RUGBY

Verstaan die spel

'n Visuele uiteensetting

Gerrit Pool

raP

RUGBY

VERSTAAN DIE SPEL

'n Visuele uiteensetting

Dr. Gerrit Pool

rapid access publishers

RUGBY: VERSTAAN DIE SPEL – 'n Visuele uiteensetting

Uitgegee deur RAPID ACCESS PUBLISHERS, 'n afdeling van AFRICAN SUN MeDIA,
Victoriastraat, Stellenbosch 7600

www.africansunmedia.co.za / www.sun-e-shop.co.za

Alle regte voorbehou
Kopiereg © 2006 Dr. G. Pool

Geen gedeelte van hierdie boek mag sonder die skriftelike verlof van die uitgewer gereproduseer of in enige vorm deur enige elektroniese, fotografiese of meganiese middel weergegee word nie, hetsy deur fotokopiëring, plaat-, band- of laserskyfopname, vermikrofilming, via die Internet of e-pos of enige ander stelsel van inligtingsbewaring of -ontsluiting.

Eerste uitgawe 2006

ISBN 1-919985-22-0

Bandontwerp deur Ilse Cilliers
Bladuitleg deur Wikus van Zyl
Geset in 11/14 pt Frutiger Linotype

Gedruk en gebind deur US Drukkery, Victoriastraat, Stellenbosch, 7600

Opgedra aan Alta

INHOUDSOPGAWE

Inleiding 1

HOOFSTUK 1: Beginsels van die spel en metodiek van afrigting 3

HOOFSTUK 2: Aanval – 'n basiese vertrekpunt 23

HOOFSTUK 3: Visie / waarneming 31

HOOFSTUK 4: Hantering 35

HOOFSTUK 5: Die lyn reguit maak 45

HOOFSTUK 6: Snybewegings 53

HOOFSTUK 7: Skoppe 57

HOOFSTUK 8: Aanval vanaf skrumbesit 63

HOOFSTUK 9: Aanval vanaf lynstane 83

HOOFSTUK 10: Aanval uit gebroke spel 101

HOOFSTUK 11: Teenaanval 125

HOOFSTUK 12: Verdediging 141

HOOFSTUK 13: Spelorganisasie 167

HOOFSTUK 14: Vaardigheidsoefeninge / *drills* 199

HOOFSTUK 15: Spelontleding 217

INLEIDING

Rugby is 'n spel van vele fasette. Dieselfde geld vir rugby-afrigting. Dit opsigself kan groot probleme vir afrigter en speler skep.

Die afrigter word daagliks voor die uitdaging gestel om hierdie oënskynlik ingewikkelde spel op 'n eenvoudige, praktiese wyse aan sy speler(s) oor te dra. Ervare afrigters doen dit, maar hulle is in die minderheid.

Met die koms van die professionele era in rugby, het meer en meer spelers, met geld as die dryfveer, slegs maande na hul uittrede tot die geledere van die beroepsafrigters toegetree. Dit het groot probleme vir afrigting geskep.

Die meerderheid van hierdie voormalige spelers het gewoonlik slegs die posisies geken waarin hulle gespeel het, asook die wedstrydplanne waaraan hulle in hul spanne as spelers blootgestel was. In die meeste gevalle het hierdie "kitsafrigters" suksesvolle oorsese afrigters nageboots – 'n sekere resep om altyd die naasbeste te wees.

Daardie spelers met die grootste aansien, het hulle gebrek aan afrigtingservaring weggesteek deur by spanne met ervare kwaliteitspelers betrokke te raak. Daar was hulle aanvanklik niks anders as bestuurders/ strategie nie, terwyl hulle ervaring opgedoen het. Hoe groter die unie, hoe makliker was die oorskakeling van professionele speler na professionele afrigter. As afrigter is hulle slegs getoets, of hul gebrek aan ervaring blootgelê, wanneer hulle sleutel-spelers beseer is en hulle die plaasvervangers moes oplei.

Professionele afrigting vereis egter aansienlik meer as dit.

Omdat bostaande 'n gegewe is en steeds gebeur, is die vraag dus eerder hoe om die situasie te beredder en die skade te beperk. Voeg hierby die behoefte van die talle geesdriftiges wat uit liefde vir die spel ook rugby wil afrig maar nie altyd weet waar om te begin nie. Die behoefte aan leiding is dus groot.

Rugby-kursusse konsentreer gewoonlik op die tegniese deel van die spel m.a.w. die **hoe**. *Verstaan die Spel* daarteenoor fokus op die **waarom** en die **wanneer** d.w.s. die insig gedeelte van die spel.

Die spelfasette word met diagramme visueel verduidelik en soms hoofpuntsgewyse saamgevat. Hierdie diagramme is in kleur op die meegaande CD saamgevat sodat die leser dit stapsgewys kan oopmaak. Afrigters soek gewoonlik die kortste pad na nuwe inligting en lees nie graag lang verduidelikings nie!

By die skyfies is heelwat ruimte gelaat vir elke afrigter om sy eie aantekeninge te maak.