

TAREAS DE LOS DELEGADOS / AS Y SUBDELEGADOS / AS

El Delegado es la persona que debe prestar la atención necesaria al equipo con el fin de lograr un buen ambiente social, una buena organización en el aspecto deportivo y que el equipo dé una buena imagen de nuestra entidad en todas partes donde vaya. Por tanto, **el delegado tiene una responsabilidad muy importante y lleva a cabo una serie de tareas imprescindibles para el buen funcionamiento de nuestro club**. Para ayudar al delegado-a en su tarea, y teniendo en cuenta que la función del delegado **no es remunerada** y es ofrecida a los socios de manera voluntaria, el Club Deportivo Vettonia Hockey ofrece este manual donde desglosamos los puntos más importantes:

1 Responsabilidad del Delegado

El delegado (los equipos pueden tener varios delegados) es un representante de su equipo, especialmente cuando el equipo juega fuera de casa, y es responsable por todas las cuestiones que le afecten (excepto las de tipo deportivo cuando se encuentre el entrenador). Por lo tanto debe comportarse de manera respetuosa en todo momento con los equipos contrarios (jugadores, padres y madres) y con el árbitro y evitar incidencias.

Teniendo en cuenta este aspecto, el delegado debe promover dentro de su equipo el respeto hacia sus compañeros, otros equipos, árbitros, el público y el club contrario. Debe velar que los jugadores, padres y madres cumplan las normas internas del club e informar al entrenador y al coordinador deportivo de cualquier incidencia.

El delegado debe explicar a los jugadores, padres y madres de su equipo su papel, en caso de duda, y estar pendiente de los comentarios, quejas o las necesidades que tengan.

Los delegados también deben velar que:

- Los equipos, tanto local como visitante, cumplan la normativa específica de la competición en las que participa el equipo por si se producen errores o incidencias.
- Acompañen al equipo tanto en los partidos de casa como fuera. En caso de no poder hay que buscar un sustituto.
- Todo el equipo tenga la información que vaya dirigida al equipo (calendario de competición, cambios de fechas, torneos, actividades del club, etc) .
- Su equipo tenga un botiquín con lo necesario para subsanar los posibles problemas físicos que puedan sufrir los jugadores: golpes, cortes....
- Su equipo tenga agua durante los partidos

2 Subdelegado

Con las nuevas reglas de juego y la incorporación del marcador de faltas, se hace imprescindible la existencia de dos personas en las mesas de todos los partidos que controlen el tiempo y las faltas de equipo. Para que se puedan celebrar los partidos, los comités de hockey patines y árbitros **recomiendan** lo siguiente:

- Que el delegado o subdelegado del equipo local se responsabilice del crono.
- Que el delegado o subdelegado del equipo visitante lleve el control de las faltas con el marcador y la hoja de seguimiento
- En consecuencia se recomienda que cada equipo elija un subdelegado para ayudar al Delegado, hacer el crono y sustituir el delegado cuando éste no puede presentarse.

3 Documentación

Los delegados deben llevar:

- La licencia que el club les ha proporcionado y que los acredita como tales para representarlo formalmente
- Las fichas y las fotocopias compulsadas de los DNI del equipo en perfecto orden y llevarlas a los partidos.
- El calendario completo de competición
- La documentación del seguro, por si algún niño tiene que ir a un Centro Médico.
- Harán las protestas en el acta que sean necesarias y comprobarán que los datos que figuran en la misma sean las correctas.
- Colaborarán en la redacción de los " protestos " (como norma general siempre se protesta el acta cuando enseñan una tarjeta roja directa a uno de nuestros jugadores).

4 Comunicación

Los delegados deben establecer vías de comunicación con su equipo para evitar malentendidos, se sugiere que cada padre y madre tenga el correo electrónico y el número de móvil y línea fija de cada persona en su equipo. La comunicación debe ser por varias vías ya que no todo el mundo mira su correo, no todo el mundo tiene cobertura de móvil, no todo el mundo escucha mensajes o mira los "Whatsapp".

Debe comunicar las bajas y sustituciones de los jugadores y transmitir a los padres de los jugadores o jugadoras los posibles cambios de horarios tanto de entrenamiento como de hora de juego del partido.

El delegado debe canalizar las comunicaciones entre el equipo y la junta para solucionar los problemas y quejas.

Cada semana el delegado debe comunicar la convocatoria del partido (con nombres de los jugadores, fechas, horarios...) en el Pabellón Multiusos y confirmar la presencia de los jugadores.

5 Desplazamientos

Los delegados deben coordinar los desplazamientos a los partidos y competiciones, indicando la hora de la convocatoria, el punto y hora de encuentro e informándose sobre la ruta a seguir y que haya suficientes coches para el viaje.

El equipo debería llegar con tiempo para cambiarse y hacer el calentamiento correcto. Recomendamos un mínimo de 45 minutos antes del partido. El delegado confirmará que todo el equipo sabe cómo y cuándo tiene que ir y que nadie se pierda por el camino.

6 Equipaciones

El delegado tendrá cuidado de la buena imagen de nuestra entidad tanto en los partidos de casa como fuera y procurará que el equipo haga uso de la ropa identificativa del club (camiseta, forro, cazadora, etc). Estará pendiente que todo el equipo lleve una segunda equipación (pueden ser petos) para evitar coincidencia de colores con el equipo contrario.

