



“RUGBY en el Instituto”

¿Por qué RUGBY?

VALORES

Máximo respeto al compañero, al rival y al árbitro.

Los jugadores no hablan en el campo, no se quejan y nunca insultan.

Solo el capitán habla con el árbitro, al que se dirige como “señor”.

Las gradas no gritan, no interpelan al árbitro o a los rivales.

Los ensayos no se celebran ni se humilla al contrario.

El equipo anfitrión hace el pasillo al rival y se aplauden mutuamente.

En el Tercer Tiempo el equipo local invita al visitante a comer y beber juntos.

Todos los jugadores, sea cual sea su condición o complexión, tienen una posición en el equipo.

Inclusión y compañerismo: todos somos importantes.

Filosofía Scrum: trabajo en equipo. Un partido se construye avanzando todos juntos y empujando todos juntos.

No existen las estrellas, ni los individualismos

HABILIDADES

Para jugar al rugby es necesario entrenar el cuerpo y la mente. Es un deporte físico y de estrategia.

Hay que ser ágil, fuerte, impetuoso... y también inteligente, proactivo, astuto...

El rugby se aprende con diversión.

El espíritu de superación y la mejora continua son la base de su enseñanza.

Fomenta las habilidades sociales y la solidaridad.

Fomenta la confianza en uno mismo y en los compañeros.

Se aprende a ser disciplinado y tenaz.



SUPERACIÓN

Diversión

RESPECTO

COMPañERISMO

Fortaleza

AMISTAD

TRABAJO EN EQUIPO

Estrategia **DISCIPLINA**

RUGBY

“RUGBY en el Instituto”

¿Cómo lo hacemos?

Objetivos generales

Mejorar la capacidad física general.

Ampliar las posibilidades de movimiento.

Fomentar la colaboración con el grupo.

Ser consecuente con sus limitaciones y las de los demás.

Disposición favorable para el juego de equipo, aceptando las normas y las reglas existentes.

Dar al alumno una alternativa de ocio no convencional.

Objetivos específicos

Mejora de las habilidades motrices básicas: carrera, cambios de dirección...

Mejora de la habilidad de pase y recepción de objetos.

Familiarización con el balón de rugby.

El alumno debe conocer y ser capaz de ensayar adecuadamente.

El alumno debe de conocer la regla del *avant*.

Debe conocer que es una *melee*, y cuando se realiza.

Metodología

La metodología debe ser flexible a cada alumno, buscando un principio integrador y de participación activa de los distintos alumnos mediante el empleo de las siguientes técnicas de enseñanza.

- **Descubrimiento guiado.**
- **Resolución de problemas.**
- **Reproducción de Modelos.**

DESCUBRE UN DEPORTE QUE NO TE DEJARÁ INDIFERENTE



“RUGBY en el Instituto”

Información práctica

Lugar: instalaciones del IES JORGE MANRIQUE.

Horarios: MARTES Y JUEVES DE 16:30 A 17:30

Precio: 20 euros, 2 días por alumno al mes.

Edades y cursos: de 12 a 18. (1ºESO A 2º DE BACHILLERATO). Sesiones adaptadas a las edades propuestas.

Material facilitado por el Club de Rugby Tres Cantos (CR3C) y adaptado a las edades.

Formadores: técnicos titulados por la Federación Madrileña de Rugby (FRM).

Coordinación de la actividad por parte de los responsables de la Escuela de Rugby del CR3C.

Seguimiento personalizado de cada alumno. Evaluaciones específicas de la actividad y de los alumnos.

Equipación: el Club de Rugby Tres Cantos facilitará camisetas a los alumnos.

Posibilidad de continuar la tecnificación mediante federación de los alumnos a través del CR3C para entrar en competición oficial de la Comunidad de Madrid.

Posibilidad de formar parte de las actividades y eventos sociales del CR3C.