

# **Unitat Didàctica I: Iniciació al Rugbi Escolar**



# Índex

Introducció.....	-2
Estructura de la unitat de programació.....	-2
Consideracions prèvies.....	-2
Unitat didàctica 1.....	-3
Objectius generals.....	-3
Continguts.....	-3
Sessions.....	-4
Activitats per a l'avaluació.....	-13
Tècniques i Tàctiques Bàsiques.....	-14
Tècniques bàsiques.....	-14
Tàctiques bàsiques.....	-17
El Rugby Escolar.....	-18

# Introducció

“**Rugby Base**” és una unitat de programació per a l'àrea d'Educació Física.

Aquesta unitat de programació és una proposta per apropar els professors d'educació física i els alumnes a l'esport del rugbi. Amb aquesta finalitat “**Rugby Base**” es compon de tres unitats didàctiques:

- Iniciació al Rugby Escolar
- Perfeccionament del Rugby Escolar
- Aproximació al Rugby a 15.

El rugbi és un esport que ha estat apartat dels currículums d'educació física dels diferents centres d'ensenyaments, degut principalment a les instal·lacions amb la que aquests compten.

En aquesta unitat de programació es presenta una proposta que permetrà al professor d'educació física introduir el rugbi en el seu currículum d'educació física amb plenes garanties. Els principals entrebancs en que es trobava el professor d'educació física, en relació a l'espai, eren dos:

- Superfície dura (asfalt o terra) el qual impedia introduir un esport de contacte, on els participants queien a terra contínuament.
- Normalment les escoles disposen d'una pista poliesportiva de 40mx20m el qual dificultava un esport on hi juguen 15 jugadors.

La proposta que en aquesta unitat de programació es presenta, ha superat aquestes dues dificultats a través de:

- La introducció de cinturons de placatge. Els alumnes porten uns cinturons d'on hi pengen dos tires de velcro les quals als ser robades pels defensors l'atacant s'ha d'aturar.
- L'estructura del rugbi a 15 s'ha reduït per una estructura de 5x5. Aquesta estructura permet treballar tots els elements tècnics i tàctics bàsics del rugbi a 15.

Aquesta proposta no impedeix que en l'última unitat didàctica els professors i els alumnes s'apropin a les característiques específiques del rugbi a 15, recollides en l'última unitat didàctica.

Més enllà de l'aspecte estrictament esportiu el rugbi es diferencia per la seva gran riquesa com a promotor de valors, normes i actituds tals com: respecte a les normes i als seus representants (àrbitres), respecte als adversaris i compromís amb els companys d'equip. Tanmateix el rugbi es complementa amb una gran activitat social formalitzada a través del denominat “Tercer temps”. Tots els partits, tant els de categories inferiors com els de lligues professionals d'arreu del món, finalitzen amb un acte social entre els dos equips i els àrbitres.

Es doncs per les seves característiques esportives i socials úniques que el rugbi pot esdevenir un esport que ajudi a enriquir el currículum d'educació física dels centres d'ensenyament.

## Estructura de la unitat de programació:

- Objectius generals de la unitat
- Continguts de la unitat didàctica
- Activitats d'avaluacions.
- Sessions:
  - Objectiu específic de la sessió
  - Material necessari per a la sessió
  - Consideracions específiques per a cada sessió(aquest apartat rep el nom de “Recordem que...”)
  - Relació d'exercicis

## Consideracions prèvies:

Aquesta proposta s'ha elaborat pensant en un centre tipus amb les següents característiques:

Nombre d'alumnes: 25

Espai: 1 pista poliesportiva d'aproximadament 40mx20m.

Material didàctic mínim: 10 cons, pilotes de rugbi (talla 4 o 5).

Material didàctic específic: 5 pilotes (talla 4 o 5), 25 rugbi-flags.

## UNITAT DIDÀCTICA 1: Iniciació al Rugby Escolar

Aquesta unitat es tracta d'una primera aproximació als elements tècnics i tàctics del rugbi. Amb la finalitat facilitar l'aprenentatge hem introduït els principis tècnics i tàctics modificant el reglament de rugbi a 15.

### Objectius generals:

1. Conèixer comprendre i respectar les regles bàsiques del rugbi escolar.
2. Descobrir les tècniques que ens permetin desenvolupar el joc: avançar i conservar la possessió de la pilota.
3. Experimentar les situacions de contacte pròpies del rugbi escolar (tocar amb dues mans i utilitzar els rugbi-flags).

