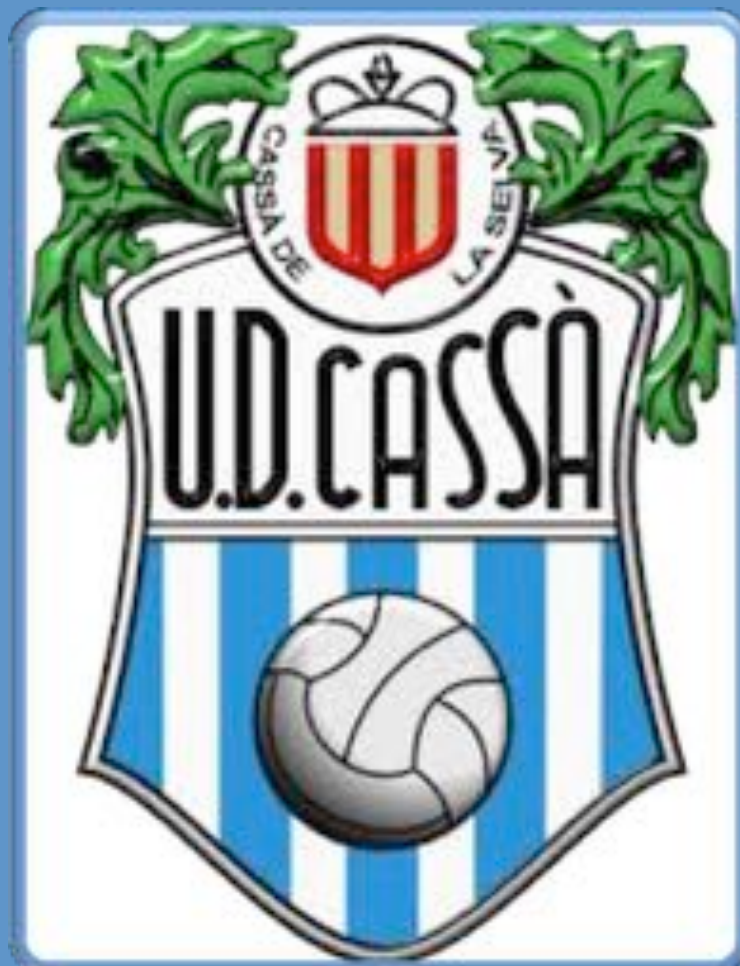


PROJECTE FORMATIU



UNIÓ DEPORTIVA CASSÀ

Índex

Projecte formatiu de club	3
Entitat esportiva	5
Descripció General	5
Junta	5
Àrea esportiva	6
Filosofia del club	8
Pares / Mares / Aficionats	10
Futbolistes	11
Codi intern	12
Coordinador Esportiu	17
Entrenadors	19

Projecte formatiu de club

Aquest document és una planificació de l'U.D. Cassà, una guia per a totes les persones involucrades en el projecte, on hi ha: la Junta, els socis, els entrenadors, els jugadors, els pares/mares i patrocinadors, així com qualsevol altra persona que es relacioni amb el club.

El que es vol aconseguir és oferir una guia pels entrenadors en les activitats esportives organitzades pel club (especialment entrenaments i partits) que els serveixi perquè els seus jugadors puguin aconseguir els majors i millors aprenentatges possibles. Aquest projecte va dirigit a tots els equips de la Unió Deportiva Cassà, amb especial èmfasi als equips de la base on la formació tant a nivell personal com de l'esportista és molt important. El futbol base està compost pel conjunt d'equips compresos des d'Escoleta fins a la categoria de Juvenil.

El projecte formatiu del club està dividit en tres grans blocs. Un primer bloc que es centra en l'estructura general del club. Un segon, dirigit als entrenadors. Finalment, al tercer bloc, la part esportiva per cada equip.

En el primer bloc s'explicaran tots els temes que fan referència a la situació que envolta al club. Un primer apartat és la **descripció del club** on s'especifica l'estructura de club amb els seus membres, càrrecs que ocupen, instal·lacions, equips, etc. Tot seguit, hi ha l'apartat **filosofia de club** on s'indica quina és la línia que pretén seguir al club, és a dir: els valors, el comportament, etc. A continuació, hi haurà el **codi ètic** que és el desglossament mitjançant una normativa dels valors que es volen implementar en el club. L'últim apartat, **l'estil de joc** que determina globalment la forma de jugar de tots els equips amb l'objectiu d'aconseguir que tots juguin d'una mateixa manera i es pugui identificar d'una forma clara en tots els equips.

