневры для выигрыша мяча при вбрасывании. Если игрок выпрыгивает для того, чтобы поймать мяч до своего оппонента, пространство, в которое движется такой игрок, предотвратит получение мяча соперником. Наилучший способ – сделать шаг в пространство и выпрыгнуть вертикально вверх. Конечно же, если игрок поддерживается в воздухе, такая позиция будет еще более устойчивой и не даст сопернику вести борьбу за мяч. Правила разрешают поддерживать игрока, выпрыгивающего за мячом. В большинстве случаев для поддержки используется только один игрок. Для того чтобы одновременно обеспечить движение и поддержку, игрок, выпрыгивающий за мячом, движется по направлению к поддерживающему его игроку, чтобы тот помог ему набрать большую высоту и устойчивость в воздухе.

Еще один вариант: полузащитник схватки входит в промежуток между линиями в коридоре для того, чтобы поймать мяч. Он может войти в пространство спереди, сзади или между двумя игроками коридора, выпрыгивающими за мячом. Полузащитник схватки также может быть использован как игрок поддержки, а игрок, вбрасывающий мяч, может взять на себя роль полузащитника схватки.

Поддержка обеспечивает более контролируемую доставку мяча из коридора, чем из схватки. Игра нападения может быть развернута напрямую из коридора при наличии соответствующего пространства. Варианты, использующие нападающих и полузащитника схватки для нападения на линию защиты непосредственно из коридора, позволяют хорошо использовать игроков, сгруппированных в этой части поля. Этот вариант можно использовать, особенно если команда соперника не борется за мяч во время вбрасывания, так как не нужно поддерживать игрока, выпрыгивающего в воздух за мячом. Это освобождает других нападающих для ведения нападения без задержки около линии вбрасывания. Игрокам защиты, участвующим в коридоры, нужно постараться не вовлекать слишком много игроков в борьбу за мяч. Чрезмерное вовлечение игроков создаст бреши в защите в каком-нибудь другом месте.



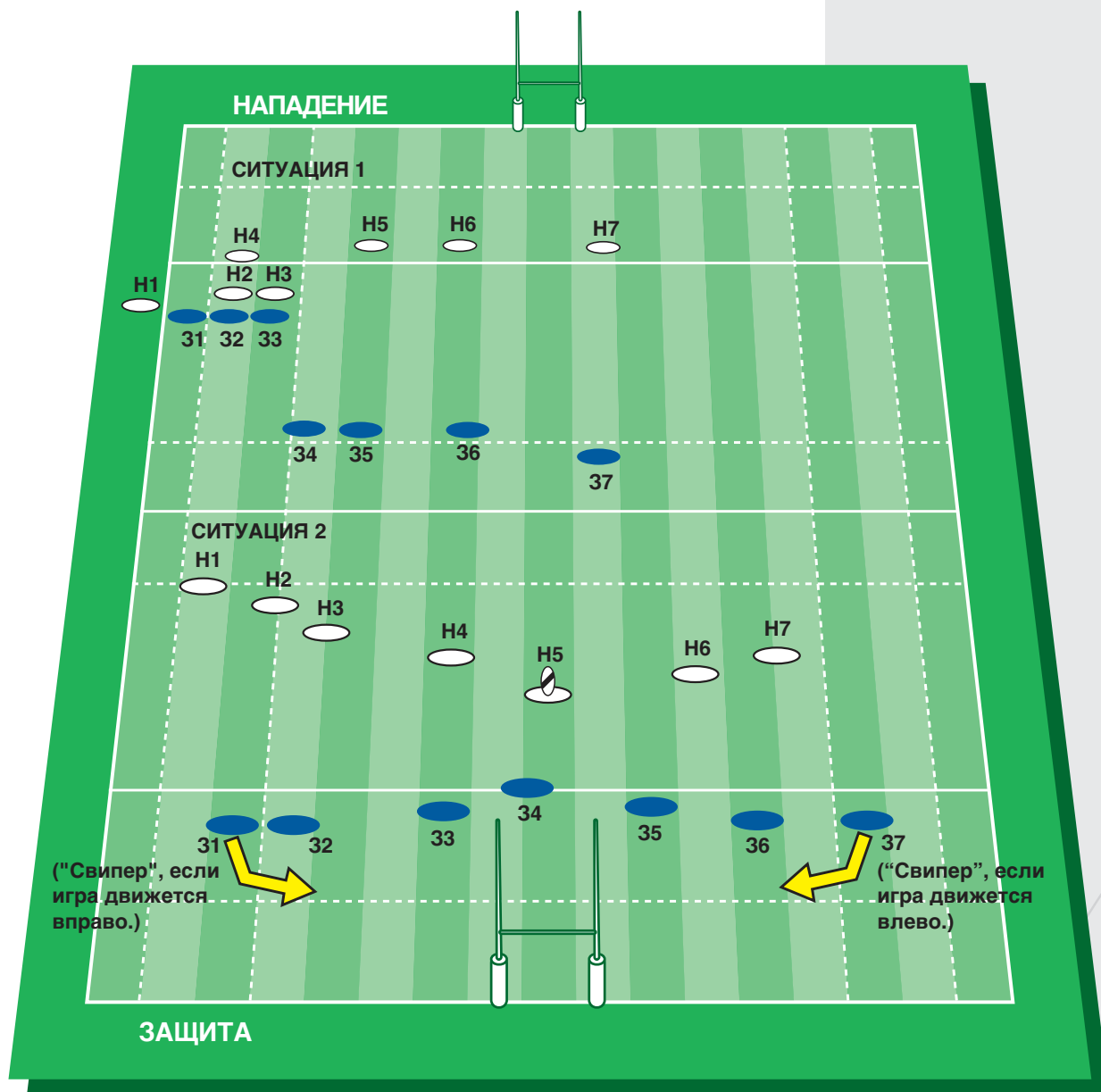
Коридоры

В регби-7 не так много коридоров, но физически сильные игроки, участвующие в коридоре, могут с равным успехом участвовать в других аспектах игры.

Диаграмма 9-1: Расположение игроков во время и после коридора.

Ситуация 1: во время коридора.

Ситуация 2: после коридора.



	ПАС		УДАР НОГОЙ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Варианты нападения при коридорах

Цель этих вариантов – двойная. Первая цель – отыграть мяч, вторая – передать мяч игроку в свободном пространстве. Это пространство, скорее всего, будет создано, благодаря расположению и движению игроков команды соперника. Эти варианты отрабатываются во время тренировок, но дают преимущество только в подходящий момент, в зависимости от поведения игроков противоположной команды. Зачастую, при розыгрыше коридора, могут возникнуть сложности с использованием этих комбинаций. Тем не менее, так как игроки обычно одинаково реагируют на успешные коридоры, особенно, если их расположение было использовано ранее, запланированные действия могут использоваться при следующем коридоре.

Примеры этих вариантов приведены ниже:

Вбрасывание номеру 1:

- ловля и движение вперед,
- прямая передача полузащитнику схватки,
- короткий удар ногой или пас нападающему под номером 2, участвующему в коридоре, который скалывается вокруг передней части коридора;
- ловля и передача назад игроку, вбросившему мяч.

Вбрасывание номеру 2:

- ловля и движение вперед,
- прямая передача мяча полузащитнику схватки,
- короткий удар ногой или пас нападающему под номером 1, участвующему в коридоре, который скалывается вокруг задней части коридора;
- короткий удар ногой или пас полузащитнику схватки, вбегающему между двумя нападающими в коридоре.

Посредством исходного распределения по ширине поля или распределения сразу после формирования коридора, в центре может быть создано пространство для полузащитника схватки, в которое он может вбежать и поймать мяч.

И, в заключении, мяч можно вбросить за игроков, участвующих в коридоре, чтобы его поймал полузащитник схватки или другой защитник.

Сохранение мяча

Пространство, доступное для нападения, может в равной степени привести к изолированию игрока командой защиты. Для того чтобы избежать этого, игроки поддержки должны обеспечить возможности для игрока с мячом. Ключом к поддержке является глубина, так как при передаче паса мяч передается в пространство, и игрок, получающий мяч, может выбежать в пространство, поймать мяч и продолжить игру.

Поддержка также необходима и в ширину, для того, чтобы вынудить защиту распределиться по полю и оставить промежутки, через которые можно будет вести нападение. Глубина и ширина создают платформу для прохождения сквозь защиту.

Если игрок с мячом движется в контакт с целью прохода сквозь защиту или с целью отвлечения защиты и создания пространства в другой части поля, он должен учитывать, как он сможет сохранить мяч, если попытка пройти сквозь защиту не будет успешной. Это можно назвать "путем к отступлению". Некоторые примеры путей к отступлению:

- Чтобы увернуться от игрока, выполняющего захват, нужно сделать так, чтобы захват был выполнен ниже уровня рук и чтобы можно было использовать руки для:
 - помещения мяча в пространство,
 - передачи мяча в пространство пасом,
 - переката мяча назад в пространство.
- Если при входе в контакт игрок с мячом поворачивается к сопернику спиной, то он защищает мяч от игрока защиты и может передать пас игрокам поддержки.
- Остаться на ногах, спиной к сопернику и лицом к товарищам по команде, сделав мяч доступным для товарища по команде, который входит в контакт для того, чтобы взять мяч. Если мяч свободен и лежит на земле в зоне контакта, его следует быстро переместить в пространство, используя любой доступный способ: передать пасом, подобрать или отбить ногой.

Для того чтобы сохранить мяч, игрок с мячом должен постараться избежать захвата, когда он бежит поперек поля. От игрока защиты можно увернуться, но лучше всего выпрямить траекторию движения как можно быстрее. Если игрок не может двигаться вперед из-за давления соперников, лучше остановиться или отступить, чем бежать поперек поля. Бег поперек поля занимает пространство других игроков и позволит защите выполнить боковой захват. Товарищи по команде должны быть бдительны и отступить назад в созданное пространство.



Сохранение мяча

Нужно было принимать решения до этого, чтобы предупредить неизбежный перехват мяча.



