HurdeSPort.es

ENTRENAMIENTO ESPECÍFICO PARA PORTEROS



Diviértete Aprendiendo

SUMARIO

¿Qué somos? 3
¿QUÉ BUSCAMOS? 3
FINALIDAD DE NUESTRA ESCUELA DE PORTER@S 3
RELEVANCIA DE APRENDER EN LA ESCUELA DE PORTER@S 4
OBJETIVO DE LA ESCUELA DE PORTER@S HurdeSport 4
METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO PROPIA Y PLANIFICACIÓN GENERAL. 5
ASPECTOS PRINCIPALES DE NUESTRA METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO 5
ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL ENTRENAMIENTO 7
CALENDARIO DE ENTRENAMIENTOS 7
RECURSOS MATERIALES Y SANITARIOS 7
RECURSOS HUMANOS Y CUERPO TÉCNICO 8
REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO 8
REGLAS DISCIPLINARIAS OBLIGATORIAS PARA LOS PORTER@S 9
EPÍLOGO 9



¿Qué somos?

Un grupo de profesionales titulados y con amplia experiencia en la formación de Porter@s, que intentan mediante un trabajo planificado, organizado y estructurado llevar la formación a un nivel de excelencia haciendo que cada alumno alcance su máximo nivel.

¿QUÉ BUSCAMOS?

Buscamos ser un referente en cuanto academia de Porter@s se refiere, dando preferencia a la formación específica, apoyándonos en los valores para formar buenos deportistas y dando un valor adicional al factor educativo para conseguir sobre todo formar buenas personas.

FINALIDAD DE NUESTRA ESCUELA DE PORTER@S

La finalidad principal de nuestra escuela no es solo el ámbito deportivo al cual le damos una gran importancia a practicar, aprender y perfeccionar, pero un deporte no es nada si no se acompaña de una buena metodología y se conjuga con el desarrollo vital del alumno, es decir, que nuestro objetivo es formar personas utilizando como herramienta principal el deporte, ayudando así a nuestros deportistas a mejorar tanto a nivel social como familiar, el deporte debe ser un elemento más en la formación que debe acompañar a la Familia y a la escuela.



RELEVANCIA DE APRENDER EN LA ESCUELA DE PORTER@S

Para llegar a los fines anteriormente relacionados, es necesario que cada deportista de forma individualizada reciba un trato amigable y cercano, lo mas personalizado posible y ese objetivo solo se consigue si se cuenta con un equipo humano que ya tengan esos valores como filosofía de vida como son todas las personas que forman parte de este proyecto.

OBJETIVO DE LA ESCUELA DE PORTER@S HurdeSport

Realizar un proceso evolutivo, armónico y racional en el Portero, conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de explotación y disfrute de sus posibilidades motrices.



Transmitir valores sociales a través del fútbol.

Fomentar determinadas conductas elementales.

Mejorar las relaciones interpersonales y crear hábitos de convivencia.

Participar en el juego, actividades y ejercicios estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando discriminación por características personales, sexuales o sociales.

Una progresiva y planificada preparación deportiva.

Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motrices básicos, adecuándose a, los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, valorando sus posibilidades.

Desarrollar y perfeccionar actitudes y aptitudes específicas.

Conocer y valorar la diversidad de acciones técnicas y situaciones tácticas que presenta el fútbol.

Inculcar y promover el trabajo en equipo.

Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de posturas y ejercicio físico, vitales para la mejora de la salud.

Potenciar la memoria, la iniciativa y la toma de decisiones.

Conseguir mejoras en su rendimiento escolar.

Ayudar a los padres en la educación de sus hijos.

METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO PROPIA Y PLANIFICACIÓN GENERAL.

Libro de estilo propio con una metodología de trabajo creativa e innovadora.



Criterios de entrenamientos unificados y debidamente programados.

Contenidos específicos categorizados por edades.

Modelo de planificación integrada.

