

# Capítulo 7

## PAPEL DEL ENTRENADOR

SECCIÓN	CONTENIDO
7.1	Introducción
7.2	Métodos para la formación de un grupo y su motivación
7.3	Grupo cohesionado
7.4	Conclusiones
7.5	Sugerencias didácticas
7.6	Autoevaluación
7.7	Bibliografía





# PAPEL DEL ENTRENADOR

## Objetivo:

---

Analizar los elementos que intervienen en la conformación y motivación de un grupo deportivo.

---

## Instrucciones:

---

Lea cuidadosamente cada uno de los aspectos que aborda el presente capítulo, con la finalidad de que al término del mismo usted sea capaz de:

- Reconocer las diferencias entre un grupo escolar y un grupo deportivo.
  - Reafirmar las formas de motivación en la práctica deportiva.
  - Distinguir las características particulares de los alumnos para conformar un grupo afín.
  - Identificar los aspectos principales para crear un grupo cohesionado.
- 

## 7.1 INTRODUCCIÓN

El entrenador debe crear un grupo que se cohesionen en cada aspecto de la actividad a realizar, es decir, en el entrenamiento y la competencia. En este capítulo se describen algunas de las características que deben tener los alumnos para llegar a formar parte del grupo y en esta forma se garanticen los objetivos para el entrenamiento, así como sus motivaciones en las diferentes técnicas con las que se puede trabajar para conseguir una integración del grupo y alcanzar la cohesión necesaria.

## 7.2 MÉTODOS PARA LA FORMACIÓN DE UN GRUPO Y SU MOTIVACIÓN

Existen marcadas diferencias entre un grupo escolar y un grupo deportivo y éstas estriban fundamentalmente en:

- Edades cronológicas.
- Rango o niveles de conocimiento.
- Motivaciones.

Cuando analizamos un grupo de cualquier nivel educacional encontramos que difícilmente tienen diferencias muy significativas en cuanto a las edades de sus miembros, a su vez el estar en un mismo nivel o grado requiere que todos tengan un rango de conocimiento sobre las materias que se dieron en el grado anterior y por tanto, entre un 70 y un 100 % de los conocimientos son comunes a todos; si nos referimos a la motivación veremos que los intereses que presenta el grupo escolar, por lo general, están determinados y éstos se hacen más específicos a medida que se acercan a la universidad.

La conformación de este grupo se hace sin que interfiera el maestro, pero además se conforma sin importar las características del maestro, ni su filosofía de trabajo.

Al analizar un grupo deportivo encontramos que es muy difícil que se pueda formar con alumnos de la misma edad cronológica y cuando esto es "posible" entonces chocamos con que la edad biológica no se relaciona ya que vemos dos niños de la misma edad con diferentes estaturas y corpulencia física pero que además piensan de forma muy diferente.

En relación al conocimiento, ocurre que dentro del mismo grupo existen:

### **PRINCIPIANTES**

Aquéllos que comienzan a practicar la actividad física y que no tienen ninguna vivencia anterior sobre la misma, tanto desde el punto de vista físico como técnico-táctico, teórico y psicológico, por lo que requieren de una atención primaria.

### **AVANZADOS**

Pueden tener edades diferentes pero por varias razones tienen habilidades individuales que le permiten desarrollarse más fácilmente que otros; entre estas razones podemos encontrar el conocimiento del deporte elegido porque lo practicaron sus padres o familiares, por la cercanía a un lugar donde se desarrolla la actividad, por las características propias individuales que le permitan apropiarse de los conocimientos con facilidad.

### **EXPERIMENTADOS**

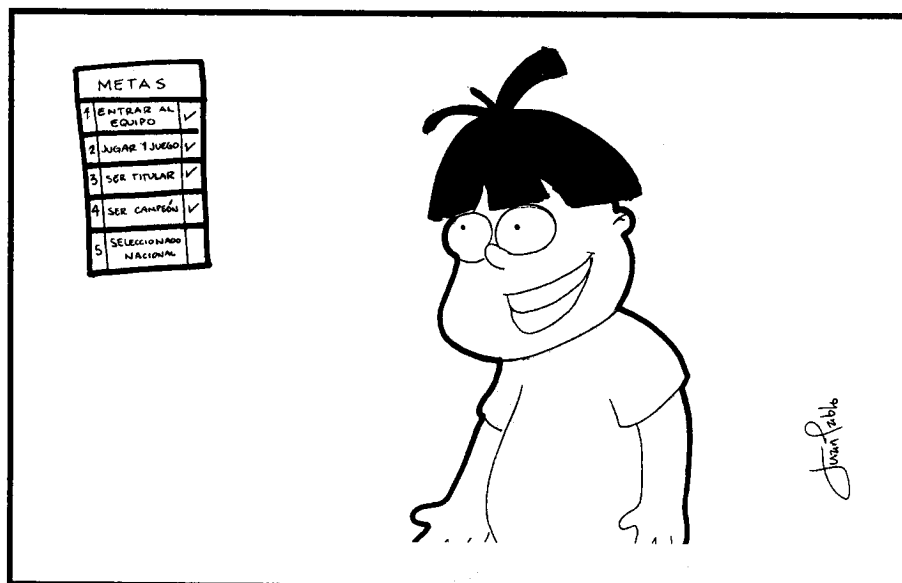
Son los que tienen una amplia vivencia anterior de la actividad que realizan y experiencias en el entrenamiento y en competencias, este último se convierte en la base del grupo y del que por lo regular siempre sale el líder.

Las motivaciones para la práctica deportiva son muy variadas y fueron estudiadas en el nivel 1, pero trataremos de resumirlas a modo de recordatorio:

#### **1. Participantes motivados por el logro:**

Estos alumnos están motivados por satisfacciones que dan la victoria y las acciones positivas que logre realizar. A quienes tienen esta motivación debemos:

- Retroalimentarlos positivamente resaltando sus avances personales.
- Encontrarles metas y objetivos convenientes, tanto en el entrenamiento como en competencias, para que no sufran decepciones que los veten en un futuro en caso de derrotas.
- Realizar constantes reuniones para discutir avances y evaluar las metas que se han fijado. Debe tener metas a corto plazo, para que constantemente las estén logrando.



## 2. Participantes motivados por pertenencia:

Los que tienen esta motivación, tal vez no les interese mucho la actividad deportiva en sí, pero como su deseo es el de pertenecer a un grupo y ser parte del mismo, o sea, ser aceptados, en incontables ocasiones veremos cómo se convierten en buenos deportistas, ya que para ser aceptados deben hacer las cosas bien. Para adentrarlos en el grupo trate de que:

- Los ejercicios se realicen en parejas o tríos.
- El calentamiento y estiramiento permita que se realicen con un compañero.
- Dé posibilidades de convivencias sociales luego del entrenamiento o juego.
- Fomente que los participantes se ayuden mutuamente.
- Realice fiestas del equipo.
- Recuerde constantemente que cada uno es parte importante del equipo.



### 3. Participantes motivados por sensaciones:

A los que presentan estas motivaciones hay que dedicarles tiempo y tener muy en cuenta que las actividades que se les den, deben ser motivantes ya que la monotonía acaba haciéndolos desertar, es por ello que se recomienda:

- Realice ejercicios de calentamiento agradables (si es posible con música u otro incentivo).
- Proporcione actividades suficientes, es decir, ni muchas ni pocas.
- Ponga ejercicios divertidos y novedosos.
- Introdúzcalos en la actividad haciendo que algunos ejercicios los dirijan ellos.
- Establezca juegos interesantes.
- Indague si se sienten bien con las actividades que se están desarrollando.

### 4. Participantes motivados por la autodirección:

Los que presentan esta motivación necesitan independencia de acción, siempre que éstas estén acordes con las tácticas y estrategias del equipo; es por ello que el entrenador deberá valorar qué acciones permitirán que sus competidores realicen por iniciativa propia; esto dará mayor responsabilidad a los jugadores y los obligará a trabajar más para el grupo.

Para satisfacer las necesidades de autodirección de estos participantes debemos:

- Poner a los participantes en posición de liderazgo, dirigiendo los calentamientos y ejercicios de habilidades.
- Dar libertad a los competidores a que determinen la acción que realizarán.
- Permitir decidir qué hacer en momentos claves en que la victoria o la derrota dependen de ellos (para ello es necesario que el competidor esté bien preparado técnica y psicológicamente para que su decisión sea la que realmente favorezca al equipo).

El entrenador, por tanto, tendrá que saber determinar esas características para dar tareas a cada uno que permitan ir uniendo a los participantes, cualesquiera que sean sus intereses.

Es importante recalcar que el deportista puede tener más de una motivación que lo lleve a estar en un equipo.

### **7.3 GRUPO COHESIONADO**

Hay un aspecto que se debe tener en cuenta para la conformación de un grupo y es lo relacionado al temperamento de las personas. Cada uno de nosotros tenemos una reacción hacia la misma acción de forma diferente y esto está motivado porque cada cual tiene diferente reacción, por ejemplo:

Los que tienen temperamento sanguíneo no se refiere a que estén tratando de hacer algo malo, sino por el contrario, son los que más

se necesitan en situaciones claves de juego, ellos siempre están "vivos" en las acciones y en disposición de salir a dar el máximo de sus posibilidades, a medida que se acerca la competencia su autoestima va apareciendo y en el momento oportuno se manifiesta su nivel.

Los que tienen un temperamento colérico o febril son los que a medida de que se acerca la competencia se empiezan a alterar y llegan a ella muy nerviosos, independientemente de que sean buenos jugadores, en muchas ocasiones este temperamento hace que las decisiones sean mal tomadas y por ello en párrafos anteriores señalamos que se deben tener cuidado en dar la posibilidad de autodirección sin previo conocimiento de las características individuales para los participantes.

Los flemáticos son aquellos cuyas emociones son negativas, tienen dudas de su actuación independientemente que en los entrenamientos realicen bien las acciones técnico-tácticas.

Los alumnos apáticos tienen como principal inconveniente que les da igual avanzar o no y la competencia les es indiferente ya que su paso por el grupo no tiene que ver con los logros deportivos personales (ya que desde el punto de vista colectivo pueden sentir las satisfacciones por la victoria) éstos son conformistas y no pueden ser utilizados en momentos claves.

Hasta ahora hemos dado las principales características de los alumnos y hemos hablado de grupos deportivos, pero, ¿será verdaderamente un grupo deportivo si tenemos juntas todas estas características?

La función del entrenador para crear un grupo cohesionado será la de:

### **1. Determinar las características individuales de los alumnos:**

Según todo lo que hemos visto con anterioridad, debemos ir tratando de hacer fichas individuales en las que el entrenador vaya plasmando las observaciones de las conductas de los alumnos, esto le permitirá en unas semanas poder conocer a cada uno y saber sus necesidades, y cómo poder aprovechar al máximo las características del deportista.

### **2. Separar a los alumnos por edades cronológicas:**

Es importantísimo tener una separación por edades ya que los intereses son diferentes y las asociaciones entre personas de igual o similar edades son más efectivas; un ejemplo de ello son las divisiones por categorías en las competencias. Cuando trabajamos con edades diferentes siempre los mayores querrán gobernar a los pequeños y esto conllevará a indisciplinas en la clase o entrenamiento.

### **3. Dividirlos de acuerdo con los niveles de conocimiento:**

Esto está relacionado con los aspectos que ya explicamos de Principiantes, Avanzados y Expertos. El punto medio de los grupos deben ser los avanzados ya que de nada vale juntar principiantes y expertos ya que los objetivos no serán los mismos y la atención siempre se desviará a los expertos, o sea, que se violará la individualización del entrenamiento. Sin embargo, cuando trabajan principiantes y avanzados, o avanzados y expertos se pondrá de manifiesto el trabajo de imitación, es decir, que al menos aventajado se fijará en el más aventajado y a su vez el más aventajado se esforzará por hacer la acción bien para ser imitado. En muchas ocasiones nos

habremos preguntado por qué los principiantes no avanzan si entrenan con lo mejor del grupo y es porque simplemente, los principiantes ven lo que hacen los expertos fuera de sus posibilidades reales y optan entonces por no hacerlas.

### **4. Trabajar para llevar las motivaciones individuales a servir al logro de las metas fijadas:**

Este aspecto, que parece el problema fundamental no lo es tanto si logramos ir cambiando la idea inicial con que viene el alumno:

- Quien viene por logros deportivos debe ser incentivado a alcanzarlos dándole todas las posibilidades, pero siendo cuidadoso con las metas a acordar con ellos ya que éstas no deben ser, ni muy exigentes ni difíciles de lograr (hacerlo competir contra un adversario muy superior y sin posibilidades de "derrotas decorosas").
- Es muy fácil cambiar las ideas de los que se acercan al deporte por pertenencia hacia logros ya que debemos irle dando tareas que lo obliguen "sutilmente" a realizar buenas acciones de entrenamiento y competencia para ser aceptados por el grupo, la satisfacción de cumplir con un rol determinado los irá adentrando en una nueva motivación más cercana a lo deportivo.
- Al que se acerca por sensaciones debemos tratarlo de forma similar al anterior, pero haciendo notar que todo lo que él siente puede ser beneficioso para el equipo en la medida en que sus acciones favorezcan los resultados deportivos.

- Recalamos que la autodirección debe darse cuando se tiene plena confianza de que la decisión del individuo será de beneficio para el grupo ya que esto puede crear indisciplinas en caso de que cada quién quiera hacer lo que desee amparado en la autodirección.

