

# SPORTING

## SEIS DE DICIEMBRE

### TEMPORADA 2003-2004

### NORMAS GENERALES

Estimados Padres/Madres y niños, en este comienzo de la nueva temporada 2003-2004, deseamos que disfrutéis lo más posible de este nuevo curso futbolístico, esperando, como ya habéis demostrado anteriormente, vuestra máxima colaboración para que entre todos se puedan conseguir los objetivos de formación humana y deportiva para los niños. Siguen a continuación una serie de normas generales de funcionamiento del club.

## Entrenamientos

Los horarios de entrenamiento serán los siguientes:

EQUIPO	LUGAR	DIAS	HORARIO
BENJAMIN "A"	NAVARRA-I	LUNES-MIERCOLES	17:15-18:15
BENJAMIN "B"	NAVARRA-I	LUNES-MIERCOLES	17:15-18:15
ALEVIN "A"	NAVARRA-I	LUNES-MIERCOLES	18:15-19:15
ALEVIN "B"	NAVARRA-I	LUNES-MIERCOLES	18:15-19:15
INFANTIL	NAVARRA-I	LUNES-MIERCOLES	19:15-20:30

- Se ruega la máxima puntualidad para que cada equipo pueda iniciar el entrenamiento de forma conjunta.
- Los entrenamientos sólo serán suspendidos bajo condiciones meteorológicas muy adversas, y a criterio del entrenador y del delegado del equipo.

## Competición

- La competición, organizada por la Federación Madrileña de Fútbol, se desarrolla los sábados por la mañana. A cada niño se le entregará un calendario completo con todos los partidos de la temporada.
- La hora de citación para cada partido la establecerá el entrenador en el último entrenamiento antes del partido (normalmente, el entrenamiento del Miércoles). Se ruega puntualidad en las horas de citación.

## Equipación

- La equipación que el club proporciona a los niños consiste en camiseta, pantalón y medias. El objetivo del club es que la equipación dure dos temporadas. Por tanto, al final de la temporada 2003-2004, dicha equipación se recogerá para su revisión y mantenimiento. Al final de la segunda temporada, la equipación se entregará a los niños.
- Se aconseja acostumbrar al niño a que se preocupe del mantenimiento de sus equipaciones y material deportivo.
- Se aconseja marcar la equipación con el nombre del jugador para evitar confusiones.

## Cuotas

- La cuota mensual a pagar por los padres es de 13 euros. Se pide que en la medida de lo posible, dicho importe se abone en la cuenta que el club tiene abierta en la Caixa, con número de cuenta:

**2100 4175 01 2200023838**

Las mensualidades se abonarán desde el mes de Septiembre hasta el mes de Mayo, ambos inclusive.

- Recordaros que es necesario también abonar una cuota de inscripción de 12 euros.

## Reuniones

- Se celebrarán al menos un par de reuniones con los padres, una al principio de la temporada y otra, después de Navidades. Las fechas se comunicarán oportunamente.

## Pautas de alimentación

- Se recomiendan las siguientes pautas de alimentación:
  - No comer inmediatamente antes de hacer cualquier actividad física (en nuestro caso, entrenamientos y partidos).
  - La comida anterior a una actividad física nunca debe ser copiosa.
  - El tiempo ideal entre comida e inicio de la actividad deportiva es aproximadamente de dos horas, tiempo que tarda el organismo en hacer la digestión.
  - Después del ejercicio, es recomendable que el niño se hidrate (con agua es suficiente), y recupere energías en forma de azúcares (frutas y frutos secos).

## Tramitación de licencias federativas

La documentación necesaria para tramitar las licencias federativas es la siguiente:

Jugador	Documentación necesaria
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuevo en el SPORTING</li> <li>• No jugó en otro club la temporada 2002/2003</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licencia federativa temporada 2003/2004</li> <li>• Ficha de reconocimiento médico</li> <li>• Tres fotografías</li> <li>• Original del Libro de Familia o DNI más dos fotocopias (de la hoja del niño si se presenta el libro de familia)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuevo en el SPORTING</li> <li>• Jugó en otro club la temporada 2002/2003</li> <li>• Reconocimiento médico caducado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licencia federativa temporada 2003/2004</li> <li>• Ficha de reconocimiento médico</li> <li>• Tres fotografías</li> <li>• Original del Libro de Familia o DNI más dos fotocopias (de la hoja del niño si se presenta el libro de familia)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuevo en el SPORTING</li> <li>• Jugó en otro club la temporada 2002/2003</li> <li>• Reconocimiento médico en vigor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licencia federativa temporada 2003/2004</li> <li>• Licencia federativa de la temporada 2002/2003</li> <li>• Dos fotografías</li> <li>• Original del Libro de Familia o DNI más dos fotocopias (de la hoja del niño si se presenta el libro de familia)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugó en el SPORTING la temporada 2002/2003</li> <li>• Permanece en la misma categoría</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel de Autorización renovación Categoría</li> <li>• Licencia federativa de la temporada 2002/2003</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugó en el SPORTING la temporada 2002/2003</li> <li>• Cambia de categoría</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Licencia federativa temporada 2003/2004</li> <li>• Licencia federativa de la temporada 2002/2003</li> <li>• Dos fotografías</li> <li>• Original del Libro de Familia o DNI más dos fotocopias (de la hoja del niño si se presenta el libro de familia)</li> </ul>

- El proceso para la tramitación de licencias consiste en lo siguiente:
  - Entrega a los padres/niños de la documentación necesaria.
  - La familia rellena los documentos. Por favor, rellenar con letra clara y de imprenta.
  - Los padres/niños devuelven los documentos rellenos más las fotos y otros documentos especificados en la tabla anterior.
    - Las fotografías deberán ser recientes y todas iguales, en ningún caso serán fotocopias ni impresiones en blanco y negro o color.
  - Para tramitar la licencia federativa es necesario el pasar un reconocimiento médico. Se fijará un día y una hora por la tarde para este reconocimiento, que se realiza en el Polideportivo Municipal de Alcobendas.

- **JUGADORES EXTRANJEROS:**

Para solicitar ante la Federación permiso para la inscripción de jugadores extranjeros, es imprescindible la presentación de los siguientes documentos, además de los del punto anterior:

- Escrito del Club interesado, solicitando autorización para poder inscribirse en un club de la Federación, haciendo constar en la misma nombre y apellidos del jugador así como su nacionalidad.
- Declaración jurada de no haber jugado nunca al fútbol en ningún club afiliado a FIFA (suministrada por el club)
- En caso de ser menor de edad, autorización paterna, firmada por el padre o madre (suministrada por el club)
- Partida de Nacimiento o Pasaporte (uno de los dos)
- Permiso de residencia para Extranjeros en vigor. De no estar en posesión del mismo por estar pendiente de entrega, éste podrá ser sustituido por certificado oficial expedido por la Comisaría que tramitó el citado permiso, donde figure aparte de sus datos personales la fecha exacta de la validez del mismo, o en su defecto fotocopia de haber presentado la solicitud, sellada por la comisaría o organismo competente.

## ALGUNAS NOTAS SOBRE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

"Una de las primeras cosas que aprendemos, y que todos hacemos con placer, es jugar. Con nuestros padres primero, más tarde con nuestros hermanos y amigos. Y así, con el juego, vamos creciendo y adquiriendo experiencias personales que nos marcan profundamente. El deporte es un juego, y sin dejar de ser divertido, nos enseña a vivir: nos marca reglas, formas de colaboración con los compañeros, estímulos, afectos... todo un mundo de sensaciones y sentimientos.

Mi consejo es que nunca dejéis de hacer deporte. Lo pasaréis bien y su práctica os ayudará a ser mejores, ayudando de esta forma también a la sociedad..."

**Su Majestad la Reina**

La práctica de una actividad deportiva en edades tempranas, infancia y edades previas a la adolescencia lleva consigo tener en cuenta una serie de consideraciones que permitan contribuir al desarrollo integral del joven.

En primer lugar, está suficientemente probado que el ejercicio regular y dinámico, como es el fútbol o cualquier otro deporte, sea individual o colectivo, proporciona grandes beneficios tanto para el cuerpo del joven como para su mente.

En general, las personas que hacen ejercicio se hacen más conscientes de su salud, de su peso y su estilo de vida, y menos propensos a padecer enfermedades. Beneficios adicionales son el mantenimiento de peso corporal deseable, retraso en aparición de la fatiga, y la mejora de la resistencia en general. Esto significa que quien realiza una actividad deportiva puede afrontar mejor las demandas que la vida diaria presenta. Hay beneficios psicológicos evidentes tras seguir programas de entrenamiento programados: Inicios de Depresión y Depresiones leves tienden a decrecer o desaparecer. Mejoras en la imagen personal, confianza en sí mismo, mejora de la autoestima son aportes evidentes sobre el joven y sobre las relaciones sociales. La práctica de un deporte colectivo favorece múltiples aspectos relacionados con la socialización del joven.

En la práctica de un deporte colectivo partimos de la idea de que el aspecto competitivo, sin dejar de prestar la atención que merece e importancia, sea secundario y sea el aspecto educativo / formativo el primordial. Objetivo del que debemos participar tanto padres y formadores. En este sentido observamos como el entrenador pasa a ser un formador donde la práctica deportiva es un pretexto para desarrollar tareas eminentemente formativas. Desde este punto de vista es necesaria la colaboración entre todos; sin la colaboración conjunta entre Junta Directiva, Padres y entrenador serán inútiles todos los esfuerzos.

Por tanto, entre todos: Padres, jóvenes, entrenadores, y Junta Directiva:

- Evitemos reproches, hostilidades, temores y miedos.
- Evitemos tener lástima, evitemos el temor al ridículo, evitemos sentir vergüenza

Favorezcamos y desarrollemos:

- La tolerancia, el elogio, el aprecio hacia sí y hacia los demás.
- La aceptación, la aprobación, el reconocimiento.
- La solidaridad, la honestidad, la seguridad en sí mismo.
- El afecto y la valoración sobre lo que hacen.

