



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Grado en Maestro en Educación Primaria

**El Rugby como método para el desarrollo
de valores positivos en el aula de 5º de
Educación Primaria**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Álvaro Medina Medina
Tipo de trabajo:	Unidad Didáctica
Área:	Educación Física
Director/a:	Manuel Jiménez López
Fecha:	13/08/2022

Resumen

El objetivo de esta Unidad Didáctica es aportar valores positivos a alumnos de 5º de primaria y concienciar sobre la importancia de estos valores, especialmente a edades tempranas, para formar personas íntegras y que lleven acciones conscientes en sus vidas. Este objetivo se lleva a cabo mediante la práctica del rugby ya que es un deporte de equipo que reúne muchos valores morales positivos y sirve como herramienta educativa para brindar un escenario en el que transmitir dichos valores de una manera óptima. El juego será una parte fundamental ya que ofrece la posibilidad de transmitir las enseñanzas a los alumnos de manera entretenida y así mantener el interés en las tareas. Este trabajo concluye, que la utilización del rugby como herramienta didáctica para la transmisión de valores positivos es una estrategia interesante que se puede adoptar en el aula de educación física, pues los resultados obtenidos han sido positivos y gracias a la gamificación ofrece un amplio abanico de posibilidades, siendo una herramienta muy adaptativa.

Palabras clave: rugby, valores, deporte escolar

Índice de contenidos

1.	Introducción	5
1.1.	Justificación.....	6
2.	Objetivos del trabajo.....	8
3.	Marco teórico.....	9
4.1.	Educación en valores	9
4.1.1.	Conceptualización.....	10
4.1.2.	Valores positivos en la vida escolar.....	11
4.1.3.	Didáctica de la educación en valores en el aula de Primaria	13
4.2.	Iniciación deportiva: Rugby en la escuela.....	14
4.2.1.	Deporte escolar	15
4.2.2.	El Rugby en la escuela.....	17
5.	Contextualización.....	19
5.1.	Características del entorno	19
5.2.	Descripción del centro	19
5.3.	Características del alumnado.....	20
6.	Propuesta de unidad didáctica.....	21
6.1.	Introducción.....	21
6.2.	Justificación.....	22
6.3.	Referencias legislativas	23
6.4.	Objetivos de la propuesta y relación con las competencias	24
6.4.1.	Competencias	24
6.4.2.	Objetivos.....	25
6.5.	Contenidos	26
6.6.	Metodología.....	27

6.7.	Sesiones y/o actividades	31
6.8.	Temporalización.....	49
6.9.	Medidas de atención a la diversidad / Diseño universal del aprendizaje	50
6.10.	Sistema de evaluación.....	50
6.10.1.	Criterios de evaluación	52
7.	Conclusiones.....	53
8.	Consideraciones finales.....	54
9.	Referencias bibliográficas	55
10.	Anexos	60

1. Introducción

Este Trabajo de Fin de Grado consistirá en la elaboración de una propuesta de Unidad Didáctica llamada "El Rugby como transmisor de valores en las aulas de Educación Primaria". El fin de esta propuesta, es la de usar el deporte del Rugby como medio a través del cual se puedan mejorar malos comportamientos, hábitos y, en esencia, transmitir valores de calidad que influyeran de manera positiva a los niños y niñas que realicen su práctica.

Uno de los aspectos más importantes en la educación de los niños en la escuela es el comportamiento y la vivencia de valores positivos que orienten su conducta presente y futura. Hoy en día es más necesario que nunca enseñar valores positivos para vivir en sociedad o para la convivencia. Aprender a convivir es cada vez más necesario en una sociedad en la que la violencia, los contravalores, el individualismo y la competitividad, están cada vez más presentes.

El Rugby es un deporte en el que prima el respeto, el trabajo en equipo y el sacrificio, es también un factor clave que este deporte es el deporte que menos posibilidades ofrece de realizar acciones individualistas debido a la naturaleza del juego, por lo tanto, lo convierte en el deporte de cooperación por excelencia. Siendo así imposible practicar este deporte si no existe una buena comunicación y entendimiento, además de cooperación entre sus integrantes.

Todos estos factores hacen del rugby una excelente herramienta educativa en la que su práctica sirva como escenario en el que los practicantes desarrollen relaciones interpersonales a la vez que desarrollan aptitudes de manera individual tanto a la hora de desarrollar habilidades físicas como de adquirir buenos valores y que promuevan buenas conductas cívicas y les ayuden no solo en lo deportivo sino también en el ámbito personal de sus vidas.

En definitiva, la práctica de este deporte es un recurso idóneo a la hora de formar personas, que tengan unos valores cívicos y que sean capaces de ayudarse los unos a los otros y crecer tanto de manera individual como de manera colectiva. Y, además, resulta también una herramienta conciliadora muy poderosa, siendo capaz de unir a grupos de personas que con grandes diferencias.

1.1. Justificación

Representantes de la UNESCO, a través del Lanzamiento del conjunto de herramientas *Valores del deporte en cada aula* (2019), establece que los valores universales del deporte son más necesarios que nunca para construir comunidades de jóvenes saludables, activos y comprometidos. Y que dichos valores, se pueden aplicar tanto en las escuelas como en entornos educativos informales.

Lo que motiva esta idea es la experiencia personal al realizar las últimas prácticas del Grado de Magisterio, en un centro educativo escuela-hogar en el que la inmensa mayoría del alumnado provenía de familias desestructuradas y con muy escasos recursos.

En la estancia en el centro durante el periodo de prácticas se llevó a cabo un planning usando el Rugby tal como se ha descrito anteriormente, como herramienta para conseguir un buen clima de convivencia entre todos los alumnos y alumnas que formaban parte de la escuela-hogar y convivían día a día.

Ya que, en dicho centro, se encontraban una gran variedad de niños y niñas procedentes de diferentes países con culturas muy distintas y con lenguas maternas diferentes, sumado a que el alumnado provenía de familias desestructuradas, cuyos padres y madres tenían muy escasos recursos económicos y poca o ninguna formación académica, además de vivir en zonas marginales de la ciudad.

Todas estas características socioeconómicas se veían reflejadas en el alumnado, mostrando conductas agresivas y faltando al respeto tanto al profesorado como a otros alumnos o alumnas. Ya se ha demostrado que la práctica del Rugby, influye muy positivamente en entornos con características similares a las aquí descritas. Incluso en las cárceles con reclusos muy agresivos y peligrosos, se ha demostrado que con la práctica del Rugby se ha conseguido reducir los índices de reincidencia por parte de aquellos reclusos que parecían no mejorar su comportamiento antes.

La World Rugby (2021), que es el organismo regulador de máximo nivel en el rugby, sitúa los valores positivos en el centro de toda actividad que realizan y comportan tanto como organización federativa como a la hora de reflejar esos valores dentro del campo de juego, fomentando esta filosofía a todos los clubes a nivel mundial haciendo del rugby un deporte repleto de valores de convivencia:

“Pasión, la gente tiene un apasionado entusiasmo por el rugby, el rugby genera interés, apego emocional y sensación de pertenencia a la familia global del rugby. Solidaridad, el rugby ofrece un espíritu de camaradería, trabajo en equipo y lealtad para toda la vida, trascendiendo diferencias culturales, geográficas, políticas y religiosas. Disciplina, la disciplina es una parte integral del rugby tanto dentro como fuera del campo de juego, y se refleja en el respeto a las leyes, las reglas y los valores centrales del rugby. Respeto, el respeto por los compañeros, los rivales, oficiales de partido y todos los involucrados en el rugby es fundamental.”

- World Rugby.

El Rugby es el deporte de equipo por excelencia, ya que a diferencia de la mayoría de deportes, precisa de una gran variedad de roles que requieren acciones muy distintas en el campo y por lo tanto es un deporte que precisa de un buen número de diferentes arquetipos de personas.

Mayormente existen dos tipos de posiciones en el campo; los delanteros, que son aquellos jugadores más fuertes y pesados cuyas tareas en el campo requieren de una mayor fuerza. Y los jugadores de la línea de tres cuartos, que son aquellos jugadores más atléticos y rápidos, cuya tarea es la de agilizar el movimiento del balón por el terreno de juego. Dentro de éstas dos categorías principales se encuentran alrededor de diez subcategorías que abarcan las distintas posiciones en el campo. Esto hace que haya necesidad de tener a muchos diferentes tipos de personas en un equipo, donde cada uno aportará algo que los demás no pueden aportar ya que todos tienen tareas diferentes, con esto se consigue eliminar la figura de los ídolos y promover el trabajo en equipo por encima de todo, haciendo que nadie sea más importante que nadie y el conjunto trabaje respetando y valorando cada uno la tarea del otro, a lo largo del trabajo se irá detallando como esto será clave para conseguir transmitir valores y hacer que un grupo de personas crezcan emocional y espiritualmente.

2. Objetivos del trabajo

Para la realización del presente trabajo se plantea un objetivo general y tres objetivos específicos.

Objetivos Generales:

- Diseñar una Propuesta Didáctica inspirada en la práctica deportiva, basada en el rugby, como estrategia educativa para el desarrollo de valores positivos en el aula de 5º de Primaria.

Objetivos Específicos:

- Conocer los principales valores positivos y desarrollar sus habilidades para gestionar sus emociones en situaciones de estrés a través de la práctica del rugby.
- Planificar juegos y actividades de iniciación al rugby para adquirir y desarrollar valores positivos, así como el placer por la práctica del rugby
- Promover el trabajo en equipo e impulsar la autoestima del alumnado a través de la práctica deportiva.

3. Marco teórico

En este apartado se proporcionarán datos que aporten una base científica con los que se hará ver la importancia de los valores morales positivos y de la enorme influencia que estos tienen a la hora de dar forma a los ideales cívicos, así como de conseguir una mente emocionalmente sana y equilibrada. Estos datos también respaldarán y mostrarán la forma en la que se ha de trabajar para llevar esto a cabo y conseguir resultados óptimos.

El Marco teórico se dividirá fundamentalmente en dos bloques, donde en uno de ellos se expondrán y definirán los valores positivos, y de su importancia para la formación del alumnado, así como de los posibles métodos para su desarrollo, mientras que en el otro bloque se tratará de manera más específica la práctica de la actividad deportiva en el entorno escolar, usando así el deporte como conductor de dichos valores positivos.

4.1. Educación en valores

La educación en valores será el eje sobre el que girará esta Unidad Didáctica, los valores éticos y morales son esenciales para el desarrollo saludable de cada individuo y tenerlos presente y aplicarlos en nuestro día a día dignifica tanto a uno mismo como a los que estén alrededor.

Es muy común hoy en día observar cómo ciertos valores esenciales como el respeto, la solidaridad, la tolerancia, la honestidad o la empatía se están perdiendo, sobre todo en áreas de población más marginadas donde hay bastantes casos de familias desestructuradas, familias con escasos recursos económicos, escasa o nula formación académica, bajo nivel cultural, familias que no tienen ingresos estables o que tienen problemas para insertarse en la sociedad por diversos temas o que directamente se encuentran cumpliendo condena en un centro penitenciario (Santillán et al., 2019). Los niños que se críen en estas circunstancias se verán afectados y serán propensos a desarrollar malas conductas y a carecer de ciertos valores éticos (Santillán et al., 2019)

Otro factor a tener en cuenta es la comunicación, vivimos en una sociedad en la cual cada vez resulta más fácil para un niño aislarse del mundo, encerrarse en una habitación y estar entretenido gracias a dispositivos electrónicos y consumir contenido en internet, esto no hace sino limitar las interacciones interpersonales que tanta importancia tienen para el

correcto desarrollo de la personalidad de cualquier individuo, puesto que somos seres sociales y es necesario para nosotros establecer relaciones sociales con otros individuos (Hatch, 2011).

4.1.1. Conceptualización

Pero primero empecemos por lo básico, ¿Qué son los valores éticos y morales? Los valores éticos y morales son aquellas cualidades o ideas que nos ayudan a discernir lo que está bien de lo que está mal y nos impulsan a llevar un estilo de vida en el que se lleven a cabo acciones positivas, tanto para uno mismo como para con los demás, aportando así al individuo de un sentido crítico que le favorezca a la hora de tomar decisiones y alcanzar la madurez necesaria para vivir en armonía (Ortiz, 2003).