Ejercicios tareas y juegos neuromotores con el balón como principal protagonista.

Utilización de formas competitivas contextualizadas como herramientas de enseñanza y aprendizaje.

Control y seguimiento del entrenamiento mediante plantillas propias.

Información deportiva ligada con el desarrollo escolar del deportista.

Evaluación continua del deportista.

Sesiones de coaching y de últimas novedades para entrenadores.

Actividades extradeportivas para fomentar la convivencia y crear hábitos de conducta.

ASPECTOS PRINCIPALES DE NUESTRA METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO

Fomento de la educación, valores, respeto, sacrificio, esfuerzo y superación.

Desarrollo progresivo de la inteligencia del alumno.

Descubrimiento del talento y profesionalidad en beneficio de su rendimiento.

Alto contenido en aspectos psicológicos que potencian la seguridad del alumno.

Desarrollo de la personalidad y temperamento del portero.

Inculcar la importancia del trabajo diario como base de la formación.

Potenciar la imaginación e intuición del alumno mediante situaciones de incertidumbre.

Fomentar la positividad en el individuo.

Desarrollo del ingenio mediante tareas con el método “descubrimiento guiado”.

Mejora de la técnica, como base para el trabajo físico-condicional.

Transferencia de las tareas a situaciones reales de juegos (táctica).

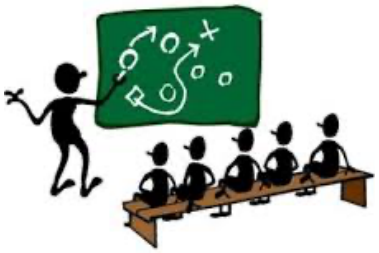
Intensidad progresiva hasta alcanzar el perfeccionamiento en cada tarea.

Hacerle sentir esa pasión e ilusión por la profesión que libremente han elegido.



ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL ENTRENAMIENTO

En nuestra escuela de Porter@s, los grupos están organizados según edades, aptitudes y/o categorías, todos con sus monitores y colaboradores correspondientes y deberán respetar el siguiente programa diario:



- Llegada puntual al campo de entrenamiento.
- Calentamiento general.
- Calentamiento específico.
- Estiramientos.
- Entrenamiento físico-técnico-táctico-psicológico (integrado).
- Rotación entre postas de trabajo.
- Análisis final, conclusiones y ruedas de preguntas.
- Salida de las instalaciones.

Todos los alumnos pertenecientes a la escuela de portero de HurdeSport deberán acudir a los entrenamientos debidamente uniformados con ropa del club con el que colabore o bien con ropa que se les entregará en el momento de la inscripción y pago de la matrícula.

La distribución de los grupos en el terreno de juegos, así como los horarios de los entrenamientos, quedarán fijados y previamente pactados con el club convenido y se establecerán en función de la disponibilidad horaria y espacio dentro del mismo, lo cual será acordado con la suficiente antelación al comienzo de la temporada y será debidamente comunicado a padres o tutores y monitores.

CALENDARIO DE ENTRENAMIENTOS

El curso tendrá una duración estimada de 10 meses, siendo julio y agosto los excluidos, los cuales se aprovecharán para organización de eventos, campos, torneo etcétera salvo petición expresa del club colaborador de empezar entrenamientos en dichas fechas.

Las fechas, horarios y lugar de entrenamiento serán comunicados con suficiente antelación, al inicio de la temporada.

Cada grupo dispondrá entre 75 y 90 minutos aproximados de entrenamiento.

RECURSOS MATERIALES Y SANITARIOS

Para mejorar la calidad en el funcionamiento de la escuela de Porter@s, la buena organización de entrenamientos y conseguir óptimos resultados en los Porter@s, es

necesario contar con todo tipo de recursos materiales necesarios para tal fin, ya que desde HurdeSport nos importa mucho, tanto la progresión de los Porter@s, como la seguridad.

