

ESCUELA MUNICIPAL  
FÚTBOL SALA  
PERALES DE TAJUÑA



**NORMAS Y CONSEJOS**



Ya son más de más quince años de Escuela Municipal de Fútbol Sala y cada temporada tratamos de mejorar en todos los aspectos. Con estas normas y consejos queremos conseguir un mejor funcionamiento y sobre todo un mejor comportamiento por parte de jugadores, entrenadores, padres y madres.

Esperamos que esta temporada sea tan exitosa como la anterior no en cuanto a resultados si no al trabajo con los niños y a la evolución de éstos, seguiremos luchando por un deporte mejor en el futuro.



Un saludo.

Carlos Maroto Bautista  
Coordinador de Deportes  
Ayto. Perales de Tajuña

## **OBJETIVOS DE LA ESCUELA**

- Transmitir a los niñ@s valores sociales por medio de la práctica del deporte.
- Enseñar el deporte del Fútbol Sala (reglamento, técnica, táctica, etc.).
- Aprender y adquirir las habilidades básicas sin olvidar el respeto y la convivencia con los demás compañeros.
- Crear un ambiente positivo y favorable entre jugadores-monitores/entrenadores y padres.
- Divertir y entretener a los niños/as a través de los entrenamientos físicos y tácticos de la manera más lúdica posible.
- Formar equipos en todas las categorías posibles para las Ligas de Deporte Infantil de la Comunidad de Madrid.
- Promocionar el deporte a nivel local y aumentar el interés de la población por el deporte infantil.

## **NORMAS**

1. Está totalmente prohibida cualquier falta de respeto ya sea mediante insultos o agresión tanto a un compañero, jugador del equipo contrario o entrenador.
2. Obedecer a cualquier indicación o consejo que el entrenador pueda hacer, ya que éste es un profesional, es su oficio y su función enseñarnos.
3. Comportarse de manera correcta y adecuada tanto en entrenamientos como en los partidos ya sean locales o en los que se viaje a otra población.
4. Esperar sin molestar a que empiece los entrenamientos y partidos.

5. Todos los componentes de la Escuela están obligados a ser puntuales tanto a entrenamientos como a partidos salvo justificación demostrada.
6. Los jugadores esperarán al entrenador en la puerta del polideportivo el día de partido, para que una vez estén todos los componentes del equipo se proceda a la entrada al vestuario correspondiente.
7. Llevar siempre a entrenamientos y partidos la ropa y equipamiento deportivo adecuado para cada ocasión (ver consejos).
8. No comer, ni introducir comida en el terreno de juego, tanto en entrenamientos como en partidos. Ni en el hall del polideportivo.
9. Ningún deportista abandonará el entrenamiento o el partido sin que el material deportivo utilizado sea recogido en su totalidad.
10. Se deberán comunicar las ausencias al entrenamiento ó partido con toda la antelación posible a través de mensaje al teléfono del entrenador.
11. Todos debemos de ser amables, solidarios y ayudar en todo lo que se pueda a compañeros, entrenadores, padres y madres, árbitros y equipo contrario.
12. Los jugadores deberán presentarse 30 minutos antes en los partidos (ver tablón informativo) ó App del Ayuntamiento.
13. En caso de existir cualquier problema del tipo que sea, acudir al entrenador antes de tomar cualquier decisión.
14. El Polideportivo no se responsabiliza de ningún objeto personal ni prenda, recomendamos además no asistir a entrenamientos ni a partidos con dinero y smartphones.
15. Los vestuarios se deberán utilizar antes y al finalizar el entrenamiento y partido. Será el lugar de reunión con el entrenador y servirá para cambiarse de ropa y ducharse.

## **SANCIONES**

Todo incumplimiento de las normas anteriores será sancionado teniendo en cuenta la gravedad del hecho, la reincidencia y sobre todo se tratará cada caso de manera individual.

La sanción será consensuada entre el entrenador y el Coordinador de Deportes y si fuera necesario también con el Concejal de Deportes.

## **CONSEJOS PARA JUGADORES**

### **ALIMENTACIÓN**

- Siempre es recomendable que tratándose de la edad que los niños/as de la Escuela tienen, éstos deberían tener una alimentación lo más sana y variada posible.
- Entrenamientos, todo depende del tiempo que haya pasado entre comida y entrenamiento, por lo general, lo recomendable es que pase un mínimo de 1 hora para practicar ejercicio físico pero aún así recomendamos alguna pieza de fruta antes y después del entrenamiento.
- Partidos, tratándose de partidos en horarios de mañana lo mejor sería desayunar ligero (fruta, zumo, etc.) y llevarse un sándwich o bocadillo para después del partido y reponer fuerzas.
- Evitar bebidas gaseosas, bollería industrial, bolsas de patatas, etc.

### **ROPA Y EQUIPAMIENTO DEPORTIVO**

- Entrenamientos, acudir en chándal y zapatillas:
  - Mochila: camiseta y pantalón corto, calcetines o medias de fútbol y zapatillas específicas para fútbol sala (intentar no pasar con el mismo calzado de la calle por lo menos que esté limpio).

➤ Aseo: muy aconsejable ducharse tras realizar ejercicio físico para la higiene personal (toalla, chanclas, muda, gel y champú). Obligatorio a partir de categoría infantil.

- Partidos: obligatorio si se tiene el chándal de la Escuela, equipación del equipo y zapatillas de fútbol sala y el aseo igual que en los entrenamientos.

- Equipación partidos (las equipaciones se entregan al comienzo de la temporada y se han de devolver al finalizar la misma ó al darse de baja de la actividad, siempre en perfectas condiciones y lavada para proceder a la devolución de la fianza). Prohibido ponerse la equipación para cualquier otro momento (colegio, pospartido, entrenamientos, domingos, etc.).

## UNIÓN, MOTIVACIÓN Y CREAR AMBIENTE

Queremos pedir a todos los jugadores y familias que tras finalizar su partido en la medida de lo posible no se vayan a casa y se queden en las gradas para animar a sus compañeros, aprender viendo a los demás y crear un ambiente que motive a los que están jugando es muy positivo.

## CONSEJOS PARA MADRES Y PADRES

A continuación les pedimos que lean atentamente los dos siguientes textos.

### PAPÁ/MAMÁ, ¿QUÉ ESTÁS HACIENDO?

No sé cómo decírtelo. Seguramente crees que lo haces por mi bien, pero no puedo evitar sentirme raro, molesto, mal.

Me regalaste un balón cuando apenas empezaba a andar. Aún no iba a la escuela cuando me apuntaste al equipo.

Me gusta entrenar durante la semana, bromear con los compañeros y jugar el sábado como hacen los equipos grandes.

Pero cuando vas a los partidos...no sé. Ya no es como antes. Ahora me das una palmada cuando termina el partido ni me invitas a un bocata.

Vas a la grada pensando que todos son enemigos; insultas a los árbitros, a los entrenadores, a los jugadores, a otros padres/madres...

¿Por qué has cambiado? Creo que sufres y no lo entiendo.

Me repites que soy el mejor, que los demás no valen nada a mi lado, que quien diga lo contrario se equivoca, que sólo vale ganar.

Ese entrenador del que dices que es un inepto es mi amigo, el que me enseñó a divertirme jugando.

El chaval que el otro día salió en mi puesto, ¿te acuerdas? Sí hombre, aquel quien estuviste toda la tarde criticando porque “no sirve ni para llevarme la bolsa”, como tú dices.

Ese chico está en mi clase. Cuando lo vi el lunes, me dio vergüenza. No quiero decepcionarte. A veces pienso que no tengo suficiente calidad, que no llegaré a ser profesional y a ganar ciento de millones, como tú quieres.

Me agobias. Hasta he llegado a pensar en dejarlo; pero me gusta tanto...Papá/Mamá por favor, no me obligues a decirte que no quiero que vengas más a verme jugar.

## EL PAPEL DE LOS PADRES EN EL DEPORTE BASE

Todos los fines de semana, en todos los campos y pabellones de España, vemos afluencia de padres que van a ver “en teoría” como sus hijos practican un deporte. Esto es positivo siempre que asuman bien su papel de padres.

Estamos acostumbrados a ver en los campos y pabellones, a padres y madres para los que todo está mal:

- “El entrenador no tiene ni idea”
- “El árbitro es muy malo y siempre nos perjudica”
- “Los compañeros no centran a mi hijo/a”
- “Los responsables no se ocupan de ellos”
- “La Organización no tiene ni idea”
- “Yo lo haría mejor que ellos”
- “Si están ahí es por algo, que se llevarán”

Estos son los más peligrosos y los que menos idea tienen de deporte. Colaboran poco y perjudican el normal desarrollo de una competición.

También estamos acostumbrados a ver padres que se creen que sus hijos/as son figuras del mundo del deporte, simplemente porque destacan un poco en sus equipos, creándoles falsas expectativas, que un futuro cercano provocarán en el niño/a el fracaso como deportistas y como personas. Creo que estos padres deberían tener más paciencia y humildad, ya que con trabajo e ilusión, la propia actividad deportiva por sí sola, pondrá al niño/a en el sitio que le corresponde.

Existen otros padres que se vuelcan, colaboran, trabajan e incluso entran en la organización, pero sólo mientras van jugando sus hijos/as, empiezan a aparecer los problemas y al final abandonan.

En mi opinión el papel de los padres en cualquier actividad deportiva debería ser el siguiente:

*“Preocuparse de qué deporte realizan, con quién lo realizan y cómo lo realizan. Y en este caso entiendo la actividad deportiva que realicen y entiendo esto como un juego, donde la convivencia, el respeto, la participación y la diversión son valores mucho más importantes que el simple hecho de ganar o perder. Hagamos entender a nuestros hijos que el deporte es DIVERSIÓN y APRENDIZAJE, para luego poder llevarlo a cabo en nuestra vida cotidiana”.*