Según Tierno (1991), la agudeza intelectual del ser humano debe servirle para descubrir que son los valores y para qué sirven, y, por lo tanto, descifrar por qué realizar una u otra acción es bueno. De este modo, descubrir los valores es únicamente posible si se observa el mundo de manera positiva, con previa comprensión de que todo lo que ya existe, existe por alguna razón de ser y con algún propósito. Tener esta actitud ante el mundo en lugar de permanecer existiendo pasivamente ante el provoca el efecto de ver valor en todo lo que existe y de que todo lo que habita en el mundo es un bien preciado (Tierno, 1991).

Por otro lado, González (2021), en un proyecto en colaboración con la FAD y apoyado por la UNESCO, afirmó que la educación es clave para la formación de nuevas generaciones en valores como la responsabilidad, la cooperación, la humildad, el esfuerzo o la solidaridad, que deben ser la base para construir ese futuro mejor que todos queremos.

Por último, hacer mención a la Organización de Naciones Unidas (ONU), una de las mayores organizaciones a nivel mundial, que ya en La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible señaló la importancia de los valores universales y de la importancia que estos tienen para lograr alcanzar los objetivos y metas propuestos ya que estos valores son los que impulsan a las personas a esforzarse para luchar contra las injusticias y hacer de este un mundo mejor en el que no solo pensemos en el beneficio de forma individual, sino de aunar fuerzas para dirigir toda una sociedad a nivel mundial para alcanzar un estado de bienestar para todos, en el que haya cabida para todos y nadie sea privado de una calidad de vida digna.

4.1.2. Valores positivos en la vida escolar

Una vez aclarado que son los valores toca ahora hacer énfasis de manera más específica respecto a cuáles son estos valores éticos y morales. Se sabe de la necesidad y de la aplicación de los valores esenciales en la escuela (Barba Martín, 2007), pero podría haber discrepancias con respecto a cuáles son estos valores, existen muchos valores que según la perspectiva de diferentes individuos se les podría dar prioridad a uno sobre otros. No existe ningún valor ético o moral que no aporte rasgos positivos, ya que todo valor sirve para constituir al individuo y hacerlo más completo en su conjunto de ideas y creencias, dotándole de un juicio con mejor criterio (Sears et al., 2007). Sin embargo, es cierto que sí existen una serie de valores a los que se les podría llamar esenciales pues constituyen la base de la que partir para dar forma a la serie de cualidades cívicas, cognitivas y emocionales que desempeñarán el papel para que, a través del razonamiento y el sentido crítico, el individuo sea capaz de cuestionarse las cosas y aprender y alcanzar su fase de madurez y armonía (Sears et al., 2007).

La Constitución española de 1978, concretamente en el artículo 27 se reconoce que la educación tendrá como objetivo último el desarrollo integral del alumnado. Es por lo tanto, una responsabilidad moral de la escuela, el hacer de guía en todo el proceso de crecimiento del alumno, contribuyendo en la adquisición de conocimientos útiles para formarles y que sean competentes en el futuro para asegurar que prosperen pero también es responsabilidad de la escuela el guiar a todo niño y niña en su proceso de desarrollo emocional y personal, asegurándose de aportar al alumnado una educación en valores que haga que los niños y niñas crezcan de manera que sepan apreciar el valor de las cosas, siendo objetores de conciencia capaz de tomar decisiones por su propia cuenta y estableciendo el criterio adecuado, en definitiva, aportando a alumnos y alumnas las herramientas necesarias, no solo para lograr el éxito a nivel académico, sino también a nivel personal.

Uno de los valores morales que podría ser considerado como esencial sería el respeto, puesto que muchos otros valores morales y cívicos tienen su razón de ser a través del respeto, por ejemplo, uno no podría ser tolerante sin entender el significado del respeto, pues la tolerancia está basada en el respeto a lo ajeno, a lo que es diferente a nosotros mismos (Hildebrand, 2004). Es por eso que el respeto debería considerarse como uno de los

valores éticos esenciales, pues es en sí mismo un valor que se encuentra implícito en muchos otros valores.

“El respeto puede ser considerado como madre de todas las virtudes”, según el filósofo y teólogo católico alemán Dietrich Von Hildebrand (2004), quien consideraba el valor del respeto como aquella actitud más importante para una persona y para la sociedad en su conjunto.

Hildebrand (2004), señalaba que el gesto más primordial del respeto se basa en la respuesta a lo existente como tal, a simple y única existencia del ser como tal. Con el respeto, el individuo es capaz de conformar su propio criterio al valor esencial de lo que existe, siendo capaz de reconocerlo, dándole en cierta manera a lo que existe la oportunidad de desglosarse, de que interactúe con el individuo y crezca en su espíritu. Por lo tanto, el respeto de por sí, se conforma como algo indispensable para un razonamiento adecuado. Por otra parte, el respeto es también un elemento integrante del asombro, que, según los filósofos Platón y Aristóteles conforma una premisa ineludible de la filosofía. La ausencia de respeto es la causa principal de errores filosóficos, por lo que, es solo al individuo que es respetuoso al que se le abre la oportunidad del mundo majestuoso de los valores, de manera que se siente dispuesto a reconocer la posibilidad de la existencia de una realidad superior a la que le presta originalmente, estando así dispuesto a escuchar otras realidades nuevas que puedan alterar a otras antiguas (Hildebrand, 2004).

De ese modo, el respeto es, por un lado, un supuesto para poder entender los valores éticos y morales, por otro lado, una parte central de la misma respuesta del valor. Por ese motivo representa una condición totalmente necesaria y a su vez un elemento fundamental de todas las virtudes del individuo. Aquel individuo que se acerque a lo existente sin respeto, se convertirá en un individuo carente de visión, sin poder comprender y razonar de forma adecuada la profundidad de los secretos de aquello que existe a su alrededor y no podrá concebir una percepción real de otros valores (Hildebrand, 2004).

Por otro lado, se puede hablar también de otros valores morales y éticos de gran relevancia que ejercen una influencia muy positiva en el ámbito escolar y en la formación personal de alumnos y alumnas. Otro valor de gran importancia es el de la solidaridad, el cual es también esencial, junto con el respeto, para la más óptima educación en valores del alumnado, siendo la solidaridad un pilar básico para crecer y mejorar como sociedad, haciendo del

individuo parte de un conjunto superior a él, en el que, gracias a la solidaridad, unos y otros puedan ayudarse y prestarse apoyo mutuamente para prosperar y mejorar tanto de manera colectiva como de manera individual (Hildebrand, 2004).

4.1.3. Didáctica de la educación en valores en el aula de Primaria

Pero, ¿Cómo transmitir todos estos valores positivos a nuestros alumnos y alumnas?, ¿En qué contexto pueden estos valores ponerse en práctica? Para la comprensión, asimilación y posterior puesta en práctica de estos valores éticos y morales será la práctica deportiva la herramienta a utilizar como material conductor para hacer llegar al alumnado de la mejor manera la comprensión de estos valores. A través de la práctica deportiva se creará un espacio en el que interacciones sociales sean posibles, y haya situaciones en las que sea necesario resolver conflictos, juzgar con criterio, asimilar ideas, respetar normas y respetar diferencias (Whitehead et al., 2013).

Se plantean actividades en las que se practiquen deportes de equipo, como el rugby. En los deportes de equipo es muy importante, y de hecho necesario, tener una actitud de constante comunicación, trabajo en equipo y cooperación, respetar al compañero y al equipo, ser solidarios, ser disciplinado para mejorar destrezas y mejorar la cohesión de grupo. La actividad deportiva en equipo impulsará valores importantes como el respeto, la solidaridad, la disciplina, el trabajo en equipo, la responsabilidad, la tolerancia, la empatía, la honestidad y la humildad, entre muchos otros (Gómez Lecumberri et al., 2009).

Asimismo, Wilfried Lemke (2015), asesor del Secretario General de las Naciones Unidas sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz, aseguró que el deporte es una vía esencial con un tremendo poder a la hora de establecer puentes que sirvan para unir a las personas e incluso sociedades de todo el mundo, acercándonos unos a otros de manera igualitaria, además de servir como herramienta muy útil para ofrecer una educación en lo social a un coste muy reducido por lo que resulta muy práctico dada su facilidad de llevar.

Afirmando que el deporte es otro importante facilitador del desarrollo sostenible. Reconociendo su contribución para hacer realidad el desarrollo y la paz promoviendo la tolerancia y el respeto, y que respalda también el empoderamiento de las mujeres y los jóvenes, las personas y las comunidades, así como los objetivos en materia de salud, educación e inclusión social. (López-Mora et al., 2021)

4.2. Iniciación deportiva: Rugby en la escuela

Como ya se ha mencionado previamente en los apartados anteriores, es sabido que el deporte es una herramienta de gran utilidad a la hora de trabajar aspectos sociales y por lo tanto, para transmitir valores, puesto que la práctica deportiva facilita un contexto en el que pueden ocurrir un sinnúmero de interacciones interpersonales y donde pueden surgir numerosísimos acontecimientos en los que la manera en la que se traten dichas interacciones van a influir en gran cantidad y va a dar cabida al aprendizaje y reflexión de los valores éticos y morales (Fernández Gavira, 2007).

La práctica del deporte en equipo abre una ventana en la que un grupo de personas deben coexistir y trabajar conjuntamente. En dichas situaciones es propicio que surjan problemas de entendimiento y comunicación, así como discrepancia de opiniones. También se pondrá en práctica la tolerancia a la hora de relacionarse con otras personas con ideas diferentes o que comparten ciertas ideas, pero no comparten los métodos de trabajo para alcanzar dicha idea. Esto conducirá a plantear y aprender estrategias adecuadas para la resolución de conflictos, promocionar la empatía y reforzar una mejor actitud comunicativa. (Martínez et al., 2020)

Por otro lado, la práctica deportiva también influye de manera positiva otorgando y/o mejorando ciertas aptitudes a aquella persona que practique un deporte, por ejemplo, la disciplina, puesto que al practicar un deporte es necesario acatar y llevar a cabo una serie de normas impuestas por la naturaleza del juego, normas que han de respetarse si se quieren alcanzar los objetivos deportivos que se proponen. La disciplina también se puede aplicar no solo en el ámbito más puramente deportivo sino a otros aspectos de la vida, por ejemplo, ser disciplinado para adquirir el hábito de la puntualidad, puesto que existen unos horarios de inicio y fin de la actividad, y dentro de la misma actividad existen franjas horarias en las que se realizan distintos ejercicios. Ser capaz de realizar todas estas actividades y ejercicios de manera puntual aportará al alumno o alumna de manera indirecta la capacidad de valorar y respetar el tiempo tanto suyo como de los demás y por lo tanto de ser puntual (Nava y Tinoco, 2020).

En definitiva, la práctica deportiva facilita la adquisición y preservación de valores positivos, ofreciendo un espacio donde el trato cercano entre personas brinda la oportunidad de

experimentar de primera mano la importancia de la aplicación de dichos valores. (Smith-Palacio & Acebes-Sánchez, 2022)

4.2.1. Deporte escolar

El deporte moderno ha tenido una fuerte orientación educativa y ha ido evolucionando de manera muy significativa en lo referente a la transmisión de valores morales y éticos. Un ejemplo de ello es baloncesto, cuyo origen tiene lugar en un centro educativo de Estados Unidos donde un profesor de educación física improvisó un juego con una serie de normas para poder combatir el frío y hacer así que los alumnos entraran en calor, de este juego surgió más adelante el baloncesto tal y como lo conocemos (Fernández, 2020).

A lo largo de los años, y en los tiempos actuales, se han podido apreciar muchas muestras de la importancia del papel que el deporte juega en la educación. Y es notorio y de tener en cuenta como progresivamente la práctica deportiva ha ido adquiriendo más protagonismo en los centros educativos, tanto dentro del currículum educativo en el aula de educación física como también en las actividades extraescolares (Mendoza et al., 2004). La apreciación social del valor educativo y preventivo que tiene el deporte, la gran cantidad de literatura y artículos académicos publicados, y los testimonios de deportistas, tanto profesionales y famosos como amateurs elogiando la práctica deportiva, han conseguido difundir la información y también concienciar sobre los beneficios que el deporte supone.

Para que el deporte sea educativo debe poseer unas características determinadas, existen distintos tipos de enfoques para la práctica deportiva según los objetivos que se quieran alcanzar, el grupo y edad de personas a las que vaya dirigido, o la metodología que se plantee utilizar.

Por ejemplo, existe una fuerte corriente de pensamiento que afirma que la competición en el deporte no es interesante a la hora de fomentar la educación y transmitir valores. Sin embargo, Amat y Batalla (2000) afirman no estar de acuerdo con esta postura, entendiendo que tanto el deporte, como el deporte de competición son ambos beneficiosos para contribuir positivamente en el proceso educativo de alumnos y alumnas. Para ello hay que entender y saber enfocar la competición deportiva aprovechando las ventajas que puede aportar, pero buscando un equilibrio sin llegar a exigir en exceso ni añadir presión al

alumnado, recordando en todo momento que el objetivo de la actividad deportiva es educativo, formativo y para aportar beneficios tanto físicos como mentales a los practicantes.

Para la implementación de la actividad deportiva en el ámbito escolar con fines educativos, y más específicamente con la finalidad de usar el deporte como transmisor de valores positivos, existen diferentes técnicas y estrategias que pueden ayudar a desarrollar dichos valores, como promover el autoconocimiento, la expresión y la clarificación de los valores, dotando al alumnado de herramientas para establecer un sistema de valores útiles para tomar decisiones éticas, realizando una decisión reflexionada, consciente y responsable (Gutiérrez, 1998).

También son interesantes las estrategias para el desarrollo del juicio moral, donde se da lugar a discusiones sobre dilemas morales y se crean conflictos socio-cognitivos donde el alumnado se ve obligado a realizar reflexiones que le permite expandir su horizonte y adoptar nuevas creencias (Craciun, 2010). Las estrategias para el desarrollo de la perspectiva social y la empatía, un ejemplo de esta técnica sería el *Role-playing*, mediante el uso de técnicas como la dramatización, los alumnos y alumnas pueden experimentar la participación en grupo y resolución de conflictos, tanto individuales como colectivos, mediante una actuación que servirá para experimentar valores como el respeto, la tolerancia o la empatía (Craciun, 2010).

Por último, las estrategias para el análisis de temas moralmente relevantes, las cuales se basan en la promoción del debate, la crítica y de la autocrítica, tanto entre alumnado únicamente como entre alumnado y profesorado. Siempre se ofrece un recurso que sirve como punto de inicio del debate, ya sea una historia narrada, una película, una imagen, una idea, etc. Se suelen usar temas que generan controversia y se busca el compromiso activo en cada alumno mediante la extrapolación de dichos temas hacia la vida real y personal (Rojas, 2009).

4.2.2. El Rugby en la escuela

El deporte protagonista a la hora de realizar la propuesta de Unidad Didáctica será el rugby, ya que se trata de un deporte en el que el factor equipo y la cooperación son clave y también la educación y la deportividad tiene una gran importancia tanto dentro como fuera del terreno de juego a diferencia de otros deportes. Por eso se trata de una opción muy interesante como herramienta para la transmisión de valores.

¿De qué manera aporta la práctica del rugby a la obtención o mejora de valores positivos? Jones (2005) señalaba que los valores morales en los deportes de competición han de ser enseñados intencionadamente, no se adquieren con la simple práctica deportiva, sino que se requiere de una estrategia educativa que ha de ser planificada. Si se confía en que el alumnado aprenderá los valores del deporte por el simple hecho de practicarlo sin que el docente o entrenador transmita estas enseñanzas en valores positivos, existe la posibilidad de que el alumnado adquiera comportamientos tanto positivos como negativos. Con no poca frecuencia, instructores, entrenadores o docentes tienden a aceptar o justificar conductas antideportivas si estas conducen a la victoria. Esto hace que haya una tendencia a confundir la distinción entre la práctica deportiva con fines lúdicos para el desarrollo de los niños y los deportes de competición, creando una barrera entre ambos, pero con el foco, las personas y el ambiente adecuado, estas dos formas de practicar deporte son perfectamente compatibles (Płoszaj et al., 2021).

El rugby en la escuela contempla todas las etapas del niño, desde los momentos más tempranos de la niñez hasta llegar a la etapa de la adolescencia. Desde sus comienzos y de manera progresiva, el alumno o alumna practicante de rugby debería ser un sujeto cuyas acciones son llevadas a cabo de manera consciente y con un propósito, de manera que estas estén enfocadas en su desarrollo personal (Straub, 2019). Según un análisis sobre la ambición en el ambiente competitivo, se podría afirmar que, en el rugby escolar también resulta ser de gran importancia el rol de los padres y madres en el ambiente deportivo para una práctica educativa, ya que estos pueden ejercer una influencia muy positiva a la hora de

transmitir valores y conductas cívicas y sociales durante la práctica o asistencia de actividades deportivas (Straub, 2019).

En los deportes de competición siempre hay un árbitro sobre el terreno de juego. Esta figura es en muchas ocasiones pasada por alto en muchos deportes, restando importancia a su rol y no valorando la labor que realiza en el juego, pero se trata de una figura clave para el potencial educativo del deporte (Cunningham et al., 2014). Las decisiones de los árbitros y la forma en la que estos se expresen en el terreno de juego ejercen una influencia sobre los jugadores, hay que hacer énfasis en la importancia de como estas decisiones son comunicadas y explicadas, y las habilidades involucradas en el manejo de la conducta no son irrelevantes con respecto al clímax de la actividad deportiva y la experiencia de los alumnos y alumnas (Rijo, 2005). El árbitro es considerado una figura de mayúscula importancia en la práctica del rugby pues su actuación en el campo hace posible la práctica de manera limpia y honesta ofreciendo una función educativa a través de la transmisión intencionada de conductas deseadas y que serán elogiadas durante la práctica deportiva, construyendo un ambiente positivo entre jugadores (Andersson, 2020).

Por último, destacar la importancia de los beneficios que la práctica deportiva, en este caso del rugby, implica para las personas que lo practican. Como punto de partida, el rugby practicado de manera lúdica ofrece un espacio en el que el alumnado puede divertirse y disfrutar jugando. (Gutiérrez Sanmartín, 2004) afirma que la práctica de manera regular de actividad física y deportiva instaura estilos de vida saludables y estimulantes. Pudiendo relacionar así, otros hábitos de vida saludable como el tipo de dieta, la priorización de un buen descanso, pues son factores que un deportista incluye en su estilo de vida para mejorar su rendimiento deportivo. González (2001) afirmaba también de la función terapéutica que el deporte ejerce en la persona, ayudando a lidiar con situaciones de estrés, depresión y ansiedad.

Brustad (1996) establece una conexión entre la práctica deportiva y el correcto desarrollo de relaciones interpersonales, además de una mejora de la autoestima. Por lo tanto, también se pueden beneficiar de la práctica deportiva el modo de vida del deportista con respecto a la sociedad en la que vive y con respecto a la calidad de las relaciones sociales que construye en su entorno.

5. Contextualización

Esta propuesta de Unidad Didáctica tiene como objetivo la mejora del desarrollo personal, emocional y social del alumnado a través de la práctica deportiva del rugby. A través del deporte se promoverán los valores positivos más relevantes para el correcto desarrollo de alumnos y alumnas tales como el respeto, la tolerancia, la empatía, la disciplina, la responsabilidad, la humildad y la solidaridad.

5.1. Características del entorno

El Colegio Ciudad de los Niños se encuentra ubicado en la ciudad de Granada, Andalucía, en un barrio de clase media media-baja situado a las afueras de la ciudad, de hecho, el centro se encuentra dentro de un polígono industrial, por lo que el entorno urbano no ofrece demasiadas oportunidades y no destaca por su belleza. Dada la ubicación del centro, este se encuentra en una zona de la ciudad poblada mayormente por comercios de tipo industrial, como fábricas, talleres mecánicos o establecimientos de venta al por mayor.

La mayoría de las familias pertenecen a distintas minorías, ya que se trata de una escuela hogar, que ofrece de manera gratuita formación educativa y residencia escolar donde el alumnado dispone de todos los servicios básicos para vivir como comida diaria y una habitación donde dormir. Estas familias son en su mayoría familias con escasos recursos económicos y culturales, con muy poca o ninguna formación académica y con un nivel cultural bastante bajo, son en su mayoría familias inmigrantes que no han terminado de reinsertarse en la sociedad, la mayoría son familias españolas, pero también existen muchas familias provenientes mayormente de Rumanía y Marruecos, habiendo también en menor medida familias provenientes de Sudamérica y de distintos países de África.

5.2. Descripción del centro

El centro educativo dispone de bastante espacio útil, las zonas de recreo son lo que más ocupa el espacio del centro, cuenta con uno campo de fútbol de tamaño oficial, un campo de fútbol sala, dos canchas de baloncesto, una pista de voleibol y un pabellón cubierto que cuenta con otra cancha que puede ser usada para fútbol sala y para baloncesto, además de disponer de un escenario para otras actividades y de una zona con colchonetas para realizar ejercicios acrobáticos con seguridad. Además, la zona de recreo cuenta con varias zonas con

bancos donde sentarse. Por lo general, el centro cuenta con bastante espacio abierto en el exterior.

El centro cuenta con un edificio que alberga todas las aulas de educación infantil, primaria, secundaria, habiendo solo una clase por cada curso, y dos clases para grado de formación profesional. Además de otro edificio en el que se encuentran el comedor y las habitaciones en las que algunos de los alumnos viven.

5.3. Características del alumnado

Esta Unidad Didáctica irá dirigida a todas las clases pertenecientes a 5º de primaria, estos grupos, al igual que la mayoría de grupos en este centro, cuentan con un nivel académico muy bajo y con alumnos que presentan grandes dificultades para la adquisición de conocimientos mínimos necesarios, además de graves problemas de conducta, mostrando severo rechazo a la autoridad del profesorado y manifestando una gran carencia de la gestión de sus emociones que desembocan en enfrentamientos con otros alumnos.

En total, el grupo está compuesto por 40 niños y 20 niñas, habiendo así un total de 60 alumnos. Entre las características especiales nos encontramos con un alumno con TDAH que sigue una medicación. En el grupo también hay dos chicas de familias provenientes de Marruecos, un chico que viene de Rumanía los cuales, en líneas generales, dominan el idioma, pero a veces no comprenden ciertas palabras o expresiones.

La gran mayoría de estos alumnos y alumnas provienen de familias con muy pocos recursos, y que se encuentran en riesgo de exclusión social. Muchos de estos padres y madres viven al margen de la sociedad, sin mantener relaciones con otras personas que no formen parte de su entorno, también hay muchos casos de familias monoparentales, dándose situaciones en las que el padre se ha desprendido totalmente de la familia y cuyo paradero se desconoce o incluso que cumplen condena en prisión. También existen familias en las que un miembro tiene problemas con el alcohol o sufre violencia doméstica.

Todas estas características ejercen una influencia negativa en el alumnado, creando en los niños y niñas grandes traumas y carencias afectivas, haciendo así que tengan una autoestima muy baja y grandes inseguridades, lo cual determina la forma en la que tienden a relacionarse con el resto de personas, siendo el conflicto algo cotidiano para ellos pues carecen de las herramientas para una adecuada comunicación interpersonal.

6. Propuesta de unidad didáctica

6.1. Introducción

Esta propuesta de Unidad Didáctica llamada "El Rugby como método para el desarrollo de los valores positivos en el aula de 5º de Educación Primaria" será una Unidad Didáctica llevada a cabo en el aula de educación física con el fin de, como su propio nombre indica, poder transmitir valores éticos y morales al alumnado a través de la práctica deportiva, en concreto del rugby.

La finalidad de esta Unidad Didáctica es la de proporcionar al alumnado herramientas que son de una importancia esencial para una correcta comunicación con su entorno, a través de la concienciación enseñándoles los valores positivos más importantes por medio del deporte, para lograr así un óptimo desarrollo personal y emocional donde estos niños cuenten con las habilidades mínimas necesarias para discernir lo que es correcto o lo que no lo es, y tengan presente en sus vidas valores tales como el respeto, la empatía o la solidaridad, entre muchos otros.

Esta Unidad Didáctica no se centrará tanto en la adquisición de conocimientos teóricos por parte del alumnado, sino por el descubrimiento personal y la experimentación de los valores éticos y morales tales como el respeto, la empatía, la cooperación o la honestidad, pues son valores de suma importancia en nuestras vidas y resulta de gran interés reflexionar sobre estos con el alumnado desde pronta edad para dotarles de sentido crítico respecto a temas de la vida real.

Esto se llevará a cabo mediante la gamificación, los juegos tendrán gran protagonismo en las sesiones y el alumnado adquirirá los conocimientos que se quieren inculcar a través del juego. Será muy importante dejar claro que, a pesar de realizar juegos, todos estos tendrán su finalidad y su por qué pues cada juego estará diseñado con el fin de transmitir un valor o enseñanza, es importante que el alumnado disfrute y se divierta durante la actividad pero que también sea consciente de que lo que están haciendo tiene un sentido más allá del propio juego.

6.2. Justificación

La elección de esta Unidad Didáctica se ve motivada por el interés a la hora de promocionar el rugby, ya que en mi opinión es un deporte que sirve como herramienta de gran utilidad a la hora de promover valores éticos y tender puentes entre todo tipo de personas y logrando acercarlas, estableciendo un vínculo humano muy real.

Por lo tanto, la práctica de este deporte se presenta como solución muy interesante a las necesidades halladas en el Colegio Ciudad de los Niños ya que en este centro están a la orden del día los conflictos de convivencia, como se mencionó en apartados anteriores, este centro es una escuela hogar que acoge a niños y niñas con necesidades socioafectivas muy específicas, pues la mayoría de este alumnado proviene de familias marginales que no se han adaptado a nuestra sociedad y se dedican a negocios que no son lícitos o que directamente no trabajan, también hay casos de alumnos cuyos padres no tienen la custodia de sus hijos debido a problemas con la justicia o que están en prisión y cuya tutela corresponde a la de otro familiar como un hermano o hermana o tío o tía.

Estas condiciones socioeconómicas tienen un gran efecto en el alumnado, son niños y niñas muy jóvenes que han tenido que vivir situaciones muy desagradables e incluso traumáticas en algunos casos, por lo que no es sorpresa que estas vivencias causen mella en su personalidad, haciendo así que la convivencia entre ellos en la escuela hogar resulte difícil y acabe continuamente en discusiones tanto entre el mismo alumnado como entre alumnado y profesorado, pues a los alumnos les cuesta mucho reconocer una autoridad y mostrarle respeto, también es muy habitual las disputas físicas entre alumnado siendo las agresiones y amenazas algo cotidiano en el centro.

Es por eso que he elegido el deporte, el rugby en concreto, como herramienta didáctica pues es un deporte que transmite muchos valores positivos y el deporte es capaz de transmitir enseñanzas a través de vivencias y la experimentación personal que no son comparables a los contenidos teóricos. El alumnado puede leer sobre los valores, pero resulta mucho más interesante que experimenten por sí mismos en situaciones reales el significado de estos valores positivos, haciendo así que estos arraigan más profundamente en su interior.

6.3. Referencias legislativas

Para este trabajo se tomará como referencia los documentos provistos por los organismos oficiales del estado que sirven como guía para los docentes, no obstante, las sesiones que forman parte de esta Unidad Didáctica se verán también modificadas por el criterio del docente que tendrá que adaptarse a los recursos de los que dispone, así como de la disposición del centro y las necesidades del alumnado.

Las referencias legislativas en las que esta Unidad Didáctica se basará serán: la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la Calidad Educativa (LOMCE); en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria; y en el Decreto 181/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Y, por último, la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.

El trabajo tendrá como base estos documentos oficiales, haciendo uso de ellos para establecer todo el contenido de este dentro del marco teórico, así como servir de guía para la consecución de los objetivos que se quieren alcanzar.

6.4. Objetivos de la propuesta y relación con las competencias

6.4.1. Competencias

Esta Unidad Didáctica llevará a cabo unas sesiones grupales en las que el alumnado desarrollará distintas competencias según el momento o la actividad. El fin de esta propuesta es la de transmitir valores positivos al alumnado a través de la práctica del rugby, para ello el alumnado reforzará su habilidad para expresar ideas e interactuar con otras personas ya sean otros alumnos o el mismo profesor, por lo que la comunicación lingüística tendrá un gran protagonismo en todo este proceso.

Otra de las principales competencias en esta Unidad Didáctica será la de Aprender a aprender, pues a lo largo de las sesiones el alumnado desarrollará su capacidad para iniciar su aprendizaje además de tener que organizar sus propias tareas y trabajar tanto de manera individual como colectiva para la consecución de los objetivos planteados.

El deporte sirve de nexo para conectar a las personas, es por eso que las competencias sociales y cívicas jugarán también un papel fundamental en el desarrollo de la Unidad Didáctica, al formar parte del mismo equipo, se promoverá entre el alumnado la capacidad para relacionarse entre ellos, participando de manera activa, manifestando sus ideas y compartiéndolas con los compañeros.

Por último, el sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor será otra competencia clave que tendrá lugar en esta Unidad Didáctica. Desde el primer momento se le comunicará al alumnado la importancia de lo que se está haciendo, las sesiones se desarrollarán mediante los juegos, pero todo forma parte de un plan para favorecer los valores humanos, donde el alumnado tendrá que actuar con iniciativa propia y capacidad de adaptación y resolución de problemas.

Ordenados en una lista las competencias claves serían las siguientes:

- 1) Competencia en Comunicación Lingüística
- 2) Aprender a aprender
- 3) Competencias Sociales y Cívicas
- 4) Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor

6.4.2. Objetivos

En esta tabla se pueden ver los objetivos planteados, así como su relación con las distintas competencias clave:

Tabla 1. *Tabla de Objetivos a alcanzar por el alumnado.*

Competencias	Objetivos				
	Conocer los principales valores positivos	Desarrollar sus habilidades para gestionar sus emociones en situaciones de estrés a través de la práctica del rugby	Trabajar en equipo y comunicarse de manera respetuosa	Expresar sus propias ideas y opiniones de manera adecuada	Mostrar autonomía e iniciativa para reflexionar, argumentar y emitir juicios de valores
Competencia en Comunicación Lingüística		X	X	X	X
Aprender a aprender	X	X	X		X
Competencias Sociales y Cívicas	X	X	X	X	X
Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor		X			X

6.5. Contenidos

A continuación, se muestra en la siguiente tabla aquellos contenidos agrupados por bloques que se van a trabajar en esta Unidad Didáctica:

Tabla 2. *Tabla de contenidos curriculares.*

Bloques	Contenidos
Bloque 1. El cuerpo: imagen y percepción	<p>Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, la relajación y la respiración.</p> <p>Experimentación de posturas corporales diferentes.</p> <p>Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices.</p> <p>Equilibrio estático y dinámico en situaciones complejas.</p> <p>Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma económica y equilibrada.</p>
Bloque 2. Habilidades motrices	<p>Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.</p> <p>Control y dominio corporal.</p> <p>Dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción.</p> <p>Mejora de las cualidades básicas de forma genérica y orientada a la ejecución motriz.</p>
Bloque 3. Actividades físicas artístico-expresivas	<p>Participación en situaciones que requieran comunicación corporal. Reconocimiento y respeto por las diferencias en el modo de expresarse.</p>

<p>Bloque 4. Actividad física y salud</p>	<p>Relación de la actividad física con el bienestar.</p> <p>Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física.</p> <p>Seguridad en la propia práctica de la actividad física.</p> <p>Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación.</p>
<p>Bloque 5. Juegos y actividades deportivas</p>	<p>Descubrimiento de la cooperación y la oposición con relación a las reglas de juego. Aceptación de distintos roles en el juego.</p> <p>Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.</p> <p>Comprensión y cumplimiento de las normas de juego.</p> <p>Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.</p> <p>Respeto hacia las personas que participan en el juego y rechazo hacia los comportamientos antisociales.</p>

Fuente: Junta de Andalucía

6.6. Metodología

La Metodología engloba las estrategias y técnicas de enseñanza que el profesor llevará a cabo en esta Unidad Didáctica. El objetivo es promover valores éticos y positivos al alumnado a través del deporte, por lo tanto, la metodología a llevar a cabo no será la típica que se realiza dentro de las aulas, pues todas o casi todas las actividades que se llevarán a cabo serán fuera del aula.

Transmitir valores es una tarea compleja, pues para ello se necesita transmitir al alumnado el significado e importancia de ciertos ideales que se consideran positivos de manera que los entiendan para después ellos ser capaces de interiorizar y reflexionar sobre la implicación e importancia que dichos valores pueden llegar a tener en nuestras vidas. Es por eso que para ello serán utilizadas distintos tipos de metodologías:

- **Gamificación:** este tipo de metodología sitúa el juego y las actividades lúdicas en el centro del proceso de aprendizaje. Al utilizar juegos y actividades como recurso didáctico los alumnos aprenden de una manera divertida y se obtienen muy buenos resultados ya que gracias al juego los alumnos se divierten mientras realizan la actividad, haciendo así que estén más motivados y su predisposición por realizar la tarea aumente. Dado que la Unidad Didáctica se basa en la práctica del rugby, los juegos y actividades físicas tendrán gran protagonismo durante las sesiones.
- **Aprendizaje basado en proyectos:** este método ofrece la oportunidad al alumnado de adquirir conocimientos a través del desarrollo de proyectos, los cuales pueden aplicarse y servir de ayuda con problemas en la vida real. Gracias a esta metodología, los alumnos pueden desarrollar su pensamiento crítico y sus capacidades de comunicación mediante la búsqueda de resolución de problemas que se les planteen. Además de poner en práctica sus habilidades para colaborar entre ellos.
- **Aprendizaje cooperativo:** este tipo de metodología implica la formación de uno o varios grupos de alumnos de manera que trabajen de manera conjunta. Se les plantea un problema o idea que tienen que llevar a cabo, y juntos como grupo deben buscar la mejor manera de hacerlo. Este tipo de metodología resalta las mejores capacidades de cada alumno, pues permite que se dividan las tareas, de manera que cada uno puede aportar algo diferente al grupo, también resulta de gran interés ya que promueve la participación y el trabajo en equipo, ya que deben comunicarse entre ellos para adoptar la mejor estrategia que llevar a cabo.
- **Aprendizaje basado en el pensamiento:** es una metodología que tiene como objetivo dotar de razonamiento al alumnado y brindarle la capacidad para aprender de una manera más consciente. De esta manera se refuerza la autonomía del alumno, que, mediante la reflexión, razonamiento y la toma de decisiones, se verá capacitado para resolver problemas de forma individual. A lo largo de la Unidad Didáctica habrá situaciones en las que estos factores jueguen un papel importante, ya que se reflexionará sobre dilemas morales, se debatirá en equipo sobre la mejor decisión a tomar sobre determinados temas y se les preguntará sobre posibles soluciones.

La propuesta consistirá en plantear al alumnado la iniciación de la práctica del rugby. Se les darán unas pautas de manera teórica sobre el deporte para que conozcan lo básico sobre cómo se juega, cuáles son las normas del juego y la filosofía que este deporte conlleva. El objetivo que se les planteará será el de organizar un torneo de rugby en la escuela, acogiendo así a otros equipos, puesto que no habrá tiempo suficiente como para formar un equipo sólido para jugar el torneo, el alumnado no participará en dicho torneo, pero sí que tendrá el rol de anfitrión, organizando el torneo y asistiendo a los otros equipos, con la posibilidad de jugar un partido amistoso de exhibición durante el torneo. Este objetivo de cara al futuro servirá como motivación para el alumnado durante la Unidad Didáctica.

Las actividades y los juegos serán los protagonistas de las sesiones, a través de ello se transmitirá las enseñanzas y los valores que se quieren trabajar, el juego será una parte primordial siempre pero también habrá momentos que requieran seriedad y habrá espacio para las enseñanzas teóricas, en las que se tratarán los valores morales y se reflexionarán sobre ellos de manera grupal.

