



# COACH REFEREE MANUALE

8<sup>^</sup> Edizione - 2010-11



## SUGGERIMENTI DI FORMAZIONE "L'ARBITRO HA UN PROBLEMA"

A cura del Centro Studi della Commissione Nazionale Arbitri della FIR

FIR - Federazione Italiana Rugby - Stadio Olimpico - Curva Nord, 117 - 00135 ROMA  
Segreteria C.N.Ar. - tel. 06.45213138 - fax 06.45213185 - e-mail [cnar@federugby.it](mailto:cnar@federugby.it)

---

## CONTENUTI

---

<b>INTRODUZIONE</b>	pag.	<b>3</b>
<b>COMUNICAZIONE</b>	pag	<b>4</b>
<b>CONTROLLO ED ANTIGIOCO</b>	pag.	<b>5</b>
<b>VANTAGGIO</b>	pag.	<b>6</b>
<b>PLACCAGGIO</b>	pag.	<b>7</b>
<b>RUCK &amp; MAUL</b>	pag.	<b>8</b>
<b>FUORIGIOCO</b>	pag	<b>9</b>
<b>MISCHIA</b>	pag.	<b>10</b>
<b>RIMESSA LATERALE</b>	pag.	<b>11</b>
<b>CALCI DI RIPRESA DEL GIOCO &amp; CALCI IN GIOCO APERTO</b>	pag.	<b>12</b>
<b>POSIZIONE</b>	pag	<b>13</b>
<b>CONSISTENZA &amp; COERENZA</b>	pag.	<b>13</b>

---

## INTRODUZIONE

---

Lo scopo principale della formazione degli arbitri è quello di migliorare la loro performance e non importa a quale livello si è, il messaggio che Voi date deve essere compreso ed accettato dall'arbitro.

C'è la necessità di un approccio alla formazione dell'arbitro più uniforme e strutturato, ed è per assistere coloro che sono coinvolti in quest'importante aspetto dello sviluppo di un arbitro che è stato prodotto questo insieme di suggerimenti per la formazione.

I suggerimenti intendono fornire al Coach/Valutatore della Prestazione una serie di soluzioni che coprono le difficoltà più comuni che gli arbitri incontreranno. È risaputo che gli arbitri hanno qualità personali e livelli di competenza diversi e pertanto anche le tipologie ed i modi di formazioni varieranno in base agli individui.

È compito del Coach/Valutatore della Prestazione creare una collaborazione con l'arbitro, dove l'atmosfera è sincera ed aperta e dove la comunicazione è un dialogo che coinvolga l'arbitro. La chiave di volta per motivare la gente è quella di dire quello che vogliono sentirsi dire, valutando allo stesso tempo i loro input ed individualità.

Questa parte del manuale completa il processo di valutazione dell'arbitro ed offre consigli per migliorare quelle aree individuate dal processo di valutazione.

Si spera che Voi troviate questo manuale utile per l'istruzione/valutazione degli arbitri, e che possiate avere ogni successo in area così importante per la formazione e lo sviluppo di un arbitro.

