



NORMAS INTERNAS DE ACTITUD Y COMPORTAMIENTO

1.- EDUCACIÓN.

El respeto hacia los demás es una norma de conducta elemental. Por eso los jugadores en sus relaciones con directivos, compañeros, entrenadores, etc., deberán ser ejemplo de educación y deportividad. **Desde el momento que se entra en las instalaciones, los jugadores deben cuidar que su conducta,** tanto en los entrenamientos como en los partidos y desplazamientos, deben ser ejemplo de disciplina y compañerismo. **En los cambios en los partidos el jugador sustituido deberá, aunque esté disgustado por la sustitución, dar siempre la mano al compañero que lo sustituye, y al finalizar el partido al árbitro y a los adversarios (Falta de respeto).**

2.- PUNTUALIDAD.

La puntualidad será un elemento primordial. Todos los jugadores deberán estar en los entrenamientos y las convocatorias a la hora establecida **(el retraso por pequeño que sea puede ser motivo de exclusión del jugador del entrenamiento o de la convocatoria).** (Falta de puntualidad)

3.- AVISO.

El jugador deberá **comunicar siempre al entrenador y con antelación suficiente** su no asistencia a un entrenamiento o partido especificando el motivo y siempre siendo de fuerza mayor. Al respecto espero que distribuyáis el tiempo con los estudios (quitando tiempo de ocio y no de entrenamientos) para que los exámenes, que pueden ser un motivo de fuerza mayor, no nos afecten demasiado a los mismos. Creo que si os organizáis hay tiempo para todo, es más, a veces los entrenamientos sirven para despejarse un poco de los exámenes y afrontarlos mejor si los hemos preparado progresivamente **(Falta de puntualidad).**

4.- EQUIPACION.



Los jugadores deberán asistir a los entrenamientos con el equipaje del club y a los partidos con la bolsa, polo y chándal del club. En los entrenamientos y partidos, el jugador traerá siempre todo lo necesario para su aseo personal, sobre todo, chanclas para la ducha y gel dermatológico. El jugador deberá presentarse correctamente uniformado al campo de juego y en los partidos con espinilleras, medias a la altura de las rodillas, y camiseta metida por debajo del pantalón **(Falta de orden en la equipación)**.

5.- INFORMACIÓN.

Los jugadores están obligados a asistir a todos los entrenamientos que el entrenador haya programado en el calendario de entrenamientos, pudiendo variar este los días según crea conveniente por necesidades del club o del propio equipo.

Estarán exentos de presentarse a los entrenamientos los jugadores que por lesión o enfermedad justificada deban de guardar reposo absoluto o cama por indicación del médico, siendo obligatorio ponerlo en conocimiento del entrenador.

Los jugadores antes de empezar a entrenar deberán comunicar al entrenador cualquier lesión o molestia que padezcan, por si este cree conveniente que haga otro entrenamiento diferente al que hay programado o descanse.

Los jugadores deben rendir y entregarse al máximo tanto en los entrenamientos como en los partidos que el club dispute. **(Falta de compromiso)**.

Los jugadores que tengan que retirarse del entrenamiento por cualquier causa y siempre con permiso del entrenador, **deberán esperar a que acabe el entrenamiento por si el entrenador tiene que darle instrucciones**, siempre que la lesión se lo permita, y si no fuera así deberá comunicar su marcha. **(Falta de respeto al cuerpo técnico)**.

6.- EXPRESIÓN.



Los jugadores podrán participar con comentarios o artículos propios tanto en la web del equipo, como en foros de fútbol pero siempre guardando el debido respeto y consideración hacia los demás. **(Falta de respeto a la plantilla o cuerpo técnico)**

7.- EQUIPO.

Queda prohibida la entrada en el vestuario tanto en entrenamientos como en partidos a toda persona ajena al equipo (jugadores o cuerpo técnico).

8.- ATENCIÓN.

Antes y después de los entrenamientos y partidos en el vestuario se entiende que es un momento de distensión donde los jugadores hablan, comentan e incluso bromean pero **cuando el entrenador haga acto de presencia en el mismo el silencio y la atención debe ser absoluto y se prolongará durante la sesión de entrenamiento o partido. (Falta de respeto al entrenador)**

En los partidos, la entrada al vestuario por parte de los jugadores supone desde ese instante la concentración de todos los componentes del equipo en el partido, por lo que todos los comentarios deberán ser con referencia a este. Se tendrán 10 minutos para equiparse, saliendo al campo de juego para hacer estiramientos y calentamiento, tras los cuales se volverá al vestuario. **(Falta de respeto al equipo).**

Tanto en el descanso como al finalizar el partido la entrada como la salida del vestuario debe realizarse de modo correcto, sin gritos, golpes, ni broncas. (Falta de respeto al equipo).

Todos los jugadores deberán asearse al finalizar el partido. **(Falta de orden en la equipación).**

Cuando salgamos del vestuario, este debe quedar igual que como lo encontramos, debiendo hacer llevar a cabo esta norma los capitanes del equipo con la colaboración de sus compañeros. **(Falta de respeto colectivo)**

9.- INDICACIONES.



Cuando el entrenador se dirija a un jugador durante un partido o entrenamiento para indicarle alguna cosa el jugador deberá mirar siempre al entrenador y asentir con la cabeza que lo ha entendido. **(Falta de respeto al entrenador)**

10.- DIALOGO.

Los jugadores cuando os dirijáis a vuestros compañeros o al entrenador en entrenamientos o partidos deberéis **hablar con educación y nunca con gritos o recriminaciones fuera de tono** (quedan prohibidas las discusiones o disputas en entrenamientos o partidos). Esta norma es extensible al árbitro y a los contrarios en los partidos. **(Falta de respeto al equipo)**

11.- ASISTENCIA.

En caso de lluvia la asistencia a entrenamientos y partidos es igual de obligatoria pues en el entrenamiento puede variar el tiempo o podemos aprovecharlo de otra manera y en los partidos decide el árbitro debiendo estar presentes. **(Falta de compromiso)**

12.- OBJETOS.

Como especifica la regla 4 del reglamento de fútbol (El equipamiento de los jugadores), el jugador no utilizará ningún objeto que sea peligroso para ellos mismos o para los demás jugadores (anillos, piercings, pulseras, collares, etc) y esto incluye también los entrenamientos. **(Falta de orden en la equipación).**

13.- BUENOS HABITOS.

Tanto el día del partido como el anterior, los jugadores deben cuidarse, descansar y abstenerse de realizar cualquier actividad física que pueda perjudicar su rendimiento durante el partido, que tiene que ser máximo. Cuando el partido se juegue por la mañana, hay que hacer el desayuno con 3 horas de antelación a la hora de jugar, y si es por la tarde, hacer la comida de 3 a 4 horas antes. Se recomienda dormir un mínimo de 8 horas la noche anterior al partido.

Fumar es un hábito insano por lo que queda totalmente prohibido fumar, aconsejando asimismo que en su ambiente particular el jugador no caiga en



este penoso y no aconsejable vicio. **No se puede comer durante los entrenamientos y partidos, ni en el vestuario** (sólo se permiten bebidas isotónicas si el jugador lo necesita), asimismo **quedan prohibidas las pipas en el banquillo y los chicles en entrenamientos y partidos**. También es aconsejable y obligatorio la ducha de los jugadores, siempre con chanclas, después de entrenamientos y partidos y el cambio de muda interior. Por último, **el jugador procurará buenas maneras en el vestir y en el aseo personal cuando acuda a entrenamientos y partidos. (Falta de respeto al equipo)**

14.- MATERIAL.

El material deportivo utilizado por el equipo en entrenamientos y partidos se considera de todos y por lo tanto su cuidado y conservación nos atañe a todos. **En cada entrenamiento y según una lista rotativa, el entrenador nombrará 4 jugadores encargados de pedir el material necesario para la sesión de entrenamiento y su función será colaborar con el delegado, sacarlo al campo, preocuparse de controlarlo (sobre todo contar los balones), recogerlo al finalizar colaborando otra vez con el delegado. En los partidos, habitualmente los jugadores suplentes se encargarán de sacar el agua, botiquín y balones, recogiendo los jugadores que estén en el banquillo al finalizar el partido. (Falta de compromiso)**

15.- PARTIDOS.

El ultimo día de entrenamiento de la semana se hará la citación, que el jugador deberá firmar, para el partido próximo a jugar, estando obligados todos los jugadores a enterarse por si mismos del día, hora y lugar de convocatoria.

Es obligatorio respetar escrupulosamente la hora de citación para los partidos, se juegue en casa o seamos visitantes. Los jugadores que estén citados para los partidos deberán ser extremadamente puntuales, pues la hora fijada en la citación es la hora limite para pasar al vestuario (en los partidos de casa), o de la salida del autocar cuando se realicen los desplazamientos. **Se respetarán 10 minutos de cortesía, a partir del cual el entrenador puede dejarlo fuera de la convocatoria.**



Si el día anterior al partido o anteriores surgiese un problema que le impida presentarse a tiempo o no presentarse a la citación, deberá comunicarlo al entrenador con tiempo suficiente. **(Falta de compromiso).**

Los jugadores que figuren en acta durante los partidos y que por cambios y otros motivos se tengan que retirar del campo antes del final del partido, deberán esperar a que acabe el mismo por si el entrenador tiene que darle instrucciones. (Falta de respeto al entrenador)

16.- EXPLICACIONES.

El entrenador estará siempre a disposición de los jugadores para cualquier diálogo o explicación, pero **siempre antes o después de los entrenamientos o partidos nunca en medio.** Si el jugador quiere tratar un tema particular se dirigirá directamente al entrenador, y si el tema es general, del equipo, se trasladará a los 4 capitanes del mismo (que se elegirán en pretemporada) y estos lo expondrán al entrenador. Este apartado va también para los padres, si algún padre quiere dialogar de algún tema conmigo debe buscar un momento que no interrumpa el trabajo del equipo, y nunca sobre temas deportivos, ya que para esto deberá de dirigirse al Secretario Técnico del Club, en este caso, José García (Chiqui).

17.- COCHES.

Cuando los desplazamientos se realicen en autocar, **los jugadores deben hacer el viaje obligatoriamente en el mismo tanto en la ida como en la vuelta,** salvo excepciones que deberán ser comunicadas y autorizadas por el delegado (máximo 4 autorizaciones por jugador, resto se consideran falta de compromiso), **ocupando las cinco primeras filas del autocar.**

18.- PADRES.

Es importante la asistencia del mayor número de padres a los partidos para apoyar y dar ánimo al equipo, siendo en todo momento su comportamiento un ejemplo para vosotros y los equipos contrarios.

19.- ÁRBITROS.



Se debe respetar al árbitro en todo momento y sus decisiones, puesto que después de haber pitado no se volverá atrás, aunque no estemos de acuerdo con ellas (Falta de respeto al equipo).

Los jugadores en el terreno de juego tienen la obligación de dedicarse a jugar al fútbol bajo las directrices marcadas por el entrenador, la labor arbitral corresponde a otra persona designada para ello, y los jugadores no son quienes para juzgar su labor durante el partido, por eso debemos comprenderles y ayudarles al máximo en su cometido.

Durante el partido no habrá ninguna protesta al arbitro y el único que se podrá dirigir a él será el capitán y con educación, aunque el arbitro no la tenga.



20.- SANCIONES. (Todos los jugadores al comienzo del trimestre, cuentan con 10 puntos)

GRAVES:

- Perder o romper material del club multa de 0,50 euros por componente de la plantilla, independientemente de quien lo haya realizado, más 1 punto negativo en la evaluación trimestral, que, al cierre del mes, se incrementará en un punto más por semana en la demora del pago de la multa.
- Llegar tarde reiteradamente a los entrenamientos o partidos o no avisar con suficiente antelación (tres primeros avisos con sanción de 1 punto y multa de 2 puntos por reincidente).
- Ser expulsado en un partido multa de 2 puntos por partido expulsado.
- Insultar a un compañero o faltarle el respeto, sanción de 1 a 3 puntos, según la gravedad.
- Faltar al respeto a la plantilla (entrenadores, cuerpo técnico) desde 1 a 5 puntos según gravedad (pudiendo llegar a la expulsión).
- Aquel que no traiga la ropa deportiva que el club le proporcione o falte al orden en su equipación o aseo personal, para jugar o entrenar, será sancionado con multa de 1 punto por entrenamiento.
- Aquel que muestre en su actitud falta de compromiso con el club o equipo, será sancionado con una multa de 1 punto.

MUY GRAVES:

- Pegarse con un compañero o un contrario podría llegar a la expulsión.



-
- **El jugador que sea expulsado** de un terreno de juego por agresión, insultos, protestar o menospreciar la labor arbitral, será la primera vez con **2 puntos por partido de sanción federativa**, la segunda vez con 5 puntos por partido de sanción federativa y la tercera vez con la expulsión del club.
 - Protestar las decisiones del entrenador, menospreciar, insultar u ofender a cualquier miembro del club, jugadores contrarios o público, será sancionado con una multa correspondiente a la sanción que le impongan al club o llegar a la expulsión del club según gravedad.

El cuerpo técnico podrá contemplar otros castigos dependiendo de la gravedad de los hechos que anteriormente no se contemplen. Si, en el cumplimiento de estas normas, el jugador es reincidente o su actitud, hábitos y comportamiento no son los correctos, será apartado del equipo en primera instancia pudiendo incluso ser expulsado del club.

6.- Historia Club Atlético Torres.

Formación integral del alumno al alcance de todos.

La historia del Club Atlético Torres tiene su origen en el hecho de que las ilusiones de varios jóvenes, se vieran truncadas al no tener acceso a ningún club deportivo local, ya fuese por razones culturales, de sexo o económicos.

Es por ello que, en verano de 2015, D. José García Sánchez, Dña. Coral Olmedo Sánchez y su padre, D. Julián Olmedo Morales, decidieran dar entidad a un proyecto basado en dar oportunidad de jugar a todos aquellos jóvenes que no tenían hueco en ninguno de los equipos locales. Su objetivo inicial fue dirigido hacia un grupo de chicas que quedaron excluidas en sus clubes, al no haber espacio de entrenamiento para la práctica del fútbol, si bien, su oferta fue también extendida para otros jóvenes, chicos y chicas, que por otras razones, también fuesen privados de disfrutar haciendo deporte.

El club se oficializó por primera vez, federándose y compitiendo en las ligas organizadas por la Real Federación de Fútbol de Madrid, en la Temporada 2015-2016, con alrededor de 35 jóvenes futbolistas, repartidos en tres equipos: Un equipo Senior femenino, un equipo juvenil femenino, y un equipo infantil femenino, todos ellos en liga local federada.



Posteriormente, en verano de 2016, y con la incorporación a la Junta Directiva de Dña. María Magdalena Alvarez Chamarro y D. Luis Antonio Castellanos Valero, se presenta el proyecto al ayuntamiento de Torres de la Alameda, y bajo el apoyo y supervisión directa de su Alcalde, D. Carlos Saez Gismeno, y el Concejal de Deportes, D. Vicente Barón Escalona, se cede parte del Polideportivo Municipal sito en calle Palmeras S/N y un local, como Sede del club, en el edificio Municipal de Monte Alto, en calle Viento, 17, a fin de poder desarrollar un modelo basado “en el desarrollo y el crecimiento de los jóvenes en un marco deportivo y un ambiente sano, alejados de los peligros que acechan a los jóvenes de hoy en día”. Ademáns, se inciben un equipo Benjamín, un equipo



Prebenjamín y un equipo Chupete, ampliando la oferta de la temporada pasada, tanto para niños como para niñas.

En la temporada 2016-2017, en la que nos encontramos, el club se marca como objetivo principal ser reconocido como un referente deportivo en la localidad de Torres de la Alameda por su forma de jugar, comportarse en el terreno de juego, por el respeto al contrario y al árbitro y por su uniformidad. Cuenta, además, con el reconocimiento por parte de la Real Federación de Fútbol de Madrid de ser Escuela Federativa, y se establece un programa de Enseñanza-Aprendizaje novedoso, con cinco objetivos de trabajo específico (técnico, táctico individual y colectivo, preparación física, estrategia y reglamento). Se establecen evaluaciones formativas a los alumnos trimestrales y se consigue que todos los profesores que componen el cuadro técnico, estén en posesión, como mínimo, del Título de Instructor de Fútbol Base o Técnico Deportivo Elemental.

En este periodo que comienza, el Club Atlético Torres, nace como alternativa a la oferta deportiva actual, de formación integral del alumno, de calidad, más económica, y al alcance de todos los niños y niñas en un marco de educación y respeto.



Si lo deseas, puedes ampliar información en la página oficial de club, en www.clubatleticotorres.es.