

Unidad Didáctica nº 7

“Quiero ser como Lomu”

(Iniciación al Rugby)



INDICE

Introducción.	Relación con....
Justificación de la U.D. y Vinculación con el currículo.	Otras Áreas (Interdisciplinariedad).
Objetivos.	Otras Unidades Didácticas.
Contenidos.	Temas Transversales.
Conceptuales.	Evaluación.
Procedimentales.	Criterios de Evaluación.
Actitudinales.	Tipos o Métodos de Evaluación.
Temporalización.	Instrumentos y Recursos de Evaluación.
Metodología.	Bibliografía
Recursos e Instalaciones.	Actividades de Enseñanza-aprendizaje (desarrollo de las sesiones.
	Anexos

INTRODUCCIÓN

Cuando intentamos presentar el rugby a un grupo de escolares que no han tenido ningún contacto previo con este deporte, y queremos que con su presentación en la escuela comprendan las diferentes técnicas individuales (pase, placaje, percusiones, recogida de balón, patadas), las diferentes técnicas colectivas (maul, melé abierta, melé ordenada y touche) así como los principios básicos y las reglas, nos encontramos con que cada uno, solo es capaz de fijarse en una parte de esto, y generalmente cada uno con aquello que más le ha llamado la atención.

La globalidad y complejidad de este deporte, nos obliga pues a buscar un sistema por el que sin perder las esencias del juego, presentemos este de forma progresiva y vayamos construyendo poco a poco y a medida que el alumno lo vaya asimilando el rugby a quince.

Por otro lado si como suele ocurrir en casi todos los colegios, el lugar es pequeño y el suelo no reúne las condiciones lógicas para el desarrollo del juego (cemento, parquet, pistas duras....) será necesario **evitar en lo posible el contacto**, de manera que el alumno aprenda las técnicas y disfrute del juego, sin peligro de lesión.

De estas dos necesidades nace el **RUGBY-COLE** (también llamado rugby Imagen). El rugby-cole es un juego en el que el **placaje** se sustituye por sujetar con dos manos en la zona del pantalón, al contrario, debiendo este inmediatamente pasar el balón o girarse para que otro compañero y lo recoja. De igual manera las **melés** y las **touches** no se disputan.

Con este juego conseguimos que el alumno tenga al final del aprendizaje unas nociones básicas sobre

los principios del juego, las técnicas más importantes, las reglas fundamentales y los conocimientos tácticos más rudimentarios. **El juego de lucha se convierte en un juego de habilidad.**

Si después del rugby-cole iniciamos el contacto y aprendizaje se iniciase el aprendizaje de las técnicas tales como placaje, percusiones y agrupamientos, se llegaría a la práctica del **MINI-RUGBY**, pero ya en una etapa superior.

Vamos a presentar a continuación seis sesiones de trabajo, pretendiendo ser una guía progresiva en la que el alumno llega sin ningún conocimiento, hasta que es capaz de desarrollar el rugby-cole con todos sus elementos.

De forma paralela, y a través de las partes finales de las sesiones de vuelta a la calma se tratará de que los alumnos aprendan la danza Maorí de la **Haka**, que de forma habitual es realizada por los jugadores de la selección Neozelandesa y otras de países oceánicos, y que se ha hecho muy popular y a los más jóvenes les llama mucho la atención.

JUSTIFICACIÓN DE LA U.D. Y VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO

Hasta llegar a formar parte de la programación de Educación Física, el rugby ha pasado por diferentes fases desde su punto de partida como deporte extraescolar.

Con su aplicación como actividad lúdico-deportiva ha ido mostrando que los elementos intrínsecos del juego exigen el desarrollo y participación de algunas de las capacidades fundamentales del alumno o alumna.

Analizando estas exigencias, al observar la conducta de los jugadores, destacamos varios planos de actuación.

Plano Motriz.

Está referido a la cantidad y calidad de movimiento:

- Desarrollo de la resistencia: esfuerzo continuado con breves pausas.
- Desarrollo de la velocidad: necesidad de desplazamiento y gestos técnicos con mayor rapidez que el oponente.
- Desarrollo de la flexibilidad: las acciones de juego provocan recorridos amplios en las articulaciones.
- Desarrollo de la fuerza: derivada de la naturaleza propia de las acciones de juego.
- Trabajo importante del equilibrio y distintas coordinaciones para ejecutar las coordinaciones para ejecutar las habilidades propias del rugby, gestos técnicos y habilidad motriz para construir el juego.

Plano intelectual.

Exige actividad consciente para saber los elementos claves de los gestos y a través de la experiencia, almacenarlos en la memoria.

Utiliza constantemente el mecanismo de percepción y el de decisión, necesita un análisis de la propia capacidad y se decide en función de esa misma capacidad, llegando a la comprensión del juego (reglas, conceptos tácticos....).

Hay que conocer el reglamento y los principios del juego y asimilar el espíritu del juego.

Plano Psicológico.

Refuerza la personalidad del alumno desde diferentes perspectivas:

- Individualmente, al tener que “*dar un paso adelante*” al atacar o al oponerse al juego del equipo contrario y dirigirse al adversario que tiene el balón.
- Colectivamente, al colaborar con los compañeros del equipo en consecución del proyecto común de juego en ataque y defensa.
- Invitando a participar a quien tiene cierta tendencia a la inhibición y moderando el exceso de fogosidad en la actitud de algunos alumnos.
- Desarrollando la capacidad de concentración y la actitud de superación.

Plano Social.

Favorece la asimilación de conceptos de vital importancia como son la responsabilidad, la colaboración y la diversión.

