

1-Introducció

2-història

3-Cóm es juga? Regles

4-El rugbi a l'escola

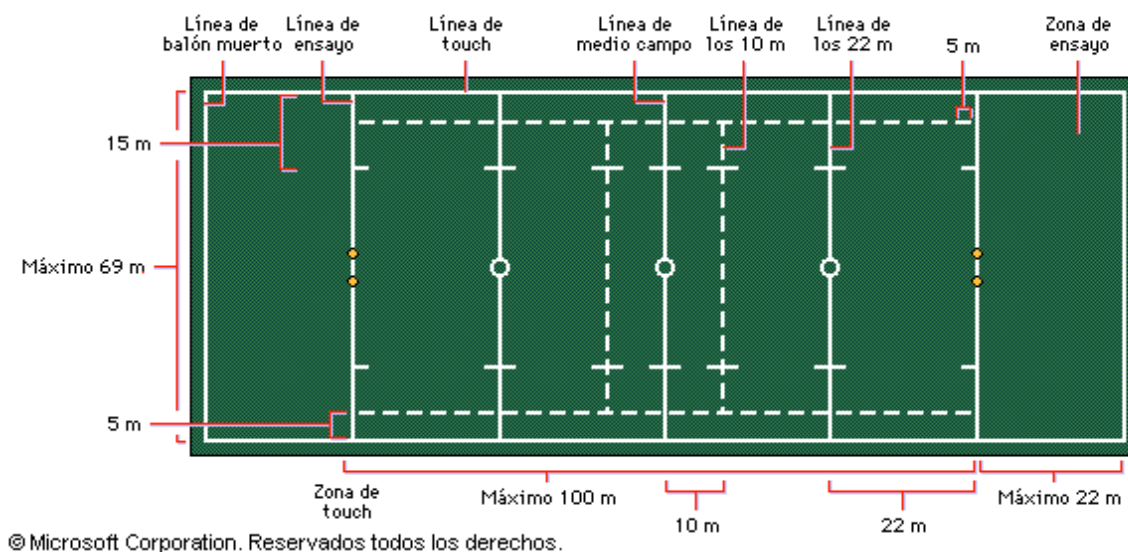
5-Opinió personal

6-fotografies

7-bibliografia

1º Introducció:

El Rugby Union: Es un deporte de equipo que enfrenta a dos conjuntos integrados por quince jugadores cada uno, también por equipos de siete jugadores, siendo conocido entonces como rugby a siete. La finalidad de este deporte consiste en llevar el balón más allá de la línea de ensayo del contrario. El partido comienza cuando se hace pasar con una patada el balón por encima de la línea de 22 m del contrario. Si el balón sobrepasa la línea de ensayo se puede volver a poner en juego.



2º Historia:

Según la tradición, el juego lo inventó un estudiante llamado William Webb Ellis, en la Rugby School de Inglaterra. En noviembre de 1823 se cree que hizo trampas técnicamente durante un partido del entonces fútbol tosco y popular que se jugaba en la escuela cuando –con un refinado desprecio a las reglas del fútbol de la época– cogió la pelota con las manos y corrió con ella. De hecho, había otras formas de juego con las manos mucho antes de que Webb cometiera esta infracción. Por ejemplo, el campo, que se jugaba en East Anglia en el siglo XV, el hurling (sin sticks), que se jugaba en Irlanda y Cornwall (era una forma de balonmano), el fútbol Shrovetide, y el juego escocés tradicional del Jethart Ba' (pelota).

Una vez que la idea del rugby cuajó, se extendió con rapidez por las escuelas en forma rudimentaria con una

variedad de reglamentos. Se jugó en la Universidad de Cambridge en 1839, y en 1843 se fundó el Guy's Hospital Rugby Football Club (el club de rugby más antiguo que existe).

En los treinta años siguientes se fundaron muchos otros clubes en Inglaterra, Escocia, Irlanda y Gales. En 1871 se creó la Rugby Football Union (RFU) y se estableció un primer reglamento. El mismo año se jugó el primer partido internacional (Inglaterra contra Escocia, con veinte jugadores por equipo). En 1872 tuvo lugar el primer enfrentamiento Oxford–Cambridge que se convirtió en un evento anual (excepto durante la I Guerra Mundial), celebrándose desde 1922 en Twickenham, Londres. Las dos universidades han tenido una influencia considerable en el juego y muchos de sus estudiantes se han convertido en jugadores internacionales.

