

## Tendencias de la actividad competitiva para el rugby siete

### Lestter Frías-Febles

Licenciado en Cultura Física. Máster en teoría y metodología del entrenamiento deportivo para la alta competencia. Profesor de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0001-9359-0166>

[lestterff@gmail.com](mailto:lestterff@gmail.com)

### Yusimi Ramos-Quian

Licenciada en Cultura Física. Máster en teoría y metodología del entrenamiento deportivo para la alta competencia. Doctora en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Profesora de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0003-1641-9810>

[yusimirq@gmail.com](mailto:yusimirq@gmail.com)

### Ídolo Gilberto-Herrera

Licenciado en Cultura Física. Doctor en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Investigador del Centro de Investigaciones para el Deporte. Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER). Profesor de la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.

<https://orcid.org/0000-0003-3958-5774>

[idologilberto73@gmail.com](mailto:idologilberto73@gmail.com)

Recibido: 16/I/2021

Aprobado: 1/II/2021

Publicado: 1/IV/2021

**Resumen:** Artículo dirigido al análisis prospectivo del desarrollo y evolución del rugby siete cuyo objetivo principal consistió en estudiar las tendencias de la actividad competitiva según las transformaciones de sus características, y se tomó como base la “caja de herramientas de la prospectiva estratégica”. En la determinación de las características, tanto del ejercicio competitivo como de la actividad, se utilizaron once indicadores de referencias para el análisis de los factores internos y tres para los externos; se examinaron los reglamentos del rugby siete para los campeonatos mundiales correspondientes a los años 2009, 2013 y 2018, por ser los eventos internacionales de mayor envergadura antes de la participación olímpica; así como observaciones y mediciones indirectas, mediante la técnica de video, a 61 partidos de este deporte, en los que se contabilizó y tabuló el desempeño competitivo de los jugadores. El criterio de selección estuvo dirigido al número de acciones realizadas por los partidos, que representó la media de los desafíos más exigentes para cada sexo, además de los tiempos de realización y el análisis evolutivo de las regulaciones. Las cinco etapas más representativas en la evolución del rugby siete se determinaron desde su creación en 1883, hasta la reintegración del rugby como deporte olímpico y la ratificación del rugby siete en Tokio 2020. Como resultado, los indicadores de caracterización determinaron los requisitos fundamentales de las tres últimas etapas

evolutivas de este deporte y, a partir de las tendencias de la actividad competitiva, establecer una predicción de posibles transformaciones del ejercicio competitivo.

**Palabras clave:** rugby siete; enfoque prospectivo; tendencias; actividad competitiva; ejercicio competitivo

### **Tendencies of the competitive activity for rugby seven**

**Abstract:** This article is aimed at a prospective analysis of the development and evolution of rugby seven and its main objective is to study the trends of competitive activity according to the transformations of its characteristics, taking as a basis the “toolbox of strategic foresight”. To determine the characteristics of both the competitive exercise and the activity, eleven reference indicators were used for the analysis of internal factors and three for external ones; the rugby seven regulations (6 documents) for the world championships corresponding to the years 2009, 2013, 2018 were analyzed as they were the three largest international events before the Olympic participation; as well as observations and indirect measurements through the video technique, to 61 rugby seven matches, counting and tabulating the competitive performance of the players. The selection criteria were directed to the number of actions carried out by the parties, representing the average of the most demanding matches for each sex, in addition to the times of completion and the evolutionary analysis of the regulations. The five most representative stages in the evolution of rugby seven were determined from its inception in 1883, until the reintegration of rugby as an Olympic sport and the ratification of rugby seven in Tokyo 2020. As a result, the characterization indicators allowed determining the fundamental requirements of the last three evolutionary stages of Rugby Seven and thus establish, based on the trends of competitive activity, a prediction of the possible transformations that competitive exercise would undergo.

