

# Experto Universitario

## Rugby VII

Avalado por la NBA





## Experto Universitario Rugby VII

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 meses**
- » Titulación: **TECH Universidad ULAC**
- » Acreditación: **18 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/experto-universitario/experto-rugby-vii](http://www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/experto-universitario/experto-rugby-vii)



# Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 22

06

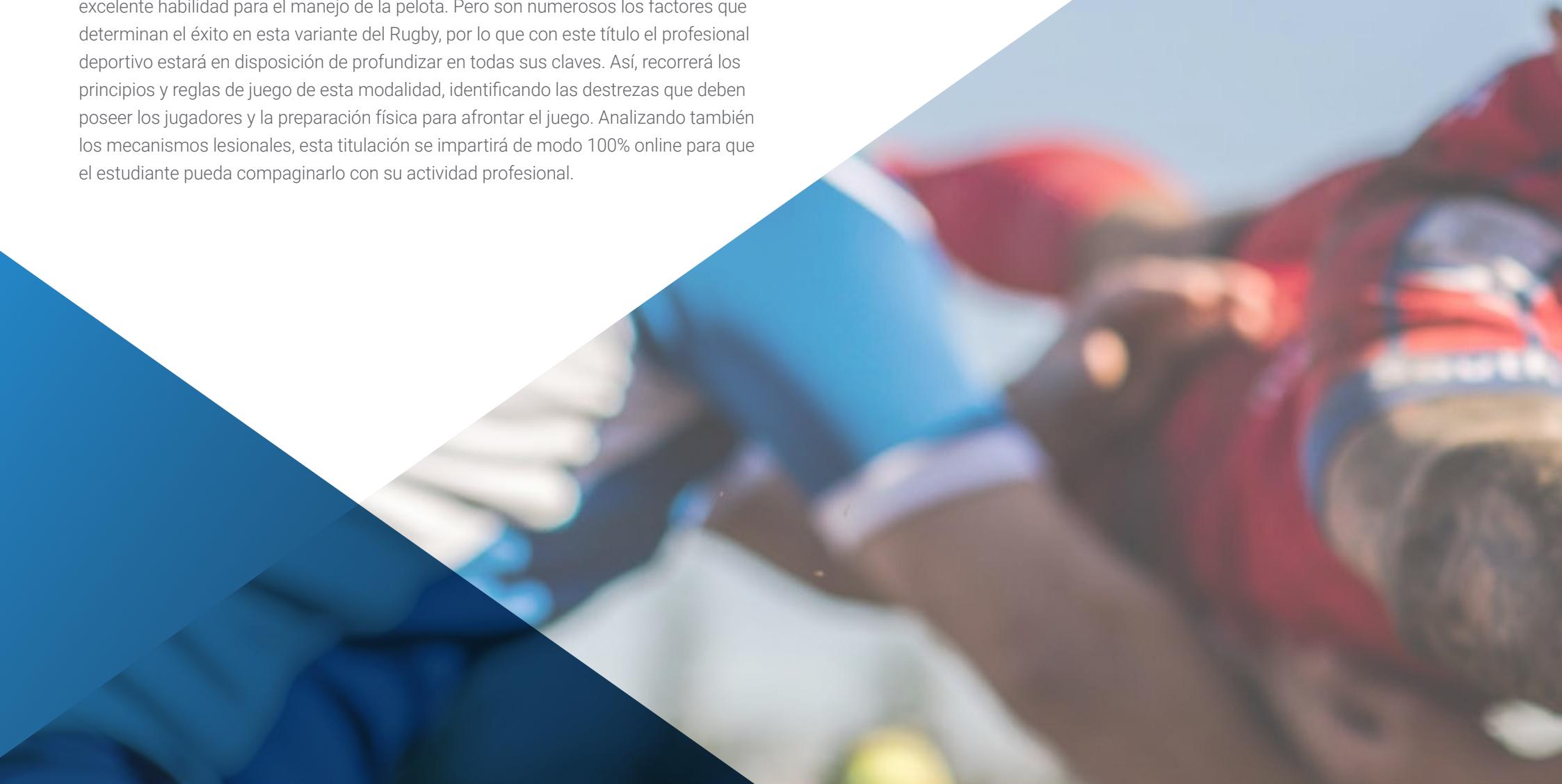
Titulación

pág. 30

01

# Presentación

El Rugby VII se presenta como una modalidad más rápida y dinámica que el Rugby XV. Por ello, los jugadores que lo practican deben ser veloces, ágiles y tener una excelente habilidad para el manejo de la pelota. Pero son numerosos los factores que determinan el éxito en esta variante del Rugby, por lo que con este título el profesional deportivo estará en disposición de profundizar en todas sus claves. Así, recorrerá los principios y reglas de juego de esta modalidad, identificando las destrezas que deben poseer los jugadores y la preparación física para afrontar el juego. Analizando también los mecanismos lesionales, esta titulación se impartirá de modo 100% online para que el estudiante pueda compaginarlo con su actividad profesional.



66

Conviértete en un experto en *Rugby VII* a través  
de materiales académicos innovadores y de un  
profesorado con estrellas de este deporte”

Los equipos que puedan mantener la posesión de la pelota y moverla rápidamente a través del campo son los que tienen más probabilidades de anotar puntos en el Rugby VII. Por ello, se precisan habilidades para realizar pases precisos y en tiempo y forma. Del mismo modo, y a pesar de ser una variante del Rugby más veloz, esta modalidad continúa siendo un juego de estrategia. En consecuencia, resulta imperativo adaptarse con celeridad a los cambios en el partido y utilizar habilidades tácticas para explotar las debilidades de los oponentes.