## COMUNICAZIONE

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><b><i>La voce od il fischio sono deboli.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve avere delle frasi chiave, dei gesti automatici.</li> <li>◆ Fare pratica delle frasi e dei gesti davanti al proprio istruttore.</li> <li>◆ Usare un fischietto Acme Thunder.</li> <li>◆ Tenere il fischietto pulito.</li> <li>◆ Fare pratica con il fischio durante gli allenamenti, specialmente sugli scatti.</li> <li>◆ I segnali devono essere rapidi e decisi. Fare pratica davanti ad uno specchio.</li> <li>◆ Riprendere l'arbitro durante una gara, così può vedere come appare in realtà.</li> </ul>
<p><b><i>Le decisioni dell'arbitro non sono comprese o non producono reazioni.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve essere severo e deciso usando delle frasi brevi: Maul crollato, turnover, palla rossa".</li> <li>◆ L'arbitro deve capire che i giocatori non ascoltano un arbitro che parla tanto. Comunicare in modo breve ed accurato.</li> <li>◆ Si ripete la comunicazione se si ha una reazione positiva da parte dei giocatori.</li> <li>◆ Usare i capitani per far seguire le proprie istruzioni. Spesso i giocatori risponderanno meglio al capitano che all'arbitro.</li> <li>◆ Se il capitano chiede una spiegazione, bisogna dargli il rispetto di una risposta breve ma accurata. Non bisogna dare il diritto di replica o discutere la cosa.</li> </ul>
<p><b><i>Non c'è interazione e collaborazione fra l'arbitro e gli Assistenti Arbitro.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Assicurarsi che l'arbitro abbia un colloquio prima della gara con gli Assistenti Arbitro, chiarendo cosa egli richiede, con particolare riferimento ai falli della Reg. 10 "antigioco" (uso della bandierina, interventi nel campo di gioco, comunicare squadra e n. di maglia, tipo di fallo e sanzione, se richiesto).</li> <li>◆ Concetto del team di tre: collaborazione circa l'area di meta, le mischie crollate, ecc...</li> <li>◆ Se l'arbitro ha problemi di controllo in campo, il colloquio con gli Assistenti Arbitro gli dà spazio e tempo per fare calmare la situazione.</li> <li>◆ Scambiare due parole con gli Assistenti Arbitro ogni dieci minuti circa, specialmente prima delle RIMESSE LATERALI Aiuta a mantenere la concentrazione.</li> <li>◆ Assicurarsi che l'arbitro coinvolga gli Assistenti Arbitro nei colloqui dopo la gara.</li> </ul>

## CONTROLLO ED ANTIGIOCO

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><b><i>Non c'è rapporto di collaborazione fra l'arbitro ed i capitani/giocatori.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ La gara inizia quando si arriva al campo e finisce quando si va a casa.</li> <li>◆ Mostrare senso di humour.</li> <li>◆ Vestirsi in maniera appropriata.</li> <li>◆ Pensare prima di parlare.</li> <li>◆ Essere decisi ma corretti. Guardare negli occhi: guardare in basso od altrove è visto come mancanza di rispetto e di sicurezza in se stessi.</li> <li>◆ Essere sicuri di se stessi.</li> <li>◆ Usare i colori delle squadre ed i numeri dei giocatori.</li> <li>◆ Non perdere mai il controllo, mancare di rispetto ai giocatori, usare un linguaggio negativo od offensivo.</li> </ul>
<p><b><i>L'arbitro non è "equilibrato" nel punire.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve punire in base a quello che vede: bisogna credere in quello che si vede.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere preventivo piuttosto che reattivo, fischiando in continuazione.</li> <li>◆ Essere preparati ad agire in maniera forte se necessario: usare un linguaggio deciso.</li> <li>◆ Essere consapevoli che lo stile di gioco delle squadre e le capacità tecniche dei giocatori influenzeranno il modo di arbitrare.</li> <li>◆ Se la gara è di basso livello e l'arbitro si sente frustrato, deve ricordare che potrà migliorarla solo con la stretta applicazione delle regole e la comprensione del gioco.</li> <li>◆ Lasciar correre i falli renderà la gara solo peggiore.</li> </ul>
<p><b><i>L'arbitro non ha reso il gioco fluido.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Applicare il vantaggio (quello positivo) il più possibile.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere consapevole di quello che i giocatori vogliono ottenere nella gara.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere pronto a fare un elogio discreto ad un giocatore per una bella giocata.</li> <li>◆ Provare a lasciar correre il gioco, specialmente se la gara è aperta e le capacità tecniche sono buone.</li> </ul>
<p><b><i>Scarsa gestione dell'anti-gioco.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve riconoscere subito le situazioni: per es. giocatori a terra dopo un placcaggio ed altri che arrivano e si buttano sopra, con il pretesto di una ruck</li> <li>◆ Bisogna essere decisi e guardare i giocatori che hanno fatto il fallo negli occhi.</li> <li>◆ Prendete il Vostro tempo, non affrettatevi. Siate calmi, riflessivi e composti, non indicate o toccate i giocatori con la mano.</li> <li>◆ L'arbitro deve seguire il suo primo istinto: sarà quello giusto.</li> <li>◆ Un'espulsione deve essere ovvia, evidente, non c'è bisogno di pensarci sopra.</li> <li>◆ Ricordarsi che la giustizia va vista per essere fatta, specialmente dalla squadra che ha subito il fallo.</li> <li>◆ L'arbitro deve ricordare che i giocatori sono intelligenti e che i falli sono in genere intenzionali. Falli ripetuti e falli intenzionali non fanno parte del nostro gioco.</li> </ul>

***La gestione dell'antigioco non c'è stata o è stata debole.***

- ◆ Se l'arbitro ha espulso un giocatore, non bisogna farne un caso. L'arbitro si è preso le proprie responsabilità, quindi deve continuare ad arbitrare senza farsi influenzare.
- ◆ Tutte le espulsioni e le ammonizioni devono essere riportate nel referto e spedite alla Union o all'ente competente per quella gara.

## VANTAGGIO

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><b><i>L'arbitro non sembra valutare il vantaggio tattico o territoriale.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve migliorare la conoscenza delle regole.</li> <li>◆ L'arbitro deve riconoscere che ci sono due tipi di vantaggio: tattico o territoriale.</li> <li>◆ La squadra che non commette il fallo, ottenendo uno o l'altro dei vantaggi deve essere in grado di esercitare le proprie scelte.</li> <li>◆ Verificare se la mancata concessione del vantaggio è dovuta alla mancanza di "confidenza" dell'arbitro o al fatto che non ha visto la possibilità di giocare il vantaggio.</li> <li>◆ L'arbitro alle volte deve mettere da parte il suo "metro" e riconoscere che le condizioni ambientali (negative o positive) influenzano la concessione del vantaggio.</li> <li>◆ Anche le capacità tecniche dei giocatori influenzano il vantaggio: più sono elevate, più è facile concedere il vantaggio, anche per tempi più lunghi. Le condizioni meteo possono influenzare la durata ed il "timing" del vantaggio.</li> <li>◆ L'arbitro deve comprendere che il vantaggio per un fallo da CP può durare più a lungo del vantaggio per un fallo da mischia.</li> </ul>
<p><b><i>Segnali o "chiamate" dell'arbitro.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve impegnarsi a dare dei segnali visivi e vocali, poiché ciò costituisce un impegno.</li> <li>◆ I giocatori rispondono ai gesti ed alle frasi e questo aiuta il controllo della gara.</li> <li>◆ L'uso della frase "vantaggio finito", prima opzionale, deve essere ora incoraggiato. Attraverso le frasi l'arbitro mantiene il focus sulla gara.</li> </ul>

### GUIDA

Se siete a disagio o non ve la sentite di tornare sul punto, allora non tornate indietro. Sostenete la Vostra opinione circa il termine del vantaggio.

## PLACCAGGIO

PROBLEMA	SOLUZIONE
<i><b>L'arbitro è lento ad arrivare sul punto del placcaggio.</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Velocità. Se è lento, allenarsi sulla velocità.</li> <li>◆ Cambiare le linee di corsa in modo da avere sempre sott'occhio il punto del placcaggio.</li> <li>◆ Osservare la posizione ed il tempo di partenza dell'arbitro dalla precedente fase di gioco.</li> <li>◆ L'arbitro deve decidere prima di arrivare sul punto del placcaggio, dove vuole posizionarsi, per osservare le azioni dei giocatori.</li> <li>◆ Allenarsi di più sulla resistenza, se con il passare del tempo la velocità d'arrivo sul punto d'incontro diminuisce.</li> </ul>
<i><b>Il placcatore od il placcato non rispettano le regole.</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ È richiesta una comunicazione efficace: "Blu, lascia giocare il rosso" o "gioca rosso" ed il numero.</li> <li>◆ La posizione dell'arbitro deve permettere una buona visione del rilascio del pallone.</li> <li>◆ L'attenzione deve essere sulle azioni dei giocatori: il placcatore sta permettendo al placcato di rilasciare il pallone?</li> <li>◆ L'arbitro deve stabilire subito uno standard uniforme.</li> </ul>
<i><b>I giocatori che arrivano in sostegno non rimangono sui propri piedi.</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve arrivare sul punto prima.</li> <li>◆ È richiesta una comunicazione efficace: "Stai in piedi, blu".</li> <li>◆ L'attenzione deve essere sulle azioni dei giocatori: se il primo che arriva è in piedi, può raccogliere il pallone ed il placcatore deve lasciarglielo fare.</li> <li>◆ Applicare il motto "colpisci duro, colpisci subito". Punire subito il primo che va a terra.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere costante e pretendere il rispetto delle regole. Se i giocatori non rispondono agli avvertimenti del tipo "stai in piedi", vanno puniti.</li> </ul>
<i><b>L'Arbitro non usa frasi atte a prevenire i falli.</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Stabilire delle frasi che funzionino, nel rispetto della personalità dell'arbitro e dello stile di gestione.</li> <li>◆ Lavorare sulla voce e sul tono.</li> <li>◆ Meno sono le parole, più efficace è la comunicazione.</li> <li>◆ La comunicazione deve trovare riscontro nelle azioni dei giocatori.</li> <li>◆ Il "timing" e la tolleranza dell'arbitro devono essere costanti ed uniformi per tutta la partita.</li> <li>◆ La comunicazione dell'arbitro non deve avvenire dopo il fallo, vorrebbe dire passarvi sopra; è di cruciale importanza intervenire verbalmente prima del fallo.</li> </ul>

