

¿Qué debe hacer el entrenador para que su equipo rinda en la competición como él espera?



- Conocer la exigencia, el contexto y la normativa de la competición para poder marcarse los objetivos.
- Una vez conozca las capacidades de sus jugadores y las exigidas de la competición debe fijarse unos objetivos individuales y colectivos que no sean ni muy ni poco alcanzables.
- Repartir el contenido del entrenamiento (técnico, táctico y físico) para llegar al momento adecuado y con el entrenamiento suficiente por lograr el objetivo.
- Intentar no cambiar la planificación y sacar conclusiones constantemente para mejorarla en un futuro. Trabajar como mínimo siempre los objetivos básicos.
- Los entrenamientos tienen que ser lo más transferibles a la competición, a la vez que adaptados a su equipo o al propio entrenamiento individual.
- La competición no le debe aportar ningún estrés ni acumulación de agotamiento más que el propio de la competición. Cuando mejor esté en el trabajo y en casa mejor rendirá en la competición.
- Tiene que realizar auto evaluaciones tras cada competición o proceso de entrenamiento para, así, mejorar y saber dónde ha fallado y qué tendría que añadir, modificar o eliminar.
- Para mantener el nivel dentro de la competición y estar en plenas condiciones psíquicas, tiene que saber aceptar los resultados de la competición con deportividad.
- Si quiere llegar a los objetivos, o bien superarlos, debe tener una actitud de trabajo constante, con el esfuerzo necesario. De lo contrario, no se lograrán los objetivos.
- Gran parte de los resultados que el entrenador obtiene son fruto de sus condiciones psicológicas, puesto que son la base del buen entrenamiento. En competición debe estar concentrado y con la propia seguridad de saber que lo puede hacer. Tiene que creer en sus posibilidades.

(Este artículo ha sido reeditado del blog de nuestro amigo Guillem Benarroch "Entrenadores de fútbol" <http://entrenadordefutbol.blogia.com/>)