Como en cualquier actividad grupal han de plantearse unas normas de funcionamiento donde se concreten unos derechos y unos deberes de los niños:

## **DERECHOS**

A recibir un plan de entrenamiento adecuado y equilibrado para su edad donde aspectos como flexibilidad, fuerza, velocidad, resistencia y desarrollo motor en general, guarden un perfecto equilibrio.

Igualdad de oportunidades. Al entenderse dicha actividad deportiva como un aspecto eminentemente formativo, todos tienen el mismo derecho participar de dicha práctica no existiendo ningún tipo de discriminación en función de su capacidad o competencia.

A recibir un trato personal adecuado.

A una seguridad e higiene en el desarrollo de la práctica deportiva.

Al respeto a su integridad física y moral y su dignidad personal, no pudiendo ser objeto en ningún caso de tratos vejatorios o degradantes.

A participar (padres) en el funcionamiento, vida del club.

A recibir información sobre las normas y funcionamiento del club. Así como horarios y fechas de los eventos deportivos.

A recibir ayuda precisa, si fuera necesario, para compensar carencias de diversa índole.

## **DEBERES**

A acudir puntualmente y cumplir los horarios en los entrenamientos y convocatorias donde se solicite su presencia. En caso de no asistencia se comunicará previamente y con tiempo suficiente al delegado o entrenador del equipo.

Seguir las normas y orientaciones que dé el entrenador y mostrarle el debido respeto.

Respetar a sus compañeros.

## **El incumplimiento de las normas**

El incumplimiento de las normas habrá de ser valorado considerando la situación y las circunstancias personales del joven.

El incumplimiento de las normas generará una respuesta con carácter formativo y recuperador.

No podrán imponerse correcciones contrarias a la integridad física y a la dignidad de la persona del joven.

La corrección guardará una proporcionalidad con la conducta del joven.

Serán tenidas en cuenta siempre las circunstancias personales, familiares o sociales del joven. El reconocimiento espontáneo de comportamientos inadecuados y falta de intencionalidad serán siempre circunstancias paliativas.

La premeditación y la reiteración de comportamientos inadecuados se considerarán agravantes. En estos casos será la Junta Directiva quien intervenga, pudiéndose, en casos extremos, apartar al joven definitivamente de la disciplina del club.

## DECÁLOGO del deportista

- Se es Buen Deportista dentro y fuera del campo de juego.
- Para ser Buen Deportista hacen falta reflejos, agilidad, aguantar el cansancio, entrenarse y no perder el ánimo cuando se va perdiendo.
- Se siempre honesto.
- Da siempre lo mejor de ti mismo en la competición, aunque sientas que se te escapa la victoria.
- Mantente tranquilo durante la competición y no te dejes arrastrar hacia actos irreflexivos.
- Obedece al reglamento y al juez en cualquier circunstancia, y vive conforme a las reglas de la vida deportiva sana.
- Reconoce el valor de tu adversario y felicita al vencedor. No busques disculpas para tu derrota y no guardes rencor.
- Si vences, conserva la modestia y reconoce el esfuerzo del vencido.
- Para todos, incluidos los espectadores, concúctete de manera correcta en las relaciones con los jueces, las entidades deportivas y el público.
- No descuides tus estudios ni tus ocupaciones particulares, pues ello asegurará tu futuro social.
- No olvides que a medida que obtengas mejores resultados, mayores serán tus obligaciones respecto a la salvaguarda de los principios del espíritu deportivo, porque te convertirás en un ideal para la juventud, que tomará tus actos como ejemplo.
- Lucha únicamente por amor al deporte y procura progresar siempre.
- El Buen Deportista, cuando juega en equipo, no pretende lucirse por su cuenta, sabe que quien tiene que ganar es el equipo. Ayuda y acepta la ayuda de los demás.
- El Buen Deportista intenta ganar a los demás, pero sobre todo intenta ganarse a sí mismo, procurando jugar mañana mejor de lo que juega hoy.
- El Buen Deportista sabe que para jugar bien hay que jugar con inteligencia y que el entrenamiento es el medio para conseguirlo.
- El Buen Deportista busca, sobre todo, ser mejor persona.

Nunca he dicho a un jugador "Vamos a ganar". Lo último que digo a mis jugadores antes de salir es: "cuando acabe el partido quiero que podáis tener la cabeza bien alta, y yo sé que sólo hay una manera de que esto sea así, y es que sepáis que habéis hecho todo lo mejor que podáis por vosotros, vuestros compañeros y vuestra universidad. Lo mejor es no poder hacer más".

JOHN WOODEN  
Entrenador de baloncesto de UCLA

Estas mismas palabras debéis aplicarlas a vuestra vida y que para ello sea posible se ha de entender que mucho antes de ser jugadores de baloncesto sois personas. También hay que entrenar para ser personas y hay que entrenar mucho más que para ser jugador, creedme.....

.....  
Aprovechad las oportunidades de ser personas, no os conforméis con ser jugadores. Eso os hará más felices a vosotros y a todos los que os quieren. Como en la defensa hombre a hombre, no escatiméis un esfuerzo para ayudar a vuestros compañeros. Todos os necesitan.

JUAN ANTONIO CORBALAN, ex jugador del Real Madrid