Сохранение мяча

Теперь путь к отступлению - воспользоваться количественным превосходством в другой части поля, так как два игрока защиты были выведены из построения.

Свободные удары

В общем, такие удары лучше выполнять посредством быстрого розыгрыша мяча, так как намного важнее сохранить мяч, чем отправить мяч в аут, получить территорию и оказаться в зоне 22 м соперника. Это зависит от состояния игры.

Штрафные удары

Использование штрафных ударов также зависит от состояния игры. У каждого варианта есть свои преимущества, как и в регби-15, тем не менее, сниженная продолжительность матчей в регби-7 и пространство, доступное для нападения, скорее всего, делает быстрый розыгрыш мяча наиболее полезным.

Возможны следующие варианты:

- быстрый розыгрыш
 - для сохранения мяча,
 - для немедленного нападения;
- удар в аут
 - для получения территории,
 - для получения права вбрасывания мяча в коридор,
 - для задержки возобновления игры;
- удар по воротам
 - для набора очков,
 - для задержки возобновления игры, если удар по воротам не был успешным, но мяч ушел за линию "мертвого" мяча или в аут зачетного поля;
- длинный удар
 - для передачи мяча за линию защиты в целях уменьшения давления.

Можно получить преимущество при выполнении всех этих ударов, но только при использовании его вместе с хорошей комбинацией преследования мяча. Эта комбинация не обязательно должна двигаться вперед на большой скорости, но должна быть организованной, чтобы ограничить варианты нападения.

Игрокам следует быть готовым ко всем вариантам.

Создание пространства

Чем шире стоят игроки, тем шире стоит защита и тем больше пространства между игроками. Боковое пространство может быть создано посредством построения, как мы уже упоминали выше. Эта комбинация обычно использует семь игроков, выстроенных поперек поля по игроку с мячом.

См. Диаграмму 1-1: Боковое пространство (стр. 11).

Для того чтобы создать линейное пространство, команды часто отходят к своей линии ворот, сохраняя построение. По мере приближения к своей линии ворот, они начинают это чувствовать. Это создает психологический барьер, и они теряют глубину. В таком случае команда теряет способность вести нападение на приближающуюся защиту, так как они стоят слишком мелко для того, чтобы получить пас и начать быстрое движение вперед.

Поэтому очень важно, чтобы команды приняли решение о том, сколько территории они готовы отдать с целью создания пространства. К тому же, они должны решить, как им следует реагировать в том случае, если пространства будет недостаточно, т.е. как они собираются нападать на защиту. Это будет зависеть от расположения команды соперника.

Некоторые возможные варианты:

- Отбить мяч ногой в пространство между первой линией защиты и «свипером», а затем бежать за мячом и поймать его.
- Отбить мяч ногой как можно дальше в глубину поля и бежать за ним. Мяч должен уйти в пространство за «свипером». Такое преследование нацелено на то, чтобы изолировать «свипера» или даже опередить «свипера» и отыграть мяч. «Свипер» будет изолирован, если преследование мяча быстрое и организованное, а защита медленно возвращается назад для поддержки.
- Сохранить распределение по ширине поля и использовать удар ногой как быстрый метод передачи «паса» одному из товарищей по команде, которого не закрывает игрок защиты и который находится слишком далеко от бьющего игрока, чтобы передать мяч руками. Пройти сквозь линию защиты, используя пространство между игроками защиты. Мы остановимся на этом подробнее в следующем разделе.



Противостояние обратному построению

Когда защита формируется в обратном построении в открытой игре, они могут захватить игрока с мячом, как только игрок получит мяч. Тем не менее, в таком случае существует пространство непосредственно за каждым игроком защиты. Соответственно, если использовать это пространство, то можно пройти сквозь линию защиты. Возможны следующие варианты для создания пространства и прохождения сквозь линию защиты:

- Игрок с мячом отбивает мяч ногой в пространство за следующим игроком защиты для того, чтобы игрок нападения мог пробежать сквозь линию защиты и поймать мяч.
- Потенциальный получатель мяча уводит игрока защиты к боковой линии, а затем меняет траекторию движения и бежит внутрь поля. Мяч затем может быть передан пасом в пространство, в которое вбегает игрок с внутреннего плеча игрока защиты.
- Игрок с мячом угрожает игроку защиты, выполняя обманный маневр по направлению к боковой линии, а затем меняет траекторию движения и бежит внутрь поля. Изменение траектории движения должно привести к низкому захвату. Игрок, получающий мяч, меняет траекторию движения и получает пас, пробегая вперед мимо игрока с мячом.

Примечание: Чем глубже построено нападение, тем больше и ближе пространство сзади. А также, чем шире распределено нападение, тем более изолированы друг от друга игроки защиты, поэтому если игрок может использовать пространство и пройти сквозь линию защиты, маловероятно, что другие игроки защиты смогут помешать ему.

Прохождение сквозь линию защиты

Боковое пространство для прохождения сквозь защиту создается, благодаря расположению команды соперника и глубине построения нападения. Если защита сгруппирована, пространство будет с наружной стороны, если защита распределена по полю, пространство будет между игроками.

Чтобы воспользоваться этими ситуациями, нападению следует выстроиться настолько близко к линии защиты, насколько им позволяют навыки передачи мяча. Это сократит время для реакции защиты, ограничивая их возможности для перестановки, если они не смогли предугадать действия команды нападения и не отреагировали адекватно.

Когда игрок с мячом пытается пройти сквозь защиту, предел форсирования нападения зависит от ситуации. Игрок с мячом может пробежать до самой линии ворот и приземлить попытку, но по мере приближения игроков защиты необходимо найти способ передачи мяча поддержке. В конечном счете, игрок с мячом может отойти назад в пространство, чтобы не быть изолированным от товарищей по команде и переиграть комбинацию с этой позиции.

Использование перекрытия

См. Диаграмму 1-3: Боковое пространство - Ситуация 3 (см. стр. 13).

Для того чтобы использовать пространство с внешней стороны, нападение должно сначала решить с какой стороны нападать. Это зависит от количества игроков. Направление влево или вправо будет выбрано в зависимости от того, с какой стороны находится больше игроков нападения, чем защиты. Так как у защиты обычно есть «свипер», у них будет меньше игроков в передней линии защиты. Все зависит только от выбора стороны.

Если «свипер» присоединяется к передней линии для использования комбинации защиты «игрок на игрока», остается линейное пространство для удара ногой и ловли мяча.

Для сохранения перекрытия, каждый игрок, передающий мяч, должен взять на себя игрока защиты до передачи мяча. Для этого каждому игроку следует передвигаться внутрь веером по мере получения мяча, удерживая защиту со стороны внутреннего плеча.

Если защита расходится широко для того, чтобы противодействовать перекрытию, игроку с мячом следует использовать оставленные бреши в линии защиты. Если защита удерживается в своей расстановке, можно сохранить перекрытие и продвинуться вперед.

Комбинации для использования дополнительного игрока “трое против двух”

См. Диаграмму 1-2: Боковое пространство – Ситуация 2 (см. стр. 11).

Нападение через бреши между игроками линии защиты то же самое, что и нападение через пространство, оставленное игроком защиты, уведенным в сторону. Брешь в линии защиты создается, когда игрок с мячом движется внутрь поля, а следующий игрок движется по направлению к боковой линии. Это увеличивает размер пространства, через которое может пройти другой игрок.

Варианты

См. Диаграммы 3-1, 3-2 и 3-3: Прохождение сквозь линию защиты с использованием пространства (см. стр. 18-20).

Если игрок защиты, закрывающий игрока с мячом, в попытке предугадать пас отходит к внешней стороне поля, чтобы закрыть игрока, входящего в пространство, игроку с мячом следует пройти вперед. Если игрок защиты остается закрывать игрока с мячом, можно передать пас в существующее пространство. Это можно осуществить, даже если игрок защиты возвращается назад, чтобы выполнить захват. Когда игрок с мячом входит в брешь в линии защиты, захват обычно выполняет игрок защиты с его внешней стороны. Таким образом, игрок с мячом вынуждает защиту выполнить захват снаружи внутрь. Пространство будет создано там, откуда вышел игрок, выполнивший захват. Именно в это пространство можно передать пас для того, чтобы пройти сквозь линию защиты. Это может быть любой вид паса.



Если игрок защиты, который закрывает следующего игрока в линии нападения, не последует за ним по направлению к внешней стороне поля, такому игроку можно передать пас, так как он может пройти вперед через брешь в линии защиты. Если оба игрока защиты сохраняют свои позиции, будет пространство для третьего игрока нападения, который может пройти между ними.

В обоих случаях перекрытие и прохождение сквозь брешь в линии защиты основаны на ситуации, в которой у нападения на одного игрока больше, чем у защиты. Этот игрок представляет собой угрозу игрокам защиты и пространству между ними. Если защита не отреагирует на игрока, он сможет пройти между ними. В обратном случае, игрок может пройти вперед через пространство, из которого они были выведены. Способность распознавать ситуацию, предвосхищать события и реагировать на поведение защиты требует большой практики. В регби-7 такие комбинации не всегда могут быть возможны, и количество игроков может быть равным. В таком случае возникают несколько других вариантов.

Комбинации при равном количестве игроков

Ситуация 1 – один на одного.

В регби-7 можно управлять ситуацией, создавая неравенство в пользу команды нападения. Посредством распределения по ширине поля, нападение вынуждает защиту сделать то же самое. Это изолирует как игрока нападения, так и игрока защиты, создавая игру "один на одного". Такая ситуация позволит игроку нападения использовать превосходящие навыки нападения для того, чтобы пройти сквозь защиту. Если это происходит на флангах, игрок защиты может использовать боковую линию, чтобы вывести игрока нападения из игры. Когда это происходит внутри поля, с обеих сторон может прибыть поддержка и продолжить нападение. Основное правило команды нападения – держаться подальше от боковых линий, так как игроки защиты могут использовать боковую линию, как дополнительного игрока, и перехватить мяч посредством получения права вбрасывания мяча в коридор.