El segon bloc es dedica als **entrenadors**. En aquest punt es donen un conjunt d'indicacions sobre el comportament i la imatge que ha de donar qualsevol persona del cos tècnic del club tant en els entrenaments com en els partits, a casa i a fora, així com en tots els esdeveniments de l'entitat.

L'últim bloc és la part esportiva. A l'apartat de **metodologia** es desglossa tota la informació, en forma de planificació, per cada equip de la U.D. Cassà. Es farà de la forma més detallada possible tots els objectius i continguts que es cregui adient que els jugadors han d'aprendre durant les diferents etapes de formació. La metodologia està dividida per cada equip en funció de l'etapa de formació on estigui, i a continuació cada categoria tindrà una introducció i dos grans apartats: objectius i continguts. En el primer apartat, referent als objectius, es determinaran dos subapartats: els objectius psicològics que estan basats en la filosofia del club i els objectius esportius relacionats amb l'estil de joc i la metodologia per cada categoria. L'últim apartat, referent als continguts, estarà compost per tres subapartats: els continguts tècnics, els continguts tàctics i els continguts físics.

Aquest document és una declaració d'intencions del projecte formatiu del club. L'objectiu principal és trobar un marc de convivència i aprenentatge per a tota la família de l'U.D. Cassà i per tant, susceptible de fer-hi modificacions d'acord amb les experiències de cadascú. En la part merament esportiva, el coordinador i entrenadors podran decidir adaptar les necessitats de cada equip i categoria per a la major progressió del grup.

Entitat esportiva

Descripció General

La **Unió Deportiva Cassà** és una entitat sense ànim de lucre on l'activitat principal de la qual és el futbol. La seva localització és a Cassà de la Selva, concretament a la Rambla Onze de Setembre s/n on hi ha l'entrada del recinte esportiu.

Com a club ha de ser una entitat organitzada de forma concisa i amb un organigrama clar i entenedor.

Junta

La Junta Directiva són les persones que encapçalen el projecte i les encarregades de dirigir de forma eficaç i eficient el club. És per això que ha d'existir un organigrama clar i entenedor.

La Junta gestiona les diferents vessants del club: l'àrea social, l'àrea econòmica i l'àrea esportiva, entre d'altres. S'encarrega de dirigir el club amb rigor, per promocionar l'entitat, buscar recursos econòmics, realitzar les Assemblees Generals. Ara bé, per tal de poder realitzar les seves tasques cal recordar que està sotmesa a uns Estatuts.

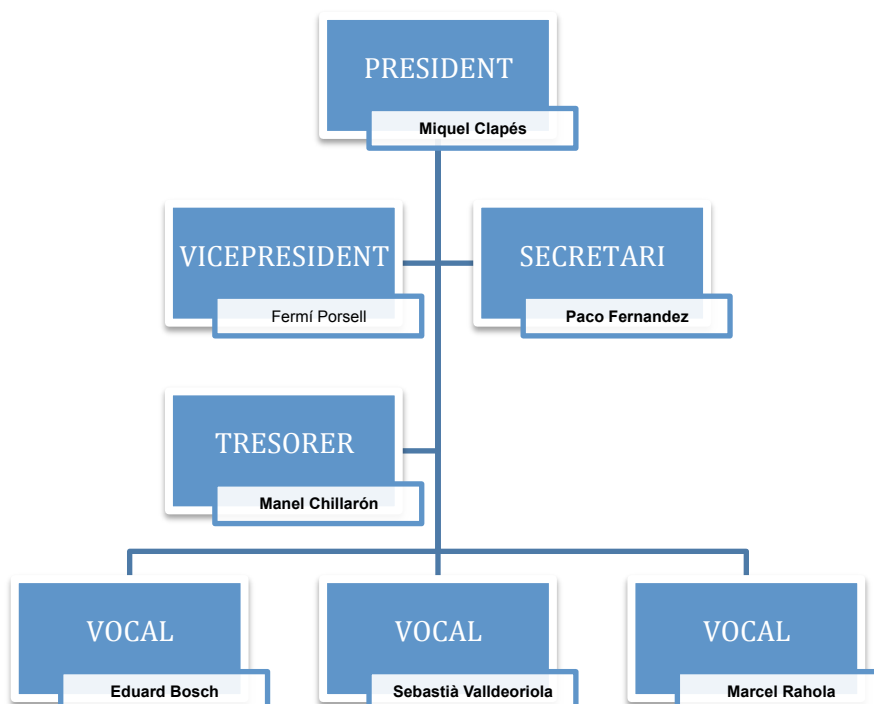
Un punt important és que el club treballi en la direcció adient per aconseguir un esport de qualitat i per això és necessari complir amb els estatuts i crear un clima de convivència dels esportistes adequat, ja que són la pedra angular de l'entitat.

