

# CAPÍTULO 2

## EL PAPEL DEL ENTRENADOR

SECCIÓN	CONTENIDO
2.1	Introducción
2.2	Juego limpio
2.3	Razones de los participantes para practicar deporte
2.4	Enfoques del entrenamiento
2.5	Relación padres – entrenador
2.6	Conclusiones
2.7	Sugerencias didácticas
2.8	Autoevaluación

SICCED      Manual para el Entrenador  
Nivel 1

## EL PAPEL DEL ENTRENADOR

--

OBJETIVO

Reconocer los principios y la filosofía que caracterizan al juego limpio en el deporte.
---

### INSTRUCCIONES:

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

- ✓ Reconocer la filosofía del juego limpio en el deporte
- ✓ Identificar las razones de los participantes para practicar deporte
- ✓ Definir los enfoques del entrenamiento
- ✓ Establecer las relaciones entre los padres y usted, como entrenador

### 2.1 INTRODUCCIÓN

Como entrenador tiene que asumir muchos papeles y tiene que desempeñar diversas tareas. Pero sobretodo en su rol tiene la gran responsabilidad de inculcar a los participantes valores deportivos y un sentido del juego limpio.

Su habilidad para transmitir estos valores depende de tres factores: 1) qué tan bien entiende y asume los valores del juego limpio, 2) qué tan bien comprende las razones que los participantes tienen para practicar el deporte, y 3) qué tan bien entiende los diversos enfoques del deporte.

Otra área importante de responsabilidad es el papel de los padres en su programa. El mejor enfoque es el manejo activo, es decir, reuniéndose constantemente con los padres, manteniéndolos informados, pidiendo sus opiniones y alentándolos a involucrarse.

## 2.2 JUEGO LIMPIO

El juego limpio enfatiza la competencia en igualdad de circunstancias sin ventajas, brindando el mejor esfuerzo, sin trampas, sin doping y con respeto al rival.

La filosofía del juego limpio cumple con ciertos *principios* que tienen como fin el desarrollo de un espíritu competitivo verdadero, es decir, un *espíritu de deportivismo*. La filosofía del [Juego Limpio](#)\* enfatiza lo siguiente:

- Respetar las reglas del juego.
- Respetar a los árbitros y aceptar sus decisiones.
- Respetar al adversario.
- Dar a todos los participantes igualdad de oportunidades.
- Mantener la dignidad bajo todas las circunstancias.

Estos principios se aplican en *todas* las circunstancias y para *todos* los involucrados: participantes, árbitros, padres, patrocinadores, etcétera. Los padres, por ejemplo, pueden sostener esta filosofía preguntando a los niños sobre sus experiencias en el deporte; nunca *forzándolos* a que participen y nunca cuestionando públicamente una decisión de un árbitro.

### Autoimagen

*La autoimagen* se refiere a la manera en que la gente se ve a sí misma. Está moldeada por las reacciones de los demás; por ejemplo: De los padres, los compañeros y los entrenadores; y más tarde también, por experiencias en la vida.

La opinión de sí mismo afecta fuertemente el comportamiento de la gente. Así la autoimagen es una de las piedras angulares de su comportamiento. Por ejemplo, afecta la motivación, el aprendizaje, el desempeño atlético y las relaciones personales.



---

\* ANEXO

Usted puede hacer un gran número de cosas para ayudar a los participantes a desarrollar una [autoimagen](#)\* positiva. Estar consciente de la *importancia* de la auto imagen es esencial, pero el paso más importante que usted puede tomar es ser más *positivo* con los participantes.

Sobre todo, ser más positivo significa *aceptar* a los participantes, interactuar con ellos como personas, tomar en cuenta sus sentimientos y mostrar interés en sus problemas.

Asegúrese de que los participantes se sientan importantes y aceptados *sin importar cómo se desempeñan*. Adoptar un **estilo positivo** de dirección es otro paso importante para ser un mejor entrenador y para ayudar a los participantes a que formen su auto imagen positiva.

Asegúrese que las tareas que emprendan los participantes están en el nivel apropiado y esté ahí para apoyarlos.

Recuerde que el crecimiento de los participantes puede afectar su autoimagen. Los niños que maduran antes reciben una retroalimentación más positiva que aquellos que maduran después. Asegúrese de animar a los que maduran más lentamente y apoye a los que maduran antes para que los otros los alcancen.

Finalmente, recuerde que si usted espera cosas buenas de los participantes, las cosas buenas tienden a suceder, igualmente para las cosas negativas. En otras palabras, usted tiende a conseguir lo que espera.

## 2.3 RAZONES DE LOS PARTICIPANTES PARA PRACTICAR DEPORTE

En general, la gente practica deporte por una o más de las siguientes razones:

[Interés por mejorar](#)\*, dominar nuevas habilidades y búsqueda de la excelencia.

[Necesidad de pertenencia](#)\* y de establecer relaciones positivas y amistosas con otros.

[Deseo de experimentación sensorial](#)\*, recrear la vista, los sonidos y demás sensaciones físicas que rodean el deporte o la emoción que en él se vive.

[Deseo de fomentar la autodirección](#)\* para mantener el control de sí mismo.

Usted necesita ser capaz de reconocer y respetar las diferencias de cada individuo, porque los participantes desertan cuando los programas no se ajustan a sus necesidades. En otras palabras, debe ser justo con los participantes, ya sea que trabaje para darles el programa que desean, o recomendarles un programa que se ajuste mejor a sus necesidades.

---

\* ANEXO

## 2.4 ENFOQUES DEL ENTRENAMIENTO

Es muy probable que haya tantos enfoques de entrenamiento como hay entrenadores.

Los enfoques cubren una amplia gama desde un objetivo personal hasta una total orientación social.

El tema general que fundamenta el enfoque hacia el objetivo personal es el logro de metas, cualquiera que ellas puedan ser. Los entrenadores que se enfocan al objetivo personal se ocupan de aprender sobre el deporte que ellos entrenan y enseñar las habilidades con eficiencia, así como practicar bien el deporte y vencer barreras para llegar al éxito.

El enfoque de los entrenadores dependerá en mayor grado de la edad de los participantes entrenadores se encuentren entre los dos extremos.

El enfoque de los entrenadores dependerá en mayor grado de la edad de los participantes, de las habilidades y de las metas programadas. De aquí que la mayoría de los entrenadores se encuentren *entre* los dos extremos.

Al tomar una posición *enfocada* hacia el atleta, usted puede cubrir las necesidades sociales y los objetivos personales al mismo tiempo, de acuerdo a como estos se vayan presentando. La posición enfocada hacia el atleta se trabaja como sigue:

- Al atender sus necesidades de *autodirección*, usted puede ayudar a los participantes a desarrollar un sentido de autocontrol.
- Atender sus necesidades de *pertenencia*, usted puede ayudar al participante a desarrollar un sentido de compromiso hacia el programa.
- Al atender sus necesidades de *logro*, usted puede ayudar al participante a desarrollar un sentido de confianza.
- Al atender sus necesidades de *sensaciones*, usted puede ayudar al participante a desarrollar un sentido de satisfacción integral.
- Sobre todo, la posición enfocada hacia el atleta ayuda a los participantes a lograr un sentido

## 2.5 RELACIÓN PADRES – ENTRENADOR

La relación entre padres y entrenador tiene gran efecto, tanto positivo como negativo, en los participantes y el entrenamiento de su deporte. Esto hace por consiguiente muy importante que usted desarrolle relaciones *positivas* con los padres de sus participantes.

A continuación se enlistan algunas sugerencias para desarrollar tales relaciones:

- Organice una plática formal con los padres para discutir los objetivos de su programa y sus propuestas de enfoque de entrenamiento.
- Describa detalladamente a los padres el comportamiento que usted reforzará en los participantes. Por ejemplo, si usted planea reforzar más el esfuerzo que el desempeño, haga que los padres lo sepan.
- Reconozca la necesidad de *establecer* una comunicación abierta con los padres. La mala interpretación entre los padres y el entrenador se debe a una mala comunicación, de aquí que sea tan importante trabajar arduamente en este aspecto.
- Explique a los padres el comportamiento que usted espera *de ellos*. Por ejemplo, hágales saber que usted espera que ellos le tengan respeto a los oficiales o que NO griten instrucciones a los jugadores.
- Sea positivo y abierto para la retroalimentación, ya que ayuda a construir la confianza de los padres en usted y tendrá un mejor avance en el programa.

## 2.6 CONCLUSIONES



Ayudar a los participantes a desarrollar un verdadero deportivismo es una de las más importantes responsabilidades del entrenador de Nivel 1. Adoptar una *filosofía* de juego limpio en el entrenamiento es un paso esencial para esto. Esta filosofía implica seguir pasos específicos para infundir en los participantes una actitud constructiva hacia la competencia y una autoimagen positiva.

Existen varios *enfoques* como entrenador. Como sea, la mayoría de los entrenadores adoptan una combinación de enfoques sociales y hacia objetivos particulares variando de situación en situación todo el tiempo. Independientemente de la postura adoptada, el juego limpio queda como parte integral del entrenamiento.

Inculcar en los participantes los valores del deportivismo y del juego limpio, es una de las responsabilidades más importantes que tiene como entrenador.

La filosofía del juego limpio fomenta el desarrollo del verdadero deportivismo. Esta filosofía inculca el *respeto* por las reglas, por los oficiales y por los oponentes.

El juego limpio fomenta la participación y el mejor esfuerzo. Promueva esta filosofía en su entrenamiento mediante acciones que motiven a los participantes a mantenerse en el deporte a fin de desarrollar actitudes constructivas hacia la competencia y una personalidad positiva.

La gente participa en un deporte por una combinación de cuatro razones: el **deseo de logro**, de **pertenencia**, de **sensaciones** y de **autodirección**. Para fomentar en los

participantes su permanencia en el deporte, usted necesita conocer las motivaciones previas de cada uno, es decir, lo que quieren conseguir.

Desarrollar relaciones positivas y significativas con los padres ayudará a los participantes, a usted y a su programa a alcanzar el *mejor desempeño posible*.



## 2.7 SUGERENCIAS DIDÁCTICAS



En plenaria se llevará a cabo la técnica de lluvia de ideas.

El conductor solicitará a los entrenadores que mencionen las principales ideas del capítulo e irá anotando en el pizarrón o rotafolio las ideas que vayan mencionando los entrenadores.

Al final, entre todos, se hará una conclusión del capítulo y un esquema de síntesis donde aparezcan todos los conceptos y categorías mencionados y su relación entre ellos.

## 2.8 AUTOEVALUACIÓN



**Instrucciones: Anote en el paréntesis la letra del inciso que corresponde a la respuesta correcta y/o complete la oración.**

Evaluando la temporada, se da cuenta como entrenador que su equipo ha realizado un excelente papel. Sin embargo, sus triunfos generaron una serie de roces con los demás participantes y entre los miembros de su equipo. ¿Qué actitud y filosofía considera deben ser reforzados en sus atletas?

1. El juego limpio como principio de su plan de preparación \_\_\_\_\_ es de  
Una obligación/Su filosofía ( )  
 entrenamiento que busca construir:
  - a) Un marco de trabajo para ser cada vez más competitivos y fomentar una mentalidad ganadora.
  - b) Un espíritu de deportivismo que fortalezca la competencia en igualdad de circunstancias y sin la utilización de trampas.
  - c) Equipos con “carácter” que sepan enfrentarse a adversarios igual o más fuertes que ellos bajo cualquier circunstancia.
  
2. El juego limpio fomenta la \_\_\_\_\_ de los atletas, promueve actitudes  
Participación / División constructivas y enfatiza: ( )
  - a) El espíritu de equipo, de fidelidad a la imagen del mismo y a la institución.
  - b) El respeto a las reglas de competencia, el espíritu competitivo y el deseo de ganar.
  - c) El respeto a las reglas, a los árbitros, a los adversarios, fomenta la igualdad de oportunidades y mantiene la dignidad de los deportistas.
  
3. Adoptar un estilo \_\_\_\_\_ es un aspecto importante para ser cada vez  
Propio / Positivo mejor entrenador, para lo cual es necesario: ( )
  - a) Promover reglas claras y coherentes, manejar apropiadamente el comportamiento inaceptable, enfatizar la auto responsabilidad y confiar en sus atletas.
  - b) Entablar excelentes relaciones en el medio deportivo y formarse una imagen y prestigio como buen entrenador.
  - c) Establecer reglas claras de relación con su equipo, en las que usted se asume como líder y como quién posee el conocimiento que transmitirá a sus atletas.
  
4. Cuando los deportistas respetan la reglas de juego, a los árbitros y sus decisiones, al adversario y mantienen la dignidad en todas las circunstancias, tanto en el entrenamiento como en la competencia, son ejemplos de la filosofía del: ( )
  - a) Más fuerte



- b) Juego limpio  
c) Jugador agresivo
5. Este año tiene en su equipo un grupo de atletas menos hábiles que los del año anterior, por lo que corre el riesgo de quedar en los últimos lugares. ¿Cuál enfoque personal hacia el entrenamiento resulta el más adecuado en este contexto? ( )  
a) Social  
b) Objetivos personales  
c) Comunal
6. Al preguntar las razones por las que los atletas de su equipo participan, encuentra que casi todos fueron compañeros en la secundaria y desean seguir conviviendo. ¿Qué acción resulta mejor para lograr que el equipo conserve su motivación durante toda la temporada? ( )  
a) Realizar periódicamente charlas de equipo  
b) Organizar eventos competitivos  
c) Dejar que los atletas tomen las decisiones
7. Cuando un deportista en la competencia va en primer lugar, comete un error y no logra colocarse en los tres primeros lugares, usted como entrenador lo animaría para: ( )  
a) Que solicite que se repita el evento  
b) Perder con dignidad y prepararse mejor para la siguiente  
c) Manifestar actitudes antideportivas o agresivas
8. Cuando el entrenador identifica durante el entrenamiento que un atleta no logra mecanizar la técnica que usted le ha enseñado debe: ( )  
a) Brindarle apoyo individual, alentándolo y resaltando la ejecución que realiza bien  
b) Decirle que no sirve para nada y que cambie de deporte  
c) Llamarle la atención por no hacerlo bien y aumentarle la cantidad de ejercicios
9. Después de participar en la competencia estatal, su atleta obtuvo una calificación inferior a la esperada, lo que le hizo tener una actitud negativa para con los jueces. Indique qué aspectos de la filosofía del juego limpio seguramente omitió en la planificación de su entrenamiento: ( )  
a) Respeto a las reglas del juego  
b) Búsqueda de la excelencia  
c) Fomentar el respeto a los oficiales
10. Usted es entrenador de un equipo de su localidad. Le toca enfrentarse al equipo considerado como el más difícil del campeonato y el encuentro es decisivo para pasar a la siguiente ronda. ¿Qué recomendaría a sus jugadores? ( )  
a) Confundir a los árbitros para que tomen malas decisiones  
b) Provocar a los oponentes continuamente con insultos  
c) Concentrarse en jugar bien
11. Si escucha a un deportista decir “fui un tonto al no ganar”, ¿qué postura adoptaría?

- ( )
- a) Lo dejaría con esa idea, para que aprenda  
 b) Le recomienda que cambie la frase por "la próxima vez me concentraré para anotar"  
 c) Le enseñaría más elementos para hacerlo mejor en ocasiones subsecuentes
12. Su equipo regularmente logra buenos resultados, pero cuando enfrenta al equipo campeón, participa temeroso, por lo que le inflige severa derrota. ¿Qué aspecto considera que debe reforzar en sus atletas? ( )
- a) La comunicación  
 b) La autoimagen  
 c) La motivación
13. Esta temporada se propone profundizar en la filosofía del juego limpio para corregir algunas actitudes de prepotencia por parte de sus atletas. ¿Cuál es el primer aspecto que debe enseñar para lograr este propósito? ( )
- a) Respeto a las reglas  
 b) Mantener la dignidad  
 c) Respeto al adversario
14. La forma en que un atleta se mira a sí mismo: ( )
- a) Es aprendida  
 b) No se ve afectada por la reacción de otros  
 c) No es importante en el campo del deporte
15. Para auxiliar a los atletas en el desarrollo de su autoimagen positiva, el entrenador debe estar dispuesto a: ( )
- a) Sacrificar los objetivos del equipo  
 b) Invertir tiempo y ser paciente  
 c) Aprovechar cada oportunidad para aclarar las cosas con los atletas
16. La idea de autorrealización se basa en el hecho de que los atletas: ( )
- a) Tienden a comportarse en una forma que va de acuerdo a sus creencias y conceptualizaciones.  
 b) Siguen lo que el grupo desea  
 c) Se desempeñan de acuerdo a lo que ellos creen que les lleva a ganar o perder
17. Señale a qué se refiere el transmitir adecuadamente actitudes positivas en el deporte: ( )
- a) Búsqueda de medallas  
 b) Lograr una cultura deportiva que cuide y respete al deportista  
 c) Lograr mayor potencia
18. Es una de las implicaciones generales del juego limpio: ( )
- a) Aceptar al deportista sin su indumentaria adecuada  
 b) Agredir verbal o físicamente al adversario  
 c) Respetar el reglamento y la importancia de cooperar al competir

19. Seleccione una implicación específica del juego limpio: ( )
- a) Inculcar a los deportistas a dar su mejor esfuerzo
  - b) Reclamar respetuosamente al árbitro
  - c) Aceptar todas las recomendaciones de los padres
20. Señale a qué corresponden los principios de respeto al adversario y dignidad: ( )
- a) Motivación por logro
  - b) Juego limpio
  - c) Motivación continua

[Hoja de respuestas](#)

[CAPÍTULO 3](#)