### Continguts:

#### Per a l'objectiu 1

Participació de l'alumne en els jocs adaptats que inclouen la normativa específica o modificada del rugbi escolar.

- Delimitació de l'espai de joc.
- L'assaig
- La cursa amb la pilota
- La passada
- La defensa específica (el tocat amb dues mans i el rugbi-flags)
- El fora de joc
- L'avant
- La posada en joc de la pilota

#### Per a l'objectiu 2

Mitjançant exercicis específics i jocs, conèixer els principis fonamentals del joc.

- Avançar sense córrer de costat.
- Conservar la possessió de la pilota sense tirar-la.
- Concepte de fixar i passar.
- Col·locar correctament la defensa en línia.
- Posar-se en profunditat a l'hora d'organitzar l'atac.

#### Per a l'objectiu 3

Jocs en els que el contacte o el rugbi-flag entre companys i adversaris hi sigui present.



## **UD1      Iniciació al Rugby Escolar**

### **Sessions**

- 1.- Conèixer l'objectiu, l'espai de joc i el contacte propi del rugbi**
- 2.- Aprendre les habilitats bàsiques de conducció de la pilota**
- 3.- Aprendre les habilitats bàsiques de la passada de la pilota**
- 4.- Aprendre les habilitats bàsiques del tocat**
- 5.- Aprendre a organitzar-se al voltant del tocat**
- 6.- Conèixer l'organització bàsica en atac**
- 7.- Conèixer l'organització bàsica en defensa**
- 8.- Experimentar les sensacions d'una competició interna de rugbi a l'escola**

<b>Objectiu de la sessió:</b> Conèixer l'objectiu, l'espai de joc i el contacte propi del rugbi
<b>Material:</b> 5 pilotes de rugbi, 25 flags, cons

<p><b>Recordem que ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es tracta de la primera sessió, i que per tal de motivar als alumnes, és important que toquin molt la pilota, ja que es un material desconegut per la majoria i molt atractiu per a tots.</li> <li>- S'acostuma a confondre el rugbi amb d'altres esports, recalquem les especificitats del rugbi.</li> <li>- El rugbi no és un esport violent ni agressiu, sinó un esport de contacte reglat i on prima el fair play entre tots els seus practicants.</li> </ul>
---

ACTIVITAT	TEMPS	DISTRIBUCIÓ
Explicació teòrica del joc que volem ensenyar i del reglament que utilitzarem (vegeu reglament CEEB1, pàgina 18)	5'	CEEB1
<p><b>L'expulsió:</b></p> <p>Dividim el grup-classe en dos equips. Un dels dos equips ha de treure els jugadors contraris fora dels límits de mitja pista poliesportiva agafant-los i empentant-los, el jugador expulsat no pot tornar al camp. Després invertim els papers. Guanya l'equip que ho fa en el menor temps possible, o en un temps limitat qui ha tret més jugadors contrincants.</p>	10'	
<p><b>Passar i pillar:</b></p> <p>Muntem un quadrat amb cons de 10x10 metres. A l'interior del quadrat els alumnes s'han d'anar passant les 5 pilotes i al senyal del professor els que tenen la pilota han de portar-la a una de les línies de fons abans de que la resta de companys els pillin.</p>	10'	
<p><b>El joc de les passades (des de parat):</b></p> <p>En tota la pista poliesportiva, dividim el grup-classe en dos equips. Cal plantar la pilota a la zona de marca de l'equip contrari. La pilota es pot passar endavant i endarrere. No està permès córrer amb la pilota a les mans.</p>	10'	
<p><b>El joc de les passades:</b></p> <p>En tota la pista poliesportiva, dividim el grup-classe en dos equips. Cal plantar la pilota a la zona de marca de l'equip contrari. La pilota es pot passar endavant i endarrere. El portador de la pilota pot córrer lliurement fins que algú el toqui.</p>	10'	
<p><b>Mentre estirem repassem els conceptes nous apresos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Principals aspectes del reglament del CEEB 1 (objectiu, espai de joc, i contacte)</li> <li>- Rugby com esport diferenciat de qualsevol altre modalitat esport. Saber diferenciar el rugbi dels altres esport similars a ell.</li> </ul>	5'	