La Junta Directiva és la responsable d'establir les directrius generals de la filosofia del club. És important que reculli i concreti tota la informació en un document del projecte que es vol dur a terme, així com que cada persona pugui identificar el seu rol en el club.

L'objectiu de la Junta és aconseguir que tots els nens/es del poble i rodalies pugui practicar un esport com és el futbol i amb consonància aprenguin el màxim, així com obtenir el major rendiment dins les capacitats de cada jugador/a.

Per últim, la Junta creu convenient l'aplicació d'un Codi Intern per definir totes les situacions que puguin sorgir en el club. La Unió Deportiva Cassà disposa del seu propi Codi Intern.

A continuació es detallarà l'actual organigrama de la Junta Directiva de la U.D. Cassà. El president de la Unió Deportiva Cassà és el Sr. Miquel Clapés que forma part d'una Junta composta per vuit membres més. També formen part de la Junta els senyors Paco Fernández, Manel Chillarón, Fermí Porsell, Eduard Bosch, Sebastià Valldeoriola i Marcel Rahola. L'organigrama és:



Àrea esportiva

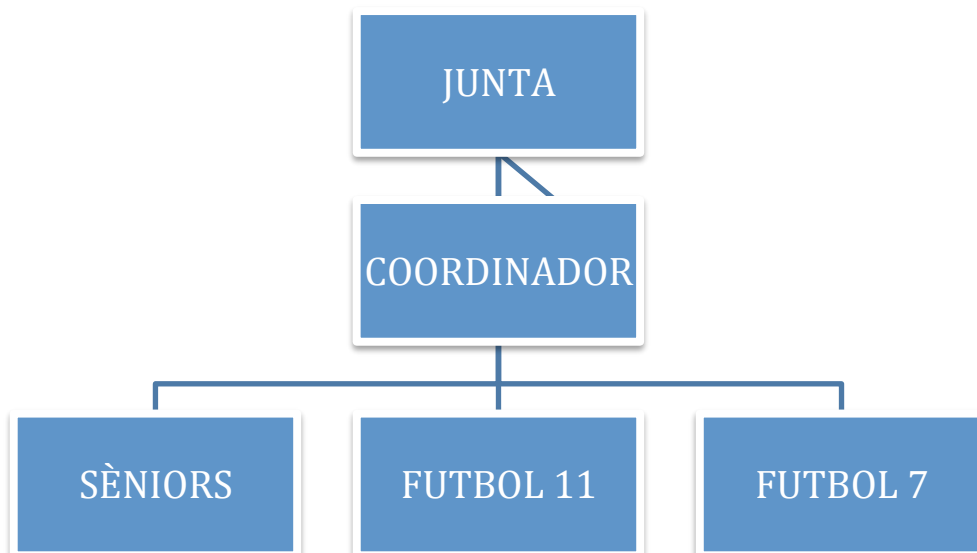
L'àrea esportiva està estructurada a partir d'un Coordinador General: Gerard Arderiu Burcet; que s'encarrega de la direcció esportiva de tots els equips que formen el club, des de l'Escoleta fins als Sèniors.

La seva feina és marcar un estil i objectius de club que siguin comuns per tots els equips, planificar equips i cos tècnic, solucionar problemes d'horaris, resoldre situacions internes o externes dels equips, etc.

Els entrenadors són la part essencial. Cada equip tindrà dos entrenadors, un primer entrenador i un ajudant. A més, si l'equip ho creu convenient hi pot haver un delegat d'equip. El club comptarà amb un total de 20 equips, 2 dels quals són Sèniors; en total hi haurà 40 entrenadors.