7 En la pista, cuando jugamos como casa.

El delegado local del club (ante la ausencia del delegado del club la función la asume el del equipo) es la máxima autoridad en la pista antes, durante y después del partido, por lo tanto velará porque el encuentro se desarrolle con la máxima corrección posible.

- En los partidos en casa el delegado será el responsable de llevar el cronómetro u otra persona que designe.
- Es el responsable de la documentación del equipo (ver punto 3).
- En los partidos en casa, debe estar 15 minutos antes que el resto del equipo para que junto con el encargado de las instalaciones informar a los jugadores de la asignación de los vestuarios y preparar el recibimiento del equipo rival y el árbitro.
- El delegado debe recibir al árbitro y estar pendiente de sus instrucciones para comunicar a los dos equipos. Igualmente atenderá al árbitro en lo que necesite y le ayudará a llenar las actas si éste lo solicita.

8 Vestuario

Los delegados deben gestionar el vestuario y prestar atención en todo lo que haga falta. También lo gestionará en los partidos fuera procurando que el vestuario quede en las mismas condiciones. Tendrá cuidado del material del equipo durante los partidos, cerrándolo mientras se está jugando y guardando las bolas durante el partido.

El delegado debe quedarse en el vestuario hasta que el último jugador lo haya dejado o en todo caso dejar a alguien encargado de hacerlo.

El delegado también debe comunicar todas las incidencias que se pueden producir en el vestuario entre jugadores al entrenador. Debe ser un canal de representación para los padres ante el entrenador y si ha obtenido una respuesta ante el coordinador deportivo, y / o la junta deportiva, en su caso.

A excepción de los padres de los jugadores más pequeños (hasta Benjamín) es conveniente que los padres no entren en el vestuario ni antes ni después del partido.

9 Entrenador

El delegado será el representante de los jugadores, padres y madres ante el entrenador para comunicar asuntos deportivos y / o personales, según el caso. El delegado debe esperar la plena cooperación por parte del entrenador y en caso contrario debe informar al coordinador deportivo y / o la junta deportiva del problema.

En ausencia del entrenador su función es asumida por el delegado y / o subdelegado.

10 Reuniones y representación

Los delegados, como miembros de la junta directiva, tienen que asistir a las reuniones convocadas por la junta directiva.

Los delegados también pueden convocar a los padres y madres de su equipo para hacer reuniones y representar su equipo ante el coordinador deportivo y / o la junta deportiva.

11 Formación

Los delegados tienen derecho a solicitar formación por parte del club para ayudarles en sus tareas. Cada nuevo delegado tendrá un proceso de formación de otro delegado.

12 Calentamiento y estiramientos

Calentamiento previo al partido

Daremos una gran importancia al calentamiento, ya que es la actividad que preparará tanto física como mentalmente a los jugadores y jugadoras para el partido.

Diferenciamos dos tipos de calentamiento, lo que se hará con calzado deportivo (45 min antes de comenzar el partido si hemos llegado con tiempo a la pista de juego) y lo que se hará con patines (15 minutos antes de comenzar el partido).

Los equipos de Iniciación, benjamines, prebenjamín y micros sólo tendrán que hacer el calentamiento con patines, el resto de equipos, de Benjamines hacia arriba deberán hacer los dos calentamientos.

La persona responsable de marcar los ejercicios del calentamiento será el entrenador, si el entrenador no ha llegado porque está en otro partido, el calentamiento lo marcará el capitán del equipo, siempre bajo el control del delegado. Importante que en los primeros partidos, los capitanes y los delegados se fijen en las pautas de el calentamiento.

Calentamiento con patines

Comenzará unos 15-10 minutos antes de comenzar el partido, cuando la pista esté libre.

- En parejas y con una pelota, se deben tomar la pelota (importante que patinen, los porteros también participan). A continuación, pasadas entre las mismas parejas. 2-3 minutos.
- Porteros en la portería, rueda de disparos en diagonal. A continuación, añadimos alguna frenada y / o cambio de sentido. 2-3 minutos.
- 1 contra el portero, primero arrastra, después regate. 2- 3 minutos .
- En parejas, 1 ataca y 1defensa con pase previa. Acabamos a portería. 2-3 minutos.
- 4 contra 4 o 3 contra 3 a una portería.

Calentamiento con calzado deportivo

Comenzará 45 minutos antes del inicio del partido, en una pista anexa o en algún espacio plano.

- Carrera continua. 7-8 minutos.
- Desplazamientos laterales, en una longitud de unos 15-20 metros. En estos desplazamientos iremos variando el tipo de movimiento, para calentar los diferentes grupos musculares. Por ejemplo,

movimientos de brazos adelante, alternados, tocar el culo con los talones ... 7-8 minutos .

- Estiramientos dinámicos. 5 minutos.
- Juegos donde haya movimientos y cambio de ritmo (puede ser con balón). 5 minutos.
- Sprints de 10 metros. Antes de ir a equiparse, harán unas series de sprints, con movimientos previos, como hacer 3 saltos, skipping, etc . 5 minutos.

Estiramientos después de los partidos

Una vez finalizado el partido, los jugadores de categoría benjamín y superiores tendrán que secar los patines y protecciones y hacer estiramientos estáticos, todos al mismo ritmo, bajo el control del entrenador, no durará más de 10 minutos.

