

Rugby

Toda una experiencia



Conoce lo básico y disfruta.
El terreno de juego, las posiciones, puntuación y jugadas.



Desde que el presidente de la República, Licenciado Enrique Peña Nieto, me permitió asumir la dirección general de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, me comprometí a trabajar arduamente, con toda mi capacidad, para cumplir con los objetivos de llevar las bondades del deporte y la activación física a los niños, jóvenes y adultos de este país, para poder estar en condiciones de contar con una sociedad más sana.

Me dispuse a trabajar a favor de un México más competente, siguiendo las directrices y metas trazadas por el Gobierno de la República, a través de los programas que impulsa este organismo, para que podamos hacer una propuesta que surja desde las escuelas, al depositar una semilla que estimule y ayude a los niños desde temprana edad a tomar consciencia de la importancia en sus vidas de hacer cualquier actividad física.

Es a través de la educación y el deporte que podemos ayudar a que haya un mayor número de mexicanos sanos, a prevenir el delito y promover un funcionamiento adecuado e integral de la sociedad, al armonizar el aspecto físico, social y mental, de acuerdo a la propia forma de vida.

Desde muy pequeño estuve ligado a la actividad física, es por eso que soy optimista cuando pienso en el porvenir de la niñez y del deporte nacional. A través de este manual con valiosa información, ustedes, niños, jóvenes, adultos, padres de familia y maestros, podrán vivir de una forma diferente el deporte, acercarse y adentrarse en su historia de manera divertida y con prácticos consejos, pero además, conocer particularidades de cada una de las disciplinas que se practican en el mundo.

Cómo clavadista y medallista olímpico, sé del esfuerzo que se debe realizar día con día para triunfar y para poner a México en todo lo alto. El éxito requiere de sacrificios, de tenacidad, de voluntad para no vencerse. Es por eso que los exhorto a que persigan sus metas y alcancen sus sueños. Todo es posible cuando se cree y se confía en uno mismo.

Los invito a que aprovechen el uso del tiempo libre para consolidar el hábito de la activación física sistematizada a lo largo de toda su vida, de tal manera que ésta sea más sana, plena, productiva y de esta manera transformar a México.

Afectuosamente.

Lic. Jesús Mena Campos
Director General

Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte.

Los Deportes con los Esquincles

DIRECTORIO

Lic. Jesús Mena Campos
Director General de la Comisión Nacional de
Cultura Física y Deporte

Lic. Emilio Manuel Trinidad Zaldívar
Coordinador de Comunicación Social de la
Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte

EQUIPO EDITORIAL

Alejandro Ochoa Villaseñor
Ilustración, textos y diseño

Lic. Rafael Aarón Velasco Aguilar
Diseño gráfico y formación

Todos los derechos reservados. Aparte de los usos para los que está destinada esta publicación, no puede ser reproducida ni el todo ni parte, en español o en cualquier otro idioma, ni registrada o transmitida por un sistema de recuperación de información en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, inventado o por inventar, sin el permiso expreso, previo y por escrito de los editores y / o del autor.