Els entrenadors han d'assistir als entrenaments i partits de l'equip, així com planificar-se la temporada i seguir la programació de l'equip. A més, han d'estar predisposats a col·laborar i a ajudar en les activitats que realitza el club. Finalment, dir que l'actitud ha de ser exemplar, sobretot en aquelles situacions on hi ha nens a davant, ja que pels nens són "persones a seguir".

L'organigrama és:



Filosofia del club

El club pretén tenir uns principis i valors que serveixin de referència per tots: jugadors, entrenadors, la Junta, els pares/mares i totes les persones que col·laborin en el club, fent que aquest projecte sigui una realitat.

La U.D. Cassà és una entitat esportiva al **servei del poble**; per la qual cosa hi ha d'haver compromís a nivell esportiu i social. **L'objectiu del club és formar persones i esportistes.**

El club té com a **pedra angular** que els nens i nenes **es diverteixin jugant**, el futbol és un esport i una competició, però per sobre de tot juguem per divertir-nos.

La U.D. Cassà la formen en la seva majoria nens i nenes del poble, però pot venir qualsevol nen o nena que vulgui practicar esport, en aquest cas futbol. **Condicció indispensable** és que **qualsevol nen o nena** del poble que **vulgui jugar a futbol** ha de tenir **dret a fer-ho**.

Pels **entrenadors** es segueix el mateix principi, és a dir, **s'ha d'intentar tenir entrenadors de la casa**, que coneguin la filosofia i l'estil de joc del club i que estiguin implicats en el projecte. És per això, que se'ls ha de donar les màximes facilitats perquè es puguin formar com a entrenadors.

D'igual forma s'ha de crear **un sentiment d'equip** per sobre de qualsevol individualitat; els nostres jugadors han de comprendre que l'equip està per sobre de qualsevol individualitat. L'equip s'ha de **recolzar** en tot moment, tant en els bons moments com en els no tan bons; tant si es participa de forma activa com si es fa de forma passiva degut a les lesions, malalties, etc.

Està sota la nostra responsabilitat **involucrar els valors** esportius a totes les persones relacionades amb el club. Tenir **respecte** amb els rivals, jugadors/es del nostre club, entrenadors, àrbitres, pares i mares, conserges, membres de la Junta, etc., **humilitat, esforç i treball** en tot el que fem, **solidaritat** amb els companys i/o rivals, **ambició i autosuperació** per voler ser millors persones i millors jugadors cada dia, **joc net** perquè sempre jugarem seguint les normes de joc i intentant ser millors que els nostres rivals i,

finalment, **acceptació del resultat**, tant la derrota, com l'empat o la victòria en les que hem de tenir un comportament exemplar en tots els sentits.

A part dels valors com a persones, hem d'ensenyar hàbits a tots els jugadors del nostre club, així com als nostres entrenadors; **hàbits saludables** (menjar de forma saludable, els estiraments, recuperar-se de les lesions adequadament, ajudar a conscienciar dels efectes nocius del tabac, l'alcohol, etc.), **hàbits higiènics** (dutxar-se després dels entrenaments i partits, fer-se la bossa), **hàbits d'horaris** (no arribar tard als entrenaments, partits i/o esdeveniments del club) i, per últim, **hàbits de comportament**.

Pares / Mares / Aficionats

La Junta Directiva té la feina d'aconseguir la màxima integració de tots/es les persones que formin el club (pares, mares, aficionats...). És per això que s'han de promoure tot un conjunt d'activitats per tal de fomentar la participació entre la massa social del club.

Les activitats són de tot tipus i emmarcades en un context del club. Hi ha activitats generals com la Quina o el Dinar de Final de Temporada i d'altres més concretes com les xerrades sobre alimentació, lesions, higiene, psicologia, etc.

S'han de generar nous projectes, no marcar cap límit, que faci que el club sigui una simple activitat extra-escolar on els pares i mares portin els seus nens/es perquè practiquin una estona futbol.

Realitzar totes aquestes activitats ha de permetre fer un pas endavant en referència a la sensibilitat dels pares, mares i aficionats cap al club, així com aconseguir un sentit de pertinença a favor de l'entitat. Això farà que en funció de la seva participació sigui més acollidor o no, més agradable o no i fins i tot millori la qualitat del club a nivell general.

Futbolistes

En un club esportiu les persones més importants no són ni la Junta Directiva ni els socis ni els entrenadors, sinó que ho són els esportistes, en el nostre cas futbolistes.

