

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

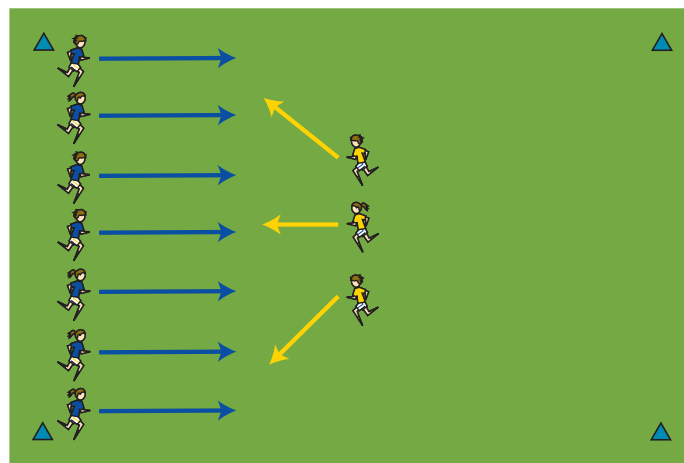
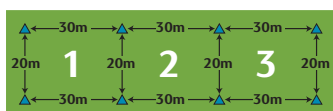
Bulldog

Equipamiento necesario:

- 8 conos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros



Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Buscar el espacio
- Eludir a los defensores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota
- Intentar defender en línea - defender en equipo

Principios del juego:

- Avanzar

Tiempo sugerido:

- 5 minutos

Cómo jugar:

- 10 jugadores por canal, empiezan los 3 defensores nominados en una línea en el medio del canal
- Los otros 7 jugadores se alinean en uno de los lados del canal como atacantes
- Al grito del entrenador, los atacantes tratan de sobrepasar a los defensores para alcanzar el otro lado del canal
- Los defensores intentan atrapar la cinta/tag, tocar en la cintura con las dos manos o placar a los atacantes rodeándoles con ambos brazos entre el pecho y las caderas pero sin derribarlos al suelo.
- Aquellos atacantes que sean placados se unen a los defensores y, al grito del entrenador o profesor, los restantes atacantes tratan de volver al lado del que partieron
- Continuar hasta que sólo queden unos pocos, o ningún, atacante

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Cuando los defensores hayan efectuado un tackle tienen que correr y tocar la línea de costado

Más fácil (para los defensores):

- Los atacantes deben saltar en una pierna

30 jugadores

Ejercicio 2

6 grupos de 5

Atacar el espacio

Equipamiento necesario:

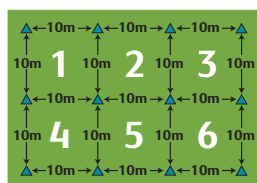
- 6 pelotas de Rugby • 12 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 6 canales
- 10 metros x 10 metros

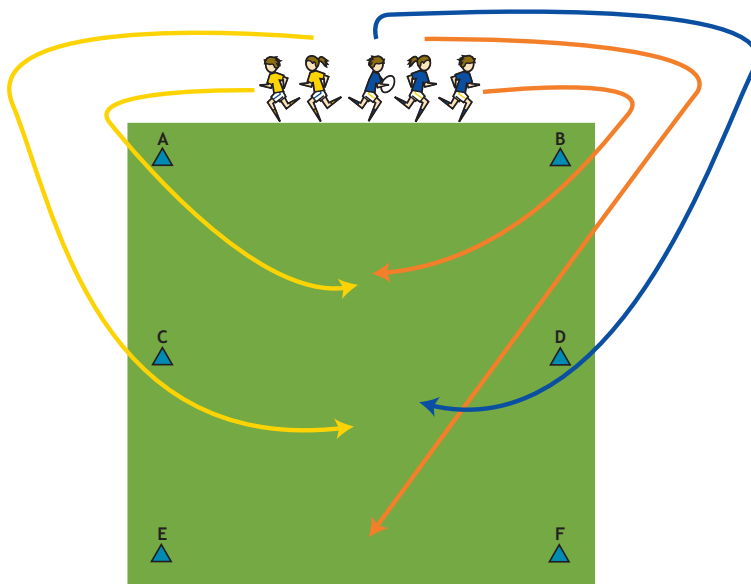


Tiempo sugerido:

- 10 minutos

Cómo jugar:

- El portador de la pelota debe correr alrededor del cono D y se puede pedir a uno de los defensores que corra alrededor del cono C
- 5 jugadores en cada canal
- 2 defensores y 3 atacantes (uno de los cuales tiene la pelota) empiezan en el medio de la línea A-B
- Cuando el coach grite “¡Ya!”, los atacantes corren alrededor del cono B (pero el portador de la pelota debe correr alrededor del cono D) y tratar de marcar un try en la línea A-E
- Los defensores corren alrededor del cono A (pero uno podría correr alrededor del cono C) y tratar de impedir que los atacantes marquen atrapando sus cintas/tags, tocándolos con ambas manos, o placándolos con ambos brazos entre el pecho y la cintura pero sin llevarlos al suelo.
- Los coaches deben alentar a los atacantes a arrastrar a los defensores a lo ancho y procurar que se abran huecos en el medio del canal
- Es necesario que los atacantes se desplacen constantemente y hagan rápido los pases
- Para aumentar la presión de ambos lados, el coach puede escalonar la salida de los atacantes o de los defensores



