

RUGBY TAG





Grupo	Finalidad del entreno	Ejemplo de deporte	Estructura de los ejercicios	Intensidad dominante	Habilidad dominante	Demandas funcionales
1	Perfeccionar coordinación y el automatismo de un ejercicio	Gimnasia Artística. Patinaje Artístico	Acíclica	Alternante	Coordinación, fuerza y velocidad.	SNS, Neuromuscular.
2	Conseguir velocidad en ejercicios cíclicos	Carrera, natación, ciclismo etc.	Cíclica	Sobre todo máxima. También alternante	Velocidad, resistencia	SNS, Neuromuscular y cardiorrespiratorio
3	Perfeccionar la fuerza y la Potencia	Halterofilia, Lanzamientos, saltos	Cíclica y Acíclica combinada	Alternante	Fuerza, velocidad	Neuromuscular, SNC
4	Perfeccionar la habilidad ante un adversario	Deportes de equipo y de contrario	Acíclica	Alternante	Cualidades físicas básicas y motrices	SNC, locomotor, cardiorrespiratorio.
5	Perfeccionar la conducción de diferentes móviles	Vela, equitación, motor,	Acíclica y cíclica combinadas	Alternante	Coordinación, velocidad	SNC
6	Perfeccionar la actividad del SNC en situaciones de tensión	Diferentes deportes de tiro, ajedrez etc	Acíclica	Baja	Coordinación, habilidad	SNC
7	Deportes combinados	Decatlon, triatlón etc	Todos	Específico del deporte	CFB y Motrices	SNC, locomotor, cardiorrespiratorio



¿QUÉ ES EL RUGBY TAG?

- Es un deporte de equipo, de balón, con un alto nivel de incertidumbre.
- El **RUGBY TAG** es un juego de movimientos rápidos
- De evasión y sin contacto.
- Adecuado para que los chicos y chicas se inicien en el juego.
- La clave del juego es la diversión
- Situando en primer lugar las habilidades de manejo y carreras
- Seguro y adaptable.
- Una herramienta de progresión para el rugby 15



¿QUÉ ES EL CINTURÓN TAG?



ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.





ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



- El cinturón tag es un cinturón que se lleva alrededor de la cintura cerrado mediante velcro y del que cuelgan dos cintas, una a cada lado
- El cinturón se lleva por fuera de la ropa. La camiseta debería llevarse por dentro si no es así el cinturón debe ir por encima de la camiseta
- Las cintas tag deberían colocarse a la altura de la cadera y los equipos se diferencian por el color de las cintas





ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



LAS REGLAS

ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



NÚMERO DE JUGADORES

- En los partidos de competición el máximo es de 7 y el mínimo de 5, a partir de ahí adáptalo.
- En partidos fuera de competición el número de jugadores puede variar en función del tamaño del campo y del número de jugadores disponibles.
- Cada equipo puede disponer de un número de sustitutos acordados.
- Los jugadores sustituidos pueden volver a jugar en cualquier momento.
- Sólo pueden realizarse cuando es balón “muerto” y siempre con conocimiento del árbitro.



DURACIÓN DEL PARTIDO

- Un partido consta de 2 tiempos, cada uno de 10 minutos de duración, con 2 minutos de descanso.
- En Torneos la duración máxima es de 50 min .



DIMENSIONES DEL CAMPO

- El tamaño recomendado para el campo, para un partido de competición, es de un máximo de 60 m por 30 m
- Para entrenamientos y partidos amistosos, el tamaño puede modificarse, pero siempre debería ser lo suficientemente largo y ancho para permitir grandes espacios donde se desarrollen las carreras y la evasión, elementos claves de rugby tag.



ENTRENADORES

- Los entrenadores (uno por equipo) pueden seguir y colaborar con los jugadores desde el interior del campo de juego, desde detrás de sus equipos.
- Los entrenadores deberían incentivar que los jugadores cumplan las reglas y que pasen el balón cuando les quiten el tag.



PASE LIBRE

- Se realiza el pase libre, desde el centro del campo, para iniciar el partido al comienzo de cada tiempo, para reiniciarlo después de un ensayo, o después de un tag no pasado.
- También se utiliza en un lado del campo cuando el balón sale a lateral y desde el punto indicado por el árbitro cuando se produce una infracción.



- Los pases libres no pueden ejecutarse a menos de 7 metros de la línea de ensayo.
- Si se produce una infracción sobre la línea de ensayo o a menos de 7 metros de la misma, el pase libre debería efectuarlo el equipo no infractor a 7 metros de la línea de ensayo
- En el pase libre, el jugador que efectúa el saque debe comenzar con el balón en ambas manos y cuando el árbitro le indique “JUEGO”, debe pasar el balón hacia atrás

- Por razones de seguridad, el receptor del pase debe comenzar a correr dentro de los 2 metros del punto donde se realiza el pase
- El jugador que efectúa el pase libre debe pasar el balón y no correr con él cuando el árbitro hace la llamada
- En los pases libres, los oponentes deben situarse a 7 metros del punto y no pueden avanzar hasta que el balón abandona las manos del jugador que lo efectúa.



ENSAYO

- El objetivo del juego es anotar un ensayo colocando el balón, presionándolo hacia abajo, detrás de la línea de ensayo de los oponentes
- Un ensayo vale 5 puntos (a acordar).
- Cuando en superficies duras se puede conceder el ensayo cuando el portador del balón cruza la línea de ensayo por razones de seguridad





PASAR EL BALÓN

- Si el balón es entregado en las manos de otro jugador, pasado hacia delante o si se cae hacia delante se concede un pase libre al equipo no infractor.
- Si el balón es arrancado de las manos del portador, por un contrario, se concederá un pase libre para el equipo que estaba en posesión del balón.



EL TAG



ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



- Un tag es la acción de extraer una de las 2 cintas que cuelgan del cinturón del portador del balón
- Sólo se puede hacer tag al portador del balón
- El portador del balón puede correr y evadir potenciales tag pero no puede rechazarlos, evitarlos, usando sus manos o el balón, de igual modo no puede guardar o proteger sus cintas de ninguna forma
- El balón no puede ser arrancado o competido, en ningún caso, estando en las manos del portador del balón.



- Los jugadores deben tener siempre 2 cintas colgando de su cinturón mientras están jugando
- Si a un jugador le falta una o ambas cintas y se convierte en portador del balón o hace un tag a un rival, será concedido inmediatamente un pase libre contra ellos al menos que el equipo contrario pueda jugar la ventaja



EL PORTADOR DEL BALÓN

- Cuando el portador del balón recibe un tag, debe pasar el balón a un compañero de equipo dentro de los 3 segundos siguientes
- El portador del balón debería intentar pararse tan pronto como le sea posible (las tres zancadas siguientes es un buen punto de referencia para el árbitro)
- El balón debe ser pasado en el momento de la parada



- Sin embargo, sólo se permite dar una zancada para anotar un ensayo después de haber recibido un tag
- Una vez pasado el balón, el pasador debe ir al jugador que le ha quitado la cinta, recuperarla y colocarla en su cinturón antes de reincorporarse al juego. Si continúa jugando e influye en el juego, sin haber recuperado y puesto la cinta, debería ser sancionado y un pase libre se concederá contra su equipo en el lugar de la infracción.

JUGADOR QUE HACE TAG

- Cuando un jugador hace un tag, debería dejar de correr, mantener la cinta por encima de la cabeza y gritar “TAG”
- En ese momento el árbitro debería gritar “TAG-PASE” para ayudar a que la acción requerida se ejecute rápidamente
- Si el portador del balón para de correr a menos de 1 m del rival, este debería retroceder al menos 1 m, para permitir que el portador del balón pueda pasar.





ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



- Una vez que ha pasado el balón, el jugador que ha extraído la cinta debe devolvérsela al jugador al que se la ha quitado y no puede volver al juego hasta que lo haya hecho
- Si el jugador que ha extraído la cinta continúa jugando e influye en el juego teniendo la cinta de su oponente en las manos, o lanza la cinta al suelo, debería ser sancionado y concederse un pase libre contra su equipo en el lugar de la infracción.

•CUANDO UN EQUIPO RECIBE EL QUINTO TAG, EN ESE MOMENTO EL ÁRBITRO PITARÁ Y LE ENTREGARÁ EL BALÓN AL EQUIPO QUE DEFENDÍA PARA QUE PASE A SER EQUIPO EN ATAQUE, Y ASÍ SUCESIVAMENTE, SALVOGUARDANDO EL RESTO DE REGLAS DEL JUEGO.



AVANT

- Un pase libre es concedido al equipo que no ha cometido la infracción a menos que pueda ser jugada la ventaja



FUERA DE JUEGO

- El fuera de juego sólo tiene lugar en el momento del tag
- Considerando que la línea de fuera de juego es una línea imaginaria que pasa a través del balón, perpendicular a las líneas de lateral
- Cuando se hace un tag, todos los compañeros de equipo del jugador que lo ha realizado deben intentar retirarse hasta situarse detrás del balón.



- Si un jugador en posición de fuera de juego (esto es, por delante del balón) intercepta, evita o provoca que se ralentice un pase desde el portador del balón a un compañero de equipo, se concederá un pase libre al equipo no infractor
- Un jugador puede, sin embargo, correr desde una posición en juego para interceptar un pase en el aire antes de que alcance al pretendido receptor





OFFSIDE LINE

ESCUELA ANDALUZA DE ENTRENADORES.



PRINCIPIOS DEL JUEGO

- El portador del balón no debe hacer contacto deliberadamente con su rival
- Si se realiza el contacto el juego debe pararse, hablar con el infractor para recordarle las reglas del no contacto en el rugby tag y conceder, posteriormente, al equipo no infractor un pase libre.



- Los defensores no pueden tocar físicamente al portador del balón, ya que el contacto sólo está permitido cuando se extrae la cinta del portador del balón
- Cualquier otro tipo de contacto con el portador del balón, tales como tirar de la camiseta, correr delante o empujar al portador del balón forzándolo a ir a lateral, luchar por el balón etc...., debería penalizarse con un pase libre para el equipo no infractor





NO CONTACTO, MUY BIEN.



IR AL SUELO

- Se debería jugar rugby tag de pie, con el balón en las manos
- Si el balón cae al suelo, los jugadores no deberían tirarse sobre él para recuperarlo o en caso contrario se les sancionaría con un pase libre
- Incluso si el portador del balón cae accidentalmente, un pase libre se concederá, por razones de seguridad



- Si el balón es pasado legalmente pero cae al suelo, el juego continúa y cualquier equipo puede levantar el balón, levantándolo del suelo, sin tirarse y sin patear.
- Si el balón pasado rueda hasta lateral, un pase libre reiniciará el juego, desde la línea de lateral, por parte del equipo que no realizó el pase.



PATEAR

- No se pueden dar ningún tipo de patadas en rugby tag, bajo ningún concepto y por seguridad.



VENTAJA

- En lugar de parar el juego cada vez que ocurre una infracción, los árbitros deberían conceder la ventaja al equipo no infractor si existe la oportunidad de obtener una ventaja táctica o territorial, indicando al jugador que tiene ventaja y que la puede jugar.
- No se debería conceder la ventaja en caso de juego peligroso o si existe la sospecha que ha sucedido una lesión.



SEGURIDAD

- Aunque el rugby tag es un juego totalmente desprovisto de contacto se recomienda encarecidamente que se utilicen protectores bucales para el caso de choques accidentales, y la obligación de jugar con botas multitacos o zapatillas de deporte.
- Se aconseja a entrenadores, árbitros y profesores que comprueben que las prendas están reglamentariamente aprobadas antes de las sesiones de entrenamiento, partidos y torneos.



CÓDIGO DEL BUEN ÁRBITRO

- Reconocer la importancia de la alegría y la diversión cuando arbitran a jóvenes
- Proporcionar un feed back verbal positivo en forma constructiva y alentadora durante los partidos
- Ser un modelo positivo. Constituir un ejemplo y como tal, los comentarios que hagas deberían ser positivos y de apoyo.



LOS ÁRBITROS, ENTRENADORES Y PADRES DEBEN:

- Reconocer que la seguridad de los jugadores es esencial.
- Explicar las decisiones, todos los jugadores están aún en periodo de aprendizaje.
- Sancionar siempre el juego sucio.
- Aplicar la ventaja siempre que sea posible, con el propósito de facilitar la continuidad del juego.
- Ser consistente y objetivo.
- Lo menos importante es el resultado, lo más importante es la satisfacción.



- No tolerar los malos tratos verbales por parte de jugadores, entrenadores ni espectadores y solucionar, inmediatamente, los posibles casos con los directivos del club encargados de los pequeños.



AL FINAL DEL PARTIDO

- Reunir a todos los jugadores alrededor de ti.
- Elogiarlos por sus esfuerzos.
- Pedirles que choquen las manos con sus rivales.
- Pedir a cada equipo que formen un pasillo para aplaudir al rival en el campo.
- Juego en un equipo por circunstancias aleatorias, sin rival no tengo juego.





Y no olvides las 10 reglas básicas.

PADRES, QUEREMOS JUGAR CON ESTAS 10 REGLAS

- 1- No des instrucciones a los gritos
- 2- No me grites en público
- 3- No le grites al entrenador
- 4- No menosprecies a mis compañeros
- 5- No menosprecies al otro equipo
- 6- No menosprecies a los árbitros

- 7- No pierdas la calma
- 8- No me des lecciones sobre mis errores después del partido
- 9- No te olvides de reírte y divertirte
- 10- No te olvides de que es solamente un juego, haré lo mejor que pueda, pero difícilmente me convierta en la próxima super estrella!