

**Identificatieprotocol****Contact****Techniek / tactiek**Test: Worsteltest

Met deze test wordt de manier van omgang met fysiek contact getest. Bij fysiek contact is het van belang dat men in staat is om een tegenstander naar de grond te krijgen. Om effectief te kunnen zijn in fysiek contact wordt er beoordeeld op het volgende waarneembare gedrag.

<b>Confrontatie bereidheid</b>	
De juiste lichaamshouding	
De juiste valtechniek	

Procedure

De test bestaat uit verschillende fasen, waarin 2 personen met een vergelijkbaar postuur en gewicht met elkaar in strijd gaan op een veld (5x5m) van om elkaar op de grond te worstelen

Fase	Beschrijving
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Twee sporters staan tegen elkaar aan met de armen over elkaars schouder en rug (bear hug position)</li> <li>- Op het startsein moeten de sporters elkaar op de grond worstelen</li> <li>- Als er 1 sporter op de grond ligt stopt de test</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Twee sporters leggen met gestrekte armen de handen op elkaars schouders</li> <li>- Op het startsein vallen ze de ruimte tussen hen in aan en worstelen elkaar naar de grond</li> <li>- Als er 1 sporter op de grond ligt stopt de test</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Twee sporters staan 1m van elkaar vandaan</li> <li>- Op het startsein vallen ze de ruimte tussen hen in aan en worstelen elkaar naar de grond</li> <li>- Er mag alleen aangevallen worden tussen bovenbenen en borstkast</li> <li>- Als er 1 sporter op de grond ligt stopt de test</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Twee sporters staan 3m van elkaar vandaan</li> <li>- Op het startsein vallen ze de ruimte tussen hen in aan en worstelen elkaar naar de grond</li> <li>- Er mag alleen aangevallen worden tussen bovenbenen en borstkast</li> <li>- Als er 1 sporter op de grond ligt stopt de test</li> </ul>

Benodigheden

- Meetlint
- Veld 5x5m
- Scoutingsformulier
- Pen
- Video installatie

## Identificatieprotocol

## Techniek / tactiek - contact

## Scoutingsformulier




Beoordelingsformulier NRB		
Naam:	Wedstrijd:	Ingevuld door:
Geboortedatum:	Spelvorm:	
Team:	Datum:	

Kern competenties fysiek contact	Competentieniveau	Score
<b>1. Effectiviteit en efficiëntie in contactsituatie</b>		
Te beoordelen door:	Niv.	
Confrontatie bereidheid	1	Toont geen confrontatie bereidheid
	2	Is confrontatie bereid
	3	Is confrontatie bereid, + of goede lichaamshouding, of is in staat val te breken.
	4	Is confrontatie bereid, + goede lichaamshouding, + in staat val te breken

**Identificatieprotocol****Algemene balvaardigheid****Techniek/Tactiek**Test: Tienbal fase 0 t/m 2

Met deze test wordt d.m.v. observatie van waarneembaar gedrag in een spelvorm de algemene balvaardigheid (gooien/vangen), het onderscheppen van de bal (verdedigen) en het maken van de juiste beslissingen beoordeeld.

Spelvorm

Fase	Beschrijving	Speelveld
0 Lum- melen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 tegen 1</li> <li>- 5 minuten</li> <li>- Iedereen 1 minuut de lummel</li> </ul>	 <p>Speelveld 5x5 m</p>
1 Tienbal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 tegen 4</li> <li>- Aanvallers starten in beginvak</li> <li>- Verdedigers starten op speelveld</li> <li>- Aanvallers 5 x passen en scoren in eindvak</li> <li>- Als verdedigers bal onderscheppen beginnen aanvallers opnieuw</li> <li>- Verdedigers wisselen door</li> <li>- Tijdsduur: 2x 5 minuten (Aanval ↔ Verdediging)</li> </ul>	 <p>Beginvak Speelveld 25x15m Eindvak</p>
2 Tienbal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 tegen 5</li> <li>- Aanvallers starten in beginvak</li> <li>- Verdedigers starten op speelveld</li> <li>- Aanvallers 5 x passen en scoren in eindvak</li> <li>- Als verdedigers bal onderscheppen beginnen aanvallers opnieuw</li> <li>- Tijdsduur: 2x 5 minuten (Aanval ↔ Verdediging)</li> </ul>	 <p>Beginvak Speelveld 25x15m Eindvak</p>

Benodigdheden

- Meetlint
- Minimaal 8 pionnen
- 5 hesjes/ lintjes
- Scoutingsformulier
- Pen
- Video installatie

## Identificatieprotocol

## Techniek/Tactiek – Algemene balvaardigheid

## Scoutingsformulier

## Beoordelingsformulier NRB

Naam:		Wedstrijd / spelvorm:		Team:	
Geboortedatum:		Datum:		Ingevuld door:	
Kern competenties Tienbal		Niv	Competentie niveau		Score
Passen	1	Minder dan 75% van de passes over een afstand van min 7 m in rustige spelsituaties worden binnen bereik van de ontvanger gespeeld			
	2	Meer dan 75% van de passes over een afstand van min 7 m in rustige spelsituaties worden binnen bereik van de ontvanger gespeeld			
	3	Niv 2 + Meer dan 50% van de passes onder hoge druk worden binnen bereik van de ontvanger gespeeld			
	4	Niv 2 + Meer dan 75% van de passes onder hoge druk worden binnen bereik van de ontvanger gespeeld			
Vangen	1	Minder dan 75% van de binnen bereik aangespeelde ballen in rustige spelsituaties worden gevangen			
	2	Meer dan 75% van de binnen bereik aangespeelde ballen in rustige spelsituaties worden gevangen			
	3	Niv 2 + Meer dan 50% van ballen onder hoge druk worden gevangen			
	4	Niv 2 + Meer dan 75% van ballen onder hoge druk worden gevangen			
Maken van juiste beslissingen Passer	1	Aarzelt lang en zoekt geen open afspeellijn			
	2	Kiest een open afspeellijn in een rustige spelsituatie			
	3	Niv 2 + Kiest in meer dan 50% van de gevallen onder hoge druk de beste afspeellijn			
	4	Niv 2 + Kiest in meer dan 75% van de gevallen onder hoge druk de beste afspeellijn			
Maken van de juiste beslissingen Vanger	1	Aarzelt lang en zoekt geen kansrijke positie			
	2	Kiest een kansrijke positie in een rustige spelsituatie			
	3	Niv 2 + Kiest in meer dan 50% van de gevallen onder hoge druk de beste positie			
	4	Niv 2 + Kiest in meer dan 75% van de gevallen onder hoge druk de beste positie			
Maken van juiste beslissingen Verdediger	1	Past nauwelijks zijn positie aan en let alleen op de bal			
	2	Let vooral op de baldrager en kan eenvoudige ballen onderscheppen			
	3	Kiest kansrijke posities tussen baldrager en ontvangers en onderschept geregeld ballen			
	4	Onderschept geregeld ballen en lokt passes uit waardoor geregeld meer ballen onderschept worden			

Voor meer informatie:

- <http://www.ladiessevensrugby.nl/>
- <http://www.irbgetintorugby.com/>
  - Uitgewerkte lessen en andere tools voor Docenten LO.
  - Inlog aanvragen bij de NRB:
    - [info@rugby.nl](mailto:info@rugby.nl)
    - Geen kosten