30 jugadores

Ejercicio 2

6 grupos de 5

Attack the Space

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Dos manos en la pelota todo el tiempo
- Pases suaves adelante del jugador de apoyo
- Los jugadores de apoyo piden la pelota
- Los jugadores de apoyo mantienen las manos arriba listos para recibir el pase
- Correr a lo ancho
- Hacer el pase cuando un compañero esté en mejor posición
- 'Fijar' al defensor

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto

Más fácil (para los defensores):

- Permitir que los defensores entren antes al canal

30 jugadores

Ejercicio 1

6 grupos de 5

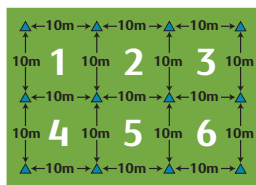
Desplazar a lo ancho

Equipamiento necesario:

- 6 pelotas de Rugby • 12 conos

Espacio necesario:

- 6 canales
- 10 metros x 10 metros



Cómo jugar:

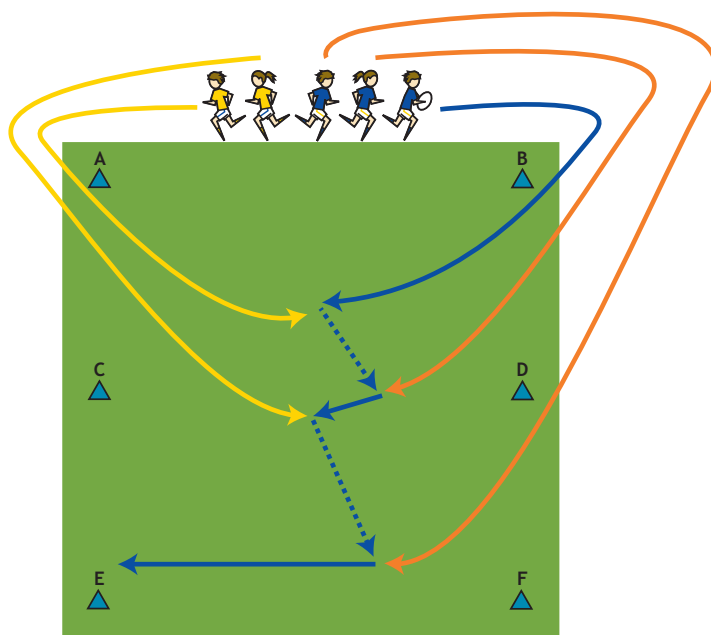
- 5 jugadores en cada canal
- 2 defensores y 3 atacantes (uno de los cuales tiene la pelota) empiezan en el medio de la línea A-B
- Cuando el entrenador grite "¡Ya!", los atacantes corren alrededor del cono B y tratan de marcar un try en la línea A-E
- Los defensores corren alrededor del cono A y tratan de impedir que los atacantes marquen atrapando sus cintas/tags, tocándoles con ambas manos o placándoles rodeándoles con ambos brazos entre el pecho y las caderas pero sin derribarlos al suelo.
- Los entrenadores deben alentar a los atacantes a estar cerca entre ellos y atraer a los defensores y luego hacer el pase ancho al jugador exterior
- Para aumentar la presión de ambos lados, el entrenador puede escalonar la salida de los atacantes o de los defensores

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Tiempo sugerido:

- 10 minutos



30 jugadores

Ejercicio 1

6 grupos de 5

Desplazar a lo ancho

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto

Más fácil (para los defensores):

- Permitir que los defensores entren antes al canal

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Dos manos en la pelota todo el tiempo
- Pases suaves adelante del jugador de apoyo
- Los jugadores de apoyo piden la pelota
- Los jugadores de apoyo mantienen las manos arriba listos para recibir el pase
- Correr a lo ancho
- Hacer el pase cuando un compañero esté en mejor posición
- 'Fijar' al defensor

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Pase y Toma de decisiones – 6 v 4

Equipamiento necesario:

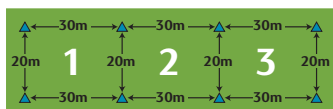
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

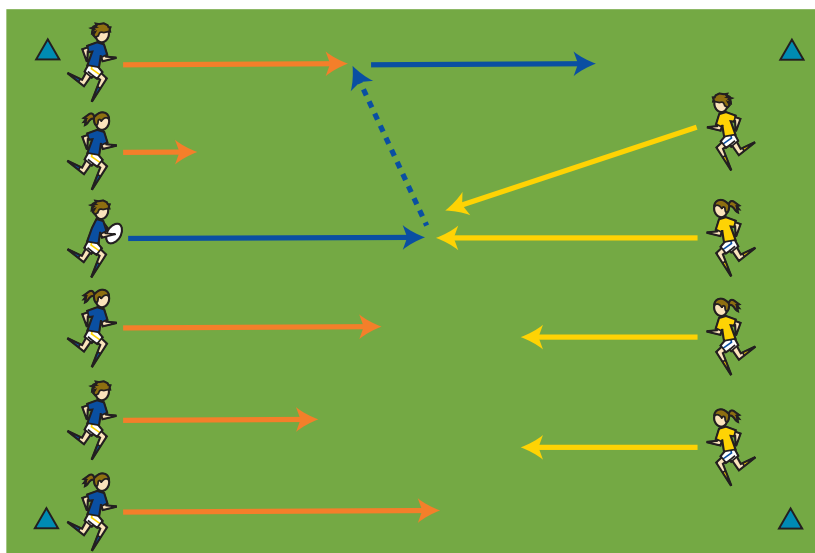


Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:

- 10 jugadores en cada canal - cuatro defensores y seis atacantes
- Empezar el juego con un pase libre desde el centro asegurando que el equipo defensor se retire hasta los 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Los defensores detienen al portador de la pelota tocándolo en la cintura con las dos manos, atrapando una cinta/tag o placándolo.
- Si el atacante resulta detenido o placado debe pasar la pelota hacia atrás a un compañero
- Después de una detención, agarre de la cinta/tag o placaje exitoso el defensor debe permanecer de su lado de la pelota (onside) y no debe intentar interceptar u obstruir el pase
- Después de varios intentos cambiar los atacantes y defensores pero manteniendo la relación 6 v 4



30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Pase y Toma de decisiones – 6 v 4

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Los defensores pueden hacer tackles de contacto pero SOLAMENTE si los jugadores dominan el tackle

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Si el equipo en posesión no ha logrado marcar un try después de siete tackles, se otorga la posesión al otro equipo con un pase libre

Más fácil (para los atacantes):

- No está permitido interceptar pases

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Ruck 6 v 4

Equipamiento necesario:

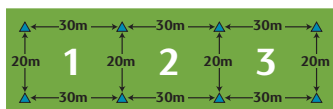
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros



Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:

En el Rugby, cuando un jugador tackleado va al suelo, un jugador de apoyo puede acercarse y ayudar a impedir que los defensores tomen la pelota permaneciendo parado sobre el jugador tackleado. Si hubiera 3 jugadores involucrados – 2 atacantes y 1 defensor – se denomina ‘ruck’.

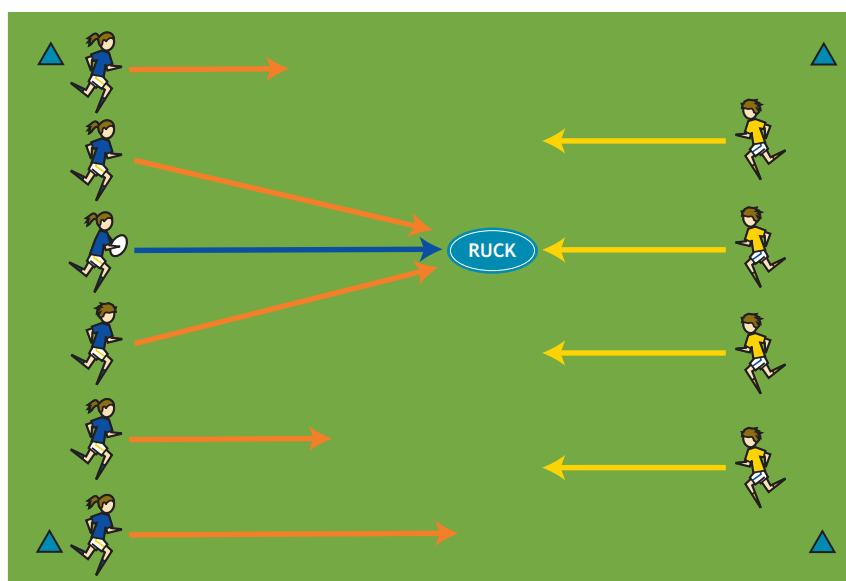
- Separar los 10 jugadores en cada canal en dos equipos: 4 jugadores para defender, 6 jugadores para atacar
- Empezar el juego con un pase libre desde el centro asegurando que el equipo defensor se retire hasta los 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Si el portador de la pelota resulta tocado con dos manos, su cinta atrapada o placado por un defensor que lo tiene agarrado con las dos manos, el portador de la pelota no debe pasar la pelota sino quedarse con la pelota y deslizarse al suelo. El portador de la pelota debe yacer paralelo a la línea de try con la pelota a la distancia de un brazo de su cuerpo hacia sus compañeros de equipo. Otro jugador atacante debe acercarse y pararse sobre el jugador placado para impedir que los defensores levanten la pelota
- El placado mantiene agarrado al portador de la pelota hasta que el próximo jugador atacante tome la pelota. El placador sólo agarra al portador de la pelota y no lucha o da vuelta al portador de la pelota
- Después de un placaje exitoso el defensor debe permanecer de su lado de la pelota (onside) y no debe intentar interceptar u obstruir el pase
- Cuando se haga un placaje, el equipo defensor debe retirarse hasta los 7 metros. Sólo el placador puede permanecer con el portador de la pelota

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Ruck Touch Rugby - 6 v 4



Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado, deslícese al suelo y permanezca plano y con la pelota sostenida hacia sus compañeros. Mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- El segundo atacante debe estar parado en posición de cuclillas sobre el jugador tackleado para proteger la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota
- Después de hacer un tackle, manténgase de pie si es posible y permita que el segundo atacante se pare sobre el jugador tackleado. El defensor puede agarrarse del segundo atacante

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Los tackleadores pueden tratar de agarrar la pelota una vez que haya sido puesta en el suelo