Por tal motivo se prestará especial atención a las instalaciones de la siguiente forma:

Área sanitaria: deberá existir una zona de botiquín y enfermería diseñada y suficientemente dotada para poder realizar la asistencia médica urgente a los deportistas lesionados ubicada en las proximidades de la zona de práctica deportiva.

Vestuarios: deben cumplir estrictamente con las medidas adecuadas de limpieza e higiene.

Equipamiento colectivo: se dispondrá de todo tipo de material necesario para la buena práctica deportiva (balones, petos, chinos, picas, conos, aros, vallas, etc.)

RECURSOS HUMANOS Y CUERPO TÉCNICO

Nuestra escuela de Porter@s cuenta con un excelente cuadro de monitores y entrenadores, debidamente cualificados y comprometidos con el proyecto formativo a qué nos enfrentamos para su desarrollo.

Su perfil deberá ser el de un buen educador, comunicador, capacidad docente, responsable, organizado, puntual, trabajador en equipo y ejemplo para los Porter@s.

Todos los entrenadores y colaboradores deberán conocer la filosofía de HurdeSport y los objetivos que queremos conseguir para nuestros Porter@s.

El portero se encontrará siempre acompañado y tutelado en su progresión por el entrenador o técnico especialista y sus colaboradores, que adquieren así un papel protagonista en la prevención de las lesiones deportivas y mejora de los alumnos.

REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO

Se elaborará un reglamento de régimen interno que deberán respetar todos los miembros de la escuela de Porter@s HurdeSport, los cuales recibirán una copia antes del inicio de la temporada.

Este reglamento nos permitirá llevar nuestro proyecto a la realidad, tratando de conseguir los objetivos que nos proponemos para nuestros alumnos.



Si alguno de los integrantes del centro incumple dicho reglamento, podrá ser automáticamente sancionado y si la falta fuese especialmente grave, podrá ser causa de expulsión permanente de la entidad.

REGLAS DISCIPLINARIAS OBLIGATORIAS PARA LOS PORTER@S

Al igual que todos los integrantes del cuerpo técnico de la escuela de Porter@s, los Porter@s recibirán una copia de las reglas disciplinarias obligatorias para los entrenamientos dentro y fuera de las instalaciones.

Dichas reglas son de obligado cumplimiento para el buen funcionamiento de nuestro proyecto y del propio alumno y no acatar las normas, podría suponer la sanción de no asistir a próximos entrenamientos, si la directiva Hola entrenador lo considera oportuno.

Desde HurdeSport, queremos crear hábitos de comportamiento que sirvan como ejemplo en la sociedad, partiendo del respeto y el compromiso con los miembros de la Academia y como sus propios compañeros.

EPÍLOGO

Con estas pautas anteriormente reseñadas, hemos querido dar una visión, un tanto desconocida, de lo que es la formación de los niños a través del deporte, en este caso del fútbol, dentro de una escuela de tecnificación de Porter@s, pero somos conscientes y entendemos que es debatible seguramente razonable cualquier opinión contraria a lo anteriormente expuesto.

Solo hemos pretendido dar forma y valor a una idea y a un proyecto que ya lleva muchos meses recogiendo excelentes resultados.

Cada uno de los que lean sabrá dejar, poner y o quitar cosas que les parezca mejor. No nos creemos en posesión de la verdad, nos limitamos a aportar una visión más amplia que la puramente futbolística y que la mayoría de los de aquí presentes hemos vivido en el pasado. Educar en valores.

Por otra parte, no es fácil llevar a cabo cualquier proyecto de esta índole, ni embarcar a todos los implicados en esta aventura, esto requiere mucho esfuerzo, sacrificio, entrega y dedicación, lo cual estamos dispuestos a poner día a día por el bien de nuestros Porter@s, hasta que el tiempo lime y de una forma a lo que aquí parece sencillamente resumido.

Equipo HurdeSport.

