



Memoria: Jornada “Capitanes en +”

1. LA JORNADA, INTRODUCCIÓN.

El fin último de la línea de actuación “**Capitanes +**” es potenciar y/o generar líderes entre iguales promotores de convivencia y “fair play” desde el importante rol de los capitanes de los equipos cadete en todos los equipos de la Federación Canaria.

Esta jornada se encuadra en la Fase III acciones A y B de la línea de actuación “**Capitanes +**”, en el proyecto integral, **proyecto Ganar**, y tiene por objetivo general presentar la línea de actuación a los capitanes de las categorías cadete preseleccionados de toda la FCF desarrollando una jornada de encuentro y participación para la acción.

FASES	ACCIONES	ACTIVIDADES	TEMPORALIZACIÓN
FASE I	Diseñar y concretar	<ul style="list-style-type: none"> Diseño concreto de línea de actuación. Concreción operativa de recursos y de materiales. Elaboración y desarrollo de materiales educativo y de liderazgo para la convivencia por temporada. Diseñar e implementar el brazalete C+. Estructurar las redes de comunicación y difusión del proyecto (web 2.0) y otras. Identificar e implicar a referentes capitanes del fútbol de élite para este proyecto. 	Septiembre a octubre
FASE II	Presentar seleccionar	<ul style="list-style-type: none"> Presentación general del programa a los delegados territoriales y a todos los clubes. Selección jugadores referentes de categorías cadete. Generación de redes operativas 	Octubre Noviembre
FASE III	A.-Convocatoria. Sensibilizar, concienciar, Invitar.	<ul style="list-style-type: none"> Presentar la línea de actuación a capitanes cadetes (y sus suplentes). Presentar la línea a los equipos directivos, coordinadores y entrenadores/as de los equipos cadete. Invitar a jornada 	6 diciembre
	B.-Reflexionar Formar	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollar una jornada de encuentro y participación para la acción. Jornada Capitanes en + . 	
Fase IV	A.-Crear, construir	<ul style="list-style-type: none"> Elaboración participativa de normas de convivencia para ganar jugando al fútbol. Aprobación 	Diciembre 2018
	B.- Liderar Actuar	<ul style="list-style-type: none"> Implementación. Desarrollar actuaciones de promoción de la convivencia durante la temporada en cada equipo. Colaborar como modelo referente en el resto de las líneas de acción de este proyecto. Seguimiento de línea de actuación. 	Enero a junio temporada 2018-2019
Fase V	Evaluar – Premiar – reconocer	<ul style="list-style-type: none"> Evaluar el proceso y los resultados desde comités arbitrales. Reconocer y premiar los capitanes en + referentes. 	Julio



Desde esta jornada de encuentro se seleccionó a los capitanes referentes, sensibilizó con el programa GANAR, así como se les concienció sobre su importante papel como líderes de convivencia en y desde el fútbol en sus equipos y clubes, reflexionando sobre las actitudes y conductas para ello, así como se intentó formar para que sean referentes entre sus iguales

Los objetivos que se plantearon para la jornada fueron:

- Generar y estructurar capitanes/as líderes entre iguales promotores de convivencia en + en todos los equipos de categoría cadete de Canarias.
- Desarrollar actuaciones de información, sensibilización y concienciación sobre los valores y actitudes necesarios y positivos en y para la convivencia en el fútbol y para la vida.
- Articular de manera operativa la figura del mediador/a de convivencia en ámbito educativo configurando como estructura base un equipo en cada centro
- Sumar y coordinar acciones.
- Aumentar las relaciones interpersonales con iguales que ejerzan una influencia positiva sobre los jóvenes.

Se desarrolló el Día 6 de diciembre de 09:30 a 18:00 h en las instalaciones deportivas del Colegio La Salle San Ildefonso (Av. la Salle, 3, 38005 Santa Cruz de Tenerife).

2. ASISTENCIA Y PARTICIPACIÓN

Para la selección de los deportistas se dieron dos premisas:

- a. Contar con representación de todas las islas.
- b. No superar los 70 participantes.

Coordinadamente con los delegados territoriales se consensuó la participación de los/as capitanes y capitanas cadetes según los equipos seleccionados en cada isla.



2.1. CARTA INVITACIÓN A LA JORNADA Y OTROS

Se remitió la siguiente carta para invitar a las jornadas:

¡Eres el capitán de tu equipo de fútbol! un gran orgullo y una responsabilidad.

Desde el proyecto “GANAR” de la Federación Canaria de Fútbol en colaboración con la Dirección General de deportes del Gobierno de Canarias, hemos diseñado una línea de trabajo para toda la temporada que se llama “Capitanes en +”, cuyos principales protagonistas son los jugadores y jugadoras de los equipos cadete liderados y representados por sus capitanes.

El proyecto lo iniciamos con la jornada en la que vas a participar el próximo jueves 6.

Ese día en horario de 09,30 a 18,00 horas vamos a juntarnos con otros capitanes de los equipos de todas las islas, a muchos/as seguro que ya los/las conoces, en un encuentro de convivencia y de trabajo para reflexionar sobre la importancia del liderazgo en positivo que hoy tiene un capitán de un equipo de fútbol, tú, para ganar, para que gane tu equipo, tu club, el fútbol y toda la sociedad.

Estamos muy ilusionados con este encuentro.

Te agradeceríamos que, si fuera posible, acudieras con el chándal de tu equipo o club. Con zapato cómodo (no botas de fútbol, vamos a estar en un espacio deportivo, no en un campo).

En el caso de que tú, tu padre o madre o tu entrenador/a desee más información de manera previa te pasamos el contacto para que puedan preguntar o consultar lo que deseen.

Nombre:

Correo: coordinacionproyectoseducativos@ftf.es

Teléfono: 651448080

2.2. ASISTENTES

Nº personas confirmadas		
	capitanes	delegados y otros
Tenerife	16	-
Gran canaria	21	1
Lanzarote	6	1
Fuerteventura	4	2
La Palma	6	1
El Hierro	4	1
La Gomera	2	1
Total	59	7



3. PROGRAMA DESARROLLADO

Jornada Capitanes en +			
Hora	Contenido	Desarrollo	Lugar
07.30 a 09.00	Acogida y recibimiento en aeropuerto. Acompañamiento.	Equipo jornadas.	Aeropuerto.
09:30 a 10.30	Acogida y bienvenida.	Equipo motor.	Patio cubierto en canchas de deporte.
10:30	Relacionar a los jóvenes capitanes de las diferentes islas. Favorecer la cohesión y conocimiento del grupo.	Dinámica de presentación nº 1.1. Dinámica de presentación nº 1.2. Asignación a 6 grupos de 15 componentes (estrellas de colores).	Canchas de deporte
11:00	Trabajo de la mañana. 1ª parte taller: ¿Qué veo y me preocupa? Puesta en común.	Taller 1.1. Por grupos.	Salas de trabajo en planta baja.
12.00	Dinámicas de movimiento- distensión. Desayuno media mañana.	Dinámica nº 2.	Canchas de deporte.
12.30	Capitanes en positivo. Capitán líder en positivo (C+H) * A.	Charla a todo el grupo.	Teatro. Cañón y megafonía.
13:00	Taller de co. Creación. Construyendo un capitán para ganar. ¿Por qué eres capitán? ¿Para qué eres capitán? ¿Qué actitudes + tiene que tener un capitán?	Taller 1.2. Por grupos (A x 10).	Salas de trabajo.
13:45	Puesta en común. Actitudes de un capitán en positivo que hacen GANAR al equipo.	Puesta en común. Presentación institucional DGD y FCF.	
14:30	Almuerzo		A determinar.
15:30	Dinámicas de movimiento- activación.	Dinámica nº 3.	Canchas de deporte.
16:00	Taller de co. Diseño. <i>Conductas en+ de un capitán + con</i> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Mis compañeros</i> ● <i>Mi entrenador</i> ● <i>Equipo arbitral</i> 	Taller 1.3. Por grupos (A x 10)	
17:00	Reflexión previa (vasos de agua) Entrega de brazaletes	Dinámica nº 4	
18:00	Dinámica de despedida. <i>Fin del encuentro.</i> <i>Mensajes a mi entrenador y equipo.</i>	Dinámica nº 5	Canchas de deporte



4. DINÁMICAS REALIZADAS.

4.1. DINÁMICAS DE ACOGIDA Y BIENVENIDA.

▪ Dinámica Nº 1.1. Presentación con balón

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">● Relacionar a los jóvenes capitanes de las diferentes islas● Favorecer la cohesión y conocimiento del grupo
Desarrollo	Con los participantes colocados en círculo, tendrán que pasarse el balón, cuando reciben el balón tienen que compartir con el resto de los participantes: <ul style="list-style-type: none">- Nombre- Equipo, club e isla de referencia.- Lo que más me gusta del fútbol
Material	2 balones de fútbol

▪ Dinámica Nº 1.2. La Rueda

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">● Relacionar a los jóvenes capitanes de las diferentes islas● Favorecer la cohesión y conocimiento del grupo
Desarrollo	Los participantes se dividen en dos grupos iguales, se coloca a un grupo formando un círculo entrelazado de los brazos, mirando hacia afuera del círculo. Se coloca al otro grupo a su alrededor, formando un círculo por fuera, tomados de las manos y mirando de frente a los participantes del círculo interior. Se indica que se va a hacer sonar una música y que mientras suena deberán moverse los círculos hacia su izquierda. (Así cada rueda girará en sentido contrario a la otra), y que cuando pare la música deberán seguir las premisas que diga el animador. Las premisas serán las siguientes: <ul style="list-style-type: none">- Nombre, equipo e isla.- Saludarse de forma divertida- Comida preferida- ¿Por qué eres capitán?- Darse un abrazo
Material	Equipo de música



CONCLUSIONES SOBRE SU DESARROLLO:

Primera actividad de la jornada, el objetivo de esta dinámica era favorecer la socialización de los y las participantes, romper el hielo entre ellos, y favorecer que se fueran conociendo, para que durante los talleres previstos fueran capaces de compartir y reflexionar juntos.

La primera parte de la dinámica, como era de esperar, los chicos y chicas fueron entrando en la dinámica poco a poco, lo importante era que se fueran conociendo e identificando los diferentes clubes que estaban presentes. Se cumplió el objetivo de la misma y se preparó a los jóvenes para la segunda parte de la dinámica.