Sin duda, una titulación que aborde estos y otros aspectos del Rugby VII ofrecerá un gran valor a los profesionales deportivos, motivo por el que TECH ha diseñado la especialización perfecta. En este sentido, los alumnos profundizarán en las posiciones específicas en el campo, en el lanzamiento del juego, en la capacidad de contraataque o en el análisis del rival. De la misma forma, harán hincapié en los test de Resistencia y Fuerza que se realizan en esta modalidad.

Todo esto y más estará al alcance del profesional deportivo a través de un Experto Universitario de naturaleza 100% online. Así, este formato no solo permitirá que el estudiante curse el programa desde donde desee, sino que contará con la batuta de sus propios tiempos académicos. De tal modo, distribuirá las 150 horas del título a su conveniencia en aras de que no suponga ningún obstáculo a la hora de compaginarlo con sus obligaciones personales o laborales.

Este **Experto Universitario en Rugby VII** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Rugby VII
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información deportiva y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Examina todas las implicaciones de la preparación física en el Rugby VII para afrontar con éxito los partidos"*

“

*Pon a prueba tus destrezas en el Rugby VII sometiéndote a casos prácticos que recogen una amplia variedad de situaciones”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Establece avanzadas estrategias de contraataque en el juego gracias a esta completa especialización.*

*Profundiza en la importancia del saque de centro en el Rugby VII para iniciar el juego con ventaja.*



02

# Objetivos

El gran objetivo del presente programa es el de dotar al profesional deportivo de los conocimientos más avanzados y actualizados sobre el Rugby VII, de tal modo que domine todos y cada uno de sus fundamentos. Esto le permitirá no solo practicar este deporte con garantías, sino que se convertirá en un versado experto sobre la forma de jugar, pudiendo dedicarse a diseñar métodos de entrenamiento o asesorar a jugadores.



