



P.E. SANT JORDI

REGLAMENTO INTERNO

1.-PRESENTACIÓN

Nuestro Club de Fútbol debe de estar en constante evolución y por este motivo esta temporada nuestra intención es superar lo logrado en años anteriores y mejorar en todos los aspectos, tanto a nivel humano, como deportivo, como a nivel organizativo y de gestión.

Para ello este documento recoge de forma sistemática y concisa nuestras señas de identidad: objetivos, actitudes, valores y normas que queremos transmitir, características de nuestros equipos, metodología , planificación de la temporada, los criterios de evaluación , competencias y obligaciones de nuestro personal ,sanciones , el régimen disciplinario y nuestra filosofía de trabajo necesarios para desarrollar una actividad extraescolar tan popular en nuestra sociedad como el fútbol.

Queremos remarcar que la actividad que vamos a desarrollar pretende ser una continuación del deporte educativo que se enseña en el marco escolar a nivel de primaria y secundaria y que nuestro principal objetivo es la formación integral de los chicos utilizando un deporte colectivo como medio para conseguirlo.

Este proceso implica a toda la comunidad deportiva de nuestro Club: directivos, socios, jugadores, entrenadores y padres.

2. PORQUÉ ELEGIMOS FÚTBOL?

- Es un deporte muy practicado por los chicos, natural, motivante, y fácil de aprender.
- Es dinámico y entretenido: favorece el desarrollo de la condición física.
- Al ser un deporte colectivo favorece las relaciones sociales y desarrolla actitudes, valores y normas (respeto, cooperación, convivencia....).
- Es un deporte muy arraigado en nuestra sociedad-cultura.
- Gran facilidad de practicarlo en el entorno; accesibilidad a instalaciones, practica en horario extraescolar...
- Es un deporte que favorece la reunión con el grupo de amigos. Asociacionismo.
- Posibilidad de participar en competiciones.

La finalidad de nuestro planteamiento de nuestro club, es que los chicos disfruten jugando al fútbol y se eduquen al mismo tiempo, intentando mejorar siempre su nivel técnico-táctico.

3.-OBJETIVOS DE LA TEMPORADA PARA NUESTROS JUGADORES.

- Conocer los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol a nivel básico.
- Participar en el juego de forma activa, resolviendo las situaciones ofensivas y defensivas, con un grado de ejecución mínimo y atendiendo a la reglamentación básica.

- Participar en las competiciones de una manera educativa.
- Potenciar la autonomía del jugador a la hora de realizar actividades relacionadas con este deporte colectivo (calentamientos generales y específicos, ejercicios de técnica, comprensión de aspectos tácticos como sistemas de juego, entrenamiento individual, estrategias...).
- Practicar el fútbol en los momentos de ocio.
- Disfrutar con la práctica del fútbol (saber ganar y perder).
- Aceptar las propias posibilidades y las de los compañeros.
- Mostrar una actitud de tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda de eficacia y rendimiento .Respeto por los compañeros, los adversarios y las normas.

4.-ACTITUDES, VALORES Y NORMAS QUE QUEREMOS TRANSMITIR A NUESTROS JUGADORES.

ACTITUDES

- Disfrute del aspecto lúdico del deporte.
- Creación de un clima de convivencia, integración y comprensión.
- Formación en hábitos de práctica deportiva para ocupar el tiempo libre.
- Valoración de la práctica deportiva como fuente de salud, recreación y felicidad.
- Aceptación de las reglas del juego.
- Relativización de la importancia del resultado. La victoria y la derrota hay que atribuirlos al esfuerzo personal y colectivo.
- Comprensión ante las equivocaciones del árbitro, compañeros o entrenador.
- Rechazo ante burlas, discriminaciones y ridiculizaciones por sexo, nivel u otras circunstancias.

VALORES

- Deportividad, nobleza, constancia, espíritu de lucha, sacrificio, cooperación, colaboración, participación, compañerismo, respeto, tolerancia, comprensión, aceptación.

NORMAS

- Corrección de la utilización del material e instalaciones.
- Consolidación de hábitos higiénicos (duchas, nutrición...).
- Utilizar la correcta vestimenta para la práctica deportiva.

-Llegar con puntualidad a competiciones y entrenamientos.

-Realizar la practica deportiva con seguridad evitando lesiones más y del compañero.

-Normas para la eliminación de actitudes negativas durante el juego y fuera de él.

5.-METODOLOGÍA.

La planificación de todos los equipos de la escuela esta basada en una METODOLOGIA GLOBAL donde el balón es el autentico protagonista de los entrenamientos

La única diferencia metodológica entre los equipos es la introducción en las categorías cadete y juvenil de un porcentaje de cargas físicas adecuadas a su edad y nivel. A partir del cadete se añadirá un trabajo físico específico centrado en la resistencia aeróbica (capacidad y potencia aeróbica), la anaeróbica, la fuerza explosiva y la fuerza resistencia, y la velocidad de reacción y cíclica dentro de una metodología global.

DESDE PREBENJAMINES - HASTA INFANTILES:

El entrenamiento estará formado por un 20% de cargas físicas, un 40% de componente técnico y un 40% de componente táctico aproximadamente.

CADETES Y JUVENILES:

En estos 2 equipos el porcentaje será el siguiente 35% condición física, un 30 % técnica, y un 35 % táctica.

La metodología global es la más indicada para la enseñanza de un deporte colectivo debido a que se desarrolla el deporte en un contexto real de juego(al contrario que la analítica).

La metodología analítica solo se utilizará en el caso que se observen dificultades técnicas en los jugadores.

6.-PLANIFICACIÓN DE LA TEMPORADA.

La planificación la dividiremos en pretemporada y tres trimestres:

- Pretemporada (Septiembre y mitad de octubre): Toma de contacto con el balón y el deporte (aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios).Acondicionamiento físico general mediante juegos, resistencia aeróbica y circuitos debido a las vacaciones de verano. Partidos amistosos.

1º Octubre a Diciembre: Inicio de las competiciones. Aumento progresivo de las cargas de trabajo.

2º Enero a Marzo: Aumento del volumen de entrenamientos a nivel físico, técnico y táctico. Trabajo centrado para conseguir el mayor rendimiento de los equipos en las competiciones del fin de semana.

3º Abril-mitad de Mayo; Continuación del trabajo del 2º trimestre disminuyendo un poco la intensidad de los entrenamientos. Se sigue la preparación de las competiciones hasta final de Mayo.

Desde Mayo a Junio se potenciarán las actividades de carácter lúdico y recreativo. Torneos de fin de temporada (Los que el club considere oportunos).

7.-EVALUACIÓN DEL PROCESO.

¿Se han cumplido los objetivos planificados al principio?

ALUMNO

- Evaluación continúa por parte de los entrenadores del alumnado.
- Contacto directo entre padres y entrenadores para la resolución de problemas.

8.-FUNCIONES Y OBLIGACIONES DEL PERSONAL DE LA PENYA ESPORTIVA SANT JORDI.

COORDINADOR DEPORTIVO

- Elaborar planning de la temporada
- Estructurar y dar forma al trabajo del club en todo lo deportivo.
- Elegir a los entrenadores de cada equipo.
- Suplir o hacer suplir a los entrenadores si hace falta.
- Supervisar y coordinar el trabajo de los entrenadores.
- Informar de los métodos de entrenamientos a los entrenadores.
- Realizar reuniones de carácter técnico con los entrenadores.
- Evaluar la marcha de los equipos junto a los entrenadores.
- Ver partidos de competición de cada equipo.
- Buscar la promoción de los jugadores más destacados del Club.
- Sancionar a entrenadores, jugadores, padres y delegados sino cumplen la normativa.

El coordinador deportivo goza de libertad de actuación y esta respaldado en sus decisiones por la Junta Directiva. Su principal misión es supervisar todo lo relacionado con el club.

ENTRENADORES

- Los entrenadores deberán estar en su hora en el entrenamiento, salvo fuerza mayor, previo aviso al Coordinador.

- Tendrán respeto y educación con los jugadores, exigiendo respeto también para él y haciendo cumplir las normas.
- Prepararán las sesiones con antelación.
- Llevarán un seguimiento exhaustivo de cada jugador (nivel técnico, comportamiento, lesiones....).
- Será responsabilidad suya el control y posterior devolución de todo el material deportivo empleado en los entrenamientos, guardandolos con orden en el sitio asignado.
- Controlará las duchas y vestuarios al finalizar el entrenamiento para ver que todo esta en orden.
- Deberá ser puntual en las citaciones..
- El comportamiento durante los partidos y entrenamientos ha de ser ejemplar.
- Será el máximo responsable de tomar las decisiones técnicas respecto las convocatorias, sanciones y minutos de juego en competiciones y entrenamientos. (Siempre bajo la supervisión del Coordinador del club).

DELEGADOS

Los delegados son los representantes validos y legales del club ante Federación, Colegio de árbitros y demás clubes, por tanto deberán:

- Dejar en buen lugar el nombre de nuestro Club en las competicionés.
- Tener siempre respeto por los rivales y ser un ejemplo para los jugadores.
- Cuidar y orientar a los jugadores.
- Presentar al árbitro todas las fichas en condiciones.
- Recoger las actas postpartido firmadas y revisadas, depositarias en las Oficinas del Club e informar al Coordinador del Club de las incidencias habidas.