**Keywords:** rugby seven; prospective approach; trends; competitive activity; competitive exercise

### **Tendências da atividade competitiva para o rugby sete**

**Resumo:** Artigo dirigido à análise prospectivo do desenvolvimento e evolução do rugby sete cujo objetivo principal consistiu em estudar as tendências da atividade competitiva segundo as transformações de suas características, e se tomou como base a “caixa de ferramentas da prospectiva estratégica”. Para a determinação das características, tanto do exercício competitivo como da atividade, utilizaram-se onze indicadores de referências para a análise dos fatores internos e três para os externos; examinaram-se os regulamentos do rugby sete para os campeonatos mundiais correspondentes aos anos 2009, 2013 e 2018, por ser os eventos internacionais de maior envergadura antes da participação olímpica; assim como observações e medições indiretas, mediante a técnica de vídeo, a 61 partidos deste esporte, nos que se contabilizou e tabuló o desempenho competitivo dos jogadores. O critério de seleção esteve dirigido ao número de ações realizadas pelas partidas, que representou a média dos desafios mais exigentes para cada sexo, além dos tempos de realização e a análise evolutiva das regulações. As cinco etapas mais representativas na evolução do rugby sete se determinaram desde sua criação em 1883, até a reintegração do rugby como esporte

olímpico e a ratificação do rugby sete em Tokio 2020. Como resultado, os indicadores de caracterização determinaram os requisitos fundamentais das três últimas etapas evolutivas deste esporte e a partir das tendências da atividade competitiva, estabelecer uma predição de possíveis transformações do exercício competitivo.

**Palavras chaves:** rugby sete; enfoque prospectivo; tendências; atividade competitiva; exercício competitivo

## Introducción

La ciencia del deporte y la preparación de los atletas se encuentran en evolución continua, sobre todo en lo referido a las adaptaciones del cuerpo a diferentes agentes estresores físicos y psíquicos (Bompa & Buzzichelli, 2019). A través de los años, muchos entrenadores y jugadores de rugby han seguido diferentes escuelas de pensamiento. Algunos han confiado en estudios técnicos y tácticos con una alta ofensiva de juego o más recientemente con sistema de defensas herméticos (Tee *et al.*, 2018). Otros entrenadores, sin embargo, han insistido en los tipos de entrenamiento físico para superar el agotamiento técnico y táctico (Bompa & Claro 2015).

Un enfoque para el estudio es la prospectiva, orientado hacia la precisión de los posibles estados futuros de un objeto a partir del conocimiento de sus etapas pasadas, presentes y futuras, en donde se establece una relación causal. La profundidad y complejidad del estudio prospectivo está determinado por la intención con que se asuma el futuro, mientras que la estrategia se refiere al proyecto, plan o programa sobre el cual se administran los recursos con que se cuenta para transformar el estado de un objeto o proceso.

Según Godet *et al.* (2000) en su “caja de herramientas de la prospectiva estratégica”, no existe estadística sobre el futuro. Con asiduidad, el único elemento de información disponible que se tiene frente al porvenir es el propio juicio personal y es necesario entonces recoger otras opiniones para forjarla y realizar las apuestas en forma de probabilidades subjetivas. No se puede olvidar que a partir de la visión de futuro es como se orientan las propias acciones. Frente al futuro es posible adoptar cuatro actitudes:

1. El que sufre cambios, el avestruz pasivo
2. El que se ocupa en combatir el fuego, una vez este se ha declarado el bombero reactivo
3. El asegurador preactivo que se prepara para los cambios previsibles, pues sabe que la reparación sale más cara que la prevención
4. El conspirador proactivo que trata de provocar los cambios deseados

En el ejercicio competitivo hay muchos factores que se ponen de manifiesto, a su vez actúan como reflejo de cómo será encaminada la planificación y se apoyan en vivencias competitivas pasadas para dominar las venideras. El conocimiento del devenir permite inferir cómo serán los escenarios futuros, lo que permite la mejor selección de los contenidos para que los deportistas obtengan una mejor preparación.