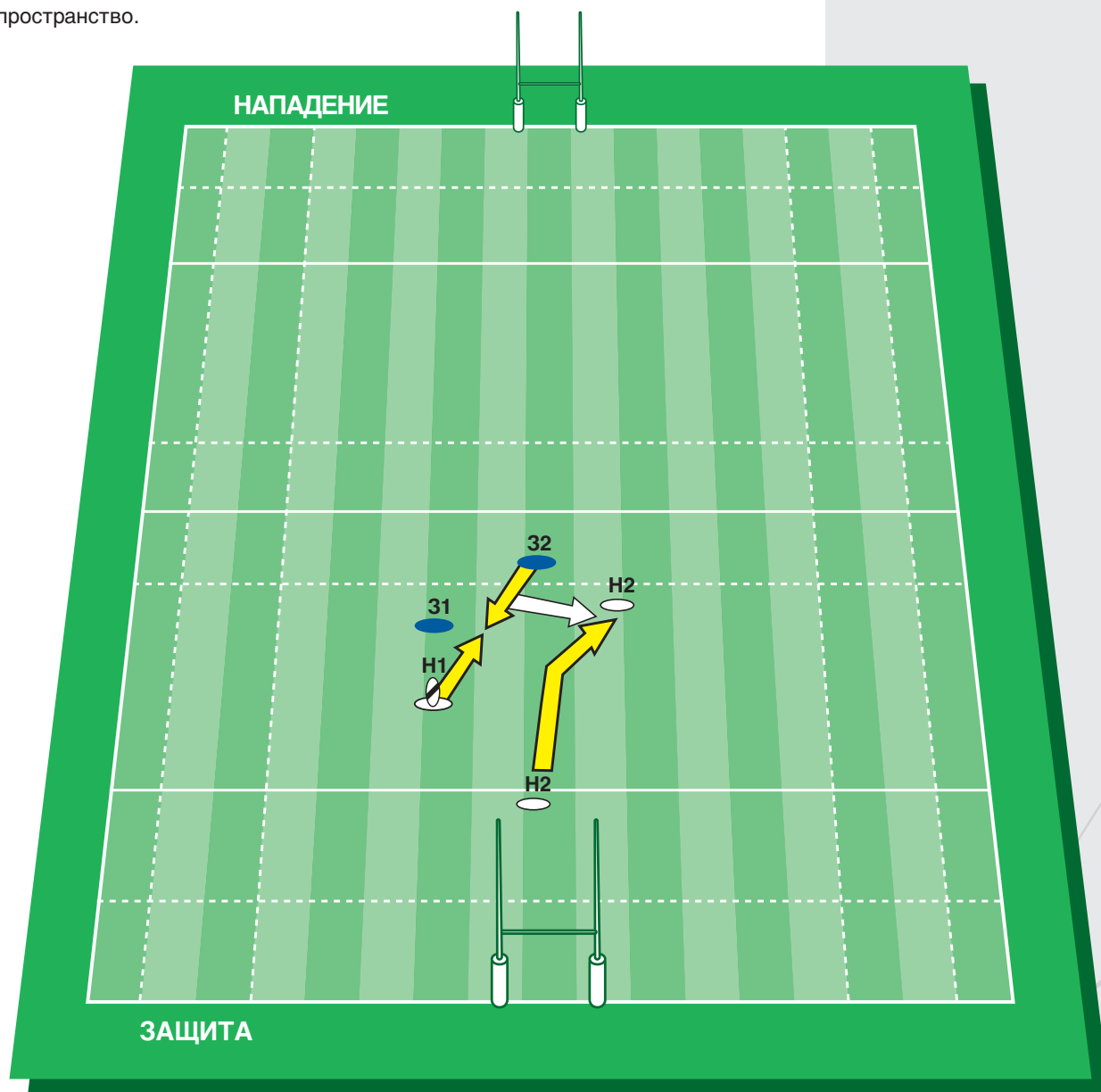
Ситуация 2: 2 на 2.

Если обоих игроков нападения закрывают игроки защиты, существуют несколько вариантов, представляющие собой угрозу для защиты.

См. Диаграммы 10-1, 10-2 и 10-3: Комбинации игры при равном количестве игроков.

Диаграмма 10-1: комбинации игры при равном количестве игроков, "2 на 2".

Вариант 1: Игрок с мячом может сначала представлять собой опасность для первого игрока защиты и затем изменить направление для немедленной угрозы второму игроку защиты. Если второй игрок защиты поворачивается для выполнения захвата, пас передается второму игроку нападения, который теперь находится в пространстве между игроками защиты, т.е. мяч находится у Н1, и Н1 представляет собой угрозу для З1, затем З2 двигается к Н1, чтобы выполнить захват, Н1 передает пас Н2 в созданное пространство.



	ПАС		УДАР НОГАЙ
	ПРОБЕГ		ИГРОК НАПАДЕНИЯ
	ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА		ИГРОК ЗАЩИТЫ

Диаграмма 11-1: комбинации игры при равном количестве игроков, "2 на 2".

Вариант 2: Н1 бежит на 31 и затем угрожает пространству между 31 и 32. 31 вынужден выполнить низкий захват, позволяя Н1 передать пас поддержке с левой стороны.

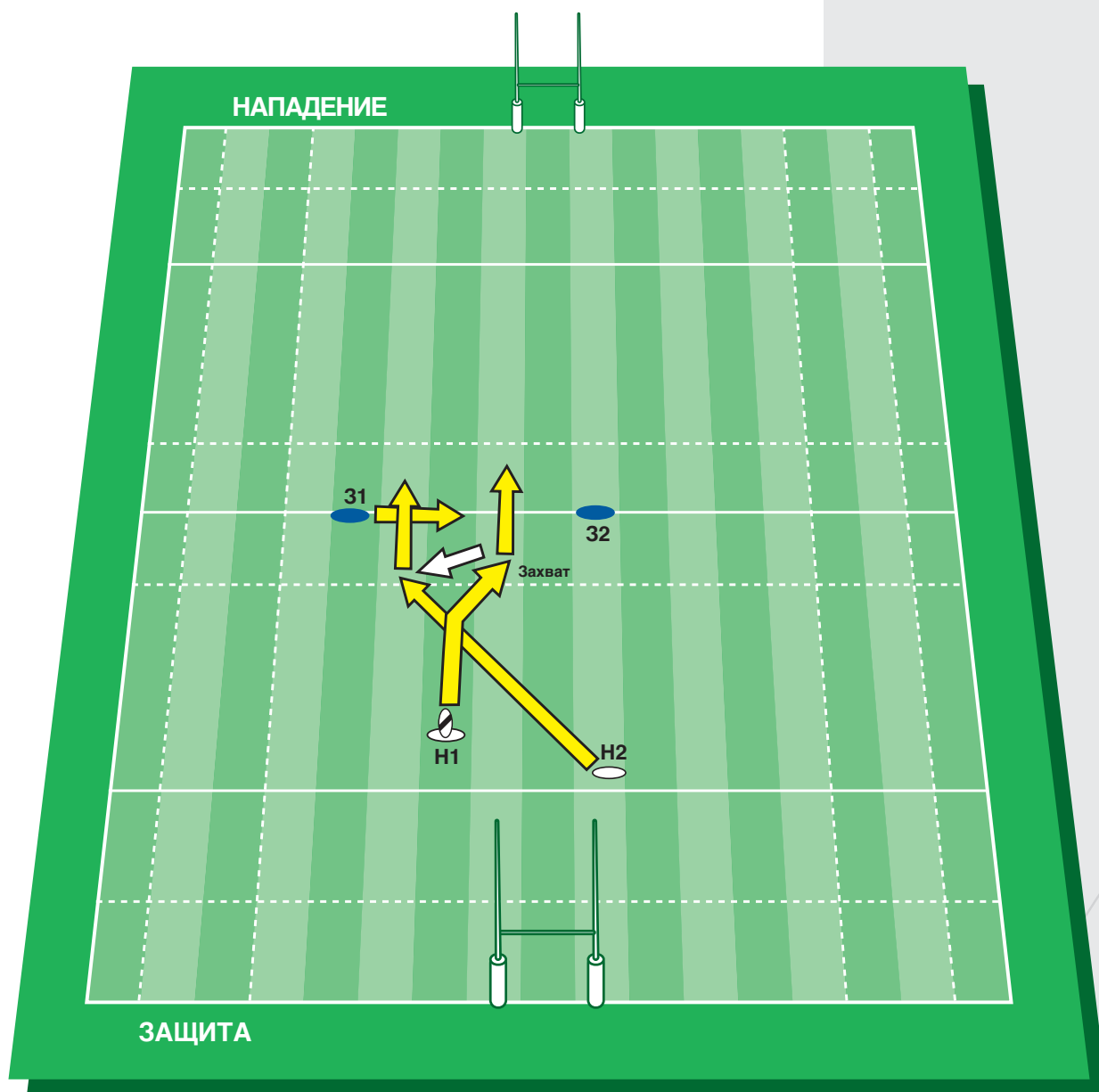


Диаграмма 12-1: комбинации игры при равном количестве игроков, "2 на 2".

Вариант 3: Н1 уводит 31 и затем угрожает пространству между 31 и 32. 32 выходит вперед 31, Н1 оправляет мяч по земле ударом ногой за 32 для Н2, который бежит вперед и подбирает мяч.