Más fácil (para los atacantes):

- Todos los defensores, aparte del tackleador, deben retirarse hasta los 7 metros cuando se haya efectuado un tackle

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Ruck y Maul 6 v 4

Equipamiento necesario:

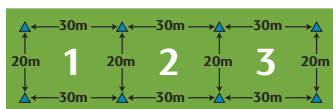
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

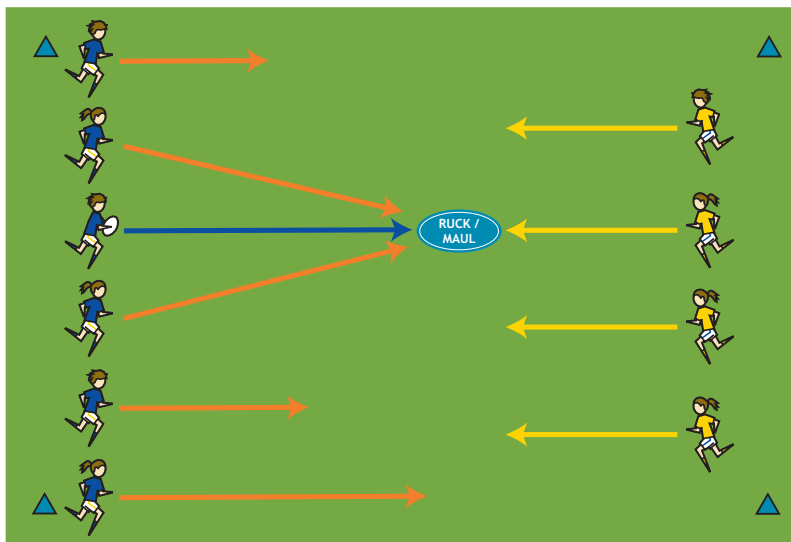


Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:

- Usando las habilidades aprendidas previamente, los jugadores atacantes pueden decidir formar un ruck o un maul cuando sean placados.
- Después de ser tocado con dos manos, o quedarse sin cinta/tag o placar, el defensor debe permanecer en su lado del balón (en juego/onside)
- Entrenadores y profesores, pueden permitir que los rucks sean disputados.
- Después de ser tocado con dos manos, o quedarse sin cinta/tag o placado, o mientras el portador del balón permanece sobre sus pies mientras un defensor intenta derribarle, los atacantes pueden decidir formar un maul.
- Los entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador del balón y sus compañeros pueden avanzar el maul no mas de dos metros; EL balón he de ser entonces jugado; El equipo defensor pude presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del fuera de juego.
 - No permitir los mauls con disputa del balón: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador del balón beben de permanecer asidos hasta que el balón sea pasado.



30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Ruck y Maul 6 v 4

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota
- Después de hacer un tackle decidir si ir al suelo (ruck) o permanecer de pie (maul) y esperar la llegada de un jugador de apoyo

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota
- Tackle tocando con las dos manos
- En el ruck, pararse sobre el jugador tackleado y agarrar al segundo atacante
- En el maul, agarrarse al portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Los tackleadores pueden tratar de agarrar la pelota una vez que haya sido puesta en el suelo en el ruck y luchar por la pelota en el maul

Más fácil (para los atacantes):

- Aumentar la cantidad de atacantes en el maul o ruck. Pero recuerde, cuanto más atacantes comprometidos haya en la zona de contacto, menos habrá para usar el espacio afuera del ruck o maul

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Maul 6 v 4

Equipamiento necesario:

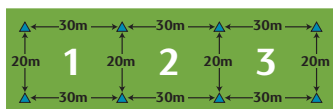
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros

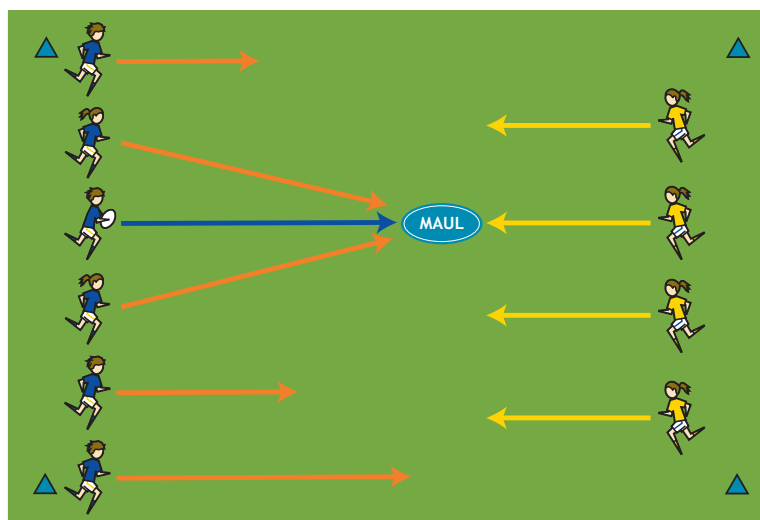


Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:

- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos – 4 en defensa y 6 en ataque.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben de tratar de avanzar y atravesando a los defensores para marcar un ensayo/try
- En este juego, el portador del balón no es derribado al suelo
- Cuando se efectúe un tocado con dos manos, o se atrape una cinta/tag o cuando el defensor atrape con ambos brazos al portador del balón entre el pecho y las caderas, los atacantes deberán de formar un maul: El portador del balón no pasará el balón, sino que guardará el balón hasta que otro jugador atacante llegue y tome el balón de sus manos.
- Entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador del balón y sus compañeros pueden avanzar el maul no mas de dos metros; EL balón he de ser entonces jugado; El equipo defensor pude presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del fuera de juego.
 - No permitir los mauls con disputa del balón: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador del balón beben de permanecer asidos hasta que el balón sea pasado.



Habilidad 7b

Formar y hacer progresar un maul

JUGAR



30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

Maul 6 v 4

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Cuando resulte tackleado, permanezca sobre sus pies y mantenga el cuerpo entre los defensores y la pelota
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

A los efectos de este ejercicio, asegúrese que sólo estén involucrados en el maul 3 jugadores: 2 atacantes y 1 defensor

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- El jugador tackleado y el jugador de apoyo pueden empujar hacia adelante impulsándose con las piernas mientras permanecen de pie

Más fácil (para los defensores):

- Los defensores no tienen que retirarse hasta los 7 metros cuando se haya efectuado un tackle

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

5 v 5 con Scrum

Equipamiento necesario:

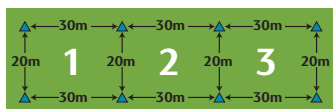
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Los seis principios

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros



Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:

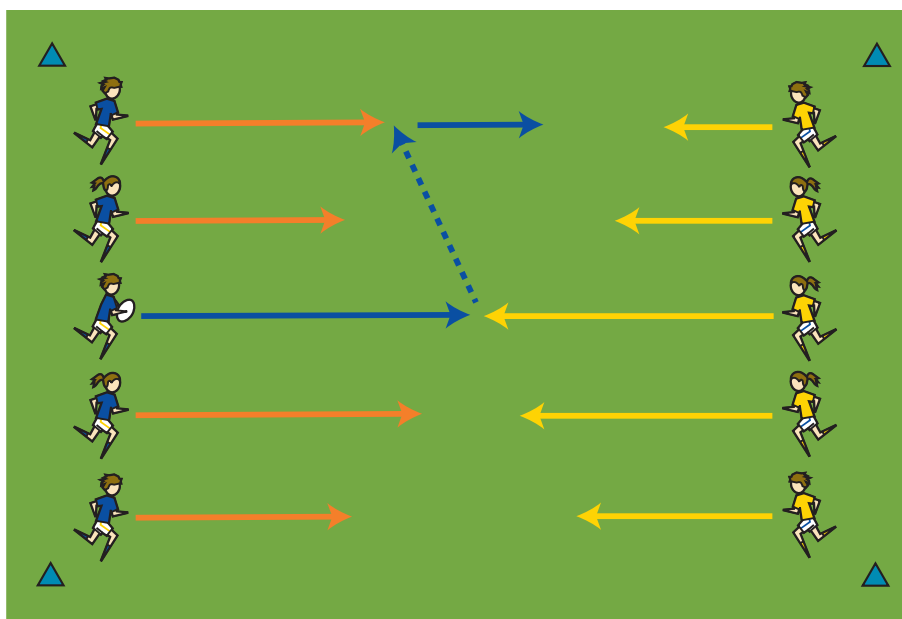
- Antes de hacer este juego los maestros y coaches deben releer las técnicas de scrum en: <http://rugbyready.worldrugby.org>
- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben de tratar de avanzar y atravesando a los defensores para marcar un ensayo/try
- Cuando se le escape el balón de las manos a un jugador hacia delante o haya un pase adelantado, se formará una melé de 3 contra 3. No se permitirá empujar en la melé, y el equipo que introduzca el balón retomará la posesión.
- Entrenadores y profesores podrán permitir la disputa de los rucks (las leyes del fuera de juego han de ser respetadas)
- Cuando se efectúe un tocado con dos manos, o se atrape una cinta/tag o cuando el defensor atrape con ambos brazos al portador del balón entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán de formar un maul: El portador del balón no pasará el balón, sino que guardará el balón hasta que otro jugador atacante llegue y tome el balón de sus manos.
- Entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador del balón y sus compañeros pueden avanzar el maul no mas de dos metros; EL balón he de ser entonces jugado; El equipo defensor pude presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del fuera de juego.
 - No permitir los mauls con disputa del balón: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador del balón beben de permanecer asidos hasta que el balón sea pasado.

30 jugadores

Ejercicio 1

3 grupos de 10

5 v 5 con Scrum



Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
 - Eludir a los defensores
 - Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
 - Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota
- Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto
- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral para recomenzar el juego

JUGAR



28 jugadores

Ejercicio 1

2 grupos de 14

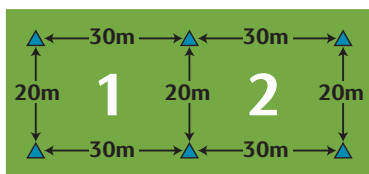
7 v 7

Equipamiento necesario:

- 2 pelotas de Rugby • 8 conos

Espacio necesario:

- 2 canales
- 30 metros x 20 metros (pero usar un ancho de cancha adecuado dependiendo de la edad de los jugadores: por ejemplo, usar 1/4 de una cancha de Rugby para Menores de 12 años y 1/2 cancha para jugadores mayores)



Principios del juego:

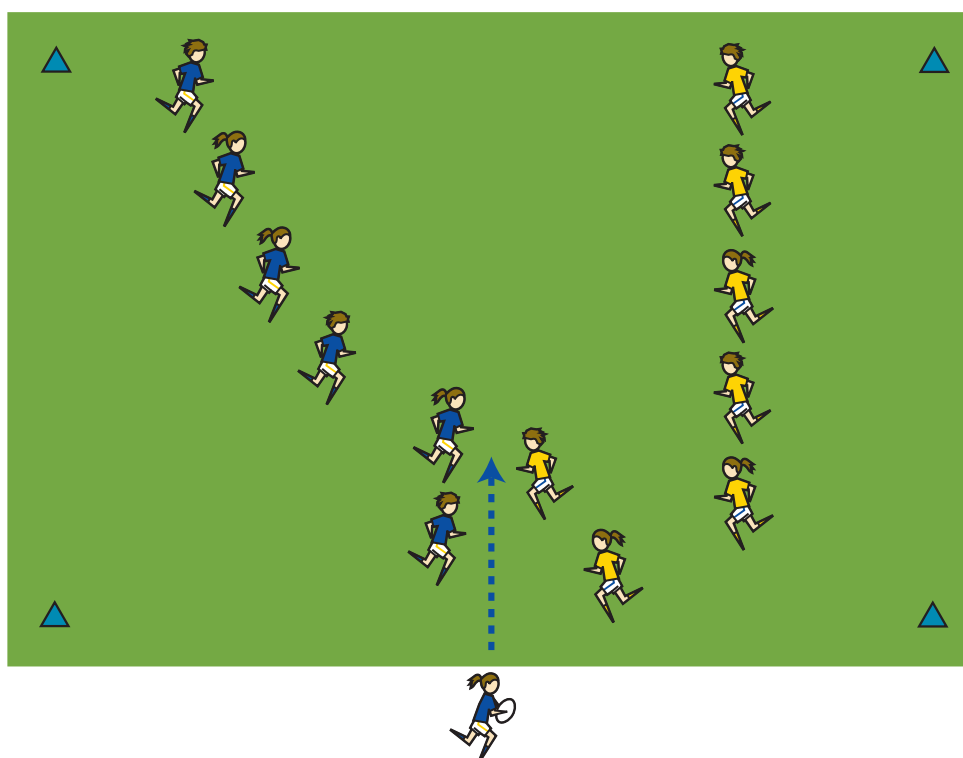
- Los seis principios

Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:

- 14 jugadores en cada canal - separar los jugadores en dos equipos de 7
- Usar scrums de 3 v 3
- Use lineouts de 3 personas
- Pase libre para reiniciar
- 5 minutos de cada lado



Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral
para recomenzar el juego

JUGAR



28 jugadores

Ejercicio 1

2 grupos de 14

7 v 7

Puntos de coaching:

- Jugar con las Leyes de Rugby normales
- Sin embargo, tratar de hacer que el juego fluya jugando la ventaja tanto como sea posible
- Al comienzo puede ser mejor no empujar en el scrum
- Al comienzo permita que el equipo que efectúe el lanzamiento al lineout obtenga la pelota antes de permitir que la oposición compita por ella
- Una vez que los jugadores sean competentes, permita empujar en el scrum y disputa en el lineout

Dificultad:

Más difícil:

- A medida que los jugadores tengan más confianza usted podrá aumentar el número de jugadores y aumentar también el tamaño del área de juego:
 - 9 v 9 (scrum 3 v 3)
 - 10 v 10 (scrum 5 v 5)
 - 12 v 12 (scrum 6 v 6)
 - 15 v 15 (scrum 8 v 8)

Más difícil (para los defensores):

- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral para recomenzar el juego

JUGAR



30 jugadores

Ejercicio 2

3 grupos de 10

5 v 5 con Lineout

Equipamiento necesario:

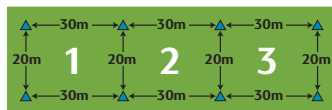
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Los seis principios

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros



Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:

- Antes de hacer este juego los maestros y coaches deben releer las técnicas de lineout en: <http://rugbyready.worldrugby.org>
- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben de tratar de avanzar y atravesando a los defensores para marcar un ensayo/try
- Cuando el balón salga por la línea de lateral, se formará un alineamiento lateral de 2 contra 2 jugadores. Los jugadores no serán levantados, pero podrán saltar sin ayuda. No estará permitido empujar.
- Entrenadores y profesores podrán permitir la disputa de los rucks (las leyes del fuera de juego han de ser respetadas)
- Cuando se efectúe un tocado con dos manos, o se atrape una cinta/tag o cuando el defensor atrape con ambos brazos al portador del balón entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán de formar un maul: El portador del balón no pasará el balón, sino que guardará el balón hasta que otro jugador atacante llegue y tome el balón de sus manos.
- Entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador del balón y sus compañeros pueden avanzar el maul no mas de dos metros; EL balón he de ser entonces jugado; El equipo defensor pude presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del fuera de juego.
 - No permitir los mauls con disputa del balón: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador del balón beben de permanecer asidos hasta que el balón sea pasado.