El objetivo fundamental de esta investigación consiste en estudiar las tendencias del desarrollo evolutivo del rugby siete, según las características de la actividad competitiva (Frías, 2015), a través de la transformación de los factores internos y externos que regulan el ejercicio competitivo propuesto por Copello (2007). Este estudio permitirá realizar una predicción acertada de las transformaciones futuras en las competiciones de rugby siete de primer nivel y así brindará la posibilidad a los entrenadores cubanos de escoger los contenidos de la preparación deportiva de la selección de rugby siete de acuerdo con el contexto actual de la actividad competitiva.

Existe la creencia de que el acercamiento normativo al futuro significa que se puede afectar el desarrollo. Tal vez se sabe cuál clase de futuro se ansía, entonces habría que seleccionar el mejor método para conseguirlo.

La prospectiva estratégica consta de un grupo de métodos cuantitativos y cualitativos, donde los métodos más relevantes desde esta óptica son: análisis de autores, análisis de tendencias, modelo de simulación, árboles de competencia (necesita una prospectiva del entorno de competencia), escenarios y otros. Gorduño (2007) expresa que el hecho de que la visión del presente pueda cambiar según las expectativas del futuro, muestra una manera de evitar la influencia excesiva de algunas señales del entorno. Es por ello que es muy conveniente analizar los escenarios posibles a futuro, modificar de muchas maneras las hipótesis y examinar sus implicaciones.

## **Métodos**

Se procedió a la revisión documental del reglamento (análisis de contenido) con el objetivo de describir las formas reguladas para el ejercicio competitivo del rugby siete, así como sus transformaciones. Los individuos objeto de estudio fueron las leyes y reglamentos del rugby emitido por la World Rugby en los años 2009, 2013 y 2018, y las regulaciones para este juego emitido por la International Rugby Board en los años 2009, 2013 y 2018.

La población definida para este método fue de 6 documentos, cuyos indicadores consistieron en regulaciones sobre el entorno inmediato de ejecución del ejercicio competitivo, y las variaciones internas (que condicionan el ejercicio competitivo) y externas (que regulan la actividad competitiva).

Igualmente, como método empírico de investigación, se empleó la observación científica en el marco del estudio, así como la medición indirecta mediante técnica de video. Su objetivo residió en el análisis de la evolución y las transformaciones del rugby siete desde los partidos de las Copas de Mundo correspondientes a los años 2009, 2013 y 2018. La población en este caso fue de 61 partidos y las características de la misma fueron los eventos de Copa Mundial de Rugby Siete en Dubái (2009), Rusia (2013) y San Francisco (2018). Como criterio de selección de los indicadores propuestos por Copello (2007) se tomaron los factores internos (que caracterizan la actividad competitiva) y los factores externos (que caracterizan la actividad competitiva).

Se escogieron 3 observadores, quienes presentaban las características siguientes: 3 másteres (2 en Ciencias del Deporte y 1 en Fisiología) y con niveles internacionales de Officiating y Couching otorgados por la International Rugby Board.

Como medios se utilizaron archivos de video en formato digital de extensión (\*.fly), ordenador, cronómetro Sport Timer IHM, software de reproducción de archivos de video KMPlayer 3.4.0.59.

## **Resultados**

Etapas evolutivas para el rugby siete (Herreros, 2018)

- ✓ 1.<sup>a</sup> Etapa. 1883-1973. Creación y reconocimiento del rugby siete por la International Rugby Board.
- ✓ 2.<sup>a</sup> Etapa. 1974-1993. Creación del Hong Kong Seven y la Copa del Mundo de Rugby Siete.
- ✓ 3.<sup>a</sup> Etapa. 1994-2011. Creación de la Serie Mundial de Rugby Siete y la introducción oficial del Rugby Siete Femenino.
- ✓ 4.<sup>a</sup> Etapa. 2012-2016. Inclusión del rugby en los Juegos Olímpicos de Verano como deporte de exhibición en Londres y oficialmente en Río de Janeiro (Juegos de la XXXI Olimpiada).

✓ 5.<sup>a</sup> Etapa. 2017-2020. Ratificación del rugby siete como deporte olímpico.

Para una acertada predicción del ejercicio competitivo es necesario un estudio de las tendencias, en el cual se realice una valoración del estado inicial y final de cada uno de los indicadores internos y externos, lo que permite la caracterización de la actividad durante la 3.<sup>a</sup>, 4.<sup>a</sup> y 5.<sup>a</sup> etapas evolutivas para el rugby siete.

El primer indicador que representa la duración real y total de los partidos tuvo en su inicio un tiempo reglamentario de 7 minutos; actualmente la duración real es de 2 tiempos de 7 minutos y tiempo total: para el masculino hasta 2 minutos y para el femenino no excede los 60 segundos.

Al principio, el tiempo reglamentario entre presentación y presentación variaba en dependencia de la cantidad de equipos que asistía a los distintos torneos; luego se reglamentó a 15 minutos mínimos.

Por no tener desde sus inicios bien concebida la duración aproximada de la competencia, obligaba a que esta se realizara en una jornada, sin precisar cuándo culminaría la actividad competitiva. En el presente, los eventos se realizan en dos jornadas, aunque en una de las etapas se estableció la competencia durante 3 días debido a la inclusión de la rama femenina. Las limitaciones espaciales y temporales se mantuvieron desde su origen hasta la fecha, según lo establecido en el reglamento para el rugby siete.

Una mirada retrospectiva permite señalar que el criterio de efectividad de las acciones es de realización y así se ha comportado debido a que existe una relación indisoluble entre la naturaleza táctica del deporte y su finalidad (solucionar situaciones).

También, es importante conocer que en las distintas etapas han variado algunos de los valores de las conversiones de las distintas acciones con carácter de puntuación, pero en el futuro se mantendrá como ahora (*try*, con un valor de 5 puntos; *try penal*, con 5 puntos; *conversión*, con 2 puntos; y *gol de drop*, con 3 puntos).

La clasificación de las acciones es un indicador que se mantuvo desde su origen hasta la fecha, acciones acíclicas variadas o poliestructuradas. Es un deporte de naturaleza táctica con una definición concreta de las acciones del campo ofensivo y defensivo.

El indicador estructura funcional se mantiene estable durante el estudio realizado, debido a la utilización equilibrada de todos los segmentos corporales, determinado por la forma de realización de las acciones técnicas, las que no han cambiado en el periodo de estudio.

En el ejercicio competitivo del rugby siete los estímulos predominantes son los visuales, auditivos y propioceptivos, y la densidad de las cargas que este representaba era más moderada anteriormente que en la actualidad, pues no había gran aprovechamiento del espacio, lo que incidía en la ejecución de pocos pases, pero se ejecutaban bastantes pateos y había predominio de las fases estáticas. Era una copia reducida del rugby tradicional.

Hoy los rugbiers realizan muchas más acciones de cooperación y se observa además un incremento sustancial de los contrataques, donde la media actual por partidos es de pases, 42; pateos, 4; *tackles*, 21; *ruck*, 22; *moul*, 2; *line up*, 5; y *scrum*, 6.

Inicialmente, el carácter de los esfuerzos era fuerte y resistido, ya que había mayor cantidad de contacto físico y menos acciones rápidas; a continuación, se fueron desarrollando acciones tácticas y se ejecutaba mayor cantidad de pases y desplazamientos. Puede decirse que el carácter de los esfuerzos era rápido, pero aún se mantenían los fuertes y resistidos, aunque con la dinámica de juegos y las distintas formas de ver el juego de distintos equipos de élite se convierten en rápidos y explosivos.

## **Discusión**

Desde esta perspectiva se aprecia que después de la descripción de cada uno de los indicadores seleccionados para estudiar la evolución histórica de la actividad competitiva en el rugby siete, existen las condiciones para aproximarse al pronóstico de las características que presentará en el futuro inmediato.

El sistema de clasificación comenzó con clasificación abierta y solo para el sexo masculino; ahora está regulado para 24 equipos del sexo masculino y 16 del femenino. La reglamentación en los comienzos era muy elemental, al tomar el de rugby 15 solo con la regulación de tiempo y cantidad de jugadores. Pero después cambió cuando se oficializa el rugby siete en la International Rugby Board. A partir de la creación de los distintos torneos internacionales, se popularizó más esta modalidad y surgieron cambios y variaciones en el reglamento con el fin de particularizar y dinamizar este juego, además de implementaciones que garanticen y protejan la seguridad de los jugadores.

De acuerdo con el impacto que representan los avances tecnológicos en este deporte, en sus comienzos prácticamente no existía nada, ya que el vestuario era muy rústico, característico de la

época. La utilización tecnológica del rugby ha evolucionado porque es uno de los pioneros en utilizar las innovaciones tecnológicas para que existiera mayor justeza durante las acciones, así como para la protección de los jugadores, tanto en el vestuario, como en las características del terreno.

Las trasformaciones son perceptibles, ya que, en vez de ganar en espectacularidad, los aficionados demandan cada vez más la influencia del uso de la tecnología. Además, que Rugby Unión ha lanzado una campaña para el 2020 de nuevos implementos tecnológicos que permiten detectar contusiones en los jugadores durante los partidos en directo; la utilización del video réferi, y el equipamiento de seguridad y protección revela el creciente aumento en la utilización de las innovaciones tecnológicas. Ver tablas 1 y 2.



**Tabla 1**

*Comparación del estado inicial y el estado actual de los indicadores y la mención de las predicciones*

<b>Indicadores</b>	<b>Estado inicial</b>	<b>Estado actual</b>	<b>Predicciones</b>
Duración real y total de las presentaciones	7 min	<i>Tiempo real:</i> 2 tiempos 7 min. Descanso 2 min	Aumento del tiempo total por encima de los 10 min
Tiempo reglamentario entre presentación y presentación	Variaba por la cantidad de equipos	15 min	Disminuirá a 10 min para favorecer la mayor cantidad de partidos
Cantidad de presentaciones para estar entre los primeros	En dependencia de la cantidad de equipos presentados	5 a 6 presentaciones	Aumentará para el género femenino
Duración aproximada de la competencia	1 día	2 días	Mantenerse
Limitaciones espaciales o temporales	Reglamentadas del rugby tradicional y sus características (acciones monótonas y duración ilimitada)	Juego más dinámico	Mantenerse
Criterio de efectividad de las acciones	Realización	Realización	Mantenerse
Clasificación de las acciones	Acíclicas variadas o poliestructuradas y ofensivas o defensivas	Acíclicas variadas o poliestructuradas y ofensivas o defensivas Acciones simples o complejas	Mantenerse
Estructura funcional de las acciones	Cintura escapular, miembros superiores, tronco, cintura pélvica y miembros inferiores	Cintura escapular, miembros superiores, tronco, cintura pélvica y miembros inferiores	Mantenerse
Tipo de estímulo predominante	Visuales y propioceptivos	Visuales y propioceptivos	Mantenerse
Densidad de las cargas que representa el ejercicio competitivo	Sin aprovechamiento del espacio, con incidencia en la ejecución de pocos pases, bastantes pateos y predominio de las fases estáticas	<i>Promedio por partidos:</i> Pases: 42. Pateos:4. <i>Tackles:</i> 21. <i>Ruck:</i> 22. <i>Moul:</i> 2. <i>Line Up:</i> 5. <i>Scrum:</i> 6	Disminuir fases estáticas. Aumentar acciones ofensivas individuales, pases y pateos. Limitación de las peligrosas dentro de las fases estáticas, sobre todo en el <i>scrum</i>
Carácter de los esfuerzos	Fuertes y resistidos	Rápidos y explosivos	Mixto con énfasis en el trabajo de las carreras

Fuente: Elaboración propia

**Tabla 2**

*Factores externos que caracterizan la actividad competitiva*

<b>Indicadores</b>	<b>Estado inicial</b>	<b>Estado actual</b>	<b>Predicciones</b>
Sistema de clasificación	Cantidad de equipos participantes	Por zonas, por cada zona geografía Para el mundial M: 24 equipos F: 16 equipos	Aumentar cantidad de equipos en el género femenino, al menos a la cifra de 20 por eventos y potenciar regiones con poco desarrollo, Centroamérica, el Caribe y África
La reglamentación	Básica	Distintos cambios fundamentales desde el 2010 hasta el 2017	Aumento en las regulaciones que controlan la seguridad de los jugadores
Las innovaciones tecnológicas	No había, se usaba la vestimenta típica de la época	Tecnología (TMO, sistema de cámara, GPS, cámara réferi, terreno sintético, vestuario: t-short, tacos con tapón en la punta)	Aumento significativo en busca de la espectacularidad y la utilidad dentro de las acciones peligrosas durante el juego

Fuente: Elaboración propia

**Conclusiones**

Se estudiaron las tendencias de la actividad competitiva según las transformaciones de sus características durante la 3.<sup>a</sup>, 4.<sup>a</sup> y 5.<sup>a</sup> etapas, determinadas en el desarrollo y evolución del rugby siete, así como el análisis del estado inicial y final de los 14 indicadores de referencia que permiten la caracterización del ejercicio competitivo, a través de la revisión de 6 documentos y 61 observaciones de video a los tres últimos mundiales de rugby siete.

Se infiere el aumento de las acciones ofensivas, como son los pases y los pateos los que se destacan notablemente, al contrario de las fases estáticas, sobre todo el *ruck*. Una de las fases de conquista que mayor regulación evidenció fue el *scrum*, para el cual se exigirá una especialización exquisita en su segura realización.

Dentro de las transformaciones se puede predecir el carácter mixto de la actividad enmarcada básicamente en la capacidad anaeróbica láctica y la potencia aeróbica. El aumento del

tiempo total establece de nuevo como capacidad física determinante la resistencia aerobia, pero de media duración, lo que permitirá a los entrenadores cubanos reajustar el proceso de preparación deportiva para el rugby siete con arreglos a las exigencias actuales de la actividad competitiva.

### Referencias bibliográficas

- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2019). *Periodization: theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
- Bompa, T. O., & Claro, F. (2015). *Periodization in Rugby* (reissue). Meyer and Meyer Sports.  
[https://books.google.com.ai/books?id=MISfBN1k6C4C&printsec=frontcover&source=gs\\_atb#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ai/books?id=MISfBN1k6C4C&printsec=frontcover&source=gs_atb#v=onepage&q&f=false)
- Copello, M. (2007). *Metodología del entrenamiento deportivo desde la perspectiva de los deportes de combate*. [No publicada].
- Frías, L. (2015). *Metodología para el perfeccionamiento del proceso de entrenamiento de la selección cubana de rugby* [Tesis de maestría]. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y del Deporte.
- Godet, M., Monti, R., Meunier, F., y Roubelat, F. (2000). *La caja de herramientas de la prospectiva estratégica* (4ª ed.). Gerpa con la colaboración de Electricité de France, Mission Prospective.  
<http://es.lapropective.fr/dyn/espagnol/bo-lips-esp.pdf>
- Gorduno, R. (2007). *Prospectiva para toda construcción de escenarios* (2.ª ed.). Universidad Autónoma de México.
- Herreros, C. (2018). *Predicción de las características de la actividad competitiva del Rugby en eventos de 1er nivel internacional, teniendo en cuenta los factores internos y externos que condicionan su desarrollo* [Tesis de maestría]. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y del Deporte.
- Tee, J. C., Ashford, M., & Piggott, D. (2018). A Tactical periodization approach for Rugby Union. *Strength and Conditioning J*, 40(5), 1-13.  
<https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000390>