Esta segunda parte de la requería una mayor implicación, rápidamente entraron en confianza y comenzaron a compartir según las diferentes premisas del animador.

Se diseñó la actividad para que los jóvenes sin darse cuenta fueran de menos a más, empezaron pasándose el balón y diciendo su nombre a compartir aspectos personales como el motivo por el cual son capitanes o compartir con el resto su comida preferida, para terminar, dándose un abrazo y romper esas primeras barreras.



4.2. DINÁMICAS DE MOVIMIENTO- DISTENSIÓN.

- **DINÁMICA Nº 2. BRILÉ MEZCLADO**

Objetivo	Crear un espacio de socialización y distensión de los participantes.
Desarrollo	Todos los jugadores mezclados y sin equipos. El juego sigue las normas del brilé tradicional, la diferencia es que no hay equipos, juegan todos contra todos. Cuando la pelota de goma espuma impacta en un jugador y la pelota cae al suelo el jugador está eliminado, y tendrá que sentarse en el suelo, en el mismo lugar donde fue eliminado. Este jugador podrá ser salvado por otro participante pasándole el balón y este jugador debe pasar de nuevo el balón a otro participante de esta forma puede volver a jugar.
Material	6 pelotas de goma espuma
Observaciones	Esta variante del brilé fomenta la diversión y el juego sin ganadores y vencidos.

CONCLUSIONES SOBRE SU DESARROLLO:

El principal objetivo de esta actividad era divertirse, divertirse sin ser competitivos y ayudando a sus compañeros y compañeras a seguir participando en el juego.

El pabellón de La Salle se prestó a que la actividad se desarrollara sin contratiempos, un espacio amplio, con un pavimento adecuado junto con las pelotas de goma espuma y la implicación de los animadores y animadoras que participaron en el juego como uno más, conseguimos que los jóvenes se divirtieran, se siguieran conociendo e incluso gastaran energías.

A tener en cuenta para futuras actividades aumentar el número de pelotas de goma espuma, se llevaron seis pelotas, pero al ser el lugar tan amplio y con el número de participantes elevado al principio nos percatamos de que no todo el mundo participaba, esto se solucionó acotando el terreno de juego, de esta forma al reducir el espacio las pelotas llegaban a todos y todas.



4.3. DINÁMICAS DE MOVIMIENTO- ACTIVACIÓN

▪ DINÁMICA Nº 3. ALFIL – CABALLERO – JINETE.

Objetivo	Fomentar la distensión y la competencia sana.
Desarrollo	<p>Se dividen todos los participantes en parejas, cada pareja se enumera del 1 al 2, las parejas se separan para formar 2 círculos grandes, tomados de la mano de espalda (viendo para afuera del círculo), los numero 1 formaran un círculo y los numero 2 el otro. La dinámica consiste en hacer 3 posiciones con tu pareja: Alfil, Caballero o Jinete. El animador les explica antes de empezar la dinámica.</p> <ul style="list-style-type: none">● Alfil: uno carga al otro en posición de recién casado.● Caballero: uno de los dos se arrodilla en una pierna y el otro se sienta sobre la otra.● Jinete: uno de los dos, carga al otro con la espalda. <p>Cuando el animador comience la dinámica los dos círculos empiezan a girar rápido, cuando el animador diga:</p> <ul style="list-style-type: none">● ¡Alfil! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de Alfil.● ¡Caballero! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de caballero.● ¡Jinete! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de jinete. <p>Las últimas parejas en hacer las posiciones van saliendo del juego hasta encontrar la pareja ganadora.</p>
Material	Equipo de música.

CONCLUSIONES SOBRE SU DESARROLLO:

Esta actividad no hubiera salido bien sin las actividades anteriores, era parte del proceso que esta dinámica se desarrollara a esa hora.

Hay que destacar que durante todo el encuentro los y las participantes estaban mezclados, darles la oportunidad de jugar en parejas con las personas que ellos mismos eligieran. Incluso pudiendo elegir con quién jugar observamos que muchos jugaron con personas de otros equipos. Ya solo con eso, el objetivo estaba más que cumplido. A parte de eso la actividad fue muy divertida se desarrolló sin contratiempos y los jóvenes colaboraron en el buen desarrollo de la misma, con una actitud adecuada, al igual que en toda la jornada.



4.4. DINÁMICA DESPEDIDA

- **DINÁMICA N°4. PASILLOS DE APLAUSOS.**

Objetivo	Despedir el encuentro de una manera divertida y motivante.
Desarrollo	Los participantes se colocan por parejas. Todas las parejas se colocan formando un pasillo. La primera pareja pasa por el pasillo y el resto de las parejas aplaude mientras hace el recorrido. Cuando la primera pareja llega al final del pasillo continúa formando el pasillo y la siguiente pareja comienza el recorrido, de tal forma que el aplauso será continuo, hasta que pase la última pareja.
Material	Equipo de música.

CONCLUSIONES SOBRE SU DESARROLLO:

Actividad que cerraba el encuentro, después de un mañana llena de reflexiones, de actividades, de compromisos...era importante reconocer y agradecer la predisposición de los jóvenes. No es fácil que, durante todo un día, jóvenes que no se conocen y que no están acostumbrados a compartir y reflexionar situaciones y emociones del deporte que les enamora, lo hagan con esa predisposición, actitud y colaboración.

