

## INTRODUCCIÓN

El club Balonmano Arona le da la bienvenida un año más y queremos presentarle nuestro proyecto basándonos en el trabajo realizado por el balonmano en el municipio desde hace más de 30 años. Contamos ya con un interés general de nuestro entorno debido a las muchas actividades realizadas y ser un club que apuesta firmemente por una labor deportiva y social.

De otro lado, queremos combinar el trabajo entre un gran número de niños y niñas, con la formación más especializada de aquellos que por su entrega y esfuerzo y sus cualidades físicas y técnicas pudieran destacar en la práctica del balonmano en categorías superiores.

Pretendemos que con nuestra colaboración los niños y niñas de Arona tengan un ámbito donde la práctica deportiva se convierta en una motivación, que la metodología utilizada (donde priorizamos la participación) y la educación en valores sean una apuesta por el desarrollo integral como deportistas y como personas, añadido a esto hemos destacado nuestro apoyo a favor de la inclusión de los sectores menos favorecidos en nuestras actividades.

Paralelo a ello buscamos la implicación y el compromiso de ustedes para llevar a cabo la bonita y ardua tarea de conseguir que nuestro@s deportistas destaquen por su comportamiento, humildad, generosidad y compromiso, intentando ser una referencia como semillero de grandes personas. Para ello junto a profesionales cualificados estamos convencidos que es necesario reflejar por escrito un listado de comportamientos correctos, una filosofía deportiva que coincida con lo que proponemos y una normativa que nos ayude a cumplir con disciplina.

Todo ello se lo ofrecemos a continuación

En el municipio de Arona, entre otros, existe un decálogo de JUEGO LIMPIO que intentaremos respetar y cumplir al máximo:



## DECÁLOGO JUEGO LIMPIO

- 01) El árbitro me ayuda y me enseña.**
- 02) Animemos aunque perdamos.**
- 03) Entrenador/a sólo hay uno/a.**
- 04) Respeto al rival.**
- 05) Aplauda nuestro esfuerzo.**
- 06) Déjame disfrutar con mis amigos/as.**
- 07) Si gritas que sea para animarnos.**
- 08) El humo nos molesta.**
- 09) Somos un equipo, aquí jugamos todos/as.**
- 10) Formamos personas haciendo deporte.**





# CLUB BALONMANO ARONA



*Además, queremos complementar el decálogo con las siguientes consideraciones:*

**FAVORECE LA INTEGRACIÓN DE COMPAÑEROS Y RIVALES.**

No discrimines ni margines por ninguna razón, aprovecha el deporte para conocer y acercar posturas.

**NO TOMES SUSTANCIAS PROHIBIDAS PARA MEJORAR TU RENDIMIENTO.**

Hacer trampas desprestigia al deporte y a ti como deportista.

**APRENDE DE LA DERROTA PARA VENCER.**

Aceptar la derrota con honor y aprender de ella te engrandecerá como deportista.

**APUESTA POR LA DEPORTIVIDAD.**

Respetar las normas, compañeras, rivales, árbitros, entrenadoras, dirigentes, instituciones (tod@s son indispensables para el juego).

**LA INSTALACIÓN ES TU CASA Y LA DE TODOS; ¡CÚÍDALA!**

La instalación es el punto de encuentro del deporte. Si no la cuidas, la pierdes, a ella y al deporte.

**COMIDA SANA E HIGIENE DIARIA, CLAVES EN TU RENDIMIENTO.**

o Cuerpo sano, mente sana; indispensable para alcanzar tus objetivos.

**HAZ DE LA AMISTAD UN TRIUNFO.**

Los resultados son momentáneos, los amigos para siempre.

**LOS VALORES DEL DEPORTE ENRIQUECEN TU VIDA.**

Te ayudarán a desarrollar tus cualidades personales y sociales, se humilde, generosa y haz del compromiso un valor fundamental

**APLAUDE EL BUEN JUEGO Y EL ESFUERZO.**

No busques ganar a cualquier precio, disfruta del deporte y hónralo. Los rivales no son enemigos, son adversarios que nos ayudan a mejorar.

**LA CONSTANCIA; TU MAYOR RETO.**

Con dedicación, empeño y llegarás alto, tanto en el deporte como en la vida. La disciplina te hará libre



# CLUB BALONMANO ARONA



## NORMATIVA

### GENERAL:

1. Es obligatoria la asistencia con puntualidad a todos los entrenamientos, partidos y actividades programadas por entrenadora y/o club debidamente uniformad@s y con la documentación requerida.
2. Las faltas injustificadas serán sancionadas con la baja en la actividad si llegan a tres en el periodo de un mes, si las faltas son menos de tres en un mes, la entrenadora valorará el caso y podrá restar minutos de juego en competición, repetición de tareas de entrenamiento y/o tareas especiales en el entrenamiento.
3. Las faltas injustificadas se refieren a todas aquellas por las que tampoco dejarían de ir a clase o a un trabajo (cumpleaños, Halloween, carnaval, compras en el norte, citas médicas programables, visitas a amig@s o familiares, etc.)
4. Las faltas justificadas son aquellas por las que también dejarían de asistir a clase o a un trabajo (urgencias médicas, enfermedad o fallecimiento de un familiar)
5. Independientemente de la normativa indicada, la idea es que se entienda la importancia de la práctica deportiva y sus beneficios en la formación de los y las deportistas, por ello esta práctica debe considerarse en importancia como los estudios, que son perfectamente complementarios y compatibles.
6. Se tratará de usted a las personas de mayor edad (encargados de instalaciones, entrenadores rivales, árbitros) y siempre que se solicite algo irá precedido de "por favor"
7. En todas las situaciones y lugares se deberá mantener un comportamiento correcto y educado, evitando las palabras malsonantes, gestos obscenos y/o ofensas a compañeros y rivales, entrenadoras, árbitros, aficionad@s, etc. (esto aplica también para los familiares). evitando bromas o chistes de carácter machista, xenófobo y/o racista, se promoverá el compañerismo con tod@s. Se evitará especialmente cualquier tipo de discriminación y/o acoso. No seguir esta norma básica de convivencia traerá aparejada la expulsión inmediata, y dependiendo la gravedad, de la actividad.
8. El respeto a compañer@s, arbitr@s, rivales, aficionad@s es obligatorio; si no es reciproco, hay personas responsables que resolverán la situación una vez les informéis. En caso de incumplimiento se valorará la gravedad (leve, grave o muy grave) y, dependiendo de la misma la consecuencia podría ser hasta la baja en la actividad. En el caso de recibir faltas de respeto graves, se avisará a la persona responsable del grupo y esta podrá tomar la decisión de retirar al equipo del campo si no se toman medidas contra la persona o personas responsables. Nunca se responderá en los mismos términos a quienes ofenden.
9. El uso de la violencia está terminantemente prohibido y supone una falta muy grave con consecuencias negativas inmediatas.
10. No se permite el consumo de drogas, alcohol y/o cualquier tipo de sustancia prohibida
11. En los desplazamientos organizados por el club, se deberán seguir las indicaciones de la entrenadora al pie de la letra (sentarse correctamente en la guagua, no comer dentro de la misma, colocarse el cinturón de seguridad, etc.)
12. La entrenadora y staff adicional (si lo hubiera) son responsables de todo lo que se hace, Obedecer y respetar es obligatorio. En caso contrario, los citados tienen la potestad de (dependiendo la gravedad) de separar de la actividad a quien infrinja lo mencionado, la separación podrá ser momentánea, temporal o indefinida en función de la gravedad de la falta.
13. El material deportivo que proporciona el club tiene que ser cuidado y es responsabilidad de cada un@ mantenerlo en perfecto estado



# CLUB BALONMANO ARONA



14. Los grupos de WhatsApp son un vehículo de información, hay que abstenerse de enviar mensajes no deseados ni solicitados, ya que la acumulación de los mismos entorpece los mensajes verdaderamente importantes.
15. En caso de ser necesario recibir atención médica el monitorado os dará las instrucciones precisas para seguir el protocolo como marca la compañía aseguradora.

## ENTRENAMIENTOS Y PARTIDOS:

16. Es obligatoria la asistencia
17. En caso de lesión y/o enfermedad es obligatorio acudir excepto los casos en que no se pueda movilizar o se haya prescrito reclusión en el domicilio.
18. Es necesario asistir con puntualidad, con la ropa y calzado adecuados (las cholas son para después de entrenar o jugar, no antes), no se puede entrenar con pendientes, relojes, collares, piercings y camisetas de tirantes
19. Cada jugadora deberá traer su respectiva botella de agua (que no podrá introducir a la pista de juego), el balón entregado por el club y la camiseta del color indicado según la programación de la entrenadora.
20. Durante los entrenamientos los aparatos electrónicos (móviles, tabletas, etc.) deberán estar guardados y apagados.
21. El tiempo para hidratarse durante la actividad lo marca la entrenadora y no significa "descanso"
22. Es imprescindible prestar atención a las indicaciones de las entrenadoras para aprovechar el tiempo de entrenamiento de la mejor forma posible.
23. No se permite la comunicación durante entrenamientos y/o partidos con familiares o amig@s ubicados en la grada, solamente en casos especiales se podrá solicitar permiso a la entrenadora responsable. Si a pesar de ello se apreciara un perjuicio para la actividad, se podrá optar por que los padres permanezcan solamente los primeros y últimos 10 minutos del entrenamiento
24. Es obligatoria la asistencia a los partidos y cumplir la normativa presente, además se debe mantener la uniformidad marcada por la entrenadora y portar la documentación que se requiera. Está prohibido jugar con pantalones largos
25. En caso de desplazamiento los aparatos electrónicos solamente se podrán utilizar en el autobús, siendo apagados el resto del tiempo. En caso de viaje de larga duración (más de un día) los aparatos electrónicos tendrán un horario estipulado de uso marcado por la entrenadora.
26. En caso de pernoctar en un alojamiento la entrenadora distribuirá las habitaciones, una vez distribuidas, en ninguna podrá permanecer alguien ajeno a la misma.
27. El respeto a las decisiones arbitrales debe ser riguroso, si un deportista es sancionado disciplinariamente por el árbitro con una exclusión de dos minutos debido a sus protestas no volverá a jugar lo que quede de partido, excepto que la entrenadora considere que supone un perjuicio para el colectivo (ejemplo: que el equipo no tenga sustitut@) y en ese caso la sanción interna será aplicada posteriormente.

En Arona, a 1 de septiembre de 2019