PERSONAL DE MANTENIMIENTO DEL CAMPO

- Tener el campo y los vestuarios en perfectas condiciones en partidos y entrenamientos.
- Tener las equipaciones de los jugadores limpias y en perfecto estado antes de los partidos, así como el material de que disponga el club en todo momento.
- Tratar a los jugadores y a los entrenadores con respeto.
- Mantener el agua de las duchas siempre caliente.
- Limpiar el cuarto de material.

JUGADORES:

EN EL ENTRENAMIENTO.

- Asistir a todos los entrenamientos, aunque llueva, salvo que lo comunique expresamente la dirección deportiva, avisando con anterioridad de tu posible ausencia.
 - Llegar con la suficiente antelación al campo para empezar el entrenamiento a la hora indicada.
 - Respetar los vestuarios, así como el material deportivo.
 - Ducharse y asearse después de los entrenamientos.
 - No llevar al campo objetos de valor.
- *El club no se hace responsable de las sustracciones o pérdidas de objetos de valor en el campo de fútbol
- Cumplir las indicaciones de los técnicos.
 - Comportarse educadamente con el entrenador y los compañeros.
 - Firmar las citaciones el último entrenamiento de la semana, si las hubiese.

EN EL PARTIDO

- Llegar puntuales a la hora de la convocatoria.
- Haber desayunado o comido con suficiente antelación.
- Ir uniformados correctamente.
- Comportarse correctamente en el autobús, si lo hubiese.
- Respetar las instalaciones de los equipos contrarios.
- Avisar con antelación si se va a faltar a un partido.
- Ir siempre con el equipo superior en caso de que vaya convocado
- Comportarse educadamente con los contrarios y el árbitro.
- Acudir siempre a los torneos amistosos.
- Acatar las decisiones técnicas del entrenador.
- Animar a los compañeros.

EN LOS ESTUDIOS

- El jugador de nuestro Club debe concienciarse de que los estudios son lo más importante y esforzarse en el colegio para sacar buenas notas. Si los resultados son muy malos y la familia lo solicita, los jugadores podrán ser apartados de sus respectivos equipos hasta que mejoren académicamente
- El club se reserva la posibilidad de solicitar los boletines académicos de los alumnos si así lo considera pertinente (siempre bajo la aprobación de los padres).

El equipo deportivo de cada jugador constará de:

Entrenamientos

- Botas y zapatillas.
- Medias o calcetines.
- Pantalón largo en invierno y corto en verano.
- Camiseta fina manga corta, larga y sudadera.
- Chubasquero o chaqueta de chándal en invierno.

Partidos

- Chándal del club.
- Espinilleras. Botas. (la falta de cualquier material puede ser motivo para que el arbitro del partido impida que el jugador pueda formar parte del equipo.)
- Los anillos, pulseras, pendientes y medallas no se pueden llevar ni en partido ni en entrenamientos.

El material de higiene y aseo constará de:

- Toalla y zapatillas de baño.
- Champú, gel y peine.

9.-SANCIONES DICIPLINARIAS

Puntualidad

a) LLEGAR MAS DE 15 MINUTOS TARDE A LOS ENTRENAMIENTOS SIN JUSTIFICACIÓN:

NO ENTRENARA

b) LLEGAR TARDE MÁS DE 15MINUTOS A LA CONVOCATORIA:

NO JUGARA EL PARTIDO

Nota: A la hora fijada par el comienzo de la sesión de entrenamientos, todos deberán estar equipados, para evitar perdida de tiempo, que en cualquier caso sería recuperado a criterio del entrenador.

Deportividad

a) Por protestar o por cualquier otro motivo injustificado como discutir con un contrario o hacer observaciones al árbitro:

EL ENTRENADOR DEBERA SACAR INMEDIATAMENTE A ESE JUGADOR DEL CAMPO

b) Por agredir o intentar agredir sin causa justificada:

SANCION FEDERATIVA + 1 SEMANA SIN JUGAR.

c) Por doble tarjeta amarilla injustificada o expulsión directa injustificada:

SANCIÓN FEDERATIVA + 1 SEMANA SIN JUGAR.

Entrenamientos

a) Ser expulsado del entrenamiento por cualquier motivo justificado según el entrenador:

SE QUEDARA FUERA DE LA CONVOCATORIA TODA ESA SEMANA

b) Ausentarse durante el entrenamiento sin permiso del entrenador:

QUEDARA FUERA DE LA SESIÓN ESE DÍA.

c) Menospreciar al entrenador o a sus indicaciones:

SE QUEDARA FUERA DE LA CONVOCATORIA ESA SEMANA.

d) Cualquier tipo de agresión a un compañero en el campo o en vestuarios, ó una vez finalizado el mismo con algún jugador del equipo contrario.

2 PARTIDOS SIN JUGAR.

Citaciones

a) No firmar al leer la hoja de citación, si las hubiese:

SE QUEDARA FUERA DE LA CONVOCATORIA ESA SEMANA

b) No acudir por cualquier motivo sin avisar al entrenador con antelación:

SE QUEDARÁ UNA SEMANA SIN JUGAR.

c) Ser convocado con el equipo superior y negarse a ir o no aparecer el día de la convocatoria.

LO DECIDIRA EL COORDINADOR, TRAS UNA CHARLA CON EL JUGADOR, DONDE EXPONDRÁ LOS MOTIVOS DE SU NEGATIVA.

Desplazamientos

a) Comportarse mal en los desplazamientos y provocar algún desperfecto en otras instalaciones

SERÁ APARTADO DEL EQUIPO UNA SEMANA + PAGAR LOS DESPERFECTOS OCASIONADOS.

Uniformidad

a) No llevar la correcta equipación a los partidos o el mal cuidado de la misma:

NO JUGARA EL PARTIDO

Comportamiento

a) Maltratar o deteriorar intencionadamente material o instalaciones del Club.

PAGARA LOS DESPERFECTOS Y SE IRA A CASA UNA SEMANA

b) Hacer públicamente declaraciones contra compañeros, técnicos u otra persona

relacionada con el club:

SERÁ APARTADO DEL EQUIPO UNA SEMANA

c) Comportarse física o verbalmente o de forma grosera o violenta con compañeros, entrenadores o directivos:

SERÁ APARTADO DEL EQUIPO 15 DIAS.

d) Estando en representación del Club, comportarse de forma inadecuada, perjudicando el nombre del mismo:

SERÁ APARTADO DEL EQUIPO DOS SEMANAS SI EL ALUMNO ES REINCIDENTE EN SU CONDUCTA AL VOLVER A LA DISCIPLINA DE SU EQUIPO SERA EXPULSADO DEL CLUB.

Nota 1 : Todas las circunstancias no contempladas en este documento serán estudiadas y resueltas por el Coordinador del club y la Junta Directiva.

Nota 2: Estas normas son estrictamente necesarias para la correcta formación deportiva y educativa de nuestros jóvenes deportistas

10 NORMATIVA PARA PADRES. FILOSOFIA DE LA ESCUELA.

La Penya Esportiva Sant Jordi para evitar enfrentamientos y actitudes entre adultos, que desprestigian nuestro Club y crean mal ambiente durante la temporada informa a los padres de las siguientes cuestiones:

- Los padres nunca deberán dirigirse de malas maneras a entrenadores, Coordinador o jugadores para recriminarles o aconsejarles cuestiones técnicas o de comportamiento.

- Los entrenadores tendrán todo el poder en el apartado técnico y repartirán los minutos de juego entre los jugadores según el trabajo realizado durante los entrenamientos y su comportamiento.

- El estar inscrito en este Club no da derecho a ningún padre a exigir que su hijo/a juegue más o menos minutos. Esta es una decisión del entrenador.
- Ningún padre bajo ningún concepto podrá entrar a los vestuarios o cualquier otro lugar durante la competición o entrenamientos para dirigirse a los jugadores , esta es función exclusiva del entrenador.
- Ningún padre puede entrar al terreno de juego durante entrenamientos y partidos.
- Los padres no podrán dirigirse de malas maneras al personal del Club.
- Los padres cuando animen durante los partidos deberán ser un ejemplo para los jugadores, están prohibidos los insultos a los contrarios y a los árbitros.
- Todos los padres deben de acatar la normativa de este Club y cumplir todos los apartados de disciplina. Es muy importante que lean junto con sus hijos el reglamento antes firmarlo.
- Los padres deberán transmitir educadamente sus quejas al Coordinador, el cual estudiará el caso y buscará soluciones si fuesen necesarias. Si el caso es muy grave se rellenará una reclamación formal por escrito.
- El trabajo conjunto de los padres y de los monitores es vital para la educación de nuestros alumnos. El padre debe respaldar siempre al entrenador

FILOSOFIA DE LA PENYA ESPORTIVA SANT JORDI

Nuestra intención es que todos los jugadores jueguen -más o menos- los mismos minutos a lo largo de la temporada pero esto es imposible ya que no todos los jugadores tienen el mismo nivel. En nuestra metodología de trabajo sin la adquisición de unos mínimos (técnicos, tácticos y de condición física) es contraproducente para la dinámica de los equipos y para los propios jugadores que tengan muchos minutos de juego sin haber superado una fase de aprendizaje básica.

Es el entrenador el que analiza la evolución de cada jugador y dará a cada uno los minutos que el crea necesarios para su formación.

Sus decisiones están totalmente respaldadas por el Director de la Escuela y la Junta Directiva.

11. LA FORMALIZACION Y FIRMA DEL ANEXO SIGUIENTE POR PARTE DE LA PERSONA AUTORIZADA DA POR ASUMIDO ESTE REGLAMENTO.