De modo que la realidad de este deporte incide positivamente en el **desarrollo integral de la persona** (intelectual, fisiológico, psicológico, social), siendo esto la causa de su incorporación al proceso educativo como contenido de la programación del área de Educación física o como actividad extraescolar (competición interna o interescolar) en los centros de enseñanza

VINCULACIÓN CON EL CURRÍCULO. (DECRETO N.º 111/2002, de 13 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia).

Objetivos: **Principalmente** está relacionado con los objetivos nº 5 “Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices, el conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física, adaptando el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.” Y con el objetivo nº 6 “Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.”.

De forma **secundaria**, también estaría relacionada con los objetivos nº 3, que hace referencia a la dosificación del esfuerzo y a su valoración por encima del resultado; con el nº 4, que se refiere a la solución de problemas motrices a través del mecanismo de percepción; y con el nº 8, que hace referencia al movimiento como medio de expresión y comunicación.

Contenidos: **Principalmente** está relacionado con el bloque de contenidos IV de actividad física y salud, y de forma **secundaria** con los bloques II y III de habilidades y destrezas motrices y expresión y comunicación respectivamente.

Criterios de Evaluación: **Principalmente** está relacionado con el criterio nº 7, que hace referencia a la participación en actividades físicas valorando el esfuerzo personal; y el nº 3, que se refiere a la utilización de las habilidades motrices básicas. De manera **secundaria** está relacionada con el criterio nº 2 de reproducir estructuras rítmicas.

OBJETIVOS

- ▶ Aprender y desarrollar las diferentes técnicas del rugby-cole.
- ▶ Concienciar de la importancia del trabajo colectivo para la consecución del éxito por encima de las individualidades.
- ▶ Reflexionar sobre los valores que emanan del rugby, tales como el compañerismo, el respeto al contrario, al reglamento y al arbitro, y la búsqueda del placer por hacer deporte.
- ▶ Conocer los elementos básicos del reglamento del rugby a quince, así como las técnicas del rugby que no se desarrollan en el rugby-cole.
- ▶ Aprender la realización de la haka.
- ▶ Comprender y llevar a cabo diferentes aspectos tácticos tanto ofensivos como defensivos para la consecución del éxito deportivo.
- ▶ Saber discernir entre la victoria y la derrota con deportividad y respeto al contrario, practicando el típico pasillo de rugby entre los equipos al final de los partidos.
- ▶ Desarrollar la autoestima de los jugadores.

CONTENIDOS

CONCEPTUALES:

- ▶ Conocimiento de las principales reglas del rugby. Delimitación del campo, el ensayo, el tocado, el adelantado o avant, la puesta del balón en juego, el fuera de juego, el saque de centro, el drop, la melé y la touche.
- ▶ Conocimiento del origen del rugby.
- ▶ Conocimiento de la danza de la Haka.
- ▶ Conocimiento de los torneos más importantes de rugby: Mundial, Seis Naciones y Tres Naciones.

PROCEDIMENTALES:

- ▶ Adquisición de las habilidades específicas y realización de los gestos técnicos del rugby.
- ▶ Ajuste de la respuesta individual a la estrategia colectiva (táctica).
- ▶ Realización de la danza de la Haka.
- ▶ Competición por grupos.

ACTITUDINALES:

- ▶ Aceptación del trabajo en equipo y respeto al contrario.
- ▶ Valoración de la práctica del rugby como forma amena de cubrir el tiempo de ocio y de mejorar las relaciones con los compañeros.
- ▶ Apreciación de los efectos que tiene la práctica habitual de los deportes como mejora de la calidad de vida.
- ▶ Incremento de la autoestima de los alumnos.

TEMPORALIZACIÓN

Temporalización Indicativa

La presente unidad didáctica esta planteada para ser desarrollada durante el segundo trimestre, debido a que su práctica puede llevarse a cabo tanto durante meses de frio como de temperaturas templadas, lo cual ocurre en nuestra región durante este periodo.

Se desarrollará a través de 6 sesiones mediante las cuales se tratará de dar a los alumnos/as unas nociones básicas de este deporte para un futuro mejor desarrollo en etapas posteriores.

Nº	SESIÓN	FECHA	CONTENIDO PRINCIPAL
1	Presentación del Rugby		Visionado de un video de promoción, evaluación inicial y primer contacto con el balón. Haka
2	Avance y ensayo		Ejercicios de avance con balón y finalización del las jugadas con ensayo.
3	El pase		Diferentes ejercicios a través de los cuales se ejercita el pase de rugby.
4	Tiro a palos		Consolidación de los contenidos trabajados con anterioridad, y lanzamiento a palos.
5	Defensa		Conceptos defensivos de defensa. Fijar a tu par
6	Seis Naciones		Mini torneo de rugby que sirve de evaluación final, emulando a las selecciones principales del mítico torneo seis naciones.

METODOLOGÍA

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Para abordar los contenidos de está unidad didáctica deberemos de tener en cuenta la aplicación de los Principios Metodológicos más relevantes de nuestro actual sistema educativo, como:

- Aprendizaje significativo:** Dotar al alumno de instrumentos y estrategias de planificación y construcción de sus propios aprendizajes.
- Enfoque globalizador:** La E.F. servirá de eje de una metodología activa vista como proceso de aprendizaje desde la participación espontánea y natural del niño, buscando por un lado su libre implicación en el proceso y por otro la adecuación individual a cada sujeto.
- Constructivismo:** Se busca que el propio alumno modifique y reelabore sus esquemas de conocimiento a partir de una metodología participativa.
- Metodología participativa:** Una parte de las tareas debe plantearse a través de la enseñanza mediante la búsqueda (descubrimiento guiado, resolución de problemas o libre creación).
- El juego y su carácter:** Hemos de tener en cuenta que nuestro objetivo prioritario es la experiencia motriz y lúdica.
- Creatividad:** Debemos hacer propuestas que estimulen la creatividad del alumnado, huir de modelos fijos estereotipados o repetitivos.

TÉCNICAS Y ESTILOS DE ENSEÑANZA

Con respecto a las técnicas de enseñanza, diremos que las abordaremos desde un punto de vista ecléctico sin desdeñar ninguna de ellas. De esta forma se podrá evolucionar desde técnicas mas directivas (de reproducción), hacia menos directivas (mediante la búsqueda), y viceversa, siempre en aras de la adecuada consecución de los objetivos planteados en cada una de nuestras propuestas a lo largo de las sesiones. Así la elección de una técnica u otra vendrá determinada tras una reflexión interna de los contenidos a trabajar, no teniendo porque obcecarnos en la utilización de un solo tipo de técnica de enseñanza.

Con el mismo planteamiento o punto de vista, se determinará la elección de un estilo de enseñanza u otro. Así basándonos en *Miguel Ángel Delgado Noguera* podremos utilizar diversos estilos de enseñanza que pasamos a comentar de manera concisa.

- Mando Directo (Tradicional o Modificado):** El alumno juega un papel pasivo. Escucha comprende y cumple lo que se le dice. El maestro/a proporciona una información directa sobre la solución de un problema motor, concretando como debe ser su ejecución.
- Asignación de Tareas:** El maestro determina las tareas a realizar. El alumnado se responsabiliza de su trabajo. La diferencia fundamental con el mando directo, es que provoca en los alumnos más automotivación.
- Enseñanza recíproca:** Se propone trabajo por parejas. El compañero se encarga de la observación de la tarea y suministra información a quien la ejecuta.
- Programa individual:** Se actúa con cada alumno en función de sus necesidades.
- Microenseñanza:** Una serie de alumnos hacen de monitores y corrigen a sus compañeros en una serie de estaciones.
- Descubrimiento Guiado:** Se basa en la realización de preguntas. El maestro/a nunca debe dar la respuesta, esperando siempre que responda el alumno, tratando de reforzar en cada momento la

contestación dada.

- ❑ **Resolución de Problemas:** Los alumnos deben encontrar la respuesta por si solos. Después se analizan los resultados a nivel de grupo.
- ❑ **Otros estilos:** Estilo creativo, enseñanza modular, enseñanza programada, Trabajo por grupos, Grupos reducidos.

ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

Con la misma filosofía ecléctica, la organización de la clase podrá ser: masiva, individual, por parejas, tríos.... Grupos, subgrupos, (homogéneos, heterogéneos etc...) , buscando la mejor consecución de los objetivos propuestos.

RECURSOS E INSTALACIONES

Para la realización de esta Unidad Didáctica se hará necesaria la utilización de: 12 balones de rugby del nº 4, 6 rulos de pateo, 26 petos de 4 colores distintos, 16 conos, 16 picas, Comic de rugby de la federación Andaluza de Rugby, Video “Juega al Rugby” del INEF de Lleida, Video de la Haka de la selección de Nueva Zelanda, tres colchonetas, 9 cuerdas, un proyector de video y un portátil.

Como Instalaciones se necesita una pista polideportiva, y un aula para el visionado del video.

RELACION CON.....

Otras Áreas (Interdisciplinariedad)

► Conocimiento del medio a la hora de situar geográficamente las potencias mundiales en este deporte (Países Oceánicos, Francia, Argentina y los países Británicos.

Otras Unidades Didácticas:

► UD “El ejercicio nos sienta bien”.
 ► UUDD de deportes colectivos: “Minibasket, somos campeones” y “El minivoley, preparados para la playa”.
 ► UD “Bailamos” (Haka)

Temas Transversales:

► Educación Intercultural. (danzas y deportes de otras culturas)
 ► Educación Moral y cívica.
 ► Educación para la Salud.

EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Respeta las reglas.
- Suelta el balón cuando cae al suelo
- Corre decidido con el balón
- Realiza la Haka de una forma desinhibida y sin complejos.
- Acepta el contacto físico como elemento natural del juego.
- Pasa la pelota
- Corre en apoyo del compañero
- Aprender y desarrollar las diferentes técnicas del rugby-cole.
- comprende la importancia del trabajo colectivo para la consecución del éxito por encima de las individualidades.
- Conoce los elementos básicos del reglamento del rugby a quince, así como las técnicas del rugby que no se desarrollan en el rugby-cole.
- Comprende y llevar a cabo diferentes aspectos tácticos tanto ofensivos como defensivos para la consecución del éxito deportivo.
- Acepta la victoria y la derrota con deportividad y respeto al contrario, practicando el típico pasillo de rugby entre los equipos al final de los partidos.

TIPOS O MÉTODOS DE EVALUACIÓN

Inicial:

Durante la primera sesión, se les pregunta sobre sus experiencias previas o conocimiento del deporte, si bien en la mayoría de las ocasiones por no decir todas, no lo han practicado

Continua o Procesual:

La evaluación procesual es de gran importancia dentro de una concepción formativa de la evaluación, porque permite tomar decisiones de mejora sobre la marcha A través de una planilla de observación (mostrada en los anexos), se irán reflejando los comportamientos de los alumnos, en relación a los contenidos de trabajo más destacados o que hemos creído más relevantes. Otros problemas que puedan surgir o que creamos que sean dignos de destacar deberán de ser anotados consecuentemente en un registro anecdótico para tal efecto.

