



PROJECTE ESPORTIU 25/26

FORMAR PER CRÉIXER – ARO CULTURAL I ESPORTIVA



PRESENTACIÓ DEL CLUB

EL PROJECTE ESPORTIU

L'ARO Cultural i Esportiva continua treballant per consolidar-se com un **referent a les comarques gironines** en la formació esportiva i personal dels seus jugadors i jugadores.

El projecte 25/26 representa un **pas endavant en la consolidació d'un model propi de joc, metodologia i valors.**

EL PROJECTE ESPORTIU

LÍNIES ESTRATÈGIQUES 25/26:

- Consolidar una **metodologia comuna** per totes les categories.
- Enfortir la **formació i coordinació del cos tècnic**.
- Incorporar **professionals especialitzats** (preparador físic, entrenador de porters, psicòleg esportiu, fisioterapeuta, nutricionista).
- Potenciar la **identitat esportiva i valors del club**.

EL PROJECTE ESPORTIU

DIRECCIÓ I GESTIÓ DEL PROJECTE:

El projecte està **dirigit pels coordinadors del club**, responsables del futbol masculí i femení, que actuen com a **directors de metodologia**.

Garanteixen una **línia de treball unificada**, basada en la planificació, la formació contínua dels tècnics i la millora constant dels equips.

SISTEMA DE TREBALL 2025/2026

Després d'uns anys de creixement i consolidació metodològica, **l'ARO C.E. afronta una nova etapa** en què la competició adquireix un paper més rellevant dins del procés formatiu.

No es tracta de canviar la nostra filosofia, sinó d'evolucionar-la: **guanyar ja no és l'objectiu principal, però sí una conseqüència natural d'una bona formació**

SISTEMA DE TREBALL 2025/2026

PRINCIPIIS DEL SISTEMA DE TREBALL:

- **Formació integral** de jugadors i jugadores: tècnica, tàctica, física i emocional.
- **Metodologia pròpia i planificada**, amb objectius clars per etapa formativa.
- **Treball per mesocicles**, amb seguiment individualitzat del progrés.
- **Separació per nivells**, per garantir que cada jugador s'enfronti a reptes adequats.
- **Resultat com a indicador de progrés**, no com a finalitat.
- **Model de joc unificat**, que identifiqui i doni coherència a tots els equips del club.

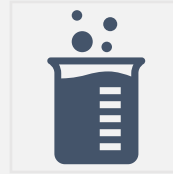
ELS PILARS DEL NOSTRE PROJECTE



MISSIÓ:

Formar persones a través del futbol.

Impulsar el creixement esportiu, personal i social de tots els integrants del club dins d'un entorn educatiu, positiu i respectuós



VISIÓ:

Consolidar l'ARO C.E. com un **referent a les comarques gironines**

en formació, competició i valors, garantint una experiència esportiva de qualitat per a tothom.



VALORS:

RESPECTE

ESFORÇ

TREBALL EN EQUIP

HUMILITAT

COMPROMÍS

IL·LUSIÓ



ESTRUCTURA ESPORTIVA I METODOLOGIA

ESTRUCTURA ESPORTIVA DEL CLUB – TEMPORADA 2025/26

L'**ARO Cultural i Esportiva** ha consolidat una estructura esportiva equilibrada i en creixement continu.

La temporada 2024/25 vam aconseguir **ascensos en set categories del futbol base**, un èxit col·lectiu que reflecteix la feina de tots els equips i tècnics del club.

Actualment, el club compta amb una **estructura esportiva completa**, que abasta des de l'etapa d'iniciació fins al futbol sènior, tant en futbol masculí com femení.

ESTRUCTURA ESPORTIVA DEL CLUB – TEMPORADA 2025/26

Dades de la temporada 2025/26:

- 5 equips de Consell Comarcal (futbol formatiu no federat)
- 19 equips federats de futbol base
- 2 equips sèniors (masculí i femení)
- 318 jugadors/es de futbol base en total
 - 189 empadronats al municipi
 - 75 no empadronats amb més de 3 anys d'antiguitat al club
 - 54 jugadors nous (menys de 3 anys d'antiguitat)

ESTRUCTURA ESPORTIVA DEL CLUB – TEMPORADA 2025/26

Dades clau d'organització:

- **Coordinació esportiva dual:** futbol masculí i futbol femení.
- **Metodologia comuna** per a totes les categories.
- **Creixement sostingut** en nombre de jugadors i equips.
- **Continuïtat formativa:** des de l'escoleta fins al sènior.

METODOLOGIA

A l'**ARO Cultural i Esportiva** treballem amb una **metodologia pròpia i planificada**, basada en la formació integral dels jugadors i jugadores.

Després d'uns anys de creixement i consolidació, hem evolucionat cap a un **model que combina formació i rendiment**, on la competició és una part natural del procés educatiu.

Guanyar no és un objectiu, sinó **una conseqüència del bon treball formatiu i metodològic** que realitzem setmana rere setmana.

METODOLOGIA

Organització tècnica:

- **Planificació anual** dividida per mesocicles, amb objectius tècnics i tàctics.
- Els **coordinadors elaboren els entrenaments de futbol 7**, assegurant coherència metodològica en totes les categories formatives.
- En **futbol 11**, cada entrenador planifica sota les directrius del coordinador, respectant els principis del model ARO C.E.
- **Reunions mensuals** amb entrenadors per fer seguiment del treball individual i col·lectiu.
- **Avaluacions trimestrals per etapes formatives** per garantir coherència i evolució.

METODOLOGIA

Principis clau del model de joc ARO C.E.:

- Domini de la pilota i joc ofensiu.
- Sortida de pilota des del darrere.
- Pressió alta i recuperació immediata.
- Adaptació tàctica segons categoria.
- Planificació, seguiment i comunicació constants.

ETAPES DE FORMACIÓ ARO C.E.

A l'**ARO Cultural i Esportiva** entenem la formació com un **procés progressiu i planificat**, adaptat a cada edat i nivell.

El nostre objectiu és garantir que cada jugador **evolucioni dins del mateix model de joc i valors**, desenvolupant tant les seves competències esportives com les personals.

Les etapes formatives defineixen el **camí educatiu i competitiu** dels nostres jugadors i jugadores.

ETAPES DE FORMACIÓ ARO C.E.

Etapa	Categories	Objectius principals	Enfocament
 Iniciació	Escoleta – Prebenjamí	Descobrir l'esport i la diversió	Joc, coordinació, valors bàsics
 Formació bàsica	Benjamí – Aleví	Desenvolupar la tècnica i la comprensió del joc	Aprendre jugant, autonomia inicial
 Desenvolupament	Infantil – Cadet	Comprendre el joc col·lectiu i la tàctica	Treball d'equip, presa de decisions
 Rendiment	Juvenil	Competir amb exigència i coherència formativa	Responsabilitat, intensitat, lideratge
 Consolidació	Sènior	Representar el club amb identitat i valors	Experiència, compromís i exemple

ETAPA INICIACIÓ

Introduir els nens i nenes al futbol a través del joc, la diversió i l'aprenentatge de valors bàsics.

En aquesta etapa, el més important és **gaudir del procés i crear vincles amb l'esport i amb el club.**

Objectius esportius:

- Desenvolupar la **coordinació i el control corporal.**
- Aprendre els **primers gestos tècnics** (control, passada, conducció, xut).
- Comprendre el **significat del treball en equip.**
- Fomentar la **autonomia i l'autoestima esportiva.**

ETAPA INICIACIÓ

Objectius formatius i valors:

- Respecte per companys, entrenadors i rivals.
- Acceptar l'error com a part de l'aprenentatge.
- Fomentar la participació i la diversió per sobre del resultat.
- Educar en hàbits: puntualitat, esforç i ordre.

Metodologia:

- Treball basat en el **joc i la descoberta guiada**.
- Activitats curtes, dinàmiques i adaptades a l'edat.
- Sessions enfocades a **l'expressió motriu, la creativitat i la cooperació**.