Són la part central de l'organigrama i, per tant, les accions que es realitzin han d'anar encaminades a ells. És molt important que la Junta Directiva, el coordinador i els entrenadors coneguin a la major part de futbolistes, així com ells coneguin la majoria de responsables del club. Ha de ser una relació recíproca amb la qual les dues parts en surtin beneficiades.

Els més petits de la casa s'han d'emmirallar amb els més grans (Sèniors, Juvenils...). En definitiva, s'ha d'aconseguir que tots es sentin part del club, que puguin compartir espai i estones amb tots els membres del club, sigui quina sigui la posició que s'ocupi dins el club. No hi ha diferències piramidals ni de cap tipus, ja que tothom és igual d'important en el moment en què s'entra a formar part de l'entitat.

Codi intern

El club es compromet a fomentar els següents valors esportius:

- a. **El respecte per tots.**
- b. **L'esforç i el treball en equip.**
- c. **El joc net i l'acceptació de les normes que regeixen la pràctica esportiva.**

NORMATIVA INTERNA

A/ GENERAL

1. El Club respondrà de tots els equips davant qualsevol organisme, doncs són part del Club.
2. Tot jugador del Club ha de tenir un conjunt de roba obligatori que consta de samarreta, pantalons i mitjons oficials de competició. També és obligatori el xandall de l'entitat que hauran de portar en tots els partits, tant a casa com a fora (es proporcionarà en el moment de pagar la inscripció).
3. Es recomana comprar la roba d'entrenament del club o portar roba de colors similars a la d'entrenament.
4. Tots els jugadors hauran de pagar les quotes que té estipulades el club per poder continuar amb els drets de jugador del Club (assistir a entrenaments, partits, utilització de material...)
 - a) En cas que la quota sigui impagada, la fitxa federativa podrà ser retirada, el jugador podrà assistir als entrenaments però no als partits fins que s'hagi liquidat la mateixa. Passades dues setmanes, si no es troba cap solució el jugador ja no podrà assistir als entrenaments ni partits fins que es pagui el deute.

- b) El club cobrarà una comissió per despeses bancàries, pels rebuts que siguin tornats, sempre que no sigui una errada del club o de l'entitat bancària.
 - c) No es donarà la baixa a cap jugador que tingui un deute pendent amb el club.
5. Tots els jugadors/es estan a disposició de la coordinació esportiva per jugar a l'equip que els tècnics i el coordinador estimin oportú, en funció de les necessitats dels diferents equips, sempre considerant el millor per l'esportista i pel Club, i es podrà canviar d'equip durant la temporada les vegades que s'estimin necessàries.
6. Tots els jugadors estan obligats a assistir a tots els entrenaments i partits sempre i quan no tinguin una causa justificada per no fer-ho que hauran de comunicar al seu entrenador o al coordinador amb la màxima antelació possible.
7. L'entrenador té la potestat de fer jugar als jugadors que cregui convenient, tenint en compte que en els equips de futbol base han de poder jugar tots els jugadors.
- Si bé la Federació obliga a jugar un mínim d'un quart als jugadors de Futbol-7, el club obligarà als entrenadors a que tot jugador de futbol-7 jugui un mínim de dos quarts.
- En els altres quarts restants, l'entrenador/a decidirà quins jugadors/es han d'actuar, sempre segons el seu criteri.
- Això serà sempre i quan no hi hagi algun problema extern que així ho contradigui (arribar tard a la convocatòria, faltes injustificades i/o mal comportament del jugador/a.).
8. El no compliment d'aquestes normes poden derivar en la retenció per part de la Junta Directiva de la fitxa federativa de qualsevol jugador o entrenador, o la seva expulsió del Club, segons estipula el règim de sancions de l'apartat següent.

B/ RÈGIM DE SANCIONS

Faltes lleus

1/ Faltes puntuals als entrenaments o als partits, així com faltes lleus de comportament , com poden ser:

- Desconsideració puntual a companys, entrenador/a, delegat, aficionats, àrbitres , equips contraris.
- No respectar puntualment el material del Club, vestidors i altres instal·lacions de casa o fora.
- L'actitud passiva en relació amb la seva participació en partits i/o entrenaments.

Aquestes faltes lleus el Club les atindrà individualment, actuant en cada cas concret mitjançant amonestació per escrit, de la que es conservarà constància i que serà comunicada als pares.

També es podrà parlar directament amb el jugador/a, el pare/mare en una reunió conjunta amb la coordinació esportiva i un membre de la junta.