Sumativa o Final:

En la 6ª y última sesión de esta Unidad Didáctica, se realizarán actividades de evaluación a nivel grupal e individual, a modo de completar la evaluación de todos nuestros alumnos, en aquellos aspectos que por motivos obvios de tiempo no hayamos podido reflejar de forma completa en la planilla de observación utilizada a lo largo de la U.D., con el obeto de que todos nuestros alumnos sean evaluados en las mismas facetas.

INSTRUMENTOS Y RECURSOS DE EVALUACIÓN:

- Planilla de observación.
- Registro Anecdótico.

BIBLIOGRAFÍA



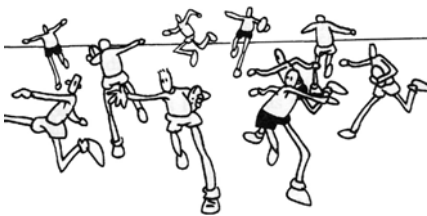
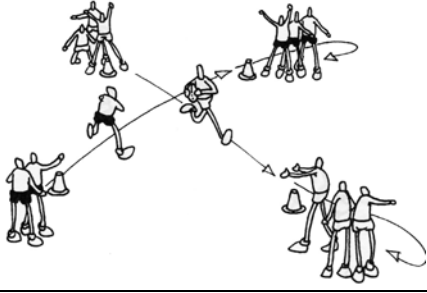

- ▶ ARENAS POSADAS, J.A. (1992) ¿Qué es rugby? Sevilla. Ed Federación Andaluza de Rugby.
- ▶ BERNARDOS, C. USERO, F. y MARQUEZ, J.(1993). Rugby-Cole. Madrid. Ed por la escuela técnica nacional de la Federación Española de rugby.
- ▶ BERNARDOS, C. USERO, F. (1988). Rugby básico. Madrid. Ed Alambra.
- ▶ MUNDINA GÓMEZ, J.J. (1997) El rugby como alternativa: su desarrollo en las superficies duras en “Aprendizaje deportivo” de RÓDRÍGUEZ, P.L. Murcia. Ed. Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia.
- ▶ USERO MARTÍN, F. y RUBIO PLÁ, A. (1996) La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos, rugby. Madrid. Editorial MEC:



Actividades de Enseñanza- Aprendizaje

DESARROLLO DE LAS SESIONES


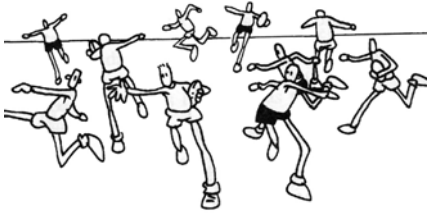

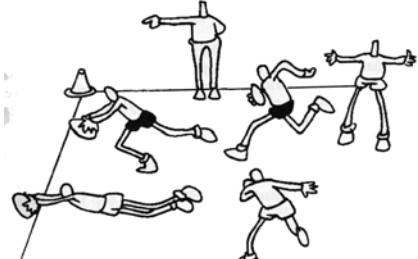



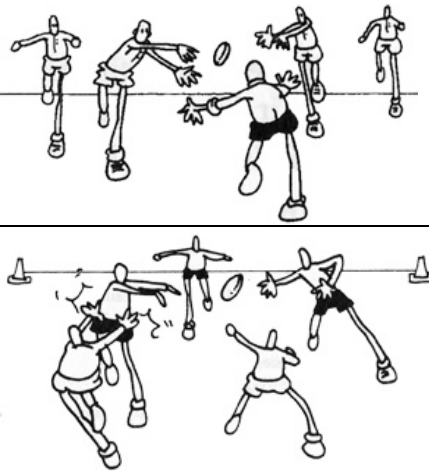


Ficha de sesión

<p>Unidad Didáctica nº: 7 “Quiero ser como Lomu” (Iniciación al Rugby)</p> <p>Sesión nº: 1 de 6 Fecha: Ciclo: Tercero Curso: Sexto</p>	<p>“Presentación del rugby” Objetivos de la Sesión: ► Conocer las acciones básicas del Rugby.</p>	<p>Material: 6 Balones de rugby nº4, 12 conos y 12 petos Instalación: Pista Polideportiva Organización: Individual, en grupos y masiva</p>
<p>Contenidos Conceptuales: ► Conocimiento del deporte del rugby.</p>	<p>Contenidos Procedimentales: ► Contacto inicial con el balón. ► Posicionamiento correcto a la hora de recibir un pase.</p>	<p>Contenidos Actitudinales: ► Interiorización de que el rugby no debe ser necesariamente un deporte violento.</p>
TIE.	ACTIVIDADES	REPRESENTACIÓN
10´	<p>Presentación: ► Breve explicación de lo que se va a desarrollar en la Unidad didáctica que va a comenzar. Se les preguntará sobre sus conocimientos previos sobre este deporte, a modo de evaluación inicial. Se les explica en este momento que durante las vueltas a la calma, se realizara la coreografía de la Haka, repartiéndoles una planilla en donde aparecen las partes de la misma, así como la letra original y la traducción al castellano.</p>	
20´	<p>Parte Inicial (Animación): ► Proyección de Video: Con el objeto de dar a conocer a los alumnos este deporte se les proyectará al inicio de la Unidad Didáctica un video promocional de este deporte de quince minutos de duración. ► La Pelota que quema: Tras salir del aula. Todos los alumnos dispuestos libremente por la pista polideportiva. Cuatro alumnos/as han de llevar un balón de rugby cada uno sujeto con las dos manos. Estos alumnos han de intentar tocar al resto de compañeros con el balón. Cuando lo consiguen se cambia de rol, y los pillados pasan a ser perseguidores</p>	 
20´	<p>Parte Principal: ► La Cruz: Cuatro conos formando un cuadrado de unos 8-10 de lado, y dos balones, uno para cada grupo enfrentado. Cuatro filas de jugadores como muestra el grafico. Cada grupo colocado detrás de un cono y mirando hacia el centro del cuadrado. Se trata de correr con el balón y llevarlo al primero del grupo de enfrente, pasando por el centro del cuadrado. Una vez que se da el balón, pasa al final de la fila a la que ha llegado. <u>Variantes:</u> No esperar el balón quieto, salir a buscarlo y recibirlo en carrera. Correr, dar la vuelta a un cono en el centro y llevar el balón a la fila de la derecha</p>	
20´	<p>► Juego Base: Enfrentados en grupos de tres, y estableciendo un campo delimitado por conos con una longitud máxima de 20 metros (ancho de la pista polideportiva). El objetivo es llegar al campo contrario con el balón sin que te toquen en posesión de este. En caso de que un jugador sea tocado. El balón se deja en el suelo y el equipo que atacaba pasa a ser defensor. Se ha de dejar una distancia de dos metro al equipo que ataca para poder iniciar la jugada. A los cinco minutos de empezar el juego, deben de seguir el mismo pero los pases solo se podrán realizar hacia atrás.</p>	


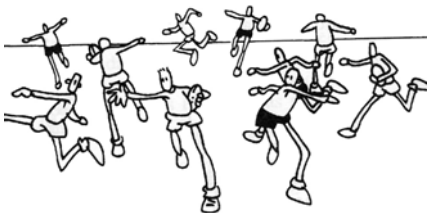


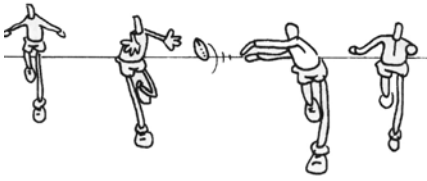
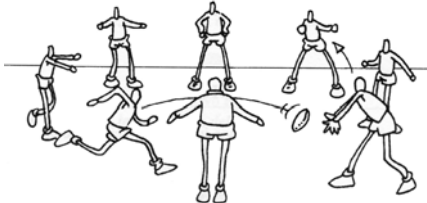
<p>6´</p>	<p>Parte Final (Vuelta a la Calma): ► Danza del Haka: Realización de los pasos de la HAKA. Danza maorí que realizan los jugadores de rugby de países oceánicos. El más popular es el de Nueva Zelanda, y lo realizan antes de empezar el partido. (Al principio de la Unidad, se le proporcionará una hoja con la letra y los pasos).</p>	
<p>4´</p>	<p>Aseo e Higiene personal: ► La parte final de la sesión se destina al aseo personal de los alumnos, para lo cual han de traer a diario un neceser con los útiles de aseo que van a utilizar en esta parte de la sesión.</p>	




Ficha de sesión

<p>Unidad Didáctica nº: 7 “Quiero ser como Lomu” (Iniciación al Rugby)</p> <p>Sesión nº: 2 de 6 Fecha: Ciclo: Tercero Curso: Sexto</p> <p>Contenidos Conceptuales: ► Conocimiento del ensayo.</p>	<p>“Avance y ensayo” Objetivos de la Sesión: ► Aprender a ensayar. ► Concienciar de que las formas de avanzar hacia la meta contraria: correr con balón, o pase pero siempre hacia atrás.</p> <p>Contenidos Procedimentales: ► Colocación correcta del cuerpo a la hora de realizar un ensayo. ► Posicionamiento correcto en relación con el jugador que lleva el balón</p>	<p>Material: 6 Balones de rugby nº4, 12 conos y 24 petos Instalación: Pista Polideportiva Organización, en grupos y masiva</p> <p>Contenidos Actitudinales: ► Concienciación del trabajo en equipo y de la necesidad de apoyar al compañero con balón. ► Interiorización de que el rugby no debe ser necesariamente un deporte violento.</p>
TIE.	ACTIVIDADES	REPRESENTACIÓN
5´	<p>Presentación: ► Recogida de los alumnos, sacar el material, anotación de posibles faltas de asistencias o indumentaria inadecuada. ► Breve explicación de lo que se va a desarrollar en la sesión</p>	
10´	<p>Parte Inicial (Animación):</p> <p>► La Pelota que quema: Todos los alumnos dispuestos libremente por la pista polideportiva. Cuatro alumnos/as han de llevar un balón de rugby cada uno sujeto con las dos manos. Estos alumnos han de intentar tocar al resto de compañeros con el balón. Cuando lo consiguen se cambia de rol, y los pillados pasan a ser perseguidores</p> <p>► La Patata Caliente: Todos los alumnos se desplazan por la pista polideportiva. Diez o doce alumnos han de ir con un balón de rugby cogido con las dos manos. Cuando los alumnos con balón se cruzan con otro que no tiene, han de gritar su nombre y seguidamente pasarle el balón tratando de que no se caiga. Al minuto el profesor hará una señal, y los alumnos sin balón han de ir a coger a los que si tienen, que a su vez tratarán de evitarlo. Gana el último alumno pillado. (no se puede salir de la pista).</p>	 
35´	<p>Parte Principal:</p> <p>► Ensayamos: Todo el grupo dentro de un espacio delimitado por conos o por las líneas de la pista polideportiva, Tras una breve explicación de cómo se realiza un ensayo, los alumnos se van pasando el balón entre ellos intentando que este no caiga al suelo, para lo cual los pases han de ser a corta distancia. Cuando el profesor grite “ENSAYO”, los jugadores que en ese momento tienen el balón, deben correr con el balón y ensayar en la línea marcada tras dos conos.</p> <p>► Ensayo Loco: En la pista polideportiva, la clase dividida en dos grupos diferenciados mediante petos de dos colore. Cada equipo en un extremo del campo y 12 balones del nº4 dispersos por la pista. A la señal los jugadores/as /as intentan coger balones y ensayan en el extremo del equipo contrario, o bien evitar que lo hagan los contrarios tocando con las dos manos a la altura del pantalón del que lleva el balón. Cuando eres tocado, has de dejar el balón inmediatamente en el suelo, y buscar otro distinto o defender. Cuando se ensaya, has de dejar el balón, y solo lo puede coger un jugador del otro equipo. Los alumnos que ese día no han podido realizar la clase, pueden llevar el marcador.</p>	 



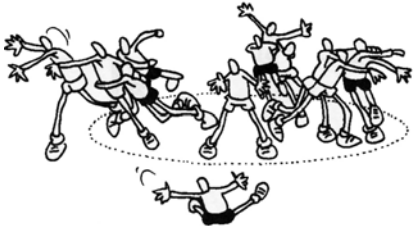
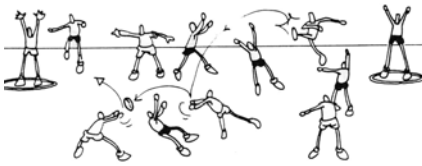
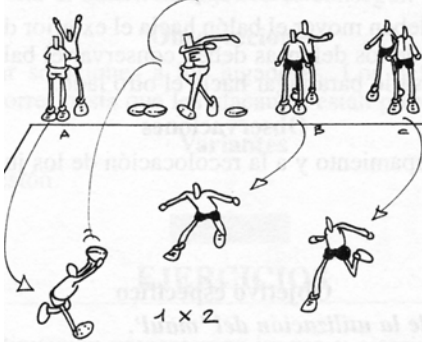
	<p>► Ensayo a 4: En grupos de cinco jugadores, 4 de ellos atacan contra un defensor. El objetivo del juego es ensayar sin perder en ningún momento la posesión del balón, insistiendo que los jugadores corran decididos hacia delante y que los apoyos estén siempre detrás del jugador que lleva la pelota. En caso de ser tocados por el defensor, se ha de girar y pasar rápidamente al apoyo,</p> <p>► Juego base: Enfrentados en grupos de tres, y estableciendo un campo delimitado por conos con una longitud máxima de 20 metros (ancho de la pista polideportiva). El objetivo es llegar al campo contrario con el balón sin que te toquen en posesión de este. En caso de que un jugador sea tocado. El balón se deja en el suelo y el equipo que atacaba pasa a ser defensor. Se ha de dejar una distancia de dos metro al equipo que ataca para poder iniciar la jugada. A los cinco minutos de empezar el juego, deben de seguir el mismo pero los pases solo se podrán realizar hacia atrás.</p>	 <p>The top illustration shows a 4-player drill with one defender and four attackers. The bottom illustration shows a base game on a 20m field with three players per team and cones at the ends.</p>
<p>6´</p>	<p>Parte Final (Vuelta a la Calma):</p> <p>► Danza del Haka: Realización de los pasos de la HAKA. Danza maorí que realizan los jugadores de rugby de países oceánicos. El más popular es el de Nueva Zelanda, y lo realizan antes de empezar el partido. (Al principio de la Unidad, se le proporcionará una hoja con la letra y los pasos).</p>	 <p>A series of small illustrations showing the various steps of the Haka dance.</p>
<p>4´</p>	<p>Aseo e Higiene personal:</p> <p>► La parte final de la sesión se destina al aseo personal de los alumnos, para lo cual han de traer a diario un neceser con los útiles de aseo que van a utilizar en esta parte de la sesión.</p>	 <p>An illustration of a girl washing her face with soap and a boy brushing his teeth.</p>

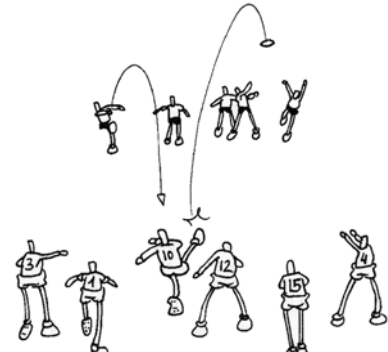
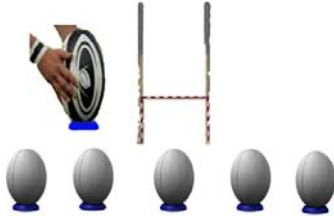


Ficha de sesión

<p>Unidad Didáctica nº: 7 “Quiero ser como Lomu” (Iniciación al Rugby)</p> <p>Sesión nº: 3 de 6 Fecha: Ciclo: Tercero Curso: Sexto</p>	<p>“El Pase” Objetivos de la Sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Aprender los distintos tipos de pase. ▶ Concienciar de que el pase a la mano es siempre hacia atrás. <p>Contenidos Conceptuales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Conocimiento del pase a la mano hacia atrás. <p>Contenidos Procedimentales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Colocación correcta de las manos a la hora de pasar. ▶ Posicionamiento correcto a la hora de recibir un pase. 	<p>Material: 6 Balones de rugby nº4, 12 conos y 12 petos</p> <p>Instalación: Pista Polideportiva</p> <p>Organización: Individual, en grupos y masiva</p> <p>Contenidos Actitudinales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Concienciación del trabajo en equipo. ▶ Interiorización de que el rugby no debe ser necesariamente un deporte violento.
TIE.	ACTIVIDADES	REPRESENTACIÓN
5´	<p>Presentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Recogida de los alumnos, sacar el material, anotación de posibles faltas de asistencias o indumentaria inadecuada. ▶ Breve explicación de lo que se va a desarrollar en la sesión 	
10´	<p>Parte Inicial (Animación):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ La Pelota que quema: Todos los alumnos dispuestos libremente por la pista polideportiva. Cuatro alumnos/as han de llevar un balón de rugby cada uno sujeto con las dos manos. Estos alumnos han de intentar tocar al resto de compañeros con el balón. Cuando lo consiguen se cambia de rol, y los pillados pasan a ser perseguidores ▶ La Patata Caliente: Todos los alumnos se desplazan por la pista polideportiva. Diez o doce alumnos han de ir con un balón de rugby cogido con las dos manos. Cuando los alumnos con balón se cruzan con otro que no tiene, han de gritar su nombre y seguidamente pasarle el balón tratando de que no se caiga. Al minuto el profesor hará una señal, y los alumnos sin balón han de ir a coger a los que si tienen, que a su vez tratarán de evitarlo. Gana el último alumno pillado. (no se puede salir de la pista). 	 
35´	<p>Parte Principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Técnica de pase: Explicación de cómo se coge el balón para realizar un pase en rugby. Ventajas e inconvenientes. Como ha de salir el balón de las manos. Diferencias con el fútbol americano. Insistir en que <u>siempre se pasa hacia atrás</u> y con las dos manos. También indicar que a la hora de recibir, el jugador/a ha de estar siempre esperando el balón con las dos manos y atento para recibir el pase. ▶ Pase a Cuatro: En grupos de cuatro alumnos/as con un balón en cada grupo, han de ir pasándose el balón de uno a uno, insistiendo en que el pase ha de ser siempre hacia atrás. En función de la habilidad de cada grupo, la separación entre estos será mayor o menor. Al llegar al final, han de volver al principio de la fila por fuera de la pista e intentando ir muy juntos (tocándose mientras corren). ▶ La Liebre: Se agrupan formando un gran corro, estando entre ellos a una distancia de dos metros aproximadamente entre ellos. Un alumno/a la queda, y se pone fuera del círculo. Una vez que este alumno empieza a contar hasta cinco, los del corro han de empezar a pasarse el balón en sentido de las agujas del reloj. Una vez ha contado empieza a correr por fuera del corro para intentar atrapar al balón. Cuando lo consigue o el balón se le cae a un compañero, este 	  

	<p>pasa a ser la liebre y cambia de posición.</p> <p>► Tocata a tres: Enfrentados en grupos de tres, y estableciendo un campo delimitado por conos con una longitud máxima de 20 metros (ancho de la pista polideportiva). El objetivo es llegar al campo contrario con el balón sin que te toquen en posesión de este. En caso de que un jugador sea tocado. El balón se deja en el suelo y el equipo que atacaba pasa a ser defensor. Se ha de dejar una distancia de dos metro al equipo que ataca para poder iniciar la jugada. A los cinco minutos de empezar el juego, deben de seguir el mismo pero los pases solo se podrán realizar hacia atrás.</p>	
<p>6´</p>	<p>Parte Final (Vuelta a la Calma):</p> <p>► Danza del Haka: Realización de los pasos de la HAKA. Danza maorí que realizan los jugadores de rugby de países oceánicos. El más popular es el de Nueva Zelanda, y lo realizan antes de empezar el partido. (Al principio de la Unidad, se le proporcionará una hoja con la letra y los pasos).</p>	
<p>4´</p>	<p>Aseo e Higiene personal:</p> <p>► La parte final de la sesión se destina al aseo personal de los alumnos, para lo cual han de traer a diario un neceser con los útiles de aseo que van a utilizar en esta parte de la sesión.</p>	

Ficha de sesión

<p>Unidad Didáctica nº: 7 “Quiero ser como Lomu” (Iniciación al Rugby)</p> <p>Sesión nº: 4 de 6 Fecha: Ciclo: Tercero Curso: Sexto</p>	<p>“Tiro a palos” Objetivos de la Sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Consolidar los contenidos ya aprendidos. ▶ Conocer el tiro a palos 	<p>Material: 12 Balones de rugby, 12 conos, dos aros, y 10 rulos o donuts</p> <p>Instalación: Pista Polideportiva</p> <p>Organización: Individual, en grupos y masiva</p>
<p>Contenidos Conceptuales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Conocimiento del tiro a palos y cuando se produce. 	<p>Contenidos Procedimentales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Colocación correcta de las manos a la hora de pasar. ▶ Posicionamiento correcto a la hora de realizar un lanzamiento a palos 	<p>Contenidos Actitudinales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Concienciación del trabajo en equipo. ▶ Interiorización de que el rugby no debe ser necesariamente un deporte violento.
TIE.	ACTIVIDADES	REPRESENTACIÓN
5´	<p>Presentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Recogida de los alumnos, sacar el material, anotación de posibles faltas de asistencias o indumentaria inadecuada. ▶ Breve explicación de lo que se va a desarrollar en la sesión 	
10´	<p>Parte Inicial (Animación):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ La Fuga: en corros de ocho o diez jugadores agarrados por las manos, formando un círculo, y dos jugadores dentro del círculo. Los jugadores que se encuentran dentro del círculo, deben intentar salirse del mismo. Los demás alumnos tratarán de evitarlo pero no han de soltar las manos. Cuando un alumno consigue salir, cambia la posición con otro del círculo ▶ Lucha por la Tierra Media: Dos equipos de seis alumnos dentro del círculo del centro de la pista, o de tiros libres (se hacen cuatro equipos y se juega en dos círculos). A la señal, uno de los equipos (Los Orcos) debe sacar al otro del círculo, solo pueden volver a entrar si un compañero desde dentro los mete estirándolos de la mano. Gana el equipo que elimina en menos tiempo al otro. Los alumnos que no pueden ese día realizar Educación Física, podrán llevar el tiempo del juego 	 
35´	<p>Parte Principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Rugby Prisionero: Dos equipos de seis o siete jugadores (se hacen 4 equipos con la clase), Los dos aros están separados unos 20 metros. Un jugador de cada equipo, dentro de cada cono. El objetivo del juego es pasarse la pelota con las manos o con el pie, intentándose dar al jugador de nuestro equipo que está en el aro. El jugador que tiene la pelota no podrá moverse. Un punto cada vez que llega el balón al jugador del aro. Los defensores tendrán que estar como muy cerca de un metro y medio del aro. ▶ Al ataque: Balones en un campo pequeño claramente delimitado tal y como se refleja en el grafico de la derecha. Como se indica en el mismo, los balones son lanzados por el profesor/a cuando este indica una señal, al jugador de la fila que va solo, y este debe intentar ensayar contra dos defensas (1 contra 2). Hacer hincapié en la necesidad de que, si no le es posible avanzar, al menos debe conservar el balón. Las filas han de ir rotando. 	 

	<p>► Pateamos: Dos grupos de seis jugadores con el balón separados 20 metros. Patear el balón hacia el otro grupo, que debe decepcionarlo, dar tres pasos rápidos y patearlo de nuevo. No se defiende</p>	
	<p>► Tiro a palos: Divididos en dos grupos, cada grupo con cuatro balones y cuatro rulos, han de ir lanzando desde unos 15 o 20 metros, y que el balón pase por encima de la portería de fútbol sala, y la prolongación imaginaria de los postes. Irán lanzando alternativamente y desde distintas posiciones</p>	
<p>6´</p>	<p>Parte Final (Vuelta a la Calma): ► Danza del Haka: Realización de los pasos de la HAKA. Danza maorí que realizan los jugadores de rugby de países oceánicos. El más popular es el de Nueva Zelanda, y lo realizan antes de empezar el partido. (Al principio de la Unidad, se le proporcionará una hoja con la letra y los pasos).</p>	
<p>4´</p>	<p>Aseo e Higiene personal: ► La parte final de la sesión se destina al aseo personal de los alumnos, para lo cual han de traer a diario un neceser con los útiles de aseo que van a utilizar en esta parte de la sesión.</p>	

| Anexo I

**FICHA A ENTREGAR A LOS
ALUMNOS SOBRE LA HAKA**

El Haka de Los All Blacks

Los All Blacks, el nombre dado al equipo nacional de Rugby de Nueva Zelanda, son el mejor equipo de rugby de la historia.

La danza maorí que los All Blacks interpretan antes de los partidos de Rugby se llama 'El Haka'. El Haka es una expresión de la pasión, el vigor y la identidad de la raza Maorí.

El Haka es una danza de guerra, la cual se realiza gritando de manera amenazadora acompañada con movimientos de brazos y pies. Un Haka era tradicionalmente escenificado antes de una batalla

La Letra del Haka de los All Blacks

La pronunciación Maorí se divide en sílabas que contienen solo una vocal. Las vocales Maorí se pronuncian igual que en español. La "WH" se pronuncia casi como una "F".

Versión en Maorí (Maori)	Traducción en Español (Spanish)
Ka mate! Ka mate! Ka ora! Ka ora!	Muero! Muero! Vivo! vivo!
Ka mate! Ka mate! Ka ora! Ka ora!	Muero! Muero! Vivo! vivo!
Tenei te tangata puhuru huru	Este es el hombre peludo*
Nana nei i tiki mai	Que trajo el sol
Whakawhiti te ra	Y lo hizo brillar de nuevo
A upa ... ne! ka upa ... ne!	Un paso hacia arriba! Otro paso hacia arriba!
A upane kaupane whiti te ra!	Un paso hacia arriba, otro el Sol brilla!
Hi !!!	

* Para los maoríes peludo equivale a valiente

Antes del Haka

Antes de que el equipo realice el Haka, el líder, normalmente un All Black de descendencia Maorí, instigará el Haka e incitar a los otros miembros con lo siguiente:

Version en Maorí

Ringa pakia
Uma tiraha
Turi whatia
Hope whai ake
Waewae takahia kia kino hoki

Traducción en Español

Golpea las manos contra los muslos
Infla el pecho
Dobla las rodillas
Sigue con la cadera
Golpea tus pies contra el suelo lo más fuerte que puedas

El Haka

Haka es el nombre genérico para toda la danza maorí. Hoy, el haka se define como esa parte del repertorio maorí de la danza donde están los hombres a la delantera con las mujeres que prestan la ayuda vocal en la parte posterior. La mayoría del haka visto hoy es el taparahi del haka, haka sin las armas.

Armstrong, autor del libro "Juegos maoríes y haka" (1964), decía que "la haka es una composición donde las manos, los pies, las piernas, el cuerpo, la voz, la lengua y los ojos juegan un papel importante. El haka es un mensaje del alma maorí expresada con palabras y posturas del cuerpo".

Parte esencial del arte del haka son las llamadas "pukana" (abrir exageradamente los ojos), "whetero" (sacar la lengua, realizado solo por los hombres), "ngangahu" (similar a la pukana), y "potete" (cerrar los ojos en diferentes momentos de la danza, realizado solo por las mujeres). Todas estas expresiones se realizan para dar significado y fuerza a las palabras. El haka es una danza muy expresiva, principalmente con gestos faciales

Haka era también un costumbre de alta importancia social en dar la bienvenida y la hospitalidad de visitantes. La reputación tribal se levantó y cayó en su capacidad de realizar el haka (Hamana Mahuika).



| Anexo II

RECURSOS DE EVALUACIÓN PLANILLA DE OBSERVACION

