

Que entendemos por rugby:

O rugby é elixir unha forma de vida na que, a disciplina, o esforzo e o sacrificio individual e de grupo guían os pasos de todos aqueles que se unen á familia do rugby.

Código de xogadores (comportamento).

- **Divertirse** e aportar actitude de divertirse e pasalo ben. Acudir a adestramentos e partidos cun carácter positivo.
- **Axudar aos compañeiros**, estando a disposición dos mesmos tanto dentro do campo como fose do campo (no campo axudando sempre aos compañeiros, cando non teño o balón xogo máis ao ofrecerme en todas as situacións posibles; fóra do campo preocupándome polos meus compañeiros, avisando cando estou doente, axudando nos estudos, quedando para ir aos adestramentos e partidos).
- **Xogar ao rugby** é dar e non recibir, xogar un partido enteiro sen tocar un balón axudando ao compañeiro, caerse constantemente e volveuse a levantar, superando constantemente novas adversidades que nos fan máis grandes como xogadores e como persoas.
- O xogador de rugby **estará dispoñible**, ofrecerase para que o seu club poida crecer e progresar tanto na colaboración de actividades como na proposta de novas ideas e realización das mesmas, sempre en beneficio do seu club de rugby, conseguindo así o obxectivo de crecer xunto á familia do rugby.
- O xogador de rugby sempre é un reflexo de individuo **social**, non só como exemplo para os seus compañeiros no campo senón como exemplo dentro da túa cidade e comunidade, a súa familia, o seu colexio, o seu traballo, onde os que os observan saben que pertencen ao mundo do rugby, sendo un exemplo a seguir.
- O **capitán** é o reflexo dun cúmulo de capacidades por riba das físico-tácticas, nas que o esforzo, compañeirismo, respecto, traballo cara ao club, disciplina, a súa vida persoal, vense recompensados coa entrega de devandita distinción entre os seus compañeiros. Este xogador é un nexo de unión entre os compañeiros e o adestrador, así como no campo entre o árbitro e os seus xogadores.
- **Resolver os conflitos**, buscando solucións falando co capitán e os adestradores.
- Recoñecer e apreciar os **esforzos** que realizan os seus adestradores, pais, árbitros e directivos para proporcionarlles a posibilidade de xogar e divertirse no ambiente do rugby.
- Comprender os valores da **lealtade e compromiso** respecto de os adultos e compañeiros de equipo.
- **Xogar** porque queren facelo non para compracer a adestradores ou pais.
- Asistir a todas as sesións de adestramentos e partidos.

- **Traballar tan duro** para si mesmo como para o equipo, ambos se beneficiarán.

Código de xogo:

- Un xogador de rugby é consciente da importancia de ir **ben equipado ao campo**, encargándose sempre de ter a súa roupa de adestramento e de xogo, material de seguridade (ombreiras, casco e bucal), xa que a falta do material necesario impediríalle gozar do xogo.
- **Os compañeiros** son o maior aliciente de todo xogador para a práctica deste deporte, xa que sen eles non podo practicar nin lograr obxectivos así como superar as dificultades que nos atopamos como equipo, o compañeiro chega a ser como o noso irmán, no que podemos confiar e co que a nosa relación vai máis aló do deportivo.
- **O esforzo individual** de cada xogador é fundamental, pois sen a entrega e sacrificio individual non poderei estar ao nivel dos meus compañeiros e equipo, o esforzo individual beneficia non só ao xogador, senón tamén ao equipo e ao propio club, facéndonos crecer a todos de forma adecuada.
- **O árbitro** é a figura indispensable para a práctica deste deporte, sen el cada encontro converteríase nunha batalla campal, polo que o respecto á súa persoa e decisións farán do xogo unha competición máis segura e atractiva para todos, durante o xogo ao árbitro só poderá dirixirse o capitán.
- Axustarse ás **normas** de conduta internas do club:
 - Asistir con material de xogo (protector bucal, camiseta de rugby, pantalón de rugby, botas de rugby e zapatillas deportivas)
 - Chegar con tempo aos adestramentos e partidos.
 - Dar o máximo nos adestramentos, mantendo a atención e colaborando cos compañeiros, esforzándose en facer as cousas o mellor posible.
- Todo xogador de rugby debe **estar dispoñible** para axudar e xogar en calquera posto en calquera situación, polo que o coñecemento das funcións dos meus compañeiros e o seu traballo debe ser un elemento fundamental para mellorar o rendemento do equipo, deberá coñecer as xogadas de todo o equipo, así como os diferentes sistemas de xogo a aplicar en cada situación de xogo.
- **Recoñecer o bo xogo** en todos os xogadores tanto do propio equipo como do rival.
- **Ser un deportista**, gañar con elegancia, perder con dignidade.
- Respecto a todos os xogadores, Trata como che gustaría que che tratasen a ti. Non dificultes, intimides ou saques vantaxe de ningún xogador.