



Universidad Nacional de La Matanza
Florencio Varela 1903 - San Justo - Buenos Aires - Argentina

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: Cestobol
Rugby

Código asignatura: 0408

Año: 2021

Contiene dos cátedras:

Cátedra: Cestobol Prof. A cargo, Lic. Irene Dinero

Cátedra: Rugby Lic. Hugo Máximo Gobet

Carga Horaria: Anual 2 hs. Semanales

Cestobol

1) Fundamentación

El Cestobol es deporte abierto ya que su situación es cambiante y los actores realizan movimientos impredecibles resolviendo la misma con su capacidad de resolución, necesitando para ello una variedad de recursos técnicos.

Es de invasión, de oposición, por lo que se destacan las funciones de ataque y defensa siendo fundamental la ocupación de los espacios de sus jugadores, teniendo en cuenta el aspecto reglamentario que lo limita. El Cestobol es un deporte de equipo tanto para hombres como para mujeres, donde se

desarrollan las diferentes cualidades físicas, los aspectos psicológicos y valores sociales de cada una de las personas que lo practican. Por sus particulares características tácticas y técnicas, la dinámica de su juego implica, estimula y desarrolla un amplio sentido de cooperación entre quienes participan. Debido a que la pelota no tiene posibilidad de que pique, la única opción para jugarla es por medio de pases entre compañeros/as de equipo. En una primera etapa, la iniciación y aprendizaje global, el objetivo responde al nombre de iniciación al juego. Momento particular donde las formas lúdicas deben ser numerosas y la variación y diversidad permitirá una motricidad enriquecida, donde la vivencia de situaciones de juegos análogos a los de la propia participación en el juego formal, permitirán a los alumnos y alumnas una variedad de recursos que hacen a la independencia, autonomía y generan condiciones para poder seleccionar cuáles serán los apropiados a utilizar.

2) Objetivos Estructurales

- Tener iniciativa hacia la investigación.
- Manejar los conocimientos y procedimientos adecuados para cada etapa del desarrollo motor
- Propiciar el aprendizaje motor en la formación docente para comprender su complejidad y dificultades, como insumo para la enseñanza de diferentes contenidos.
- Favorecer la capacidad para coordinar situaciones de enseñanza de los contenidos de la Educación Física y tome decisiones sobre la organización de tiempo, espacio en la escuela, club, posibilitando el logro de aprendizajes por parte del alumno

Objetivo Generales

- –Promover a la reflexión del derecho de aprender de los alumnos y la importancia de su inclusión en la clase de educación física.
- – Posibilitar la utilización de diferentes estrategias pedagógicas y recursos didácticos acordes a cada situación educativa. –
- Tenga pensamiento crítico, acerca de la multiplicidad de tareas que supone el rol docente, así como de su implicación personal, el posicionamiento ético y social y el compromiso democrático.

Objetivos Específicos

-Desarrollar las habilidades específicas del deporte.

-Adquirir conocimiento epistemológico y competencias específicas de Cestobol, en el contexto de la formación para el ámbito educativo, social y deportivo.

-Proponer al futuro/a docente situaciones didácticas que enriquezcan las competencias de sus alumnos/as, a fin de que logren compartir con otros/as y resuelvan situaciones de juego entre otros posibles logros.

- Participe de actividades de juego, planillaje y referato.

3) Unidades Didácticas

UNIDAD I: Historia y ORIGEN del Deporte, el deporte escolar

- a. Pelota al cesto: su historia.
- b. Cestobol: unión con otros deportes, su creación
- c. Instituciones los deportes, torneos, alcance.
- d. Fundamentación desde la Educación física y como Deporte Abierto
- e. La iniciación deportiva: Juegos de iniciación e introductorios sobre los deportes de oposición y cooperación, de oposición y cooperación.

- f. . Características básicas del juego. Contenidos fundamentadores de la enseñanza del Cestobol. Ciclos del juego. Del juego al deporte. Juegos Fundamentadores. Mini Cesto y Premini.
- g. Conocimiento de las reglas básicas de juego. Reglas oficiales

UNIDADII: FUNDAMENTOS TECNICOS ESPECIFICOS

- a. Pase y Recepción: Pase de arriba, pase de abajo.
- b. Ritmo de 2 tiempos y Pivote: mecanismos de detención
- c. Amagues y fintas, Saltos.
- d. Procesos Metodológicos y trabajos aplicativos de todas las técnicas

UNIDAD III: FUNDAMENTOS INDIVIDUALES ESPECIFICOS:

- a. Lanzamiento a pie firme: de abajo
- b. Lanzamiento en bandeja.
- c. Lanzamiento de arriba: con recepción de espaldas al cesto, de perfil, de frente.
- d. Defensa: postura, desplazamientos, ubicación y distancia.
- e. Marca al receptor, marca al lanzador

UNIDAD IV: FUNDAMENTOS TACTICOS DEL DEPORTE

- a. Alternancia de roles y lógica interna del deporte.
Comunicación y contra comunicación en las acciones motrices.
- b. Formas de colaboración en ataque: Cruces, cortina, triangulación, circulación.
- c. Formas de oposición en defensa: individual, cambios de marca, toma de rebote, contraataque.
- d. Funciones de los jugadores, roles, toma del rebote y contraataque
- c. Reglamento: planillaje, arbitrajes.

4) Bibliografía general:

Sara Cosas. (1999) Técnica y Metodología Ed Stadium

Ibrahim- Dinaro (2016) Apunte de la Catedra.

D. Blázquez Sánchez. La iniciación deportiva. Ed. Inde

Reglamento. (2011) Buenos aires Ed. Stadium

Barletta G. Ledo M (2007) Curso de Iniciación al Cestobol CADC

-Bruun. L, Carrete M. Coria L. (2008) El Cestoball y su aplicación al ámbito escolar. C.A.D.C. –

-Closas y Coll. (1982) Minicesto. Buenos Aires. Stadium.

-Blázquez Sánchez, D. (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona. Inde publicaciones.

5) Cronograma de Actividades:

Las clases tendrán modalidad principalmente práctica.

Se realizaran dos clases teóricas por cuatrimestres.

9/4 y 18/4 I cuatrimestre

27/8 y 8/10 II cuatrimestre

Evaluaciones:

Prácticas: 14/5, 24/9, y 5/11

Teórico: 25/6 y 12/11

Un trabajo práctico por cuatrimestre, en el primer cuatrimestre una observación de partido

Segundo cuatrimestre: participación en torneo o encuentro interinstituto, como jugadora, planillera o arbitraje.

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje:

Se realizaran clases utilizando diferentes estrategias: de Tarea, de Exploración, de Enseñanza Recíproca, de Resolución de problemas, así como trabajos en pequeños grupos, para exponer, corregir, y debatir en clase.

7) Gestión de Catedra:

Esta Cátedra tiene como objetivo principal promover el sistema integrado de actividades de investigación, formación y documentación del deporte.

Para conocerlo como patrimonio cultural y así como dirigir su enseñanza a nivel escolar, social y comunitario. Destacando el aprendizaje en valores, y teniendo en cuenta la función de formadores de formadores, resaltando el aspecto pedagógico-didáctico, para proyectar este deporte abierto a las necesidades que hoy exige nuestra comunidad.

8) Modalidad de cursado

(especificar la modalidad de trabajo que la asignatura contemple, duración de teóricos y prácticos, cantidad de alumnos por grupo de discusión, etc.).

De acuerdo al diagnóstico del grupo, será de participación, la clase comenzará con un teórico introductorio donde se plantearán los objetivos, el desarrollo de los mismos será práctico, y durante la última parte de realizar nuevas propuestas y puesta en práctica de los contenidos trabajados por parte de los alumnos.

En los teóricos se realizarán exposiciones, utilización de recursos como videos, tic, etc.

9) Evaluaciones

(especificar cantidad y forma de evaluación, ubicación en el Cronograma de Actividades, etc.) Habrá 2 evaluaciones prácticas y 1 teórica por cuatrimestre. Más un trabajo de exposición sobre iniciación al deporte.

Las evaluaciones prácticas tendrán carácter de tarea motriz, o juego reducido, siempre en grupos, previamente orientada durante las clases.

10) Régimen de Promoción

Las alumnas que alcancen 7-10 puntos. APROBO

Las alumnas que alcancen 4-6 puntos CURSO

Las alumnas que no alcancen los 4 puntos REPROBO



Universidad Nacional de La Matanza
Florencio Varela 1903 - San Justo - Buenos Aires - Argentina

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de la Asignatura: Rugby

Código asignatura: 0408

Año: 2021

Cátedra: Lic. Hugo Máximo Gobet

Carga Horaria: 2 horas cursadas, 2 horas semanales

1) Fundamentación:

El deporte rugby es uno de los agentes de la Educación Física que colabora en la formación del profesor universitario de Educación Física, brindándole herramientas para el desarrollo de actividades y el cumplimiento de distintos objetivos, saberes recreativos, lúdicos y educativos. Teniendo como elementos sobresalientes su masiva repercusión social, lo que lo hace apreciado por el alumnado en general.

2) Objetivos Estructurales

Objetivo General:

Que el alumno logre:

- Vivenciar la iniciación al deporte a través de juegos para las diferentes etapas, en un marco de seguridad y cuidado.

Conocer el deporte desde una concepción educativa, comprendiendo su importancia como agente instrumental operativo de la Educación Física, no sólo en los diferentes niveles del sistema educativo sino también en los diversos estamentos del deporte social, comunitario, federado o profesional.

- Reflexionar “en la acción” (pensar y reorganizarla forma de actuar) y “sobre la acción” (repensando lo que se ha hecho) sobre la enseñanza del deporte en diferentes contextos sociales
- Reflexionar sobre la esencia y el espíritu deporte
- Reflexionar acerca de la perspectiva de género, planteando y diseñando situaciones didácticas que lo contemplen y propicien.
- Favorecer la capacidad para coordinar situaciones de enseñanza de los contenidos de la materia y tomar decisiones sobre la organización de tiempos, espacios, equipos y agrupamientos en la escuela, el gimnasio, el campo de deportes u otros espacios, posibilitando el logro de aprendizajes por parte de cada alumno

Objetivos Específicos:

- Reconocer la autonomía y el compromiso profesional necesario para su futura práctica profesional
- Adquirir las **destrezas** básicas del deporte para comprender su complejidad y sus dificultades, alcanzando un mínimo nivel de ejecución como experiencia para la enseñanza futura.
- Reconocer los conceptos **tácticos** que hacen al desarrollo del juego, lo cual le permitirá diseñar un criterio más amplio de enseñanza
- Interpretar y conocer el **reglamento** del juego. Garantizar el conocimiento disciplinar y didáctico necesario para incidir en la formación corporal y motriz de los sujetos de aprendizaje en los distintos niveles y modalidades del sistema escolar y en otros ámbitos institucionales

- Apropiarse de herramientas teóricas / prácticas que permitan a los estudiantes elaborar y fundamentar proyectos de enseñanza
- Diseñar y llevar a cabo el entrenamiento de un equipo de rugby.
- Conocer la organización del rugby profesional, su rol en la sociedad, para promover un espectador más objetivo y racional que pueda disfrutar sus valores

3) Unidades didácticas

Unidad 1:

Reseña histórica y evolución del rugby hasta su definitiva institucionalización como deporte. Proyección histórica en la evolución del juego y sus variantes.

Los "**juegos deportivos**" en la enseñanza del rugby

- Los juegos globales o de aproximación global al deporte
- Los juegos deportivos reducidos
- Los driles deportivos
- Los juegos deportivos modificados

Encuadre del rugby como juego deportivo de invasión. Principios y criterios que orientan su tratamiento didáctico

Lógica interna del deporte Elementos constitutivos, fases y principios

La táctica La técnica o modelos de ejecución- Reglas El espacio de juego-El tiempo deportivo- La comunicación motriz

Fundamentos tácticos y estratégicos: ubicación en cualquiera de las posiciones de juego por puesto, en ataque y en posición defensiva, según el desarrollo del juego.

Diferentes profundidades en ataque y defensa.

La formación de los equipos, características y posiciones de los jugadores.

Unidad 2:

Perdida de miedo al contacto con los diferentes elementos del juego: pelota, compañeros, suelo y rival.

Problemas que resolver en la iniciación

El primero es de tipo **afectivo**: la aceptación del contacto físico con los adversarios, con los compañeros y con el suelo.

- El segundo es de tipo **cognitivo**: ¿cómo hacer avanzar el balón si tengo que pasar hacia atrás?
- El tercero es de tipo **motriz**: ¿cómo organizarse motrizmente para el combate, para la evasión y para la manipulación del balón

Por este motivo, **la resolución de los problemas afectivos es muy importante en las primeras etapas del aprendizaje del rugby.**

Los objetivos para la iniciación de niños al rugby deben situarse tanto en el plano psico-afectivo como en el de la comprensión de los principios del juego:

Plano psico-afectivo:

- Disfrutar combatiendo lealmente
- Regular su energía en el juego de combate colectivo
- Respetar al adversario

Para lograr este objetivo se desarrollarán una gran variedad de juegos que tiendan a **naturalizar** el contacto con los diferentes elementos del deporte pelota, compañeros, suelo y rival

La característica de estos juegos será: empuje, tracción, riña, evasión, cooperación /confrontación

Unidad 3

Destreza Pase y recepción

Planteo didáctico: como proceso de aprendizaje de las habilidades motoras **en situaciones de juego**, que propician la **resolución de problemas** propios de la práctica deportiva

Modelos de ejecución, la toma de decisiones en situaciones cambiantes.

La recepción: toma de la pelota en posición estática y dinámica para posterior pase o Kick, recepción de la pelota saltando en disputa con un adversario

El pase. Diferentes modalidades: a la carrera, hacia ambos lados, lanzamiento en un Line- out, introducción de la pelota en el Scrum, una apertura

Unidad 4

Destreza Puntapié (Kick)

Planteo didáctico: como proceso de aprendizaje de las habilidades motoras en situaciones de juego, que propician la resolución de problemas propios de la práctica deportiva

Modelos de ejecución, la toma de decisiones en situaciones cambiantes

Kick de aire (Punt), Kick de sobre pique(Drop), Kick con pelota en posición de parada para la conversión(place), Kick a la carrera para sacar la pelota al Touch, para habilitar a un compañero y/o para realizar un auto pase

Unidad 5

Destreza Tackle

En contexto de juego con oposición

Planteo didáctico: como proceso de aprendizaje de las habilidades motoras en situaciones de juego, que propician la resolución de problemas propios de la práctica deportiva

Juegos de iniciación, desplazamiento y postura Driles / ejercicios de iniciación con poco desplazamiento y progresión en el grado de dificultad

Modelos de ejecución con oposición o material didáctico facilitador, la toma de decisiones en situaciones cambiantes

Tackle: tackle frontal, tackle lateral y tackle en persecución.

Unidad 6

Formaciones móviles: ruck/maul

Formaciones móviles: inicio y fin del ruck y maul, su importancia en la lógica del juego

Trayecto de carrear para el ingreso, entrada, formación y limpieza para sacar la pelota tanto en el Maul como en el Ruck en situación de juego integrando aspectos reglamentarios

Unidad 7

Formación fija Line out

Iniciación Progresión para su enseñanza Aspectos metodológicos /seguridad/reglamentarios

Formación del line- out en situaciones motrices de cooperación y oposición, en situaciones de juego y posterior empuje en cualquiera de las posiciones asignadas, ya sea saltando, recepcionando la pelota, o asistiendo al compañero que lo eleva.

Unidad 8

Formación fija Scrum

Iniciación Progresión para su enseñanza Aspectos metodológicos /seguridad/ reglamentarios.

Formación del scrum en situaciones motrices de cooperación y oposición, en situaciones de juego y posterior empuje en cualquiera de las posiciones asignadas

Unidad 9

Preparación Física: planificación de la preparación física atlética, anual e hipotética para un equipo de rugby.

Características de la entrada en calor, con los ejercicios recomendados

Concepto de sesión /microciclo / macrociclo

Capacidades condicionales en relación con el deporte:

Resistencia aeróbica Conceptos básicos. Deportes cíclicos/ acíclicos

Concepto de VAM Potencia aeróbica Distancias recorridas tiempos en el deporte

Fuerza Conceptos básicos Ejercicios dinámicos derivados del levantamiento olímpico Cargada Arranque Enviñon Metodología Características básicas

Velocidad Conceptos básicos Distancias y característica de la carrera en velocidad en el deporte

Flexibilidad / movilidad Conceptos básicos Flexibilidad dinámica Ejercicios típicos del deporte, aspectos preventivos en relación a las lesiones del deportista

Unidad 10

Reglamento: conocimiento de las reglas del juego y su espíritu. Arbitraje. Conducción de un partido informal entre compañeros. Modificaciones Rugby infantil / juvenil/ seven

4) Bibliografía General:

Francisco Usero Martín, Álvaro Rubio Pla RUGBY La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Ministerio de Educación y Ciencia España

La enseñanza del deporte en la Escuela y en el CEF Doc N° 2 Dir de Ed Física 2016

Devis Devis La iniciación en los juegos deportivos: la enseñanza para la comprensión

Collinet, S. y Yves-Nerin, J Rugby ¿cómo enseñar el deporte hoy? De la escuela al club. Buenos Aires: Stadium

Boletín Técnico de la URBA (Unión de Rugby de Buenos Aires)

Federación Española de Rugby (S/D) Juega, entrena, arbitra, bloque específico nivel I. Madrid: Sportec.

Guastella, A. Guía teórico-práctica de la formación. Buenos Aires

Stephen´s Green´s Manual para empezar a jugar al Rugby. International Rugby Board. Ireland

Reglamento de Rugby de la IRB

Reglamento Nacional de Rugby Infantil de la UAR

Smart Rugby.

Boletines oficiales emitidos por la URBA.

Clínicas UAR URBA

5) Cronograma de actividades:

Clase	Contenidos	Carácter
1	Presentación de la materia, pautas generales. Sistema de evaluación y aprobación.	Teórico
2	Iniciación al rugby . Juegos de iniciación	Práctico
3	Iniciación al contacto. Juegos de pérdida de miedo al contacto	Práctico
4	Juegos /driles de pase y recepción	Práctico
5	Ejercicios de pase recepción Técnica de pase , metodología	Práctico
6	Iniciación al tackle Juegos de pérdida de miedo al contacto	Práctico

7	Tackle de frente, de costado y de atrás Ejercicios, aspectos reglamentarios	Práctico
8	Ejercicios de tackle. Tacke en situación de juego	Práctico
9	Iniciación al Ruck Ejercicios Aspectos reglamentarios	Práctico
10	Iniciación al Maul Ejercicios Aspectos reglamentarios	Teórico
11	Formaciones móviles, jugadores, funciones	Práctico
12	Trabajo Practico: conformación de grupos, organización, pautas, temas	Teórico
13	Iniciación al line out Progresión metodológica	Práctico
14	Line out en situación de juego	Práctico
15	Parcial teórico	Teórico
16	Iniciación al scrum Progresión: tira saca, con/sin empuje	Práctico
17	Formación de scrum completo posición de los jugadores Aspectos reglamentarios / seguridad	Práctico
18	Preparación física, planificación de la preparación física atlética, anual e hipotética para un equipo de rugby.	Teórica / Práctico
19	El puntapié Kicks de aire, de sobre pique.Juego	Práctico
20	Kicks: Drop, Punt Juego	Teórica / Práctico
21	Trabajo Practico: exposición de los grupos	Práctico
22	Reglamento: Ventaja Reglamento Off Side. Mark	Teórica / Práctico
23	Partido 15 vs 15 con formación características y posición de los equipos.	Teórica / Práctico
24		Práctico
25	Reglamento. Arbitraje: conducción de un partido entre compañeros.	Práctico
26	Preparación y ajuste previo al encuentro	Teórico
27	Encuentro entre las tres cátedras, modalidad seven	Práctico

28	Segundo parcial teórico.	Teórico
29	Recuperatorio de parciales	Teórico
30	Entrega de notas y cierre del cuatrimestre	Teórica

6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje:

Clases prácticas

Clases teóricas

Trabajos grupales

Proyección de videos

7) Gestión de Cátedra:

La cátedra será Práctica y Teórica enfocando los conceptos y fundamentos de enseñanza del deporte fundamentalmente en juegos ejercicios y, metodologías.

Los alumnos deberán realizar un trabajo práctico grupal (2 o 3 alumnos) donde presentarán una clase de Ed física escolar, previamente se les asignarán diferentes contenidos y edades hacia quienes estará dirigida su planificación; una vez realizada cada grupos presentará en intercambio resto de la clase ,en días establecido o jornadas de lluvia.

8) Modalidad de cursado:

La cátedra se dará en la cancha de rugby de la Universidad, en el Sum los días de lluvia, en un aula la parte teórica del reglamento, la reproducción de videos de partidos y de rugby infantil.

9) Evaluaciones:

Básicamente se obtendrá información del desempeño de los estudiantes bajo dos parámetros: parciales escritos y un trabajo práctico (TP).

- Los parciales escritos serán 2 (dos), 1 (uno) por cada cuatrimestre
- Para ser aprobado, el alumno deberá obtener 7(siete) puntos o

más

- Habrá un sólo recuperatorio en el segundo cuatrimestre y posterior al 2° parcial escrito
- El recuperatorio será para aquel alumno que no consiguiera 7 (siete) o más puntos en cualesquiera de los parciales escritos, o que haya estado ausente
- Si el alumno estuviera ausente o tuviera una nota menor a 4 (cuatro) en el 1° parcial escrito, no perderá la regularidad, sino que podrá acceder al recuperatorio.
- Si el alumno fuera aplazado en el recuperatorio, perderá la regularidad.
- Si el alumno obtuviera entre 4 (cuatro) y 7 (siete) se le dará como cursada la materia y estará en condiciones de aprobar en instancia final
- Si el alumno obtuviera una nota mayor a 7 (siete) en ambos parciales y tuviera aprobados el trabajo práctico, se le dará por aprobada la materia.
- El TP no llevará nota numérica.
- La no presentación del TP significará la desaprobación de la materia.
- Se tendrá en cuenta la asistencia y la participación en clase.

10) Régimen de Promoción:

Promocionará la materia aquel alumno que obtenga en los parciales la nota de 7 o más, realice el trabajo práctico y participe activamente en el desarrollo de las clases.