Dues faltes lleus es consideren una falta greu.

Faltes greus

1/ Faltes reiterades als entrenaments o partits així com faltes greus de comportament com poden ser:

- Desconsideració reiterada a companys, entrenador/a, delegats, aficionats, àrbitres, equips contraris.
- No respectar reiteradament material del Club, vestidors i altres instal·lacions de casa o fora.
- Sostracció de pertinències d'altres companys.
- La reiterada i sistemàtica comissió de faltes lleus en una mateixa temporada esportiva.

Aquestes faltes greus tindran una sanció d'advertiment per escrit, en el cas de contínues faltes injustificades d'assistència i altres faltes greus, en el qual s'inclourà un informe detallat del tècnic corresponent i del Coordinador Esportiu sobre l'esmentada actitud.

En el cas de jugadors/es, des de la retenció de la fitxa poden passar entre 1 i 6 mesos fins a l'expulsió del Club. La Junta Directiva, juntament amb la Coordinació podrà acordar la readmissió del jugador/a, sempre i quan es demostrï amb fets la rectificació i canvi d'actitud d'aquest/a.

C/ VESTIDORS

1). Cal tenir actitud correcta mentre s'espera l'arribada dels entrenadors/monitors. No fer enrenou ni cops a les portes ni les parets.

2). És obligatori dutxar-se en finalitzar els entrenaments i/o els partits. Es considera obligació a partir de la categoria benjamí si bé es recomana que les categories escoleta i prebenjamí també ho facin.

Cada nen haurà de portar els estris necessaris per la dutxa (xanquetes, pinta, sabó, tovallola...)

3). A les categories escoleta i prebenjamí es permet l'entrada d'un/a pare/mare per ajudar els nens.

4). És obligatori que un responsable de l'equip (entrenador, segon entrenador o delegat) controlï l'interior del vestidor fins que marxi l'últim nen, per tal d'evitar conflictes i altres incidents que poguessin ocórrer.

D/ PARES/MARES/ACOMPANYANTS

1). Es demana abstenir-se de fer comentaris tècnics als jugadors, insults o actuacions desagradables envers els jugadors, arbitres, companys i/o altres pares/mares dels nens/es tant als partits com als entrenaments. Sí que es demana que s'animi tant com es pugui.

2). Abstenir-se de donar correccions als fills. Ja hi ha un/a entrenador/a.

3). Posar-se en contacte immediatament amb el Coordinador en cas que el vostre fill/a tingui qualsevol problema esportiu, per tal de mirar de solucionar-lo el més aviat possible.

4). Els pares/mares/acompanyants que no tinguin un comportament adequat amb els objectius educatius que vol impulsar el Club, seran advertits per la Junta Directiva, reservant-se, aquesta, el dret de poder donar de baixa el citat pare/mare com a soci/a o prohibir l'accés al recinte esportiu.

Coordinador Esportiu

El coordinador és el responsable de desenvolupar les idees que la Junta aprova per al club. També d'aplicar el projecte esportiu per tal d'aconseguir que tots els entrenadors/es i jugadors/es vagin en la mateixa direcció.

La seva feina és elaborar un document per fixar tots els objectius que s'han d'assolir, tant futbolístics com humans. En aquest document hi ha la informació general i la part de la metodologia està desenvolupada per cada etapa formativa. A part d'establir la metodologia de treball dels entrenadors, també indica els criteris d'avaluació que permetin valorar el procés d'aprenentatge dels equips, entrenadors/es i jugadors/es.

El coordinador ha de ser una persona que sàpiga mirar més enllà del resultat d'un partit de Lliga de cada cap de setmana. Ha de tenir la capacitat d'observar la globalitat del club i dels aprenentatges dels jugadors/es, així com els entrenadors/es. La seva visió no s'ha de quedar simplement amb l'automatització dels gestos tècnic-tàctics, sinó que s'ha de saber gestionar la capacitat de creixement de cada jugador/a perquè cada any faci un pas com a persona i un altre com a esportista.

Finalment, com a responsable esportiu ha de sentir i palpar la tranquil·litat d'una Junta Directiva que sap que per créixer és necessari un treball diari, entrenament a entrenament, i no esperar resultats avui per demà.