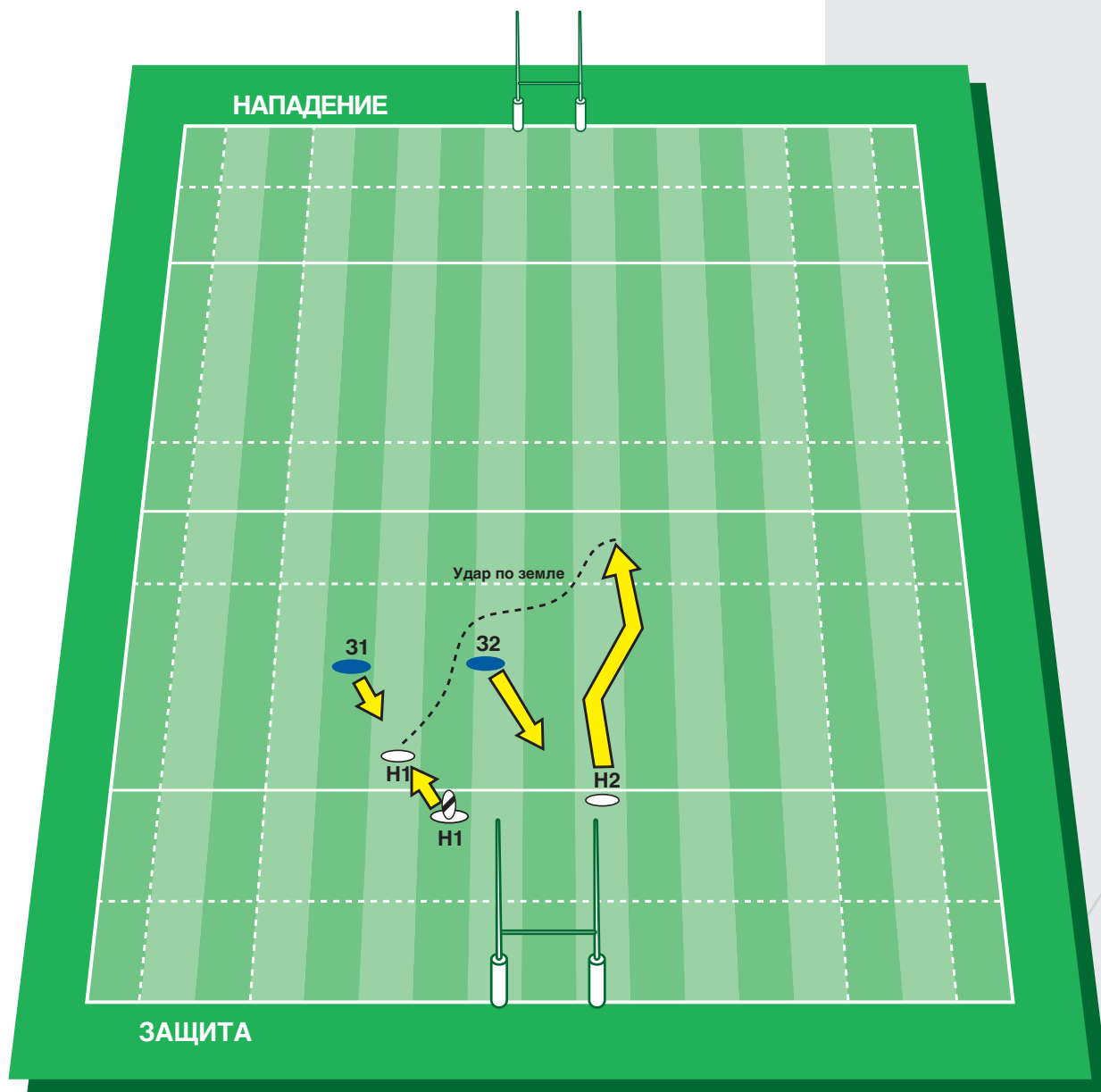


Диаграмма 13-1: комбинации игры при равном количестве игроков, "2 на 2".

Вариант 4: Н1 угрожает пространству между 31 и 32, 32 продолжает стоять широко для защиты от Н2. 31 уводит в сторону, чтобы выполнить захват Н1. Н1 передает пас крестом Н2, который проходит вперед через пространство, из которого вышел 31. Если 31 не двигается в сторону, Н1 сохраняет мяч и проходит вперед.

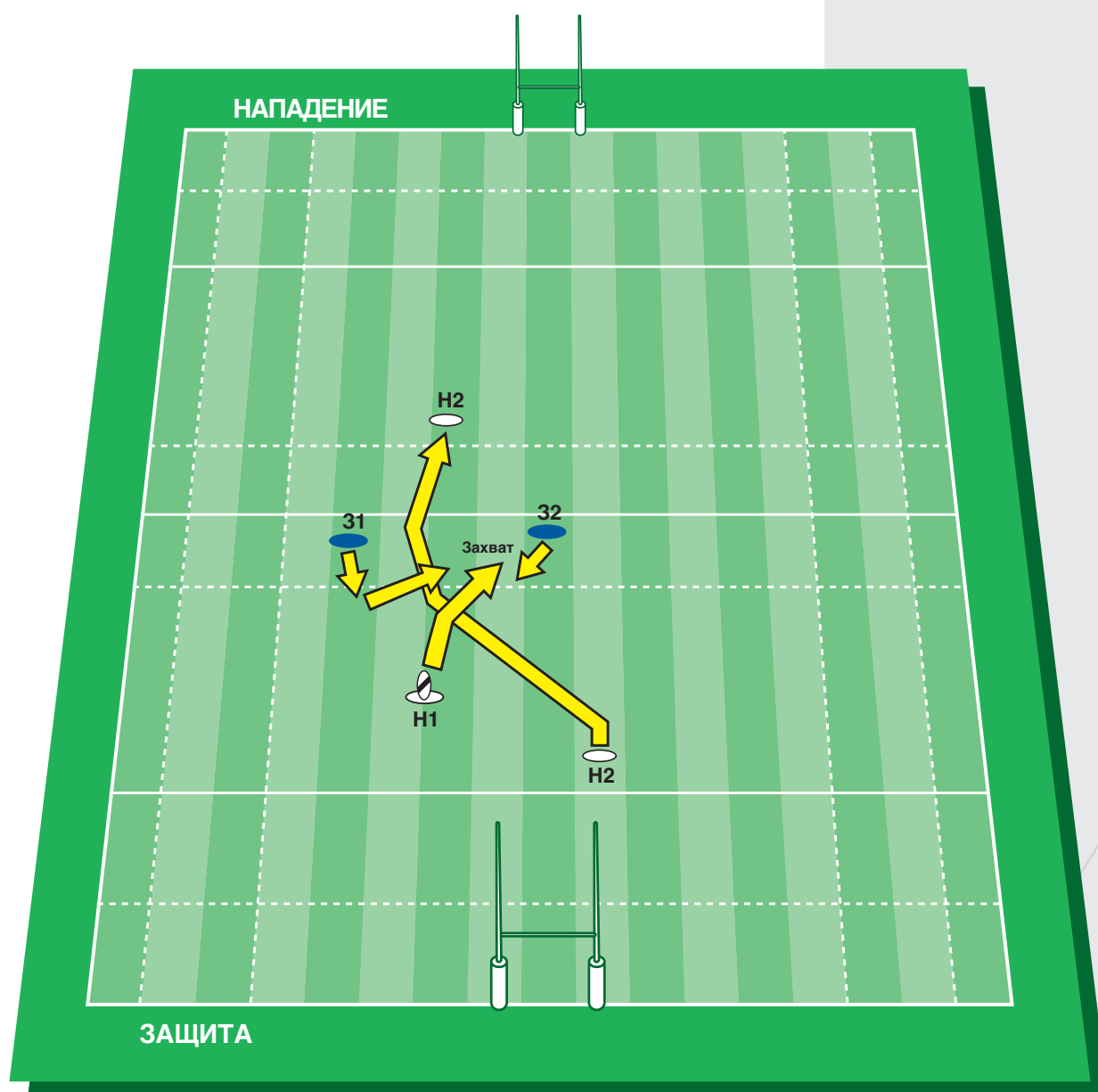
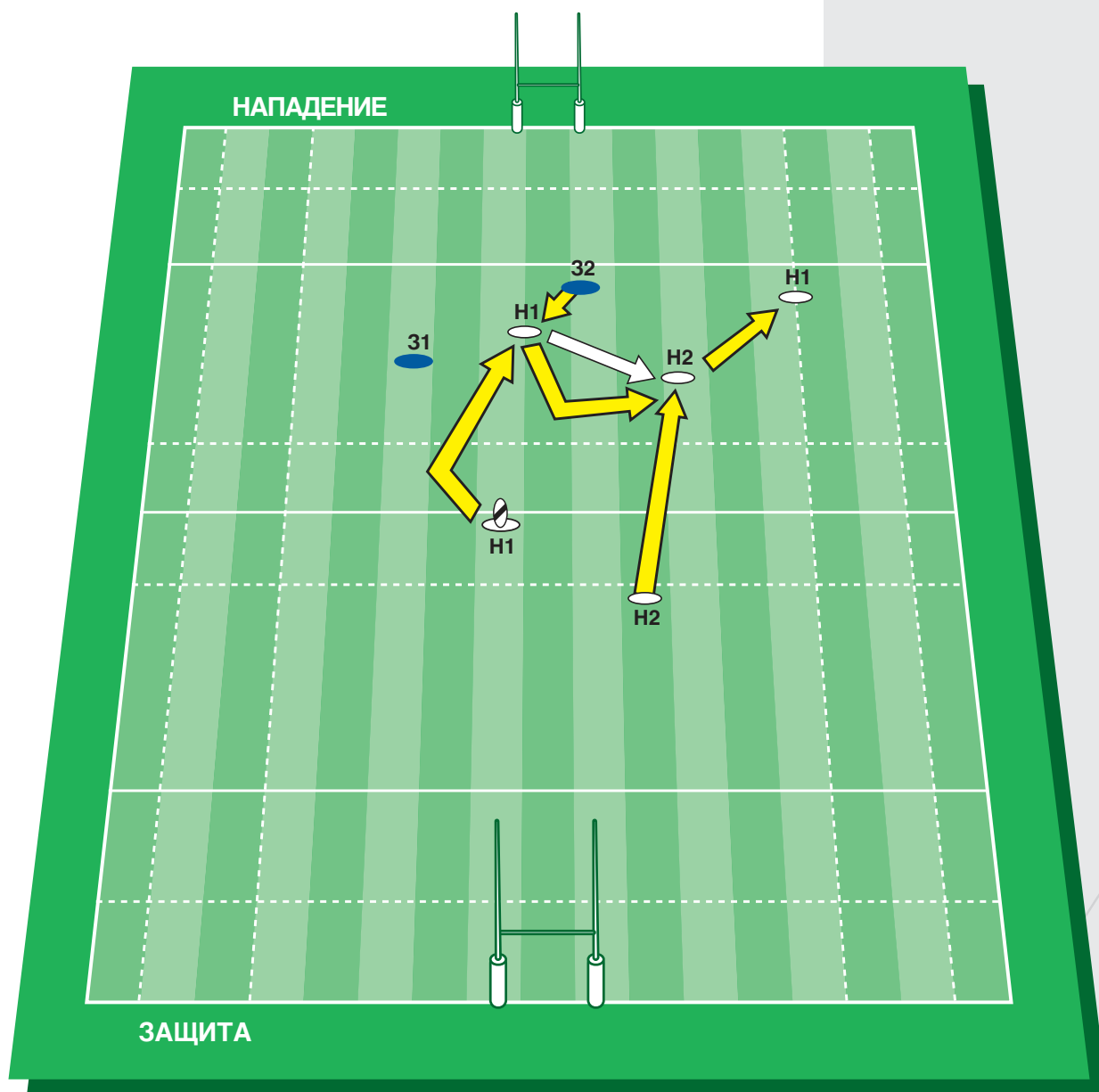


