

PARA EL ENTRENADOR

HABILIDADES DE UN ENTRENADOR.

- ▶ Habilidades en los fundamentos técnicos.
- ▶ Ubicación en la cancha: el entrenador se tiene que ver y él tiene que ver a todos.
- ▶ Dominio de conocimientos para corregir errores.
- ▶ Tener nivel de improvisación, capacidad de resolver problemas rápidamente.

PLAN DE ENTRENAMIENTO.

I- INICIO DE LA TEMPORADA CON ENTRENADOR DEL EQUIPO POR PRIMERA VEZ.

Análisis general del contexto:

1. Inicio de temporada:

- ✓ Edad jugadores.
- ✓ Estatura.
- ✓ Años de entrenamiento (tiempo de trabajo).
- ✓ Desarrollo técnico-táctico de atletas, cómo juegan.
- ✓ Desarrollo de equipo, cómo juegan colectivamente y tácticamente.
- ✓ Perspectivas de desarrollo.
- ✓ Condiciones de trabajo, cuáles son, cómo son:
 - ~> Horas de trabajo, cuántas horas de entrenamiento.
 - ~> Horarios.
 - ~> Días de entrenamiento.
- ✓ Disposición y sacrificio que hay de los jugadores, ver lo que se puede hacer para que ellos rindan más.

2. Reunión con directivos y jefes del club o equipo, asociación o federación (análisis).

- ✓ Lugares ocupados por el equipo.
 - ✓ Rivales a vencer.
 - ✓ Metas que se desean.
 - ✓ Proyecciones del club.
- Según las proyecciones y metas se deben elegir los jugadores:
- ✓ Jóvenes.
 - ✓ Plan a largo plazo.
 - ✓ Buen nivel técnico-táctico.

El proyecto de metas del equipo se debe discutir con directivos, capitán equipo, jugadores fundamentales y luego con el equipo completo.

Los objetivos y metas planteados deben ser alcanzables, ello implica dedicación, lucha y sacrificio para los logros deportivos.

II. Inicio de la temporada con el mismo equipo.

- ✓ Control del trabajo.
- ✓ Análisis del trabajo anterior.
- ✓ Estadísticas de rendimiento.

FRASES RELEVANTES.

- 1- Siempre estimular el trabajo, dar puntajes por la realización de ciertas tareas según complejidad.
- 2- El entrenamiento debe forzar y exigir al jugador a situaciones más difíciles.
- 3- En iniciación se deben fijar hábitos, por lo tanto, las repeticiones deben ser constantes.
- 4- "Cada movimiento del balón implica un movimiento del jugador", el que no se mueve no juega.
- 5- Se debe buscar la variedad y reacción en la defensa.
- 6- Inculcar el pensamiento táctico y motivar el desarrollo de tareas.
- 7- El Capitán es un: LIDER, LUCHADOR, EJEMPLAR DENTRO Y FUERA DE LA CANCHA Y MUY RESPETADO.
- 8- El jugador debe utilizar recursos tácticos en el juego.
- 9- Hay que pensar siempre en hacer daño con el saque.
- 10- No a la especialización temprana de jugadores, todos cumplen todas las funciones y pasan por todas las zonas.