CLUBUL SPORTIV BLEJOI

Centrul de Copii si Juniori

PROGRAMUL DE DEZVOLTARE 2023-2028

Strategia

Clubul Sportiv Blejoi este o structură sportivă de drept public, pluridisciplinară, înscrisă în Registrul Sportiv sub nr. PH/A1/00001/2009, afliata la Federatia Romana de Fotbal si Asociatia Judeteana de Fotbal Prahova.

MISIUNE:

- Administreaza, promoveaza si dezvolta continuu si durabil sportul in comuna Blejoi;

VIZIUNE:

- Clubul Sportiv Blejoi este cea mai importanta organizatie sportiva la nivelul comunitatii locale, promoveaza sportul blejoian si furnizeaza un model organizational pentru sportul din comuna Blejoi;

Strategia

VALORI:

- Drumul spre performanta si atingerea obiectivelor este dependent de asumarea unui set de valori:
- *Iubeste sportul* - fă lucruri bune pentru sport ori de cate ori ai ocazia;
- *Meritocratie* - respecta-l pe cel mai bun;
- *Integritate* - fii cinstit si drept oriunde si oricând;
- *Cooperare si incredere* - de unul singur nu poti construi nimic;
- *Autonomie si subsidiaritate* - nu încuraja clientelismul si concentrarea deciziei;
- *Buna guvernanta* - alternativa este arbitraritatea bunului-plac;
- *Dezvoltare si performanta* - fii mereu în miscare, masoară-te cu cei mai buni;
- *Nu violenta, nu rasism* - gandeste-te ca celalalt poate fi fratele tau;
- *Fair-play* - nu exista joc in afara regulilor;
- *Perseverenta* - ca sa poti crede in victorie, trebuie sa o pregatesti!

Obiective

- Cresterea numarului de jucatori prin atragerea permanenta a copiilor din comuna catre sport. Sunt organizate selectii la nivelul Scolii Gimnaziale ,,Radu Tudoran" Blejoi si la scolile din comunele invecinate;
- Implemetarea filozofiei si metodologiei proprii, formulata dupa ultimele recomadari FIFA/FRF la nivel juvenil, care sa devina un exemplu de urmat in structurile fotbalistice judetene;
- Formarea individuala prin valorile sportului; promovarea educatiei prin sport, formarea unor tineri adaptati unei societati in continua schimbare;
- Atragerea de noi fonduri pentru dezvoltarea bazei materiale, a conditiilor de antrenament si competitionale. Sumele alocate in prezent sunt de la bugetul local si din sponsorizari.

Organizarea sectorului de juniori

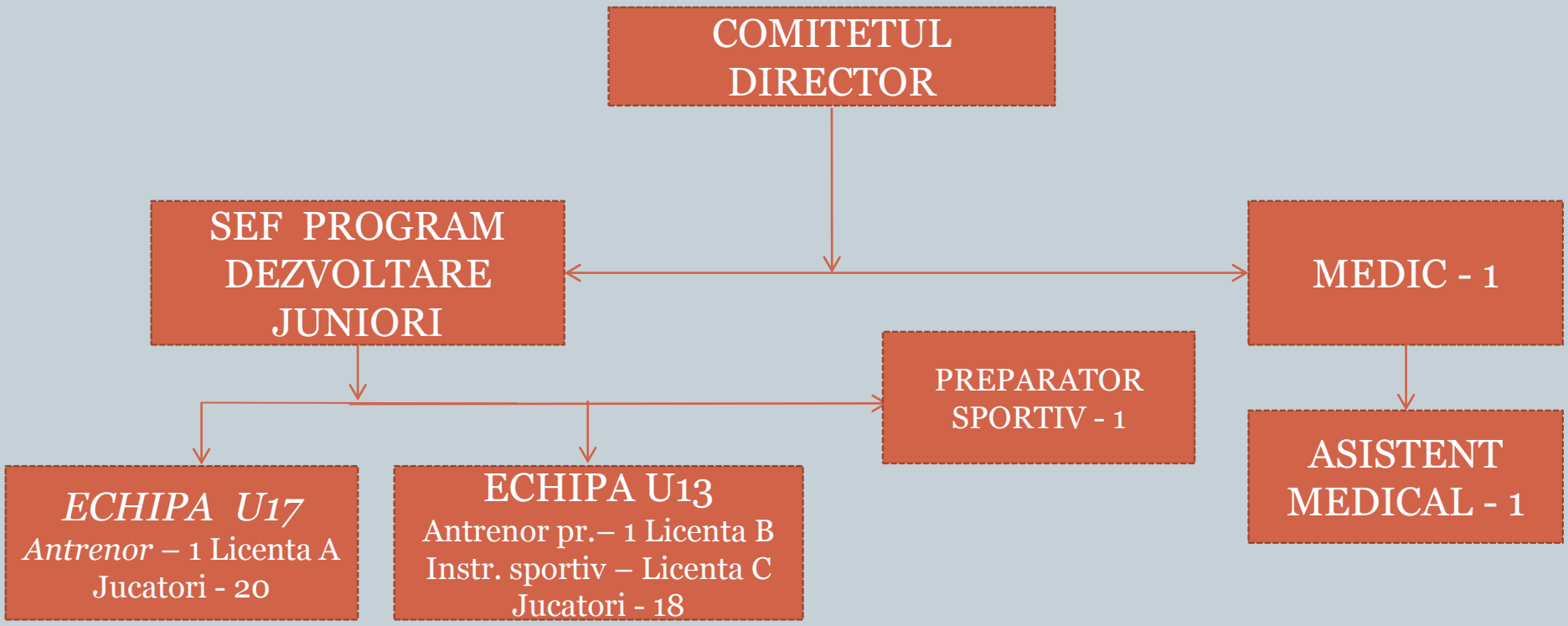
- In sezonul competitional 2023/2024, Centrul de copii si juniori al clubului are inscrise in competitii doua echipe, pe categorii de varsta;
- **Echipa de juniori U17** (21 jucatori, nascuti in anii 2007-2009)
- **Echipa de juniori U13** (18 jucatori, nascuti in anii 2011-2013)
- Grupa de juniori U19 a fost inscrisa ca echipa secunda in campionatul de seniori SuperLiga B Prahova;

- Toti copiii si juniorii sunt scutiti de taxe si alte cheltuieli, clubul oferind conditii de pregatire, terenuri cu iarba, teren de minifotbal sintetic, sala de sport moderna pe timp de iarna, echipament, cantonamente, participarea la competitii si turnee.

Organizarea sectorului de juniori

- In anul 2024 se intentioneaza construirea unui stadion cu suprafata sintetica, de dimensiuni normale, cu instalatie de nocturna (s-a finalizat intocmirea studiului de fezabilitate si a proiectului tehnic, urmand sa fie demarata procedura de achizitie publica a lucrarilor);
- In acest context, se intentioneaza ca din vara anului 2024 sa se formeze doua grupe de copii (nascuti 2014-215 si 2016-2017)
- Faptul ca in judetul Prahova exista deficit de personal specializat (antrenori cu licentele B, A si Pro) raportat la numarul de echipe, se va incerca scolarizarea/specializarea unor fosti jucatori sau profesori de sport, care indeplinesc conditiile pentru a participa la cursurile organizate de Academia Nationala de Fotbal – FRF.

Organigrama CCJ



Organigrama CCJ

- **Sef Program dezvoltare:**
  Aurelian-Bucurel Dîrman – Licenta A UEFA – nr. 454
- **Echipa U17:**
  Antrenor principal: Aurelian-Bucurel Dîrman – Licenta A UEFA nr. 454
- **Echipa U13:**
  Antrenor principal: vacant – Licenta B UEFA
  Instructor sportiv: Dan Constantinescu - Licenta C UEFA nr. 5812
- **Preparator sportiv:** Ovidiu-Valentin Neagu – Certificat preparator sportiv seria S nr. 0017608, carnet antrenor nr. 11264/2019
- **Asistenta medicala:**
  Dr. Mircea Miu, medic - coordonator activitate medicala club
  Cristian Grecu – asistent medical/kinetoterapeut

Infrastructura

Conform contractului de utilizare a bazei sportive nr. 12416/27.06.2023, clubul foloseste in mod gratuit infrastructura sportiva a comunei, dupa cum urmeaza:

- Stadion ,,Comunal", Blejoi, str. Sportului nr. 3– 500 locuri – omologat Liga 3
- Teren 2, Blejoi, str. Sportului nr. 3–– omologat meciuri juniori
- Teren ,,Parc", Ploiestiori, str. Teleajenului, nr. 183 – antrenament
- Teren minifotbal suprafata sintetica, Blejoi, nr. 1002B
- Sala Polivalenta, Blejoi, str. Mihai Eminescu, nr. 4 (tribune 500 locuri, teren handbal, sala forta/fitness, bazin, sauna etc)

Infrastructura











FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social

Fotbalisti de top







Oameni fericiti si realizati



FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social

0,03% DIN 30.000 DE COPII LEGITIMATI





DEVIN JUCATORI PROFESIONISTI





1 DIN 3 DEVINE JUCATOR DE TOP





FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social

0,08% GASESC DE LUCRU IN FOTBAL















FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social



Doctori



Avocati



Profesori

CE SE INTAMPLA CU CEILALTI?





Ziaristi



Pompieri/Politisti



Oameni Fericiti Si Realizati

FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social

Tineri care se lasa de sport
Perioada critica 13-18 Ani

- *STATELE UNITE: 35% INTRE 13 SI 18 ANI.*
- *EUROPA: INTRE 20% SI 30% IN TARi CA FRANTA, ITALIA , GERMANIA, SPANIA...*
- *ROMANIA PESTE 30%*

MOTIVE CARE INDUC ABANDONUL SPORTIV

- *PROGRAM INTENS SI INCARCAT (SCOALA, MEDITATIE, ANTRENAMENT...)*
- *PRESIUNE REZULTATELOR SI SITUATII DE STRES*
- *PRESIUNE PARINTI SI ANTRENORI*
- *NU SE MAI BUCURA, FARA MOTIVARE*
- *NU SE SIMTE APRECIAT DE GRUP/ANTRENOR*
- *ANTRENORUL TIPA SI INJURA*
- *NU JOACA...SAU JOACA PUTIN*
- *INTERESE SAU PRIETENII EXTERNE - ANTURAJ*
- *FRICA DE CONFRUNTARE CU COECHIPIERII SI ADVERSARI*

FILOZOFIA CLUBULUI
Intre performanta sportiva si echilibrul social

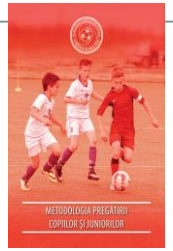
COPIII <u>NU</u> SUNT UN MIJLOC PENTRU A AJUNGE LA SUCCESUL MEU ,

DAR <u>EU</u> SUNT UN MIJLOC PENTRU DEZOLTAREA LOR!



UN ANTRENOR CARE A CASTIGAT MULT CU TINERII…NU A MUNCIT PENTRU VIITORUL LOR, CI PENTRU AL LUI…





Filozofia de joc

- U17 - Joc si antrenament pe teren la dimensiuni standard. Sistem folosit 1-4-3-3, sistem care permite dezvoltarea jocului ofensiv, folosit la nivel de academii la majoritatea marilor cluburi ale lumii
- U13 – Invatarea tacticii indivduale si de grup (echipa 8+1, pe teren de dimensiuni reduse).





Program pregatire fotbalistica

Principii si forme de antrenament

- La copii, jocul are o pondere mare in continutul antrenamentului, iar la juniori se imbina pregatirea individuala cu jocul.
- Intrecerea se regaseste in mod constant in procesul de pregatire, fie ca este vorba de intrecere cu tine insuti si cu adversarii directi si indirecti, fie cu echipa adversa.

Invatarea si consolidarea momentelor jocului:

- ✓ ofensiv (organizare ofensiva)
- ✓ tranzitie negativa (trecerea din atac in aparare)
- ✓ defensiv (organizare defensiva)
- ✓ tranzitie pozitiva (trecerea din aparare in atac)
- ✓ faze fixe - ofensiv/defensiv.

Program pregatire fotbalistica

Principii tactice:

- ✓ Ofensiv - jocul in profunzime - amplitudine - mobilitate - creativitate - sprijin – schimbarea directiei de joc
- ✓ Tranzitie negativa: - presiune/pressing - organizare defensiva – asezare preventiva
- ✓ Defensiv - echipa compacta - translatie - presiune/pressing - echilibru - concentrare/comunicare
- ✓ Tranzitie pozitiva – recuperarea mingii – reconstructia atacului - iesirea din zona presionata/siguranta/valorificarea dezorganizarii echipei adverse (contraatac)
- ✓ Faze fixe - scheme si organizare tactica ofensiv/defensiv

Principii Generale adaptate varstei:

- ✓ toti jucatorii trebuie sa-si ajute coechipierii;
- ✓ toti jucatorii participa la atac;
- ✓ toti jucatorii participa la aparare, care incepe in momentul imediat urmator pierderii mingii.

Program pregatire fotbalistica

OFENSIV

Joc ofensiv dinamic, bazat pe posesia progresiva, viteza de circulatie a mingii si finalizare, cu tranzitie ofensiva rapida, dezvoltat prin gandire (inteligenta de joc si creativitate) si spiritul de grup (respect, responsabilitate, comunicare), adaptabil la cerintele jocului.

DEFENSIV

Joc bazat pe apararea in zona, cu organizare pozitionala foarte buna si tranzitie defensiva rapida in toate zonele terenului, dezvoltat prin gandire (anticipare) si sprit de grup (respect, responsabilitate, comunicare), adaptabil la cerintele jocului.

Program pregatire fotbalistica

Principii Individuale:

- ✓ joaca mingea imediat, paseaza, 1-2 atingeri
- ✓ intotdeauna incearca sa fii demarcat
- ✓ joaca simplu si eficient;
- ✓ urmareste cu atentie jocul, chiar daca mingea e departe;
- ✓ nu arunca mingea la „bataie”, construieste;
- ✓ luptati in situatiile de 1-1
- ✓ cautati finalizarea
- ✓ daca pierzi mingea, incearca sa o recuperezi;
- ✓ stai intotdeauna intre adversar si poarta;
- ✓ nu te „arunca”cu usurinta, asteapta momentul in care adversarul schimba greutatea de pe un picior pe altul pentru a ataca;
- ✓ aveti initiativa, jucati cu curaj

Conceptia de pregatire are la baza respecterea unor principii generale, fiziologice si metodologice precum:

- ✓ principiul continuitatii;
- ✓ principiul repetarii;
- ✓ principiul alternarii efortului
- ✓ principiul gradarii efortului;
- ✓ principiul individualizarii.

Program pregatire fotbalistica

Constructie primara 1-4-3-3-



Exercitiu finalizare 1-4-3-3



Program pregatire fotbalistica

Pregătirea tactică	• Acţiuni tactice recomandate individual • Acţiuni tactice individuale în atac • Acţiuni tactice individuale în apărare • Acţiuni tactice colective de atac • Acţiuni tactice colective de apărare • Sisteme de joc	Perfectionarea demarcajului Perfectionarea finalizarii prin depăşirea unui adversar din acţiune individuală perfectionarea declanşarii contraatacului, a atacului poziţional Perfectionarea învăluirii si plasamentului perfectionarea marcajului om la om în zonă Perfectionarea deposedărilor Perfectionarea aşezării în teren pentru jocul 11x 11şi perfectionarea sarcinilor pe posturi. Perfectionarea transmiterii mingii prin diferite forme de a pasa pe/intre compartimente Perfectionarea combinaţiilor în 2-3 jucători pe zone de teren diferite Perfectionarea jocului fără minge: deplasări, demarcari, lansări pe zone libere în sprijinul posesorului de minge Perfectionarea jocurilor tactice (cu diferite teme): 3x3, 4x3, 5x5, 6x5, 8x8. Perfectionarea atacului în 3-4 jucători Perfectionarea trecerii rapide din atac în apărare si invers(tranzitie pozitiva si negativa) Perfectionarea marcajului in zona Perfectionarea dublajului Perfectionarea presingului Perfectionarea apărarii în fazele fixe Perfectionarea sistemului de joc optim la grupa de performanta Perfectionareaa jocului fără minge Perfectionarea pasarii mingii conform cerinţelor fazelor de joc Perfectionarea schimbarii direcţiei de atac prin circulaţia mingii Perfectionarea valorificarii fazelor fixe Perfectionarea purtării acţiunilor de atac pe toată lărgimea şi adîncimea terenului (cunoştinţe) Perfectionarea finalizarii din combinaţii simple, acţiuni individuale, contraatac prin sincronizarea jucătorilor	3.1. Acţionarea eficientă în diferite grupuri, constituite în funcţie de cerinţele activităţilor de pregătire şi competiţională 4.3. Iniţierea de acţiuni tactice individuale/ colective, în activitatea de pregătire şi în cea competiţională 3.2. Realizarea de sarcini specifice activităţii de pregătire şi competiţională, prin colaborare cu ceilalţi membri implicaţi 1.1. Folosirea terminologiei de specialitate în relaţionarea cu partenerii de activitate

Program pregatire fotbalistica

Pregătirea psihologică	• Trăsături psihice dominante	• tenacitate • eliminarea sentimentului de teamă faţă de adversar • atenţie distributivă • stăpânire de sine • asumarea riscului • motivaţia pentru performanţă • stabilitate emoţională	4.5. Manifestarea în întreceri a trăsăturilor psihice dominante, specifice disciplinei sportive
Pregătirea metodică/ teoretică	• Protecţie individuală • Randament sportiv • Prevederi regulamentare • Reguli de comportament • Culturalitate	• tehnici de reechilibrare • modalităţi de atenuare a şocurilor • cunoştinţe teoretice despre: - importanţa „încălzirii” - respiraţia cu caracter de refacere • factorii care condiţionează performanţa • cauzele care reduc randamentul • componentele autocaracterizării, nivelului de pregătire • repetarea regulamentului de joc •repetarea abaterilor frecvente de la prevederile regulamentare • comportamentul în timpul jocului • situaţiile critice din joc • greşeli frecvente • criterii de evaluare a valorilor sportive, în fotbal	2.3. Selectarea informaţiilor de specialitate, cu ajutorul mijloacelor electronice 4.6. Valorificarea factorilor care influenţează randamentul sportiv 3.3. Manifestarea unui comportament bazat pe fair-play faţă de antrenori, parteneri, adversari şi arbitri

Program pregatire fotbalistica

Structura antrenamentului

1 EXERCITII TEHNICE



2 SITUATIE DE JOC



3 JOC CU OBIECTIVE



4 JOC LIBER FINAL



Program pregatire fotbalistica

Structura antrenamentului

GLOBAL

JOCURI PE SUPRAFETE REDUSE , JOC POZITIONAL, SAU DE SITUATIE



ANALITIC

EXERCITII TEHNICE CIRCUITE TEHNICE



GLOBAL

JOC DE POSESIE , JOC FINAL CU OBIECTIVE



Program pregatire fotbalistica

- *FAVORIZAM POZITIVITATEA SI ACTIVITATEA*
- *INCURAJAM INCREDEREA IN SINE, PERSONALITATEA*
- *RESPECTAM SI DAM SIGURANTA SPORTIVILOR*
- *FAVORIZAM IN MOD NATURAL INVATAREA*
- *SPRIJINIM DESCOPERIREA SI DEZVOLTAREA INDIVIDUALA, RECUNOSTEREA SI ASUMAREA GRESELILOR*
- *INCURAJAREA SPRE AUTOCORECTARE*



Program pregatire fotbalistica

- DE LA USOR LA DIFICIL
- DE LA CONOSCUT LA NOU
- DE LA SIMPLU LA COMPLEX
- DE LA SITUATIE LA JOC CU OBIECTIVE
- DE LA JOC CU OBIECTIVE LA JOC LIBER
- DE LA JOC LIBER LA JOC OFICIAL







Program pregatire fotbalistica

- ***TU VORBESTI…EU MA UIT***
- ***TU IMI ARATI…EU IMI AMINTESC***
- ***EU EXERSEZ…EU INVAT***

- ***DIN EXPLICATIE…RETIN 10%***
- ***DIN DEMONSTRATIE…RETIN 30%***
- ***DIN EXERSARE …RETIN 60/70 %***



Program pregatire fotbalistica



JOHANN CRYUFF

„Jucam cum ne antrenam, ne antrenam cum vrem sa jucam.”

