


# SESIÓN CINCO

1	SONRIENTES GANADORAS	
2	VALORES: PASIÓN	
3	GOLPE RÁPIDO	
4	VALORES: PASIÓN	
5	PATEADORAS	
6	CASI T1 RUGBY	
7	RESUMEN DEL VALOR PASIÓN	



 MIRA LOS  
VÍDEOS DE LAS  
ACTIVIDADES 1, 3,  
5 Y 6 AQUÍ

# SONRIENTES GANADORAS

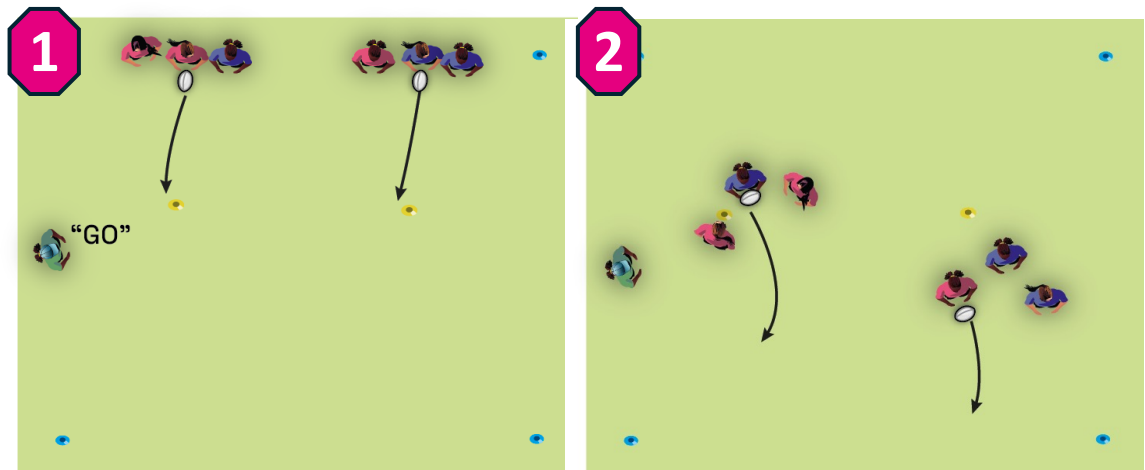
Aprender a competir y usar destrezas de manejo, con un elemento de competición para vincular con el valor

## TÚ DICES

- Vamos a jugar a Sonrientes Ganadoras
- Dividirse en grupos de tres con una pelota.
- Cada equipo comienza al final del cuadrado
- A la voz de "Ya" cada equipo corre hacia el cono que tiene delante y hace tres pases.
- Luego correr hasta el final del cuadrado
- Las ganadoras son las sonrientes. Su recompensa es empezar la próxima carrera dos pasos delante de todos los demás

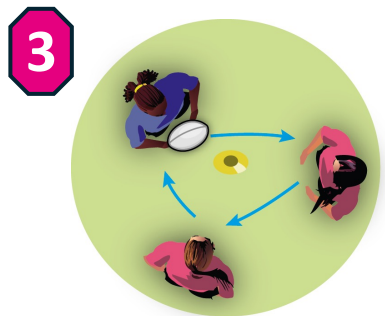
VÍNCULOS CON EL VALOR PASIÓN

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 1



## TÚ HACES

- Ejecutar tres o cuatro series del juego. Luego, reiniciar el juego, pero con una tarea diferente en el cono Ejemplos:
  - Pases por encima de la cabeza
  - Pasar mientras salta
  - Pase, sentarse, pararse



MIRA LOS  
VÍDEOS DE LA  
SESIÓN AQUÍ



# PASIÓN

## PASIÓN

- Pasión
- Liderazgo

## TÚ DICES

- Divídanse en parejas, pero primero pensemos en esto como grupo
- ¿Qué te han parecido las reglas? ¿Cómo te afectaron las reglas?
- ¿Cuál es tu opinión?
- En parejas, ¿cuáles son las razones que da la gente para que las chicas no jueguen al rugby?
- Ahora, en parejas, ¿qué otras cosas de la vida no pueden hacer las chicas?
- ¿Quién elabora estas reglas?
- **Si estas reglas no forman parte de las leyes o de nuestras creencias religiosas, debemos estar preparados para desafiarlas. En cuanto al rugby: debería ser igual para todos los géneros.**

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 2



## TÚ HACES

Para la primera pregunta: “¿Qué te han parecido las reglas? ¿Cómo te afectaron las reglas?” Las respuestas podrían ser:

- Injusto
- Por qué no pude estar en ese equipo
- ¡Me gustó ganar!

Segunda pregunta: “¿Cuáles son las razones que da la gente para que las chicas no jueguen al rugby?” Las respuestas podrían ser:

- Religión
- Cultura

Tercera pregunta: “¿Qué otras cosas de la vida no pueden hacer las chicas?” Las respuestas podrían ser:

- Otros deportes
- Lugares (clubes)
- Trabajo

Y quién hace estas reglas:

- El patriarcado, el gobierno, nuestros pares

## VÍNCULOS CON SONRIENTES GANADORAS

# GOLPE RÁPIDO

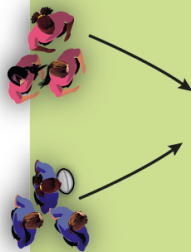
Ayuda a las jugadoras a aprender a explotar una defensa que no está en posición lo suficientemente rápido.

## TÚ DICES

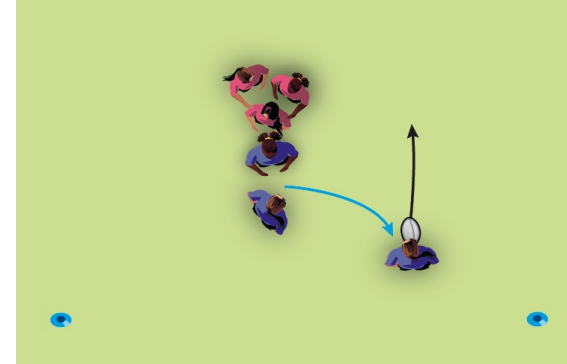
- Dividirse en grupos de tres
- Dos grupos trabajarán al mismo tiempo, uno en ataque y otro en defensa
- Cada uno comienza en el costado del cuadrado
- Cuando el ataque entra al área con una pelota, la defensa necesita interceptarlo para sacar la cinta o tocar **1**
- Cuando le sacan la cinta, la que la saca se detiene hasta que las otras compañeras hayan tocado a esa jugadora al mismo tiempo
- Mientras tanto, la portadora de la pelota **2** gira y la siguiente jugadora arranca y pasa a la otra jugadora
- El ataque apunta a marcar puntos antes de que las defensoras puedan hacer otro toque o sacar la cinta.

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 3

**1**



**2**



## TÚ HACES

- Muéstreles lo que sucede después de sacar la cinta o un toque: ARRANCAR Y PASAR para el ataque, y la defensora debe tener dos jugadoras que la toquen al mismo tiempo antes de que pueda ser liberada.
- Esta es una introducción al triángulo del tackle del que aprenderán más adelante

## PROGRESIONES

- Agrega otra atacante si los grupos tienen dificultades o inicia el ataque dentro del cuadrado
- Agrega más jugadoras en ataque y defensa para mejorar los grupos. Esto aún debería significar que hay una sobrecarga para el ataque después de sacar la cinta o tocar.

[MIRA LOS  
VÍDEOS DE LA  
SESIÓN AQUÍ](#)



## PASIÓN

### TÚ DICES

- Ponerse en parejas
- ¿Dónde creen que podemos cambiar estas reglas en nuestras vidas?
- En grupo: ¿Se te ocurren ejemplos de cosas en las que puedas pensar que alguien hace algo que no esperamos por su género?
- Al no tratar a las personas en función de las expectativas de su género, permitimos que niños, niñas, hombres y mujeres desarrollen todo su potencial, compartan el poder y las responsabilidades en sus comunidades y sigan sus intereses y sus pasiones.
- Entonces, no estarán restringidos por roles e ideas de género injustos y limitantes.

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 4



### TÚ HACES

Utilice estos ejemplos para ver si alguien tiene una historia similar que contar:

- A veces escucho de otras personas que la madre es la mejor persona para cuidar de sus hijos, pero en mi familia a mi padre le gusta quedarse con nosotros y cuidarnos.
- Las chicas de nuestro seleccionado nacional de seven siempre han jugado al rugby, incluso cuando la mayoría de la gente decía que las chicas no deberían jugar.
- Mi tía tiene un trabajo importante y viaja mucho para ganar el dinero necesario.
- En nuestro último entrenamiento, ¡los hombres prepararon toda la comida!

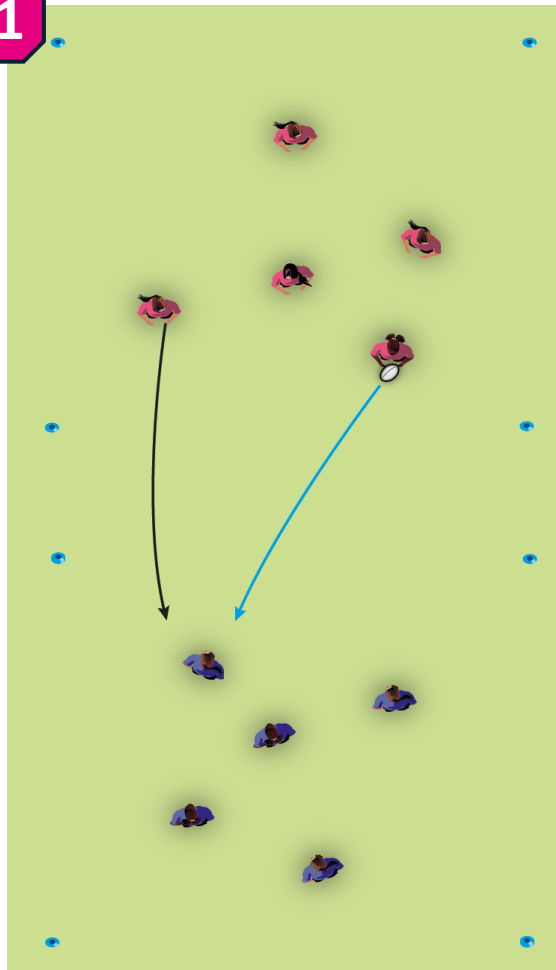
# PATEADORAS

Agregar una perseguidora a Kick Frenzy

## TÚ HACES

- Aquí hay otro juego de patadas caótico, como Kick Frenzy.
- Divídanse en dos equipos, uno en cada cuadrado.
- Cuando un equipo realiza una patada, cualquier jugadora detrás de la pateadora puede correr hacia el otro cuadrado para interrumpir o incluso atrapar la patada. Cada jugadora sólo puede hacer esto una vez en cada ronda.
- Devolver la pelota después de cada patada.
- Puntaje: Equipo que pateo
  - 1 punto si la patada cae dentro del otro cuadrado
  - 4 puntos si la atrapa uno de los suyos.
- Puntaje: Equipo receptor
  - 2 puntos si se atrapa la patada
- Una vez que todas las patadas han sido efectuadas por un equipo, sigue el otro equipo.
- Rotar a las pateadoras

1



## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 5

### TÚ DICES

- Demostrar cómo se hace una patada.
- Una pateadora puede pararse al frente de su cuadrado si lo desea.
- Tener algunas pelotas de repuesto para dárselas al grupo de pateadoras si las pelotas salen volando fuera del cuadrado.

### PROGRESIONES

- No hay progresiones.

MIRA LOS  
VÍDEOS DE LA  
SESIÓN AQUÍ

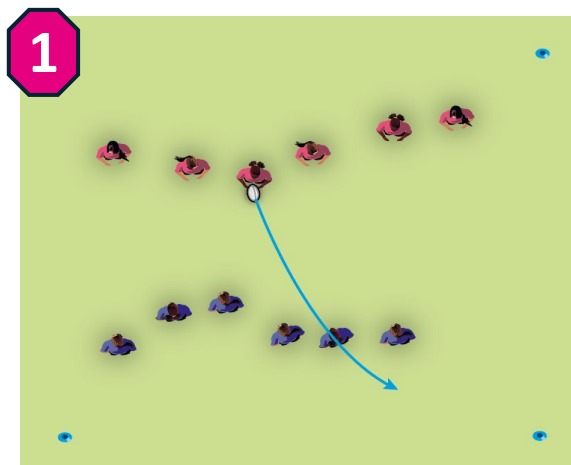


# CASI T1 RUGBY

¡Casi jugando un partido de T1 Rugby pleno!

## TÚ DICES

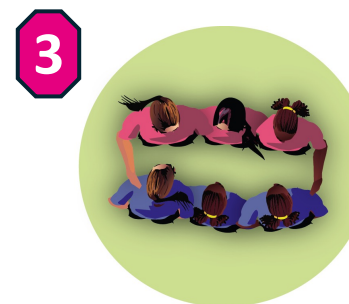
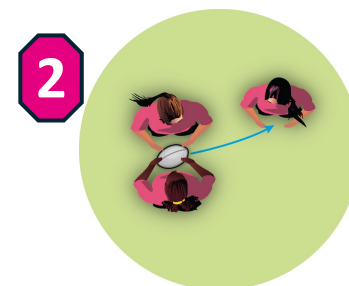
- Nos dividimos en dos equipos
- Correr y pasar hacia atrás
- Al sacar la cinta: **ARRANCAR Y PASAR** 2
- Defensa tiene que estar onside
- El ataque tiene seis vidas. Pierdes una vida:
  - Si no estás onside.
  - Si te sacan la cinta.
  - Si rompes una regla del juego.
- Scrum por pase forward o knock-on
- Los equipos pueden patear, pero las perseguidoras tienen que empezar detrás de la pateadora



## TÚ HACES

- Comienza el juego en la línea de mitad de cancha con un kick 1
- Cuando se pierden todas las vidas, el otro equipo reinicia desde la última infracción 3
- *Pueden probar la entrada al scrum.*

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 6



## RESUMEN PASIÓN

### TÚ DICES

- ¿Puedes creer que ya es el final de la sesión?
- Encuentra a otra persona para formar pareja.
- Tienes que responder dos preguntas:
  - ¿Qué quieres lograr en el deporte?
  - ¿Qué quieres ser cuando salgas de la escuela (dependiendo de las circunstancias)?

## SESIÓN 5: ACTIVIDAD 7



### TÚ HACES

- Formen un semicírculo alrededor del entrenador. ¿Pueden ver todas?
- Divídelas en parejas
- Haz una pregunta. Circula y escucha.
- Haz la pregunta de nuevo. Elige una buena pareja para que responda.
- Pide a otra pareja que compare y agregue.