



Rugbaí

Eochairchéim 3

Forbairt Cluiche

Intreoir

Is féidir an cluiche seo a imirt mar rugbaí leaiste nó rugbaí tadhaill. Tá sé tábhachtach go gcuirtear béim i gcónaí ar shábháilteacht na n-imreoirí agus dá bhrí sin, ní mholtar taicléáil a cheadú go dtí go bhfuil na himreoirí ag an aois agus ag an leibhéal chuí. Le húd a scóráil, caithfidh an fhoireann a bhfuil an liathróid acu líne úid na foirne eile a bhaint amach, agus an liathróid a thalmhú taobh istigh de 6 iarracht. Má bhaintear clib d'imreoir a bhfuil an liathróid acu, nó má dhéantar iad a thadhall, is ionann sin agus iarracht amháin.

Cuimsiú agus Inrochtaineacht

D'ainneoin gur mhaith linn gach dalta a bheith páirteach sa Chorpoideachas lena gcomhdhaltaí, ní i gcónaí a bhíonn sé seo indéanta maidir le leagan iomlán an spóirt a imirt.

Más amhlaidh go bhfuil míchumas coirp ar dhalta, a fhágann nach dtig leo páirt a ghlacadh go sábháilte sa chluiche lena gcomhdhaltaí, ba chóir deis a thabhairt don dalta sin a bheith páirteach i ngníomhaíocht choirp de chineál éigin eile. Mar shampla, thioctadh leis an mhúinteoir grúpaí a dhéanamh den rang agus ar an dóigh sin bheadh cuid de na daltaí ag cleachtadh na ndruileanna agus an chuid eile ag imirt an chluiche. Thioctadh leis an ghrúpa ba lú cleachtadh a dhéanamh ar na scileanna atá de dhíth don spórt, nó do leagan den spórt do dhaoine faoi mhíchumas, leis an chuid eile den rang. D'oibreodh na grúpaí beaga seo ar a seal agus bheadh faill ag gach duine an spórt a imirt agus a gcuid scileanna a chleachtadh.

De rogha air sin, b'fhéidir gurbh fhearr le daltaí áirithe tabhairt faoi ngníomhaíocht choirp a bhfuil suim ar leith acu ann, mar shampla, cleachtadh a dhéanamh ar na druileanna a bhaineann le spórt a imríonn siad taobh amuigh den scoil.

Leideanna

- Déan foirne den ghrúpa ina mbeidh ceathrar nó cúigear imreoirí ar a mhéad le go mbeidh níos mó deiseanna ag na himreoirí baint don liathróid agus níos mó spáis acu sa limistéar.
- Úsáid limistéar atá fóirsteanach ó thaobh méide de do pháirc rugbaí, ag brath ar chumas an ghrúpa.
- Cuir i gcuimhne do na himreoirí nach féidir an liathróid a phasáil chun tosaigh, ach b'fhéidir go bhféadfaí an riail seo a mhaolú ar dtús le ligean don chluiche gluaiseacht leis.
- Le go mbeidh gach imreoir páirteach, bíodh riail ann riail go gcaithfidh gach imreoir pas a fháil sular féidir úd a scóráil nó lig d'imreoirí áirithe tosú leis an liathróid.
- Déan cinnte de go bhfuil an t-am a shocraítear do gach leath fóirsteanach d'aois agus do chumas na n-imreoirí.
- I gcás imreoirí atá ar leibhéal cumais níos ísle, lig dóibh oibriú i 'gcrios saor ó thaicil' atá marcáilte amach le cóin.



Ginearálta

- Aimsigh áit bhfuil dromchla cothrom crua ann.
- Déan cinnte de go bhfuil cóimheas cuí daoine fásta agus imreoirí ann le go mbeidh deis ag gach imreoir páirt a ghlacadh.
- Roinn imreoirí a bhfuil deacrachtaí acu go cothrom idir na foirne.
- Cuir i gcuimhne do na himreoirí nach ionann leibhéal cumais gach duine sa chluiche agus go bhfuil sé tábhachtach gan a bheith ag bualadh in aghaidh a chéile.
- Íodh níos mó ama ag daoine a úsáideann cathaoir rothaí nó ag daoine a bhfuil lagú orthu nó deacracht acu.
- Déan cinnte de nach ndéanann ach imreoirí cuí taicléáil agus bíodh riail ann nach féidir greim a choinneáil ar an liathróid ach ar feadh achar áirithe ama.
- Déan cinnte de go mbeidh gach duine páirteach trí riail a thabhairt isteach go gcaithfidh gach imreoir an liathróid a fháil sular féidir úd a scóráil.

Míchumas Coirp

- Bain úsáid as spás níos lú d'imreoirí a bhfuil deacrachtaí gluaiseachta acu.
- Ísligh an trasnán más ga.
- Má bhíonn cuid mhór imreoirí i gcathaoir rothaí ag imirt, b'fhéidir go mbeadh liathróid níos mó de dhíth.
- Má bhíonn imreoir i gcathaoir rothaí, cuir crios thart ar thaobh na cathaoireach rothaí (úsáid dhá chrios más gá) agus ansin cuir na clibeanna ar an chrios.
- Déan cinnte de nach mbíonn na cóin sa chosán ag cathaoir rothaí; úsáid cóin chothroma.
- Úsáid liathróid níos lú nó pónaireán más deacair leo greim a bhreith ar liathróid rugbaí.
- Úsáid liathróid a bhfuil cruth eile uirthi nó pónaireán, más gá.
- Tabhair isteach riail nach bhfuil cead ag imreoirí rith ag amanna áirithe, go gcaithfidh siad siúl, le seans a thabhairt d'imreoirí áirithe.

Lagú Éisteachta nó Bodhar

- Úsáid teanga chomharthaíochta a thuigeann an t-imreoir lena léiriú cad é atá le déanamh.
- Úsáid comhartha amhairc lena léiriú go bhfuil an cluiche tosaithe nó stoptha, m.sh. bratach nó comhartha 'am amuigh'.

Lagú Radhairc nó Dall

- Úsáid liathróid a bhfuil dathanna geala uirthi agus a sheasann amach ón dromchla imeartha.
- Bíodh na dathanna atá ar na bibí i gcodarsnacht le chéile.
- Déan cinnte de go bhfuil dathanna geala ar an trealamh atá in úsáid le himeall na cúirte a mharcáil agus go bhfuil siad i gcodarsnacht leis an dromchla féin.
- Tabhair liathróid inchloiste (a dhéanann fuaim) d'imreoirí a bhfuil lagú radhairc tromchúiseach orthu.
- Lig do dhuine fásta nó do dhuine a bhfuil radharc na súl acu an t-imreoir a threorú thart ar an chúirt agus iad ag tabhairt treoracha nó ag cur lámhe ar a ngualainn.
- I gcás imreoirí a bhfuil lagú radhairc tromchúiseach orthu, déan cinnte de go bhfuil sé sábháilte dóibh taicléáil trí chlib a bhaint.

Naisc Úsáideacha

Irish Rugby Football Union

irishrugby.ie/club/disability_rugby

District Council Disability Sports Hubs

dsni.co.uk