Cada sesión se evaluará de forma independiente, el profesor se encargará de repartir puntos positivos o negativos según su criterio al finalizar cada sesión. Ya que uno de los objetivos de esta Unidad Didáctica es promover el pensamiento crítico, la reflexión y la expresión de ideas y emociones, se mantendrá una breve charla con cada alumno a la hora de otorgar los puntos, preguntándole que puntuación cree que merece, que piensa sobre su desempeño en la tarea y que piensa sobre la puntuación que le ha sido otorgada.

Además, al final de cada sesión habrá una charla grupal en la que se reflexionará sobre la actividad en sí y sobre el tema que se haya querido tratar, invitando al alumnado a expresar su opinión, hablar y escuchar a los demás, y debatir de una manera educada si hiciera falta. También se planteará la posibilidad de otorgar un punto extra a algún alumno o alumna que haya destacado de manera especial en la sesión, este punto extra se otorgará de manera consensuada entre todos los presentes, abriendo así un espacio en el que el alumnado pueda expresar sus ideas e intercambiar opiniones entre ellos.

Aquí se muestra un ejemplo de la ficha que se usará para organizar los puntos de los alumnos:

Tabla 3. *Tabla Fichero puntuación de valores éticos*

Valores	P U N T O S							
Respeto								
Disciplina								
Compañerismo								
Gratitud								
Solidaridad								
Responsabilidad								
Esfuerzo								
Perdón								
Puntos extra								

Para la realización de las sesiones estarán presentes el profesor y los alumnos, en determinadas ocasiones habrá un ayudante u otro profesor también. El día del torneo asistirán también los padres además de por supuesto los otros equipos.

Los recursos materiales serán los siguientes:

- Balones de rugby (Anexo: Foto 1)
- Conos (Anexo: Foto 2)
- Cintas Rugby Tag (Anexo: Foto 3)
- Sacos de placaje (Anexo: Foto 4)
- Escudos de placaje (Anexo: Foto 5)
- Colchonetas de aterrizaje (Anexo: Foto 6)
- Cuerda gruesa (Anexo: Foto 7)
- Globos (Anexo: Foto 8)

6.7. Sesiones y/o actividades

La Unidad Didáctica estará compuesta por 9 sesiones diferentes. La primera servirá a modo de introducción y guía y será más lúdica para que el alumnado se familiarice con el rugby, ya que es un deporte desconocido para muchos. El resto de sesiones irán enfocadas a la práctica del rugby, realizando una actividad más concreta del deporte y con la intención de asociar dicha actividad a un valor ético positivo. Las actividades tendrán su parte de actividad física y su parte de charla o reflexión grupal para trabajar los valores éticos.

Actividad 1. Acercamiento al Rugby	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
<p>Aprender a aprender.</p> <p>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.</p> <p>Competencias sociales y cívicas.</p>	<p>Establecer una primera toma de contacto con el rugby.</p> <p>Asimilar y entender conceptos básicos del juego.</p>
Descripción de la sesión/actividad	
<p>Actividad 1/Tarea 1. La primera parte de la sesión serán unos 30 minutos de explicación teórica. Aquí se les informará a los alumnos de las reglas básicas y el funcionamiento de la práctica del rugby para que se vayan haciendo una idea.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. La segunda parte de la sesión consistirá en unos 15 minutos en los que se repartirán balones y se le enseñarán nociones muy básicas de como pasarlo, de manera libre deberán practicar el pase y se irán acostumbrando al balón ovalado.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Por último, se jugará una tocata, que consiste en una simulación de</p>	

partido, pero adaptando una serie de reglas con el fin de hacer el partido una actividad más lúdica y sencilla de manera que resulta mucho más fácil para jugadores que no son muy experimentados en esta práctica deportiva. Se sustituye el placaje por el toque, si un defensor toca al portador del balón con ambas manos al mismo tiempo el portador del balón se considera placado.

Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Conos	1 hora	Campo de fútbol del colegio.	2 grupos de 14	28

Estándares de evaluación	Criterios de Evaluación
Para esta actividad se tendrá en cuenta mayormente a la hora de evaluar la actitud del alumnado, ya que es una actividad que sirve como primera toma de contacto, no se juzgará la habilidad o técnica de los movimientos, sino la predisposición que el alumno presente hacia la actividad.	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte. - Conocer las reglas básicas de los juegos y actividades deportivas. - Mantener una conducta respetuosa y que no perjudica el desarrollo de la actividad. - Demostrar un comportamiento responsable hacia el cuidado y conservación del medio y los materiales.

Medidas de atención a la diversidad
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.

Actividad 2. El Rugby es Respeto	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
Competencia	

<p>en comunicación lingüística. Aprender a aprender. Competencias sociales y cívicas. Sentido de la iniciativa y espíritu empreendedor.</p>	<p>Concienciar de la importancia del respeto que es la base fundamental del rugby.</p> <p>Promover la práctica consciente del respeto, tanto en la práctica deportiva como en el resto de ámbitos de la vida personal y académico.</p> <p>Mejorar la técnica de pase en corta y larga distancia.</p>
<p>Descripción de la sesión/actividad</p>	
<p>Actividad 1/Tarea 1. A modo de calentamiento se dejará a los alumnos trotar por donde quieran, dentro de un espacio amplio delimitado, y podrán ir pasándose el balón los unos a los otros de la manera que quieran. Aquel alumno que no tenga balón en sus manos en ese momento deberá realizar una serie de movimientos que haya dicho el profesor, estos movimientos servirán para activar la musculatura necesaria.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. “Tocata” modificada. Se jugará una tocata, que consiste en la simulación simplificada de un partido de rugby (no hay placaje y algunas normas se omiten para agilizar el juego y hacerlo más lúdico). El profesor hará de árbitro y mediará entre los 2 equipos, los alumnos deben dirigirse al árbitro con el mayor respeto posible, en rugby solo los capitanes de cada equipo pueden dirigirse hacia el árbitro para comunicarle aquellos aspectos del juego que ellos consideran que no se están llevando a cabo como debería, siempre en forma de diálogo, nunca quejándose, deben argumentar y comunicar de manera respetuosa cual es el incidente que les aflige. Además, siempre hay que dirigirse de usted al árbitro. La actividad consistirá en que a lo largo de la tocata el profesor-árbitro irá modificando las normas del juego sobre la marcha para mejorar así la capacidad de adaptación al juego de los alumnos y para provocar situaciones en las que se</p>	

cometan faltas, abriendo así una ventana para que los jugadores puedan comunicarse con el árbitro de manera respetuosa.				
Actividad 3/Tarea 3. Tras la tocatá se formará un círculo para estirar de manera suave antes de terminar la sesión. El profesor dará una breve charla sobre la importancia del respeto en el rugby y en la vida en general y hará preguntas a los alumnos y los invitará a que compartan sus opiniones sobre el respeto y sobre las situaciones de juego en las que han identificado la importancia de este.				
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Conos	10 min calentamiento 40 min sesión 10 min vuelta a la calma	Campo de fútbol del colegio.	1º: mezclados 2º: grupos de 4	28
Estándares de evaluación En esta sesión se tendrá en cuenta la capacidad de adaptabilidad a los cambios de normas durante el juego y la ejecución del pase. Pero mayormente se tendrá en cuenta el respeto por las normas, el juego, hacia el compañero, el contrincante, el árbitro y hacia uno mismo.		Criterios de Evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Actuar de forma coordinada para resolver retos o para oponerse a uno o varios adversarios en juegos y actividades deportivas ya sea como atacante o como defensor. - Conocer los reglamentos básicos de juego. - Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás. 		
Medidas de atención a la diversidad				
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.				

Actividad 3. El Rugby es Compañerismo

Competencias	Objetivos
---------------------	------------------

<p>(Ed.Primaria)</p> <p>Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>Aprender a aprender.</p> <p>Competencias sociales y cívicas.</p>	<p>Estrechar lazos entre compañeros.</p> <p>Concienciar de la importancia del compañerismo.</p> <p>Promover el trabajo en equipo.</p>
<p>Descripción de la sesión/actividad</p>	
<p>Actividad 1/Tarea 1. Durante 10 minutos se realizarán una serie de mini juegos y ejercicios por parejas que servirán para calentar y activar la musculatura. Será muy dinámico alternando continuamente los movimientos y las parejas para que los alumnos hagan los ejercicios con todos los compañeros.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. Juego del globo. Los alumnos se pondrán por parejas y cada pareja recibirá un globo. La actividad consistirá en realizar varias carreras entre las parejas de manera que tendrá que llevar el globo juntas del punto A al punto B sin que este se caiga. Se realizarán varias carreras para ir variando las posturas, tendrán que llevar el globo apoyándolo entre sus espaldas, entre sus hombros y en posición de cuadrupedia.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Tirar de la soga. Ahora la clase se dividirá en 2 grupos, formando 2 equipos y jugarán al juego de la soga el cual consiste en que ambos equipos se alineen y cojan la soga e intenten tirar del equipo contrario llevándolos hasta un punto delimitado. Este juego requiere de fuerza, necesaria en rugby, pero también de trabajo en equipo, organizándose para tirar de manera eficiente juntos como equipo.</p> <p>Actividad 3/Tarea 4. Tras terminar el juego del globo y el juego de la soga nos juntaremos todos en círculo a realizar ejercicios de movilidad y estiramientos suaves mientras el</p>	

profesor habla a la clase sobre la importancia del compañerismo y el trabajo en equipo, el profesor hará preguntas e incentivará a los alumnos a que participen en la charla y compartan reflexiones.				
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Globos Cuerda gruesa	10 min calentamiento 40 min sesión 10 min vuelta a la calma	Campo de fútbol del colegio	1º: por parejas 2º: dividir en 2 grupos grandes	28
Estándares de evaluación		Criterios de Evaluación		
En esta sesión se valorará la capacidad y actitud del alumnado a la hora de relacionarse con sus compañeros, su interés en interactuar con los demás y su actitud a la hora de trabajar en equipo.		<ul style="list-style-type: none"> - Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz. - Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica. - Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo. 		
Medidas de atención a la diversidad				
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.				

Actividad 4. El Rugby es saber perdonar	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
Competencia en	Dar cabida al perdón en la práctica deportiva.

<p>comunicación lingüística. Aprender a aprender. Competencias sociales y cívicas.</p>	<p>Enseñar que el perdón consigue hacer que se sientan mejor ambas partes y tener relaciones más saludables. Aprender a jugar respetando los errores que los compañeros puedan cometer.</p>
<p>Descripción de la sesión/actividad</p>	
<p>Actividad 1/Tarea 1. La sesión comenzará con juegos de pases y ejercicios de movimientos funcionales para entrar en calor. Seguidamente se explicarán el <i>Forward pass</i> y el <i>Knock on</i> (Anexos 9 y 10). El ejercicio consistirá en organizar grupos de 4 jugadores aproximadamente y tendrá que realizar pases de rugby mientras avanzan por el campo. Si el balón cae al suelo o va hacia adelante el grupo deberá realizar algún ejercicio como saltar o hacer sentadillas y deberán pedir perdón los jugadores que hayan cometido la infracción al resto de compañeros del grupo.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. Ejercicio de placaje: se les introducirá el placaje de manera suave, con el uso de colchonetas para amortiguar la caída. Un jugador se colocará al lado de una colchoneta y será el encargado de realizar el placaje, otro jugador con el balón en sus manos deberá dirigirse hacia el placador a un ritmo de carrera intermedio, un trote rápido, cuando ambos jugadores se encuentren el placador deberá realizar un placaje a la altura de la cadera del portador del balón, cayendo ambos sobre la colchoneta, después del placaje el placador deberá levantarse lo más rápido posible y robarle el balón al jugador que a placado mientras le pide perdón por haberle placado y robado el balón. Si al placador se le olvida pedir perdón, deberá realizar un castigo que elegirá el resto de compañeros. El castigo no debe ser duro.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Simulación de partido Rugby Tag: el partido de rugby tag es prácticamente igual que la tocata a diferencia de las cintas, en lugar de tocar al portador con las manos, para que un jugador se considere placado se le ha de quitar una de las</p>	

cintas que llevará colgada en la cintura. Cuando un defensor le quite una cinta al portador del balón este se considerará placado y deberá dejar el balón en el suelo para que un compañero reanude el juego. El defensor deberá pedir perdón al atacante por haberle quitado la cinta, si el defensor olvida pedirle perdón se penalizará a su equipo con un golpe de castigo (Anexo 11). Para terminar, se realizarán ejercicios y estiramientos mientras el profesor charla con el grupo sobre la importancia del perdón y de saber perdonar los errores ajenos que pueden afectarnos.

Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby	10 min calentamiento.	Campo de fútbol del colegio	1º: grupos de 4 jugadores	28
Colchonetas	40 min sesión.		aproximadamente	
Cintas rugby tag	10 min vuelta a la calma.		2º: por parejas	

Estándares de evaluación	Criterios de Evaluación
<p>En esta sesión se tendrá en cuenta la actitud del alumno a la hora de ejecutar los ejercicios. El placaje debe realizarse cuidando al compañero, sin intención de lastimar, también se valorará la capacidad para empatizar con el resto de compañeros, sabiendo que por cada infracción que un individuo pueda cometer se verá afectado todo el grupo o equipo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud. - Conocer los reglamentos básicos del juego. - Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.

Medidas de atención a la diversidad

Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.

Actividad 5. El Rugby es ser responsables	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
<p>Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>Aprender a aprender.</p> <p>Competencias sociales y cívicas.</p> <p>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.</p>	<p>Sensibilizar sobre la importancia de la responsabilidad.</p> <p>Concienciar acerca de la relevancia que tienen nuestros actos, haciendo ver que estos no tienen consecuencias solo para el individuo que los lleve a cabo sino también para las personas de su entorno.</p> <p>Promover el trabajo en equipo, la empatía y la responsabilidad.</p>
Descripción de la sesión/actividad	
<p>Actividad 1/Tarea 1. Ejercicios de movilidad articular y activación muscular para todo el cuerpo en general y haciendo especial hincapié en las zonas de core, hombros, espalda y cuello. Se llevarán a cabo minijuegos para realizarlo de manera dinámica y lúdica.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. Perfeccionamiento del placaje: en la sesión anterior se trabajó el placaje de manera introductoria para promover el perdón. En esta sesión se ahondará más en la técnica del placaje, perfeccionándola para luego introducirla en situación de juego real. Tras practicar el placaje para mejorar la técnica se introducirá el <i>ruck</i> (Anexo 12) y se realizará un ejercicio para que aprendan a hacer un <i>ruck</i>.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Partido con contacto: para terminar la sesión, en lugar de hacer una tocata como de costumbre se jugará un partido con contacto, esto quiere decir que se</p>	

realizarán placajes y *rucks*. Aun así, algunas normas que existirían en un partido real seguirán omitidas para facilitar la asimilación de los conceptos que se quieren trabajar en esta sesión, el placaje en juego real y la formación del *ruck*. Tras el partido, el profesor reunirá a la clase en un círculo para realizar estiramientos suaves mientras les hablará sobre la importancia de la responsabilidad, concienciando sobre el valor de una actitud responsable ya que en un equipo hay que solidarizarse con los compañeros asumiendo cada uno su responsabilidad para remar todos en la misma dirección sin perjudicar a los compañeros.

Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Colchonetas Escudos de placaje Conos	10 min calentamiento. 40 min sesión. 10 min vuelta a la calma.	Campo de fútbol del colegio		28

Estándares de evaluación	Criterios de Evaluación
<p>Para esta sesión se tendrá en cuenta el nivel de compromiso del jugador para con su equipo y con cada compañero de manera individual. En rugby si decides pasar el balón en un mal momento o el pase no llega bien puede tener malas consecuencias para el compañero que recibe el balón ya que podemos estar dejándole “vendido” exponiéndole haciendo que se lleve un placaje duro. También en los <i>rucks</i>, si no somos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz. - Realizar los calentamientos valorando su función preventiva. - Conocer y manejar las estrategias de cooperación y oposición en diferentes juegos y actividades deportivas. - Hablar y escuchar cuando aparece un conflicto en el desarrollo de las actividades. - Respetar las normas y reglas de las actividades, manteniendo una conducta respetuosa y que no perjudique el desarrollo de la actividad.

responsables de nuestra tarea podemos echar a perder la labor de todo el equipo perdiendo la posesión.	
Medidas de atención a la diversidad	
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.	

Actividad 6. El Rugby es Gritud	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
Competencia en comunicación lingüística. Aprender a aprender. Competencias sociales y cívicas. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.	Fomentar las relaciones interpersonales. Enseñar que un rival no es un enemigo, aplicando deportividad y confraternizando con los adversarios que también son amigos. Saber agradecer de manera genuina a todos los implicados en la práctica deportiva; compañeros, rivales, árbitros, público, etc.
Descripción de la sesión/actividad	
<p>Actividad 1/Tarea 1. Se dividirán en 2 equipos que ya estarán formados desde la sesión anterior y se jugará un partido. Durante toda la sesión estos 2 equipos actuarán como si de un partido real se tratara; realizarán el calentamiento por separado, tendrán una charla de equipo antes de jugar el partido, realizarán el pasillo donde se saluda a los contrincantes al finalizar el encuentro y celebrarán el tercer tiempo (Anexo 13).</p>	

Actividad 2/Tarea 2. Se jugará un partido con contacto, y con melé (Anexo 14), las melés serán pactadas por lo que no será necesario haberlas practicado antes, el que sea pactada significa que no existe disputa de empuje como se haría en una melé real. También habrá saques de *touch* o *line-out* (Anexo 15) que también serán pactados que consiste en hacer saque de banda del mismo modo que en fútbol.

Actividad 3/Tarea 3. Tras el partido se realizarán los actos de agradecimiento que son muy característicos del rugby que consisten en, al terminar el partido el equipo local formará un pasillo formando dos hileras de jugadores mientras que el equipo visitante caminará hacia fuera del campo, dirección al vestuario, pasando por dentro de este pasillo de jugadores del equipo contrario, mientras caminan por dicho pasillo jugadores de distintos equipos se saludarán en señal de respeto, felicitándose los unos a los otros por la labor desempeñada en el campo y agradeciendo el haber jugado, ya que el rugby nos enseña que hay que agradecer al adversario por jugar contra nosotros ya que sin ellos la práctica no sería posible. Tras el saludo se organizará el tercer tiempo, que es de los actos más característicos del rugby, en el tercer tiempo el equipo local acoge al equipo visitante y le invita a comer, compartiendo así ambos equipos comida y bebida para poder confraternizar, dejando atrás las diferencias que hayan podido surgir en el partido y dando pie a la amistad, pues no importa a que equipo pertenezca uno, a todos nos une el amor por el mismo deporte.

Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Conos Snacks y bebidas	10 min calentamiento. 20 min partido. 10 vuelta a la calma. 20 min convivencia.	Campo de fútbol del colegio	2 equipos	28
Estándares de evaluación		Criterios de Evaluación		

<p>En esta sesión se tendrá en cuenta los avances técnicos que los alumnos hayan conseguido con respecto a la práctica del rugby (pase, placaje, distribución en el campo, <i>ruck</i>) como también aspectos como el trabajo en equipo, el respeto y el compañerismo. En especial se tendrá en cuenta lo agradecidos que son con sus compañeros y rivales a la hora de reconocer la importancia que estos tienen en la práctica del rugby, ya que sin todos y cada uno de ellos no sería posible jugar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Regular y dosificar el esfuerzo acorde a sus posibilidades. - Realizar los calentamientos valorando su función preventiva. - Respetar las normas y reglas de las actividades, manteniendo una conducta respetuosa y que no perjudique el desarrollo de la actividad. - Participar en la recogida y organización de material utilizado en las clases. - Mostrar una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud. - Reconocer y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
<p>Medidas de atención a la diversidad</p>	
<p>Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad. Se modificará la merienda para los alumnos que puedan tener intolerancias o no puedan comer ciertos alimentos por otros motivos.</p>	

<p>Actividad 7. El Rugby es saber esforzarse</p>	
<p>Competencias (Ed.Primaria)</p>	<p>Objetivos</p>
<p>Competencia en comunicación lingüística. Aprender a</p>	<p>Concienciar sobre la importancia que tiene el esfuerzo para lograr los objetivos que se planteen.</p>

<p>aprender.</p> <p>Competencias sociales y cívicas.</p> <p>Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.</p>	<p>Promover el esfuerzo como actitud en la práctica deportiva.</p>
<p>Descripción de la sesión/actividad</p>	
<p>Actividad 1/Tarea 1. Se realizarán juegos para calentar y activar la musculatura, haciendo más incidencia en la zona del core, cuello, espalda y hombros. Juegos por parejas para calentar e ir adoptando posturas con transferencia a la práctica deportiva. Organizados por parejas deberán enfrentarse, colocados de cuclillas el objetivo será tocar las rodillas del compañero de enfrente sin que este toque nuestras rodillas.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. Juegos de empuje (Anexo 16): por parejas, los alumnos se colocarán en posición de cuadrupedia uno enfrente del otro y se engancharán el uno al otro entrelazando cuello y hombro, desde esa posición deberán empujar con las piernas para intentar desplazar al compañero. Tras este ejercicio se realizará una progresión en la que la posición será la misma pero esta vez deberán elevar las rodillas separándolas del suelo, de manera que mantengan la estabilidad apoyándose el uno en el otro.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Formación de la melé: tras haber realizado los ejercicios anteriores que servirán como introducción, se realizará por primera vez la melé. Una melé es una formación compuesta por 8 jugadores de cada equipo que se enfrentarán por la posesión del balón mediante empujes, en el apartado Anexos (Anexo 14) se explica detalladamente la melé. La mayor parte de la sesión será para aprender a realizar una melé, la melé requiere buena técnica, comunicación y trabajo en equipo, además de ser exigente físicamente, por lo que requiere de un gran esfuerzo tanto individual como colectivo para llevarla a cabo. Al finalizar el profesor dará una charla sobre la importancia del esfuerzo y el trabajo en equipo, concienciando de que para conseguir alcanzar nuestros objetivos es necesario esforzarse.</p>	

Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
No necesario	10 min calentamiento. 40 min sesión. 10 min vuelta a la calma.	Campo de fútbol del colegio.	1º: mezclados 2º: por parejas 3º: grupos de 8	28
Estándares de evaluación		Criterios de Evaluación		
En esta sesión se tendrá en cuenta fundamentalmente la actitud de los alumnos ante las situaciones de estrés que supone el trabajo por empuje, y como lidian con ello, así de su capacidad para esforzarse para llevar a cabo su objetivo.		<ul style="list-style-type: none"> - Mostrar conductas activas para incrementar globalmente la condición física, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento. - Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a uno o varios adversarios en juegos y actividades deportivas ya sea como atacante o defensor. - Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a si mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo. 		
Medidas de atención a la diversidad				
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.				