66

Alcanza los objetivos del título y domina  
las estrategias más avanzadas frente a  
las lesiones comunes del Rugby VII”



## Objetivos generales

- Conocer en profundo sobre Rugby XV y VII, así como el resto de las modalidades
- Saber profundizar, desarrollar, y una física y técnica
- Adquirir una especialización en nutrición orientada al Rugby, según la modalidad y puesto del jugador
- Cómo gestionar las emociones y aplicar psicología al ámbito deportivo
- Aprender a gestionar equipos y jugadores
- Cómo vender el Rugby como producto para el consumidor
- Conocer en profundidad las herramientas para que el jugador pueda controlar sus emociones de cara a obtener el máximo rendimiento

“

*Examina fases elementales del Rugby Profesional como el Maul o el Ruck para diseñar las mejores estrategias para abordarlas”*





## Objetivos específicos

### **Módulo 1. Modalidades de Rugby**

- ◆ Conocer en profundidad los Orígenes del Rugby
- ◆ Saber detectar los Valores del deporte
- ◆ Aprender de manera profunda las Modalidades y Reglamento general

### **Módulo 2. Rugby VII. Deporte y su Reglamento**

- ◆ Conocer de manera profunda el Reglamento específico
- ◆ Saber diferenciar y conocer en profundidad las posiciones
- ◆ Reconocer los diferentes sistemas ofensivos y defensivos
- ◆ Aprender y diferenciar las fases estáticas y dinámicas

### **Módulo 3. Preparación específica Rugby VII profesional**

- ◆ Adquirir conocimientos sobre la planificación de la temporada
- ◆ Analizar las cargas según jugadores
- ◆ Conocer de manera profunda las principales tendencias de preparación física en Rugby
- ◆ Saber y aprender a estructurar las sesiones

03

## Dirección del curso

En su máxima de ofrecer una educación con los más altos estándares académicos, TECH ha reunido en este título a auténticas eminencias del Rugby Profesional. En este sentido, campeones de Europa de Rugby VII, diplomados olímpicos o jugadores que han participado en la Copa del Mundo de Rugby XV y VII confluyen en el Experto Universitario para satisfacer hasta las más altas expectativas del alumnado. Es más, este remarcable profesorado también ha destacado por entrenar a la máxima categoría femenina de Rugby en España. De este modo, los estudiantes contarán con las claves del Rugby VII desde la perspectiva tanto de un jugador como de un entrenador.



“

Estrellas mundiales del Rugby Profesional confluyen en este título para aportarte todas las claves que te harán sobresalir en el Rugby VII”

## Dirección



### **D. Domínguez Narciso, Guillermo**

- Jugador Profesional de Rugby en CAU Valencia
- Jugador Internacional con la Selección Española de Rugby
- Director Técnico en ligas inferiores del CAU Valencia
- Profesor de Educación Física en Rynnymede College
- Máster de Alto Rendimiento Deportivo por COES – UCAM
- Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Politécnica de Madrid

## Profesores

### **D. Garrido Gómez, José Antonio**

- CrossFit IronBuster en Enginefit S.L.
- Entrenador Personal en Enginefit S.L.
- Máster en Prevención y Readaptación de Lesiones por el Instituto de Formación Profesional Oficial
- Técnico Superior en Acondicionamiento Físico por el Instituto de Formación Profesional Oficial



**D. Santana Rubiño, José Luis**

- ◆ Jugador de la División de Honor B en Marbella Rugby Club
- ◆ Jugador de la División de Honor B en Club de Rugby Málaga
- ◆ Jugador East Region League Division 2, Corstorphine Cougars RFC
- ◆ Jugador de la Selección Universitaria de Rugby VII de la Universidad de Málaga
- ◆ Director del Club de Rugby Económicas Málaga
- ◆ Entrenador del Equipo Femenino de Rugby VII y 15 en el Club de Rugby Económicas Málaga
- ◆ Jugador de Primera Nacional en Balonmano en los clubes Innovasur y Balonmano Maracena
- ◆ Entrenador del Equipo Universitario Femenino de la Universidad de Granada

**D. Sánchez Nogales, Carlos**

- ◆ Psicólogo y Coach Deportivo
- ◆ Psicólogo en el Área de Igualdad del Ayuntamiento de Alhaurín el Grande
- ◆ Psicoterapeuta en consulta privada
- ◆ Entrenador de equipos masculinos y femeninos en modalidad XV y 7's
- ◆ Licenciado en Psicología por la Universidad de Málaga
- ◆ Máster en Investigación en la Actividad Física y el Deporte por UMA
- ◆ Máster de Coaching Individual y Grupal por UMA
- ◆ Experto en Coaching Deportivo por COANCO
- ◆ Título de Entrenador de la World Rugby Level 2
- ◆ Título de Entrenador de Rugby Inclusivo (FAR)

04

# Estructura y contenido

El temario se ha diseñado para condensar todas las claves de las características de juego, reglamento y preparación específica del Rugby VII en tan solo 150 horas de recorrido académico. Durante este ciclo educativo, te beneficiarás de la visión más actualizada e integral sobre esta modalidad del Rugby Profesional, interiorizando con rapidez los conceptos gracias a la metodología del Relearning. Este método consiste en la reiteración de las ideas sobre la base de dinámicos recursos, tales como casos prácticos, vídeos, resúmenes interactivos o ejercicios autoevaluativos, lo que le ha valido reconocimientos internacionales.



66

*La visión más integral y actualizada  
de los fundamentos del Rugby VII  
se encuentra en este temario”*

**Módulo 1.** Modalidades de Rugby

- 1.1. Rugby
  - 1.1.1. Rugby
  - 1.1.2. Orígenes
  - 1.1.3. *World Rugby*
- 1.2. Rugby XV
  - 1.2.1. Principiantes
  - 1.2.2. Rugby XV
  - 1.2.3. Rugby XV en España
- 1.3. Rugby VII y Rugby XIII
  - 1.3.1. Principiantes
  - 1.3.2. Rugby VII
- 1.4. Otras variedades de Rugby
  - 1.4.1. Rugby inclusivo y penitenciario
  - 1.4.2. Rugby tag y *Touch*
  - 1.4.3. Otras variedades
- 1.5. Reglamento general
  - 1.5.1. Introducción
  - 1.5.2. Principios del juego
  - 1.5.3. Normativa
- 1.6. Antidopaje
  - 1.6.1. *Keep Rugby Clean*
  - 1.6.2. Nutrición y suplementos
  - 1.6.3. Medicamentos
- 1.7. Antijuego
  - 1.7.1. *Antidoping Keep Rugby Onside*
  - 1.7.2. Disciplina
  - 1.7.3. Anticorrupción
- 1.8. Valores
  - 1.8.1. ¿Por qué defender estos valores?
  - 1.8.2. Integridad
  - 1.8.3. Tercer Tiempo

- 1.9. Figura del árbitro
  - 1.9.1. Árbitro en Rugby
  - 1.9.2. Gestos de los árbitros
  - 1.9.3. Tipos de árbitros
- 1.10. Campeonatos importantes
  - 1.10.1. Rugby XV
  - 1.10.2. Rugby VII
  - 1.10.3. Rugby XIII

**Módulo 2.** Rugby VII. Deporte y su reglamento

- 2.1. Reglamento específico
  - 2.1.1. Principios del juego
  - 2.1.2. Principios de las leyes
  - 2.1.3. Las reglas del juego
- 2.2. Destrezas específicas por jugador
  - 2.2.1. Desarrollo de las capacidades condicionales específicas
  - 2.2.2. Desarrollo de las capacidades coordinativas
  - 2.2.3. Mejora del proceso de toma de decisiones
- 2.3. Posiciones específicas
  - 2.3.1. Delanteros
  - 2.3.2. Medios
  - 2.3.3. Tres Cuartos
- 2.4. Ataque
  - 2.4.1. El lanzamiento del juego
  - 2.4.2. El juego en los puntos de encuentro
  - 2.4.3. El contraataque en el juego y reorganización permanente
- 2.5. Defensa
  - 2.5.1. Placaje en Rugby VII: Introducción y tipos
  - 2.5.2. Defensa desde lanzamientos puntos de encuentro
  - 2.5.3. Defensa desde fases estáticas

- 2.6. Fases estáticas y dinámicas
  - 2.6.1. Melé y *Touch*
  - 2.6.2. Maul
  - 2.6.3. Ruck
- 2.7. Saque de centro
  - 2.7.1. Importancia del saque de centro en Rugby VII
  - 2.7.2. Saques de centro a favor
  - 2.7.3. Saques de centro en contra
- 2.8. Bases del sistema de juego
  - 2.8.1. El lanzamiento del juego
  - 2.8.2. El juego en los puntos de encuentro
  - 2.8.3. El contraataque en el juego y reorganización permanente
- 2.9. Estructura de sesiones
  - 2.9.1. Período de iniciación del jugador
  - 2.9.2. Los ejercicios generales
  - 2.9.3. La sesión de entrenamiento
- 2.10. Análisis del rival
  - 2.10.1. Análisis sistema ofensivo
  - 2.10.2. Análisis sistema defensivo
  - 2.10.3. Análisis fases estáticas
- 3.3. Velocidad
  - 3.3.1. Requerimientos y principios en base al deporte
  - 3.3.2. Aceleración
  - 3.3.3. Velocidad
- 3.4. Resistencia
  - 3.4.1. Requerimientos y principios en base al deporte
  - 3.4.2. Resistencia de desplazamientos de carrera
  - 3.4.3. Resistencia de acciones de alta intensidad
- 3.5. Test
  - 3.5.1. Interés
  - 3.5.2. Test de Resistencia (P. ej. 1200m Shuttle Test o Bronco Test)
  - 3.5.3. Test de Fuerza
- 3.6. Fases estáticas
  - 3.6.1. Melé
  - 3.6.2. *Touch*
  - 3.6.3. Implicaciones en la preparación física
- 3.7. Contacto
  - 3.7.1. Requerimientos y principios en base al deporte
  - 3.7.2. Influencia sobre el entrenamiento
  - 3.7.3. Implicaciones en la preparación física
- 3.8. Lesiones
  - 3.8.1. Epidemiología de las lesiones
  - 3.8.2. Mecanismos lesionales
  - 3.8.3. Conmociones
- 3.9. Tecnología GPS
- 3.9. Interés
  - 3.9.1. Variables de estudio
  - 3.9.2. *Ball in Play y Worst Case Scenario*
- 3.10. Rol de la PF para el rendimiento en Rugby
  - 3.10.1. Seguimiento
  - 3.10.2. Como planificar
  - 3.10.3. Como programar

### **Módulo 3. Preparación específica Rugby VII profesional**

- 3.1. Rugby VII
  - 3.1.1. Naturaleza del deporte
  - 3.1.2. Demandas de juego en delanteros
  - 3.1.3. Demandas de juego en tres cuartos
- 3.2. Fuerza
  - 3.2.1. Requerimientos y principios en base al deporte
  - 3.2.2. Fuerza- hipertrofia
  - 3.2.3. Potencia
- 3.8.1. Epidemiología de las lesiones
- 3.8.2. Mecanismos lesionales
- 3.8.3. Conmociones
- 3.9. Tecnología GPS
- 3.9. Interés
  - 3.9.1. Variables de estudio
  - 3.9.2. *Ball in Play y Worst Case Scenario*
- 3.10. Rol de la PF para el rendimiento en Rugby
  - 3.10.1. Seguimiento
  - 3.10.2. Como planificar
  - 3.10.3. Como programar

05

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.



66

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cílicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización"*

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”*



Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.



*El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.*

### Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“

*Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomasen decisiones y emitiesen juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.*

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.





En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



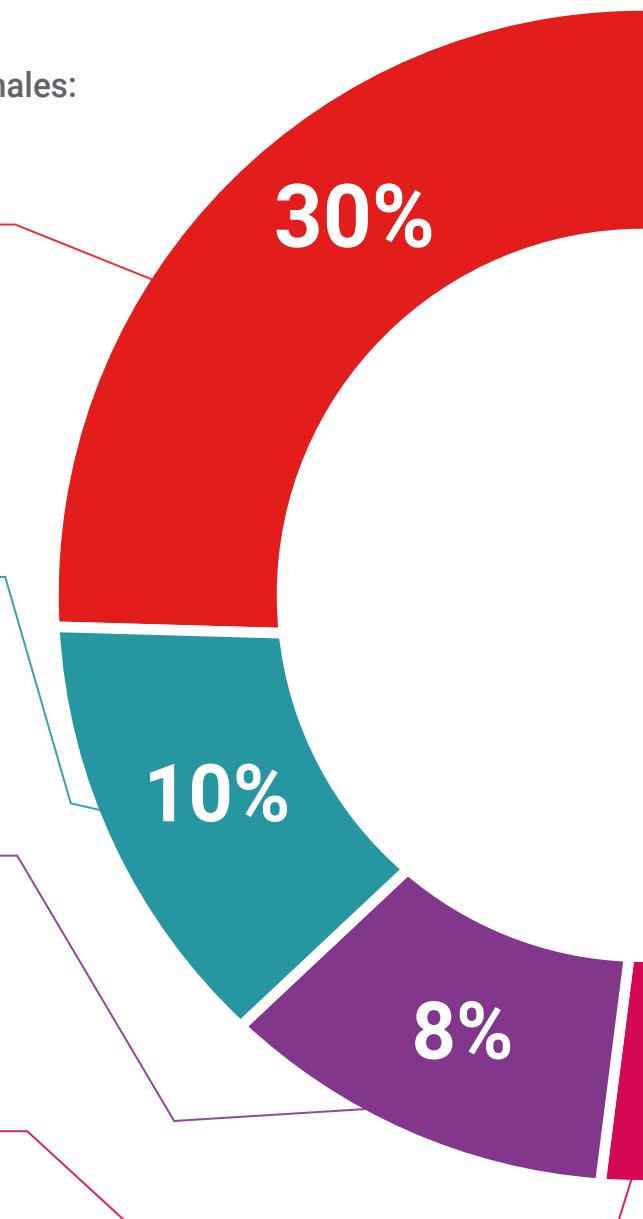
#### Prácticas de habilidades y competencias

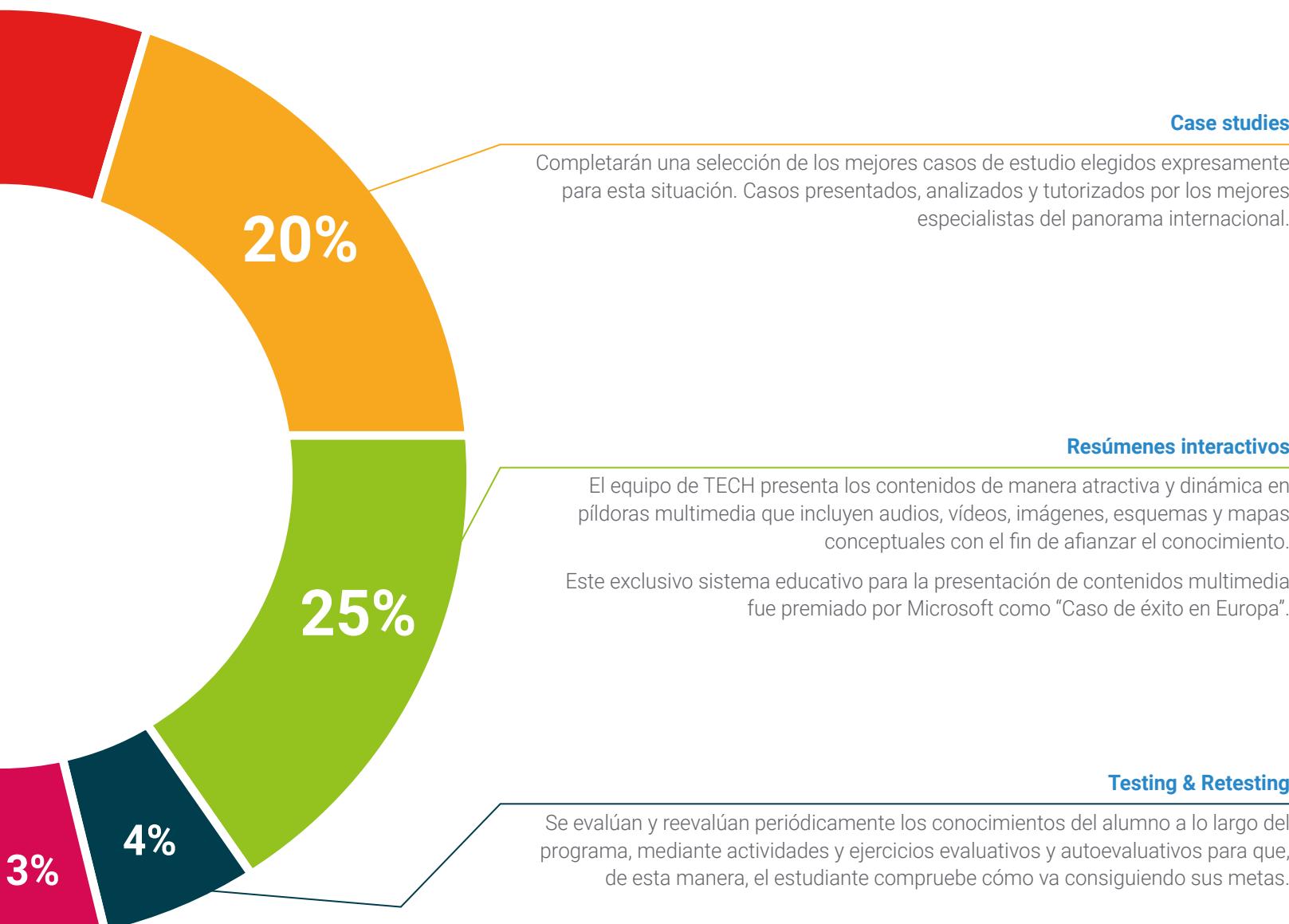
Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





06

# Titulación

El Experto Universitario en Rugby VII garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a dos diplomas de Experto Universitario, uno expedido por TECH Global University y otro expedido por la Universidad Latinoamericana y del Caribe.



66

Supera con éxito este programa y recibe una  
titulación universitaria sin desplazamientos  
ni farragosos trámites”

El programa del **Experto Universitario en Rugby VII** es el más completo del panorama académico actual. A su egreso, el estudiante recibirá un diploma universitario emitido por TECH Global University, y otro por la Universidad Latinoamericana y del Caribe.

Estos títulos de formación permanente y actualización profesional de TECH Global University y Universidad Latinoamericana y del Caribe garantizan la adquisición de competencias en el área de conocimiento, otorgando un alto valor curricular al estudiante que supere las evaluaciones y acredite el programa tras cursarlo en su totalidad.

Este doble reconocimiento, de dos destacadas instituciones universitarias, suponen una doble recompensa a una formación integral y de calidad, asegurando que el estudiante obtenga una certificación reconocida tanto a nivel nacional como internacional. Este mérito académico le posicionará como un profesional altamente capacitado y preparado para enfrentar los retos y demandas en su área profesional.

Título: **Experto Universitario en Rugby VII**

Modalidad: **online**

Duración: **6 meses**

Acreditación: **18 ECTS**





## Experto Universitario Rugby VII

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad ULAC
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Experto Universitario

## Rugby VII

Avalado por la NBA