<b>Objectiu de la sessió:</b> Aprendre les habilitats bàsiques de conducció de la pilota
<b>Material:</b> 5 pilotes de rugby, 25 flags, cons

**Recordem que ...**

- En el rugby la conservació de la possessió de la pilota és el més important, pel que és molt important saber dur-la amb dues mans (per subjectar-la amb més força i així que el contrari no ens la prengui, i tenir possibilitat de passar-la en les millors condicions possibles).
- No s'ha de tenir por a ser tocats, el fet de que ens toquin no significa la pèrdua de la possessió de la pilota, cal doncs córrer endavant i avançar sempre.

ACTIVITAT	TEMPS	DISTRIBUCIÓ
<p><b>Escombriaires:</b> Es formen dos equips (o més) amb un espai propi considerat com a casa seva (porteria o aros). L'objectiu de cada equip és aconseguir netejar casa seva de pilotes. La forma de fer-ho es transportant les pilotes d'una en una des de casa seva fins a casa dels rivals. La forma de transportar ha de ser amb 1 mà, ja que amb l'altre poden intentar fer caure les pilotes que transporten els seus rivals (la pilota que caigui ha de ser recuperada pel jugador que la portava)</p>	10'	
<p><b>Tocar i parar en grups reduïts:</b> Formem 5 grups amb una pilota cadascun en camps delimitats de 4x4 metres. El jugador portador de la pilota ha d'intentar tocar a un company amb la pilota per tal de deixar de parar, passant a parar el jugador tocat.</p>	5'	
<p><b>Tocar i parar:</b> Tot el grup classe amb 5 pilotes en mitja pista poliesportiva. Els jugadors portadors de la pilota han d'intentar tocar a un company amb la pilota per tal de deixar de parar, passant a parar el jugador tocat.</p>	5'	
<p><b>El lladre:</b> Formem 5 grups amb una pilota cadascun en camps delimitats de 4x4 metres. El jugador portador de la pilota (lladre) ha d'evitar ser tocat per la resta de companys i conduir-la des d'una línia de fora fins a la contrària. Un cop ho aconsegueix passa la pilota a un company per que ho intenti. Comptabilitzem en veu alta el nombre de tocats que li fem a cada lladre.</p>	10'	
<p><b>Partits:</b> Dividim el grup-classe en 4 equips i organitzem dos camps de mitja pista poliesportiva cadascun, on es jugaran els següents partits de 5': Camp A                                      Camp B Equip 1 – Equip 2                              Equip 3 – Equip 4 Equip 1 – Equip 3                              Equip 2 – Equip 4 Equip 1 – Equip 4                              Equip 2 – Equip 3 Cal plantar la pilota a la zona de marca contrària. La pilota es pot passar endavant i endarrere. Està permès córrer amb la pilota a les mans, però un cop tocat s'ha de passar</p>	15'	
<p><b>Mentre estirem repassem els conceptes nous apresos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fent referència al primer exercici, fer veure als alumnes que amb una es fàcil que ens caigui la pilota o que ens la prenguin.</li> <li>- Tanmateix els hem de fer veure que amb dos mans tenen més garanties de passar la pilota correctament.</li> </ul>	5'	











**Objectiu de la sessió:**

Conèixer l'organització bàsica en defensa

**Material:**

5 pilotes de rugbi, 25 flags, cons

**Recordem que ...**

- La posició i l'actitud dels defensor determinen l'èxit de la defensa. Animem-los a que s'impliquin al màxim!

ACTIVITAT	TEMPS	DISTRIBUCIÓ
<p><b>La pesta:</b> Es formen grups de cinc jugadors i es distribueixen en un espai de 10x10 metres. El jugador que pilla ha d'intentar atrapar al que porta la pilota. La pilota no pot estar més de 3" a les mans d'un jugador, si la passada és dolenta, passarà a pillar l'alumne que la ha realitzat.</p>	5'	
<p><b>Passar mocadors:</b> Dividim el grup-classe en dos equips i els organitzem com a la gràfica en mitja pista poliesportiva. L'equip atacant, amb l'objectiu de passar la línia de mig camp sense que els defensors els hi treguin les tires del flag. En cada ronda, cada defensor només podrà agafar la tira d'un atacant. Tant els defensors com els atacants es poden moure lliurement. La defensa s'ha d'organitzar de forma plana. Guanya l'equip que finalitza amb més tires als flags.</p>	10'	
<p><b>Organització en defensa:</b> Explicació tàctica de les disposicions en defensa (pàgina 18).</p>	5'	
<p><b>El tauró:</b> En mitja pista poliesportiva. Tots els alumnes es situen a una de les línies de fons, excepte un defensor (el tauró) que tindrà total llibertat de moviments, però començant cada vegada des del mig camp. A la senyal del tauró tots els atacants han de córrer fins l'altre línia de fons. Si el tauró aconsegueix arrencar una tira a un atacant aquest es converteix en tauró i així successivament fins que tots els jugadors acabin sent taurons. Recomanarem a la defensa (taurons) que pugin plans per no crear espais.</p>	10'	
<p><b>Partits:</b> Dividim el grup-classe en 4 equips i organitzem dos camps de mitja pista poliesportiva cadascun, on es jugaran els següents partits de 5': Camp A Equip 1 – Equip 2 Equip 1 – Equip 3 Equip 1 – Equip 4 Camp B Equip 3 – Equip 4 Equip 2 – Equip 4 Equip 2 – Equip 3 Cal plantar la pilota a la zona de marca contrària. La pilota només es pot passar endarrere. Està permès córrer amb la pilota a les mans, però un cop tocat amb les dues mans s'ha de passar. S'aplicarà la regla del fora de joc. Amb cinc tocats per atac, amb una espera de 3" a l'hora de tornar a posar en joc.</p>	15'	
<p><b>Mentre estirem repassem els conceptes nous apresos:</b> - S'ha de recordar es concepte d'estar plans en defensa i que per això és necessari trobar un velocitat entremig entre tots els de l'equip (els més ràpids han d'anar més lents, els més lents han de fer un esforç per anar més ràpids). - És millor pujar més lent i avançar tots junts (sense deixar forats) que un de molt ràpid avanci sol.</p>	5'	

**Objectiu de la sessió:**

Experimentar les sensacions d'una competició interna de rugbi a l'escola

**Material:**

5 pilotes de rugbi, 25 flags, cons

SESSIONS NÚM. 8, 9 i 10

**Recordem que ...**

- Aquesta mena de competicions motiven als alumnes i els hi donen un al·licient pel qual aprendre.
- Pot ser un bon moment per acabar d'avaluar als alumnes.

ACTIVITAT	TEMPS	DISTRIBUCIÓ																		
<p><b>Escalfament:</b> Per tal de jugar la competició, els alumnes han de tenir el cos preparat per a jugar. L'escalfament ha de ser tant físic (extremitats superior i inferiors) com psicològic (estar concentrat per fer el que han après). L'escalfament l'ha de portar el capità. En rugbi la figura del capità és molt important i està a l'alçada de la de l'entrenador. El capità serà el portaveu de l'equip durant tota la competició.</p>	5'																			
<p><b>Les regles de joc:</b> Recordatori de la reglamentació corresponent a la normativa utilitzada.</p>	5'	CEEB 1																		
<p><b>Competició interna:</b> Dividim els alumnes en 5 equips de 5 jugadors i organitzem dos camps de mitja pista poliesportiva cadascun, on es jugaran els següents partits de 7':</p> <table style="margin-left: 40px;"> <tr> <td style="text-align: center;">Camp A</td> <td style="text-align: center;">Descansa</td> <td style="text-align: center;">Camp B</td> </tr> <tr> <td>Equip 1 – Equip 2</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Equip 3 – Equip 4</td> </tr> <tr> <td>Equip 1 – Equip 5</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Equip 2 – Equip 3</td> </tr> <tr> <td>Equip 1 – Equip 4</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Equip 2 – Equip 5</td> </tr> <tr> <td>Equip 1 – Equip 3</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Equip 4 – Equip 5</td> </tr> <tr> <td>Equip 2 – Equip 4</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Equip 3 – Equip 5</td> </tr> </table> <p>Cal plantar la pilota a la zona de marca contrària. La pilota només es pot passar endarrere. Està permès córrer amb la pilota a les mans, però un cop tocat amb les dues mans s'ha de passar. S'aplicarà la regla del fora de joc. Amb cinc tocats per atac, amb una espera de 3" a l'hora de tornar a posar en joc. 3 punts per l'equip guanyador del partit. 1 punt pels equips que empaten. 0 punts per l'equip que perd el partit.</p>	Camp A	Descansa	Camp B	Equip 1 – Equip 2	5	Equip 3 – Equip 4	Equip 1 – Equip 5	4	Equip 2 – Equip 3	Equip 1 – Equip 4	3	Equip 2 – Equip 5	Equip 1 – Equip 3	2	Equip 4 – Equip 5	Equip 2 – Equip 4	1	Equip 3 – Equip 5	35'	
Camp A	Descansa	Camp B																		
Equip 1 – Equip 2	5	Equip 3 – Equip 4																		
Equip 1 – Equip 5	4	Equip 2 – Equip 3																		
Equip 1 – Equip 4	3	Equip 2 – Equip 5																		
Equip 1 – Equip 3	2	Equip 4 – Equip 5																		
Equip 2 – Equip 4	1	Equip 3 – Equip 5																		
<p><b>Mentre estirem repassem els conceptes nous apresos:</b></p> <p>- Comentar en relació als continguts treballats en aquesta unitat didàctica:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Conèixer l'objectiu, l'espai de joc i el contacte propi del rugbi</li> <li>2.- Aprendre les habilitats bàsiques de conducció de la pilota</li> <li>3.- Aprendre les habilitats bàsiques de la passada de la pilota</li> <li>4.- Aprendre les habilitats bàsiques del tocat</li> <li>5.- Aprendre a organitzar-se al voltant del tocat</li> <li>6.- Conèixer l'organització bàsica en atac</li> <li>7.- Conèixer l'organització bàsica en defensa</li> <li>8.- Experimentar les sensacions d'una competició interna de rugbi a l'escola</li> </ol> <p>Que ha sortit bé i per què i que es pot millorar i com.</p> <p>- La figura del capità és molt important. Ell és el portaveu de l'equip i l'únic que pot parlar amb l'àrbitre.</p>	5'																			

## Activitats per a l'avaluació

Per tal de facilitar l'avaluació, a continuació proposem un senzilla fulla d'observació que ens permetrà, mitjançant una sèrie de preguntes, saber en quin grau els nostres alumnes han assimilat els continguts treballats.

Fulla d'observació UD 1	Mai	A vegades	Sovint	Sempre
Coneix les regles bàsiques?				
Respecte les regles?				
Corre decidit amb la pilota?				
La cursa amb la pilota es predominantment recte?				
Accepta el contacte?				
Passa la pilota i mira al company quan ho fa?				
Corre en el recolzament dels seus companys?				
Es col·loca en profunditat en atac?				
Es col·loca pla en defensa?				
Altres observacions:				

# Tècniques i Tàctiques Bàsiques.

Els elements tècnics i tàctics que a continuació es detallen són una adaptació d'ambdós aspectes que es donen en el rugbi a 15.

Aquestes adaptacions s'han elaborat tenint en compte les condicions en les quals treballarà el professor d'educació física.

De tot els elements tècnics i tàctics que componen el rugbi, en aquesta unitat didàctica, s'han seleccionat aquells que permetran al professor d'educació física realitzar una iniciació al rugbi respectant les característiques principals d'aquest esport.

## Tècniques bàsiques:

### 1.- HABILITAR EL JOC:

#### **Xut inicial:**

La pilota es planta en el mig del camp i un jugador ha de xutar la pilota cap el camp de l'equip rival (pot ser elevat, que es el mes comú, per deixar temps a que els del propi equip els hi doni temps d'arribar a la caiguda, o ras), havent de passar com a mínim una distancia de 5 metres abans de que pugui ser jugada. Si la pilota no passés dels 5 metres i l'agafés un jugador de l'equip que l'ha posat en joc s'hauria de tornar a repetir el xut, però si la pilota l'agafés un jugador de l'equip que ha de rebre la pilota es considera bona, doncs s'interpreta que el jugador pot tenir opcions de jugar en condicions.

#### **Drop per posar en joc:**

La pilota es posada en per un jugador des del mig del camp de drop, xut que s'ha d'efectuar just després de que la pilota piqui a terra, cap el camp de l'equip rival (pot ser elevat, que es el mes comú per deixar temps a que els del propi equip els hi doni temps d'arribar a la caiguda, o ras), havent de passar com a mínim una distancia de 5 metres abans de que pugui ser jugada. Si la pilota no passés dels 5 metres i l'agafés un jugador de l'equip que l'ha posat en joc s'hauria de tornar a repetir el xut, però si la pilota l'agafés un jugador de l'equip que ha de rebre la pilota es considera bona, doncs s'interpreta que el jugador pot tenir opcions de jugar en condicions.

#### **Cop de càstig i cop franc:**

La manera de posar en joc la pilota en el cop de càstig i en el cop franc és mitjançant l'autoxut (petita passada que es fa un mateix). L'autoxut es pot fer amb la pilota al terra o amb la pilota agafada a les mans.

#### **Melée:**

Per tal de posar en joc la pilota després d'una infracció del reglament (principalment l'avant), es forma una estructura humana en la que vuit jugadors de cada equip es disputen el control de la pilota llençada al mig d'aquesta estructura. Cada equip s'organitza en tres línies, la primera línia formada per dos pilars i un talonador, la segona línia integrada per dos jugadors i la tercera línia formada per dos flanquers i un clau.

#### **Variants de la Melée per al rugbi escolar:**

##### **Melée 1x1:**

Adaptació de la melée per tal de que els infants s'iniciïn en la realització d'aquesta estructura, en la que dos jugador, un de cada equip, ajunten les seves espatlles dretes entrellaçant els caps amb el pit del contrincant.

##### **Melée 3x3:**

Adaptació de la melée per realitzar amb grups reduïts, en la que els primeres línies, tres de cada equip, ajunten les seves espatlles dretes entrellaçant els caps amb el pit del contrincant.

**Touche:**

Un cop la pilota surt per les bandes laterals, es creen dos línies paral·leles de set jugadors per equip en la que es llança la pilota al passadís central (d'un metre d'amplada) de forma neutral. Els jugadors de cadascuna de les línies poden ajudar als seus companys a aixecar-se agafant-los pels malucs o la cintura.

**Variants de la Touche per al rugby escolar:****Touche 1x1:**

Adaptació de la touche per tal que els infants s'iniciïn tant en el llançament de touches com en la seva disputa. La disputa de la pilota consisteix en dos jugador, un de cada equip, que salten a buscar la pilota llançada des de la línia lateral al passadís d'un metre d'amplada existent entre tots dos.

**Touche 3x3:**

Adaptació de la touche per realitzar amb grups reduïts, en la que tres jugadors de cada equip disputen la possessió de la pilota llançada des de la línia lateral al passadís d'un metre d'amplada existent entre totes dues línies. Els jugadors de cadascuna de les línies poden ajudar als seus companys a aixecar-se agafant-los pels malucs o la cintura.

**2.- CONDUCCIÓ DE LA PILOTA:**

En el rugby la pilota es pot conduir tant amb les mans com amb els peus, tenint tècniques específiques per cadascuna d'aquestes:

**Conducció de la pilota amb dues mans:**

Aquesta és la manera normal de portar la pilota, ja que ens facilita el poder fer una passada en qualsevol moment a la vegada que ens permet agafar-la fortament per que no ens caigui o ens sigui arravatada.

**Conducció de la pilota amb una ma:**

Forma de conducció que ens facilita la carrera i permet esquivar els rivals (refús) a la vegada que permet un millor equilibri que la conducció a dos mans. Per la dificultat que presenta a l'hora de fer cap tipus de passada sol utilitzar-se normes quan no existeix possibilitat de passada. Amb la intenció d'evitar la presa de la pilota, la ma amb la que portarem la pilota serà la mes llunyana a la presència de jugadors rivals, ja que així ens quedarà lliure la mà mes propera als rivals per tal de treure'ns-els del damunt.

**Conducció amb els peus:**

Tot i ser permesa pel reglament, no es utilitzada mes que en situacions excepcionals donat que la forma de la pilota no facilita el seu control.

**3.- PASSADA:**

La regla que caracteritza el rugby es que la pilota no es pot passar amb la mà cap a endavant, cosa que condiciona el tipus de passada.

La passada:

Existeixen diferents formes d'efectuar passades:

Lateral (és la passada d'esquerra a dreta o a la inversa)

De dalt a baix (és la passada quant et plaquen per baix, abans de caure)

De baix a dalt (és la passada típica del mig de melée)

**La recepció d'una passada:**

Per tal de rebre una pilota que ve d'una passada d'un company, l'esperarem amb els braços apuntant cap el nostre company per tal de mostrar al nostre company el lloc on esperem rebre la pilota. Aquesta posició alhora permet estar preparats per si la pilota no es passada al lloc esperat.



**4.- PLACATGE (TOCAT):**

El placatge és la manera de parar al jugador de l'equip rival que està en possessió de la pilota. L'acció del placatge consisteix en tirar l'adversari al terra per tal de que aquest toqui almenys amb un genoll al terra (és quan un jugador es considera placat). Quan un jugador toca al terra està obligat a deixar la pilota moment que es aprofitat pels contraris per robar la pilota.

El gest tècnic del placatge s'ha de fer utilitzant les espatlles primer i els braços després. El placador sols pot placar al contrari de les espatlles fins els peus (placar al coll i al cap està totalment prohibit per la seva perillositat).

Hi ha de 3 tipus de placatges:

- Lateral
- Frontal
- Dorsal

En la iniciació al rugby escolar el placatge es substituït pels rugby-flags, però la tècnica ve a ser la mateixa, ajupir les espatlles a l'alçada dels malucs del portador de la pilota i estirar-li els rugby-flags un cop el defensor roba un dels dos rugby-flags és considera placat i l'atacant s'ha d'aturar.

**5.- XUT:**

Existeixen diferents tipus de xuts:

- Drop (te com a objectiu posar en joc la pilota i xutar a pals per puntuar)
- Ras (te com a objectiu posar la pilota a l'esquena de l'equip rival)
- Alt (te com a objectiu posar la pilota a l'esquena de l'equip rival)
- Autoxut (posa en joc els cops de càstig o francs)

**La recepció del xut:**

Per tal de rebre la pilota que ve d'un xut alt (sigui o no de drop) hem d'intentar agafar-la abans de que boti (ja que mai sabem cap a on botarà). Alhora i esperar-la amb un braç amunt i l'altra com formant un cistell per tal de que no caigui i ens girarem en el moment de la recepció (per tal que la pilota vagi endarrere si ens queies i així no fer avant).

En cas de rebre una pilota procedent d'un xut ras (sigui o no de drop), ajupirem el cos per tal de tenir les mans i els avantbraços a l'alçada de la pilota, per agafar-la com si fóssim una cullera per tornar a la posició recta.

**6.- AGRUPAMENTS DINÀMICS (RUCK, MAUL):**

Són les fases estàtiques en el joc obert, on tant les defenses com els atacs es reorganitzen.

El Ruck s'origina quan la pilota està a terra.

El Maul s'origina quant la pilota està en les mans d'algun jugador que esta dret.

# Tàctiques bàsiques:

## 1.- ATAC:

Els objectius de l'equip que ataca son (en aquest ordre de prioritats):

- 1.- Plantar la pilota a la zona de marca contrària
- 2.- Avançar el major nombre de metres possibles
- 3.- Conservació de la possessió de la pilota.
- 4.- Aconseguir no ser placat (per tal de no posar en perill la possessió, pels tocats)

Per tal d'aconseguir aquests objectius (i coneixent el reglament) la millor manera d'aconseguir-ho es organitzar una línia en profunditat on el jugador que inicia la jugada és el que està mes avançat. D'aquesta manera alhora de passar la pilota sempre ho farà endarrere.

## 2.- DEFENSA:

L'objectiu de la defensa es evitar que l'equip rival aconseguixi els seus objectius:

- 1.- Aconseguir la possessió de la pilota.
- 2.- Aturar l'avanç de l'altre equip
- 3.- Placar a l'adversari.
- 4.- Ocupar l'espai racionalment

Per tal d'aconseguir aquests objectius (i coneixent el reglament) la millor manera d'aconseguir-ho es montar una línia en horitzontal on cada jugador es situa a davant d'un dels jugadors de l'equip rival i un cop s'obre la pilota tots pujaran a la vegada per tal de continuar formant una línia horitzontal en la que no es creïn forats per culpa de que algun dels seus integrants quedi més endavant o mes endarrere que la resta de defensors.

## 3.- CONTRA-ATAC:

Per tal d'iniciar un contra-atac (passem de defensar a atacar en joc obert) hem de reorganitzar ràpidament tota la línia que defensava de forma horitzontal en una línia en profunditat.

## El Rugby Escolar

Per tal d'apropar els elements tècnics i tàctics del rugby als infants, presentem el Projecte "Temps de Rugby", amb el que s'ha creat una normativa i reglamentació específica a la que hem anomenat Rugby Escolar. La reglamentació pròpia del Rugby Escolar es basa en modificacions i adaptacions del reglament oficial del Rugby, que possibiliten i faciliten l'ensenyament i l'aprenentatge d'aquest esport. Així doncs el Rugby Escolar permetrà als nens i nenes dels centres escolars assolir unes nocions bàsiques d'aquest esport en un període de temps reduït.

Per tal de resultar còmode i de fàcil consulta, el reglament el presentem en forma de graella, en la que es comparen els diferents reglaments de Rugby Escolar juntament amb el de Rugby.

	RUGBI ESCOLAR			RUGBI
	1	2	3	
<b>Objectiu:</b>	Plantar la pilota a la zona de marca de l'equip rival	Plantar la pilota a la zona de marca de l'equip rival	Plantar la pilota a la zona de marca de l'equip rival	Plantar la pilota a la zona de marca de l'equip rival
<b>Terreny de joc:</b>	Pista de 40m x 20m	Pista de 40m x 20m	Pista de 40m x 20m	Camp de 100m x 60m
<b>Temps de joc:</b>	Partit: 4 parts de 8'	Partit: 4 parts de 8'	Partit: 4 parts de 10'	Partit: 40' + 40'
<b>Puntuació:</b>	Marca: 1 punts	Marca: 1 punts	Marca: 1 punts	Marca: 5 punts Xut extra: 2 punts Drop: 3 punts
<b>Pilota:</b>	De rugby de talla 4	De rugby de talla 4	De rugby de talla 4	De rugby de talla 5
<b>L'equip:</b>	Juguen 5 per equip (es recomana tenir una banqueta màxima de 5 jugadors més)	Juguen 5 per equip (es recomana tenir una banqueta màxima de 5 jugadors més)	Juguen 5 per equip (es recomana tenir una banqueta màxima de 5 jugadors més)	Juguen 15 per equip (es pot tenir una banqueta màxima de 7 jugadors més)
<b>Canvis:</b>	Amb el joc parat. Tots els que es vulguin	Amb el joc parat. Tots els que es vulguin	Amb el joc parat. Tots els que es vulguin	5 amb el joc parat.
<b>Àrbitre:</b>	Si	Si	Si	Si
<b>Fora de joc:</b>	Si	Si	Si	Si
<b>Avant:</b>	Si	Si	Si	Si
<b>Xut:</b>	Xut inicial de volea. En joc obert no.	Xut inicial de volea. Si en joc obert, a partir del 2n tocat.	Xut inicial de volea. Si en joc obert, a partir del 2n tocat.	Xut inicial de drop. Si en joc obert.
<b>Numero de tocats:</b>	5 tocats	5 tocats	5 tocats	Es placa
<b>Tocat:</b>	No pot córrer No pot passar la pilota Ha de habilitar mitjançant el cop franc.	No pot córrer No pot passar la pilota Ha de habilitar mitjançant el cop franc.	No pot córrer No pot passar la pilota Ha de fer passar la pilota entre les seves cames per habilitar el joc	No existeix
<b>Melée:</b>	No, s'obre amb un cop franc	No, s'obre amb un cop franc	Si, 1 contra 1 sense disputa	Si, de fins a 8
<b>Touche:</b>	No, s'obre amb un cop franc	No, s'obre amb un cop franc	Si, 1 contra 1 amb 1 llançador	Si, de fins a 7 i 1 llançador
<b>Oposició inicial:</b>	A 3 metres	A 3 metres	A 3 metres	A 10 metres
<b>Tècniques:</b>	Habilitar el joc Conducció de la pilota Passada Placatge (flag o tocat) Organització	Habilitar el joc Conducció de la pilota Passada Placatge (flag o tocat) Xut Organització	Habilitar el joc Conducció de la pilota Passada Placatge (flag o tocat) Xut Organització	Habilitar el joc Conducció de la pilota Passada Placatge Xut Organització