Com els entrenadors, el coordinador ha de vigilar i cuidar molt la seva imatge, ja que qualsevol error pot suposar pèrdua de credibilitat davant dels jugadors i pares/mares de l'equip. Hi ha quatre punts bàsics:

1. Si voleu que els vostres jugadors us respectin, primer heu de respectar vosaltres els jugadors.
2. En tot moment recolzar els jugadors i confiar-hi totalment, ja que us permetrà treure el màxim rendiment de cada jugador.
3. No perquè es cridi més, el jugador farà més cas i aprendrà més.
4. En el moment d'explicar un concepte i/o corregir una situació que s'ha fet malament és important justificar-ho amb arguments prou

sòlids, que us permetin guanyar-vos la confiança dels vostres jugadors.

Entrenadors

Es pretén donar un seguit de pautes bàsiques als entrenadors i entrenadores en quant al seu funcionament enfront de l'equip, i també a l'equip, com ara normes d'actitud o de comportament, etc.

Els entrenadors i entrenadores han de tenir molt clar, primer de tot, que representen el club i per tant han el seu comportament ha de ser exemplar. En segon lloc, que són completament els responsables del seu equip, del seu rendiment, però sobretot del seu aprenentatge i comportament; això significa que són un exemple per tots els seus jugadors. I, en tercer lloc, des del club es pretén que la implicació dels entrenadors sigui total, no només venir, entrenar i marxar, sinó que en els esdeveniments organitzats pel club hi hagi una participació dels entrenadors, o bé engrescant els jugadors a participar-hi o bé a l'hora d'organitzar-ho i muntar-ho.

L'entrenador o entrenadora ha de vigilar i cuidar molt la seva imatge, ja que qualsevol error pot suposar pèrdua de credibilitat davant dels jugadors i pares/mares de l'equip. Hi ha quatre punts bàsics:

1. Si voleu que els vostres jugadors us respectin, primer heu de respectar vosaltres els jugadors.
2. En tot moment recolzar els jugadors i confiar-hi totalment, ja que us permetrà treure el màxim rendiment de cada jugador.
3. No perquè es cridi més, el jugador farà més cas i aprendrà més.
4. En el moment d'explicar un concepte i/o corregir una situació que s'ha fet malament és important justificar-ho amb arguments per sòlids, que us permetin guanyar-vos la confiança dels vostres jugadors.

A part, per mantenir una bona imatge davant de l'equip i el club, seria bo seguir les recomanacions següents:

- No faltar als entrenaments, si no és per un motiu justificat. Els estudis ho poden ser, però és bo planificar-se la temporada i

organitzar-se de forma adequada. Quan no s'hi pugui assistir cal avisar el coordinador.

- No arribar tard als entrenaments, s'ha de començar puntual. Per tant, és bo arribar 10-15 minuts abans del començament de l'entrenament.
- Preparar-se l'entrenament de forma adequada. No anar a l'entrenament sense haver-ho fet, només de cap o 5 minuts abans de començar l'entrenament, ja que això denota manca de preparació i planificació. Com a conseqüència, els entrenadors no rendeixen tan.
- L'entrenador no arriba, fa l'entrenament i marxa. Per tant, tota l'estona que l'equip estigui a les dutxes és responsabilitat seva. En aquest sentit, en els equips d'Escola almenys un entrenador s'ha d'esperar fins que tots els nens hagin sigut recollits pels seus pares/mares.
És recomanable donar un temps per dutxar-se.
- S'ha d'anar vestit de forma adequada per l'activitat física que es durà a terme.
- En els partits és obligatori portar el Xandall i Polo Oficials del Club.
- No asseure's, no tenir les mans a la butxaca, recolzar-se a alguna part del camp. Aquest tipus d'actituds són les que es volen evitar amb els jugadors.
- No utilitzar el mòbil durant l'entrenament. Per controlar el temps és bo portar un cronòmetre o rellotge.
- Treure i recollir el material que es fa servir durant l'entrenament per evitar perdre'l o que es faci malbé. Es pot fer una rotació amb els jugadors de l'equip. El material és de tots els equips del club; per tant, és responsabilitat de tots.

Per als partits que es vulguin canviar de dia o d'hora **cal avisar amb 2 setmanes d'antelació**. Si per tema de partits s'ha de fer un canvi d'horari o de dia per part del club, s'avisarà amb la major antelació possible. La forma per poder realitzar els canvis és la següent:

- Canvi de partit sol·licitat per un equip del club:



- Canvi de partit sol·licitat per un equip de fora:

