



« Unis sous un même maillot, Animés par une même passion »

Charte de fonctionnement des joueurs de l'Olympique de Valence Saison 2014-2015

1. Comportement et attitude :

Je me dois en permanence :

- de saluer poliment mes partenaires, adversaires, éducateurs, arbitres, parents, gardiens du stade...et de regarder dans les yeux, lorsque je serre la main.
- de m'interdire de critiquer un collègue ou un arbitre. Avant de regarder les erreurs des autres, il est nécessaire de savoir identifier et reconnaître les miennes.
- de soutenir un partenaire en difficulté.
- de ne pas faire répéter deux fois mon éducateur.
- de ne pas me faire remarquer en criant ou en ayant un comportement extravagant.
- de donner le meilleur de moi-même tout au long de l'année, quelles que soient les difficultés rencontrées.
- tout joueur qui prend un carton rouge en dehors des faits de jeu devra venir arbitrer les samedis après-midi une équipe de l'école de football (autant de samedis que de matchs de suspensions).

2. Les installations :

Je me dois en permanence :

- de respecter les installations sportives mises à ma disposition pour m'entraîner.
- de ne pas courir, jouer au ballon ou chahuter dans les vestiaires.
- de ne pas balancer à un coéquipier de l'herbe ou de la terre sur le terrain d'entraînement.
- de quitter mes chaussures à l'extérieur et de ne pas les taper contre les murs.
- de ne pas jeter de l'eau dans les vestiaires.
- **d'aider le coach à amener et à ramener le matériel jusqu'au local de rangement lors de chaque séance.**

3. La prise d'initiative :

Il est important que :

- tu arrives 30 minutes environ avant le début de la séance d'entraînement.
- tu préviennes le coach quand tu es en retard ou quand tu vas être absent (au moins 48H à l'avance si cela est possible).
- jouer à un niveau ligue doit inciter les joueurs à ne pas rater trop d'entraînements y compris pendant les vacances scolaires (dates de reprise à essayer de respecter). 3 entraînements par semaine est la quantité minimale pour être compétitif à ce niveau là (4 et 5 pour ceux qui ont été retenus dans les sections sportives du club).
- ton ballon soit gonflé avant chaque séance et que tu es ta tenue complète de footballeur.
- tu remplisses ton bidon d'eau numéroté avant chaque séance.
- tu participes à donner une image positive du club auprès de tous.
- tu participes à la vie du club (assister au match de l'équipe seniors 1, loto, arbitrage d'une équipe de jeunes de l'école de football...).
- tu aides les dirigeants à porter le matériel les jours des matchs.

4. Les joueurs inscrits en section sportives labellisées par la F.F.F. et le C.D.A. ou participant aux championnats universitaires :

Il est important que :

- tu ne t'entraînes pas avec le club les jours de tes entraînements ou des matchs UNSS avec la section sportive (tu dois préciser ces derniers au coach) car cela pourrait entraîner une fatigue excessive et des risques de blessures.
- pour les étudiants jouant avec la F.F.S.U., bien prévenir le coach pour les matchs du jeudi afin de mettre en place un travail de récupération avant la séance d'avant match du vendredi soir.

5. Matériel :

- Les joueurs doivent s'entraîner avec leur équipement complet du footballeur (protège-tibias y compris). Prévoir un k-way ou des affaires chaudes en cas de pluie et de froid.
- Prévoir la tenue du club (Survêtement + sweat + short + chaussettes rouges) pour les jours de match.



« Unis sous un même maillot, Animés par une même passion »

6. L'hygiène de vie :

Pour être en bonne santé et efficace dans mon activité sportive, je dois respecter certains principes :

- avoir une alimentation équilibrée, variée et prendre un petit déjeuner consistant.
- faire en sorte de manger au moins 3 heures avant les matchs.
- éviter toutes les sucreries et les sodas.
- ne pas fumer ni boire d'alcool.
- boire régulièrement à l'entraînement et durant les temps de repos.
- s'étirer sérieusement à la fin de chaque entraînement.
- éviter de se coucher trop tard (après 22 heures) surtout avant les matchs.
- durant les vacances scolaires, continuer de pratiquer un sport et suivre le programme d'entretien distribué pour préparer la reprise.

7. Les convocations :

En aucun cas, un joueur appartient à une équipe du club. Ce sont les performances en match, le sérieux et l'assiduité à l'entraînement, le comportement, qui vont guider les choix des coachs pour constituer les équipes et les groupes d'entraînement.

- Le joueur doit respecter ces choix qui se font toujours dans l'intérêt du club, des équipes et des joueurs eux-mêmes. La concurrence doit être une source de motivation supplémentaire pour progresser (la notion de titulaire indiscutable ne doit pas exister).
- Je peux être convoqué en équipe 1, 2 ou 3 de ma catégorie selon les week-ends.
- Je peux être convoqué dans une catégorie supérieure si les coachs jugent que c'est dans mon intérêt pour ma formation et dans celui du club (en respectant les avis de surclassement donnés par les médecins en début de saison sur ma licence).
- **FAIRE PREUVE D'HUMILITE** : dans la victoire, il y a toujours des points négatifs à analyser et dans la défaite il ya toujours des points positifs à faire ressortir. Intéressez vous aux contenus de vos matchs et pas uniquement au score (**les arbitres font partis du jeu : acceptez leurs erreurs !!!** Il est trop facile de les tenir pour responsables d'une défaite mais cela masque souvent les carences collectives de l'équipe...).

8. Sanctions :

- En cas du non respect d'un des points mentionnés ci-dessus, des sanctions pourront être prises par le coach qui préviendra le responsable de catégorie et le responsable technique pour les cas les plus graves.
- Une commission de discipline du club peut se réunir en cas de manquement grave à cette charte (violence, insultes, vols...) et pourra prononcer une exclusion temporaire ou définitive de notre association sportive.
- Les joueurs participant aux CPS, à une sélection départementale ou régionale doivent avoir une même attitude irréprochable car ils représentent l'image du club auprès des instances fédérales.

9. Reconstitution pour la saison 2015-2016 :

-Les objectifs du club étant d'aller vers l'excellence au niveau de la formation des jeunes pour atteindre le niveau national, nous solliciteront certains d'entre eux pour entrer dans nos structures de formation qui permettent de s'entraîner tous les jours tout en réussissant les études (études + foot terminés à 18h). Cela nous amènera à faire deux phases de bilan avec chaque joueur (juste avant la trêve hivernale et début juin). A l'issue de ce dernier entretien un courrier de réinscription sera remis aux familles et certains joueurs se verront réorientés vers d'autres « clubs partenaires », en cas de non respect de la charte (comportement, assiduité) ou en cas de trop grande hétérogénéité des niveaux dans la catégorie (afin d'assurer la progression de tous...).

EN PERIODE DE PREFORMATION ET DE FORMATION, LES RESULTATS NE SONT PAS UNE PRIORITE ABSOLUE. ILS REFLETENT LA QUALITE DU TRAVAIL A L'ENTRAINEMENT ET DU PLAISIR DE JOUER. METTEZ VOTRE ENVIE AU SERVICE DU COLLECTIF EN ACCEPTANT LA DEFAITE. ELLE VOUS PERMETTRA DE PROGRESSER QUELQUE SOIT L'EQUIPE AVEC LAQUELLE VOUS JOUEZ. LES GROUPES BOUGERONT DANS L'ANNEE EN FONCTION DE VOS PROGRES, DE L'ADVERSAIRE RENCONTRE ET DE L'EQUILIBRE DE VOTRE EQUIPE.

QUALITE DE JEU, RIGUEUR ET PLAISIR COLLECTIF DOIVENT PREVALOIR POUR QUE VOUS PUISSIEZ TOUS DEVENIR DE MEILLEURS FOOTBALLEURS.

BONNE SAISON 2014-2015,

**Le Directeur Sportif,
Malik VIVANT**

**Le Président,
Jean-Marie VERGNES**