La colocación de los brazaletes en este momento del día fue el adecuado, de esta forma conseguimos que terminaran el encuentro llevándose un recuerdo que implica un compromiso (brazaletes de capitán) y con el agradecimiento y aplauso de sus iguales.



5. TALLERES COLABORATIVOS

5.1. TALLER 1.1 NOMBRE: ¿QUÉ VEO Y QUE ME PREOCUPA?

Objetivo	Reflexionar sobre las conductas positivas y negativas en la interacción deportiva de los diferentes agentes en el fútbol, tanto en situaciones de entrenamiento como de competición.
Desarrollo	Por grupos reflexionar sobre las diferentes conductas positivas y negativas que se observan en el fútbol, desde sus roles como capitanes y líderes de los equipos. Lo que ven y que les preocupa con respecto a sus compañeros, con el equipo contrario, con el equipo arbitral y con la afición.
Material	100 copias del documento 1.1 y bolígrafos para los participantes

¿Qué veo y que me preocupa?

En el fútbol convivimos muchas personas, la mayoría del tiempo en situaciones de entrenamiento y los fines de semana compitiendo con otros equipos. Desde las experiencias de cada uno, la personal y la de su equipo, muchos de vosotros lleváis jugando al fútbol casi 10 años, vamos a compartir nuestras percepciones y experiencias.

En un campo de fútbol están los jugadores, los entrenadores, los árbitros y los espectadores, y todos con todos nos relacionamos e interaccionamos.

Nos hacemos esta pregunta **¿qué veo y me preocupa?**

En los entrenamientos

Entre mis compañeros	<p>GRUPO ROSA: Positivas: buen rollo y trabajo en equipo. Negativo: faltas de respeto depende del momento. Me preocupa que demos mal ejemplo y que se cree mal rollo entre nosotros/a.</p> <p>GRUPO ROJO: se desmotivan después de la derrota, individualismo, de vacilón en los entrenamientos, peleas entre compañeros, problemas de salud, no hacer caso al entrenador y que se pasen de intensidad entrenando.</p> <p>GRUPO AZUL: comparación entre los compañeros, intensidad, pero controlada y piques.</p> <p>GRUPO VERDE: actitud, falta de compromiso, excesiva competencia, rivalidad, envidia, falta de compañerismo.</p> <p>GRUPO AMARILLO: mucho cachondeo, discusiones, piques y pasotismo.</p>
Con el entrenador	<p>GRUPO ROSA: que el entrenador grite nos preocupa porque tenemos mala actitud o hagamos las cosas mal.</p> <p>GRUPO ROJO: que crean que el entrenamiento es un castigo, que el lenguaje sea inadecuado, que llegue tarde y que termine el partido y tome alcohol.</p> <p>GRUPO AZUL: contestarle cuando no estás de acuerdo, tomarse mal las críticas y meter a jugar a los malos.</p> <p>GRUPO VERDE: preferencias, falta de oportunidades y prejuicios.</p> <p>GRUPO AMARILLO: favoritismo, contestaciones y presión.</p>



¿Qué veo y que me preocupa?

Cuando competimos con otros equipos

<p>Entre jugadores del mismo equipo</p>	<p>GRUPO ROSA: hay falta de respeto por malos entendidos. Nos preocupa que se ve como si fuéramos enemigos.</p> <p>GRUPO ROJO: desconfianza entre ellos, que vayan confiados, que les falte motivación, que no hagan caso al capitán, que no se entiendan en una jugada, no animar al compañero, que no haya compañerismo, que humillen al equipo contrario y que se rían del propio compañero cuando hace algo mal.</p> <p>GRUPO AZUL: recriminar a compañeros comentarios de sus padres.</p> <p>GRUPO VERDE: rivalidad, recriminar los fallos, críticas negativas, problemas fuera del campo, amenazar a los jugadores que vienen de categoría inferior.</p> <p>GRUPO AMARILLO: juego violento.</p>
<p>Con los jugadores del equipo contrario</p>	<p>GRUPO ROSA: insultos, piques, solo somos rivales dentro y fuera seguimos siendo amigos. Nos preocupa que se cree un tipo de conflicto.</p> <p>GRUPO ROJO: que vayan hacer daño, faltas de respeto, quejas hacia el arbitro porque pita al equipo local, la falta de competitividad, que vayan con agresividad y no juegue y que haya compañerismo.</p> <p>GRUPO AZUL:</p> <p>GRUPO VERDE: piques, agresión "espérame a la salida", "nos vemos fuera" (acoso), humillar a otros jugadores (caños).</p> <p>GRUPO AMARILLO: nos ponemos al mismo nivel, no se disculpan y comentarios inadecuados cuando se pierde.</p>
<p>Los jugadores con el árbitro</p>	<p>GRUPO ROSA: insulto al no pitar bien y algunos árbitros tienen miedo al equipo local.</p> <p>GRUPO ROJO: las malas formas de hablarle al árbitro, agresiones, que le metan miedo al árbitro, las equivocaciones y favoritismo.</p> <p>GRUPO AZUL:</p> <p>GRUPO VERDE: "todos los árbitros son malos", protestas, insultos, amenazas y agresiones.</p> <p>GRUPO AMARILLO: nos ponemos al mismo nivel.</p>
<p>Nosotros con los entrenadores y entre entrenadores</p>	<p>GRUPO ROSA: piques entre ellos, por lo que se puede crear conflictos.</p> <p>GRUPO ROJO: discusiones entre jugadores y entrenadores, los insultos y reírse del otro entrenador.</p> <p>GRUPO AZUL: poner a los jugadores suplentes en los partidos importantes.</p> <p>GRUPO VERDE: piques: posibles agresiones, llevan los problemas fuera, actitud negativa a la hora de un cambio, cuestionar las decisiones el entrenador.</p> <p>GRUPO AMARILLO: comentarios negativos entre ellos sobre los problemas que pasan en el campo.</p>
<p>Con los espectadores y estos con nosotros</p>	<p>GRUPO ROSA: insultos al árbitro, jugadores. Insultos a las chicas por el echo de ser mujer. Piques en las gradas. Nos preocupa que se creen conflictos y no juguemos a gusto.</p> <p>GRUPO ROJO: las cosas que nos dicen: eres malo, te espero fuera, no te pases con mi hijo, saca rápido piscinero, eres una mierda, corre más que eres un gordo. Lanzamientos de objetos. Gestos de los jugadores hacia el público. Perder concentración en los partidos.</p>



¿Qué veo y que me preocupa?

	<p>GRUPO AZUL: que los espectadores se centren en animar y no ver lo fallos e insultos racistas.</p> <p>GRUPO VERDE: faltas de respeto, criticar a quien sustituye a su hijo.</p> <p>GRUPO AMARILLO: discusiones entre padres, insultos entre ellos y a los jugadores.</p>
Los espectadores con el árbitro y con los entrenadores	<p>GRUPO ROSA: insultos, se creen entrenadores, amenazas al árbitro. Nos preocupa que se pare el partido, que les peguen.</p> <p>GRUPO ROJO: cuando le gritan que es un mal entrenador (saca a mi hijo, mi hijo tiene que jugar), cuando el arbitro se equivoca y lo insultan, que lo esperen fuera.</p> <p>GRUPO AZUL:</p> <p>GRUPO VERDE: agresiones, amenazas, criticar las decisiones del arbitro con insultos, criticar/subestimar las decisiones del entrenador.</p> <p>GRUPO AMARILLO: no se respetan y nos genera presión.</p>

Observaciones y conclusiones sobre el taller:

Primer taller de la mañana, este taller consistía en realizar un análisis de la realidad de las situaciones que se presentan en los campos de fútbol, tanto en los entrenamientos como en los partidos, como podemos observar en el vaciado de aportaciones de la tabla anterior.

A los y las participantes les resultó sencillo compartir con sus compañeros y compañeras las situaciones que viven en el fútbol. Los talleres se desarrollaron sin contratiempos.



5.2. TALLER 1.2 NOMBRE: ¿POR QUÉ ERES CAPITÁN? - ¿PARA QUÉ ERES CAPITÁN?

Objetivo	Reflexionar, determinar y compartir las actitudes en positivo que debe tener un capitán para ganar
Desarrollo	<p>Una vez visualizado el vídeo (C+H) x A, los participantes se reúnen por grupo para reflexionar y compartir las actitudes que debe de tener un capitán +, ¿qué actitudes deben de tener para fomentar y promocionar valores positivos en el fútbol para contagiar a todos los agentes implicados.? Para eso los jugadores partirán desde las premisas ¿Por qué y para qué eres capitán?</p> <p>Al terminar el taller se realizará la puesta en común con el resto de los grupos. La puesta en común se realizará mediante carteles realizados en cartulina, donde cada grupo hará un cartel por cada actitud + que considere</p>
Material	<p>100 copias del documento 1.2.</p> <p>10 cartulinas de colores y una caja de rotuladores</p>

Conductas de un capitán de fútbol, líder en + para ganar

Eres el líder + de tu equipo de fútbol. Ya hemos concretado las actitudes que un capitán de equipo cadete debería tener (recuerda que actitudes con "c" es diferente a aptitudes con "p"). Actitudes con "c" son la predisposición que una persona, en este caso un capitán tiene a comportarse y actuar de una manera determinada. Las actitudes guían las conductas, la forma de comportarse una persona.

Vamos, entre todos a concretar qué conductas en + debería hacer un capitán de equipo cadete

Nos hacemos esta pregunta **¿qué conductas y comportamientos en + debería hacer un capitán + de equipo cadete como líder de su equipo para ganar?**

Es muy importante concretar esa conducta, un gesto, una manera de hablar, etc. Recuerda que las conductas las observan todos.

Durante los entrenamientos

Con sus compañeros	<p>GRUPO ROSA: evitar conflictos, dispuesto a ayudar, dar ejemplo, hablar de los partidos y de los errores y atender lo que dicen los compañeros.</p> <p>GRUPO ROJO: positiva, confianza, ser un ejemplo, valentía, compañerismo, humildad, ser respetuoso, responsabilidad, saber escuchar y saber comunicar.</p> <p>GRUPO AZUL: animar, ser un ejemplo, un segundo entrenador y actitud ganadora.</p> <p>GRUPO VERDE: apoyar al compañerismo, motivar "ánimos" centrarse, seriedad, mediar entre conflictos, diferenciar cuando hay que estar de "risa" y "seriedad".</p> <p>GRUPO AMARILLO: mantener unidos, ayudarnos, mediar conflictos, comunicar a entrenador, corregir al grupo e igualdad.</p> <p>GRUPO NARANJA: ser un líder, apoyo moral, animen, dar ejemplo, comunicación, apoyar, ayudar a los compañeros, respetar y evitar conflictos.</p>
Con su entrenador	<p>GRUPO ROSA: escuchar al entrenador y ayudarlo y mediar entre el entrenador y los compañeros.</p> <p>GRUPO ROJO: respeto, confianza, comunicación, saber escuchar, ser atento, solucionar y conflictos.</p>



Conductas de un capitán de fútbol, líder en + para ganar

	<p>GRUPO AZUL: hablar de manera respetuosa y darle consejos.</p> <p>GRUPO VERDE: hablar de los conflictos, convencer de que los demás necesitan minutos, evitar malos entendidos y atento a las explicaciones.</p> <p>GRUPO AMARILLO: hablarle con respeto, comunicarle las cosas y fallos y estar dispuesto a ayudar.</p> <p>GRUPO NARANJA:</p>
Cuando competimos con otros equipos	
Con los jugadores del mismo equipo	<p>GRUPO ROSA: animar a los compañeros, darles confianza en ellos mismos, apoyarlos, propiciar un buen ambiente y ser una persona en la que confiar.</p> <p>GRUPO ROJO: líder.</p> <p>GRUPO AZUL: respeto y intermediar en los conflictos.</p> <p>GRUPO VERDE: escuchar y entender lo que dice tu compañero, preparado para la toma de decisión y animar.</p> <p>GRUPO AMARILLO: respeto e igualdad.</p> <p>GRUPO NARANJA:</p>
Con los jugadores del equipo contrario, con el Otro capitán	<p>GRUPO ROSA: crear buen rollo y evitar conflictos.</p> <p>GRUPO ROJO: respetarlos y humildad.</p> <p>GRUPO AZUL: respetarnos.</p> <p>GRUPO VERDE: hablar si hay algún equipo, hablar con el otro jugador para solucionarlo.</p> <p>GRUPO AMARILLO: respetarlos y compromiso.</p> <p>GRUPO NARANJA:</p>
Con el árbitro	<p>GRUPO ROSA: ayudarlo y controlar la situación, respetarlo y recordarles las faltas, las tarjetas...</p> <p>GRUPO ROJO: respeto, empatía, humildad, entenderse y apoyarse.</p> <p>GRUPO AZUL: respetar sus decisiones, separar a otros y hablar nosotros.</p> <p>GRUPO VERDE: hablar con el arbitro y comunicar con el árbitro correctamente.</p> <p>GRUPO AMARILLO: ayudarlo, respeto y separarlo.</p> <p>GRUPO NARANJA:</p>
Con los espectadores	<p>GRUPO ROSA: hacerles disfrutar.</p> <p>GRUPO ROJO: concentrarse en el juego y evitar el conflicto.</p> <p>GRUPO AZUL:</p> <p>GRUPO VERDE: no dirigirse a la grada, ni tus compañeros tampoco.</p> <p>GRUPO AMARILLO: evitar los conflictos y controlarlos.</p> <p>GRUPO NARANJA:</p>



Conductas de un capitán de fútbol, líder en + para ganar

Con los medios de comunicación

GRUPO ROSA: ser realista, autocrítico y que se vean las ganas de mejorar.

GRUPO ROJO: confianza en el equipo, sano y saludable.

GRUPO AZUL:

GRUPO VERDE: evitar malos rollos por redes sociales.

GRUPO AMARILLO:

GRUPO NARANJA:

Observaciones y Conclusiones sobre el taller:

Después de la intervención con todos juntos en el salón de actos y la reflexión de lo importante que es la actitud en aquellas cosas que se proponen en sus vidas, incluyendo el fútbol, ayudo a que una vez en los talleres salieran muchas reflexiones, sobre la importancia de la actitud en cada entrenamiento y en cada partido.

En algunos grupos no dio tiempo de relacionar las actitudes con todos los actores que intervienen en el fútbol, pero si se trabajaron las actitudes de forma general, que a continuación se trasladaron a las estrellas



5.3. TALLER 1.3. TALLER CONDUCTAS EN + DE UN CAPITÁN EN +

Objetivo	Reflexionar sobre las conductas de un capitán con sus compañeros, con su entrenador y con el equipo arbitral.
Desarrollo	Trabajo en grupo para reflexionar como llevar a la práctica las actitudes de un capitán en positivo con sus compañeros, entrenadores y equipo arbitral. Al finalizar este taller se entregará a cada uno de los capitanes en brazalete del capitán +, para que en sus equipos contagien a los demás de esas actitudes que queremos que se reproduzcan en los campos de fútbol cada fin de semana. Que ellos como capitanes sean altavoces para el resto de los compañeros, que ejerza su rol de líder en positivo.
Material	100 copias documento 1.3 El taller no se desarrolló desde el ajuste de tiempos y secuencia de la jornada.

6. CONFERENCIA CAPITANES EN POSITIVO

Exposición a cargo de D. Miguel Tomé (Coordinador deportivo del Proyecto Ganar) con el título: Capitán en +. Conocimiento y control de emociones.

7. MODELO DE ACTITUDES DE UN LÍDER CAPITÁN EN POSITIVO COMO REFERENCIA

ACTITUDES REFLEXIONADAS Y COMPARTIDAS POR LOS Y LAS PARTICIPANTES:

- Saber escuchar
- Apoyar a los compañeros
- Ser realista y autocrítico
- Esperanza
- Referente
- Mediador
- Ser empático
- Saludable
- Ayudar al arbitro a evitar y controlar malas situaciones
- Dar ejemplo
- Dispuesto a dar la cara por y para el equipo
- Humildad



- Evitar superioridades
- Gestionar conflictos
- Dar confianza a los compañeros
- Transmitir emociones positivas
- Apoyar
- Motivar a los compañeros
- Respeto
- Líder
- Tomar las mejores decisiones
- Tener sacrificio para ayudar al equipo
- Mediar entre compañeros o con el arbitro
- Saber divertirse
- Ser respetuoso
- Inclusivo
- Estar pendiente del compañero
- Saber escuchar
- Ayudar al equipo en las ocasiones más difíciles
- Compromiso dentro y fuera del campo
- Saber ganar o perder
- Hacer disfrutar a los espectadores
- Honestidad
- Responsabilidad
- Mantener la cabeza fría en todo momento y motivar al equipo cuando más lo necesita.
- Ser ejemplar
- Comunicar con los compañeros y entrenador
- Seriedad y compromiso
- Un capitán debe ser pacífico
- Evitar que haya conflictos entre los compañeros
- Crear buen rollo
- Superación
- Respetar, al contrario
- Corregir las actitudes del equipo
- Hacer que confíen en mí
- Unificar
- Hablar de manera moderada al árbitro



CONCLUSIONES. SER UN CAPITÁN EN POSITIVO

LAS FUNCIONES DE UN CAPITÁN DE UN EQUIPO DE FÚTBOL SON:

- Elegir junto con el capitán del equipo contrario el sorteo de campo o balón.
- Comunicación abierta con el entrenador ante cualquier problema de vestuario
- Mirar y escuchar al entrenador durante el juego. Esto es especialmente importante durante las interrupciones del juego. El entrenador puede notar algo que hay que modificar o cambiar en el equipo y el capitán puede realizar los ajustes que desea realizar el entrenador.
- Representar al equipo dentro y fuera del campo.
- No mandar, pero sí exigir trabajo de equipo.
- Asumir la responsabilidad del equipo en ausencia del entrenador. Comunicación con el resto de los capitanes para guiar al grupo.
- Tareas de dirección de equipo cuando sea necesario y se lo encomiende el entrenador.
- Solicitar el cambio al árbitro de un compañero cuando deba ser sustituido por una razón especial.
- Comunicarse con los jugadores durante el juego. Es importante para el equipo que sepa dar instrucciones a sus compañeros durante el partido y trate de corregir a sus compañeros en el momento oportuno. Durante una interrupción del juego, el capitán debe tratar de comunicarse con uno o dos de los jugadores más cercanos a él para comentarles la situación de juego.

UN CAPITÁN EN POSITIVO DE UN EQUIPO DE FÚTBOL:

- ES el Intermediario entre jugadores y entrenadores o monitores en referencia a informarles sobre un comportamiento o actitud anormal de un jugador de su equipo, durante un partido.
- ES el reflejo de los jugadores, mostrar interés en cada charla, concentración y trabajo
- AYUDA a la resolución de conflictos entre jugadores y entre Jugadores/Cuerpo Técnico.
- CONECTA El grupo en uno solo, evitando subgrupos.
- GESTIONA los fracasos y los éxitos. “Ni las derrotas son tan pequeñas ni las victorias tan grandes”.
- EJERCER su liderazgo. Confiar, convencer y aplicar las ideas del entrenador.
- ESTA PRECOPADO por los compañeros, anima ante errores y felicita ante aciertos.
- HACE cumplir las instrucciones y decisiones del árbitro, ayudando al colegiado, a su protección y a que el partido se desarrolle con normalidad de principio a fin.



- ES un ejemplo ante el colegiado, comunicación formal con él, y evitar que algún compañero interactúe de manera incorrecta con el árbitro.
- INFLUENCIA positivamente sobre el desarrollo de los rasgos y cualidades determinados de la personalidad y la conducta de los futbolistas.

Y SUS ACTITUDES SON:

- **Saber escuchar:** un capitán de equipo en +, líder, debe escuchar, conocer y tomar en cuenta las opiniones de sus compañeros para poder influir en ellos y así poder dirigir al equipo en todas las situaciones.
- **Integridad:** un capitán de equipo en +, líder, debe ser integro. Una persona confiable y que hace lo que dice.
- **Automotivación:** Un capitán de equipo en +, líder siempre debe estar motivado, ser positivo, ver las cosas desde otra perspectiva que nadie ve.
- **Actitud de amistad:** Un capitán de equipo en +, líder debe ver siempre el lado positivo de las personas, de sus compañeros especialmente. Tiene una relación de confianza mutua con el equipo.
- **Autenticidad y Humildad:** un capitán de equipo en +, líder puede equivocarse, es un ser humano como todos. La mejor herramienta de un líder es su autenticidad, que admite sus defectos, los compañeros ya los han notado de nada sirve esconderlos.
- **Justicia:** dar a cada uno lo que merece.
- **Solidaridad:** a un buen capitán de equipo en +, líder no le importa que los demás brillen más que él, a ese líder le importa el equipo. Un buen capitán de equipo en +, líder ayuda a que todos los compañeros del equipo exploten su potencial y sean mejores cada día. El líder lleva a todo el equipo a la meta no se aprovecha del equipo para llegar a la meta.
- **Actitud comunicativa:** la clave del éxito está en que los mensajes del capitán de equipo en +, líder se transmitan con claridad y que todos lo entiendan. Dicha comunicación, además, no es unidireccional. Un capitán de equipo en +, líder, debe estar comprometido a escuchar nuevas ideas, críticas o comentarios. Del mismo modo, debe ser capaz de comunicar de forma clara su visión y la del equipo y club al que pertenece.
- **Actitud de trabajo en equipo:** un equipo es más eficaz que un capitán de equipo en +, líder, solo. Los buenos líderes saben que uno es un número demasiado pequeño para hacer grandes cosas.
- **Actitud de búsqueda de cambio.** Los capitanes de equipo en +, líderes, se adaptan fácilmente al cambio, normalmente son quienes buscan el cambio para la mejoría del equipo.
- **Autoconocimiento, manejo de emociones.** Un capitán de equipo en +, líder siempre está expuesto a muchos desafíos que le generan tensión, por eso debe aprender a manejar estas situaciones con profesionalismo y disciplina para superar obstáculos. Ser líder no es tarea fácil.



- **Actitud de disponibilidad:** capitán de equipo en +, líder está dispuesto a hacer lo que otros no harán.
- **Vea en todos un 10.** El capitán de equipo en +, líder señala las cosas buenas de los demás (normalmente las personas tendemos a fijarnos en lo que hacen mal los demás). Los líderes se fijan en lo que hacen bien los demás.
- **Entienda su posición:** todo capitán de equipo en +, líder debe entender que los resultados logrados son para todo el equipo y aunque el líder haya hecho gran parte, todo aportaron lo que pudieron, por lo que debe celebrar el triunfo, pero en equipo.
- **Merecer respeto.** Un capitán de equipo en +, líder quiere merecer el respeto de su equipo
- **Ser positivo.** El capitán de equipo en +, líder es claro consigo mismo. Confía sí mismo y sabe cómo mantenerse sereno y positivo, lo que da energía al equipo. Con un capitán optimista, el equipo se siente seguro.
- **Mobiliza habilidades:** Un capitán de equipo en +, líder sabe cómo guiar a su equipo. Mobiliza las habilidades correctas de los compañeros adecuadas en el momento adecuado. Desarrolla el talento colectivo para lograr la misión.
- **Tener un comportamiento asertivo.** ¿Qué significa este término extraño? La asertividad (afirmarse a sí mismo: afirmarse) es simplemente expresarse claramente mientras se respeta al otro sin un equilibrio de poder. ¡Es una actitud ganadora / ganadora! Te respetas y respetas.
- **Influencia.** Un capitán de equipo en +, líder influyente no necesita hacer uso de su autoridad para actuar sobre su equipo. El buen líder influye a través de la inspiración, de su carisma, sus valores y sus cualidades innatas, haciendo que sus compañeros quieran seguirle, en vez de sentir que “deben” hacerlo.
- **Estoicismo.** “El estoicismo es, en su raíz, aceptar y anticipar para no asustarnos, reaccionar emocionalmente o agravar aún más las cosas. Entrenar a nuestra mente, considerar los peores escenarios y regular nuestras respuestas instintivas inútiles es la manera en la que evitamos que estas situaciones jodidas no se conviertan en acontecimientos fatales”.
- **Capacidad de decisión.** Un capitán de equipo en +, líder tiene que tomar las decisiones rápido, fuerte y no mirar atrás. Hay veces que una mala decisión bien tomada puede dar mejores resultados a largo plazo y a forjar un equipo más fuerte, que una elección correcta hecha ‘al ahí se va’”.
- **Generosidad.** Un capitán de equipo en +, líder ofrece lo mejor de sí mismo.
- **Responsable.** “Es mucho más fácil echar culpas que aceptar que tienes alguna responsabilidad cuando algo sale mal. Responsabilidad, es ir más allá de aceptar la culpa y hacer algo para remediar el error”.



8. CONCLUSIONES

- Hay que destacar una vez más la implicación, la actitud y la colaboración de los y las participantes.
- Muchos de los y las participantes son auténticos líderes y posibles referentes para el futuro del proyecto.
- El brazalete debe ser inclusivo en referencia a igualdad de género.
- Encuentro motivador para los capitanes asistentes, importante el seguimiento para trasladar lo aprendido y reflexionado a sus iguales.
- Necesaria la implicación de los entrenadores y entrenadoras cadetes, o coordinadores de los clubes en su defecto.