### **5. Evaluar los avances de los grupos para ir cambiando en dependencia de los logros o las dificultades que se presentan:**

Periódicamente debemos analizar cómo se está comportando cada grupo que hemos conformado de acuerdo a las características anteriores ya que así podemos hacer las modificaciones y cambios pertinentes para mantener los grupos cohesionados, un ejemplo claro de esto está dado por la posibilidad de desarrollo de un grupo y uno de sus integrantes, ya sea por quedarse rezagado en los entrenamientos o por no acoplarse al grupo, determinar su cambio a otro grupo de inferior nivel y viceversa.

Ya una vez conformados los grupos y para que se mantengan como tales, deberán:

#### **1. Hacer notar a los alumnos que se tienen conocimientos de la actividad que realizan:**

El alumno debe percibir que su entrenador domina los fundamentos teóricos y reglamentarios de la actividad que realiza, ya que por edad o por situaciones particulares no siempre el entrenador puede patinar, tirar a portería o hacer un giro o pirueta con la calidad deseada (para evitar esto, se utiliza generalmente un monitor). Sin embargo, cuando el grupo sabe que lo que su entrenador dice es lógico, lo hará con mayor confianza.

#### **2. No resaltar individualidades constantemente:**

El entrenador deberá ser muy cuidadoso en no hablar siempre del mismo alumno, aunque en realidad éste sea el mejor del grupo; en ocasiones crea un efecto más favorable destacar las acciones de un alumno no tan brillante pero que ese día todo le salió bien y mencionar a los demás después incluyendo al mejor. Esto se debe hacer porque en ocasiones se oyen comentarios como:

“ De nada vale hacer las cosas bien, lo único que cuenta para este entrenador es lo que haga .....”

Evite que el grupo piense que tiene prioridades con alguno o algunos.

#### **3. Tratar a todos con igual atención, independientemente de que el entrenamiento sea individualizado:**

Este punto tiene relación con el anterior y tiene mayor importancia en corrección de errores ya que debe hacerse tanto al avanzado como al retrasado y sobre todo para que se den cuenta de que esta corrección se hace por concepción y no por obligación.

**“Un entrenador será mejor mientras tenga mayor capacidad de dejar a un lado sus sentimientos personales cuando se enfrenta a la atención de un grupo.”**

La frase es muy fácil de entender, por motivos diversos que pueden ser de carácter, de simpatías, por causa de familiares, etc, es posible que un alumno no nos sea de agrado en lo personal, sin embargo, esto no podrá interferir en las obligaciones de atención que con él se tengan.

**4. Poner ejercicios acordes al nivel del grupo y evitar que éstos puedan ser realizados sólo por la minoría:**

Los ejercicios deben ser factibles para todos por igual o por lo menos para la mayoría.

**5. Garantizar una comunicación amplia y sistemática de todo lo relacionado con las inquietudes de los alumnos:**

La valentía en los planteamientos, lo oportuno y claro de los mismos será imprescindible para una comunicación entrenador-alumno.

**6. Evaluar periódicamente a los alumnos resaltando las virtudes y las deficiencias de todos y sin hacer excepciones:**

Las evaluaciones deberán ser realizadas cada vez que se cumpla el tiempo planificado para vencer un objetivo o cuando se produzca un incidente que requiera la evaluación del caso. En esta deben participar todos los miembros del grupo con igual oportunidad.

**7. Garantizar que el líder elegido por la mayoría funcione como tal:**

El líder deberá ser el apoyo del entrenador en todo momento, pero además, deberá reunir las condiciones de conducta y ejemplo personal que garanticen su funcionamiento.

**8. Realizar charlas para mantener presente las metas que se propuso el grupo:**

Estas deberán realizarse periódicamente para garantizar la sistematización del entrenamiento y el cumplimiento de los objetivos.

**9. Acercar a los padres de los alumnos para que colaboren con el grupo:**

Sin que esto signifique dar autoridad a los padres modificar e interferir en las metas acordadas por el entrenador y los alumnos, sí es necesario que éstos estén informados sobre todo lo relacionado con sus hijos, así como en lo relacionado con el desempeño del grupo.

## **7.4 CONCLUSIONES**

Para conformar un grupo coherente, el entrenador debe tener en cuenta las características individuales de los miembros del mismo, como la edad cronológica, los niveles de conocimiento y las motivaciones, y tendrá que hacer las distribuciones necesarias para garantizar las afinidades en dependencia y correspondencia con estas características, tomando en cuenta las necesidades de cada uno de los integrantes del grupo para integrarlos al mismo.

## **7.5 SUGERENCIAS DIDÁCTICAS**

Para favorecer el aprendizaje del tema tratado en este capítulo sugerimos las siguientes actividades.

- Se formarán 2 equipos; uno explicará las características del grupo escolar y otro del grupo deportivo. Al final se concluirá en el grupo esta diferenciación. Para esta actividad se requiere papel bond, rotafolio, pizarrón y gises.

- Realizar encuestas con grupos de niños de 6 a 12 años, exponiendo qué los motiva a la práctica de su deporte. Realizando las siguientes preguntas:
  - ✓ ¿Por qué les gusta ese deporte?
  - ✓ ¿Cómo se iniciaron en el deporte?
  - ✓ ¿Tiene algún familiar que lo practique?
  - ✓ ¿Cómo se sienten al participar en una competencia?
  - ✓ ¿Qué sienten al ganar una medalla?

Posteriormente en grupo, se hará análisis, interpretación y gráfica de datos, lo que llevará a una conclusión de dicha encuesta.

- En equipos se expondrán las diferentes posturas analizadas en este capítulo, lo que propiciará un debate y al final se llegará a una conclusión.
- Organizar una mesa redonda en las cuales se discutirán la motivación por el logro, por pertenencia, por sensaciones y por la autodirección; cada uno de los entrenadores (o en equipos) presentará un ensayo que propiciará la discusión y la réplica.

## 7.6 AUTOEVALUACIÓN

**Instrucciones:** Anote en el paréntesis la letra que corresponda a la respuesta correcta.

1. Entre los aspectos que se tienen en cuenta para conformar un grupo tenemos: (      )
- a) Edad cronológica
  - b) Edad académica
  - c) Edad anatómica
2. En el aspecto que es similar un grupo escolar y uno deportivo es: (      )
- a) Edad cronológica
  - b) Conocimientos
  - c) Motivaciones

**Instrucciones:** Relacione las siguientes columnas y anote en el paréntesis la respuesta correcta.

- |                  |          |  |
|------------------|----------|--|
| 3. Principiantes | (      ) | a) Pueden trabajar con cualquiera de los otros |
| 4. Avanzados     | (      ) | b) No tienen vivencias anteriores              |
| 5. Expertos      | (      ) | c) Base del grupo                              |

**Instrucciones:** Relacione las siguientes columnas y anote en el paréntesis la respuesta correcta.

6. Cuando el alumno se compromete a cumplir para que lo tomen en cuenta su motivación es: (      ) a) Motivados por el logro
7. Los participantes requieren que se les pongan ejercicios divertidos y novedosos motivados por: (      ) b) Motivados por pertenencia
8. Requerir independencia de acción es característica de motivación: (      ) c) Motivados por sensaciones
9. Disfrutan la victoria de su equipo por encima de todo: (      ) d) Motivados por autodirección

**Instrucciones:** Anote en el paréntesis la letra que corresponda a la respuesta correcta.

10. Cuando separamos los alumnos por edades cronológicas nos referimos a: ( )

- a) Ramas
- b) Categorías
- c) Grados

11. Qué aspecto es el más importante de la división por conocimientos: ( )

- a) Principiantes
- b) Avanzados
- c) Experto
- d) Todos

**Instrucciones:** Relacione las siguientes columnas y anote en el paréntesis la respuesta correcta.

- |  |     |                              |
|--|-----|------------------------------|
| 12. Nuestro entrenador domina la técnica...  | ( ) | a) Mala conducta             |
| 13. Nuevamente lo mejor del día fue PEPE     | ( ) | b) Conocimiento              |
| 14. A mí no me interesa lo que piensen de mí | ( ) | c) Igualdad                  |
|  |     | d) Resaltar individualidades |

**Instrucciones:** Anote en el paréntesis la letra que corresponda a la respuesta correcta.

15. El apoyo del entrenador dentro del entrenamiento es función de: ( )

- a) Padres
- b) Líder
- c) Amistades

## **7.7 BIBLIOGRAFÍA**

BARRIOS y Ranzola, *Manual para el deportista de iniciación y desarrollo*, 3ª ed, México, Fusser, 1997, pp 150.

FORTESA de la Rosa Armando y Ranzola Rivas Alfredo, *Bases metodológicas del entrenamiento deportivo*, La Habana, Olimpia, 1991, pp 142.

MATVEET L.P., *Perfeccionamiento del sistema de preparación del deportista*, 4ª ed, México, Grijalbo, 1980, pp 110.