SEGUNDA EDICIÓN, NOVIEMBRE, 2014

IMPRESO EN MÉXICO. PRINTED IN MEXICO

DISTRIBUCIÓN GRATUITA. PROHIBIDA SU VENTA

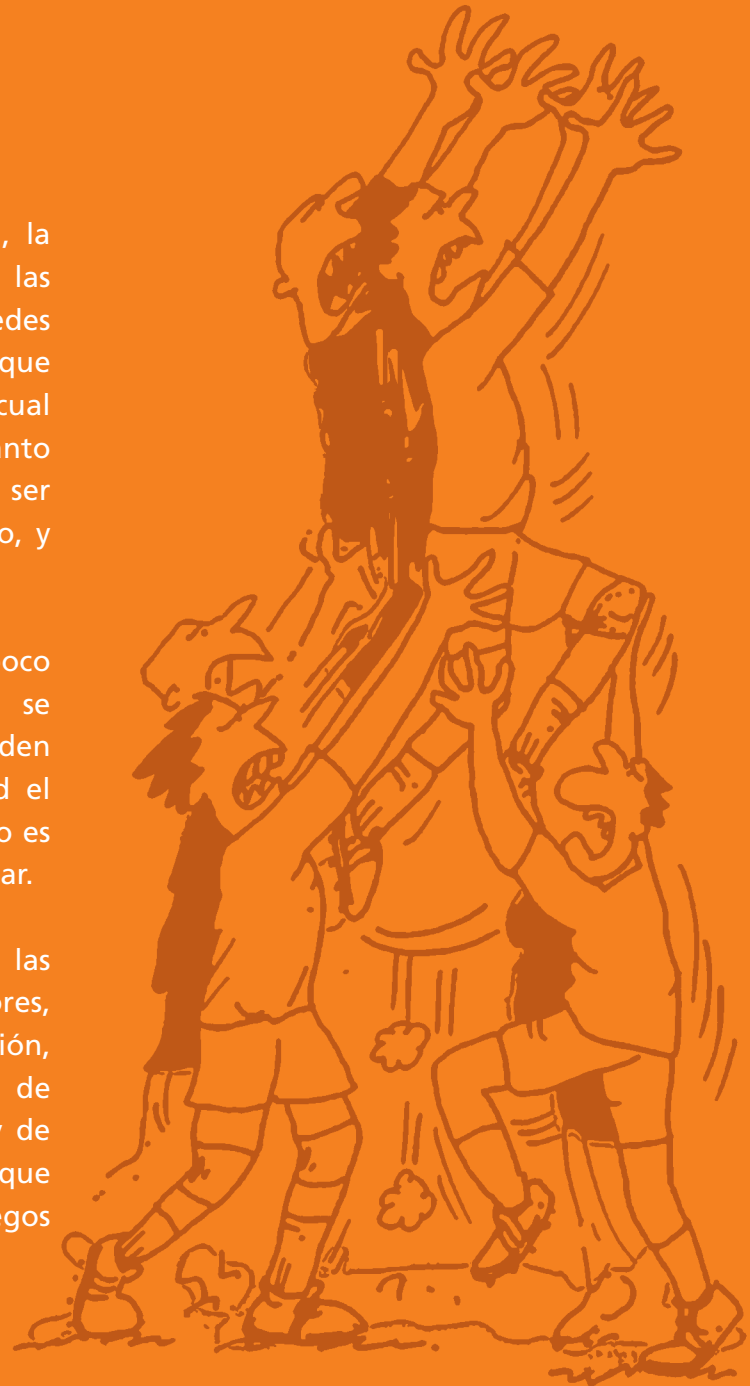
Introducción

Tú puedes jugar Rugby.

Si te gusta la emoción, la adrenalina, la disciplina, el compañerismo, respetar las leyes y el juego en equipo, ya puedes empezar a jugar Rugby. Es un deporte que juegan hombres y mujeres, y en el cual todos pueden participar sin importar tanto el físico que tengas, pues bien puedes ser alto o flaco o veloz o robusto o bajito, y participar en el equipo.

A primera vista te parecerán un poco extrañas las distintas jugadas que se realizan en el partido, y hasta te pueden parecer complicadas, pero en realidad el Rugby es sencillo de entender y, jugarlo es toda una experiencia que te va a cautivar.

En este cuadernillo te mostraremos las reglas del Rugby jugado por 15 jugadores, que es el que tiene mayor difusión, seguramente con tus compañeros de escuela te podrás iniciar con el Rugby de siete jugadores, que es el mismo que podrás apreciar en los próximos Juegos Panamericanos.



Historia



Surgió de una desobediencia.

El Rugby al igual que muchos otros deportes, se fue construyendo gracias a alguna casualidad que se dio sin previo aviso.