Hacia el final del siglo XIX el juego estaba bien establecido en Inglaterra, Escocia e Irlanda –sobre todo a través de la influencia de las escuelas públicas y universidades– y en Gales del Sur, donde fue llevado por los mineros y se convirtió casi en un sustituto de la religión. Estos países formaron la base del torneo de selecciones más importante del mundo, el de las Cinco Naciones, la quinta es Francia, que se unió posteriormente, que goza de gran tradición y prestigio internacional.

Desde 1875 la mayoría de los partidos se jugaban por equipos de quince jugadores pero las alineaciones variaban mucho. En aquel tiempo había diez delanteros, dos medios atacantes y tres zagueros, que eran fundamentalmente defensivos. Una gran modificación fue pasar a un zaguero defensor a jugar con los medios (que se convirtió en el primer tres cuartos). Hacia 1880 era normal tener nueve delanteros, dos medios, tres cuartos (a menudo llamados treses) y un zaguero. Más tarde, se introdujo un tres cuartos más y la melé se estableció en ocho delanteros. Sin embargo, la puesta en acción de una melé todavía varió.

En fecha tardía como 1930 el equipo de Nueva Zelanda jugaba con una formación 2–3–2 con solo dos hombres en la fila frontal. El rugby fue incluido en los Juegos Olímpicos de 1908 y de nuevo en 1920 y 1924, pero participaron pocos equipos y Gran Bretaña mostró poco interés en los eventos; ambos años los equipos de Estados Unidos ganaron la medalla de oro.

La copa del mundo inaugural se jugó en Australia y Nueva Zelanda en 1987, Nueva Zelanda derrotó a Francia en la final. La segunda edición se jugó en Francia y Gran Bretaña en 1991, cuando Australia venció a Inglaterra en la final. El tercer campeonato se celebró en Sudáfrica, donde el equipo anfitrión derrotó a los All–Blacks en la final. En 1991 también hubo una copa del mundo femenina, cuando doce naciones compitieron en Cardiff, Gales. La final la ganó Estados Unidos que derrotó a Inglaterra. Este campeonato reflejó el gran interés de las mujeres en el juego, que había crecido incesantemente en las décadas de 1970 y 1980. Se jugó mucho en escuelas y universidades.

Durante la segunda mitad del siglo XX ha habido un gran desarrollo de técnicas y teorías sobre cómo jugar mejor al rugby. El rugby continúa siendo un deporte aficionado, pero ha habido numerosas discusiones sobre las ventajas e inconvenientes de los pagos extras y compensaciones a los jugadores y el tema del profesionalismo encubierto. Como en otros deportes y juegos, los intereses comerciales (patrocinadores y publicidad), han tenido gran influencia.

Algunas fechas importantes por el valor de las decisiones que se tomaron son:

Año 1877. Los equipos internacionales reducen el número de jugadores a 15.

En 1882 se designan árbitros neutrales para los partidos internacionales.

Año 1890. Se forma la Internacional Rugby Football Board integrada por Inglaterra, Irlanda, Escocia y Gales con el propósito de asegurar un código de leyes que sirviera para los encuentros internacionales, juzgar todas las disputas que surgieran en estos enfrentamientos y mejorar, alterar abolir o añadir nuevas reglas al código internacional por una mayoría de 3 a 1.

En 1893, a raíz de la pérdida en una votación, los partidarios de pagar a los jugadores forman la Northern Union que, con el tiempo, se convertiría en la Liga profesional a 13. Ese mismo año se da más autoridad al árbitro y se incluye en el reglamento la ley de la ventaja.

En 1900 el rugby participa por primera vez en las Olimpiadas.

En 1920 es deporte olímpico por segunda vez.

En 1924, para seguir defendiendo el antiguo ideario olímpico, participa en las Olimpiadas por tercera y última vez.

En 1939 se juega el primer torneo a VII.

En 1987 se celebra conjuntamente en Nueva Zelanda y Australia la primera copa del Mundo.

En 1992–93 tiene lugar la mayor revisión de reglas desde que se publicó el reglamento de juego moderno.

3º Reglas:

Es un juego de quince jugadores en equipo que se puede jugar también por equipos de siete jugadores (se le conoce como rugby a siete). Su nombre es una atribución original del nombre de la escuela de Rugby, en la localidad inglesa de Warwickshire. Los postes de meta en una cancha estándar están separados 5,64 m y tienen un travesaño a una altura de 3 m. La pelota es ovalada y mide de 28 a 30 cm. de largo y 58 a 62 cm. de circunferencia. El juego está controlado por un árbitro ayudado por dos jueces de línea. En las competiciones los partidos tienen dos tiempos de 40 minutos con un descanso de 5 minutos en el intermedio. Los puntos se anotan de las formas siguientes: ensayo, lo consigue un jugador llevando la pelota al suelo en la zona de ensayo del equipo contrario (vale cinco puntos); transformación o gol, se consigue dando una patada al balón (a balón parado, o por medio de un drop o patada a bote pronto) por encima del larguero y entre los postes. Las transformaciones se pueden conseguir convirtiendo un ensayo (dos puntos) y por un golpe de castigo (tres puntos). En la práctica, la mayoría de las transformaciones o goles se consiguen a balón parado. También está la transformación de drop, cuando se da una patada, a bote pronto, en medio del juego (tres puntos).

Campo de rugby Union

La finalidad de este deporte consiste en llevar el balón más allá de la línea de ensayo del contrario. El partido comienza cuando se hace pasar con una patada el balón por encima de la línea de 22 m del contrario. Si el balón sobrepasa la línea de ensayo se puede volver a poner en juego.

Un equipo se compone de ocho delanteros y siete zagueros o defensas. Hay dos pilier, un central, dos segundas líneas, dos alas o aleros y un número 8. Los zagueros son: un medio escrum, un medio volante, dos tres cuartos centrales, dos tres cuartos aleros y un zaguero de cierre.

Un partido comienza con una patada a balón parado desde el centro del campo; el segundo tiempo se reanuda de la misma manera. Después de la consecución de un tanto, el juego se reanuda con una patada de drop, también desde el centro del campo. A continuación cada equipo intenta ganar la posesión de la pelota y, por medio de maniobras y pases (además de por patadas al balón para ganar terreno y la posición), anotar ensayos. Igual que en el rugby a trece, la pelota debe pasarse hacia atrás o lateralmente, para poder avanzar. La pelota puede golpear, lanzarse o pasar de un jugador a otro en cualquier dirección, excepto hacia adelante. Si un jugador, sin querer, lanza la pelota hacia delante, el arbitro decreta un escrum; grupo compacto de fuerza en el lugar donde se ha producido la infracción. Un escrum se forma por dos grupos de delanteros que se aproximan inclinándose unos contra otros, para que la pelota se ponga en juego sobre el suelo, en el túnel que se forma entre ellos. Cada grupo lo componen un mínimo de cinco jugadores por equipo; normalmente son ocho. Dos rasgos importantes y que se repiten en el juego son: la melé espontánea y los amontonamientos.