Actividad 8. El Rugby es Integridad	
Competencias (Ed.Primaria)	Objetivos
Competencia en comunicación lingüística. Aprender a	Concienciar sobre la integridad que se nutre de otros valores como la honestidad, la responsabilidad y la justicia. Promover el sentido crítico, y la justicia, sabiendo

aprender. Competencias sociales y cívicas.	discernir entre lo fácil y lo correcto.			
Descripción de la sesión/actividad				
<p>Actividad 1/Tarea 1. La sesión comenzará con ejercicios funcionales en movimiento para calentar de manera dinámica y que sea más divertido para los alumnos. Tras esto se hará un calentamiento específico que consistirá en realizar desplazamientos en las direcciones que marque el profesor manteniendo una formación defensiva (en línea) entre todos.</p> <p>Actividad 2/Tarea 2. Ejercicio fuera de juego: consistirá en poner en práctica situaciones de juego propensas a cometer fuera de juego (Anexo 17). Se colocarán varios puntos de encuentro delimitados por conos y sacos de placaje que simularán un <i>ruck</i>, el ejercicio consistirá en ir avanzando o retrocediendo hacia estos puntos manteniendo la posición defensiva, cuando se cambie de un punto a otro habrá que hacerlo de manera que se respete el fuera de juego y no se cometa ninguna infracción. Para fomentar una actitud íntegra entre los jugadores el profesor hará saber a los alumnos que no existirá ningún tipo de penalización si se comete alguna infracción, aunque no sería lo correcto.</p> <p>Actividad 3/Tarea 3. Para finalizar la sesión de manera lúdica se jugará una tocata con la variante de que esta vez el profesor no hará de árbitro, serán los mismos alumnos quienes deban ser responsables de jugar de manera íntegra y cumpliendo las normas.</p>				
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Conos Sacos de placaje	10 min calentamiento. 40 min sesión. 10 min vuelta a la calma.	Campo de fútbol del colegio	1º: grupos de 5-6 alumnos 2º: 2 equipos	28
Estándares de evaluación		Criterios de Evaluación		
Para esta sesión se tendrá en				

<p>cuenta esencialmente el grado de responsabilidad que el alumno adquiera a la hora de llevar a cabo los ejercicios de la manera más honesta posible, sabiendo que no tiene vigilancia ni habrá consecuencias en el juego por realizar infracciones, dotándolo así de autonomía para ser responsable y honesto consigo mismo y el equipo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mostrar buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable. - Aceptar formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
<p>Medidas de atención a la diversidad</p>	
<p>Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.</p>	

<p>Actividad 9. El Rugby es Solidaridad</p>	
<p>Competencias (Ed.Primaria)</p>	<p>Objetivos</p>
<p>Competencia en comunicación lingüística. Aprender a aprender. Competencias sociales y cívicas. Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor.</p>	<p>Fomentar el valor de la solidaridad. Ser capaz de realizar acciones para el beneficio de los demás. Empatizar con el o los compañeros y ayudar sabiendo como adaptarnos a su circunstancia.</p>

Descripción de la sesión/actividad				
<p>Actividad 1/Tarea 1. Para calentar se realizarán ejercicios funcionales dinámicos, siempre en movimiento. La parte final del calentamiento consistirá en formar grupos de 5-6 jugadores por grupo con un balón. El ejercicio consistirá en ir al trote todos muy juntos y deberán ir pasándose el balón continuamente. El pase de rugby ha de realizarse hacia atrás así que el jugador que reciba el pase deberá realizar un sprint para adelantarse al resto del grupo, teniendo así a sus compañeros detrás para poder hacer el pase.</p>				
<p>Actividad 2/Tarea 2. Cruz de Auckland (Foto Anexo 18): el ejercicio consiste en formar 4 filas indias de jugadores enfrentadas entre sí, de manera que formen un símbolo “+” solo que tendrán cierta distancia de manera que en el centro quede un espacio disponible. De esta manera, el primer jugador de cada fila deberá avanzar hasta el centro y pasar el balón al primer jugador de la fila de enfrente. Deben realizar estos pases continuamente, sin parar, por lo que tendrán que tener cuidado al entrar en el espacio del centro y no molestar a los otros jugadores que puedan estar pasando el balón a las otras filas.</p>				
<p>Actividad 3/Tarea 3. Carreras por parejas: se marcará la zona de salida y la meta con conos, se realizarán varias carreras por parejas teniendo que llevar al compañero a caballito, a carretilla y por encima de los hombros.</p>				
<p>Actividad 2/Tarea 4. Tocata solidaria: consistirá en jugar una tocata con la variante de que para anotar punto será obligatorio realizar al menos un pase dentro de la zona de marca, cediendo así de manera solidaria el punto a algún compañero de equipo. Al terminar la sesión el profesor reunirá al grupo en un círculo mientras realizan los estiramientos para hablar con ellos sobre la solidaridad y su importancia y hará partícipes en la conversación a los alumnos</p>				
Materiales	Temporalización	Espacio	Agrupamientos	Participantes
Balones de rugby Conos	10 min calentamiento. 40 min sesión.	Campo de fútbol del colegio.	1º: grupos de 5-6. 2º: por parejas.	28

	10 min vuelta a la calma.		3º: 2 equipos		
Estándares de evaluación		Criterios de Evaluación			
<p>En esta sesión se tendrá en cuenta la iniciativa del alumno a la hora de querer desempeñar acciones que beneficien más al compañero que a sí mismo. Que sea generoso otorgando puntos a sus compañeros, que muestre predisposición a realizar tareas duras como llevar en peso a su compañero, etc.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas. - Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo. - Demostrar autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad. 			
Medidas de atención a la diversidad					
Para los alumnos que no dominan del todo el castellano nos cercioraremos de explicar de manera individual si es necesario para que entiendan la actividad.					

6.8. Temporalización

La duración de esta Unidad Didáctica será de poco más de un mes, cinco semanas, llevándose a cabo en ella nueve sesiones que tendrán una duración de aproximadamente una hora.

Tabla 4. Cronograma sesiones

	1º Semana		2º Semana		3º Semana		4º Semana		5º Semana	
Sesiones	3 mayo	5 mayo	10 mayo	12 mayo	17 mayo	19 mayo	24 mayo	26 mayo	31 mayo	2 junio
Sesión 1										

Sesión 2										
Sesión 3										
Sesión 4										
Sesión 5										
Sesión 6										
Sesión 7										
Sesión 8										
Sesión 9										

6.9. Medidas de atención a la diversidad / Diseño universal del aprendizaje

Como ya se mencionó en apartados anteriores, en cada sesión nos aseguraremos de hacer entender todo lo que sea necesario a aquellos alumnos en la clase que provienen de distintos países y puedan tener dificultades a la hora de entender el lenguaje. Una de las cosas que más caracteriza al rugby es su inclusividad, por lo que todos los ejercicios pueden ser modificados si es necesario para adaptarlos a aquellos alumnos que presenten alguna diversidad funcional.

6.10. Sistema de evaluación

A continuación, se muestran en tablas los criterios y estándares que se tendrán en cuenta para evaluar las actividades:

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables	Criterios de calificación	Competencias clave
Valorar y respetar a las otras personas que participan en las actividades,	Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de	0-10	CCL, AA, CSC

mostrando comprensión y respetando las normas.	competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.		
Descubrir y distinguir las diversas actividades físicas, lúdicas y artísticas que se pueden desarrollar a partir de la educación física	Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.	0-10	AA, CSC
Realizar acciones motrices globales para experimentar y conocer sus posibilidades asociadas a su esquema corporal global y segmentario, experimentando situaciones de tensión, relajación y postura, mostrando respeto y aceptación por su propia realidad corporal y la de los demás	Realiza actividades físicas y juegos en entornos no habituales adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno a sus posibilidades.	0-10	CCL, AA, CSC, SIEE
Utilizar estrategias individuales y grupales sencillas para la resolución de los retos planteados en situaciones de juegos y actividades, comprendiendo y respetando sus normas y reglas. Favoreciendo las buenas relaciones entre compañeros/as	Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.	0-10	CCL, AA, CSC, SIEE
Valorar y respetar a las otras personas implicadas en las actividades, mostrando comprensión y respetando las normas. Valorar el juego como medio de disfrute y de relación con los demás.	Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	0-10	CSC

<p>Descripción de las técnicas e instrumentos de evaluación:</p> <p>En todas las sesiones se hará uso del fichero de puntuación de valores éticos, donde los alumnos podrá acumular puntos por cada sesión. A lo largo de cada sesión se tendrá en cuenta la actitud con la que el alumno afronta la tarea, como se relaciona con sus compañeros, el interés que tiene en realizar los ejercicios y las habilidades que presenta, así como su mejoría a lo largo de la Unidad Didáctica.</p>
<p>Evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje. ¿Qué, Cómo, Cuándo?</p> <p>Esta Unidad Didáctica tiene como objetivo principal transmitir valores positivos y educar para mejorar el juicio moral del alumnado por lo que cuantificar los resultados resulta complejo. Al inicio de la Unidad Didáctica se tendrá una charla grupal sobre las ideas a trabajar y en la que se hablará con la clase y se les hará preguntas para tener una idea sobre el conocimiento que tiene los alumnos.</p> <p>La evaluación formativa se llevará a cabo calificando a cada alumno en cada sesión según los criterios de evaluación establecidos en base a los objetivos, esto sumado con el fichero de puntuación de valores éticos en el cual los mismos alumnos serán también partícipes a la hora de repartir puntos serán los instrumentos a utilizar para evaluar.</p> <p>La evaluación sumativa consistirá en la realización de un cuestionario en el que se plantearán preguntas a los alumnos acerca de lo que creen haber aprendido, deberán reflexionar sobre temas morales y responder a cuestiones específicas, no obstante, esta prueba no tiene un valor determinante, siendo la etapa formativa la que más valor tendrá y en donde mejor se podrán apreciar los resultados.</p>

6.10.1. Criterios de evaluación

Texto

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Objetivo	Competencia Básica	Sesión/ Actividad
Criterio 1	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	CCL, AA, CSC	Todas
Criterio 2	1, 2, 4, 6, 7	AA, CSC	Todas
Criterio 3	1, 2, 3, 4, 5, 6	CCL, AA, CSC, SIEE	Todas
Criterio 4	2, 3, 4	CCL, AA, CSC, SIEE	Todas
Criterio 5		CSC	Todas

7. Conclusiones

Este trabajo ha tenido como objetivo principal diseñar una Unidad Didáctica inspirada en la práctica deportiva, basada en el rugby como estrategia educativa para el desarrollo de valores positivos en el aula de 5º de primaria.

Este objetivo se establece al identificar una serie de problemas de conducta en alumnos cuyo comportamiento no era el adecuado, presentando actitudes irrespetuosas y desafiantes hacia el profesorado y entre el mismo alumnado, creándose situaciones de conflicto de manera recurrente, no siendo capaces de identificar los límites y respetarlos y mostrando en ocasiones gran falta de entendimiento y empatía a la hora de relacionarse con otras personas, tanto profesores como alumnos.

Al hallar la necesidad de mejorar esta situación, se establecen una serie de objetivos específicos como conocer los principales valores positivos y desarrollar las habilidades del alumnado para gestionar sus emociones en situaciones de estrés a través de la práctica del rugby. Otro objetivo ha sido planificar juegos y actividades que, además de servir para desarrollar valores positivos, sirvan también para generar interés y placer por la práctica del rugby. Por último, promover el trabajo en equipo e impulsar la autoestima del alumnado a través de la práctica deportiva.

Tras terminar la Unidad Didáctica y analizando los resultados obtenidos a través de las herramientas de evaluación, se concluye que los objetivos planteados anteriormente se han alcanzado y de manera satisfactoria. El objetivo principal de esta Unidad Didáctica se alcanza gracias a la consecución de los objetivos específicos que se plantean.

Esto se logra básicamente a través de las actividades y el juego, la práctica deportiva ofrece un escenario excelente en el que plantear las ideas que se quieren trabajar y realizar las tareas de manera dinámica y entretenida, lo cual hace que la tarea sea mucho más significativa y los alumnos presenten mayor predisposición y estén más motivados.

Destacar el aspecto multidisciplinar de esta Unidad Didáctica, donde se han desarrollado distintas competencias debido a la variedad de las actividades donde se han trabajado

aspectos psicomotrices relacionados con la educación física, aspectos relacionados con la comunicación y la empatía o aspectos como el sentido crítico y la reflexión.

Por último, se concluye que este trabajo aporta métodos más originales y dinámicos que los que suele ofrecer la escuela tradicional, sustituyendo el aula por un escenario que ofrece más interacciones sociales en entornos más reales, no solo tratando asuntos morales de manera teórica sino poniéndolos en práctica a través del deporte.

8. Consideraciones finales

Este trabajo de fin de grado ha supuesto un gran reto para mí pues ha significado el crear un trabajo desde cero, en el que he contado con la ayuda de mi tutor, pero con la responsabilidad de ser yo quien elija el tema, establezca unos objetivos, seleccione el contenido y la justificación de todo lo realizado, es por eso que para mí este trabajo ha tenido una dificultad añadida en comparación con el resto de trabajos realizados anteriormente en la carrera.

Este trabajo también me ha servido como motivación para mejorar como persona que transmite conocimientos, independientemente de ser un maestro o no. En el pasado ya ha tenido experiencia como entrenador de rugby y he transmitido enseñanzas deportivas y en cierto modo he educado a través del deporte, pero la educación y práctica docente abren una nueva etapa para continuar con estas enseñanzas con nuevos conocimientos adquiridos.