Диаграмма 14-1: комбинации игры при равном количестве игроков, "2 на 2".

Вариант 5: Н1 уводит З1 и передает пас Н2. Н2 уводит на себя защиту и передает пас налево Н1, который обежал вокруг.



Ситуация 3 - действовать сплоченной группой.

Когда команда действует, как одна группа, она может использовать варианты, доступные для любой линии защитников в регби-15, чья цель – поместить игрока в пространство. Здесь применяются все те же ключевые факторы, и задняя линия может действовать без необходимости противостоять нападающим защиты. Тем не менее, равным образом, в такой ситуации нет нападающих, которые могут оказать поддержку при нападении.

Пример одной из таких комбинаций – построение в две волны, где первая волна создает пространство и предлагает варианты для другой. Эти волны сложно установить из стандартных ситуаций, потому что в таких ситуациях доступно меньше игроков. Тем не менее, они могут быть использованы, когда нападение развернуто в обратную сторону, и нападающие больше не связаны в схватке и не участвуют в коридоре. Эти волны могут быть установлены в любое время во время матча.

См. Диаграмму 15-1: варианты групповой игры.

Построение

Эта комбинация создает ряд возможностей. В этом построении первой волной будут Н1-Н4, а второй – Н5-Н7.

Вариант 1

Н2 передает пас Н3, уходит в обход, получает мяч с внутренней стороны и проходит вперед между 32 и 33.

Вариант 2

Н2 передает пас Н3, уходит в обход, получает мяч с внутренней стороны и передает пас Н5, Н6 или Н7. Такие игроки могут выполнить маневры 2 на 2, 3 на 3 или 2 на 3.

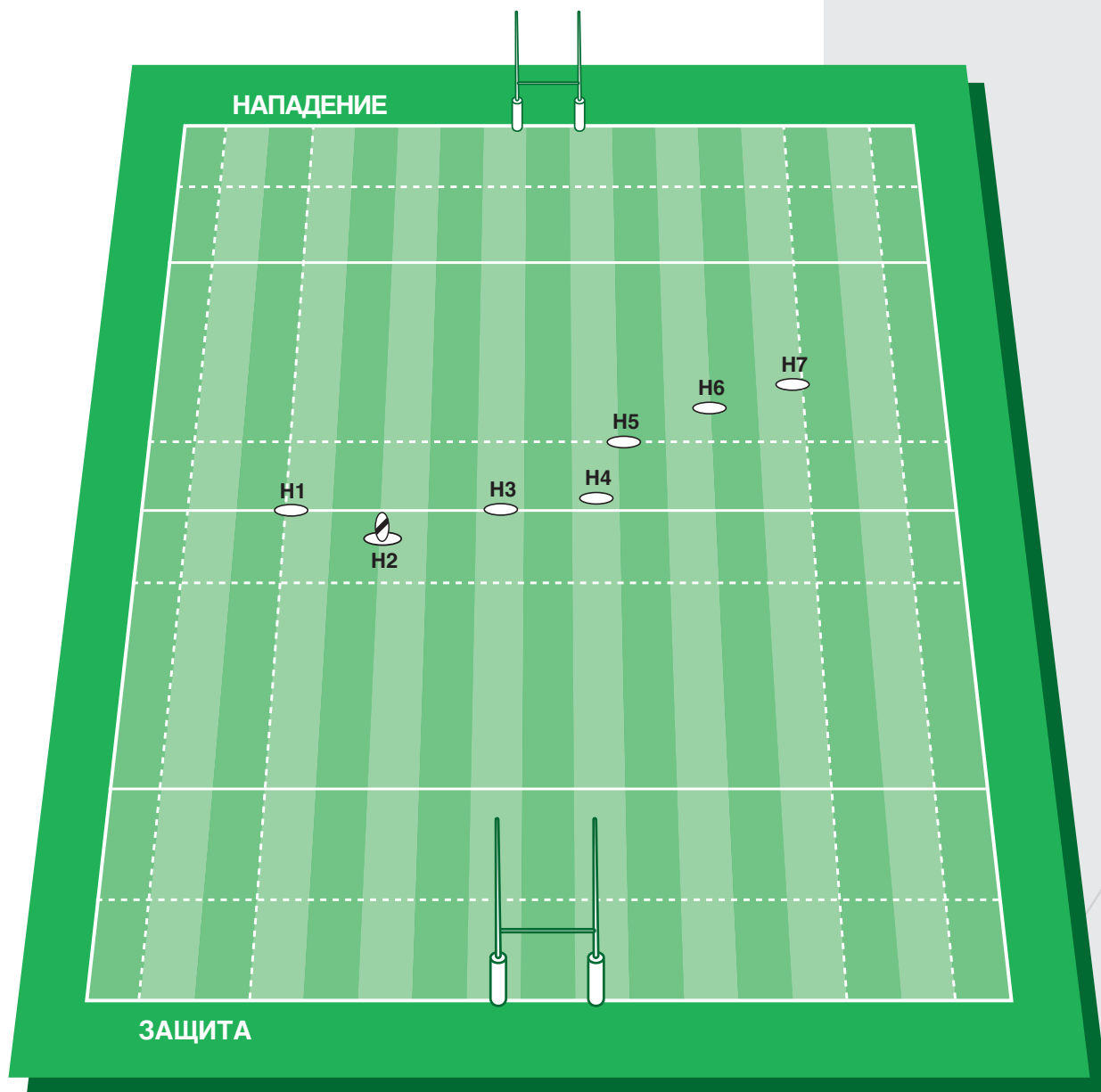
Вариант 3

Н4 может стоять достаточно глубоко, чтобы получить мяч от Н2, таким образом, добавляя дополнительного игрока второй волне.



Диаграмма 15-1: варианты групповой игры.

Эта комбинация создает ряд возможностей. В этом построении первой волной будут Н1-Н4 и второй – Н5-Н7.



ПАС	УДАР НОГОЙ
ПРОБЕГ	ИГРОК НАПАДЕНИЯ
ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ МЯЧА	ИГРОК ЗАЩИТЫ

Использование сильных игроков.

Из стандартных ситуаций можно использовать сильного игрока, даже если он изначально участвовал в выигрыше мяча. Чтобы такой игрок смог занять положение для прохождения сквозь защиту, мяч немедленно передается через поле игроку на фланге. Направление нападения, таким образом, разворачивается. Игрок, проходящий вперед, исходно занимает глубокую позицию, чтобы потом суметь ускорить движение и пройти между двумя игроками защиты вперед.

Роль разыгрывающего игрока – определить благоприятное несоответствие сил при нападении, создав ситуацию «один на одного» для игрока нападения с пространством вокруг него, чтобы он мог обойти игрока защиты.

Построение команды

Команда нападения может получить большое преимущество при правильном расположении. Если она расположена широко, она может вынудить защиту распределиться по всему полю, создавая бреши в линии защиты между игроками.

Если она занимает меньше бокового пространства, и защита следует за ними, создается пространство на флангах, которое могут использовать дополнительные игроки. Если, с другой стороны, защита остается стоять широко, они будут вынуждены защищать "снаружи - внутрь". Это означает, что они будут вынуждены двигаться внутрь поля для выполнения захвата игрока с мячом, который угрожает пространству между игроками защиты. Пространство, из которого они выходят, теперь будет свободно. Игрок с мячом теперь может передать пас в это пространство для товарища по команде, который сможет поймать мяч и пройти вперед.

В результате этого, распределение по ширине поля не всегда является лучшим вариантом. Это зависит от расположения команды соперника. Ошибкой является скопление игроков, особенно, при входе в контакт. Если игрок с мячом теряет мяч, у команды соперника будет пространство, чтобы передать пас, пробежать вперед и набрать очки.

Очень важно решить, сколько игроков возьмут на себя роль сохранения мяча и что они должны будут для этого сделать. Это будет описано в разделе «Игра поддержки».



Игра поддержки

Когда игрок двигается в одном направлении, создается пространство в другом направлении. В то время как соперники двигаются веером при защите, пространство может быть создано с внутренней стороны игрока с мячом или около игрока с мячом в направлении его движения, особенно, если игрок защиты вышел из пространства для закрытия следующего игрока.

Когда игрок сознательно идет в контакт или когда попытка прохождения сквозь линию защиты была неудачной, у игрока с мячом должен быть путь к отступлению для того, чтобы сохранить мяч. Игроки поддержки должны помочь игроку с мячом, чтобы обеспечить возможности для него.

Ключевую роль в предоставлении помощи исполняет игрок, который находится непосредственно за игроком с мячом на расстоянии 10-15 метров. Расположение дает игроку возможность двигаться по направлению к свободному мячу. Более эффективно, это даёт игроку время поднять мяч и оценить варианты, если мяч разыгрывается на 10-15 метров назад.

Традиционно, эта позиция известна как «карман» и может быть занята игроком, который последним передал пас из предыдущего движения или «свипером» защиты, который берет на себя подобную роль при нападении. Этот игрок обеспечивает безопасность мяча, если другая команда пытается отыграть мяч.

Из схватки и коридора существуют линии «вне игры», дающие нападению линейное пространство впереди них. Тем не менее, как только мяч был отыгран, ограниченное количество игроков в матчах регби-7 редко создает раки и молы. Соответственно, применяется Правило о положении «вне игры» в открытой игре, которое налагает некоторые ограничения на расположение игроков защиты.

Защита может находиться около игрока нападения, готовая выполнить захват игрока в случае передачи паса. Противодействием такому расположению является способность игрока отбить мяч ногой вперед в свободное пространство, чтобы его мог поймать товарищ по команде, или пройти вперед, используя брешь в линии защиты. Это может осложнить задачу игрокам поддержки, так как игроки защиты могут стоять в пространстве между игроками нападения, исключая возможность бокового паса. Если игрок с мячом проходит вперед, поддержка может ускорить движение и обойти индивидуальных игроков защиты. Тем не менее, если этого не происходит, защита может перехватить мяч при его передаче.

Чтобы справиться с таким развитием ситуации, игрок с мячом должен выполнить нападение на линию защиты. Лучше всего это выполнить посредством нападения на промежутки в линии защиты, чтобы увести игрока защиты и затем передать мяч в созданное пространство.



Поддержка

Кажется, что с внешней стороны есть пространство, если игрок с мячом может передать мяч. Есть ли там поддержка?

Игрок с мячом должен обойти игрока защиты, чтобы создать пространство. В результате этого, захват будет низким, т.е. вокруг нижней части тела игрока нападения, что освобождает руки для передачи паса. Для использования этого пространства игрокам поддержки нужно лишь изначально находиться непосредственно за игроком с мячом и продолжать бежать вперед в том же построении, в то время как игрок с мячом уводит игрока защиты в сторону. Такой игрок поддержки зачастую игрок, который только что передал мяч. Нужно стараться не бежать поперек поля в направлении паса до поддержки, позволяя защите передвигаться «веером».

Как только пас был передан, игрок должен занять позицию в глубине, чтобы он мог войти в игру, двигаясь вперед, а не в сторону, так как это намного менее эффективно.

В регби-15 линии «вне игры» при схватках, коридорах, раках и молах предоставляют нападению линейное пространство. Это не так часто происходит в регби-7. В регби-15 группирование игроков в раки, молы, схватки и коридоры создает пространство в ширину. Это также не часто происходит в регби-7.

Поэтому нет разницы при нападении от «аутхава» или от позиций далее по линии. В регби-7 игроки не группируются, отрываясь от схваток, раков или моллов, и их не нужно обходить.

Может произойти то, что защита будет уведена внутрь, когда нападение атакует одной полосой, где игрок с мячом создает пространство для выходящего из-за него игрока.

Для противостояния постоянным попыткам пройти вперед по одной полосе, защита будет вынуждена оставить свои боковые позиции и сгруппироваться внутри поля для выполнения захватов. Таким образом, они покинут боковое пространство, и если попытка не занесена с помощью линейной поддержки, то другая возможность занести попытку может быть создана с помощью паса по ширине поля.

Подробное описание итоговых показателей игры

ЗАЩИТА

В защите первый приоритет – умение игроков выполнять захваты. Второй очень важный приоритет – дисциплина игроков под давлением противника и умение сохранить построение комбинации защиты.

Борьба за мяч

Как только противоположная команда получает мяч, начинают действовать другие принципы защиты. Тем не менее, борьба за мяч делает защиту более эффективной, так как это не дает сопернику контролировать мяч. Это применимо к начальным ударам, схваткам и коридорам. Борьба за мяч при выполнении начальных ударов описана в разделе «Нападение».

Схватки

В схватках тактикой защиты может быть попытка оттеснить команду соперника от мяча. Это мешает сопернику контролировать зацепку мяча, создавая возможность для его перехвата. Этого также можно достичь, если в схватке команда защиты позволяет оттолкнуть себя назад.

Как и в регби-15 схватка может быть закручена в рамках требований правил игры. Разворот схватки может использоваться для того, чтобы вынудить команду нападения двигаться в одну сторону, теряя возможность вести нападение в обе стороны. Обычно цель защиты – оттеснить команду нападения к ближайшей боковой линии. Во избежание перехвата мяча команда нападения попытается не выходить в аут. Тем не менее, им будет очень сложно повернуть направление игры внутрь поля. Закручивание схватки можно также использовать для того, чтобы вынудить полузащитника схватки передать мяч влево, в сторону, противоположную его траектории движения, так как после введения мяча в схватку он будет двигаться вправо.

Игра защиты в схватке

Во-первых, для эффективной защиты в схватке команда защиты должна попытаться сделать обратное тому, что они делают при введении мяча в свою схватку. Значит, им следует разбить вход в контакт на отдельные этапы: приседание, паузу и вход в контакт, - чтобы вход в контакт, введение мяча и толчок были тремя отдельными движениями, а не одним продолжающимся действием. Это собьет с ритма команду соперника. Также им не следует выстраивать схватку слишком быстро. Это позволит команде противника внести поправки в своё построение.

Во-вторых, столбу со свободной головой следует входить в контакт таким образом, чтобы увести хукера команды нападения от туннеля. Ему в этом может помочь столб с прижатой головой, потянув схватку на себя. Если схватка защиты сможет это сделать, полузащитнику схватки следует расположиться с той же стороны, что и полузащитник схватки команды нападения. При этом расположении можно бежать за мячом и использовать неточную передачу мяча из схватки с целью перехвата.



После окончания схватки хукеру следует покинуть схватку первым. Для этого ему нужно связываться под столбами.

Столбы обеих команд смогут задерживать вход друг друга в игру посредством недолгой задержки связывания с противоположными номерами, что не будет противоречить правилам игры. Если это выполняется командой защиты, она получает большее преимущество, так как у нападения будет меньше игроков поддержки. Для того чтобы противостоять этому команде нападения придется отступить назад для того, чтобы у них было время и пространство. Это даст территориальное преимущество команде защиты. Когда столбы освободятся, им придется отходить намного дальше, чтобы присоединиться к линии нападения, в то время как столбы команды защиты смогут легко присоединиться к своей команде, так как линия защиты к тому времени продвинется вперед.

Полузащитнику схватки следует занять наиболее выгодное расположение. Если открытая сторона находится справа от команды защиты, ему нет смысла оставаться слева от схватки, особенно, если схватка разворачивается по часовой стрелке. В частности, хукер сможет покинуть схватку быстро, так как он не связан с игроками команды соперника. С правой стороны поля, игрок сможет защищать короткую сторону.

Коридоры

При коридорах защита может использовать четырех игроков. Двух нападающих коридора для борьбы за мяч при вбрасывании, хукера и полузащитника схватки. Ответственностью хукера является защита передней части коридора, а полузащитника схватки – задней части коридора. Это позволяет нападающим, участвующим в коридоре, вести борьбу за мяч в воздухе, так как они будут знать, что в случае потери мяча у них есть поддержка с обеих сторон.

Другой вариант – использовать меньше игроков защиты в коридоре, если есть большая угроза в другой части поля. В этом случае один игрок берет на себя обе роли хукера и полузащитника схватки.

Если мяч был перехвачен, следует немедленно захватить близко находящегося игрока с мячом и попытаться отыграть мяч.

Если же мяч был передан в пространство, четыре игрока, участвующие в коридоре, должны быстро присоединиться к защите.

Для этого три игрока защиты, не участвующие в коридоре, отходят в сторону по ширине поля для защиты от широко стоящих игроков нападения или зон, находящихся дальше от коридора.

В регби-7 существуют те же самые варианты, что и в регби-15, а именно: вести борьбу за мяч, когда он вбрасывается в коридор, или дать команде соперника разыграть мяч и провести контратаку, захватив игрока с мячом по окончании коридора. Если ведется борьба за мяч, но его не удастся отыграть, вовлечение в борьбу за мяч обоих нападающих может привести к тому, что остается слишком мало игроков защиты. Тем не менее, если мяч отыгран, эта же проблема теперь возникнет у команды соперника. Соответственно, вариант выпрыгивания за мячом должен сочетаться со стратегией защиты на тот случай, если мяч не отыгран. Опыт показывает, что очень сложно выиграть мяч в коридоре, лучше уступить мяч и оказать давление при защите. Чтобы предотвратить разворот нападения из коридора, игроку, вбрасывающему мяч, и полузащитнику схватки, возможно, придется



немедленно захватить игрока с мячом блокирующим захватом. Иначе задержка даст время нападающим присоединиться к комбинации защиты. Если не ведется борьба за мяч, нападающие уже являются частью защитной комбинации и должны перестроиться согласно своей роли.

Зачастую игрок, ловящий мяч, сразу же передает пас полузащитнику схватки нападения, который затем передает пас «аутхаву» (разыгрывающему игроку) для розыгрыша комбинации нападения. Если нападающие остаются в положении «в игре», они могут суметь переместиться вместе с пасом и выполнить захват полузащитника схватки. Если мяч передан «аутхаву» (разыгрывающему игроку), особенно, если этот игрок стоит глубоко, нападающим и полузащитнику схватки следует присоединиться к комбинации защиты. Поспешное движение отдельных игроков к нападению по мере передачи паса может создать бреши в защите, которыми может легко воспользоваться нападение.

Свободные и штрафные удары команды соперника

Эти удары могут быть разыграны очень быстро, поэтому игроки должны сохранять бдительность. При быстром розыгрыше одному игроку следует находиться сзади, на расстоянии 10 метров, чтобы он мог немедленно вести защиту. Игроки в пределах 10 метров от места удара, должны отойти назад, не принимая участие в игре. Им следует отбегать назад, оставаясь лицом к мячу, чтобы видеть, что происходит. Если соперник умышленно сталкивается с отходящим назад игроком, то ему не следует назначать еще один удар ногой на 10 метров вперед.

Во время выполнения обоих ударов, «свипер» должен быть готов к тому, чтобы следовать за мячом.

Защита при ударе от ворот с линии 22 метров

Для защиты при ударе от ворот с линии 22 метров, команда, получающая мяч, должна располагаться так, чтобы быть готовой ко всем вариантам. Кроме расположения игрока (игроков) на линии 22 метров для того, чтобы вести защиту в случае быстрого розыгрыша мяча, лучшей постановкой будет построение, по форме напоминающее банан.

При этом построении несколько игроков находятся между линиями 10 м и 15 м на линии 22 метров с левого и правого флангов, а игроки в центре поля стоят значительно глубже. Это расположение позволяет команде быть готовой как к короткому удару, при котором можно вести борьбу за мяч, так и к удару в глубину поля, когда нужно будет следовать за мячом.

Конечно же, знать построение и использовать его в матче – две разные вещи, так как между приземлением мяча и ударом ногой очень мало времени для того, чтобы занять свое место в построение.

При быстром розыгрыше мяча легче всего вести борьбу за мяч, находясь на линии 22 метров и закрывая бьющего игрока. Так как кроме возможности вести борьбу за мяч, это приведет к задержке использования любого другого варианта игры. Такая задержка позволит товарищам по команде быстро занять свои позиции. Это всегда требует определенной гибкости. Если игроки недостаточно быстро реагируют на ситуацию, они могут не успеть занять свои позиции. Игроки должны заполнять бреши в линии защиты, чтобы прибывающие позже игроки могли дополнить баланс, достигнутый теми, кто уже занял свою позицию.

Отказ в пространстве

Вынужденные решения

Посредством движения вперед защита не дает нападению времени и пространства для принятия лучшего решения по ведению атаки. Тем не менее, из-за недостатка пространства вокруг игроков, если игроки защиты будут двигаться отдельно друг от друга, их можно будет легко обойти в ситуации «один на одного». Поэтому защита должна двигаться вперед согласно комбинации.

Защита может получить преимущество, если они двигаются вперед с разной скоростью. Комбинация, похожая на "прессинг по всей площадке" в баскетболе, может быть наиболее эффективной. Особенно когда нападение отстывает, чтобы выиграть пространство, и их построение становится слишком плоским, так как они не хотят заходить на свое зачетное поле.

Каждый отдельный игрок должен определить, какого игрока он будет закрывать, и сообщить об этом своим товарищам по команде. Игрокам защиты следует выстроиться в соответствии друг с другом так, чтобы они могли видеть, что происходит внутри поля. Они так же не должны уступать пространство, если мяч передается пасом игроку, которого они должны захватить.

“Изнутри наружу”

Игрокам следует выстроиться по отношению к намеченному игроку с мячом так, чтобы они могли вести защиту с внутренней стороны, выводя его наружу. При ведении защиты "изнутри наружу", они обеспечивают движение мяча в сторону от внутренней поддержки. Это позволяет защите ограничить возможности передачи мяча во внутреннюю сторону от игрока с мячом. Если игроки защищают снаружи внутрь, создается пространство, так как игрок, выполняющий захват, движется внутрь, чтобы выполнить захват. Игрок с мячом может затем передать мяч в пространство, из которого только что вышел игрок, выполнивший захват, и нападение может пройти вперед.

Игрокам следует определить игрока соперника, против которого они будут вести защиту. Игроки могут быть распределены посредством нумерации соперников от флангов по ширине поля. При некоторых комбинациях защиты игроки на флангах будут находиться впереди игроков, располагающихся внутри поля. Цель такого построения – развернуть игрока с мячом внутри поля, где позиции заняты наиболее сильными игроками.

Такая игра требует опыта и основана на предположении, что мяч не будет отбит за внешних игроков защиты, так как они оставляют за собой свободное пространство, находясь впереди своих товарищей по команде. Эта комбинация сопряжена с определенным риском, но может быть очень эффективной, если она используется в качестве запасного варианта, когда команда соперника предполагает, что будет использована только одна комбинация защиты.

Обратное построение

Если мяч отыгран из схватки или коридора, ограниченное количество игроков,



которые немедленно могут получить мяч, часто приводит к созданию времени для нападения. Время создается, чтобы позволить нападающим войти в игру и предложить варианты атаки. Это достигается путем глубокого расположения нападения, где каждый игрок находится на некотором расстоянии от игрока, стоящего с внутренней стороны от него.

Мяч передается без попытки увести на себя игроков защиты. Основной удар нападения имеет место, если последний получатель мяча в линии нападения и игрок поддержки могут создать неравную ситуацию «двое против одного», или когда нападение разворачивается, и нападающие могут предложить варианты нападения.

При такой игре редко формируется рак или мол, поэтому применяется правило о положении «вне игры» в открытой игре. Оно позволяет защите двигаться вперед и располагаться впереди мяча. Так как защита находится настолько далеко от нападения, защита сможет передвигаться веером в соответствии с передвижением мяча.

Веер предлагает две стратегии:

- При первой стратегии, игроки могут суметь оттеснить игрока с мячом клином как можно ближе к боковой линии. Это достигается посредством расположения игрока защиты таким образом, чтобы пригласить нападение попытаться пройти сквозь защиту снаружи, так как двое или, возможно, трое игроков защиты не позволяют игроку пройти внутрь.
- Вторая стратегия – развернуть построение, размещая игроков так, чтобы они вели защиту против игроков нападения, которые располагаются глубже своих товарищей по команде, находящихся внутри поля. При этом они должны расположиться так, чтобы они смогли одновременно видеть мяч и игроков нападения, которых они закрывают. Вероятно, для этого им придется расположиться ближе к середине поля, чем игроки, которых они закрывают, и лицом к боковой линии.

«Свипер»

В регби-7 команды неохотно используют удар ногой, потому что владение мячом крайне важно. Это позволяет защите сконцентрироваться на захвате игрока с мячом и не беспокоиться о пространстве сзади. Тем не менее, бдительная команда будет стремиться использовать это пространство посредством короткого удара ногой за линию защиты или удара вглубь поля для следования за мячом. Именно поэтому команда должна назначить «свипера». Эту роль может взять на себя защитник фланга, противоположного тому, где разворачивается нападение.



В противном случае, команды могут образовать защитный экран из шести игроков с постоянным «фулбэком», который возьмет на себя подбор мяча после ударов ногой и обеспечит вторую линию защиты, если нападение пройдет через переднюю линию. Игроки в укороченной линии защиты должны перестраиваться по мере развития нападения, чтобы компенсировать количественное преимущество игроков нападения. Дальнейший вариант – снизить количество игроков в передней линии защиты с семи до шести, если, по всей видимости, нападение будет использовать вариант удара ногой, т.е. при наличии значительного пространства в глубине поля за передней линией защиты.

Обычно это происходит, когда нападение движется назад по направлению к своей линии ворот в попытке выиграть пространство для разворота нападения. Зачастую это приводит к тому, что их построение становится слишком плоским. Так как только единичные игроки могут ускорить движение с мячом для нападения, они будут отбивать мяч в пространство за линией защиты и бежать за мячом.

При наличии меньшего пространства, т.е. ближе к линии ворот, игроки могут сформировать одиночную линию для защиты от вариантов пробежки с мячом или паса, в то время как игроки на флангах будут находиться глубже, чтобы они смогли подобрать мяч в случае необходимости. Роль "свипера" очень сложна, потому что игрок должен расположиться так, чтобы суметь взять на себя защиту как после глубоких, так и мелких ударов ногой, а также суметь захватить игрока с мячом, если нападение пройдет сквозь линию защиты. При глубоких ударах ногой есть особый риск быть изолированным от товарищей по команде игроками команды соперника, которые преследуют мяч на скорости и согласно комбинации. Именно поэтому выбор игрока на роль «свипера» или «фулбэка» является особо важным. Во многих отношениях эту роль следует взять на себя самому талантливому игроку команды.

Более сложный метод защиты – сформировать две линии, переднюю линию из пяти игроков и заднюю из двух. Задняя линия находится примерно на расстоянии 15 метров от передней линии. Поскольку передняя линия может перестраиваться в зависимости от переменного расположения мяча, задние игроки возьмут на себя захват соперников, подбор мяча после ударов ногой, а в случае получения мяча они смогут присоединиться к линии защитников из глубины. В этом построении передние пятеро стараются оттеснить нападение к одной стороне поля, предлагая внешнее пространство игроку с мячом, который находится ближе всего к боковой линии. Два задних игрока затем могут использоваться для того, чтобы отрезать этого игрока от его товарищей по команде: вывести его к боковой линии и перекрыть возможность паса внутрь поля.

Еще один вариант - три линии защиты, четыре игрока в передней линии, два – в средней линии на расстоянии 2-15 метров от передней и «свипер».

Эти варианты могут быть эффективны для опытных игроков, которые способны перестраиваться в соответствии с нападением и не дать нападению пройти сквозь линию защиты.

При эффективной защите нападение может отбить мяч ногой или нападать на пространство между игроками линии защиты. Их цель - увести на себя игрока защиты, и так как захват, вероятнее всего, будет выполнен вокруг ног, игрок нападения сможет передать пас в освободившееся пространство товарищу по команде, чтобы тот смог пройти вперед. При движении вправо создается пространство слева и при движении влево создается пространство справа. Защита вынуждена двигаться в сторону, чтобы защищать созданное пространство. Соответственно, кроме сохранения построения по товарищам по команде и намеченному игроку с мячом, каждому игроку защиты следует занять одну из шести или семи полос вдоль поля. Эти полосы могут быть узкими или широкими, в зависимости от игры команды соперника. Таким образом, игроки должны быть очень гибкими. Игрок защиты вступает в игру, когда игрок с мячом заходит в его полосу. Если игра двигается дальше, игрок защиты снова выстраивается по своим товарищам по команде и игроку нападения в своей полосе защиты.

Если два игрока нападения заходят в полосу, изначально защищаемую одним игроком, игрок защиты в этой полосе и игрок в следующей полосе быстро разбивают эту полосу на две более узкие, а их товарищи по команде перестраиваются соответствующим образом.

Ключевой принцип в том, что игроки не следуют за мячом или индивидуальным игроком, а ведут игру тогда, когда действие входит в их полосу. Такой способ распределяет нагрузку и предотвращает скапливание игроков защиты. Скопление делает их уязвимыми для нападения на флангах. Эта комбинация также обеспечивает защиту против игрока, получившего пас с внутренней стороны от захваченного игрока.

При любом виде защиты, но, в особенности, при защите по полосам или каналам, игроки защиты должны быть способны вести защиту против игроков и мяча в своей полосе. Игроку необходимо быть подвижным, с хорошими навыками бокового движения и коммуникационными навыками, а также обладать хорошим боковым зрением. При построении им нужно расположиться так, чтобы они одновременно могли следить за игроком в своей полосе и мячом.

Для этого им придется двигаться в сторону, следуя за мячом, как тень. Опыт показывает, что при защите игроку следует сохранять более высокий уровень концентрации и внимания, чем его сопернику.

Захват игрока с мячом

Само действие выполнения захвата выведет игрока, выполнившего захват, из пространства в защитном экране. Если игрок с мячом сумеет передать мяч в это пространство, нападение сможет пройти вперед. Поэтому лучшим вариантом захвата является блокирующий захват, который предотвращает возможность передачи паса. Проблема в том, что от высокого блокирующего захвата легко увернуться, и если игрок с мячом остается на ногах, он не должен немедленно разыграть мяч.

Чтобы отыграть мяч, игрок, выполняющий захват, или его товарищ по команде должны суметь вырвать мяч из рук или выполнить блокирующий захват так, чтобы игрок с мячом не смог освободить мяч. Это приведет к схватке в пользу команды защиты. Очень сложно выполнить блокирующий захват сильного игрока или игрока, который меняет направление непосредственно перед выполнением захвата. Для того чтобы с этим справиться, очень важно выполнять захват игрока с мячом с внутренней стороны, предоставляя ему только одну сторону для движения и уводя его к боковой линии. Это особенно важно, если игрок с мячом находится около боковой линии.

Возвращение мяча

Мяч можно вернуть, выиграв его силой у игрока с мячом, путем подбора или ловли свободного мяча, а также при перехвате паса. Мяч так же можно отыграть, если вынудить соперника нарушить правила, таким образом, получив право введения мяча в коридор или схватку. Так как в регби-7 мяч часто является свободным, игроки должны сохранять бдительность, чтобы перехватить мяч и начать нападение.

Удивительно как в регби-7 давление защиты может повлиять на игру команды нападения, в результате чего команда нападения совершает ошибки и теряет мяч, а команда защиты может приземлить попытку. Особенно часто это происходит, когда команда нападения теряет свое построение и глубину, так как их защитники находятся слишком близко к своему зачетному полю. Меньшее количество игроков на поле создает больше пространства вокруг игроков.

Соответственно, при нарушении правил, есть и время, и пространство для розыгрыша преимущества. Преимущество может вынудить игрока немедленно перестроиться из роли игрока защиты в роль игрока нападения или наоборот, создавая возможности для использования ситуации. Именно поэтому преимущество намного чаще разыгрывается в регби-7.



Возвращение мяча

Остановить движение вперед, предотвратить пас, получить мяч.

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ
ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО РЕГБИ-7
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПО ПОЗИЦИЯМ И ОТБОР**



ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПО ПОЗИЦИЯМ И ОТБОР



Ответственности по позициям и отбор

В открытой игре игроки должны определять и исполнять свои роли по мере развития игры. В отличие от регби-15, в регби-7 очень мало специфических позиций. Игроки должны определять ситуацию и соответственно реагировать, чтобы дополнять игру товарищей по команде. Пример одной специфической роли – роль «свипера» в защите. Роли "свипера"; игрока, вбрасывающего мяч; игроков, выпрыгивающих за мячом; игроков поддержки в коридоре, а также первой линии схватки были описаны выше.

Хавбэк/ полузащитник схватки

Роль полузащитника схватки – особая. При защите этот игрок находится за схваткой, чтобы он мог двигаться в сторону развития игры. Он выбирает одну сторону, обычно, ту сторону, с которой вводится мяча, а другая сторона остается свободной, так как в схватке нет фланкеров.

Ситуация может измениться, если схватка способна оказывать большее давление. В этом случае, полузащитник схватки воспользуется тем, что он изначально может находиться непосредственно за центральной линией схватки с ее правой стороны. После введения в схватку мяч становится линией «вне игры» для этого игрока, пока игрок не отойдет от схватки. Проблемы, созданные разворотом схватки и ударом мяча ногой сквозь схватку, делают эту позицию более выгодной для использования данного преимущества. Припадении скорость выхода мяча из схватки означает, что полузащитник схватки должен быть очень быстрым и ловким. Игрок должен внимательно следить за расположением полузащитника схватки соперника. Если противоположный полузащитник схватки стоит справа при введении мяча, брешь в защите будет образована слева, и ей нужно немедленно воспользоваться.

Если полузащитник схватки защиты стоит за схваткой, то будет время для подбора мяча и нападения.

Так как полузащитник схватки защиты находится на некотором расстоянии от мяча, у его оппонента есть время для движения вперед. Это позволит нападающим оторваться от схватки и войти в игру более легко, так как им придется отойти назад лишь на несколько метров для того, чтобы вернуться в положение «в игре».

Хукер

Даже если в матче могут быть назначены только несколько схваток, нужно принять во внимание особые навыки зацепки мяча в схватке и вбрасывания мяча в коридор для обеспечения аккуратности при их выполнении. Тем не менее, этот игрок должен быть одинаково талантливым во всех других аспектах игры в регби-7.

Отбор команды

В регби-7 все игроки должны владеть большим набором индивидуальных навыков, чтобы они могли реагировать на любое развитие ситуации. Каждый игрок должен иметь быструю реакцию, так как регби-7 – игра быстрых перемен скорости: от медленных маневров до взрывной скорости в случае прорыва сквозь линию защиты. Игроки должны быть быстрыми и мощными с высоким уровнем анаэробной выносливости, чтобы они могли быстро восстанавливать силы. Для отбора команды регби-7 необходимо знать, какому плану игры будет следовать команда, и какие комбинации игры будут разыгрываться.

Это позволит более точно регулировать игру, но основные роли и ответственности по позициям являются общими для большинства команд.

Общие характеристики игроков регби-7

В отличие от регби-15 спецификация по позициям не настолько важна. Отбор игроков в регби-7 основывается, прежде всего, на скорости бега, скорости реакции, опыте и индивидуальных навыках. Из них наиболее важными являются передача паса, бег и умение выполнять захваты. Ничто не может заменить темп, скорость передачи мяча и сильный разрушительный захват. В команде нет места для тех игроков, которые плохо выполняют захваты, так как одна эта слабость может привести к поражению.

В дополнение к этому игрокам следует обладать хорошим боковым зрением и хорошо ориентироваться в пространстве. Всё это, плюс умение принять правильное решение о том, когда входить в контакт и когда оставаться частью комбинации для обеспечения долгосрочного преимущества, - составляют лучшего игрока регби-7. Лучшие атлеты многоборья становятся лучшими игроками регби-7. Конечно же, не в ущерб другим характеристикам так же важен и размер. Нападающие столбы со свободной головой или защитники могут адаптироваться к роли нападающих в регби-7. Возможно, им придется это сделать, так как обычно столбы с прижатой головой не обладают важными общими навыками.

Из специалистов, вероятно, потребуется полузащитник схватки, который может точно передать свободный мяч в пространство.

Каждой команде следует иметь, как минимум, двух разыгрывающих игроков. Эти игроки должны обладать отличным боковым зрением, умением оценить обстановку и принимать решения. Они должны быть вовлечены в разработку плана, комбинаций и тактики игры больше, чем другие игроки.

Им следует принимать участие в принятии решений тренерами и капитаном команды по этим вопросам. Поэтому их следует выбирать из постоянных членов команды с большим опытом и (или) кого-либо, у кого есть внутреннее чутье для игры в регби-7. Эти навыки затем могут быть улучшены и отрегулированы практическими упражнениями на принятие решений.

Очевидными кандидатами на эту роль являются связанные игроки регби-15, такие как полузащитник схватки и "аутхав" (номер 10), так как они обычно исполняют ту же роль в регби-15. В дополнение к этому, им также необходимо обладать основными атрибутами игрока регби-7. В противном случае, они могут стать мишенью для соперников.

Их индивидуальное участие в матче может быть настолько значительным, чтобы они не смогли исполнять роль разыгрывающего игрока.

При нападении разыгрывающему игроку следует начать игру и позволить другим игрокам продолжить её. Именно это даст ему продумать следующий ход игры.

Очень важно, чтобы у команды был один или два игрока, которые способны выполнять начальные удары, а также пробивать мяч по воротам для реализации занесенных попыток.

Обычный формат регби-7 – турнир. Команды должны быть достаточно подготовлены физически, чтобы выдержать весь турнир. Для этого команда может выбрать тактику сохранения энергии, после того, как была достигнута победа внутри группы. Правила соревнований могут основывать рейтинг для отбора команд на основе количества занесенных попыток, но это не должно мешать команде выбрать разумную политику по использованию ударов ногой, участию запасных игроков и о том, насколько они готовы использовать максимальную скорость для набора очков или вести защиту после явного прорыва вперед.

ЗАМЕТКИ