

# GUIA DE CONVÍVIOS

## RUGBY JUVENIL

2006/2007



**Índice:**

<b>Introdução.....</b>	<b>3</b>
<b>Organização dos convívios .....</b>	<b>4</b>
Recomendações aos organizadores dos convívios .....	4
<b>Leis do jogo.....</b>	<b>5</b>
Bambis – Sub 9.....	5
Benjamins – Sub 11 .....	7
Infantis – Sub 13 .....	9
<b>Recomendações aos árbitros/educadores:.....</b>	<b>12</b>
<b>Recomendações aos jovens praticantes.....</b>	<b>13</b>
Direitos do jovem praticante .....	13
Rugby, uma Escola de Vida .....	13
Segurança .....	14
Nutrição .....	14
<b>O importante papel dos PAIS &amp; MÃES na prática desportiva dos filhos.....</b>	<b>15</b>
<b>Calendário do Rugby Juvenil – Época 06/07.....</b>	<b>16</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>17</b>
Quadro resumo das leis de jogo para os escalões de Bambis, Benjamins e Infantis.....	17
Objectivos para os escalões de Bambis, Benjamins e Infantis .....	18
Aproveitamento de um Campo de Rugby para Convívios .....	19
Relatório da Actividade.....	20
Ficha de Identificação dos Jogadores .....	21

## Introdução

Até aos treze anos as competições são organizadas sob o formato de Convívios, com vários jogos de tempo reduzido, em que os educadores participam na arbitragem, não existindo registo de resultados nem atribuição de pontuação.

Os Convívios devem ser entendidos como uma festa para os jogadores, pais, educadores e dirigentes, em que o principal objectivo é proporcionar às crianças êxitos diversos, com muita actividade desportiva e social.

Os regulamentos do Rugby Juvenil estão organizados de forma progressiva e adaptada ao nível de jogo de cada escalão, sendo o Guia de Convívios o documento que regulamenta as competições de Bambis, Benjamins e Infantis.

Neste documento “*Guia de Convívios de Rugby Juvenil*” são apresentadas as recomendações e procedimentos para a organização dos Convívios, as leis de jogo para cada escalão, as recomendações para os educadores/árbitros e os códigos de conduta para os pais/mães e para os jovens praticantes.

Em anexo são apresentadas, em quadro resumo, as leis de jogo para os escalões de Bambis, Benjamins e Infantis, bem como os objectivos a alcançar para cada um destes escalões de formação.

## Organização dos convívios

Convívios Nacionais	Convívios Regionais
<p><b>Federação Portuguesa Rugby responsável por:</b> Divulgação – página da internet e boletim informativo</p>	<p><b>Associação Regional / Clube responsável por:</b> Divulgação – página da internet (ou em colaboração com a FPR)</p>
<p><b>Clube responsável por:</b> Inscrição do número exacto de equipas por escalão (até 2 dias antes da data do convívio)</p>	
<p><b>FPR / Associação Regional / Clube responsável por:</b> Apoio médico – fisioterapeuta e/ou ambulância</p>	
<p><b>Operacionalização do evento:</b> Marcação dos campos (protecção ou remoção de postes); afixação do quadro competitivo (equipas, ordem dos jogos); mesa do secretariado (1 a 2 pessoas); staff de apoio (1 responsável por campo de jogo ou escalão)</p>	
<p><b>Instalações de apoio:</b> Tenda ou outro; mesas e cadeiras; placard para afixação do quadro competitivo; instalação sonora ou megafone; balneários</p>	
<p><b>Alimentação:</b> Água e suplemento alimentar</p>	
<p><b>Recepção e acreditação das equipas:</b> No início do convívio, o responsável do clube (dirigente ou treinador) deve confirmar a sua inscrição junto do secretariado, entregando a ficha de identificação dos jogadores, com um termo de responsabilidade, conforme anexo (pag. 21). Os jogadores devem possuir identificação (cédula/B.I.).</p>	

## Recomendações aos organizadores dos convívios

Os organizadores do convívio devem:

1. Certificar que todos os jogadores e treinadores estão inscritos na F.P.R;
2. Cumprir e fazer cumprir o regulamento do guia dos convívios em vigor;
3. Intervir no caso de ocorrerem comportamentos não desejáveis por parte dos educadores;
4. Assegurar a presença de um elemento da organização, junto as linhas do campo, no decorrer dos jogos;
5. Fazer respeitar os corredores de marcação entre os campos, evitando que o público entre no terreno de jogo;

Estas recomendações têm como principal objectivo assegurar que a competição dos jovens decorra de forma segura e formativa.

## Leis do jogo

### Bambis – Sub 9

Idade, nascidos em **1999 / 1998**

1. BOLA

A bola a utilizar deverá ser a nº. 3

2. NÚMERO DE JOGADORES

Cada equipa será constituída por 5 (cinco) jogadores, mais suplentes.

São permitidas substituições ilimitadas, durante todo o encontro, podendo os jogadores substituídos voltar a entrar.

3. TEMPO DE JOGO

O tempo de jogo será de 10 (dez) minutos, sem intervalo.

Nota: É desejável que cada equipa realize pelo menos 3 jogos (intercalados) até um máximo de 5.

4. FORMAÇÃO ORDENADA (F.O.)

Não há F.O. neste escalão; sempre que houver um passe para diante, ou se a bola ficar “presa”, o jogo deve ser interrompido e a bola deve ser entregue pelo árbitro, à altura do peito, a um jogador da equipa não infractora (alternadamente a diferentes jogadores), colocando-se a equipa adversária a 5 metros.

Este recomeço de jogo nunca poderá ocorrer a menos de 3 metros da linha lateral e/ ou da linha de meta.

5. ALINHAMENTO

Neste escalão não há alinhamento.

Sempre que a bola ou o portador da mesma sair pela linha lateral, o jogo recomeça da mesma forma descrita na F.O.

6. RUCK E MAUL

Não deixar prolongar os *rucks* e *mauls*, por muito tempo (máximo de cinco segundos – 5’), para evitar pressões e tensões exageradas e assim diminuir o perigo de lesão.

O árbitro deve explicar que o jogador placado (no chão) tem que libertar a bola imediatamente.

7. COLOCAÇÃO DOS ADVERSÁRIOS NOS RECOMEÇOS DE JOGO

Quando da execução de qualquer falta (P.P. ou P.L.), os adversários devem estar sempre a 5 metros; é importante definir bem esta distância (+ ou - 5 passos) para que haja espaço para jogar.

No início do jogo e após ensaio, o recomeço do jogo será no centro do terreno, com os adversários a 5 metros.

8. JOGO AO PÉ

Neste escalão não existe jogo ao pé.

Caso um jogador recorra a esta opção de forma voluntária, será penalizado com um pontapé livre (P.L.).

9. PLACAGEM E *HAND-OFF*

Só são permitidas placagens à cintura (ou abaixo) e **não é permitido fazer *hand-off***.

10. EXCLUSÕES

O árbitro pode excluir um jogador por um período de 2 ou 5 minutos, conforme a gravidade do acto cometido, podendo esse jogador ser imediatamente substituído, de modo a que as equipas joguem sempre em igualdade numérica.

Só no caso de uma equipa possuir apenas 5 jogadores, e um jogador seu for excluído, haverá inferioridade numérica temporária dessa equipa.

NOTA:

Numa perspectiva pedagógica é permitido que os Educadores/Treinadores do escalão de Bambis estejam dentro do terreno de jogo, desde que colocados por trás sua equipa.

## Benjamins – Sub 11

Idade, nascidos em **1997 / 1996**

### 1. BOLA

A bola a utilizar deverá ser a nº. 4

### 2. NÚMERO DE JOGADORES

Cada equipa será constituída por 7 (sete) jogadores, mais suplentes.

São permitidas substituições ilimitadas, durante todo o encontro, podendo os jogadores substituídos voltar a entrar.

### 3. TEMPO DE JOGO

O tempo de jogo será de 15 (quinze) minutos, sem intervalo; **o tempo de jogo poderá ser diminuído, em função do número de equipas de Benjamins inscritas no Convívio.**

Nota: É desejável que cada equipa realize pelo menos 3 jogos (intercalados) até um máximo de 5.

### 4. FORMAÇÃO ORDENADA (F.O.)

a) A F.O. é composta por 3 jogadores de cada equipa.

b) Não é permitida qualquer tipo de força; os jogadores “encaixam” (como numa 1ª linha tradicional) e mantêm o equilíbrio.

**O árbitro deve corrigir a posição corporal dos jogadores e as pegas /ligações.**

c) A talonagem da bola deverá ser executada obrigatoriamente com os pés do talonador; a bola é ganha sempre pela equipa introdutora.

d) A introdução da bola pelo médio de formação será sempre feita do lado esquerdo, ou seja, do lado da cabeça livre da sua 1ª linha.

e) Após a introdução o médio de formação deve movimentar-se para trás da F.O. até à saída da bola.

f) O médio de formação adversário deve colocar-se atrás da F.O., desde o momento da introdução, até que o médio de formação adversário passe a bola a outro jogador ou tome a iniciativa de correr com ela.

g) A F.O. nunca poderá ocorrer a menos de 3 metros da linha lateral e/ ou da linha de meta.

### 5. ALINHAMENTO

**Neste escalão não há alinhamento.**

**Sempre que a bola ou o portador da mesma sair pela linha lateral, o jogo recomeça com a execução de um P.L. a 3 metros da linha lateral.**

---

Alteração relativamente ao Guia de Convívios da época 2005/ 2006 (a cor-de-laranja)

6. *RUCK E MAUL*

Não deixar prolongar os *rucks* e *mauls* por muito tempo (máximo de cinco segundos – 5''), para evitar pressões e tensões exageradas e assim diminuir o perigo de lesão.

O árbitro deve explicar que o jogador placado (no chão) tem que libertar a bola imediatamente.

No *ruck* e no *maul* o árbitro deve indicar o lado de entrada.

7. COLOCAÇÃO DOS ADVERSÁRIOS NOS RECOMEÇOS DE JOGO

Quando da execução de qualquer falta (P.P ou P.L), os adversários devem estar sempre a 5 metros; é importante definir bem esta distância (+ ou - 5 passos) para que haja espaço para jogar.

No início do jogo e após ensaio, o recomeço do jogo será no centro do terreno, com os adversários colocados a 5 metros de distância.

O jogador que executa o pontapé (P.P, P.L., ou no início/recomeço do jogo) tem que dar um pequeno toque com o pé na bola; depois de executar o toque com o pé pode passar a bola ou correr com ela.

8. JOGO AO PÉ

Neste escalão não existe jogo ao pé.

Caso um jogador recorrer a esta opção de forma voluntária, será penalizado com um pontapé livre (P.L.).

9. PLACAGEM E *HAND-OFF*

Só são permitidas placagens à cintura (ou abaixo) e **não é permitido fazer *hand-off***.

10. EXCLUSÕES

O árbitro pode excluir um jogador por um período de 2 ou 5 minutos, conforme a gravidade do acto cometido, podendo esse jogador ser imediatamente substituído, de modo a que as equipas joguem sempre em igualdade numérica.

Só no caso de uma equipa possuir apenas 7 jogadores, e um jogador seu for excluído, haverá inferioridade numérica temporária dessa equipa.

NOTA:

Numa perspectiva pedagógica é permitido que os Educadores/Treinadores do escalão de Benjamins estejam dentro do terreno de jogo, desde que colocados **atrás da linha de ensaio**.

## Infantis – Sub 13

Idade – Nascidos em **1995 / 1994**

### 1. BOLA

A bola a utilizar deverá ser a nº 4.

### 2. NÚMERO DE JOGADORES

Cada equipa será constituída por 10 (dez) jogadores, mais suplentes.

São permitidas substituições ilimitadas durante todo o encontro, podendo os jogadores substituídos voltar a entrar.

### 3. TEMPO DE JOGO

O tempo total de jogo será de vinte (20) minutos, dividido em duas partes de dez (10) minutos cada, com um (1) minuto de intervalo; **o tempo de jogo poderá ser diminuído, em função do número de equipas de Infantis inscritas no Convívio.**

Nota: É desejável que cada equipa realize pelo menos 3 jogos (intercalados) até um máximo de 5.

### 4. FORMAÇÃO ORDENADA (F.O.)

a) A F.O. é composta por 5 jogadores de cada equipa, formando uma 1ª e 2ª linhas tradicionais.

b) Não é permitida qualquer tipo de força; os jogadores encaixam (como numa 1ª linha tradicional) e mantêm o equilíbrio.

**O árbitro deve corrigir a posição corporal dos jogadores e as pegas /ligações.**

c) A talonagem da bola deverá ser executada obrigatoriamente com os pés do talonador; a bola é ganha pela equipa introdutora.

d) A introdução da bola pelo médio de formação será sempre feita pelo lado esquerdo, ou seja, do lado da cabeça livre da sua 1ª linha.

e) Após a introdução o médio de formação deve movimentar-se para trás da F.O. até à saída da bola.

f) O médio de formação da equipa não introdutora deve colocar-se atrás da F.O., desde o momento da introdução, até que o médio de formação adversário passe a bola a outro jogador ou tome a iniciativa de correr com ela.

### 5. ALINHAMENTO

a) Alinhamento constituído por quatro jogadores, mais um lançador; o 1º jogador do alinhamento terá que estar a 3 metros da linha lateral.

b) A bola pode ser disputada.

---

Alterações para a época 2006/2007 (a cor-de-laranja)

- c) Não é permitido o *lifting*; o jogador que saltar no alinhamento, não poderá ser elevado, nem apoiado no ar pelos seus colegas.
- d) **É permitido utilizar o *maul* dinâmico após a conquista da bola, durante cinco segundos (5”).**
- e) Enquanto o alinhamento não terminar, o jogador que ganhar a bola no alinhamento nunca poderá ser placado.
- f) Qualquer infracção a estas normas, será punida com um pontapé de penalidade (P.P.) a 5 metros da linha lateral.
- g) Nenhum jogador não participante no alinhamento deve passar a linha de fora-de-jogo (que dista a 5 metros do alinhamento) até que:
  - médio de formação tenha passado a bola ou começado a correr com ela;
  - que a bola tenha tocado no solo;
  - que o *maul* se afaste totalmente da linha de reposição.
- h) A reposição da bola em jogo (o lançamento da bola) deve ser feita para o meio do corredor, e não intencionalmente para o lado de uma das equipas.
- i) O árbitro deve definir bem as linhas de fora-de-jogo (5 metros de cada lado do corredor) para os jogadores não participantes no alinhamento.

#### 6. RUCK E MAUL

Não deixar prolongar os *rucks* e *mauls* por muito tempo (máximo de cinco segundos – 5”), para evitar pressões e tensões exageradas e assim diminuir o perigo de lesão.

Deve-se explicar bem que um jogador placado (está no solo) deve largar a bola imediatamente.

#### 7. COLOCAÇÃO DOS ADVERSÁRIOS NOS RECOMEÇOS DE JOGO

Quando da execução de qualquer falta (P.P. ou P.L.) os adversários devem estar colocados sempre a 5 metros; é importante definir bem esta distância (+ ou - 5 passos) para que haja espaço para jogar.

O jogador que executa o pontapé (P.P., P.L., ou no início/recomeço do jogo) tem que dar um pequeno toque com o pé na bola; depois de executar o toque com o pé pode passar a bola ou correr com ela.

No início/recomeço do jogo será executado um pontapé de ressalto no centro do terreno, com a equipa adversária colocada a 5 metros; no pontapé, a bola terá que percorrer 5 metros.

**Na eventualidade de existir uma acção do jogo que provoque um “pontapé de 22”, este deve ser executado através de um pontapé de ressalto (“drop”) realizado num ponto qualquer a cerca de 12 metros da linha de meta.**

#### 8. JOGO AO PÉ

Só será permitido jogar ao pé para dentro da área de jogo.

Se a bola sair pela linha de bola morta após jogo ao pé, será executado pela equipa não infractora um pontapé livre (P.L.) no sítio onde a mesma foi pontapeada.

## 9. PLACAGEM E *HAND-OFF*

Só são permitidas placagens à cintura (ou abaixo), e **não é permitido fazer *hand-off***.

## 10 EXCLUSÕES

O árbitro pode excluir um jogador por um período de 2 ou 5 minutos, conforme a gravidade do acto cometido, podendo esse jogador ser imediatamente substituído, de modo que as equipas joguem sempre em igualdade numérica. Só no caso de uma equipa possuir unicamente 10 jogadores, e um jogador seu for excluído, haverá inferioridade numérica temporária dessa equipa.

### NOTA:

Numa perspectiva pedagógica é permitido que os Educadores/Treinadores do escalão de Infantis estejam dentro do terreno de jogo, desde que colocados **atrás da linha de ensaio**.

## Recomendações aos árbitros/educadores:

1. Uniformizar os critérios de aplicação das leis do jogo, designadamente na aplicação da lei da vantagem. Sempre que possível, prevenir eventuais faltas e explicar a razão que o levou a assinalar uma falta.
2. Preocupar-se com a integridade física dos jogadores, interrompendo o jogo quando entender que a sua continuação pode ser prejudicial ou perigosa.
3. Ser rigorosos no que respeita a aplicação das leis que protegem o jogador e os princípios do jogo.
4. Usar um critério adequado ao nível dos praticantes, no julgamento de infracções técnicas que não envolvem risco de lesão, de forma a não interromper excessivamente o jogo (caso de passe para diante por “centímetros”, etc.).
5. Ensinar e aplicar as normas de conduta próprias da modalidade com respeito pelo *fair play*.
6. Estar atento a gestos violentos como:
  - a) placagens ao pescoço;
  - b) qualquer tipo de placagem acima da cintura;
  - c) placagens de colher (equivalente a uma rasteira feita com a mão), distinguindo a intencional da que resulta de uma placagem falhada;
  - d) placagens fora de tempo, distinguindo bem as que, embora tenham sido realizadas fora de tempo, são consequência de actos já iniciados, imparáveis e não intencionais;
  - f) cotoveladas, ao esbracejar perante placagens altas ou formação de *maul*;
7. Os jogos deverão ser arbitrados preferencialmente pelos educadores das equipas ou da escola de jovens árbitros.

Sempre que ocorrer uma infracção por jogo perigoso, é fundamental apitar e interromper o jogo. O jogador infractor deve ser chamado e informado da infracção cometida. O árbitro deve explicar ao jogador infractor que o adversário corre perigo ao sofrer aquele tipo de faltas.

***Ajuizar sempre de forma preventiva, informativa, decidida e pedagógica***

## Recomendações aos jovens praticantes

### Direitos do jovem praticante

- DIREITO AO PRAZER  
“Procuro alegria e prazer no jogo, por isso tenho de ser respeitado”
- DIREITO À SAÚDE  
“Eu não sou uma máquina a jogar”
- DIREITO A BOAS CONDIÇÕES DE PRÁTICA  
“As minhas exigências são idênticas às dos adultos”
- DIREITO AO RESPEITO  
“Por favor não me perturbem enquanto jogo”
- DIREITO À DIFERENÇA  
“Eu não posso ser um campeão, mas posso vir a ser”
- DIREITO À INICIATIVA  
“Quando jogo eu quero estar livre para tomar as minhas decisões”
- DIREITO À COMPETIÇÃO  
“Eu quero competir (jogar) com os outros para poder competir”
- DIREITO À EXPRESSÃO  
“Não façam tudo por mim, eu posso fazer coisas e participar na vida activa do clube”
- DIREITO À RESPONSABILIDADE  
“Eu tenho no campo tal com na vida as minhas obrigações”

### Rugby, uma Escola de Vida

O Rugby como um meio de desenvolvimento integral do jovem (psicológico, fisiológico, social e motor), deve contemplar alguns aspectos como:

- Hábitos de higiene e de trabalho
- Disciplina e responsabilidade
- A coragem, a inteligência e a criatividade
- Cooperação, amizade e solidariedade
- Sentido colectivo
- Desenvolvimento das capacidades motoras
- Fair Play:
  - Respeito por si próprio
  - Respeito pelos companheiros
  - Respeito pelos adversários SEMPRE (nas vitórias e nas derrotas)
  - Respeito pelos árbitros e outros intervenientes no jogo.

## Segurança

1. Utilização obrigatória de “protecção de dentes”;
2. Utilização obrigatória de botas (pitons de borracha) e equipamento adequado à pratica da modalidade.  
Ex.: cuecas tipo “slip”, camisola de rugby e calções de rugby.
3. É recomendado o uso de ombreiras e capacete.

## Nutrição

Para se manter vivo, activo e saudável o nosso corpo precisa de um conjunto de substâncias chamadas **nutrientes** que obtém a partir dos alimentos e bebidas:

Estes nutrientes têm funções específicas:

- alguns são utilizados para fornecer energia como os hidratos de carbono e os lípidos ou gorduras;
- outros constituem matéria-prima para o crescimento, como as proteínas e o cálcio;
- e por último outros garantem o bom funcionamento geral do organismo, como é o caso das vitaminas, minerais, água e fibra.

As necessidades nutricionais de cada pessoa dependem por exemplo da sua idade, estado de saúde e da actividade física que desenvolve.

Quando se está a crescer e se faz desporto é muito importante garantir ao organismo todos os nutrientes de que ele necessita para estar na melhor forma e dar sempre o seu melhor.

Por isso, não te esqueças de:

- Tomar sempre um bom pequeno-almoço antes de sair de casa, que te forneça energia para começar bem o dia e te ajude a dares o teu melhor na escola ou no desporto;
- Comer várias vezes ao dia, fazendo pequenas refeições a meio da manhã e da tarde para manteres o ritmo;
- Quando vais treinar debes fazer uma pequena refeição um pouco antes para teres um bom desempenho;
- Beber pelo menos 3 copos de leite por dia ou quantidade equivalente de iogurtes;
- Comer alimentos de todos os grupos da Roda dos Alimentos, respeitando as proporções representadas;
- Comer no mínimo 3 peças de fruta por dia;
- Comer legumes, na sopa e/ou no prato ao almoço e ao jantar;
- Beber muita água, pelo menos 8 copos ao longo do dia.

## O importante papel dos PAIS & MÃES na prática desportiva dos filhos

### Um momento de reflexão do papel de PAIS & MÃES

### 9 questões

1. Incentivo demasiado o meu filho/a a fazer desporto e a participar em competições?
2. Dou indicações técnicas ao meu filho/a durante uma competição, antes ou depois da mesma?
3. Fico irritado com o meu filho/a, ou com a sua equipa, quando perdem com outros que penso não serem tão bons?
4. Recrimino o árbitro durante uma competição quando a sua actuação não me pareceu acertada?
5. Já ridicularizei o adversário à frente do meu filho/a?
6. Alguma vez dei demasiada importância ou critico o resultado do meu filho/a numa competição?
7. Castigo o meu filho, proibindo-o de jogar rugby quando não vai bem nos estudos ou porta-se mal?
8. Aborreço-me ou mostro pouco interesse em acompanhar o meu filho/a nos treinos e competições?
9. Penso que o meu filho/a poderia dedicar-se a outra actividade mais proveitosa que o rugby?

Se respondeu sim a muitas destas questões o seu filho/a pode estar a experimentar uma **excessiva pressão ou apatia (por parte dos pais)** em relação à actividade desportiva, que pode contribuir para **desajustes emocionais** que ajudam a **deteriorar a relação familiar, perda de motivação ou desinteresse pela prática desportiva** e até o **abandono da mesma**.

### Enquanto Pais e Mães podemos...

### 9 DICAS

- ... ajudar o nossos filho a praticar a actividade desportiva que ele mais gosta e não a que nós mais gostamos.
- ... interessarmo-nos pelo desporto que o nosso filho pratica: se ele gosta, se se diverte, se progride e aprende, assistindo às suas actividades e competições em que participa.
- ... animar o nosso filho numa competição, apoiando-o, reconhecendo o seu esforço e interesse mas evitando “ser treinador”.
- ... manter-nos tranquilos e confiar no nosso filho quando durante um treino ou competição comete um erro ou não lhe “correm” bem as coisas.
- ... respeitar, compreender e apoiar a função dos árbitros nas competições.
- ... motivar o nosso filho a praticar o desporto segundo as regras e os valores do jogo.
- ... aplaudir as boas actuações tanto do nosso próprio filho como dos seus companheiros de equipa e da equipa adversária.
- ... colaborar com o nosso filho/a, o seu treinador e seu clube, nos treinos, organização de actividades e competições.
- ... não esquecer os restantes membros da família, para que nenhum se sinta posto de parte ou favorecido pelo desporto que pratica.

...recordar que uma pessoa **educa-se ao fazer desporto**, onde o importante é **como se faz e não o que consegue**. Divertir-se, aprender, é bom para a saúde, enriquece a relação que se mantém com os outros desportistas, treinadores, árbitros, pais de outros atleta.

**Sejamos uma ajuda e um bom exemplo para eles**

## Calendário do Rugby Juvenil – Época 06/07

MÊS	DIAS	BAMBIS, BENJAMINS E INFANTIS	OUTRAS
SET.06	9-10	<b>INÍCIO DAS AULAS</b>	
	16-17		CURSO TREINADORES NÍVEL 2 - 2º BLOCO
	23-24		CURSO TREINADORES NÍVEL 1 - 2º BLOCO
OUT.06	30-1		
	5 - FERIADO	<b>CONVÍVIO NACIONAL DE ABERTURA</b>	
	7-8		
	14-15		CURSO TREINADORES NÍVEL 1 - 3º BLOCO
	21-22		
	28-29	<b>CONVÍVIO NACIONAL</b>	CURSO TREINADORES NÍVEL 2 - 3º BLOCO
NOV.06	1 - FERIADO		
	4-5		
	11-12	<b>CONVÍVIO REGIONAL - CALDAS</b>	
	18-19		
	25-26	<b>CONVÍVIO NACIONAL - E.U.L.</b>	CURSO TREINADORES NÍVEL 2 - 4º BLOCO
DEZ.06	1 - FERIADO		
	8 - FERIADO		
	16-17	<b>CONVÍVIO NACIONAL</b>	
	23-24	<b>FÉRIAS DE NATAL</b>	
	30-31		
JAN.07	6-7		
	13-14		
	20-21	<b>CONVÍVIO NACIONAL - LOULÉ</b>	
	27-28		
FEV.07	3-4		
	10-11	<b>CONVÍVIO NACIONAL - MONTEMOR</b>	
	17-18-19	<b>FÉRIAS DE CARNAVAL</b>	
	24-25		
MAR.07	3-4		
	10-11	<b>CONVÍVIO NACIONAL - SANTARÉM</b>	<b>EXPO CRIANÇA SANTARÉM (7 a 11 MARÇO)</b>
	14-18		
	24-25-26	<b>FÉRIAS DA PÁScoa</b>	
ABR.07	31-1		
	7-8		
MAI.07	14-15		
	21-22	<b>CONVÍVIO NACIONAL - PORTO</b>	
	28-29		
	5-6	CONVÍVIO BELENENSES	ACÇÃO DE FORMAÇÃO SEVENS
JUN.07	12-13		
	19-20		
	26-27	CONVÍVIO TÉCNICO	
	2-3		
JUN.07	9-10		
	16-17		
	23-24		CAMPOS DE FÉRIAS

*Nota: O calendário poderá sofrer alterações ao longo da época, nomeadamente no que diz respeito à data dos Convívios, em função dos jogos da Selecção Nacional.*

## Anexos

### Quadro resumo das leis de jogo para os escalões de Bambis, Benjamins e Infantis

O regulamento pretende uniformizar as leis de jogo adaptadas aos escalões de formação\*\*.

Escalões	Bambis Sub - 9	Benjamins Sub -11	Infantis Sub - 13
Nº de Jogadores	5	7	10
Tempo de jogo	10 *	15*	20*
Nº da bola	3	4	4
Dimensões do terreno de jogo	25 x 15 m	30 x 20 m	70 x 30 m
Formação Ordenada	NÃO HÁ **	3x3	5x5
Alinhamento	NÃO HÁ**	<b>NÃO HÁ***</b>	5x5
Reagrupamento	Jogador placado no chão - Libertação IMEDIATA da bola	Jogador placado no chão - Libertação IMEDIATA da bola INDICAR LADO ENTRADA	Jogador placado no chão - Libertação IMEDIATA da bola. OBRIGAR a entrada pelo eixo e evitar queda e impedir saída bola
Jogo ao pé	NÃO É PERMITIDO	NÃO É PERMITIDO	- Pontapé de saída - Pontapé para dentro da área de jogo

\* O tempo de jogo pode variar, em função do número de equipas inscritas no Convívio

\*\* A bola deve ser entregue pelo educador alternadamente a jogadores diferentes, à altura do peito

\*\*\* O jogo recomeça com um pontapé livre a 3 metros da linha lateral

---

\*\* O quadro mostra a evolução das leis de jogo dos Bambis aos Infantis quanto ao nº de jogadores, área de jogo, formação ordenada e alinhamento, reagrupamentos e jogo ao pé.

Alterações para a época 2006/2007 (a cor-de-laranja)

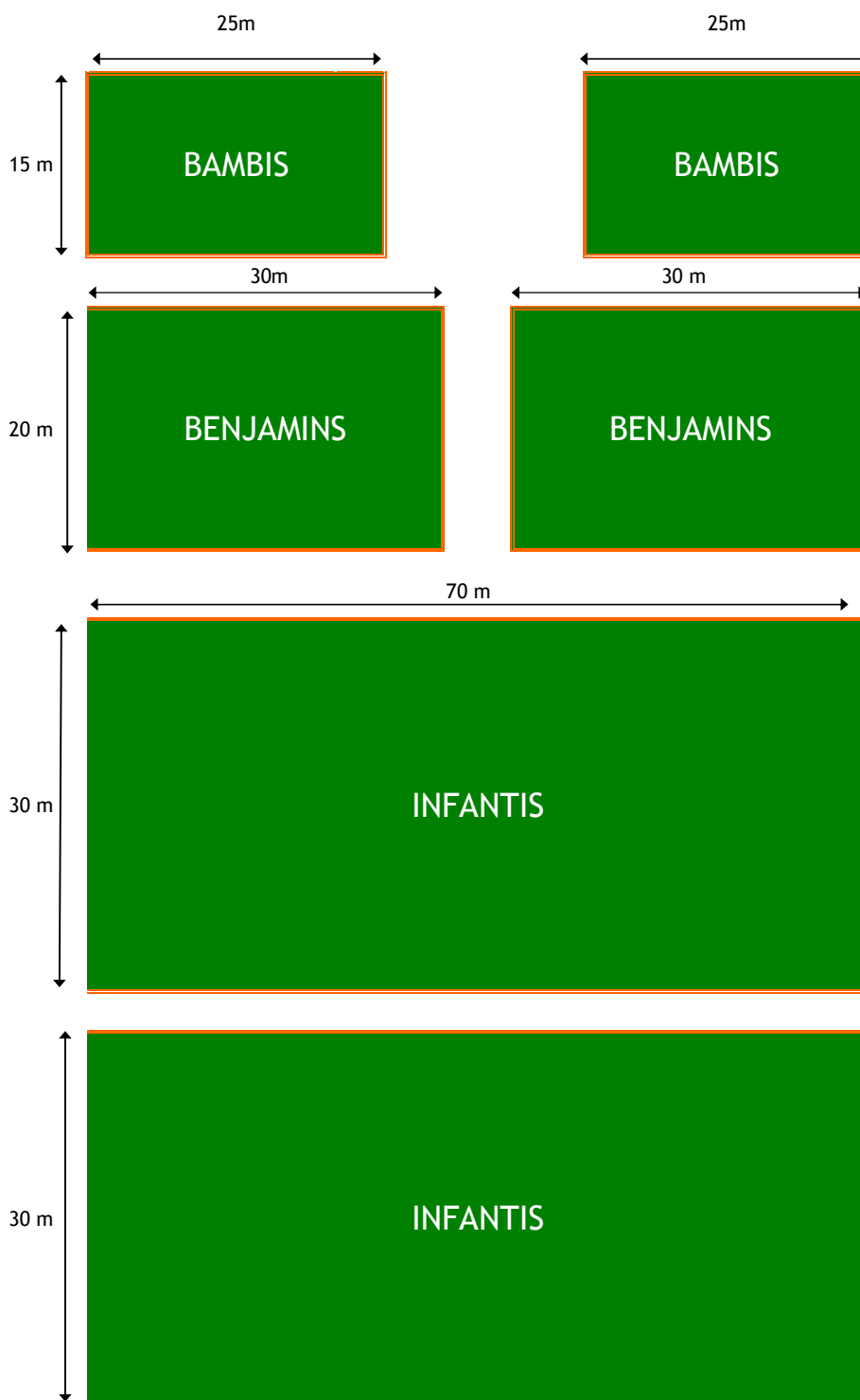
## Objectivos para os escalões de Bambis, Benjamins e Infantis

O ensino do rugby nos escalões de formação deve ser feito de forma progressiva e consolidada. Para tal é necessário estabelecer objectivos realistas para cada escalão, como forma de regular e orientar a descoberta e a compreensão do jogo .

Escalões	Bambis (Sub -9)	Benjamins (Sub -11)	Infantis (Sub -13)
<b>Níveis</b>	Anárquico / Introdução	Introdução	Elementar
<b>Princípios</b>	Avançar; Finalizar	Avançar; Finalizar; Apoiar; Continuidade	Avançar; Finalizar; Apoiar; Continuidade; Alternância (jogo agrupado, ao largo e ao pé)
<b>Técnicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Corre com a bola e finta</li> <li>- Marca ensaio</li> <li>- Entrega a bola e realiza pequenos passes</li> <li>- Arranca a bola – “par de mãos”</li> <li>- Agarra ou placa o portador da bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Maul</i> – protege e liberta a bola</li> <li>- <i>Ruck</i> – posição do corpo</li> <li>- Passa antes, durante ou depois do contacto</li> <li>- Recebe a bola com as duas mãos</li> <li>- Marca ensaio</li> <li>- Placa e cai com a bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza os vários tipos de passe e variantes (cruzamento, salto e dobra)</li> <li>- <u>Na formação ordenada</u>: posição do corpo, ligações e talonagem</li> <li>- <u>No alinhamento</u>: lançamento, captação e protecção</li> </ul>
<b>Regras</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deveres do jogador – segurança</li> <li>- Ensaio</li> <li>- Blocação / placagem</li> <li>- Passe para diante</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fora de jogo</li> <li>- Placagem</li> <li>- <i>Maul</i> e <i>ruck</i> (entra no eixo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fora de jogo na formação ordenada</li> <li>- Fora de jogo no alinhamento</li> <li>- Fora de jogo no <i>ruck</i> e <i>maul</i></li> </ul>
<b>Objectivos a alcançar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceita o confronto com o adversário e o contacto com o solo</li> <li>- Participa nas fases de conquista da bola – luta e arranca a bola</li> <li>- Impede a progressão do adversário – agarra ou placa o portador da bola</li> <li>- Avança sobre os espaços livres ou sobre a oposição directa (1 vs 1)</li> <li>- Compreende o objectivo do jogo (marcar ensaio)</li> <li>- Respeita os colegas, e a arbitragem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avança no terreno sobre oposição directa (1 vs 1)</li> <li>- Procura manter a posse de bola, virando-se para o seu campo (<i>maul</i> e <i>ruck</i>)</li> <li>- Liberta a bola controladamente</li> <li>- Apoiar o portador da bola, criando linhas de passe</li> <li>- Recoloca-se no ataque e na defesa</li> <li>- Pressiona o portador da bola e impede a sua progressão através da placagem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De acordo com a situação opta pela utilização entre o jogo agrupado, ao largo ou ao pé</li> <li>- Avança nos espaços livres; fixa o adversário e passa</li> <li>- Passa correcta e oportunamente a um companheiro em melhor posição</li> <li>- Recoloca-se para apoiar e assegurar a continuidade do jogo</li> <li>- Pressiona o portador da bola, placando-o ou agarrando-o com a bola</li> <li>- Executa as pegas, e a talonagem na F.O.</li> <li>- Lança, salta e protege no AL</li> </ul>

Este quadro apresenta a progressão de ensino para os atletas que se iniciam na modalidade. Contudo, um atleta que se inicie na modalidade com idade de Benjamim ou Infantil, deverá iniciar o seu processo de aprendizagem tendo como base o primeiro nível (Anárquico/Introdução)

## Aproveitamento de um Campo de Rugby para Convívios



### Relatório da Actividade

TIPO DE EVENTO \_\_\_\_\_

ORGANIZADO POR \_\_\_\_\_

Local \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_ Horário: das \_\_\_\_\_ às \_\_\_\_\_ h

	Sim	Não
Secretariado ----- n° pessoas ____		
Staff Apoio ----- n° pessoas ____		
<b>Apoio Médico</b>		
Ambulância -----		
Fisioterapeuta -----		
<b>Instalações de Apoio</b>		
Tenda ou outro -----		
Mesas/cadeiras -----		
Placard Jogos -----		
Instalação Sonora /megafone -----		
Balneários -----		
<b>Alimentação</b>		
Água -----		
Suplementos -----		
Árbitros -----		

N° Equipas Participantes Bambis _____ Benjamins _____ Infantis _____ Iniciados _____ OUTROS _____	N° Jogos realizados por equipa ____ N° Jogos realizados no evento ____ Tempo de cada jogo _____ N° campos utilizados _____
--	---

OBSERVAÇÕES (Aspectos positivos e a melhorar)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Responsável/organização

\_\_\_\_\_