Program pregatire fotbalistica





De la antrenament nu trebuie sa lipseasca,
la niciun nivel, **PLACEREA**

Initiative de instruire

- Legile jocului – cel putin o data de sezon se va organiza un modul in care se prezinta legile jocului;
- Combaterea rasismului - cel putin o data de sezon se va organiza un modul in care se discuta despre combaterea rasismului;



Initiative de instruire

- Antidoping – Medicul clubului va discuta cel putin o data pe sezon despre doping si combaterea acestuia, va informa antrenorii si sportivii cu privire la substantele interzise; sportivii sunt instruiti ca ori de câte ori este necesar să ia medicamente sa o faca doar cu acordul medicului echipei.

- Integritate – Stafful clubului si antrenorii vor prezenta permanent importanta integritatii competitiilor, clubul avand o politica de toleranta o in problema trucarii partidelor de fotbal.

Asistenta medicala juniori

- Toti jucatorii clubului beneficiaza de asistenta medicala permanenta la antrenamente si jocuri si un control medical specializat la fiecare sase luni

- **Asistenta medicala:**

Dr. Mircea Miu, medic - coordonator activitate medicala club

Cristian Grecu – asistent medical/kinetoterapeut juniori

Resurse financiare CCJ

- **Buget CCJ: 250.000 lei**, din care:

- Plata antrenori/staff medical/indemnizatii sportive: 100.000 lei

- Participare competitii (legitimari, vize anuale, taxe inscriere/participare, baremuri arbitraj/observare etc): 20.000 lei

- Controale medicale periodice/medicatie/recuperare medicala: 10.000 lei

- Echipament/materiale sportive: 25.000 lei

- Cantonamente/turnee pregatire: 35.000 lei

- Alimentatie/masa: 10.000 lei

- Transport meciuri, cantonamente, turnee: 25.000 lei

- Cheltuieli intretinere baza sportiva (cota aferenta): 25.000 lei

Resurse financiare

- Toti copiii si juniorii sunt scutiti de taxe si alte cheltuieli legate de activitatea sportiva, clubul oferind conditii de pregatire, terenuri cu iarba, teren de minifotbal sintetic, sala de sport moderna pe timp de iarna, echipament, cantonamente, participarea la competitii si turnee, asistenta medicala, plata vizelor/taxelor, baremelor de arbitraj si observare.

- Bugetul este format din sume alocate de la bugetul local (75%) si din sponsorizari (25%).

Analiza obiectivelor si obtinerea de feedback

- La sfârşitul fiecărei etape de pregătire se vor urmari criteriile somato-fiziologice şi nivelul tehnico-tactic atins de fiecare jucător în parte;
- Antrenorii, împreună cu antrenorul coordonator, vor concepe şi vor verifica bianual evoluţia aptitudinilor psihomotrice, pe grupe de vârstă, şi gradul de însuşire a elementelor tehnice.





Analiza obiectivelor si obtinerea de feedback

Echipa U13

- Criterii somato-fiziologice

La aceasta vârsta dezvoltarea armonioasa a indicilor fiziologici ai organismului trebuie să stea în atenţia antrenorilor care prin mijloace adecvate va acţiona sistematic asupra tuturor grupelor musculare atât analitic cât şi global.

- Criterii psihomotrice:

În urma testelor efectuate se constată dacă trebuie intensificată programarea mijloacelor pentru dezvoltarea formei generale şi specifice pentru susţinerea mijloacelor analoage jocului.

- Însuşirea elementelor tehnico-tactice:

Se verifică cunoştinţele şi deprinderi tehnico-tactice specifice

Analiza obiectivelor si obtinerea de feedback

Echipa U17

- Criterii somato-fiziologice

  Se urmăreşte dezvoltarea armonioasa a organismului, dezvoltarea capacităţii vitale unde aceasta nu este dezvoltata corespunzător.

- Criterii psihomotrice:

  Testele efectuate au menirea de a informa despre nivelul fizic atins de jucători, constituind o sursă valoroasă de informaţie pentru documentele de planificare a activităţii viitoare.

- Însuşirea deprinderilor tehnico-tactice:

  Se urmăreşte capacitatea jucătorilor de a juca în diferite sisteme de joc.

Durata programului

- Programul de dezvoltare al Centrului de Copii si Juniori este intocmit pentru perioada 2023-2028, fiind aprobat in sedinta Comitetului Director din 12 septembrie 2023.