

EL RUGBY

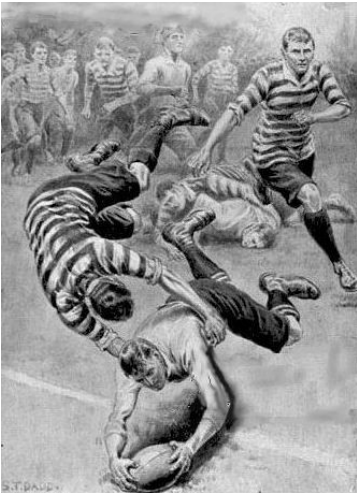
Índex

1. Introducció.....	2
2. Història del Rugby.....	2
3. Com s'hi juga?.....	2
Objectiu.....	2
Durada.....	2
Material.....	2
Terreny de joc.....	3
Jugadors.....	3
Puntuació.....	3
Regles principals.....	3
4. Tècnica.....	4
Passada.....	4
Recepció.....	4
Placatge.....	4
Xut.....	4
Touche.....	5
Melé.....	5
5. Una mica de tàctica.....	6
Joc a la mà.....	6
Joc al peu.....	7
6. Per acabar has de saber que.....	7

1. Introducció

“Esperit de sacrifici i l'equip per sobre de tot”, “la força física i el respecte davant de l'adversari” son frases que poden definir el rugby i que el diferencien d'altres esports col·lectius”

2. Història del Rugby



La versió més romàntica diu que un noi, William Webb Ellis, estudiant de l'escola pública de la ciutat de Rugby, contradient les regles del futbol del seu temps, va agafar la pilota amb les mans i va començar a córrer. A partir d'aquí les normes varen anar variant fins que l'escola pública de la ciutat de Rugby les va unificar.

El 1851 l'acadèmia d'Edimburg va adoptar i va editar el primer reglament de rugby, que separa les dues tendències: el rugby i el futbol. A partir d'aquell moment va nèixer la federació anglesa i més tard ho van fer la francesa, la gal·lesa, la irlandesa, la de Sudàfrica i la de Nova Zelanda.

La Federació Espanyola de Rugby es va fundar el 1923 després que Baldiri Aleu, estudiant de medicina de Montpeller, portés aquest esport de França i fundés la Unió Esportiva Santbionana (1920)

Sabies que...?

L'equip perdedor fa el passadís a l'equip guanyador, i aquest convida a l'equip perdedor a un aperitiu, el que es coneix com a tercer temps.

3. Com s'hi juga?

Objectiu

Plantar la pilota dins la zona de marca

Durada

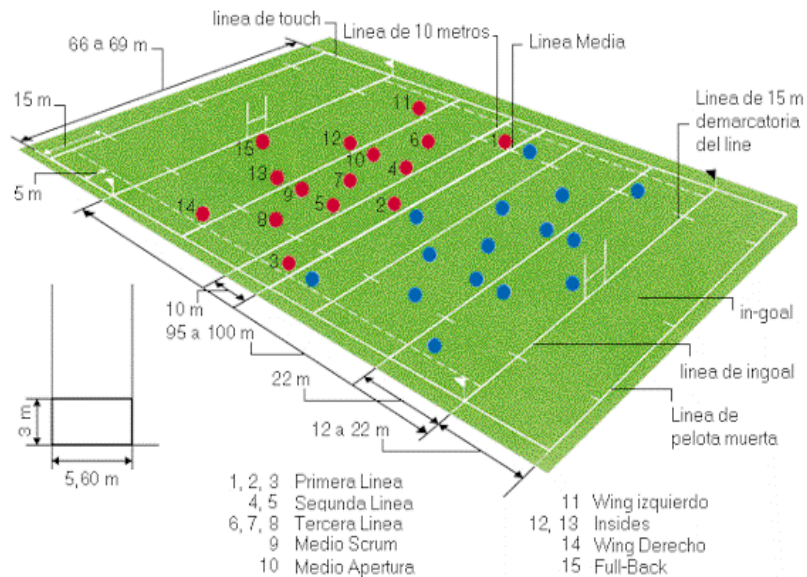
Es juguen dues parts de quaranta minuts, amb cinc minuts de descans.

Material

Una pilota ovalada

Terreny de joc

Les dimensions d'un camp de rugby són de 100x60 metres



Jugadors

L'equip està integrat per quinze jugadors.

Davanters: dos pilars, un talonador, dos segones línies, dos tercers línies laterals i un tercer centre.

Tres quarts: un mig de melé, un mig d'obertura, dos centres, dos ales i un darrer.

Puntuació

Assaig: deixar la pilota a terra a la zona de marca de l'adversari, val 5 punts.

Transformació: xutar la pilota per sobre de la porteria adversària després d'un assaig val 2 punts.

Assaig + transformació: 7 punts

Cop de càstig: xutar la pilota per sobre de la porteria després d'un infracció val 3 punts.

Xut de sobrebot (drop): passar la pilota per sobre la porteria i entre els pals, amb un xut de rebot en una fase dinàmica val 3 punts.

Regles principals

Avant: es produeix quan la pilota és passada a un company o companya que es troba més avançat. Se sanciona amb una melé.

Retingut: quan un jugador és placat i no deixa anar la pilota.

Melé: forma d'iniciar el joc després d'una acció antireglamentària.

Touche: es fa quan la pilota surt per la línia de banda.

Cop de càstig: sanció de l'àrbitre després d'una acció violenta, un placatge incorrecte...

Assaig: tocar a terra amb la pilota dins la zona de marca de l'equip contrari.

Sabies que...?

L'equip de rugbi més espectacular és la selecció novazelandesa, anomenada **All Blacks**, que està integrada per jugadors de la raça maorí. A l'inici dels seus partits ballen una dansa anomenada **jaca** enfront dels seus adversaris.



4. Tècnica

Els gestos tècnics més característics del rugbi són:

Passada

Sempre s'ha de fer cap enrere i amb les dues mans intentant protegir la pilota d'un possible placatge.

Recepció

Ha de ser amb les dues mans. És complicada per la forma ovalada de la pilota.

Placatge

És una acció en la qual el defensor o defensora tira a terra l'atacant que té la pilota per evitar que guanyi terreny. Aquest placatge s'ha d'efectuar per sota de les espatlles i pot ser:

- placatge frontal
- placatge lateral
- placatge per darrere

Xut

Xutar una pilota ovalada no és gaire fàcil, però de tant en tant es fa.

Aquest xut pot ser executat de diferents maneres depenent del moment del joc:

- volea**: xut per allunyar el perill o per llançar la pilota a touche.
- drop (xut de sobrebot)**: xut a pals deixant botar la pilota
- de càstig**: la pilota es planta a terra després d'un cop de càstig i es xuta a pals.

Però el rugbi també té algunes jugades de caràcter col·lectiu que necessiten una certa disposició dels jugadors:

Touche



Un jugador se situa fora del terreny de joc, al lloc on assenyala el jutge de línia, i tots dos equips formen dues línies paral·leles (dos jugadors com a mínim per equip), cadascun en el seu terreny de joc amb una separació d' 1,5 metres entre els dos equips.

El jugador que fa el servei de touche ha de llançar la pilota de manera imparcial entre els dos equips, que intentaran agafar-la.

Melé

L'àrbitre la sanciona quan s'ha produït un avant. Està formada per vuit jugadors disposats en tres línies diferents, que formen la davantera i estan agafats entre si per poder fer més força que l'equip adversari. El mig de melé de l'equip no sancionat introdueix la pilota en el túnel que han deixat les dues davanteres enfrontades i un cop la pilota toca a terra, totes dues davanteres empenyen cap endavant per aconseguir que la pilota quedi en el seu terreny i poder iniciar una

nova jugada d'atac.



Imatge d'una melé entre els equips d'Espanya i Geòrgia on el mig de melé espanyol està apunt d'introduir la pilota al túnel de la melé perquè sigui jugada

Sabies que...?

Del rugbi neixen altres esports com:

- El futbol americà
- El futbol australià
- El rugbi a tretze o el rugbi a set

5. Una mica de tàctica

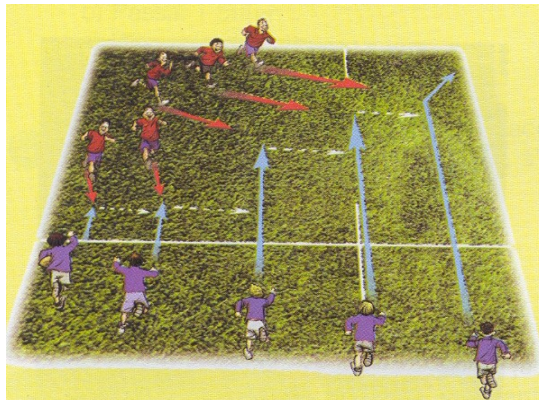
Alguns conceptes bàsics que has de saber i has de recordar:

Si el meu equip té la possessió de la pilota: atac	Si el meu equip no te la possessió de la pilota: defenso
Objectius en atac:	Objectius en defensa:
Aconseguir un assaig	Evitar l'assaig
Avançar cap a la zona de marca contrària	Impedir que l'equip contrari avanci
Assegurar-nos la possessió de la pilota	Recuperar la pilota
Davant del tipus de defensa adversària:	Tipus de defensa:
Jugar la pilota lluny del contrari, cap a fora	Defensa agrupada
Jugar en penetració, cap endavant	Defensa desplegada
Xutar la pilota	Defensa presionant

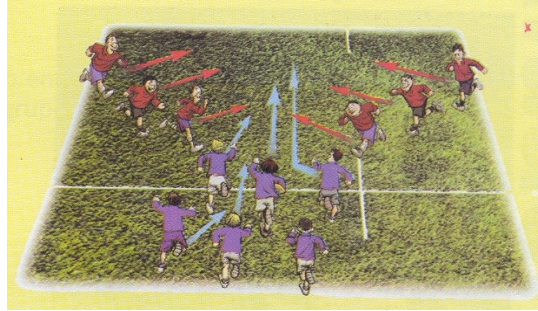
L'equip atacant intenta avançar, per a la qual cosa pot jugar amb la mà (joc a la mà), per mitjà de passades i recepcions o amb el peu (joc al peu). Fixa-t'hi en els dibuixos i en les característiques de cada forma de joc:

Joc a la mà

- **Joc desplegat:** s'utilitza davant d'una **defensa agrupada**. Es busquen els **espais laterals lliures**, s'hi porta la pilota amb passades.



- **Joc agrupat:** s'utilitza davant d'una **defensa desplegada**. Els jugadors **avançaran** en profunditat i aprofitaran el buit entre defensors.



Joc al peu

S'utilitza davant d'una defensa amb una **primera línia que fa molta pressió**. Amb un cop s'intenta enviar la pilota a un **espai lliure per darrere de la línia defensiva**.



Sabies que...?

A banda del campionat del món de rugbi els tornejos més prestigiosos que se celebren de seleccions anualment són, per una banda els **sis nacions de rugbi** que disputen les seleccions de: França, Itàlia, Anglaterra, Gal·les, Irlanda i Escòcia, i per altra banda el **tres nacions** que disputen les seleccions més famoses de l'hemisferi sud i són: Nova Zelanda, Sud-àfrica i Austràlia.

6. Per acabar has de saber que...

- El rugbi és un esport basat en el contacte i a vegades pot ser una mica dur. Si vols jugar i gaudir d'aquest esport has d'acceptar-ho o no enfadar-te quan et plaquin.
- El rugbi potencia l'esperit d'equip i el respecte a l'adversari.
- Per jugar a rugbi és necessari un bon escalfament, ja que hi ha molts contactes que poden causar lesions.

Sabies que...?

A les seleccions mundialment més reconegudes de rugbi se'ls ha posat un sobrenom pel qual se'ls identifica. Així tenim:

Anglaterra: el 15 de la Rosa donat que duen una rosa brodada al seu jersei

Nova Zelanda: els All Blacks, donat que vesteixen integrament de color negre

Sud-àfrica: els springboks, que és una espècie de cérvol que els identifica i que duen brodat a l'escut del seu jersei

Argentina: els pumas, donat que també és el seu escut i símbol brodat a la samarreta

Aquí en teniu dues mostres.



Existeix una dita anglesa molt coneguda i que exemplifica molt bé que és el joc del rugbi així com els jugadors que hi participen i diu el següent:

El futbol és un joc de cavallers jugat per rufians, en canvi el rugbi és un joc de rufians jugat per cavallers.

Si algun dia teniu l'oportunitat de veure per televisió o en directe un partit de rugbi entendreu millor aquesta dita i és que, a diferència d'un partit de futbol, on els jugadors es passen tota l'estona discutint-li a l'àrbitre les seves decisions, en el rugbi, absolutament cap jugador no pot discutir-li a l'àrbitre una decisió seva. A més a més, durant el partit hi ha molta duresa, però sempre es tracta d'una duresa en el joc entesa des del joc net i del Fair Play i en acabar el partit tots dos equips es reten homenatge mútuament, independentment del guanyador o el perdedor, pel bon partit que els han permès jugar i gaudir.