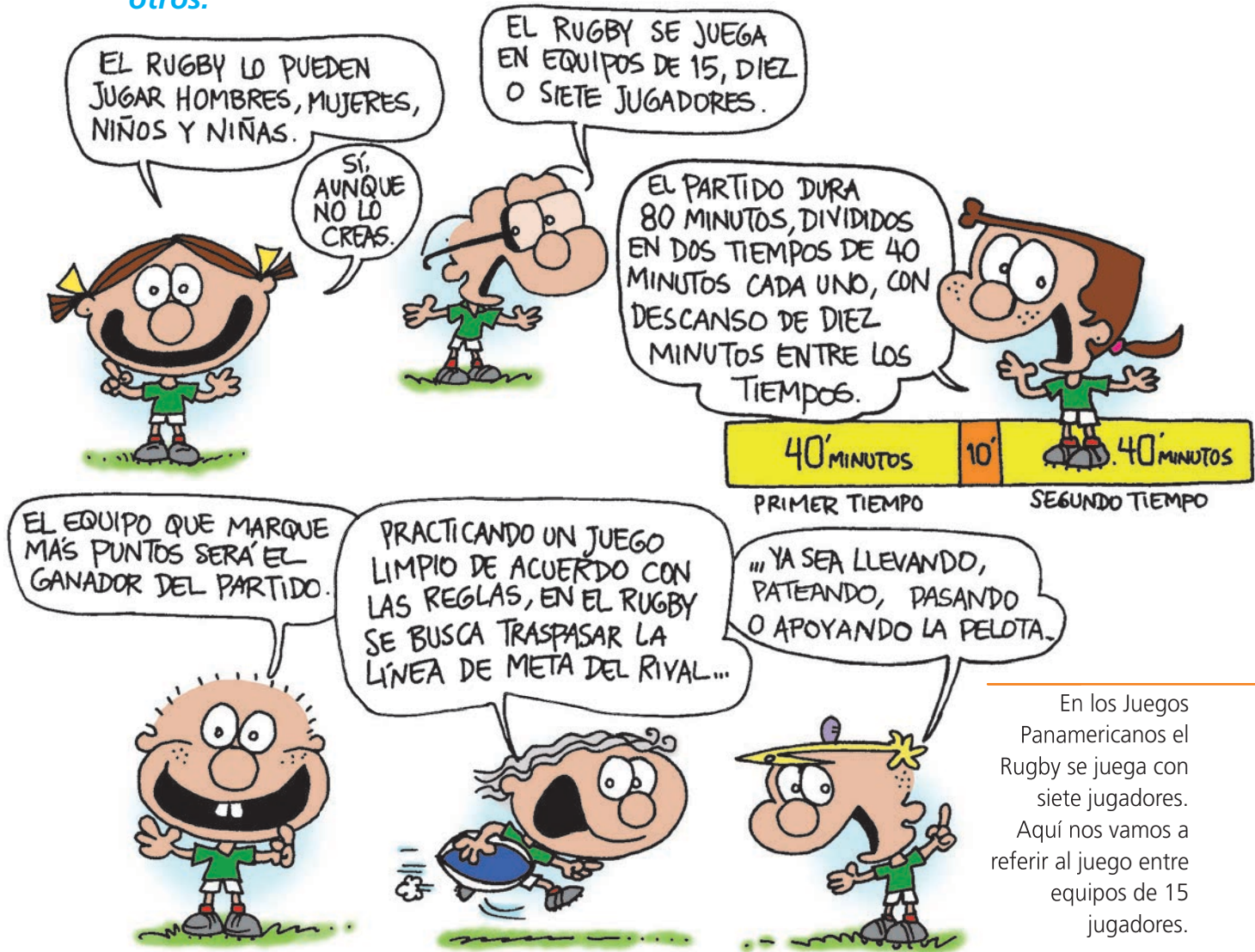
Cuenta la tradición, que en 1823 durante un partido de futbol, un jugador que estudiaba teología en el colegio de Rugby en Inglaterra llamado William Webb Ellis, de pronto tomó la pelota con sus manos y se fue corriendo con ella hacia la meta contraria para anotar gol. y entonces, los jugadores del otro equipo, instintivamente corrieron hacia él con la intención de agarrarlo y quitarle la pelota ... Así es como con esa "fina desobediencia a las reglas del futbol" se gestó el origen del Rugby.

En la actualidad este deporte ya esta perfectamente reglamentado, y se juega alrededor del mundo por profesionales y aficionados. Es la International Rugby Board (IRB) la asociación que controla y dirige este gran deporte.