Una melé espontánea se forma por uno o más jugadores de cada equipo, en contacto físico y de pie, empujándose alrededor de la pelota cuando está en el suelo entre ellos. Un amontonamiento se produce cuando hay uno o más jugadores de cada equipo en contacto físico y de pie, alrededor de un jugador que lleva la pelota y termina cuando la pelota cae al suelo, cuando la pelota o el jugador que la lleva se sale del amontonamiento, o cuando se decreta un scrum. Cuando la pelota esta inmóvil en un amontonamiento se decreta un scrum. Ni la melé espontánea ni el amontonamiento se pueden dar en las zonas de ensayo. Tackle (como en el rugby a 13 o el fútbol americano), es una parte esencial del juego. Un jugador es tackleado cuando está en posesión de la pelota y es sujetado por un oponente y tirado al suelo o cuando es sujetado y la pelota cae al suelo. El jugador que lleva la pelota se considera que es tackleado cuando al ser sujetado pone una o las dos rodillas en el suelo, o se sienta en el suelo, o encima de un jugador que está tirado en el suelo. Un jugador que ha sido tackleado debe soltar la pelota o pasarla. Cuando un jugador es tirado al suelo, debe intentar salir inmediatamente del lugar donde se encuentra la pelota. Cualquier jugador que esté en el suelo después de un placaje debe ponerse en pie antes de volver a tomar parte en el juego. Una vez que el jugador tackleado suelta la pelota, los demás jugadores deben estar de pie para poder jugarla. Ningún jugador puede caer intencionadamente sobre otro que esté en el suelo o cerca de él; también es ilegal tirarse encima de la pelota cuando ésta sale de una melé espontánea o de un amontonamiento. La formación de saque de touch y el lanzamiento del mismo son una parte importante del juego. Las primeras se componen, al menos, de dos jugadores por cada equipo, alineados en dos filas paralelas, en ángulo recto con respecto a la línea de touch. El equipo que efectúa el saque determina el número máximo de jugadores que deberá alinearse por equipo (los oponentes pueden alinear menos pero nunca más). Debe haber una distancia de 1 m entre las dos líneas de jugadores. Las formaciones empiezan a una distancia de 5 m de la línea de touch y se pueden extender hasta

los 15 m. La pelota se debe lanzar en línea recta por un jugador situado fuera de esa línea y debe recorrer un mínimo de 5 m antes de que toque el suelo o a otro jugador. Si el saque es incorrecto, los oponentes pueden elegir entre hacer ellos el saque o una melé a 15 m de la línea de touch. El scrum es la forma habitual de reanudar el juego en el centro del campo durante los partidos de rugby. En la melé, las dos líneas de delanteros se enfrentan hombro con hombro, tratando de hacer retroceder al equipo contrario y sacar el balón con el pie por detrás, para que la línea de defensas pueda hacerse con él y jugarlo.

Durante el transcurso normal del juego, el jugador que lleva la pelota o la pelota misma, salen por la línea de touch, se le concede un saque de touch al equipo contrario, pudiendo ser un saque rápido o una formación en regla. Cuando se efectúa un saque de touch, la pelota se debe lanzar como sigue: si el saque es consecuencia de un golpe de castigo, o una patada desde dentro de la línea de 22 m en la zona de ensayo del equipo que la ha golpeado, se sacará desde el lugar por donde ha salido; si la pelota sale del terreno sin haber botado dentro previamente, en otro caso que no sea el anteriormente citado, o si el jugador que da la patada la ha efectuado desde fuera de la línea de 22 m, el saque se producirá desde un lugar opuesto a donde fue golpeada, o desde el lugar por donde salió, en el caso de que éste estuviera más cerca de la zona de ensayo del equipo que lanza; en un saque rápido, desde cualquier punto entre el que la pelota salió y la zona de ensayo del que hace el lanzamiento.

Las patadas a la pelota son una parte muy importante de las tácticas y estrategias del juego. Además de la patada a balón parado y el drop, está el puntapié, que se usa con frecuencia. Para hacer un puntapié, el jugador deja caer la pelota y antes de que toque el suelo le da una patada. Un especialista en puntapiés puede darle efecto a la pelota, de manera que la lance en una dirección determinada y luego afecte a su vuelo y a la forma de botar en el suelo. El puntapié se usa para conseguir saques de touch y para ganar terreno. Puede recorrer pocos metros o sobrepasar los sesenta o más. Hay patadas que envían la pelota baja y luego bota por el suelo, método usado habitualmente para conseguir un saque de touch o ganar una posición en el campo.

Otro tipo de patada es el chip, un puntapié corto sobre las cabezas de los contrarios que se puede seguir. Una variación es el arriba y abajo, una patada muy alta que permanece en vuelo el tiempo suficiente para que los jugadores del equipo que la efectúa corran hacia delante y se coloquen debajo de donde se espera que caerá la pelota. Por último está el puntapié cruzado, que se usa cuando un tres cuartos alero u otro jugador, mientras corre cerca de la banda, es rodeado por contrarios y da una patada alta y cruzada, hacia el centro del campo, para que otros jugadores la sigan y atrapen.

El puntapié para ganar terreno y posición suele usarse cuando se lanza un tiro libre por una infracción, y en muchas ocasiones, cuando se lanza un golpe de castigo.

En los tiros libres, los oponentes deben retirarse hacia su zona de ensayo hasta que estén a 10 m de la marca y el equipo del jugador que golpea debe estar detrás de él. El pateador puede elegir entre hacer un tiro libre rápido o tocar ligeramente la pelota con el

pie para avanzar él mismo y luego pasarla. De nuevo, los contrarios deben retirarse a 10 m. También se obtiene un tiro libre por una recepción, realizada por un jugador que mientras está en su propia área de 22 m, recoge la pelota limpiamente en el aire, lanzada por un puntapié de un contrario, teniendo al menos un pie en el suelo y gritando la palabra mark, al tiempo que realiza la cogida. En este caso, el tiro libre lo realiza el mismo jugador que efectúa la cogida. Un golpe de castigo puede ser un drop, una patada a balón parado, un saque rápido al pie o un puntapié. El objetivo puede ser conseguir una transformación, ganar terreno con un saque de touch (en este caso no se puede

usar la patada a balón parado), o ganar terreno dando una patada hacia delante para que el equipo corra e intente ganar la posesión de la pelota. Otra vez, los oponentes se retirarán 10 m y el equipo del que da la

patada se colocará detrás de él. Si el pateador intenta una transformación, los oponentes no pueden moverse hasta que haya realizado el tiro. Si de una patada de drop, la pelota sobrepasa la línea de balón muerto o un defensor la manda al suelo en su propia área de ensayo sin haber sido él el responsable de enviarla sobre su propia área de ensayo, es obligatorio reanudar el juego desde la línea de 22 m y esta patada se llama habitualmente drop-out o un 22. Hay un gran número de infracciones posibles en el rugby, más que en ningún otro juego de campo, y debido a ello es muy difícil de arbitrar. Las reglas más complejas conciernen al fuera de juego o fuera de lugar. Básicamente, un jugador está en fuera de juego cuando se encuentra por delante de un compañero que tiene la pelota, o del compañero que la jugó por última vez. De hecho, sucede con frecuencia y es un fuera de juego técnico. Esta situación le coloca temporalmente fuera de juego, y se le penalizará si interviene en la jugada o intenta participar en la misma mientras esté en posición de fuera de juego. Si lo hace, se le penaliza con un golpe de castigo en el lugar de la falta. No se produce infracción si la posición del jugador es inevitable y se retira sin interferir a un jugador contrario.

Un jugador no puede golpear, dar patadas, abalanzarse o zancadillear a un oponente, aunque sí puede empujar con la palma de la mano abierta a un contrario que intenta tacklear. Tampoco pueden hacerse placajes peligrosos (por ejemplo, un bloqueo o placaje alrededor del cuello o de la cabeza) o placar con el brazo rígido. No se puede cargar, agarrar u obstruir a un oponente que no tenga la pelota, excepto en un amontonamiento o melé espontánea. Todas estas infracciones pueden conllevar la expulsión del jugador, en cuyo caso, el jugador no puede volver al partido. Un pase o rebote adelantados de manera deliberada se penalizan con un golpe de castigo. También se concede un golpe de castigo en contra de un jugador que pase o lance la pelota deliberadamente fuera de la línea de touch. La estrategia y las tácticas de juego son complejas y variadas y difieren según el desarrollo del juego y la fortaleza o debilidad de los oponentes. Principalmente, es función de los delanteros conseguir buenas posesiones de pelota en las scrums, saques de touch, amontonamientos y melés espontáneas, para que los medios scrums y los tres cuartos puedan comenzar a correr con ella y efectuar pases de ataque, en los que con frecuencia, los delanteros pueden, en ciertas circunstancias, verse implicados. Una característica muy importante del juego es la jugada de segunda fase. Es la colocación deliberada en una melé espontánea o en un amontonamiento, con el objetivo de conseguir una posesión de la pelota en una segunda fase. Los métodos habituales son los siguientes: un delantero rompe desde el scrum, o desde la formación de saque de touch, con la pelota y es tackleado. A esto sigue una melé espontánea o un amontonamiento con todos o con la mayoría de los delanteros involucrados, con lo que obligan a los defensores a participar; de igual manera ocurre con el jugador que hace el placaje, que queda temporalmente fuera de la acción. Cuando los defensores entran en acción, el bando que ataca lanza la pelota hacia sus tres cuartos, para que corran con ella; en segundo lugar, el medio scrum saca la pelota de la misma o de un saque de touch (o de una melé espontánea o de un amontonamiento) y la pasa lejos hasta la posición del central interior; éste corre y se sigue exactamente la misma táctica que en el caso anterior; por último, cuando desde un saque en corto se le entrega la pelota a un delantero fuerte, que carga y consigue todo el terreno que pueda; después el procedimiento es, de nuevo, como en el primer caso. Este movimiento se puede hacer dos o tres veces sucesivas. Hay variaciones en los principios básicos que afectan al medio volante, al número 8 y a los delanteros de los flancos. Todos estos movimientos deben tener presente un uso particular de la zona ciega y de la zona abierta (la zona ciega es el área de terreno entre la melé, el amontonamiento, o la melé espontánea, que está más cercana a la línea de touch y que es más estrecha; la zona abierta es el otro lado del scrum, amontonamiento, o melé espontánea).

Todos los miembros de un equipo tienen funciones defensivas. Los medios y los tres cuartos deben marcar a sus opuestos y el zaguero es la última línea de defensa. Todos los delanteros se involucran en aspectos

defensivos del juego, en especial al cubrir el terreno en profundidad. Los aleros tienen misiones defensivas de ataque (por ejemplo, tacklear los medios y tres cuartos del equipo contrario). La variación principal del rugby a quince es el rugby a siete o siete. Se juega en un campo de las mismas dimensiones pero solo hay siete jugadores por cada equipo y el partido dura siete minutos por tiempo, con un minuto de descanso entre ellos. Básicamente hay tres delanteros y cuatro zagueros; un scrum lo forman tres delanteros por equipo. Las tácticas son muy diferentes de las del rugby a quince.

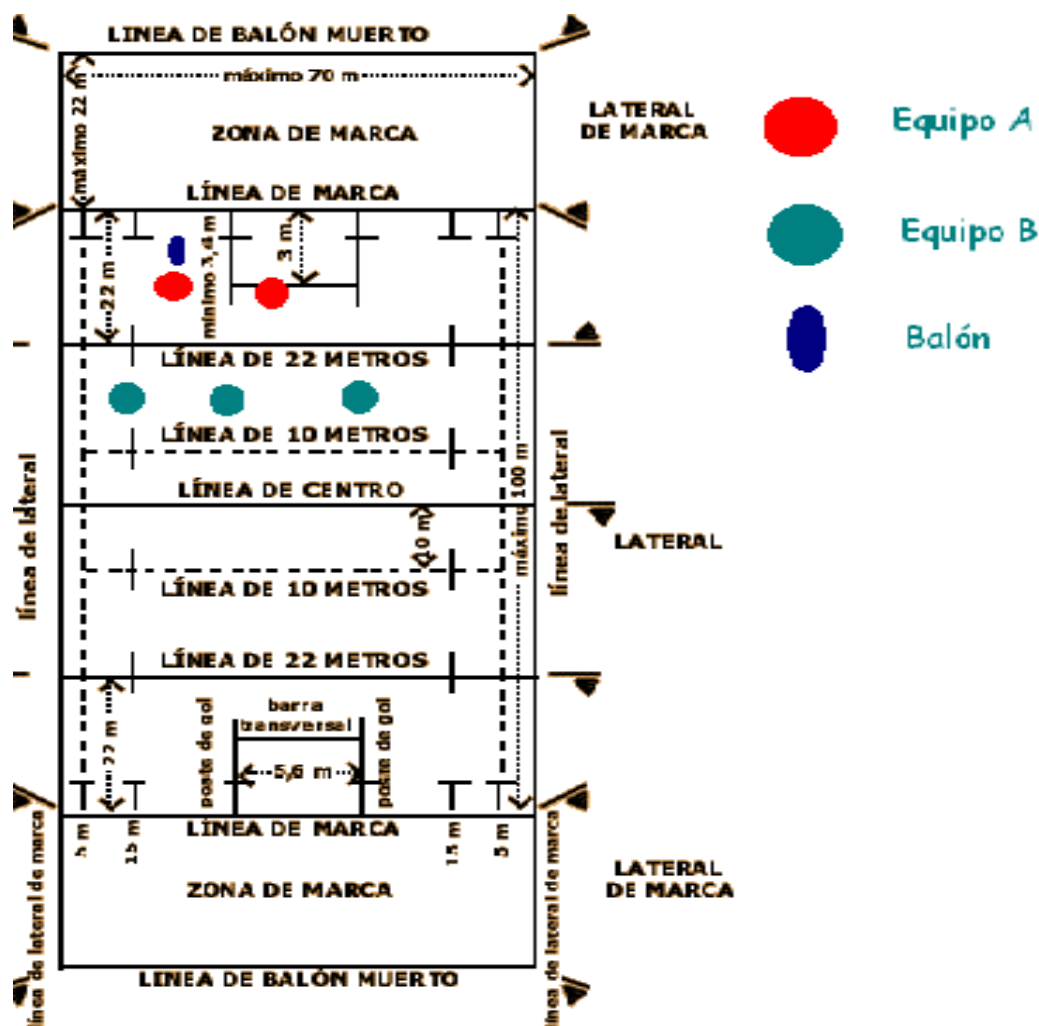
Un jugador es tackleado cuando está en posesión de la pelota y es sujetado por un oponente y tirado al suelo.

Jugador lesionado

Si el árbitro es avisado por un médico o por otra persona médicamente cualificada, o por cualquier otra razón considera que la lesión de un jugador es tal que le será peligroso continuar jugando, le requerirá para que abandone el área de juego. Por la misma causa el árbitro puede también requerir a un jugador que abandone el campo para ser examinado médicamente.

Fuera del caso de lesión el árbitro no permitirá que un jugador abandone el recinto de juego, excepto en circunstancias especiales. El árbitro no autorizará que un jugador entre en el terreno hasta que el balón esté muerto.

Campo de rugby:



4° El Rugby a l'escola:

Así como con otros deportes se ha hecho, se pretende con el presente (RUGBY) brindar tanto a alumnos como docentes la posibilidad de buscar y encontrar en la diversidad de los deportes que se practican en nuestro territorio nacional, las bondades de cada uno de ellos, con la seguridad que todos brindan un valiosísimo aporte al enriquecimiento motor de los jóvenes—En ese marco se observa como oportuno resaltar en el juego del

rugby puntos que de alguna manera están ausentes en otros juegos. Esos valores podrían describirse de la siguiente manera:

_ es un juego en el cual todos, sin diferencia de tamaños ni de contextura pueden llegar a la cumbre de la carrera deportiva, cosa que no sucede con otros juegos.—

_ inculca en todo momento por sus grandes exigencias físicas, un espíritu constante de sacrificio y de valores hacia sí y hacia los demás.—

_ es un juego de contacto físico no solo de oponentes, sino de compañeros, lo que sin duda propone una relación de compañerismo y respeto por el otro mucho más profunda.—

Relacionado con éstas características deducimos que será positivo cultivar a través de un deporte valores que por diferentes razones se han dejado en el tiempo.—

OBJETIVOS

_ incorporar nuevos elementos de trabajo al ámbito escolar.—

_ Contribuir, a partir de las características tan especiales del juego, al mayor control del carácter de los chicos.—

_ inculcar fuertemente valores de compañerismo, respeto, cuidado del otro.—

_ promocionar dentro del ámbito escolar un juego que bajo una enseñanza concientizada, promueve la participación total de los individuos de la sociedad escolar.—

_ reducir los casos de violencia escolar.—

FUNDAMENTO –

Básicamente lo que propone este trabajo es preparar a los jóvenes o niños para el juego. Este juego le quita a

éste deporte muchas situaciones de contacto, en tanto que retiene los elementos esenciales del Rugby.-

Es fundamental para el desarrollo contemplar los siguientes puntos, dadas las características del juego:

a_ la ética del juego y el rol del profesor

b_ aptitudes de enseñanza y análisis de aptitudes.-

c_ organización de una práctica, entre otras

Asimismo será básico brindar a los docentes material formativo que les permita a los chicos disfrutar de un juego alegre y satisfactorio.-

a_ Dentro de lo que es la Ética del Juego debemos definir actitudes necesarias del docente, y del alumno (jugador).

Dentro de lo que le compete al docente podemos definir el siguiente accionar:

_ respetar al oponente, dado que sin él no habría juego.-

_ respetar las leyes, ya que son un convenio mutuo sin el cual, tampoco habría juego.-

_ tratar siempre que el juego sea una experiencia placentera y constructiva.-

_ respetar los consejos médicos, teniendo en cuenta siempre la edad biológica de los chicos con los que se desempeña la tarea.-

_ recordar siempre la necesidad de crear un ambiente de alegría, en el cual, jugar el juego del rugby sea divertido.-

En cuanto al alumno (jugador) definimos que:

_ recordar que juegas para divertirte, mejorar tus aptitudes y sentirte bien.-

_ jugar respetando las reglas del juego.-

_ controlar el carácter.-

_ jugar bien dando todo de sí para sí mismo y para el equipo o grupo que esté participando.-

_ trata a tus compañeros y oponente

5° Opinión Personal:

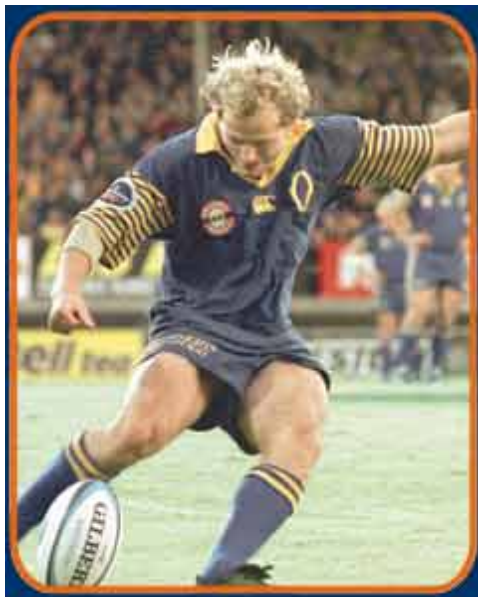
Yo creo que el rugby no es bueno para los niños si lo practican como se practica en verdad porque la gente que practica este deporte tiene que tener mucha valentía ya que cuando te hacen un placaje le hacen mucho daño a tirarlo al suelo si no fuera por esto el rugby se vería mas por la tele y a la gente le gustaría mas ver los partidos de rugby.

Yo creo que con el tiempo se ira mejorando y llegara a ser como el fútbol que todo el mundo esta pendiente si gana este equipo o pierde este otro yo creo que esto pasara con el rugby.

6° Fotografías:



Reglamento



7º Bibliografía:

En el deporte actual es importante evaluar la condición física de los deportistas para así poder cuantificar, agrupar y planificar las diferentes cargas de entrenamiento. Desde lo aeróbico se hallan gran cantidad de evaluaciones, tanto de campo o de laboratorio, directas o indirectas, encontrando entre los diferentes protocolos diferentes grados de correlación positiva o no. El objetivo de este trabajo es encontrar uno o más tests para poder medir la Potencia Aeróbica con jugadores de rugby de Plantel Superior. Para ello se evaluaron 20 jugadores de primera división (12 forwards y 8 backs) con dos tests indirectos de campo, siendo uno el Beep Test y el otro el test de 3000 metros. Se realizaron en días diferentes, a una semana de diferencia entre ambos. Como resultados, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre a ambos test y la correlación positiva fue de $r=0.9$. A partir de estos datos se concluyó que es indistinto para este tipo de

Palabras clave: Potencia Aeróbica. Test indirectos. Beep Test. Test de 3000 metros. Jugadores de rugby



Reglamento