Per gli arbitri questa è un'area di gran lavoro, e molti di loro non lo capiscono. Dovete fare in modo che gli arbitri siano molto severi sulla regola del placcaggio, poiché questo darà CONTINUITA' al gioco. Se la regola non è applicata ci saranno problemi di controllo della gara.

Sarebbe utile che l'arbitro si allenasse con una squadra, in modo che possa avere un'idea migliore delle intenzioni dei giocatori: mantenimento del possesso - quello che tutti gli allenatori e tutte le squadre vogliono e cercano di ottenere.

## RUCK & MAUL

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><b><i>La posizione dell'arbitro "comporta" falli in Ruck/Maul.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Deve arrivare prima. Velocità, allenamento, mobilità.</li> <li>◆ L'arbitro deve sapere già dove posizionarsi: deve arrivare subito sul punto e poi allontanarsi; non deve essere statico e troppo vicino al raggruppamento. Più sta fuori, migliore è la visione del gioco.</li> <li>◆ Non deve rimanere piatto a fianco del Ruck/Maul.</li> <li>◆ Deve stare profondo con la schiena rivolta verso l'area di meta, avendo una visione totale del Ruck; con una leggera torsione del capo può vedere i tre quarti.</li> <li>◆ La posizione preferita è quella che guarda la squadra in difesa, così può "spingere" indietro i difensori, tenendoli in gioco e mantenendo gli spazi. Stare sulla linea di fuorigioco della squadra in difesa è la scelta meno preferibile.</li> <li>◆ L'arbitro deve conoscere il gioco. La squadra in possesso di solito stabilisce la prossima azione. La posizione del corpo degli attaccanti può indicare la direzione della prossima azione.</li> <li>◆ L'arbitro deve garantire che tutti i non partecipanti stiano in-gioco, cioè dietro il piede dell'ultimo uomo del Ruck/Maul. La posizione sopra descritta faciliterà questo compito.</li> </ul>
<p><b><i>I giocatori si uniscono al Ruck/Maul davanti all'ultimo piede.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Posizione dell'arbitro: troppo vicino si perde l'azione. La profondità da tempo e spazio.</li> <li>◆ Testa alta per poter vedere bene.</li> <li>◆ Non focalizzatevi sul pallone, guardate anche i giocatori che arrivano a sostegno.</li> <li>◆ Più un giocatore arriva in ritardo, più è probabile che commetta un fallo.</li> <li>◆ Comprendere bene il "pulire" (entrare in un Ruck/Maul, normalmente con la spalla, per togliere un avversario dal ruck/maul). Gioco pericoloso, calcio di punizione, ammonizione.</li> </ul>
<p><b><i>L'arbitro non usa frasi atte a prevenire i falli.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Stabilire delle frasi che funzionino, "ultimo piede" o "puliscilo blu".</li> <li>◆ L'arbitro deve stabilire subito all'inizio il suo standard di tolleranza.</li> </ul>
<p><b><i>L'arbitro assegna l'introduzione della mischia alla squadra sbagliata.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve conoscere le regole.</li> <li>◆ L'arbitro deve conoscere ciò che le regole richiedono.</li> <li>◆ L'arbitro deve sapere quale fase di gioco sta arbitrando: Ruck, Maul, Maul Crollato o "Mucchio" dopo un placcaggio.</li> </ul>



## FUORIGIOCO

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><i><b>L'arbitro non controlla le linee di fuorigioco in Mischia, Ruck, Maul e Rimessa Laterale.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Ricordare all'arbitro di non focalizzarsi troppo sul pallone.</li> <li>◆ Osservare la posizione del corpo dell'arbitro: gli permette effettivamente di controllare le linee di fuorigioco?</li> <li>◆ L'arbitro deve avere una frase d'autocomunicazione: "Controlla il fuorigioco".</li> <li>◆ Assicuratevi che l'arbitro abbia garantito lo spazio: (spazio = tempo).</li> </ul>
<p><i><b>L'arbitro non usa azioni preventive per garantire lo spazio.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Stabilire delle frasi che funzionino per l'arbitro.</li> <li>◆ L'arbitro deve capire che parlare ai giocatori significa che si muovono, obbediscono. Una comunicazione efficace comporta un'azione del giocatore.</li> <li>◆ Testa alta per vedere bene l'azione ed i giocatori.</li> <li>◆ L'arbitro deve anche usare il braccio per comunicare: gesti brevi ed espressivi.</li> </ul>
<p><i><b>I giocatori perdono tempo o spezzano il gioco.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve migliorare la conoscenza delle regole.</li> <li>◆ I fatti sono meglio delle parole. Un avvertimento e poi punire. Non continuare a dare avvertimenti, perché i giocatori continueranno ad ignorarli.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere consapevole delle intenzioni dei giocatori: uno che si ritira lentamente (con le braccia alzate) intende interferire con l'avversario.</li> <li>◆ Una buona posizione aiuta l'arbitro a vedere meglio.</li> </ul>
<p><i><b>L'arbitro non controlla il fuorigioco dei giocatori davanti al calciatore.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve migliorare la conoscenza delle regole.</li> <li>◆ Subito dopo il calcio, l'arbitro deve guardarsi attorno e fissare la posizione dei giocatori, non deve seguire il pallone.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere consapevole della posizione in campo dei giocatori, soprattutto dove si applica la regola dei 10 m.</li> </ul>

### **PUNTO CHIAVE**

Una buona posizione in Ruck/Maul permette all'arbitro di vedere come i giocatori entrano nei raggruppamenti, la disponibilità del pallone e se i non partecipanti sono in-gioco od in fuorigioco.

## MISCHIA

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><i><b>Entrambe le prime linee non rispettano le procedure d'ingaggio.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ L'arbitro deve essere severo nel fissare gli standard.</li> <li>◆ Le istruzioni ai giocatori devono essere automatiche. L'arbitro deve essere sicuro nel comunicarle.</li> <li>◆ L'arbitro non deve permettere che siano i giocatori a dettare i tempi dell'ingaggio. Deve esigere che siano rispettati i suoi tempi ed i suoi comandi.</li> <li>◆ Rallentare i tempi d'ingaggio ed assicurare uno spazio (il braccio) fra le prime linee tale da avere un ingaggio stabile e non un crollo a terra.</li> <li>◆ Assicurarsi che il mediano sia già in posizione prima di cominciare la procedura d'ingaggio.</li> <li>◆ Quando entra una sostituzione, cogliere l'occasione per ripetere le istruzioni per la procedura d'ingaggio.</li> <li>◆ Rallentare i tempi d'ingaggio ed assicurarsi che le prime linee siano alla stessa altezza, in modo da avere un ingaggio stabile e non un crollo a terra.</li> </ul>
<p><i><b>Le prime linee crollano o stappano.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Non importa qual è il primo, fischiare subito. L'arbitro deve ripetere le istruzioni per l'ingaggio. Ulteriori crolli richiedono un calcio di punizione.</li> <li>◆ Se necessario l'arbitro può prendere da parte le prime linee ed avvisarle della necessità di fare le mischie secondo le regole.</li> <li>◆ Se l'arbitro ha gli Assistenti Arbitro, farsi segnalare eventuali crolli o falli di gioco pericoloso.</li> <li>◆ Controllare la posizione dei piedi e delle spalle, di solito sono indicativi delle intenzioni dei giocatori.</li> <li>◆ Se le schiene dei piloni sono parallele alla linea di touch, non c'è spinta storta sul tallonatore avversario.</li> <li>◆ Il braccio esteso del pilone legato sulla schiena dell'avversario crea meno problemi del braccio piegato, che indica una pressione verso il basso.</li> </ul>
<p><i><b>I flanker non sono correttamente legati o si staccano prima.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Per notare questi falli l'arbitro deve stare "profondo" dietro la mischia con il corpo diritto.</li> <li>◆ L'arbitro deve imporsi che la legatura corretta è quella con tutto il braccio, dalla mano alla spalla.</li> <li>◆ "Stai legato" non deve essere una frase detta ad ogni mischia. Usare i calci di punizione.</li> <li>◆ I fatti parlano meglio delle parole. Le terze linee ci proveranno sempre, finché non punite.</li> </ul>
<p><i><b>I mediani non introducono diritto.</b></i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ La palla deve cadere nel mezzo del tunnel.</li> <li>◆ L'arbitro deve comunicare quello che vuole sia fatto, specie se il mediano introduce storto. Se non si adegua è un CL, non c'è una terza chance.</li> <li>◆ L'arbitro deve avere una visione completa, non farsi "oscurare" dai mediani.</li> <li>◆ Essere preventivi piuttosto che reattivi: parlare ai mediani di mischia.</li> <li>◆ Muoversi in dietro in linea con la palla, con la schiena alla linea di meta e guardando gli avversari per far rispettare le linee di fuorigioco.</li> </ul>

## RIMESSA LATERALE

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><b><i>I giocatori non mantengono il corridoio tra i due allineamenti.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Arrivare prima permette all'arbitro di controllare la formazione della Rimessa Laterale e di impostarla dal davanti. L'arbitro può comunque andare "dietro" in un secondo momento, ma sempre prima del lancio.</li> <li>◆ Dare ai primi due giocatori davanti ed agli ultimi due dietro il compito di tenere il corridoio di 1 metro.</li> <li>◆ L'arbitro deve far sapere come vuole che si giochi.</li> <li>◆ Se l'arbitro ha gli Assistenti Arbitro, farsi aiutare nel mantenere il corridoio di 1 metro.</li> <li>◆ Posizione: è più facile tenere il corridoio stando davanti, perché si è visti dai giocatori.</li> <li>◆ Di norma commettono fallo i giocatori che occupano le posizioni 4-7 dell'allineamento.</li> </ul>
<p><b><i>Lancio non diritto o ritardato.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Il lanciatore deve lanciare con un unico movimento, senza ritardo e non fare finte, specialmente quando carica il braccio, il movimento di lancio deve essere unico.</li> <li>◆ Non guardare il pallone, la direzione di salto dei giocatori indicherà all'arbitro se il lancio è all'interno della linea delle spalle o meno.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere consapevole della posizione in campo e di chi lancia. La squadra in difesa tenderà a lanciare corto, mentre quella in attacco tenderà a lanciare lungo. L'arbitro deve stare sempre all'erta.</li> </ul>
<p><b><i>I giocatori dell'allineamento interferiscono con il saltatore.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Il corridoio di 1 m. è essenziale per limitare i falli sul saltatore.</li> <li>◆ In genere chi lancia vince, se questo non succede, l'arbitro deve chiedersi "perché?".</li> <li>◆ L'arbitro non guardare il pallone, ma i giocatori e fargli capire che sono osservati.</li> <li>◆ Controllare che i saltatori, sebbene sostenuti, non siano presi per i piedi e ribaltati in aria dagli avversari: gioco pericoloso, CP ed ammonizione (sanzione minima).</li> <li>◆ L'arbitro deve controllare il fuorigioco dei tre quarti sulle prese a due mani; deve comunicare verbalmente e con i gesti: fargli segno di tornare indietro (una volta sola).</li> <li>◆ L'arbitro non deve rimanere statico quando il pallone lascia l'allineamento, ma deve muoversi rapidamente.</li> </ul>
<p><b><i>Le rimesse rapide creano incertezza.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Allenamento, velocità e mobilità. L'arbitro deve arrivare sul punto rapidamente.</li> <li>◆ L'arbitro deve essere a conoscenza delle regole.</li> <li>◆ La rimessa rapida è un'azione positiva per la continuità del gioco, se ci sono dubbi, lasciar continuare il gioco.</li> <li>◆ Non rilassarsi quando il pallone non è in gioco.</li> </ul>

## CALCI DI RIPRESA DEL GIOCO & CALCI IN GIOCO APERTO

PROBLEMA	SOLUZIONE
<p><i>L'arbitro non vede i giocatori davanti al calciatore.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Assicurarsi che il calcio sia dato dal centro del campo e nella forma corretta.</li> <li>◆ L'arbitro non deve stare a fianco del calciatore ma sulla linea di metà campo, lontano dal calciatore. Quando questi comincia la rincorsa, l'arbitro si muove verso di lui, lungo la linea di metà campo, per controllare i giocatori eventualmente davanti, quindi, dopo che è stato dato il calcio, va verso il punto di caduta del pallone.</li> <li>◆ Testa alta.</li> <li>◆ Mettersi in linea velocemente.</li> </ul>
<p><i>Ostruzioni avvenute dopo il calcio d'invio.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Corretta linea di corsa verso il pallone.</li> <li>◆ Non guardare il pallone in volo.</li> <li>◆ Guardare i giocatori: le loro azioni indicheranno il punto di caduta del pallone.</li> <li>◆ I giocatori più alti andranno a prendere il pallone, gli altri faranno protezione od ostruzione: interferiranno con gli avversari o faranno "muro" sul proprio compagno.</li> </ul>
<p><i>L'arbitro da troppi 10 m. sui CP e CL.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Non appena l'arbitro da il CP o CL, segnare il punto.</li> <li>◆ Assicurarsi che il pallone sia nel campo visivo dell'arbitro. Non permettere calci battuti veloci dietro la schiena dell'arbitro.</li> <li>◆ Non appena il calcio è battuto, guardare a 10 m. (non 8) dal punto ed identificare un giocatore in gioco.</li> <li>◆ Usare quel giocatore come punto di partenza per le ulteriori successive valutazioni in quell'azione.</li> <li>◆ Testa alta e visione globale.</li> <li>◆ Essere decisi con i giocatori che non si ritirano: dare ulteriori 10 m. ma PIANO. Avanzare verso i 10 m. lentamente, per dare il tempo ai giocatori di organizzarsi.</li> <li>◆ Non permettere alla squadra che batte il calcio di correre in avanti per guadagnare altri 10 m.</li> <li>◆ Stare attenti alla posizione in campo, specialmente vicini alla linea di meta: interferenze su chi batte possono essere punite con una meta di punizione.</li> </ul>

## POSIZIONE

<p><b><i>L'arbitro ha problemi con la posizione.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Usare dei coni per riprodurre le situazioni di gioco e provare la posizione per ogni diversa fase di gioco.</li><li>◆ Visualizzare la situazione di gioco.</li><li>◆ Arrivare in posizione prima (allenamento, velocità e mobilità) e comunicare i propri standard di gioco.</li><li>◆ Minimo movimento della testa per avere il più ampio spettro visivo possibile. La profondità, di solito, da una visione migliore, perciò arrivare subito sul punto, quindi allontanarsi.</li><li>◆ Non dare mai la schiena ad un certo numero di giocatori; nelle mischie, ruck e maul è preferibile, per quanto possibile, stare con la schiena che guarda la linea di meta degli attaccanti.</li><li>◆ L'arbitro deve essere pronto a muoversi rapidamente e a cambiare posizione in base all'evolversi dell'azione, anche durante la stessa fase di gioco.</li></ul>
--	---

## CONSISTENZA & COERENZA

<p><b><i>L'arbitro non applica la regola.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Tirare fuori il Regolamento e spiegare all'arbitro la regola che ha sbagliato.</li><li>◆ Fate fare all'arbitro un esame di teoria. Lo studio gli rimarrà impresso nella mente.</li><li>◆ Concentrate gli sforzi nelle aree con problemi. Troppi si esercitano nelle cose che sanno fare, piuttosto di migliorare quelle che difettano.</li></ul>
<p><b><i>L'arbitro non è accurato nel prendere decisioni.</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ L'arbitro deve essere formato su una buona tecnica di posizione, su come ottenere e mantenere un alto grado d'allenamento, su come conoscere a fondo il regolamento ed applicarlo.</li></ul>