



**ONZE GUPPEN & TURVEN  
GAAN TAG RUGBY SPELEN!**





## Rugby zonder contact

### Inleiding

Het Landelijk Jeugd Overleg heeft op advies van het High Performance Team een belangrijk besluit genomen. Aankomend seizoen spelen de turven en guppen TAG-rugby. Deze vorm van rugby is in de meeste top 10 landen al heel gewoon.

De toelichting van het High Performance Team.

Rugby is ontwijken en contact maken. TAG -rugby is een spel van ontwijken, accelereren en de ruimte benutten. Rugby Nederland wil in navolging van de top 10 landen het rugbyspel optimaal ontwikkelen.

Dat TAG-rugby een uitstekende basis is voor de rugbyontwikkeling is inmiddels een bewezen feit. De meeste landen uit de top 10 ranking van World Rugby starten met TAG-rugby bij de jongste jeugd. Tag-rugby is een spel voor iedereen, groot en klein. Spelers spelen ongedwongen omdat er nog geen sprake is van (harde) contactsituaties. De drempel om rugby te gaan spelen ligt lager.

De spelers leren het contact te ontwijken door de principes van het rugbyspel toe te passen (balbezit, voorwaarts gaan, support geven, continuïteit behouden en pressie geven). Het spel wordt sneller en veeleisender voor de jonge spelers. De basisvaardigheden (passen, vangen en rennen) komen nadrukkelijker in beeld. Het uiteindelijke doel: snel en aantrekkelijk rugby. De focus ligt in deze fase meer op beweeglijkheid, mobiliteit en flexibiliteit. Beslissingen worden sneller genomen.

TAG-rugby is een zorgvuldige introductie in de rugbysport. Door eerst de nadruk te leggen op de genoemde basisvaardigheden, wordt de introductie van contact makkelijker. De basisvaardigheden zijn inmiddels ingeslepen: de guppen en turven zijn klaar voor de volgende fase. Ze hebben inmiddels geleerd hoe ze de ruimte optimaal kunnen benutten. Gevolg is onder meer dat er meer continuïteit in het spel zal ontstaan. Het stop-start rugby wordt geëlimineerd, er zijn minder rucks.

Deze visie ligt in het verlengde hoe Rugby Nederland het spel wil ontwikkelen.

*"A fast skilful adaptive game to play and watch"*

### INHOUD PAKKET

**6 ballen - 24 tag's - 12 partijvestjes 40  
kegels - 1 ballenzak**

**Voor meer info:**

**(0)20 - 48 08 100**

**info@rugby.nl**

**Tag Rugby**  
Rugby zonder contact



## Spelregels



	TURVEN	GUPPEN
Aantal spelers	Zeven.	Zes.
Wissels	Onbeperkt.	Onbeperkt.
Coach	In het veld toegestaan.	In het veld toegestaan.
Veldgrootte	30 x 22 meter exclusief trygebieden van 2 meter diep.	25 x 18 meter exclusief trygebieden van 2 meter diep.
Balmaat	3	3
Wedstrijdduur	2 x 12 minuten (enkele wedstrijd). 2 x 10 minuten (2 wedstrijden). Maximaal 60 minuten speeltijd per dag. Geen blessuretijd bijtellen.	2 x 10 minuten (enkele wedstrijd). 2 x 7 minuten (2 wedstrijden). Maximaal 60 minuten speeltijd per dag. Geen blessuretijd bijtellen.
Scrum/line-out	Geen, spelhervattingen d.m.v. vrije pass.	Geen, spelhervattingen d.m.v vrije pass.
Kicken	Niet kicken.	Niet kicken
Hand-off	Niet toegestaan (gevaarlijk spel). Bal mag in één arm gedragen worden zolang de andere arm/hand niet als hand-off wordt gebruikt of de tag er mee wordt afgeschermd.	Niet toegestaan (gevaarlijk spel). Bal mag in één arm gedragen worden zolang de andere arm/hand niet als hand-off wordt gebruikt of de tag er mee wordt afgeschermd
Tackelen	Fysiek contact is niet toegestaan.	Fysiek contact is niet toegestaan.
TAGs	Twee linten vastgeplakt aan een band rondom de heup aan weerszijde. De linten mogen niet door kleding of andere middelen afgeschermd worden. Een speler kan niet deelnemen aan het spel zolang de linten niet juist zijn bevestigd.	Twee linten vastgeplakt aan een band rondom de heup aan weerszijde. De linten mogen niet door kleding of andere middelen afgeschermd worden. Een speler kan niet deelnemen aan het spel zolang de linten niet juist zijn bevestigd.

Indien het aantal TAGs van 5 te moeilijk of te makkelijk is, mag de scheidsrechter het aantal van 5 veranderen. Variatie: Indien een verdediger twee lintjes in één keer tagt van de baldrager, gaat de bal naar de tegenstander.

## Aanvang & Herstart

### 1. START:

Altijd vrije pass. Bij aanvang/herstart hoeft de bal bij het aantikken met voet niet even los gelaten worden.

### 2. HOE

Startende speler houdt de bal in hand en tikt met zijn voet de bal aan om vervolgens aan een medespeler af te spelen. De ontvangende speler moet tenminste op 2 meter achter de startende speler staan. De ontvangende speler mag pas gaan oplopen op het moment van de pass.

### 3. AFSTAND

Tegenstander(s) op 5 meter afstand. Tegenstander(s) mogen oplopen wanneer de bal door de speler van de aanvallende partij met zijn/haar voet is aangetikt.

### 4. WAAR

Op plaats van de overtreding, minimaal 2 meter van zijlijn en minimaal 5 meter van de tryline. Bij aanvang en herstart na try: midden van het veld. De startende speler mag niet zelf met de bal gaan lopen en is verplicht eerst de bal aan een medespeler af te passen. .



## Tackel > Tag

### 1. TACKELAAR

Bij 1 lint afgepakt => (= TAG), bal verplicht overspelen. Bij 5 succesvolle TAGS gaat de bal naar de tegenstander.

De verdediger houdt het lint boven zijn hoofd en roept luid 'tag'. De scheidsrechter telt hardop het aantal tags.

Verdedigers moeten één meter afstand naar achteren nemen om de baldrager de bal te laten spelen naar een medespeler. Ze mogen onder geen beding de bal uit de handen slaan van de tegenpartij of de tegenpartij ernstig hinderen om de bal te spelen. De baldrager mag niet 360 graden om zijn as (rondjes maken) draaien om de tackelaar te ontwijken.

### 2. BALDRAGER

Eenmaal getackeld, moet de baldrager zo snel mogelijk stoppen en de bal binnen 2 seconden passen naar een medespeler. Beginnelingen krijgen meer tijd.

### 3. SCOREN

Spelers kunnen nog 1 stap zetten om te scoren nadat ze zijn getackeld. Als ze door hun snelheid meerdere stappen hebben gezet, dan moeten ze de bal passen naar een medespeler, ook als ze dan al over de trylijn zijn.

### 4. LINT

Lint(en) moeten door de "tackelaar" terug worden gegeven aan de "getackelde" speler (dus niet op de grond gooien).

Na het tackelen, mogen zowel de tackelaar als de getackelde speler niet eerder aan het spel deelnemen dan wanneer de getackelde speler:

- de tag heeft terug gekregen van de tackelaar,
- deze weer aan de band rondom de heup is bevestigd.

### 5. OFFSIDE

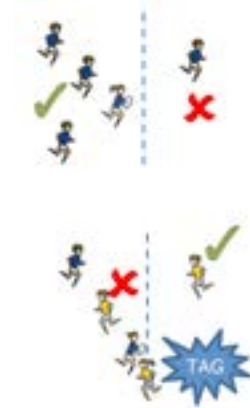
Na een TAG moeten de verdedigers achter de buitenspelijn staan. De spelers die in off-side positie toch deelnemen aan het spel worden eerst gewaarschuwd. Als er herhaaldelijk sprake is van buitenspel, zal de scheidsrechter over gaan tot een vrije pass.

De scheidsrechter ziet toe dat er geen verdedigers bewust blijven hangen om zo een pass van de aanvallende partij te voorkomen. De scheidsrechter kan dit kenbaar maken door te roepen "achter de bal".

In overleg, bv bij de guppen, kan er besloten worden om na 6 tags (1 lintje er maar afgetrokken) de bal aan de andere partij te geven.

### 6. STRAFMAATREGELEN

De speler die een ernstige overtreding begaat (gevaarlijk spel, opstandigheid, wangedrag) kan een officiële waarschuwing krijgen of eruit gestuurd worden. Wordt er een speler uitgestuurd dan roept de scheidsrechter de betreffende speler en zijn/haar coach bij zich om uit te leggen waarom hij/zij deze beslissing neemt. De scheidsrechter adviseert de coach om een wisselspeler in te brengen voor de speler die uit het veld is gestuurd.