Conocer para disfrutar

El juego limpio es indispensable

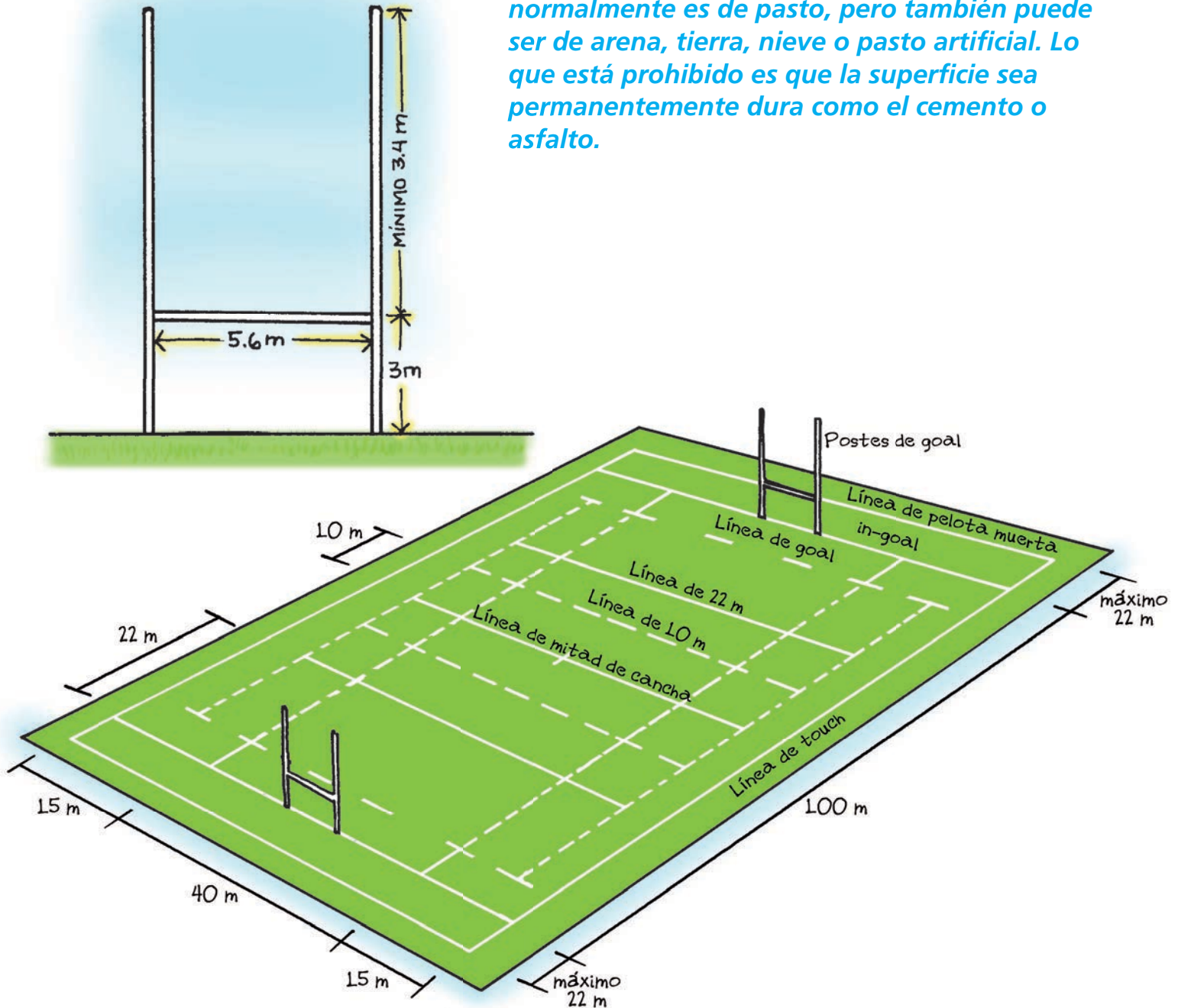
El Rugby es un deporte donde hay mucho contacto físico, por lo cual se corre el peligro de los accidentes y lesiones durante todo el partido. Por eso es muy importante que los participantes jueguen de acuerdo con las leyes del juego, y estén atentos a su propia seguridad y a la de los otros.



En los Juegos Panamericanos el Rugby se juega con siete jugadores. Aquí nos vamos a referir al juego entre equipos de 15 jugadores.

EL TERRENO DE JUEGO

El Rugby se juega en un terreno o cancha cuya superficie debe ser segura para jugar, normalmente es de pasto, pero también puede ser de arena, tierra, nieve o pasto artificial. Lo que está prohibido es que la superficie sea permanentemente dura como el cemento o asfalto.



EL Balón

El deporte del Rugby se juega con una pelota especialmente diseñada para contribuir a darle ese sabor característico del juego.

LA PELOTA DEBE SER OVAL Y HECHA DE CUATRO GAJOS.



DE LARGO MIDE DE 28 A 30 CENTÍMETROS.

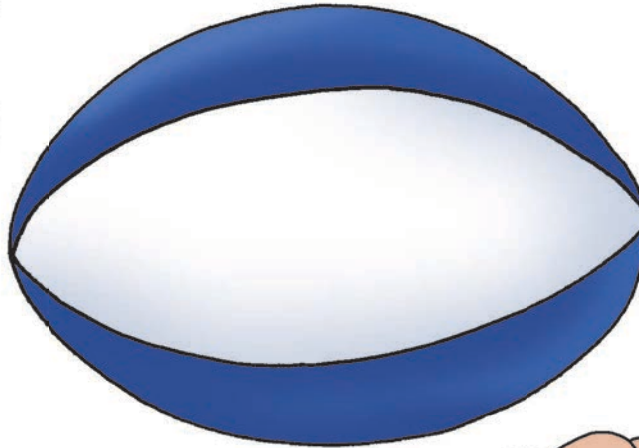


LA CIRCUNFERENCIA MIDE DE 58 A 62 CENTÍMETROS.



28 A 30 CM.

ESTA HECHA DE CUERO O ALGÚN MATERIAL SINTÉTICO; Y PUEDE SER TRATADA PARA HACERLA MÁS RESISTENTE AL AGUA Y MÁS FÁCIL DE AGARRAR.



LA ELIPSE, DE UN EXTREMO A OTRO, MIDE DE 74 A 77 CENTÍMETROS.



LA PELOTA ES LA ESTRELLA DEL PARTIDO. LOS DOS EQUIPOS ESTÁN EN CONTINUA LUCHA POR TENERLA.



VESTIMENTA Y ACCESORIOS

Salir al terreno de juego portando con orgullo el uniforme del equipo es una experiencia única. El Rugby es un deporte donde hay mucho contacto físico entre los jugadores, por eso aparte del clásico uniforme, los jugadores usan algunos implementos extras para estar bien protegidos.



- Pueden usar vendas para proteger alguna lesión.
- Los botines pueden ser con suela de goma moldeada multitapón, que no tenga bordes filosos.
- No pueden usar joyas, anillos o aretes.
- No pueden usar ningún elemento que sea filoso o raspe.
- No pueden tener nada manchado de sangre.
- El uniforme es revisado para que todo esté en orden.
- Todos los accesorios deben de contar con la aprobación de la IRB.

LAS POSICIONES Y SU FUNCIÓN

Las posiciones y sus roles

El Rugby se ha caracterizado siempre por el concepto de que es un juego para todas las formas y tamaños, ya que en el campo de juego cada uno de los jugadores del equipo desarrolla una función específica para contribuir a la victoria del equipo.

EN EL RUGBY, CADA POSICIÓN REQUIERE UN CONJUNTO DIFERENTE DE ATRIBUTOS FÍSICOS Y TÉCNICOS.



A LOS JUGADORES MÁS POTENTES SE LES LLAMA FORWARDS.



Y LOS BACKS SON JUGADORES VELOCES.



NORMALMENTE A LOS FORWARDS SE LES ASIGNA LOS NÚMEROS DEL 1 AL 8 Y A LOS BACKS DEL 9 AL 15.



11 y 14

Wings.

Son los que dan el chispazo de ritmo perfecto para dejar atrás a un oponente y marcar un try.

12 y 13

Centros.

Son claves en la defensa y el ataque. A la defensiva tacklean, y al ataque abren huecos en la defensa del rival.

15

Full back.

Es un zaguero muy confiable en las pelotas aéreas y con un buen pie para patear al touch.



10

Apertura.

Es el que dirige el desempeño del equipo. el 10 recibirá la pelota del 9 y tendrá que elegir entre patear, pasar o cortarse a velocidad.

4 y 5

Segundas líneas.

Obtienen la pelota en los line-outs, y generan el impulso hacia adelante en scrums, rucks y mauls.

2

Hooker.

Tiene dos funciones exclusivas en el partido: ganar la posesión en el scrum con los pies y efectuar el lanzamiento en el line-out.

1 y 3

Pilares.

Su función principal es fijar el scrum, y ayudar con su fuerza a levantar y brindar apoyo a los saltadores en el line-out.

6 y 7

Alas.

Su objetivo es ganar la posesión del balón al usar su fuerza física en el tackle.

8

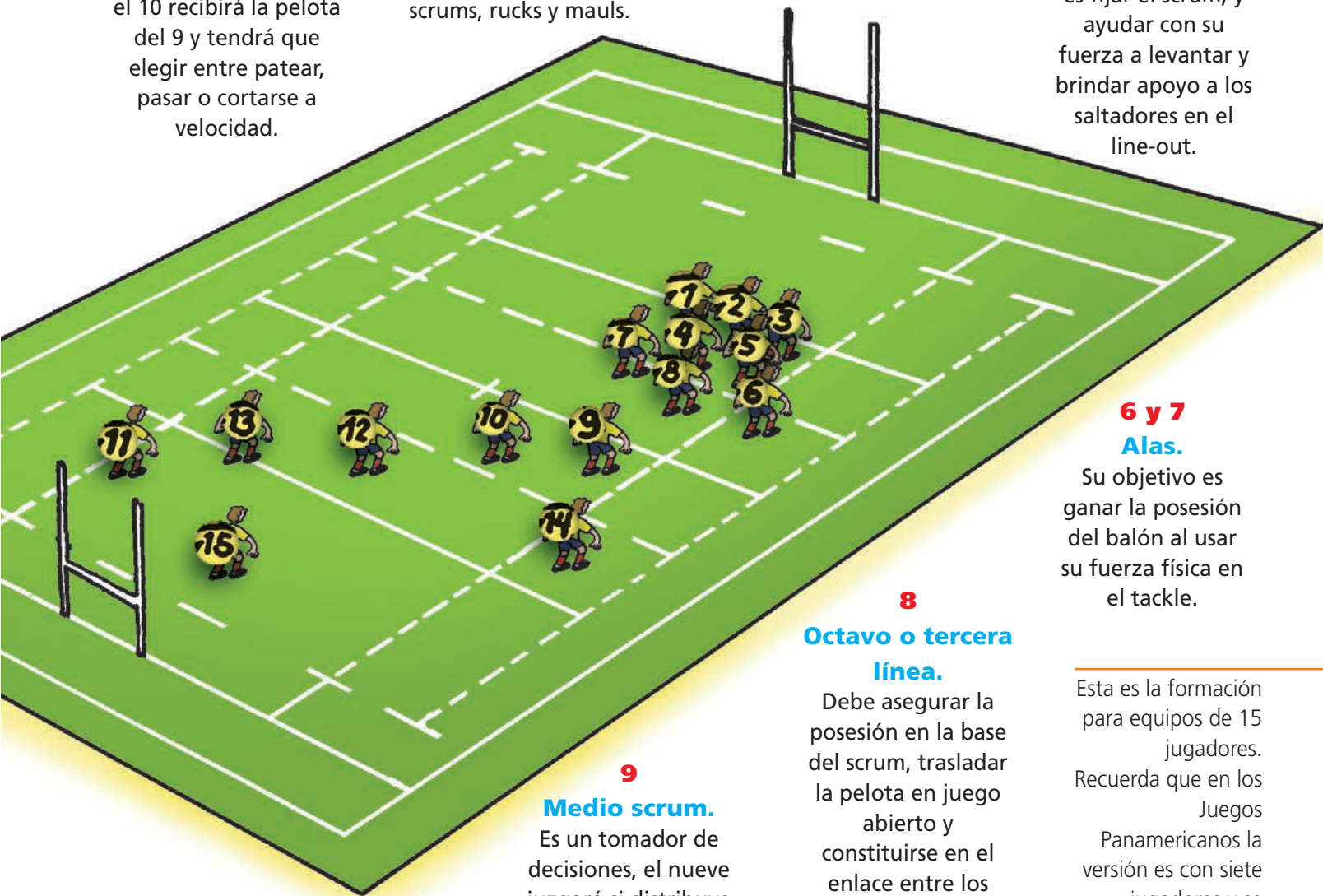
Octavo o tercera línea.

Debe asegurar la posesión en la base del scrum, trasladar la pelota en juego abierto y constituirse en el enlace entre los forwards y los backs.

9

Medio scrum.

Es un tomador de decisiones, el nueve juzgará si distribuye rápidamente la pelota a los backs o la mantiene cerca de los forwards.




Esta es la formación para equipos de 15 jugadores. Recuerda que en los Juegos Panamericanos la versión es con siete jugadores y se modifican algunas características del juego.


EL JUEGO Y LOS PUNTOS

A ganar puntos en el juego


El Rugby es un juego que tiene como objetivo trasladar el balón más allá de la línea de meta o de gol de los rivales y llevarla al suelo para ganar puntos.




EL RUGBY ES A LA VEZ SIMPLE Y COMPLEJO.




¡ CLARO! FÍJATE QUE PARA AVANZAR, LA PELOTA DEBE SER PASADA HACIA ATRÁS.



Y AUNQUE LA PELOTA PUEDE SER PATEADA HACIA ADELANTE, PARA PODER INTERVENIR LOS JUGADORES DEL EQUIPO DEL QUE PATEO, DEBEN ESTAR DETRÁS DE LA PELOTA EN EL MOMENTO DE LA PATADA.



HAY BÁSICAMENTE TRES FORMAS DE LLEVAR EL BALÓN: CORRIENDO CON ÉL, PASÁNDOLO Y PATEÁNDOLO.



POR ESO EN EL RUGBY, SÓLO TRABAJANDO CON DISCIPLINA Y EN EQUIPO PODRÁN HACER AVANZAR EL BALÓN HACIA LA LÍNEA DE META DEL RIVAL, E INTENTAR CONSEGUIR PUNTOS.

ASÍ SE GANAN
LOS PUNTOS EN
EL RUGBY.



-TRY:	5 PUNTOS
-TRY PENAL:	5 PUNTOS
-CONVERSIÓN:	2 PUNTOS
-PENAL:	3 PUNTOS
-DROP GOAL:	3 PUNTOS



Try. 5 puntos.

Se marca un try cuando se apoya la pelota sobre o más allá de la línea de meta del rival, en el área del in-goal.

Try penal. 5 puntos.

Se otorga un try penal cuando un jugador hubiera conseguido un try de no haber sido por un juego sucio del rival.

Conversión. 2 puntos.

Después de un try o de un try penal, el equipo puede intentar marcar dos puntos más pateando la pelota entre los postes y sobre el travesaño, desde un lugar en línea con el lugar donde se consiguió el try o el try penal.

Penal. 3 puntos.

Cuando se otorgue un penal a favor del equipo que recibió la falta, éste podrá patear a gol.

Drop goal. 3 puntos.

Un drop goal es cuando un jugador patea la pelota a gol en el juego, dejando caer la pelota y pateándola inmediatamente después de que bote en el suelo.

TACKLE, RUCK Y MAUL

Aprovechar el contacto

En el juego, las situaciones de contacto pueden ser un magnífico mecanismo para que los jugadores consigan el espacio que requieren para atacar.

LAS TRES SITUACIONES DE CONTACTO QUE OCURREN MÁS COMÚNMENTE EN EL JUEGO ABIERTO SON EL TACKLE, EL RUCK Y EL MAUL.



El tackle.

PARA QUE SE CONSIDERE TACKLEADO UN JUGADOR, DEBE TENER UNA O LAS DOS RODILLAS EN EL SUELO, O ESTAR SENTADO EN EL SUELO, O ESTAR ENCIMA DE OTRO JUGADOR QUE ESTÁ EN EL SUELO.



NO SE VALE TACKLEAR A UN JUGADOR QUE NO LLEVE LA PELOTA.



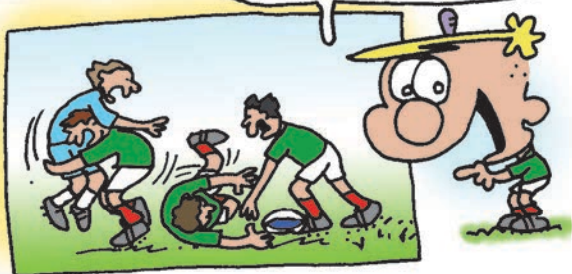
UN TACKLE OCURRE CUANDO AL QUE LLEVA LA PELOTA, LO AGARRAN Y LO DERRIBAN AL SUELO.



Para mantener la continuidad del juego, el jugador que ha sido tackleado debe inmediatamente soltar la pelota o pasarla. El tacklearor debe soltar a su rival, y ambos deben alejarse de la pelota para que otros jugadores puedan iniciar una nueva jugada.

El ruck.

UN RUCK SE FORMA CUANDO LA PELOTA ESTÁ EN EL SUELO, Y UNO O MÁS JUGADORES DE CADA EQUIPO, ESTANDO SOBRE SUS PIES, SE AGRUPAN ALREDEDOR DE ELLA.



- Los jugadores en el ruck no pueden jugar el balón con las manos.
- Deben utilizar sus pies para desplazar la pelota, o empujar al rival más allá de la pelota, de modo que salga en el último pie del equipo.

CUANDO SALE DEL ÚLTIMO PIE, PUEDE SER TOMADA CON LAS MANOS. ¡Y A GANAR TERRENO SE HA DICHO!



El maul.

PARA QUE SE DE UN MAUL, LA PELOTA NO DEBE ESTAR EN EL SUELO.



UN MAUL OCURRE CUANDO EL QUE LLEVA LA PELOTA ES AGARRADO POR UNO O MÁS CONTRINCANTES Y TAMBIÉN POR UNO O MÁS DE SUS COMPAÑEROS.



PARECE QUE ENTRE LOS DOS LO VAN A APACHURRAR.



El equipo en posesión del balón puede intentar ganar terreno empujando a sus oponentes. Los jugadores en el maul pueden pasarse la pelota hacia atrás entre ellos y a veces, se la pasan a un compañero que no está en el maul. También se vale que un jugador salga con la pelota del maul y corra con ella.

SCRUM Y LINE OUT

Jugadas con personalidad

En el desarrollo del juego de Rugby se dan jugadas y situaciones muy especiales que le otorgan una personalidad muy propia, que le hacen conservar su esencia. Como una probadita de estas jugadas, aquí vamos a mostrarte tan sólo dos de ellas.

El scrum.

Recuerda que esta es la información general del Rugby, en Juegos Panamericanos la versión es con siete jugadores y se modifican algunas características del juego.



EN EL SCRUM PARTICIPAN OCHO JUGADORES DE CADA EQUIPO, FORMADOS EN TRES LÍNEAS Y AGARRADOS ENTRE SÍ.



DENTRO DEL SCRUM, LOS HOMBROS DE LOS JUGADORES, NO PUEDEN ESTAR POR DEBAJO DE SUS CADERAS.



El equipo que recibió la falta, introduce la pelota por el medio del túnel entre las dos primeras líneas, cuando esto sucede los dos hookers compiten por la pelota intentando taconearla hacia atrás en dirección de sus compañeros. Cuando la posesión del balón ha sido asegurada, el equipo puede mantener la pelota en el suelo dentro del scrum e intentar empujar al rival hacia atrás. Cuando la pelota llega al último pie del scrum, puede entonces ser pasada a la línea de backs, y el juego abierto vuelve a continuar.

El line out.

EL LINE-OUT ES LA FORMA DE REINICIAR EL JUEGO CUANDO EL BALÓN HA SALIDO DEL CAMPO POR LOS COSTADOS.



EN EL LINE-OUT PARTICIPAN TODOS LOS FORWARDS, EN UN LUGAR CERCA DE LA LÍNEA POR DONDE SALIÓ LA PELOTA.



LA CLAVE ES QUE LOS FORWARDS OBTENGAN LA POSESIÓN DE LA PELOTA Y LA DISTRIBUYAN EFICIENTEMENTE A LOS BACKS.



ASÍ LOS BACKS TIENEN EL RESTO DEL CAMPO PARA ARMAR UN ATAQUE EN CUANTO LES DEN LA PELOTA.



SE VALE QUE EL SALTADOR SEA AYUDADO POR SUS COMPAÑEROS PARA GANAR ALTURA. Y CUANDO EL SALTADOR ESTÁ EN EL AIRE NO PUEDE SER TACKLEADO.



Y EL SALTADOR NO PUEDE APOYARSE, AGARRAR O EMPUJAR A SU Oponente. SI LO HACEN, COMIEN PENAL.



El line-out funciona de esta manera: los forwards se forman en dos hileras perpendiculares a la línea de touch con un metro de separación entre ellas. Luego el hooker lanza la pelota entre las hileras, y como los compañeros del lanzador saben por dónde irá la pelota, pues tienen una cierta ventaja de seguir en posesión del balón. El jugador que atrapa el balón lo puede conservar y armar un maul, o puede pasárselo al receptor y éste al apertura y éste al back.

CONCLUSIONES

Un gran juego

El Rugby es un gran juego lleno de pasión y entrega por parte de los jugadores de ambos equipos. Como ya has visto, es un juego donde el sentido de equipo se da en toda su dimensión, porque en el Rugby el individualismo nomás no funciona ni existe.

AUNQUE ES UN JUEGO DE MUCHÍSIMO CONTACTO FÍSICO, QUIENES JUEGAN RUGBY JAMAŚ INTENTAN LESIONAR O DAÑAR A SUS RIVALES.



LOS EQUIPOS QUE SE ENFRENTAN EN UN ENCUENTRO DE RUGBY, LO HACEN SIGUIENDO CON RESPETO Y RIGOR LAS LEYES DEL JUEGO Y EL ESPÍRITU DEL JUEGO LIMPIO.



PORQUE EL SENTIDO DEL JUEGO SE CENTRA EN LA CONTINUA LUCHA POR LA POSESIÓN DE LA PELOTA, EL RUGBY ES UN DEPORTE AGOTADOR.



Sabías que...

SERPIENTES



Las Serpientes de México, es el apodo con que se conoce internacionalmente a la Selección Mexicana de Rugby.

El tercer tiempo en el Rugby, se juega al final del partido, cuando los jugadores de ambos equipos, los árbitros y algunos espectadores se reúnen a platicar y convivir.



En partidos internacionales a solicitud del árbitro, se puede recurrir a la repetición en video de las jugadas dentro del in goal, en caso de duda.



Nueva Zelanda, Australia y Sudáfrica son las potencias mundiales de Rugby.



El Rugby tuvo su última participación en Juegos Olímpicos en 1924 en París, Francia.

Zona de juego



PALABRAS RUGBÍSTICAS



Anulada.

Cuando **los defensas son los primeros en apoyar la pelota en su in-goal**, hacen una anulada.

Carga de caballería.

Es un tipo de **ataque, que se suele utilizar cuando se marca penal.**

Colocador.

Un jugador que **sostiene la pelota en el suelo, para que la patee un compañero.**

Juego abierto.

Cualquier fase del partido en la que **la pelota es pasada o pateada entre compañeros** y ambos equipos la están disputando.

Muerta.

Cuando por cualquier causa **la pelota está fuera de juego.**

Try.

Es cuando un jugador logra **depositar la pelota dentro del área de gol.** Esta acción otorga 5 puntos.



Años

CONADE

MOVIENDO A MÉXICO



Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte

SÍGUENOS EN:

