408311 - Rugby 2

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Fonaments dels esports **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Rendiment Esportiu
Idiomes: Català
Curs: 2n **Semestre:** 4t
Crèdits ECTS matèria: 42
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 0 **Grups teoria:** 0
Crèdits ECTS pràctica: 6 **Grups pràctica:** 1
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Sergio Guerrero Esteban	Sí	6	sguerrero@gencat.cat

Objectius

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Continguts

- **Bloc 1: Repàs del temari de 1r curs (Habilitats bàsiques amb i sense pilota, triple variant del joc, fases dinàmiques / punts d'encontre, fases de conquesta, llançament del joc des de fases de conquesta, ...)**
- **Bloc 2: El joc davant, dins i darrera de la defensa**

Activitats d'avaluació

Examen Rugby Laws

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Fer els exàmens de **Rugby Laws, Factores clave del Coaching, Análisis de los roles funcionales** i **Preparación Física para niños/as** de la pàgina de World Rugby. Sols cal registrar-se per fer-lo. Enviar el certificat via e-correu a jsola@gencat.cat

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Assistència i participació a classe

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

10% Assistència a les classes

10% Participació a les classes. Exercicis de classe

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Exercicis de classe

Ponderació: 10%
Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Participació activa en la presentació dels exercicis a fer a classe

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Exposició pràctica dels treballs

Ponderació: 10%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Treball Final d'Assignatura

Ponderació: 40%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

TFA Esports 2: Rugby 2 Assignatura 408311.

- Programar 4 setmanes d'un equip de Rugby, tenint 3 setmanes competitives i una de descans.

- Justifiqueu i contextualitzeu la situació actual de l'equip (categoria, nivell, edat, dies d'entrenament (amb 2-3 entrenaments / setmana és suficient), horaris, característiques del grup, informació sobre la seva competició i els objectius que teniu, ...quines seran les setmanes competitives i quina serà de descans, justificar la rellevància o no de la competició...etc...). Enfocat a categories formatives (S-12, S-14, S-16, ...)

- Programar cada setmana i sessió d'entrenament (blocs de continguts , temporalització , seqüenciació, objectius ...No cal cada tasca o activitat d'entrenament explicada al detall , amb suports gràfics,...)

- Una de les sessions , la que més us motivi, prepareu-la amb tot detall (amb organització de la sessió, els exercicis , materials , objectius, temps controlat... fareu la proposta pràctica al camp!, la darrera setmana de classes

- Conclusions , observacions, comentaris,...

- Si utilitzeu bibliografia (webs, articles, ...) esmenteu-la.

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Assistència als entrenaments dels equips de Rugby del CE INEF BCN (Act. optativa)

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Activitat d'avaluació complementària i optativa. Aquest % no és sumatori a la resta.

Assistència als entrenaments dels equips de Rugby, universitari i federat, masculí i femení:

Dimarts d'11 a 12:30 i de 20:00 a 22:00 i Dijous d'11 a 12:30 i de 20:00 a 22:00, al camp gran

Objectius associats a l'activitat

- Que l'alumnat sigui capaç de construir exercicis d'entrenament amb qualsevol tema relacionat amb el joc del Rugby

Requisits avaluació continuada (específics)

Condicions a l'alumnat que no pot desenvolupar les pràctiques

Segons la competències específiques del Grau 2 i 5, una de les premisses importants és *aplicar el coneixement adquirit, adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i l'esport*. Aquestes determinen aspectes del programa, motiu pel qual es considera de valor fonamental la pràctica efectiva de les diferents propostes del programa.

L'alumnat matriculat que no pugui desenvolupar les pràctiques degut a lesions de llarga durada poden sol·licitar l'anul·lació de matrícula, sempre que es realitzi dins dels terminis establerts i estipulats per la Secretaria d'Estudis. El fet de la renuncia a la matrícula implica la pèrdua total de qualsevol vinculació amb l'assignatura, renunciant als resultats de les proves d'avaluació que s'hagin realitzat fins el moment.

L'alumnat matriculat i que no pugui fer les pràctiques de forma efectiva i no pugui acollir-se a la possibilitat d'anul·lació de matrícula, podrà participar a les classes; tenint en compte que és el professorat qui estableix la diferencia entre assistència i participació activa. L'assistència, per tant, no pressuposa una participació activa.

El fet d'assistir a classe serà controlat i valorat pel professorat. El professorat podrà proposar activitats alternatives per compensar en part la participació activa.

Davant situacions d'alumnat que no pugui realitzar efectivament les pràctiques, que tingui algun tipus d'impediment que no permeti participació a classe, seguint les propostes del professorat, no podrà tenir adaptació de l'avaluació. El professorat podrà modificar alguna part de l'avaluació o endarrerir aquesta segons la normativa d'avaluació...

Totes las pràctiques tenen un **marge d'adaptació que vindrà determinat i delimitat pel** professorat **responsable de la assignatura** en funció de cada cas concret.

Si alguna pràctica o activitat d'avaluació no es realitza, la nota serà de zero (no suma el punts proporcionals corresponents a aquella activitat).

Requisits avaluació única

Obtenció del certifcat Rugby Laws de la pàgina web de la World Rugby (Qualificació: Apte/No Apte).

Presentació de 1 exercici per tema (13 temes) de classe. Aquests exercicis han de comptar amb totes les parts:

.- **Procediments** (a què consisteix l'exercici totalment explicat (des de l'organització, al desenvolupament, passant per l'organització, les errades més comunes i com corregir-les, la interacció amb els/les aprenents: retorn; possibles variacions per adaptar l'exercici, des de general a de competició, passant per dirigit i especial.

.- **Conceptes**: Part teòrica relativa a les accios que desenvolupen els/les jugadors/es durant l'exercici.

.- **Actituds**: com volem que es desenvoupi l'exercici.

.- **Reglament**: Explicació de les regles de joc involucrades en el desenvolupament de l'exercici.

.- **Objectius**: quins objectius pretén assolir el desenvolupament de l'exercici.

.- Enllaços a videos del you-tube on es vegi l'execució de les accions coordinatives o cognitives que són l'objectiu de l'exercici

.- Retorn: "Avui què hem après". 4-5 preguntes relatives a l'exercici i a les accions coordinativo-cognitives desenvolupades en l'exercici, amb les seves corresponents respostes.

Presentació del treball final de l'assignatura.

TREBALL D'AVALUACIÓ:

Treball Assignatura 408311, Esports contacte: Rugby 2:

- Programar 4 setmanes d'un equip de Rugby, tenint 3 setmanes competitives i una de descans.

- Justifiqueu i contextualitzeu la situació actual de l'equip (categoria, nivell, edat, dies d'entrenament (amb 2/setmana és suficient), horaris, característiques del grup, informació sobre la seva competició i els objectius que teniu, ...quines seran les setmanes competitives i quina serà de descans, justificar la rellevància o no de la competició...etc...). Enfocat a categories formatives (S-12, S-14, S-16, ...)

- Programar cada setmana i sessió d'entrenament (blocs de continguts , temporalització , seqüenciació, objectius ...No cal cada tasca o activitat d'entrenament explicada al detall , amb suports gràfics,...)

- Una de les sessions , la que més us motivi, prepareu-la amb tot detall (amb organització de la sessió, els exercicis , materials , objectius, temps controlat... fareu la proposta pràctica al camp!

- Conclusions , observacions, .comentaris,...

- Si utilitzeu bibliografia (webs, articles, ...) esmenteu-la.

- Data d'entrega: 27.05.24 al correu electrònic sguerrero@gencat.cat / sergueest@gmail.com / jsola@gencat.cat (poseu ambdós en còpia).

Per superar l'avaluació única caldrà superar les tres parts de que consta.

L'avaluació única no es pot reavaluar-

Bibliografia i altres recursos

Carreras, D. (2009). *Musculación deportiva y estética. Ejercicios con pesos libres para el desarollo de la fuerza general.* Colecció Eines, 65 Lleida: UDL

Carreras, D. (2009). *Progresión para la reorganización permanente en el juego.* Revista Línea de 22. Madrid. nº 10, noviembre

Carreras, D. (2010). *Código S.L.L. (I) Actividades seguras.* Revista Línea de 22. Madrid, nº 21, noviembre

Greenwood, J. (1993). *Rugby Total.* Editorial Tutor. Madrid.

Solà, J. (2010). *Claves para los planes de formación en el Rugby.* Revista Línea de 22. Madrid, nº 20, octubre

Solà, J. (2011). *Diseño de tareas de entrenamiento I.* Revista Línea de 22. Madrid. nº 24 Febrero

Usero, F. (1993). *Entrenamiento y juego*. Campomanes libros S.L. Madrid. ISBN: 84-9032-010-9

Varios autors. (2007). Pensando en rugby. Ediciones Sider S.C. Madrid. ISBN: 978-84-96876-05-7

WR. (2022). *Leyes del juego* en WR official wbsite. Dublin. Ed. World Rugby board