ETAPA BÀSICA

Consolidar les bases tècniques i introduir la comprensió tàctica bàsica del joc. L'objectiu d'aquesta etapa és **aprendre a jugar junts**, entendre la importància del **treball en equip** i començar a **prendre decisions dins del joc**.

Objectius esportius:

- Millorar la **tècnica individual** (control, passada, conducció, xut, dribbling).
- Introduir **conceptes bàsics de col·locació i espais**.
- Treballar la **presa de decisions** a través del joc real.
- Aprendre a **entendre el joc col·lectiu** (ajuda, suport, cooperació).
- Iniciar-se en els **valors competitiu**: esforç, respecte i superació.

ETAPA BÀSICA

Objectius formatius i valors:

- Valorar el **treball en equip** i la **col·laboració**.
- Aprendre a **respectar el reglament** i el rol de l'àrbitre.
- Fomentar la **responsabilitat personal** i l'autocontrol emocional.
- Potenciar la **il·lusió** i l'**esperit positiu** davant del repte.

Metodologia:

- Entrenaments amb **situacions de joc reduïdes** i reptes adaptats.
- Treball **globalitzat**, on la tècnica s'aprèn dins del context del joc.
- Participació activa de tots els jugadors.
- Sessions variades, dinàmiques i progressives segons el nivell.

ETAPA DESENVOLUPAMENT

Aprofundir en la formació tàctica i col·lectiva, consolidant la base tècnica i potenciant la comprensió del joc.

En aquesta etapa, el jugador aprèn a **interpretar el joc, prendre decisions i competir amb coherència**, dins del model i els valors de l'ARO C.E.

Objectius esportius:

- Millorar la **tècnica aplicada al context del joc**.
- Comprendre els **principis tàctics fonamentals**: amplitud, profunditat, mobilitat, cobertura i ajuda.
- Desenvolupar la **presa de decisions ràpida i eficaç**.
- Treballar la **coordinació col·lectiva i la comunicació dins del camp**.
- Iniciar el **treball específic per posicions**.

ETAPA DESENVOLUPAMENT

Objectius formatius i valors:

- Fomentar la **responsabilitat personal i esportiva**.
- Aprendre a **acceptar la competència interna** com a part del creixement.
- Potenciar el **lideratge positiu i la cooperació**.
- Consolidar valors com l'**esforç**, el **respecte** i la **disciplina**.

Metodologia:

- Entrenaments **basats en la situació real de joc**, prioritzant la presa de decisions i la comprensió tàctica.
- Treball **per mesocicles** amb objectius concrets: tècnics, tàctics i físics.
- Sessions amb **situacions globals i reduïdes** per fomentar el ritme i la lectura del joc.

ETAPA RENDIMENT

Preparar el jugador per a l'exigència competitiva del futbol sènior, consolidant els aprenentatges tècnics, tàctics i emocionals adquirits durant la formació.

L'objectiu és que el jugador **assumeixi responsabilitats, gestioni la pressió i mantingui la identitat ARO C.E.** dins de la competició

Objectius esportius:

- Potenciar el **rendiment individual i col·lectiu** en competició.
- Consolidar el **model de joc del club** adaptat a la categoria.
- Perfeccionar la **presa de decisions en situacions reals i d'alta intensitat**.
- Desenvolupar la **condició física i la preparació mental**.
- Treballar la **transició al futbol sènior** amb coherència i seguiment.

ETAPA RENDIMENT

Objectius formatius i valors:

- Desenvolupar la **maduresa personal i esportiva**.
- Aprendre a **acceptar la responsabilitat i el compromís**.
- Fomentar el **lideratge positiu i la comunicació dins del grup**.
- Consolidar els valors de **respecte, esforç i humilitat**.
- Entendre que **la competició és una eina per continuar formant-se**.

Metodologia:

- Treball planificat i progressiu amb **objectius de rendiment i competició**.
- Sessions d'entrenament enfocades al **ritme de joc, la presa de decisions i la gestió emocional**.
- Seguiment individual i col·lectiu per part dels coordinadors.
- L'objectiu és que cada jugador **estigui preparat per donar el salt al sènior amb garanties**.



L'EQUIP HUMÀ I VALORS

L'EQUIP HUMÀ

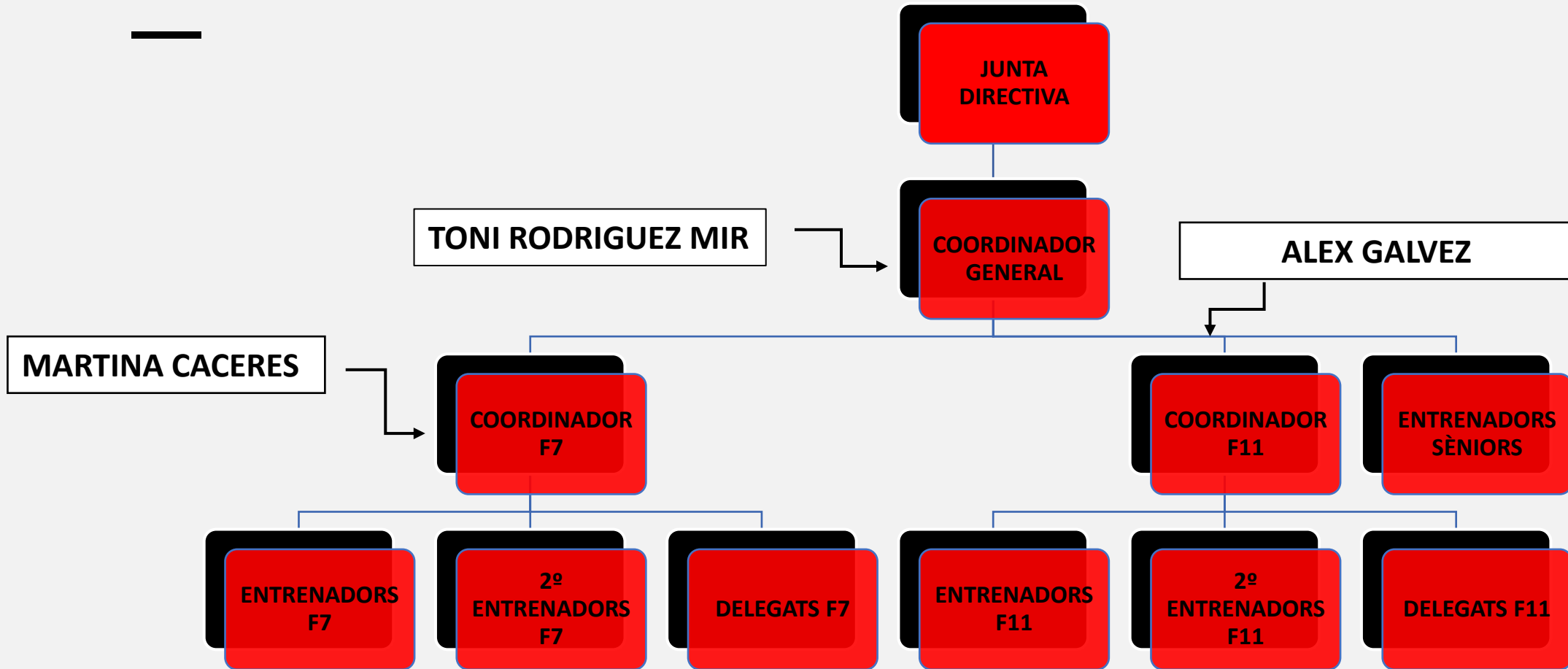
L'**ARO Cultural i Esportiva** és molt més que un club.

Som un **projecte humà i educatiu**, format per persones que comparteixen una mateixa passió i una mateixa manera d'entendre el futbol.

Entrenadors, coordinadors, auxiliars, fisioterapeutes i col·laboradors treballen sota una mateixa línia metodològica, **amb l'objectiu de formar jugadors i, sobretot, persones.**

La implicació de tots els membres del club és el que ens permet créixer, mantenir la nostra identitat i transmetre els **valors que defineixen l'ARO C.E.**

ORGANIGRMA



FORMACIÓ I DESENVOLUPAMENT DEL COS TÈCNIC

A l'**ARO Cultural i Esportiva**, creiem que per formar bons jugadors cal tenir **bons entrenadors**.

Per això, invertim en la **formació i el seguiment continuat del cos tècnic**, garantint que tots els equips treballin sota la mateixa metodologia i filosofia del club.

La formació dels entrenadors és un pilar essencial per mantenir la **coherència esportiva, la qualitat metodològica i la identitat ARO C.E.**

FORMACIÓ I DESENVOLUPAMENT DEL COS TÈCNIC

Eixos de treball amb els entrenadors:

- **Reunions mensuals** amb els coordinadors per revisar objectius i metodologies.
- **Reunions trimestrals per etapes formatives**, per assegurar la continuïtat del model de joc.
- **Elaboració de microcicles i planificacions conjunes** entre coordinadors i entrenadors.
- **Formacions internes** sobre metodologia, tècnica, tàctica i gestió d'equip.
- **Seguiment en entrenaments i partits** per valorar l'aplicació del model ARO C.E.
- **Espais de debat i reflexió** per compartir experiències i millorar constantment.

FORMACIÓ I DESENVOLUPAMENT DEL COS TÈCNIC

Formacions previstes per a la temporada 2025/26:

Àrea	Títol / Contingut	Objectiu principal
 Salut i seguretat	Xerrada de Primers auxilis	Saber actuar davant emergències i lesions lleus durant entrenaments i partits.
 Prevenició laboral	Sessió sobre Riscos laborals en l'activitat esportiva	Promoure la seguretat i la responsabilitat dins del treball al camp.
 Valors i societat	Xerrada sobre Inclusió social en l'esport	Potenciar el respecte, la igualtat i la convivència al club.
 Àrea tècnica	Sessions tàctiques i tècniques dirigides pels coordinadors	Millorar la metodologia, la lectura del joc i la coherència formativa.



PROJECTE DE FUTUR

LÍNIES DE FUTUR

L'ARO Cultural i Esportiva continua creixent amb un objectiu clar: **consolidar-se com un referent esportiu, educatiu i social a les comarques gironines.**

El nostre projecte mira cap al futur amb **ambició, planificació i compromís amb el municipi de Castell–Platja d'Aro.**

Volem seguir millorant la formació dels nostres jugadors i entrenadors, potenciar el futbol femení i reforçar la nostra estructura esportiva per garantir un futur sostenible i de qualitat.

LÍNIES DE FUTUR

- Continuar amb el **desenvolupament metodològic i formatiu** del club.
- Consolidar totes les **categories federades i formació interna d'entrenadors**.
- Potenciar el **futbol femení** com a pilar fonamental del creixement.
- Incorporar **professionals especialitzats** (psicòleg esportiu, nutricionista, fisioterapeuta).
- Millorar les **instal·lacions esportives i recursos tècnics**.

OBJECTIUS ESPORTIUS

- Consolidar les **categories assolides** durant la temporada anterior.
- Mantenir una **planificació metodològica comuna** en tot el futbol base.
- Potenciar la **formació individual** dels jugadors, sobretot en etapes de transició (Infantil – Cadet – Juvenil).
- Millorar la **coordinació i el rendiment competitiu** dels equips sèniors.
- Donar continuïtat al **model de joc propi**, basat en la possessió, la pressió alta i la sortida des del darrere.



SIGNATURA
COORDINADORS

A stylized, cursive handwritten signature in blue ink, featuring several loops and a long, sweeping underline.

MARTINA CACERES CORREA
Coordinadora Futbol 7
ARO CE

A handwritten signature in blue ink, with the name 'Toni' clearly visible in a cursive script, followed by a long, diagonal stroke.

TONI RODRIGUEZ MIR
Coordinadora General
ARO CE

A complex, stylized handwritten signature in blue ink, characterized by multiple overlapping loops and a long, horizontal stroke extending to the right.

ALEX GALVEZ HERNANDEZ
Coordinadora Futbol 11
ARO CE