



ACADEMIA NACIONAL

Federación Española de Rugby
Plan Nacional de Tecnificación Deportiva



La FER ha creado el Itinerario de Excelencia Deportiva estructurado en cinco niveles con la finalidad de promover la detección de jugadores con talento y su posterior desarrollo hasta convertirse en jugadores internacionales

La **Academia Nacional** constituye un paso intermedio entre las Selecciones Autonómicas y la Selección Nacional, en las **especialidades de 7's y XV** tanto **masculina** como **femenina**, y tiene como finalidad contribuir a la formación integral de jugadores/as en la franja de edad de los 15 a los 20 años

Introducción

La detección de los jugadores jóvenes con talento y el establecimiento de un itinerario formativo de calidad que les permita desarrollarse al máximo de sus posibilidades es un elemento fundamental para asegurar la evolución del Rugby Español en el plano internacional.

Para obtener una mejora significativa en el área del desarrollo de los jóvenes jugadores con talento dentro del Rugby Español debemos establecer un modelo sistemático de programas que permitan (i) el acceso a todos aquellos que tengan el potencial y (ii) la optimización de los recursos disponibles actualmente, alineando el esfuerzo y el trabajo que se realiza a nivel de Clubs, de Federaciones Autonómicas y de Federación Española.

La Academia Nacional va a basar su formación de jugadores en los principios tácticos del juego validos para ambas especialidades de nuestro deporte, tanto 7's como XV. Y se orientara la detección de jugadores para cubrir las diferentes posiciones de ambas especialidades 7s y XV, por lo que muchos jugadores tendrán la opción de poder ser seleccionados para cualquier especialidad (7s y XV) una vez superado su periodo de Tecnificación. Y será a partir de esta selección cuando se produzca la especialización del jugador.

El Itinerario de Excelencia Deportiva

Para promover la detección de jugadores con talento y su posterior desarrollo hasta convertirse en jugadores internacionales la FER ha creado el **Itinerario de Excelencia Deportiva** estructurado en cinco niveles y que **recoge ambas especialidades (7s y XV) en categoría masculina y femenina**:



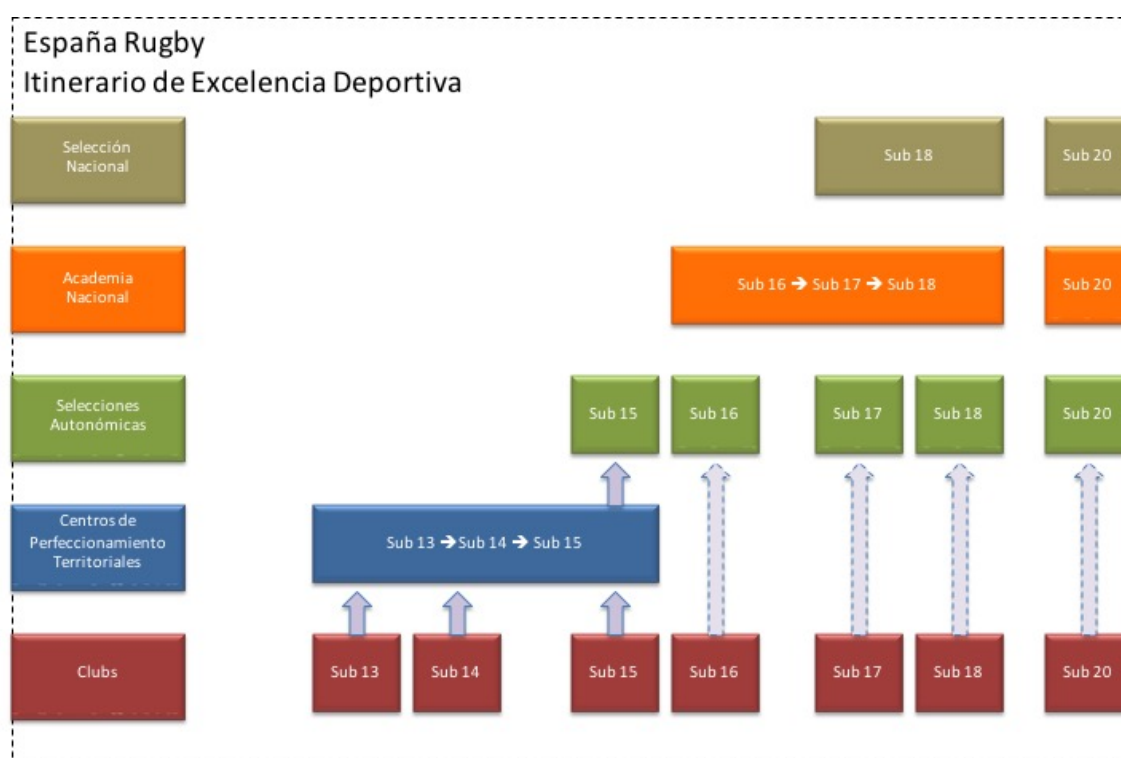
La **Academia Nacional**, dependiente de la FER, constituye un paso intermedio entre las Selecciones Autonómicas y la Selección Nacional, y tiene como finalidad **contribuir a la formación integral de jugadores en la franja de edad de los 15 a los 20 años**

La **visión** del Itinerario de Excelencia Deportiva es dotar al rugby español una estructura de trabajo que funcione de manera coordinada, estable en el tiempo, y que ofrezca a los jugadores un camino claro hacia el rugby de élite. **El fin último** es proporcionar un entorno de calidad que permita el pleno desarrollo de los jugadores para que alcancen su máximo potencial

El Itinerario de Excelencia Deportiva pretende generar una **cultura de superación permanente**, basada en el compromiso, la responsabilidad y el esfuerzo. Es a través de esta cultura que se va poder desarrollar al máximo el potencial de jugadores y entrenadores, haciéndoles conscientes de que el factor fundamental para alcanzar el éxito es su determinación y trabajo.

Los **objetivos** del Itinerario de Excelencia Deportiva son:

- Proporcionar un entorno de calidad en España que permita el desarrollo de los jugadores con talento estableciendo una hoja de ruta hacia la élite.
 - Establecer una estructura de Centros de Perfeccionamiento Territorial.
 - Establecer una estructura de Academias Nacionales.
 - Formar como personas, deportistas y jugadores de rugby.
- Promover una cultura de *juego español* basada en el *rugby de movimiento*.
- Construir una formación triple AAA (Ambición, Actitud, Aptitud).
- Desarrollar la calidad de los entrenadores con potencial.
- Complementar y apoyar activamente los programas de Federaciones Territoriales.



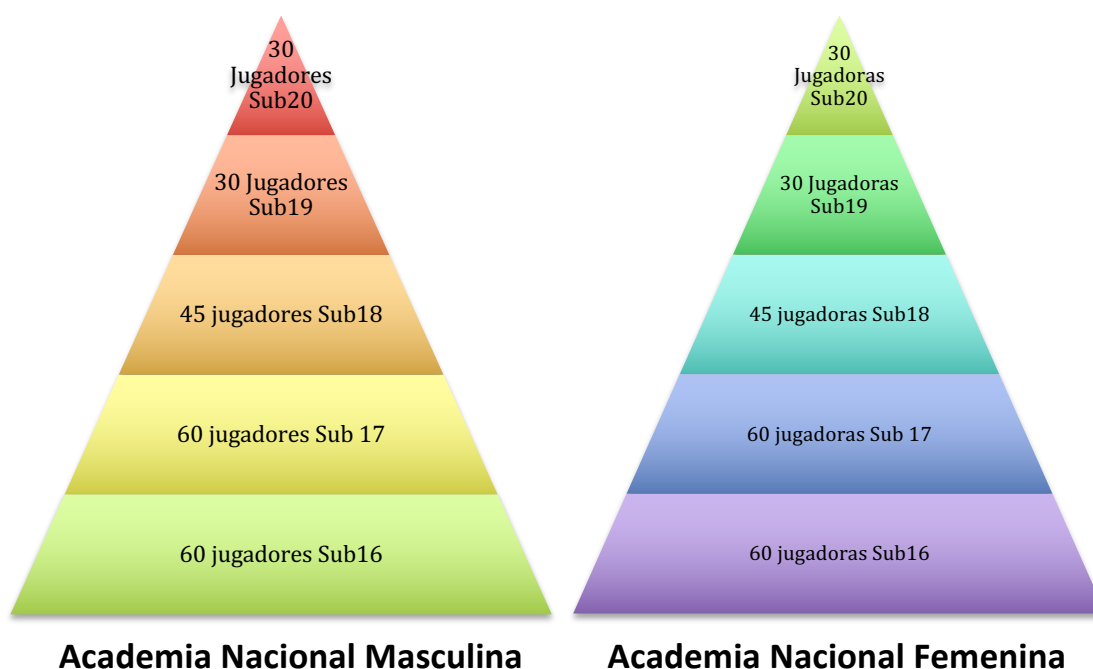
Estructura de la Academia

Jugadores

Formaran parte de la Academia Nacional los mejores jugadores y jugadoras de España de cada uno de los años correspondientes a Sub 16, Sub 17, Sub 18, Sub 19 y Sub 20.

En la primavera del año correspondiente a la edad Sub 15, se realizaran unos TRIALS regionales de selección para acceder a partir del mes de septiembre siguiente a la Academia Nacional.

En dichos TRIALS, se seleccionará a los 60 mejores jugadores y jugadoras de España para incorporarse al programa de la Academia Nacional.



A lo largo de los años, ambos grupos van a ir reduciéndose hasta quedar en 30 por añada en los niveles superiores. Al igual que cada año pueden salir jugadores en función de su rendimiento, el programa está abierto a nuevas incorporaciones de jugadores que despunten,

Cuadro Técnico

La Academia Nacional va a estar dirigida por la Dirección Técnica de la FER con la coordinación de la Dirección de Desarrollo de la FER.

Este 2021, cada Centro de Rugby va a contar con **un Director de Centro Masculino y una Directora de Centro Femenino** que se van a establecer en distintas ciudades de España. Estos Técnicos y Técnicas serán remunerados por la FER y actuarán siguiendo las directrices marcadas por la Dirección Técnica Nacional y reportarán a los Coordinadores de la Academia.

Además, **cada Centro contará con dos entrenadores de apoyo y un preparador físico** que participaran en el programa en calidad de voluntarios.

La Dirección Técnica de la FER designará Técnicos y Técnicas Directores de cada uno de los Centros de Rugby a aquellos entrenadores y entrenadoras que se ajusten al perfil requerido y estén en posesión del Título de Entrenador de Nivel III de la FER. Los Técnicos de Apoyo serán designados por la Dirección Técnica a propuesta de los Técnicos Directores de entre aquellos que reúnan el perfil requerido y estén, al menos, en posesión del Título de Entrenador de Nivel II Federativo. Los Preparadores Físicos deben estar, al menos, en posesión del Grado en CAFYD, tener experiencia relevante en el rugby, y serán designados entre los participantes del Programa de Desarrollo de Jugadores a Largo Plazo.

Actividades

La actividad de la Academia Nacional se va a desarrollar en dos ámbitos diferentes:

- **Campus de Alto Rendimiento** coincidiendo con las vacaciones escolares.
- **Centros de Rugby** en las ocho sedes designadas.
 - Barcelona
 - Madrid
 - Valencia
 - Sevilla
 - Valladolid
 - San Sebastián
 - Mallorca
 - Gijón

La actividad de las Aulas va a consistir fundamentalmente de:

- Trials
- Pruebas Físicas
- Entrenamientos técnico-tácticos
- Preparación física
- Charlas formativas

Infraestructura

- Campo
- Material
- Aula/Video
- Gimnasio
- Servicios sanitarios

Funcionamiento de la Academia

Incorporación al programa de la Academia Nacional ➔ Nominaciones + Trial

Cada año, en el mes de mayo, se seleccionaran 60 nuevos jugadores y 40 nuevas jugadoras de la categoría Sub 15 (que serán Sub 16 al comienzo de la temporada siguiente en septiembre)

Los jugadores van ser identificados de manera prioritaria por medio de las nominaciones realizadas por los Seleccionadores Autonómicos y por los clubs.

Los **criterios** que van a servir **para nominar** y valorar a los jugadores que se incorporen al programa van a ser:

- **El Juego:**
 - **La consciencia espacial.** Es consciente de los espacios libres y de su posición respecto a adversarios, compañeros y balón.
 - **La creatividad.**
 - **La toma de decisiones:** la habilidad para desenvolverse con eficacia y fluidez durante el juego encontrando soluciones a los problemas planteados.
- **La Actitud:**
 - **Entrena con intensidad.**
 - Tiene una buena **Ética de trabajo.**
 - Está **Motivado.**
 - Es **Mentalmente duro**
 - Es **Entrenable:** tiene buena actitud ante las indicaciones del entrenador e intenta aplicar lo que le dicen.
- **La Habilidad:**
 - **Maneja bien el balón** (recepción-pase) bajo presión.
 - Tiene **capacidad de evasión.**
 - **Capacidad de combate:** Placaje, luchas, rucks, etc
- **El Potencial Físico ➔ Manifestado durante el juego**
 - **Velocidad**
 - **Agilidad**
 - **Equilibrio**
 - **Coordinación**
 - **Potencia**
 - **Tamaño**

Para unificar el sistema de valoración se va evaluar a cada jugador en los anteriores indicadores utilizando un sistema simple de tres grados: A – B – C. Si un jugador muestra un talento excepcional en uno o más de los cuatro indicadores (Juego, Actitud, Habilidad, Potencial Físico) **puede ser nominado para que asista a los TRIALS** para que el Técnico Directo del Centro con la ayuda de los entrenadores de apoyo realicen una valoración más exhaustiva para su potencial inclusión en el programa.

A partir de las nominaciones de los Seleccionadores Autonómicos y de los Clubs se van a seleccionar 50 jugadores de cada Comunidad Autónoma para realizar en Mayo-Junio del año en el que los jugadores cumplen 15 años unos TRIALS a nivel autonómico.

Esas pruebas van a consistir en:

- a) Situaciones de juego expuestas en la Sesión de Trabajo nº 1 de Selecciones Territoriales (ver documento FER).
- b) Trials de selección.
- c) Test físicos

Las pruebas se van grabar en video y a analizar por los Técnicos del Programa. Teniendo en cuenta los criterios anteriormente expuestos para selección de deportistas para participar en el Programa se va a elaborar un informe individualizado de cada jugador y se van seleccionar 60 jugadores y 40 jugadoras a nivel nacional para incorporarse desde otoño a las respectivas Aulas de la Academia Nacional.

Pruebas Físicas

Todos los años, en el mes de septiembre, los jugadores y jugadoras integrantes de la Academia Nacional van a realizar una batería de tests y pruebas físicas para valorar su condición física de cara a:

- Detectar posibles problemas posturales y descompensaciones musculares.
- Detectar las fortalezas y debilidades a nivel físico para poder incidir sobre ellas.
- Determinar posibles exclusiones del programa de aquellos jugadores que no cumplan con las expectativas previstas.

Centros de Rugby

Los jugadores y jugadoras pertenecientes a la Academia Nacional van a estar distribuidos geográficamente en 8 Centros ubicadas en:

- Barcelona
- Madrid
- Valencia
- Sevilla
- Valladolid
- San Sebastián
- Mallorca
- Gijón

Cada uno de estos Centros va a tener asignado un Técnico Director para el masculino y una Técnica Directora para el femenino, dos Técnicos de Apoyo y un Preparador Físico.

El número de jugadores y jugadoras que van a integrar cada centro va ser variable. Los centros con mayor número de integrantes (y de grupos de trabajo) serán las de Barcelona y Madrid.

En cualquier caso, los Coordinadores de Academia junto con los Técnicos/as Directores/as de cada Centro establecerán los grupos de trabajo que sean más pertinentes (puede haber varios grupos de trabajo por edad y sexo en un mismo Centro). Así mismo, establecerán el calendario anual de trabajo que oscilara **entre 8 y 20 sesiones anuales** en función del grupo de edad y del volumen de jugadores/as.

El tamaño de los grupos de trabajo nunca va a superar los 25 jugadores para (i) garantizar que los jugadores tienen el estándar mínimo de calidad requerido, (ii) tener una ratio de entrenador jugadores adecuada (1 entrenador por cada 10 jugadores), y (iii) para permitir un adecuado desarrollo de los jugadores. Es recomendable que haya una correcta proporción de jugadores de las distintas posiciones.

En el caso de grupos más numerosos se desdoblarán. En el caso de grupos con menor número de jugadores, los Coordinadores de Academia junto con los Técnicos Directores de cada Centro, analizarán la conveniencia o no de invitar a determinados jugadores no pertenecientes a la Academia Nacional que tengan el nivel necesario y que permitan realizar actividades que de otra manera no sería posible.

Estructura Base de la Academia Nacional: Centros de Rugby 2021								
Centros	Categoría	Nº de jugadores / as				Nº Sesiones Total anuales	Staff	Cargo
		2002	2003	2004				
Madrid	Femenina	10	10	10	30	20	Blanca Domínguez	Directora
	Maculino	10	10	10	30	20	Bosco Santuré	Preparador Físico
Barcelona	Femenino	10	10	10	30	20	Miguel Angel Puertas	Director
	Masculino	10	10	10	30	20	Helio Armengol	Preparador Físico
Valencia	Femenino	8	8	8	24	12	Rosel Borrás	Directora
	Masculino	8	8	8	24	12	Juanjo Andújar	Preparador Físico
Sevilla	Femenino	6	6	6	18	10	Marc Sentís	Director
	Maculino	6	6	6	18	10		Preparador Físico
Valladolid	Femenino	6	6	6	18	10	José Mendoza	Director
	Maculino	6	6	6	18	10	German Ahuir	Preparador Físico
San Sebastián	Femenino	6	6	6	18	10	Marta Latre	Técnica voluntaria
	Maculino	6	6	6	18	10	César Gamusso	Técnico voluntario
Gijón	Femenino	2	2	2	8	10	Jose Juan Hurtado	Director
	Maculino	2	2	2	8	10	Josh McIlroy	Preparador Físico
Mallorca	Femenino	2	2	2	8	10	Lucas Martín	Técnico voluntario
	Maculino	6	6	6	18	10	Gema Sánchez	Directora
	Femenino	2	2	2	8	10	Miguel Antonio Gonza	Técnico voluntario
	Maculino	6	6	6	18	10	Manuel Mazo	Director
	Femenino	2	2	2	8	10	Miguel Murillo	Preparador Físico
	Maculino	6	6	6	18	10	Alvaro Doctor	Técnico voluntario
	Femenino	2	2	2	8	10	Ines Alvarez	Directora
	Maculino	6	6	6	18	10	Sandra Velasco	Técnico voluntario
	Femenino	2	2	2	8	10	Juan Carlos Perez	Director
	Maculino	6	6	6	18	10	Santiago Battaner	Técnico voluntario
	Femenino	2	2	2	8	10	Javier Garrido	Técnico voluntario
	Maculino	6	6	6	18	10		Directora
	Femenino	2	2	2	8	10	Fran Puertas	Técnica
	Maculino	6	6	6	18	10	Facundo Orive	Director
	Femenino	2	2	2	8	10	Xabier Castaño	Técnico voluntario
	Maculino	6	6	6	18	10	Berta García	Técnico voluntario
	Femenino	2	2	2	8	10	Mario Iglesias	Director
	Maculino	6	6	6	18	10		Técnico voluntario
	Femenino	2	2	2	8	10	Boris Gutierrez	Director
	Maculino	6	6	6	18	10	Jaume Serra	Preparador Físico
	Femenino	2	2	2	8	10	Boris Gutierrez	Director
	Maculino	6	6	6	18	10	Jaume Serra	Preparador Físico

Campus de Alto Rendimiento

Otro de los pilares de la Academia Nacional va a ser la realización de los Campus de Alto Rendimiento **masculino y femenino** para ambas especialidades coincidiendo con las vacaciones escolares de navidad y verano. Estos campus tendrán una duración de 5 días, estarán dirigidos por la Dirección técnica de la FER y contarán con la presencia de los Seleccionadores Nacionales de **ambas especialidades (7s y XV)** tanto masculino como femenino y de los técnicos de las diferentes aulas.

El número de participantes será de 36 jugadores/as. La prioridad para la asistencia a los Campus de Alto Rendimiento va a ser para los jugadores pertenecientes a la Academia Nacional. En el caso de disponer de plazas extra, se habilitará un mecanismo para que puedan participar como invitados jugadores que tengan el nivel requerido. A tal efecto se abrirá un proceso formal de nominaciones en el que las Federaciones Autonómicas podrán nominar a aquellos jugadores que consideren oportuno. Los criterios que se van a seguir en dicho proceso de nominaciones son los mismos que los expresados para el acceso a la Academia.

Tutorización y Planes de Desarrollo Individual

Todos los jugadores y jugadoras pertenecientes a la Academia Nacional van a tener un tutor asignado que se va a encargar del seguimiento del jugador y de la elaboración y revisión de los Planes de Desarrollo Individual de manera trimestral.

El tutor será, como norma general, el técnico Director del Centro de Rugby en la que está inscrito el jugador. En caso de que el número de jugadores/as sea elevado se asignarán otros tutores.

El tutor tendrá al menos una reunión individual cada 12 semanas con el jugador para valorar conjuntamente el nivel del jugador en los siete ejes vertebradores del Plan de Desarrollo Individual:

Plan de Desarrollo Individual						
¿Qué quiero alcanzar en el rugby? ¿Qué me motiva?						
¿Cuáles son las áreas clave para ser mejor jugador de rugby?						En qué me voy a focalizar las próximas 12 semanas
Técnico	Placaje	Post-placaje	Manejo	Area de contacto	Duelo	Técnica de puesto
Táctico	Toma decisiones como PB	Utilidad cerca del balón	Utilidad lejos del balón	Defensor directo	Defensores en apoyo	Compresión del rol específico
Físico	Fuerza tren superior	Fuerza tren inferior	Velocidad + agilidad	Aeróbico	Anaeróbico	Explosividad
Nutrición	Hábitos alimenticios	Nutrición pre-post entreno	Nutrición pre-post partido	Hidratación	Peso Corporal	Pliegues
Mental	Confianza	Rutinas pre-partido	Mantengo el foco en la tarea	Resiliencia	Auto análisis tras partidos	Ética de trabajo
Holístico	Vida equilibrada	Vida académica y/o profesional	Autonomía	Auto-exigencia	Apoyo a otros	Trabajo en equipo
Médico	Lesiones recurrentes	Hago el trabajo de rehabilitación	Hago el trabajo de prevención	Control Postural	Flexibilidad	Durabilidad

A partir de esta valoración se acordarán objetivos individuales de mejora y planes específicos para las doce semanas siguientes.

Asimismo, se profundizará en los comportamientos tácticos:

Táctica	
Toma de decisiones como portador del balón	Observaciones
Avanzo con el balón en los espacios libres	
Hago avanzar al compañero mejor situado antes de ser bloqueado	
En el contacto, me organizo para conservar el balón y hacerlo disponible	
Utilidad cerca del balón	Observaciones
Ayudo a mantener el avance y/o me preparo para recibir el balón en carrera	
Si estoy cerca del PdB y es cogido, intervengo rápidamente para conservarlo o reutilizarlo	
Utilidad lejos del balón	Observaciones
Si estoy al exterior del PdB (balón se acerca), me desmarco	
Si estoy al interior del PdB (el balón se aleja) apoyo al PdB a su espalda o interior	
Si estoy lejos del PdB, me recoloco de forma eficaz para la siguiente acción de juego	
Defensor directo	Observaciones
Me organizo para cerrar los espacios rápidamente e impedir el avance del PdB	
Me sitúo al interior del PdB avanzando para llevarlo al suelo o sacarlo fuera	
Placo con determinación al PdB si está en mi zona de placaje	
Defensores en apoyo	Observaciones
Me recoloco ocupando los espacios en frente de los posibles PdB	
Si estoy al interior del defensor del PdB, avanzo para cerrar el espacio interno y colaborar con él	
Si estoy involucrado en la detención del PdB busco la recuperación del balón	
Si estoy al exterior del defensor del PdB, mi prioridad es marcar al jugador de enfrente	
Si estoy lejos del PB, me organizo según los adversarios con mis compañeros para avanzar con ellos rápidamente	

Y en las destrezas individuales

Técnica	
DUELO	Observaciones
1 PRERARACIÓN: Cabeza arriba y movimientos de pies	
2 EJECUCIÓN: Luchar y avanzar con piernas en el contacto	
3 TERMINACIÓN: Offload o Lucha en suelo	
RUCK	Observaciones
1 PRERARACIÓN: Cabeza arriba y entrar por el eje	
2 EJECUCIÓN: Ganar el abajo con pie cerca	
3 TERMINACIÓN: Pasar la pelota con empuje de piernas	
PLACAJE	Observaciones
1 PRERARACIÓN: Encuadre y aproximación (cabeza arriba)	
2 EJECUCIÓN: Agazapado, fuerza de brazos	
3 TERMINACIÓN: Empuje de piernas, levantarse rápido	
PASE Y RECEPCIÓN	Observaciones
1 PRERARACIÓN: Sacar las manos pronto hacia el pasador del balón	
2 EJECUCIÓN: Armar el brazo en el eje del cuerpo	
3 TERMINACIÓN: Extender los brazos en dirección del pase	

Asimismo, y teniendo en cuenta los test físicos que se realicen en el mes de septiembre se establecerán objetivos individuales de mejora en el plano físico y planes específicos para alcanzar dichos objetivos.

Registro de la actividad de las sesiones de los Centros de Rugby.

El entrenador responsable llevara un registro de la actividad de su respectivo Centro de Rugby en el que consten:

- Los objetivos de la cada sesión
- Las actividades realizadas
- Una breve valoración del trabajo realizado
- La asistencia de los jugadores pertenecientes a Aula.
- Breve valoración de trabajo realizado por cada uno de los jugadores (A,B,C,D,E,F)

Currículum de la Academia Nacional

Los contenidos que se van a impartir en la Academia Nacional van a estar **inspirados fundamentalmente en el Plan de Formación de Jugadores de la FER.**

El marco general de esta formación va estar basado en desarrollar la comprensión del juego, la mejora de la toma de decisiones y de las destrezas básicas. El objeto prioritario de trabajo va a ser el desarrollo de las capacidades perceptivas y decisionales, situando **la dimensión táctica del juego en el centro del proceso de formación.** Las dimensiones técnica, física y mental se desarrollaran en paralelo y de forma complementaria.

La Academia Nacional, tanto en los Centros de Rugby como en los Campus de Alto Rendimiento, contarán con apoyos de expertos para facilitar una formación mas amplia y ofertar actividades que contribuyan al **desarrollo integral de los participantes como personas, como deportistas y como jugadores de rugby.** Asimismo, desde la Dirección Técnica de la FER se facilitará, en función de la disponibilidad, la asistencia puntual de seleccionadores nacionales, preparadores físicos, expertos en determinadas áreas del juego, expertos en nutrición, expertos en arbitraje, etc.

Los contenidos que se van a desarrollar en las diferentes actividades de la Academia Nacional son:

En el Campo	En el Aula
Juego de Movimiento	Guía de nutrición
Gestión de contactos y luchas	Introducción a la Psicología
Lanzamiento del juego	Estilo de vida/gestión del tiempo
Respeto de las reglas	Fijación de objetivos
Preparación física	Guía de Preparación Física
Habilidades y destrezas básicas	Concienciación anti-doping

Metodología de trabajo

La metodología empleada va a ser global y activa, y va a estar dirigida fundamentalmente a la **compresión de los principios de juego** por parte del jugador y al desarrollo de las destrezas básicas. En todo momento se va buscar que el jugador aprenda y disfrute simultáneamente.

Las actividades propuestas buscan implicar al individuo tanto en el plano afectivo como en el cognitivo y motor. Deben **respetar la naturaleza contextual del juego** (reproducción de los problemas reales del rugby en situaciones pedagógicas) y al mismo tiempo permitir a los jugadores desarrollarse en la **gestión de la incertidumbre del combate y de la incertidumbre de la lógica del juego**.

Las situaciones de aprendizaje que se van a utilizar van a ser **el juego libre y dirigido, las situaciones problema y los ejercicios**. Ninguna de estas situaciones de aprendizaje por si sola va solucionar todos los problemas encontrados. Sin embargo, combinadas adecuadamente y teniendo en cuenta su secuenciación por niveles, van contribuir al desarrollo de las competencias que llevan a un jugador a saber actuar en un partido de rugby.

Se va a procurar que en todas las sesiones haya un espacio reservado para el juego (con mayor o menor contacto), a situaciones de colectivo total (12 vs 12, 10 vs 10, 7 vs 7), a situaciones de colectivo parcial (4 vs 4, 6 vs 6) y a situaciones reducidas (1 vs 1, 1+1 vs1, 2 vs1) y a ejercicios para mejorar las destrezas básicas.

El foco estará en el desarrollo del jugador, no en la creación de equipos para competir. Por consiguiente, el enfoque va a estar **centrado en el jugador**, ofreciéndole oportunidades para **experimentar por sí mismo en situaciones reales de juego y promoviendo su reflexión** sobre las acciones de juego. Se trata de **promover**, mediante las preguntas adecuadas, **que sea el propio jugador el que vaya construyendo las referencias para la acción** con el apoyo de los entrenadores.

El entrenador determina los objetivos, define los principios de acción. Estos pueden ser dados desde un primer momento o emerger en función de la evaluación de la situación. El entrenador organiza los grupos, la duración, el espacio, las reglas: él hace jugar, anima, estimula. El efectúa las evaluaciones **comparando los comportamientos esperados en la situación propuesta con los realmente desarrollados por los jugadores**. Una especial atención debe prestarse al orden de los objetivos: el nivel de juego evoluciona tanto desde el punto de vista de los atacantes como desde el punto de vista de la defensa (los principios son idénticos). Por ello es necesario alternar los dos tipos de escenarios.

Se establecerá un programa modelo, con objetivos y ejemplos de situaciones pedagógicas y ejercicios. No obstante, corresponderá al Director y a los Entrenadores que trabajan con cada Centro definir cómo quieren enfocar cada tema de trabajo y cada sesión.

Guía para la Sesión de entrenamiento de los Centros de la Academia Nacional

Las sesiones de entrenamiento persiguen la mejora de la comprensión del juego y de las habilidades básicas cada jugador. El énfasis se va a poner en el desarrollo de las capacidades perceptivas y decisionales, sin olvidar el trabajo técnico, físico y mental. Asimismo, también se va procurar complementar la formación con charlas teóricas para guiar al jugador en aspectos complementarios. El currículum propuesto no es más que una guía para facilitar que todos los elementos importantes del juego son cubiertos a lo largo del programa. No obstante, como ya hemos indicado anteriormente, se anima a que cada entrenador desarrolle sus propias ideas, creatividad y experiencia para proporcionar a los jugadores una experiencia lo más rica posible de aprendizaje y formación.

Previo a la sesión

- El Entrenador es responsable de la programación de la actividad, su localización, horarios, contenido y logística.
- La ratio entrenadores/jugadores nunca debe ser mayor de 1/10.
- Todo el equipamiento utilizado debe ser de un alto estándar, calidad y estar limpio.
- La instalación debe tener vestuarios adecuados, iluminación adecuada si se realiza por la tarde-noche y el campo debe ser de la mayor calidad posible. Es conveniente contar con un aula, siempre y cuando sea factible.

Durante la sesión

- Es recomendable que el entrenador líder dirija la actividad resaltando los objetivos de aprendizaje y los comportamientos que se esperan alcanzar en las diferentes situaciones pedagógicas mientras que los entrenadores de apoyo ayudan con la organización y proporcionan información/feed-back individual a los jugadores en relación a los objetivos de la sesión.
- Las sesiones deberían estar orientadas fundamentalmente priorizando las situaciones jugadas (Metodología *Game Sense*) y haciendo al jugador consciente mediante preguntas de los comportamientos más adecuados para resolver los problemas tácticos que plantea el juego. Las habilidades y destrezas deben ser desarrolladas siempre con un elemento de presión y competitividad de modo que supongan un reto a la habilidad del jugador, al mismo tiempo que va refinando su técnica. Los ejercicios analíticos deben ser utilizados con moderación ya que adolecen de la componente de toma de decisión, esencial en las habilidades y destrezas del rugby.

Al terminar la sesión

- Cada jugador será asignado a uno de los entrenadores de apoyo que le va a tutorizar durante su permanencia en el Aula y que va a proporcionar al jugador feed-back y sugerencias para que mejore sus habilidades en su tiempo libre. El entrenador realizará anotaciones en el registro del jugador determinando puntos clave para su seguimiento.
- Al comienzo de la siguiente sesión de la Academia, se habilitará un periodo de 10 minutos para que los jugadores puedan trabajar con sus entrenadores aquellas habilidades que precisan mejorar.

Calendario de actividades de la Academia Nacional

Se establecerá un calendario anual de actividades de la Academia Nacional que incluirá:

- Las sesiones de trabajo de cada una de los diferentes Centros de Rugby.
- Los Campus de Alto Rendimiento.
- Los Trials de ingreso en la Academia Nacional de la primera semana del mes de Junio.
- Las Pruebas Físicas del mes de septiembre.

El Responsable de cada Centro de Rugby va a elaborar un Calendario anual de actividades en función de sus características, fechas libres, disposición de instalaciones, etc. En algunos casos tendrán un calendario fijo (p. ej.: Primer lunes o primer sábado de cada mes), en otros casos se utilizarán las vacaciones escolares para realizar las actividades. Siempre se va evitar interferir con el trabajo de los Clubs y de las Selecciones Autonómicas.

Septiembre	Pruebas Físicas
Octubre	Sesiones de los Centros de Rugby
Noviembre	Sesiones de los Centros de Rugby
Diciembre	Sesiones de los Centros de Rugby Campus de Alto Rendimiento
Enero	Campeonatos de Selecciones Autonómicas
Febrero	Campeonatos de Selecciones Autonómicas
Marzo	Sesiones de los Centros de Rugby
Abril	Sesiones de los Centros de Rugby
Mayo	Sesiones de los Centros de Rugby
Junio	Trials Campus de Alto Rendimiento

Roles y descripción de tareas responsabilidades

Coordinador de los Centros de Rugby

Rol: Coordinador de los Centros de Rugby (CARs)

Reporta a: DT y DD de la FER

Finalidad

Responsable del correcto funcionamiento de los aspectos administrativos y logísticos de los CARs. Debe establecer un sistema de comunicación eficaz entre jugadores, padres, Directores de los CARs, entrenadores de apoyo y la FER.

Rol de Coordinador de los CARs

El Coordinador de los CARs proporcionará apoyo logístico para asegurar su funcionamiento eficiente. Establecerá e implementará (en línea con los protocolos acordados) un sistema de comunicación eficaz entre todas las personas y estamentos implicados en el programa.

Tareas Esenciales

- De manera conjunta con los Directores de los CAR y con la DT de la FER elaborar el programa anual de los CARs.
- Distribuir el programa anual de los CARs a todos los entrenadores, jugadores, padres, clubs, territoriales y responsables de las instalaciones implicados en el programa.
- Estar en contacto con jugadores, padres y entrenadores para asegurarse de que todos están correctamente informados de los horarios e instalaciones de las sesiones de entrenamiento del CAR.
- Estar en contacto con los responsables de las instalaciones para asegurarse de que las instalaciones están reservadas.
- Asegurarse de que el equipo de entrenamiento necesario está disponible en cada uno de los CAR para que se pueda entrenar en excelentes condiciones.
- Proporcionar apoyo administrativo en el proceso identificación, selección y entrenamiento de los jugadores del CAR.
- Crear y mantener, con la colaboración de los Directores de los CAR, una base de datos de todos los jugadores del CAR.
- Registrar electrónicamente los detalles facilitados por los Directores de los CAR, incluyendo la ficha de inscripción en el CAR, los datos de asistencia, los informes de rendimiento y los Planes de Desarrollo Individual para enviar los informes correspondientes a jugadores, clubs y territoriales.
- Coordinar y gestionar el personal asignado al programa del CAR

Director del Centro de Rugby

Rol: Director del Centro de Rugby

Reporta a: Coordinador

Objetivos del Programa

Los Centros de Rugby tienen como objetivo ofrecer un entorno de excelencia que permita el máximo desarrollo de los jugadores jóvenes de España con mayor potencial. Este programa está dirigido a jugadores entre 15 y 19 años.

Rol de Director del CAR

Responsable del correcto funcionamiento del CAR. Lidera el trabajo del Centro de Rugby para que se alcancen los objetivos del programa. Genera un entorno adecuado que asegura que la implementación de los programas corresponde con los elevados estándares de calidad que la FER espera de los CARs. Elabora un calendario de actividades anual que asegura la implementación efectiva de los programas.

Tareas Esenciales

- De manera conjunta con el Coordinador de los CARs y con la DT de la FER elaborar el programa anual del CAR.
- Identificar y acordar con el Coordinador las instalaciones más adecuadas para el desarrollo de las actividades del CAR y asegurarse de que las instalaciones han sido reservadas por el Coordinador.
- Identificar los entrenadores de apoyo con mayor potencial de su área para asegurarse de que los entrenadores más adecuados está trabajando dentro del programa.
- Asegurar una comunicación eficaz con los clubs, federaciones autonómicas, con el jugador y con sus padres.
- Liderar el proceso de identificación de jóvenes jugadores con talento para su inclusión en los programas de Ato Rendimiento y, eventualmente, en las Selecciones Nacionales.
- Seleccionar conforme a los criterios establecidos y junto a los otros miembros del programa a los jugadores que se van a formar parte del CAR.
- Establecer una relación eficaz con el resto de entrenadores involucrados en el CAR y generar un clima de cohesión orientado hacia la finalidad del programa.
- Dirigir las sesiones de entrenamiento del CAR con el apoyo de los entrenadores auxiliares.
- Monitorizar el desarrollo del programa para asegurarse de que se ajusta a las necesidades de los jugadores conforme a lo establecido en el Plan de Formación de Jugadores de la FER.
- Valorar trimestralmente a todos los jugadores del CAR de manera individual y elaborar el Plan de Desarrollo Individual.
- Desarrollar y supervisar los planes de entrenamiento individualizados para cada uno de los jugadores pertenecientes al CAR. Utilizar los conocimientos de los entrenadores de la FER y de su entorno para mejorar la calidad de la impartición del programa cuando sea pertinente.

- Monitorizar y registrar todos los aspectos relativos al progreso individual de los jugadores del CAR tanto en entrenamientos como en partidos, incluyendo lesiones, rehabilitación, nutrición, preparación física.
- Crear una relación positiva con cada jugador a nivel individual y con su club.
- Elaborar informes del CAR para el coordinador y para la DT.
- Comprometerse con su propia formación continua para asegurarse de que las sesiones de entrenamiento están alineadas con el Plan de Formación de Jugadores de la FER y con las mejores prácticas pedagógicas.

Formación

- Debe estar en posesión del Título de Entrenador de Nivel 3 de la FER.
- Debe tener Licencia de Entrenador en la FER.
- Debe tener el Certificado de Primeros Auxilios de World Rugby.
- Debe tener el Certificado de Delitos de Naturaleza Sexual expedido por el Ministerio de Justicia
- Comprende y aplica la metodología constructivista de enseñanza deportiva (*Centrada en el Jugador*)
- Es capaz de utilizar las herramientas electrónicas necesarias para ayudar a los jugadores en su proceso de mejora proporcionando feed-back de alta calidad.
- Maneja eficientemente ordenadores y se comunica eficazmente utilizando emails y plataformas web.
- Tiene la habilidad para comunicar eficazmente con jugadores, padres y entrenadores para ayudarles en el proceso de auto-reflexión y en el establecimiento de los objetivos pertinentes de desarrollo.
- Tiene conocimiento del desarrollo físico y psicológico de los adolescentes y puede trabajar con especialistas para implementar los planes más adecuados para ayudar en el proceso de maduración de los jugadores.

Características

- Capacidad de gestionar todos los aspectos del CAR incluyendo elementos relativos a aspectos técnicos, tácticos, físicos, mentales y de estilo de vida.
- Excelente disciplina personal y capacidad de mantener el foco de su acción.
- Capacidad para elaborar planes de trabajo a corto, medio y largo plazo para el desarrollo de los jugadores.
- Capacidad de adaptación ante cambios y acontecimientos impredecibles.
- Comprende el Plan de Formación de Jugadores de la FER.
- Comprende el Itinerario de Excelencia Deportiva de la FER y los principales estamentos implicados.
- Habilidad para liderar y gestionar equipos de trabajo.
- Capacidad demostrada de reconocer jugadores con potencial para el Alto Rendimiento.

Entrenador de apoyo del Centro de Rugby

Rol: Entrenador de apoyo del Centro de Rugby

Reporta a: Director del Centro de Rugby

Finalidad

Ayudar al Director del CAR en la dirección de las sesiones de entrenamiento, siguiendo las líneas maestras del Plan de Formación de Jugadores de la FER y la programación establecida. El entrenador de apoyo será responsable del desarrollo de la inteligencia táctica en el juego y de las destrezas básicas proporcionando entrenamiento y feed-back de calidad a los jugadores.

Formación

- Debe estar en posesión del Título de Entrenador de Nivel 2 de la FER.
- Debe tener Licencia de Entrenador en la FER.
- Debe tener el Certificado de Primeros Auxilios de World Rugby.
- Debe tener el Certificado de Delitos de Naturaleza Sexual expedido por el Ministerio de Justicia

Tareas Esenciales

- Apoyar al Director del CAR en la planificación y dirección de sesiones de entrenamiento de calidad
- Aplicar una metodología de entrenamiento *Centrada en el Jugador*.
- Apoyar al Director del CAR en la observación de los jugadores y proporcionar feed-back individualizado de calidad.
- Ayudar al Director del CAR en el proceso de valoración de los jugadores y en la elaboración de los Planes de Desarrollo Individuales.

Preparador físico del Centro de Rugby

Rol: Preparador Físico del Centro de Rugby

Reporta a: Director del Centro de Rugby

Fisioterapeuta del Centro de Rugby

Rol: Fisioterapeuta del Centro de Rugby

Reporta a: Director del Centro de Rugby

Delegado del Centro de Rugby

Rol: Delegado del Centro de Rugby

Reporta a: Director del Centro de Rugby