## Adviezen aan scheids

Een try is 1 punt.

Wees niet té strikt/streng maar ook niet te soepel. Een goede mix en een coachende scheidsrechter houdt het spel voor deze leeftijd levendig en leuk. Let goed op de afstand van minimaal 5 meter van het verdedigend team bij aanvang of herstart.

In het kader van de algemene opleiding van spelers en in het bijzonder de voorbereiding van 2e jaars turven op de overgang naar de benjamins voor het seizoen daarop, kunnen teams in het loop van het seizoen tijdens trainingen kiezen voor het spelen met tackle i.p.v. tags. Voor wedstrijden in districtverband bij voorkeur niet eerder dan maart en

in samenspraak met de tegenstander en scheidsrechter beslissen of er met tackle i.p.v. tags wordt gespeeld.

De tackle mag niet hoger zijn dan de navel. Voor de ruck en maul gelden dezelfde regels als bij de benjamins. Buiten de hiergenoemde aanpassingen gelden de officiële senioren spelregels. Overtredingen in het trygebied worden bestraft zoals overtredingen in het veld

In de rust kan de scheidsrechter desgewenst de spelers bij elkaar roepen om even enkele spelregels die van belang zijn toe te lichten.

## Voorbeeld Lessen

6 lesfiches voor 6 lessen van ongeveer 1 uur

Opbouw in vaardigheden en regels met les 6 als einddoel  
Er wordt gewerkt aan loopvaardigheden, balbehandeling, beslissingsvaardigheden, kennis van de regels, samenspelen, fair-play,...  
De spel- en oefenvormen kunnen aangepast worden aan de leeftijd met pro- en regressies.

**Les 1:** spelvorm met voorwaarts passen

**Les 2:** spelvorm met achterwaarts passen

**Les 3:** spelvorm met voordeel voor de aanvallers


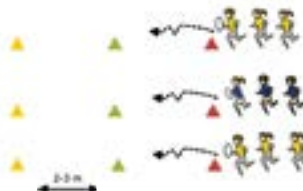
**Les 4:** spelvorm met snelle wissel aanvallen en verdedigen

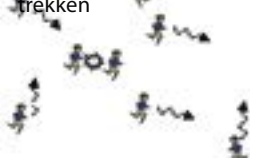

**Les 5:** ontwijken en schijnbewegingen bij het vooruit lopen

**Les 6:** volledige TAG-wedstrijd.




# Les 1 : spelvorm voorwaardse pass

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' opwarming ontwijken balbehandeling	<p><b>De vogelverschrikker</b> Spelers lopen vrij rond (geel) 3-4 tikkers met bal (blauw) Spelers aantikken met bal, niet werpen getikt: vogelverschrikker, stilstaan met armen open en benen toe. Vrije speler kan vogelverschrikkers bevrijden door onder de armen te lopen</p> <p><b>Variaties</b> vogelverschrikker met benen open, bevrijden door onder benen te kruipen. Bevrijder onder de benen niet tikken verschillende kleine veldjes met 1 tikker en 4 vrije spelers</p>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bal in 2 handen</li> <li>• enkel tikken met de bal, niet gooien</li> <li>• ontwijken en in de vrije ruimte lopen</li> </ul> <p><b>Aandachtspunten trainer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zorg voor voldoende tikkers</li> <li>• veld niet te groot maken</li> </ul> 
10' kern balbehandeling loopsnelheid	<p><b>Estafette</b> groepjes van 3-5 spelers achter de rode pionen rond de gele kegel lopen en...</p> <p>... korte pass geven aan de volgende pion</p> <p>... pass geven vanaf de groene pion</p> <p>... pass geven vanaf de gele pion</p> <p>... bal rollen vanaf de groene pion naar volgende speler</p> <p>... vanaf groene pion bal omhoog werpen naar volgende speler</p> <p>... bal drukken (try scoren) bij groene pion en bij het terugkeren oppakken</p> <p>... slalom lopen</p> <p><b>Variaties</b> extra oefening aan gele pionen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bal rond de romp of hoofd draaien</li> <li>• een 8 maken door de benen</li> <li>• bal laten botsen op de grond en terug opvangen</li> <li>• ...</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b> bal in 2 handen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bal drukken op de grond bij try</li> <li>• 1 been over de bal bij het oppikken</li> <li>• kijken alvorens te passen</li> <li>• bal vangen met ellebogen dicht</li> </ul> 


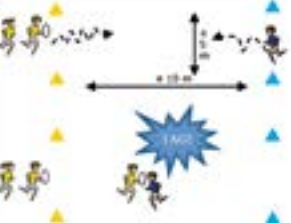
Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
Aandoen TAG-riem	<ul style="list-style-type: none"> <li>• riempjes boven de t-shirt dragen</li> <li>• linten kleven aan beide zijden</li> <li>• uitdelen van de riempjes en linten goed organiseren</li> </ul>	
10' kern gebruik tags ontwijken	<p><b>Staartje trek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• door elkaar lopen</li> <li>• lintjes stelen bij andere spelers</li> <li>• gestolen lintjes bijhouden</li> <li>• speler met meeste lintjes heeft gewonnen</li> <li>• stop na 1'</li> </ul> <p><b>Variaties</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestolen lint aan de riempjes kleven</li> <li>• variëren in duur</li> <li>• per 2 samenspielen</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In zonder linten blijven doorspelen</li> <li>• linten mogen niet afgeschermd worden</li> <li>• geen rondjes om de as draaien</li> </ul> <p><b>Aandachtspunten trainer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• afspraken maken rond contact: niet duwen en trekken</li> </ul> 
10' passen samenspel onderscheppen	<p><b>Bal onderscheppen *</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• groepen van 4 spelers met 1 bal</li> <li>• 3 spelers passen naar elkaar</li> <li>• 4e speler probeert de bal te onderscheppen</li> <li>• spelers mogen niet lopen met de bal</li> <li>• spelers zonder bal lopen zich vrij</li> <li>• als de bal valt of onderschept wordt, wisselen van onderschepper</li> </ul> <p><b>Bal naar overkant brengen **</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zelfde groepen als hierboven</li> <li>• al passend naar de overkant gaan</li> <li>• 4e speler probeert de bal te onderscheppen</li> <li>• als de bal valt of onderschept wordt, terug opnieuw beginnen</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spelers zonder bal maken zich aanspeelbaar</li> <li>• niet lopen met bal</li> <li>• baldrager niet aanraken</li> </ul> <p><b>Aandachtspunten trainer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kan in afgebakend terrein maar hoeft niet</li> </ul> 

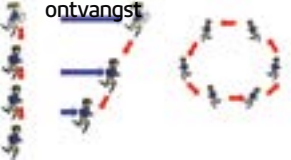




<p>Procedure "TAG"</p>	<p><b>De "Tagger" (verdediger)</b> roept "TAG" bij het afnemen van het lint geeft of kleeft lint terug bij de baldrager na zijn pass (loopt zeker niet weg of werpt het lint niet terug)</p>	<p><b>De baldrager (aanvaller)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stopt met lopen (max 3 stappen)</li> <li>• passt de bal naar een medespeler</li> </ul>
<p>10' kern scoren! samen spel passen geven vrijlopen vooruit lopen</p>	<p><b>End ball</b> Achter elke trylijn staat een speler (try scoorder) als hij de bal ontvangt en drukt = try</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• niet lopen met de bal</li> <li>• wisselen aanval/verdediging: als de bal valt of bij interceptie</li> <li>• 5v5, 6v6 of 7v7</li> </ul> <p><b>Progressies</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• er mag met de bal gelopen worden</li> <li>• alle lln kunnen achter de try lijn scoren</li> <li>• bij TAG pass geven, na 5 TAG's wisselen</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vrijlopen</li> <li>• passen naar speler in vrije ruimte</li> <li>• bal vragen als vrije speler</li> </ul> <p><b>Aandachtspunten trainer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• try scoorder geregeld of na elke try wisselen</li> </ul> 



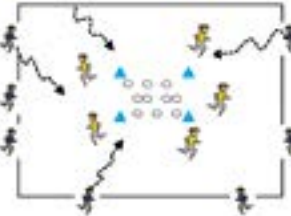
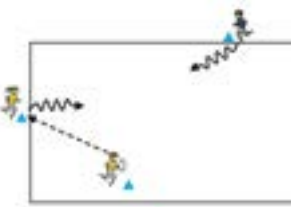
## Les 2 : spelvorm achterwaardse pass

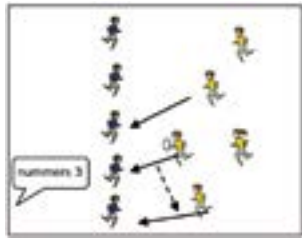
Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' opwarming passen samenspel	<b>Team tikspel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>2 teams</li> <li>spelers geel tikken met de bal zoveel mogelijk blauwe speler in 1' of 1'30"</li> <li>spelers blauw ontwijken het tikken</li> <li>niet lopen met de bal, maar rondpassen</li> <li>getikt: bal blijven ontwijken</li> </ul> <b>Progressie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ontwijken: aantal blauwe spelers verminderen</li> <li>ontwijken: meer ballen</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>zonder bal vrijlopen</li> <li>rugbypassen geven (met 2 handen langs zij passen)</li> <li>communicatie</li> </ul> 
10' kern gebruik TAG ontwijken scoren	<b>1 tegen 1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>aanvallers gele spelers verdedigers blauwe spelers</li> <li>aanvaller probeert te scoren tussen de blauwe pionen</li> <li>verdediger probeert 1 lint af te trekken (=scoren verhinderen)</li> <li>wie het lukt krijgt een punt</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>verdediger vertrekt op een andere plaats in het veld</li> </ul> <b>Progressie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>veld groter of kleiner maken</li> <li>2 aanvallers, baldrager passt naar teamgenoot na de TAG</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>als aanvaller vooruit blijven lopen</li> <li>in het veldje blijven</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>TAG-procedure uitleggen</li> </ul> 

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' kern balbehandeling zw en aw passen	<b>Passen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>per 4 naast elkaar staan</li> <li>silstaand passen van L naar R en R naar L</li> <li>bal zijwaarts doorpassen</li> </ul> <b>Progressies</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>met tijdsdruk of in competitie</li> <li>afstand vergroten</li> <li>achteruit passen: geordend of in kring met spelers naar buiten gericht</li> <li>uitpassen bij voorwaarts lopen</li> <li>uitpassen bij voorwaarts lopen in schuine opstelling</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>pass: eerst kijken, schouders draaien, pass afmaken met armen en handen en bal nawijzen</li> <li>voeten blijven vooruit staan</li> <li>handen klaar houden voor ontvangst</li> </ul> 
20' slot samenspel scoren! vooruit lopen met bal ontwijken	<b>Wedstrijd (4vs4, 5vs5 of 6vs6)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>scoren in de tryzone</li> <li>baldrager stoppen door een "tag"</li> <li>na een TAG een achterwaardse pas geven om verder te spelen</li> <li>na een try of fout spel hervatten met vrije pas</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1vp vrije pass, trainer passt bal willekeurige speler</li> </ul> <b>Organisatie teams</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Je kan met 3 of 4 teams spelen die wisselen bij een try</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>volgens de tag procedure spelen</li> <li>speler moeten achterwaarts passen</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gebruik spelregels tag rugby</li> <li>moedig aan met: "vooruit lopen" en "pass" na een tag maak duidelijk dat aanvallers best achter de bal staan, omdat ze anders niet kunnen meespelen</li> </ul>
	<b>Nieuwe regel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>aanvallers mogen niet voor de baldrager lopen</li> <li>voorwaarts passen is niet meer toegelaten</li> <li>sanctie: vrije pass voor de tegenstander</li> </ul> 	





## Les 3 : spelvorm voordeel aanvallers

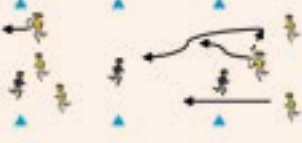
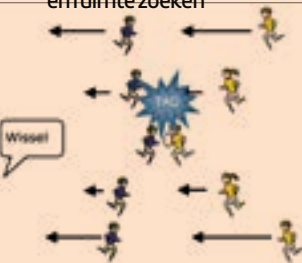
Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
10' kern gebruik tags ontwijken	<b>Eieren stelen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vierkant veld met in het midden een klein veldje (kippenhok)</li> <li>Kippen staan verspreid in het grote veld</li> <li>Vossen buiten het grote veld</li> <li>De vossen proberen eieren te stelen uit het kippenhok.</li> <li>Als een kip een TAG van een vos afneemt, moet de vos terug buiten vertrekken, TAG teruggeven volgens procedure</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>TAG procedure</li> <li>In de ruimte lopen</li> </ul> 
15' Kern Ontwijken Buitenspelregel Passen Scoren!	<b>1 tegen 1+1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>veldjes van 5m op 10m</li> <li>speler met bal geeft pass naar 2e ll en volgt</li> <li>2e speler gaat scoren aan de achterlijn</li> <li>Bij TAG geeft hij een pass aan de andere speler in support</li> </ul> <b>Progressie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pass geven vóór de TAG</li> <li>Grootte veld aanpassen</li> <li>Vertrekplaats verdediger variëren</li> <li>2 verdedigers</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>TAG procedure</li> <li>Voorwaarts lopen met schijnbewegingen</li> <li>speler in support moet achter de baldrager komen</li> <li>Op snelheid komen om pass te ontvangen</li> </ul> <b>Maak meerdere kanalen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maak meerdere veldjes</li> </ul> 

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
20' slot ruimte vinden in de ruimte spelen	<b>Nummer TAG</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>spel en regels zoals een normale TAG wedstrijd.</li> </ul> <b>Extra regel:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>spelers hebben elk een nummer. Het nummer dat de trainer roept tijdens het spel gaat achteraan een lijn raken en is uit het spel.</li> <li>Na een try of fout speelt iedereen terug mee.</li> </ul> <b>Regressie</b> aanvallers: 2 of meer spelers met dezelfde nummer  <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>4vs4 of 6vs6 afhankelijk van grootte veld</li> <li>je kan ook de naam van een ll roepen ipv een nummer</li> <li>achteraan een opdracht uitvoeren als de trainer de speler heeft geroepen</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>bal naar de ruimte spelen</li> <li>gebruik maken van de extra ruimte en tijd door weggefallen verdedigers</li> <li>bal in 2 handen (om altijd te kunnen passen)</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>varieer in timing en hoeveelheid bij het roepen van de nummers</li> </ul> 

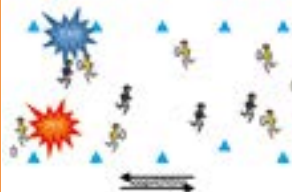
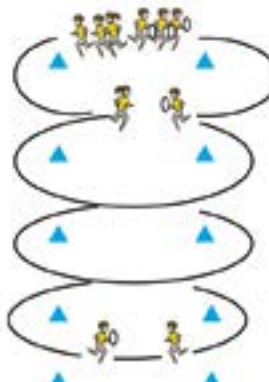
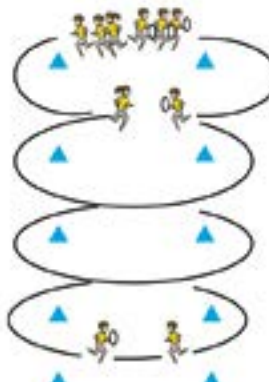


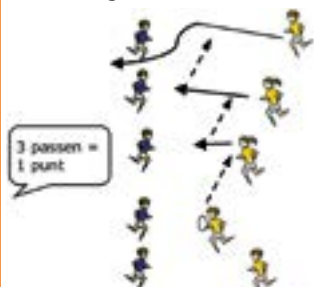
## Les 4 : spelvorm snelle wissel

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
5' opwarming  ontwijken side steps samenwerken	<p><b>Slang tikkertje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rijen van 4 spelers (nemen elkaars middel vast) met daarover een speler met 1 bal</li> <li>speler met bal probeert achterste l (staart) te tikken</li> <li>getikt: plaats doorschuiven</li> </ul> <p><b>Variaties</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>TAG aftrekken bij staart ipv tikken met bal</li> <li>slang groter of kleiner maken</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>elkaar niet lossen in de slang</li> <li>tikker licht op de voeten lopen met schijnbewegingen</li> <li>kop van de slang voor tikker proberen blijven</li> <li>tikker niet vastnemen</li> </ul> 
10' kern  vooruit lopen ontwijken TAG trekken  balbehandeling	<p><b>Dierentuin TAG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>verdedigers (dieren) verspreid over het veld, elk op een matje, in hoepel of fietsband (kooi)</li> <li>andere spelers met TAG's aan 1 kant, op signaal overlopen, dieren ontwijken en zoveel mogelijk overlopen</li> <li>verdedigers komen niet uit hun kooi en proberen TAG's te stelen</li> <li>2 TAG's kwijt: mee dier spelen in een kooi</li> <li>speler die het laatst overblijft, is gewonnen</li> </ul> <p><b>Progressies</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>meer kooien of veld smaller en kooien dichter bij elkaar</li> <li>met bal tussen de kooien lopen (in 2 handen)</li> </ul> <p><b>Variatie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>bij groot aantal spelers: 1 bal per 3 spelers, 2 spelers aan startlijn, 1 speler aan achterlijn, om de beurt overlopen</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>blijven lopen tussen de kooien, niet stil staan</li> <li>versnellen tijdens ontwijken</li> <li>dieren stappen niet uit hun kooi</li> <li>bal drukken aan de overkant (Try!)</li> </ul> 

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
15' kern  beslissen	<p><b>3 tegen 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3 aanvallers tegen 1 verdediger</li> <li>middelste speler heeft de bal</li> <li>baldrager trekt de verdediger op zich en geeft de pass</li> <li>met verschillende verdedigers achter elkaar</li> <li>verdediger blijft tussen zijn 2 pionen, enkel L en R verplaatsen</li> </ul> <p><b>Progressie</b></p> <p>aanvallers: 3 aanvallers tegen 2 verdedigers</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>aanvallers: smaller veld</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten spelers</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ontvangen op snelheid om voorbij verdediger te gaan</li> <li>TAG-procedure respecteren</li> <li>altijd voor L en R optie zorgen</li> <li>doorlopen als er geen verdediger is</li> </ul> 
20' slot  aanpassen van verdedigers naar aanvallers en andersom	<p><b>Wissel TAG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>spelregels zoals een normale TAG wedstrijd</li> <li>Extra regel</li> <li>Bij een TAG krijgen de verdedigers direct de bal en worden zij de aanvallers</li> </ul> <p><b>Regressie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>de speler die de bal krijgt, wacht 3 sec. om verder te spelen</li> </ul> <p><b>Progressie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>na een try wisselen van spelrichting, het team dat scoort, behoudt de bal</li> </ul>	<p><b>Aandachtspunten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>snel veranderen van opstelling bij wissel van aanvallers</li> <li>aanvallers vooruit spelen en ruimte zoeken</li> </ul> 

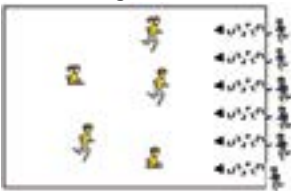
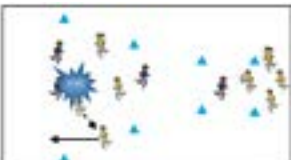
# Les 5 : ontwijken en schijnbewegingen



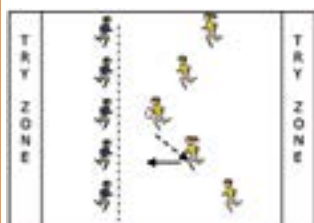
Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
15' opwarming  balbehandeling ontwijken gebruik TAG	<b>Kris kras overlopen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>veld verdelen in 4-6 zones in de breedte</li> <li>in elke zone staat een verdediger</li> <li>aanvallers starten aan het begin van het veld</li> <li>aanvallers lopen over en weer en scoren zoveel mogelijk try's</li> <li>na TAG geeft verdediger lint direct terug</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>2 verdedigers per zone</li> <li>aanvallers apart snel achter elkaar laten vertrekken</li> <li>verdedigers per 4 naast elkaar laten staan</li> <li>verdedigers linten laten bijhouden</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>verdedigers blijven in hun zone</li> <li>aanvallers lopen vooruit, ontwijken en staan zo weinig mogelijk stil</li> <li>bal in twee handen</li> </ul> 
15'  ontwijken  schijnbewegingen  vooruit lopen met bal	<b>1v1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 aanvaller tegen 1 verdediger</li> <li>proberen scoren met een sidestep (schijnbeweging) waardoor de verdediger op het verkeerde been wordt gezet</li> <li>5 veldjes naast elkaar</li> <li>5x dezelfde aanvaller en verdediger</li> <li>rond de pion lopen naar het volgend veldje</li> <li>welke aanvaller kan het verst geraken tot hij zijn beide linten kwijt is</li> </ul> <b>Sidestep</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>verdediger opzoeken</li> <li>vlak voor verdediger met L voet naar L</li> <li>stappen maar R langs de verdediger lopen</li> <li>versnellen om verdediger voorbij te geraken</li> </ul> 	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>snelheid maken met bal</li> <li>met kleine passen op de tippen lopen</li> <li>snel terug afstoten na de schijnbeweging</li> </ul> 

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
20' slot  balbehandeling  samenspel  vooruit lopen	<b>Bonus TAG</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>spelregels zoals een normale TAG wedstrijd</li> </ul> <b>Extra regel</b> Spelers kunnen extra bonuspunten verdienen door specifieke acties of techniek te gebruiken Bv: aantal ballen op snelheid ontvangen aantal verdedigers ontwijken aantal gelukke passen ...	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>nadruk op vooruit spelen</li> <li>niet passen om te passen</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>voor de start meedelen waarmee de bonuspunten kunnen gescoord worden</li> <li>geregeld de bonustechniek wijzigen, om de IIn te blijven uitdagen</li> </ul> 
	<b>Differentiatie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>de opgelegde actie of techniek aanpassen aan het kunnen van elke team</li> </ul>	



## Les 6 : wedstrijd tag rugby

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
15' opwarming  ontwijken balbehandeling samenspel	<b>De inktvis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3 spelers (inktvis) in het midden</li> <li>andere Iln aan 1 kant, op signaal overlopen en inktvisen ontwijken</li> <li>inktvisen trekken de TAG's af</li> <li>2 TAG's kwijt: op de knieën zitten (zeewier)</li> <li>inktvisen trekken TAG al lopend en zeewier al zittend op de knieën</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>zelf zitplaats kiezen als zeewier</li> <li>bij 1 TAG kwijt zeewier worden</li> <li>spelers in 2 richtingen laten overlopen (in de lengte en in de breedte)</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>2e TAG kwijt onmiddellijk op de knieën zitten</li> <li>ontwijken en in de vrije ruimte lopen</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>OLG na 1x spelen: hoe het efficiëntst opstellen als zeewier, antwoord: omdat we in rugby op 1 rij (platte lijn) verdedigen</li> </ul> 
15' Kern  Beslissen Support Balbehandeling	<b>V-TAG</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>veld in een V vorm</li> <li>4 aanvallers starten aan het smalle einde</li> <li>verdedigers verdeeld over de lengte, per 2 brede deel, 1 smalle deel</li> <li>getagd: pass geven</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>zonder TAG te scoren</li> <li>meer verdedigers</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>baldrager trekt verdediger op zich</li> <li>bal vragen</li> <li>altijd optie L en R geven</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <p>nadruk leggen op het aantrekken van de verdediger zodat de ontvanger gemakkelijker verder kan</p> 

Doel	Spelverloop	Aandachtspunten
Nieuwe regel	<b>Buitenspel voor verdedigers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>na TAG niet aan de kant van de aanvallers blijven (buitenspel positie)</li> <li>in buitenspelpositie verdedigen is vrije pas voor aanvallers</li> </ul> 	
20' Slot  Samenspel Scoren! Vooruit lopen met bal Ontwijken	<b>Wedstrijd (4vs4, 5vs5 of 6vs6)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>scoren in de tryzone</li> <li>baldrager stoppen door een TAG</li> <li>na een "tag" een achterwaartse pass geven om verder te spelen</li> <li>na een try of fout spel hervatten met vrije pass</li> </ul> <b>Variaties</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>4vs4 of 6vs6 afhankelijk van grootte veld</li> <li>ipv vrije pass, trainer passt bal aan willekeurige speler</li> </ul> <b>Organisatie teams</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>je kan met 3 of 4 teams spelen die wisselen bij een try</li> <li>grotere teams dan 6 spelers wordt afgeraden</li> </ul>	<b>Aandachtspunten spelers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>volgens de tag procedure spelen</li> <li>spelers moeten achterwaarts passen</li> <li>spelen volgens de buitenspel regels</li> </ul> <b>Aandachtspunten trainer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gebruik spelregels tag rugby</li> <li>moedig aan met: "vooruit lopen" en "pass" na een tag</li> <li>gebruik spelers om de buitenspelregel uit te leggen</li> </ul> 



## Gebruikte bronnen

- [getintorugby.worldrugby.org](https://getintorugby.worldrugby.org)
- RFU Tag to tackle lesson plans
- Rugby Football Union's School curriculum
- Irish Tag rugby association ITRA

TAG RUGBY: rugby zonder contact werd samengesteld door Mathias Rondou, Michel De Baets en Dries Michiels

Met dank aan Rugby Vlaanderen

