

RUGBY

La actividad de rugby tiene como finalidad iniciar al niño en la práctica de este deporte en un ambiente lúdico, combinando ejercicios técnicos y juegos que promuevan su formación integral. El rugby es una herramienta excelente para desarrollar tanto habilidades físicas como valores personales, fomentando la cooperación, el respeto y el trabajo en equipo. Se trata de una actividad adaptada a la edad y nivel del alumno, donde se prioriza la diversión, la inclusión y la mejora progresiva.

OBJETIVOS

- Conocer y practicar los fundamentos básicos del rugby de forma divertida y segura.
- Desarrollar habilidades motrices esenciales como correr, lanzar, recibir, esquivar y colaborar en grupo.
- Tomar conciencia del propio cuerpo y sus capacidades, mejorando la coordinación, el equilibrio y la percepción espacial.
- Fomentar valores fundamentales como el compañerismo, el respeto a los demás, la solidaridad y el juego limpio.
- Despertar el interés y el gusto por el deporte y la actividad física como forma saludable de ocupar el tiempo libre.
- Mejorar la coordinación dinámica general a través de ejercicios específicos del rugby adaptados a cada nivel.

METODOLOGÍA

El rugby se plantea como una actividad adaptada a las necesidades del desarrollo de los niños, teniendo en cuenta las capacidades motrices, el nivel de coordinación, la lateralidad y el ritmo de aprendizaje de cada niño. Se trabajan conceptos técnicos de manera progresiva y mediante juegos: el pase, la recepción, el avance con balón, el posicionamiento y la estrategia colectiva.

Durante las sesiones se promueve el trabajo en equipo, la cooperación y el respeto por las normas del juego. Se prioriza el enfoque lúdico y formativo, sin contacto físico agresivo, para garantizar un entorno seguro y motivador. También se tiene en cuenta la participación individual dentro del grupo, favoreciendo tanto la autonomía como el sentimiento de pertenencia a un equipo.

Irene Bermejo Calvo | Coordinadora de Actividades Extraescolares

extraescolares@cber.es