

## CLASE PRÁCTICA DÍA 5

Hoy continuaremos con los rupos de ayer que estábamos creando una sesión de entrenamiento.

A lo creado ayer, añadiremos:

- Prepararemos preguntas potenciales que podremos hacer durante las pausas de reflexión. Que consideramos que potencialmente podremos mejorar y como podemos enfocar esa mejora en forma de pregunta
- Tendremos en cuenta también posibles preguntas cortas que podemos utilizar como intervenciones durante el ejercicio
- Prepararemos la charla post- entrenamiento

Una vez planificada la sesión bajaremos al campo

Nota: Aquí idealmente pondremos a cada grupo de 2 o 3 entrenadores con un equipo de jugadores "reales" podemos pedir una colaboración con un equipo local o incluso realizar esta parte a diferentes horas para poder estar presente en cada una de las sesiones.

Lo ideal es que cada grupo realice la sesión completa de principio a fin

Si no fuese posible esto, cada grupo se encargará de un ejercicio.

Pondremos el foco especialmente en el feedback. Como hablamos a los jugadores, como hacemos preguntas y la paciencia de no obtener la respuesta adecuada.

### **Charla final:**

Recordarnos lo más importante de la clase de hoy, que es quizá's la clase más importante del curso

Hemos hablado hoy de:

- Feedback y Aprendizaje Guiado
- Consecuencias de un Entrenamiento Inadecuado: menos confianza, menos conocimiento y menos independencia en los jugadores.
- Medición del Éxito con entrenadores: Enseñar a resolver problemas, empatizar con las necesidades del jugador y promover la longevidad y el entusiasmo en el aprendizaje.
- Enfoque del Feedback: No dar soluciones directas, el valor de hacer buenas preguntas y cómo tratar el error.
- Feedback y el Valor del Error: El error es una oportunidad para aprender. Reflexionar sobre los errores y aciertos.

*Recordamos las palabras finales en clase, proponemos aquí otro "discurso", adaptar este como mejor se adapte a ti y a la clase:*

La formación continua es esencial, al igual que el aprendizaje constante y la capacitación en nuestra labor como entrenadores. Sin embargo, hay que tener cuidado con caer en la trampa de la sobreinformación.

Es común que muchos se sumerjan en vídeos, tutoriales, cursos y recursos gratuitos en línea. Pero hay algo esencial que no debemos olvidar: el conocimiento sin acción es como un tesoro escondido; existe, pero no se utiliza. Claro, es fundamental empaparse de contenido educativo y participar en formaciones. No obstante, la clave está en llevar ese saber al terreno de juego. No tiene sentido leer innumerables textos si no aplicamos lo adquirido.

Es evidente que contar con una base teórica sólida es crucial. Es necesario comprender nuestras acciones, tener claridad sobre las técnicas adecuadas para cada edad y conocer los elementos clave en cada habilidad o táctica. Pero el conocimiento teórico es solo una pieza del puzzle.

La esencia radica en la experiencia, en enfrentar desafíos, aprender de nuestros fallos y reflexionar sobre nuestras acciones. Es fundamental reconocer que cada error es una puerta al aprendizaje, ya sea un error de nuestros jugadores o uno propio. Todos tropezamos. A veces, los deslices son menores, como olvidar el equipo en una sesión. Pero cada fallo es una oportunidad disfrazada, un escalón hacia el crecimiento, tanto personal como para nuestros jugadores. Para aprender, es necesario errar y experimentar.

Debemos recordar que nuestro papel trasciende el de simples entrenadores; somos formadores. Buscamos que los jugadores se apasionen, comprendan la esencia colectiva del deporte y reconozcan la importancia de la colaboración y el esfuerzo individual.

Es esencial que comprendan que la disciplina es una herramienta, no un castigo. Una herramienta que les permite alcanzar metas y mantener el enfoque. Es nuestro deber guiarles hacia una disciplina autónoma, donde se sientan motivados y en constante mejora.

Nuestro impacto como entrenadores va más allá de las cuatro líneas del campo. Si les inculcamos valores, respeto, liderazgo y resolución de problemas, estas habilidades les acompañarán en todas las facetas de su vida.

Nuestra misión es grande. No solo formamos atletas, sino individuos íntegros. Y esa labor, queridos colegas, es uno de los desafíos más nobles y enriquecedores que podemos enfrentar.

Os deseo lo mejor en vuestro camino.