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral para recomenzar el juego

JUGAR

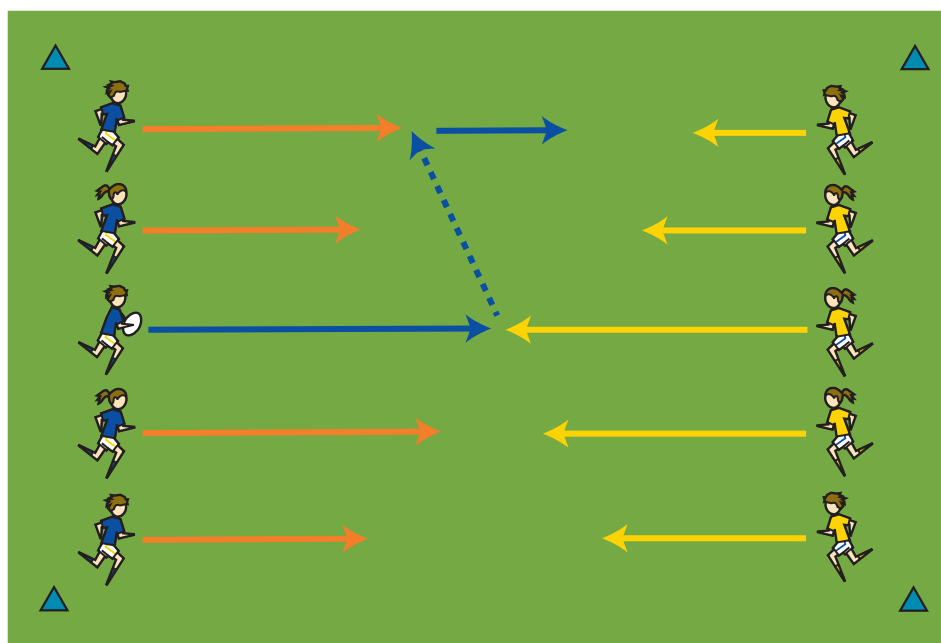


30 jugadores

Ejercicio 2

3 grupos de 10

5 v 5 con Lineout



Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto
- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral para recomenzar el juego

JUGAR



30 jugadores

Ejercicio 3

3 grupos de 10

5 v 5 con Scrum y Lineout

Equipamiento necesario:

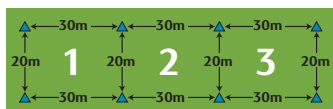
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Los seis principios

Espacio necesario:

- 3 canales
- 30 metros x 20 metros



Tiempo sugerido:

- 15 minutos

Cómo jugar:

- Divide los 10 jugadores en cada canal en dos equipos de 5 jugadores.
- Comience el juego con un pase al centro, asegurándose de que el equipo defensor esté a 7 metros.
- Los atacantes deben de tratar de avanzar y atravesando a los defensores para marcar un ensayo/try
- Cuando se le escape el balón de las manos a un jugador hacia delante o haya un pase adelantado, se formará una melé de 3 contra 3. No se permitirá empujar en la melé, y el equipo que introduzca el balón retomará la posesión.
- Cuando el balón salga por la línea de lateral, se formará un alineamiento lateral de 2 contra 2 jugadores. Los jugadores no serán levantados, pero podrán saltar sin ayuda. No estará permitido empujar.
- Entrenadores y profesores podrán permitir la disputa de los rucks (las leyes del fuera de juego han de ser respetadas)
- Cuando se efectúe un tocado con dos manos, o se atrape una cinta/tag o cuando el defensor atrape con ambos brazos al portador del balón entre el pecho y las caderas, los atacantes podrán de formar un maul: El portador del balón no pasará el balón, sino que guardará el balón hasta que otro jugador atacante llegue y tome el balón de sus manos.
- Entrenadores y profesores pueden decidir:
 - Permitir los mauls con disputa: El portador del balón y sus compañeros pueden avanzar el maul no mas de dos metros; EL balón he de ser entonces jugado; El equipo defensor pude presentar oposición al avance del maul respetando las leyes del fuera de juego.
 - No permitir los mauls con disputa del balón: todos los atacantes y defensores en contacto con el portador del balón beben de permanecer asidos hasta que el balón sea pasado.

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral
para recomenzar el juego

JUGAR

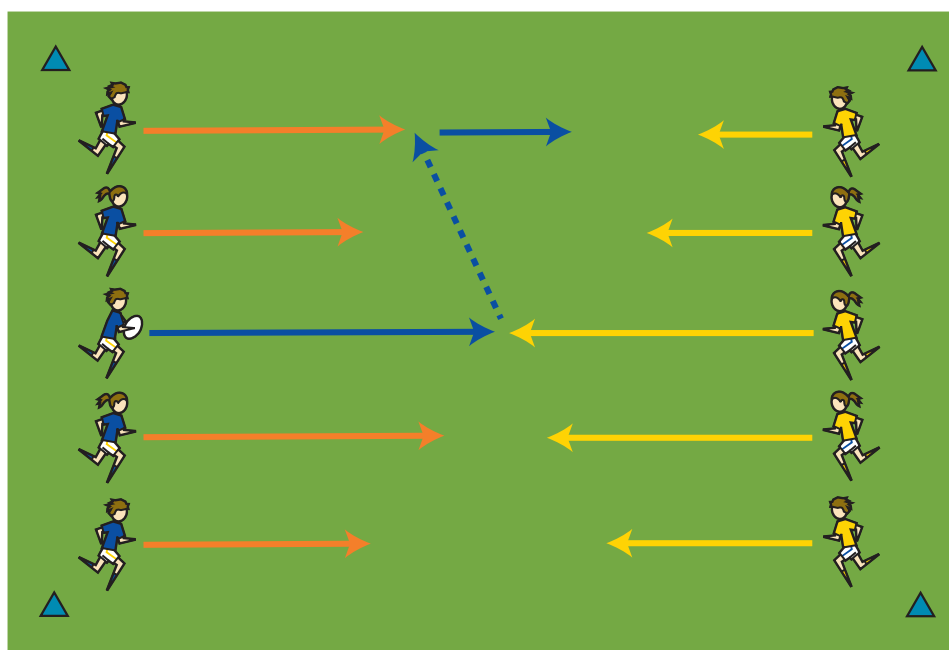


30 jugadores

Ejercicio 3

3 grupos de 10

5 v 5 con Scrum y Lineout



Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota Comunicación entre los jugadores

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Dificultad:

Más difícil (para los defensores):

- Si los defensores tienen suficiente dominio del tackle pueden hacer tackles de contacto
- Ensanchar el canal

Más fácil (para los defensores):

- Angostar el canal

Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral
para recomenzar el juego

JUGAR



30 jugadores

Ejercicio 4

3 grupos de 10

Jugar: juego de Rugby con tackle

Equipamiento necesario:

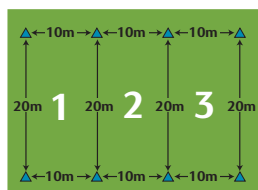
- 3 pelotas de Rugby • 8 conos

Principios del juego:

- Avanzar • Brindar apoyo • Crear continuidad
- Aplicar presión • Marcar puntos

Espacio necesario:

- 3 canales
- 10 metros x 20 metros

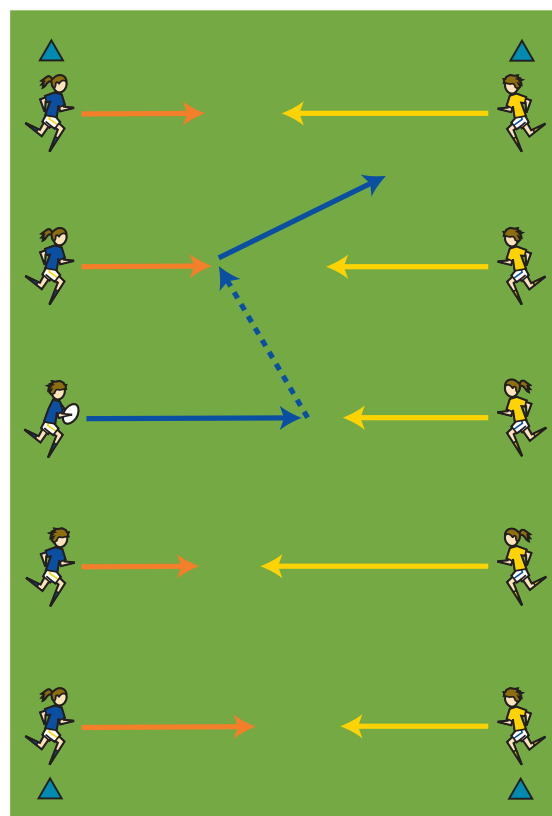


Tiempo sugerido:

- 12 minutos

Cómo jugar:

- 2 equipos de 5 en cada canal - un equipo defiende, un equipo ataca
- Iniciar el juego con un pase libre en el centro, asegurando que el equipo defensor se retire 7 metros
- Los jugadores atacantes deben tratar de sobrepasar a los defensores para marcar un try
- Los defensores pueden tacklear realizando algunas de las siguientes acciones:
 - Sostener de pie al portador de la pelota – luego el portador de la pelota es soltado para que haga el pase
 - Tacklear al portador de la pelota al suelo como se muestra en Rugby Ready
- Si el portador de la pelota resulta tackleado por un defensor debe pasar la pelota hacia atrás a un compañero dentro de los tres pasos o tres segundos
- Después de un tackle exitoso el defensor debe retirarse 5 metros y no debe intentar interceptar u obstruir el pase



Habilidad 8b

Formar un alineamiento lateral
para recomenzar el juego

JUGAR



30 jugadores

Ejercicio 4

3 grupos de 10

Jugar: juego de Rugby con tackle

Puntos de coaching:

Para los atacantes:

- Correr hacia adelante
- Eludir a los defensores
- Solamente hacer un pase si resultó tackleado o si hay un compañero en mejor posición
- Los jugadores de apoyo deben estar detrás de la pelota

Para los defensores:

- Cabeza arriba - foco en la cintura del portador de la pelota

Inicialmente puede parecer un caos pero la perseverancia permitirá que los jugadores le sientan el gusto al juego

Dificultad:

Más difícil (para los atacantes):

- Después de 3 tackles cambiar la posesión

Más fácil (para los atacantes):

- Aumentar el ancho del canal