Obviamente la práctica real es lo que de verdad nos forma y nos convierte en lo que queremos ser, maestros, por lo que todos los trabajos teóricos e investigaciones no pueden compararse con la práctica real de la docencia. Dicho esto, cuando sea maestro me gustaría poder transmitir enseñanzas al estilo de esta Unidad Didáctica, abordando mucho el trabajo práctico, poniendo a los alumnos en situaciones como las que podrían vivir en la vida real ya que considero que de esta forma el aprendizaje es mucho más significativo y tiene mucho más sentido.

9. Referencias bibliográficas

- Amat, M., & Batalla, A. (2000). Deportes y educación en valores. *Aula de innovación educativa*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/36609>
- Andersson, E. (2020). Parent-created educational practices and conditions for players' political socialisation in competitive youth games: A player perspective on parents' behaviour in grassroots soccer. *Sport, Education and Society*, 25(4), 436-448. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1601621>
- Barba Martín, J. J. (2007). La necesidad de dignidad y democracia en la escuela del siglo XXI: Rompiendo tópicos en la educación. *Innovación educativa*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/75725>
- Brustad, R. J. (1996). Attraction to Physical Activity in Urban Schoolchildren: Parental Socialization and Gender Influences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(3), 316-323. <https://doi.org/10.1080/02701367.1996.10607959>
- Craciun, D. (2010). *ROLE – PLAYING AS A CREATIVE METHOD IN SCIENCE EDUCATION*. 8.
- Cunningham, I., Simmons, P., Mascarenhas, D., & Redhead, S. (2014). Skilled Interaction: Concepts of Communication and Player Management in the Development of Sport Officials. *International Journal of Sport Communication*, 7(2), 166-187. <https://doi.org/10.1123/IJSC.2013-0098>
- Fernández, D. (2020). *El Origen y la Historia del Baloncesto*. Campus WOB. <https://www.campuswob.com/historia-del-baloncesto/>

- Fernández Gavira, J. (2007). La inclusión social a través del deporte. *Escuela abierta : revista de investigación educativa*. <https://doi.org/10.13fernandez.pdf>
- Gómez Lecumberri, C., Puig Barata, N., & Maza Gutiérrez, G. (2009). *Deporte e integración social: Guía de intervención educativa a través del deporte*. Barcelona : INDE, 2009. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/64375>
- González, F. (2021, septiembre 27). *Educación en Valores, objetivo del Encuentro Acción Magistral*. Compromiso RSE. <https://www.compromisorse.com/reportajes/2013/10/25/educacion-en-valores-objetivo-del-encuentro-accion-magistral/>
- González, L. G. (2001). *Estrés y deporte de alto rendimiento*. ITESO.
- Gutiérrez, M. (1998). Desarrollo de valores en la educación física y el deporte. *Apunts. Educación física y deportes*, 1(51), 100-108.
- Gutiérrez Sanmartín, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/67978>
- Hatch, K. (2011). Determining the Effects of Technology on Children. *Senior Honors Projects*. <https://digitalcommons.uri.edu/srhonorsprog/260>
- Hildebrand, D. V. (2004). La importancia del respeto en la educación. *Educación y Educadores*, 7, 221-228.
- Jones, C. (2005). Character, virtue and physical education. *European Physical Education Review*, 11(2), 139-151. <https://doi.org/10.1177/1356336X05052893>

- Lemke, W. (2015). El papel del deporte en la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. *United Nations*. <https://www.un.org/es/chronicle/article/el-papel-del-deporte-en-la-consecucion-de-losobjetivos-de-desarrollo-sostenible>
- López-Mora, C., Flores, M. C., Valdivia-Moral, P., Olivares, M. C., & González-Hernández, J. (2021). Enseñando valores y potenciando la prosocialidad. Lo que promueven los entrenadores y lo que interiorizan los deportistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(2), 59-71. <https://doi.org/10.6018/cpd.447181>
- Martínez, B. J. S.-A., Ibáñez, J. C., Ramírez, C. S., Valenzuela, A. V., & Mármol, A. G. (2020). El modelo de responsabilidad personal y social a través del deporte: Revisión bibliográfica (Personal and social responsibility model through sports: a bibliographic review). *Retos*, 37, 755-762. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.67890>
- Mendoza, J. M. Á., Knop, P. D., Bergh, K. V. D., Kirk, D., Theeboom, M., & Lombardozi, A. (2004). *El deporte escolar en el siglo XXI: Análisis y debate desde una perspectiva europea*. Grao.
- Naciones Unidas. (2015). *Agenda 2030—Valores Universales*. Naciones Unidas. <https://unsdg.un.org/es/2030-agenda/valores-universales>
- Nava, J., & Tinoco, J. (2020). *TEAM! Lecciones y valores del Rugby para la vida*. Dieresis.
- Ortiz, J. M. (2003). *La Educación en valores y su práctica en el aula*. 20.
- Płoszaj, K., Firek, W., Gąsior, P., & Malchrowicz-Moško, E. (2021). Positive Behavior Management: Assessment of Rugby Referees in Children Sport. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10949. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010949>

- Rijo, G. (2005). *LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE DE LOS VALORES EN LA EDUCACIÓN DEPORTIVA*. 11.
- Rojas, M. M. (2009). La Habilidad De Escuchar. Una Tarea Pendiente En La Educación Costarricense. *Revista Káñina*, XXXIII(2), 95-131.
- Santillán, M. A. A., Bolívar, M. P. P., Arrieta, E. D., Lujan, G. del C. S., & López, O. T. (2019). La depresión infantil y su vinculación con la falta de valores en la familia. *Revista Biológico Agropecuaria Tuxpan*, 7(2), 147-158.
<https://doi.org/10.47808/revistabioagro.v7i2.58>
- Sears, A., Jacko, J. A., & Jacko, J. A. (Eds.). (2007). *The Human-Computer Interaction Handbook: Fundamentals, Evolving Technologies and Emerging Applications, Second Edition* (2.ª ed.). CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9781410615862>
- Smith-Palacio, E., & Acebes-Sánchez, J. (2022). Values development analysis through physical education and sports: A protocol study. *Retos*, 45, 1009-1015. Scopus.
<https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90502>
- Straub, G. (2019). Parental (over-)ambition in competitive youth sport. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(1), 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12662-018-0561-9>
- Tierno, B. (1991). *Valores humanos*. <https://www.iberlibro.com/buscar-libro/titulo/valores-humanos/autor/bernabe-tierno/>
- UNESCO. (2019). *Sport values in every classroom: Teaching respect, equity and inclusion to 8-12 year-old students* -. T+T Design.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000371303>

Whitehead, J., Telfer, H., & Lambert, J. (Eds.). (2013). *Values in Youth Sport and Physical Education*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203114155>

World Rugby. (2021). *Plan Estratégico*. <https://www.world.rugby/organisation/strategic-plan>

10. Anexos

Anexo 1: Balones de Rugby



Anexo 2: Conos



Anexo 3: Cintas Rugby Tag



Anexo 4: Saco de placaje



Anexo 5: Escudo de placaje



Anexo 6: Colchoneta de aterrizaje



Anexo 7: Cuerda



Anexo 8: Globos



Anexo 9: el *forward pass* es una infracción menor en rugby que ocurre cuando se realiza un pase hacia adelante, ya que las normas establecen que los pases deben realizarse siempre hacia atrás.

Anexo 10: el *knock on* es una infracción menor en rugby que ocurre cuando el balón se cae de las manos de un jugador y este va hacia adelante, ya que las normas establecen que el balón siempre debe ir hacia atrás.

Anexo 11: un golpe de castigo es una ventaja que otorga el árbitro a uno de los equipos cuando el equipo contrario comete una infracción mayor, cuando se otorga un golpe de castigo a favor un equipo puede decidir reanudar el juego en el punto de la infracción con una ventaja de diez metros de distancia sobre la línea defensiva del equipo contrario, efectuar un tiro a palos que de entrar otorgaría tres puntos o hacer una *touch* o *line-out* en la zona del campo donde un jugador haya sacado la pelota del campo pateándola previamente. En cualquiera de los tres casos el golpe de castigo siempre se efectúa con un puntapié al balón.

Anexo 12: el *ruck* se crea cuando a partir de un placaje uno o más jugadores de cada equipo se enfrentan entre sí por la posesión del balón. Este enfrentamiento consiste en un duelo de empuje que tendrán que realizar sobre donde se encuentre el balón y que tendrá como ganador a aquel equipo que posea uno o más jugadores que hayan logrado empujar lo suficiente como para tener el balón sobre sus pies, alejado del equipo rival. El *ruck* delimita la línea de fuera de juego.

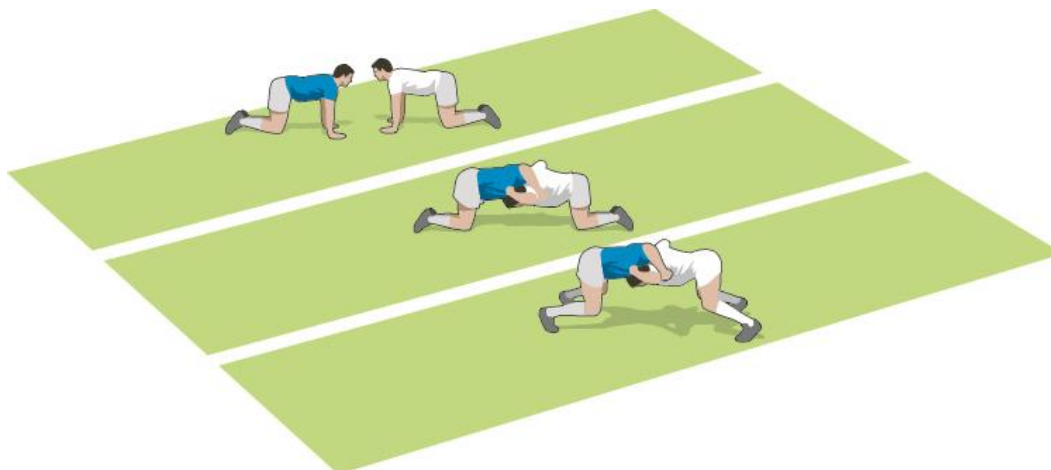
Anexo 13: el tercer tiempo consiste en, una vez finalizado el partido, el equipo local invita al equipo visitante a su sede o a un bar, restaurante o simplemente a pie de campo, a una comida. La función del tercer tiempo es la de lograr lazos de unión entre jugadores de distintos equipos, haciendo que prevalezcan valores como la amistad, el respeto y la gratitud hacia el adversario.

Anexo 14: la *melé* o *scrum* es el resultado de un *knock on* o *forward pass*. Consiste en una formación compuesta por ocho jugadores de cada equipo en la cual mediante empuje deben disputarse la posesión del balón, el balón será introducido en el centro, el objetivo consiste en empujar al otro equipo lo suficiente para poder tener el balón bajo control.

Anexo 15: el *line-out* o *touch* es lo que se conoce en otros deportes como saque de banda. En rugby los saques de banda se efectúan con opción a disputa por la posesión, el saque consiste en montar dos hileras de jugadores de cada equipo, cada hilera compuesta por ocho jugadores, los mismos que realizan la *melé*, formando dos filas indias dejarán un hueco de separación de un metro aproximadamente entre ambos equipos, un jugador del equipo que realice el saque de banda se colocará fuera del campo, a la altura del pasillo teniendo así una hilera de jugadores a su izquierda y otra a su derecha, deberá lanzar el balón hacia arriba al centro del pasillo, no puede lanzar el balón al lado en el que se encuentra su equipo, mediante claves podrá comunicar a su equipo cuan alto y cuan lejos lanzará el balón para saber a que altura de la hilera de jugadores irá el balón. Los jugadores colocados para recibir el balón podrán elevar a sus compañeros para tener ventaja de altura a la hora de coger el balón.



Anexo 16: foto explicativa ejercicio cuadrupedia:



Anexo 17: el fuera de juego es una infracción que puede cometerse tanto por el equipo defensor como el atacante. En ataque, un jugador está en fuera de juego si se encuentra adelantado al compañero que lleve el balón, el pase de rugby debe realizarse siempre hacia atrás por lo que un compañero nunca debe estar más adelantado que el portador del balón. En defensa, un jugador se encontrará en fuera de juego si sobre pasa la línea imaginaria perpendicular al campo que se crea en el *ruck*.

Anexo 18: foto explicativa ejercicio Cruz de Auckland:

