



Unión de Rugby de Buenos Aires

U.R.B.A. - Pacheco de Melo 2120 (1126) Buenos Aires - Argentina - Tel. (011) 4805-5858 Fax: (011) 4806-9933
e-mail: melo2120@urba.org.ar

Instructivo para Realizar el Rugby Ready

- 1) Ingresar al sitio www.irbrugbyready.com seleccione el idioma.



- 2) Regístrese creando un usuario.



Unión de Rugby de Buenos Aires

U.R.B.A. - Pacheco de Melo 2120 (1126) Buenos Aires - Argentina - Tel. (011) 4805-5858 Fax: (011) 4806-9933
e-mail: melo2120@urba.org.ar

The screenshot shows the homepage of the IRB Rugby Ready website. At the top, there is a navigation bar with the text "IRB Rugby Ready: Inicio" and a browser address bar showing "www.irbrugbyready.com/index.php?language=es". The main header features the "rugbyready" logo and the slogan "Hágalo bien... prepárese bien" (Do it right... get ready right). Below this, there is a navigation menu on the left with items like "Inicio", "Videoteca", "Prólogo", "Introducción", "Desarrollo del jugador a largo plazo (LTPD)", "Preparticipación", "Equipamiento, entorno y plan de emergencia", "Preparación física", "Estilo de vida", "Entrada en calor", and "Principios del Juego". The central content area includes a "Bienvenido a Rugby Ready del IRB" section with a video player and a "Registrar" button. A sidebar on the left highlights "Nuevo Contenido Video Examen online" with a "Actualizar sus conocimientos ahora" button.

The screenshot shows the registration page for the IRB Passport. The browser address bar indicates "www.irbpassport.com/index.php?section=register&language=ES&from=rr&logout=yes". The page is titled "Bienvenido al Pasaporte" and features a "Registrar" button. The registration form includes fields for "Nombre", "Apellido", "Género" (Male/Female), "Participación en el Rugby", "País", and "Email". Below the form, there is a "Términos y condiciones" section with a "Limitación de responsabilidad de Rugby Ready" and a "Registrar" button. The page also includes a sidebar with various rugby-related links and a background image of a rugby match.



Unión de Rugby de Buenos Aires

U.R.B.A. - Pacheco de Melo 2120 (1126) Buenos Aires - Argentina - Tel. (011) 4805-5858 Fax: (011) 4806-9933
e-mail: melo2120@urba.org.ar

3) Complete todos los datos personales que le solicita, una vez finalizada vuelva al sitio Rugby Ready para dar comienzo con la capacitación.

The screenshot shows the IRB Rugby Ready website interface. The browser's address bar displays 'www.irbrugbyready.com/index.php?section=1'. The page features a navigation menu on the left with items like 'Inicio', 'Videoteca', 'Prólogo', 'Introducción', 'Desarrollo del jugador a largo plazo (LTPD)', 'Preparticipación', 'Equipamiento, entorno y plan de emergencia', 'Preparación física', 'Estilo de vida', 'Entrada en calor', 'Principios del juego', 'El juego', 'El tackle', 'El ruck', 'El Maul', 'El scrum', 'El line-out', 'Vuelta a la calma y recuperación', 'Manejo de lesiones', and 'Resumen'. The main content area is titled 'Bienvenido a Rugby Ready del IRB' and includes a video player with the text 'Compruebe lo que obtiene con Rugby Ready del IRB'. Below the video, there are sections for 'Recurso de calidad mundial', '¿Le gusta Rugby Ready?', and 'Compruébelo usted mismo'. The footer contains two banners for 'LEVELS 1, 2 AND 3 AVAILABLE NOW' with a 'VISIT THE IRB SHOP' button.

4) Una vez finalizado de forma correcta todos los bloques el sistema le ofrece imprimir o guardar en pdf la constancia que este emite, imprímala y conserve el archivo pdf que es el que deberá entregar en su club como constancia y que le permitirá realizar tareas como encargado de equipo a partir de esta temporada.



Unión de Rugby de Buenos Aires

U.R.B.A. - Pacheco de Melo 2120 (1126) Buenos Aires - Argentina - Tel. (011) 4805-5858 Fax: (011) 4806-9933
e-mail: melo2120@urba.org.ar

Inicio
Videoteca
Prólogo
Introducción
Desarrollo del jugador a largo plazo (LTPD)
Preparticipación ✓
Equipamiento, entorno y plan de emergencia ✓
Preparación física ✓
Estilo de vida ✓
Entrada en calor ✓
Principios del juego ✓
El juego ✓
El tackle ✓
El ruck ✓
El maul ✓
El scrum ✓
El line-out ✓
Vuelta a la calma y recuperación ✓
Manejo de lesiones ✓
Resumen ✓
Descargas
Agradecimientos

Ahora que está preparado para el Rugby, continúe preparado para el Rugby

Todas las partes interesadas tienen la responsabilidad colectiva de garantizar que el rugby se practique con un sentido de juego limpio. El Rugby es intensamente físico de modo que los jugadores deben ser continuamente aleccionados sobre la importancia de la disciplina. Eso significa que el juego sucio, las transgresiones o la falta de respeto al árbitro no deben ser tolerados. Es necesario que todos los custodios de este magnífico deporte promuevan el juego limpio.

- Respétense a usted mismo, a los oponentes, a los oficiales del partido y a las Leyes del Juego
- Cíane con honor, pierda con dignidad
- Trate de permanecer calmo
- El árbitro está a cargo: colabore jugando limpio y respetando sus decisiones

Es probable que usted ahora tenga un completo conocimiento de lo que se necesita para estar preparado para el Rugby.

1. Elabore un perfil de sus jugadores antes de empezar a jugar
2. Asegúrese que su equipamiento y entorno sea seguro, y elabore un plan de emergencia
3. Asegúrese que los jugadores se preparen adecuadamente:
 - acondicionamiento físico
 - estilo de vida
 - entrada en calor / vuelta a la calma
4. Enseñe y recuerde las técnicas seguras:
 - equilibrio, estabilidad y postura
 - tackle y contacto 1 a 1
 - scrum y lineout
 - ruck y maul
5. Tolerancia cero con el juego sucio
6. Sea cómo tratar las lesiones:
 - si tiene dudas, consiga ayuda rápidamente y no mueva al jugador
 - lesiones que no sean graves:
 - TOTAPS
 - cuidado con la conmoción cerebral
 - para lesiones en los tejidos blandos utilice PRICED
 - evite HARM
 - asegúrese que los jugadores se rehabiliten adecuadamente
 - permita que se reintegren a la práctica sólo cuando estén completamente curados
 - informe la lesión cuando corresponda

El usted como jugador, coach, árbitro, dirigente a Unión, sigue estos pasos de preparación para el Rugby.

5) Una vez que dentro del sistema de Gestión de Clubes este dado de alta el Fichaje de Entrenadores, los Clubes deberán dar de alta en el sistema a sus entrenadores completando una serie de datos personales que serán de carácter obligatorio para que puedan desarrollar tareas como encargados de equipo. Esta información se cruzará con las tarjetas de partido de todas las divisiones superiores y juveniles. A su vez para el Rugby Infantil se auditará que los clubes tengan un entrenador capacitado a través del Rugby Ready cada 10 niños. Ej: si un club declara tener 100 jugadores en rugby infantil no deberá tener menos de 10 entrenadores capacitados y fichados. Para más información contactarse a difusion@urba.org.ar Tel: 4805-5858 int. 228.