

Регби как игра и вид спорта



Регби (англ.rugby), командная спортивная игра с мячом овальной формы на поле (95-100х65-70 м) с H-образным воротами (2 тайма по 40 минут чистого времени).



В регби переплелись элементы футбола, баскетбола и борьбы, что делает его одним из самых динамичных и brutальных видов спорта.

Рассказываем, откуда появилось регби и как в него играют сейчас.

Суть игры (классическое регби)

Задача каждой команды — завладеть мячом и занести его за линию ворот соперника или забить гол в ворота. В регби необычный мяч в форме дыни, нестандартное поле и ворота Н-образной формы. Игровая зона прямоугольная — 100×70 м. Разметкой отмечены:

- центральная линия, с которой начинается игра;
- 10-метровые линии, которые располагаются через 10 метров от центральной;
- область защиты команды — это часть поля от ворот до линии, которая находится на расстоянии 22 метра;
- линия ворот или линия зачетного поля — зона, в которую стремится соперник, чтобы коснуться мячом земли.

Основные правила

Матч длится 2 тайма по 40 минут с перерывом до 15 минут.

Неординарность регби не заканчивается на мяче и воротах. В этой игре можно отдавать передачу руками только назад, а ногами пасовать в любую сторону. Заработать очки можно несколькими способами: занос мяча за линию ворот, штрафной удар и дроп-гол — удар с отскоком от газона.

Еще есть реализация — дополнительная возможность забить мяч, которую дают команде после приземления мяча на зачетной линии соперника. Но как забить гол в ворота без сетки? Попадание засчитывается, если мяч пролетает над перекладиной между вертикальными шестами.

Если мяч ушел в аут, игру надо возобновить. Игроки выстраиваются в коридор друг напротив друга, мяч вбрасывают в середину, и начинается борьба. Еще один способ возобновить игру — это схватка. Игроки с каждой стороны выстраиваются в три линии: здесь они борются не по отдельности, а будто связываются руками и образуют единый организм. Их задача — забрать мяч у соперника.

Регби-юнион и регби-лиг

В 1895 году конфликт между английским регбийным союзом и рядом клубов из северной части страны привёл к созданию нового вида регби — регбилиг. Жители севера Англии решили заняться им профессионально и видоизменили классические правила. Обычный регби стали называть регби-юнион или регби-15, и до конца XX века он оставался любительским видом спорта.

Регбилиг — более динамичная игра. Если в регби-юнион захваченный игрок должен избавиться от мяча, за который борются команды, то в регбилиге захваченного игрока сначала необходимо освободить. После этого владеющая мячом команда приступает к следующей атаке. У команды есть 6 попыток. Если они были неудачными, мяч передается сопернику. Это отличие делает игру более зрелищной.

Например, в регби-юнион игроку нужно освободиться от мяча, чтобы не получить в наказание штрафной удар. А в регбилиг после захвата мяча он должен сохранить его и разыграть сам.

При выходе мяча в аут в регби-юнион выстраивают игроков в коридор, по 8 человек с каждой стороны, и посередине вбрасывают мяч. А в регбилиг его разыгрывают неконтактно, без коридора.

Схватка тоже отличается. В регби-юнион она силовая, в ней участвует по 8 игроков с каждой стороны, и мяч вбрасывают в середину коридора между игроками первых линий. Мощное давление со встречным противодействием создает огромную нагрузку на позвоночники.

В регбилиг схватка не силовая, а обозначающая. В ней участвуют по 6 игроков с каждой стороны, и мяч вводят в отведенный коридор без встречной борьбы со стороны соперника.

Во время открытой игры в регби-юнион происходит коллективная борьба за мяч в назначаемых и произвольных схватках — молах, раках и коридорах. Количество игроков при этом не ограничено.

В регбилиг открытая игра проходит один на один: игрок защищающейся команды захватывает атакующего игрока. Его нельзя сдвигать и перемещать, а после захвата нужно немедленно освободить. Затем он свободно разыгрывает мяч, откатывая его назад стопой своему принимающему игроку. Коллективный отбор мяча правилами игры запрещается.

В регби-юнион идет затяжная коллективная борьба за мяч без существенного продвижения вперед. Поэтому тренеры большую часть времени совершенствуют коллективную игру и в атаке, и в защите.

В регбилиг нет коллективной силовой борьбы, а при розыгрыше мяча игроки защищающейся команды располагаются в 10 метрах от линии розыгрыша мяча. Так игра становится более динамичной. На всех участках поля она ведется один на один, поэтому игроки совершенствуют индивидуальную технику.

Состав команды

Две основные задачи игроков — нападать и защищать. В каждой команде амплуа распределяют в зависимости от комплекции, силовых и скоростных качеств игрока.

В регби-юнион 8 нападающих и 7 защитников.

Нападающие:

- хукер и два столба — это три самых сильных игрока в первой линии нападения, принимают весь удар на себя;
- замки — два высоких силача во второй линии, отвечают за подбор мяча в прыжке и за продвижение команды вперед во время схватки;
- два фланкера и восьмерка ведут игру на третьей линии, их задача — отобрать мяч у соперника.

Защитники:

- два полузащитника — скрам-хав создает взаимодействие между нападающими и защитниками, флай-хав определяет развитие атаки;

— два центральных трехчетвертных — охраняют зачетную линию и поддерживают атаку;

— два крыльевых трехчетвертных — легкие и скоростные, они пресекают атаки противника и завершают атаки игроков из своей команды;

— фулбэк — последняя надежда защиты, если соперник все же прорвался.

В регбилиг нападающих всего 6: на третьей линии вместо троих находится один свободный форвард.

Как считают очки и выявляют победителя

Побеждает команда, набравшая большее количество очков.

В регби-юнион:

5 очков — попытка, так называется занос мяча в зачетную зону с касанием земли.

2 очка — реализация. Такой удар по воротам назначается после заноса мяча в зачетную зону. Можно выполнять на любой точке напротив того места, где была сделана попытка.

3 очка — штрафной удар, назначается за нарушение правил соперниками.

3 очка — дроп-гол, удар по воротам во время игры. Бить можно ногой после отскока мяча от земли.

Атакующая команда владеет мячом до его потери.

В регбилиг:

4 очка — попытка.

2 очка — реализация.

3 очка — штрафной удар.

1 очко — дроп-гол.

Атакующей команде предоставляется право атаковать до 6 захватов, затем мяч передается сопернику.