



LA FORMACIÓN DENTRO DE LA PLANIFICACION EN DEPORTE DE BASE

Miguel Morilla

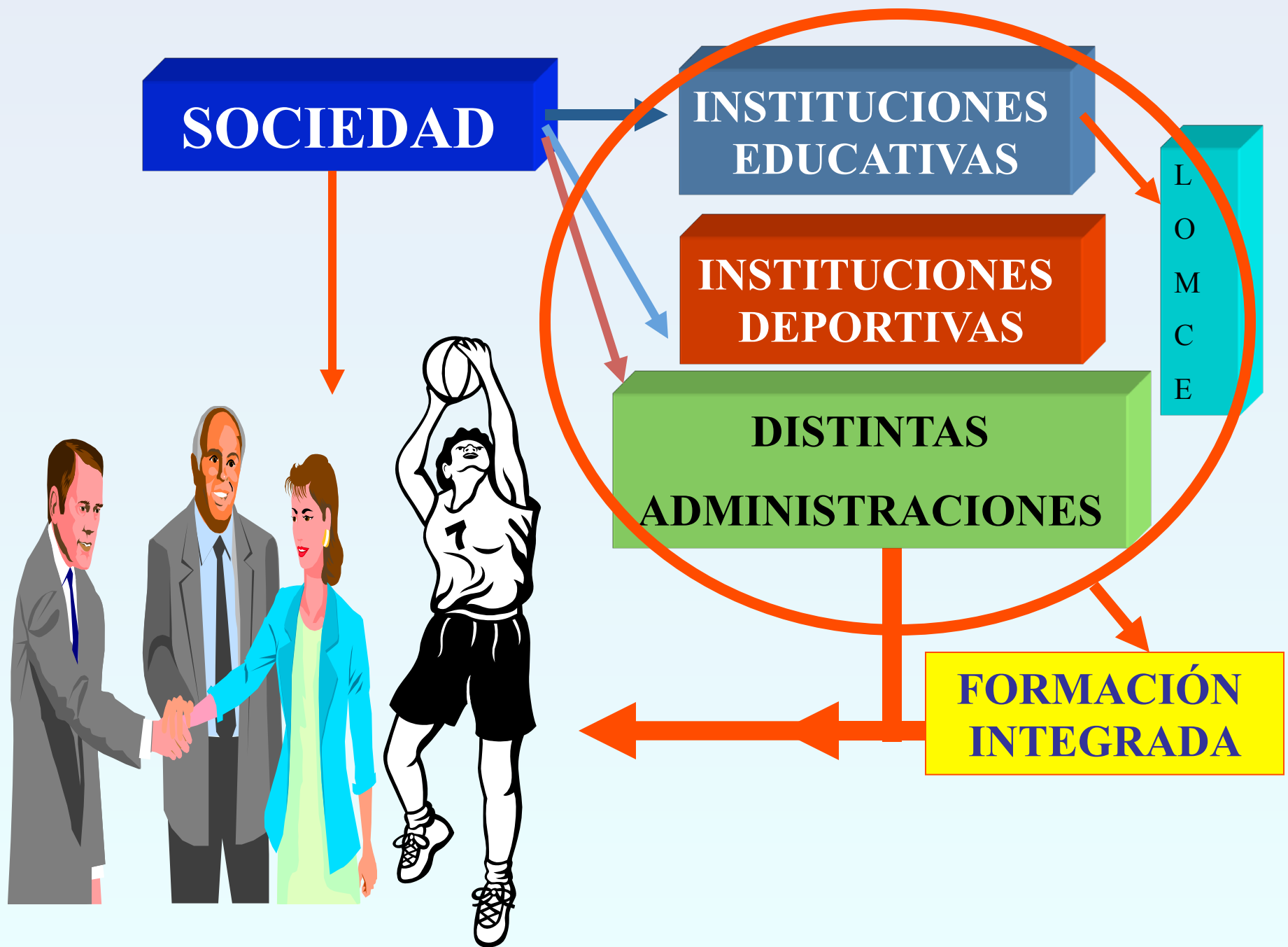
OSUNA 2017



OBJETIVOS DEL FÚTBOL BASE

- FORMAR ?
- RENDIR / COMPETIR /GANAR?
- FORMAR Y QUE RINDAN?





DEMOCRATICO

SOLIDARIO

TOLERANTE

HONRADO

CIUDADANO

UTIL

RESPECTUOSO

IDEAL

AFFECTIVO

SANO

PACIFICO

CIVICO

¿Qué debo educar?

¿Cómo debo educar?

¿?

¿?

¿En qué

¿Cómo debo educar?

¿?

¿?

¿Debo formar
educar bien?

¿?

¿?

¿Cómo compruebo que
estoy educando bien?

¿Cómo me debo preparar
para educar bien?

¿?

¿?

Planificación
Educativa

Planificación
Deportiva

¿QUÉ Enseñar ?

¿CÓMO Enseñar ?

¿CUÁNDO Enseñar?

¿QUÉ Evaluar ?

¿CÓMO Evaluar ?

¿CUÁNDO Evaluar?

¿QUÉ Enseñar ?

- OBJETIVOS
- CONTENIDOS

¿CÓMO Enseñar ?

- METODOLOGÍA

¿CUÁNDO Enseñar?

- TEMPORALIZACIÓN

¿QUÉ Evaluar ?

- Capacidades
- Metodología
- Propia Práctica.
- Evaluación

¿CÓMO Evaluar ?

- Observación
- Instrumentos de Registro
- Auto y Hetero-evaluacion
- Triangulación

¿CUÁNDO Evaluar?

- Antes
- Durante
- Después



Pasos a seguir en la elaboración de la Planificación

- ✓ 1. ANALISIS DE LA ENTIDAD
- ✓ 2. ANALISIS DE LOS DEPORTISTAS

¿Cuál es el primer elemento a definir?

- Contenidos?
- Objetivos?

Pasos a seguir en la elaboración de la Planificación

- ✓ 1. ANALISIS DE LA ENTIDAD
- ✓ 2. ANALISIS DE LOS DEPORTISTAS
- ✓ 3. ESTABLECER OBJETIVOS

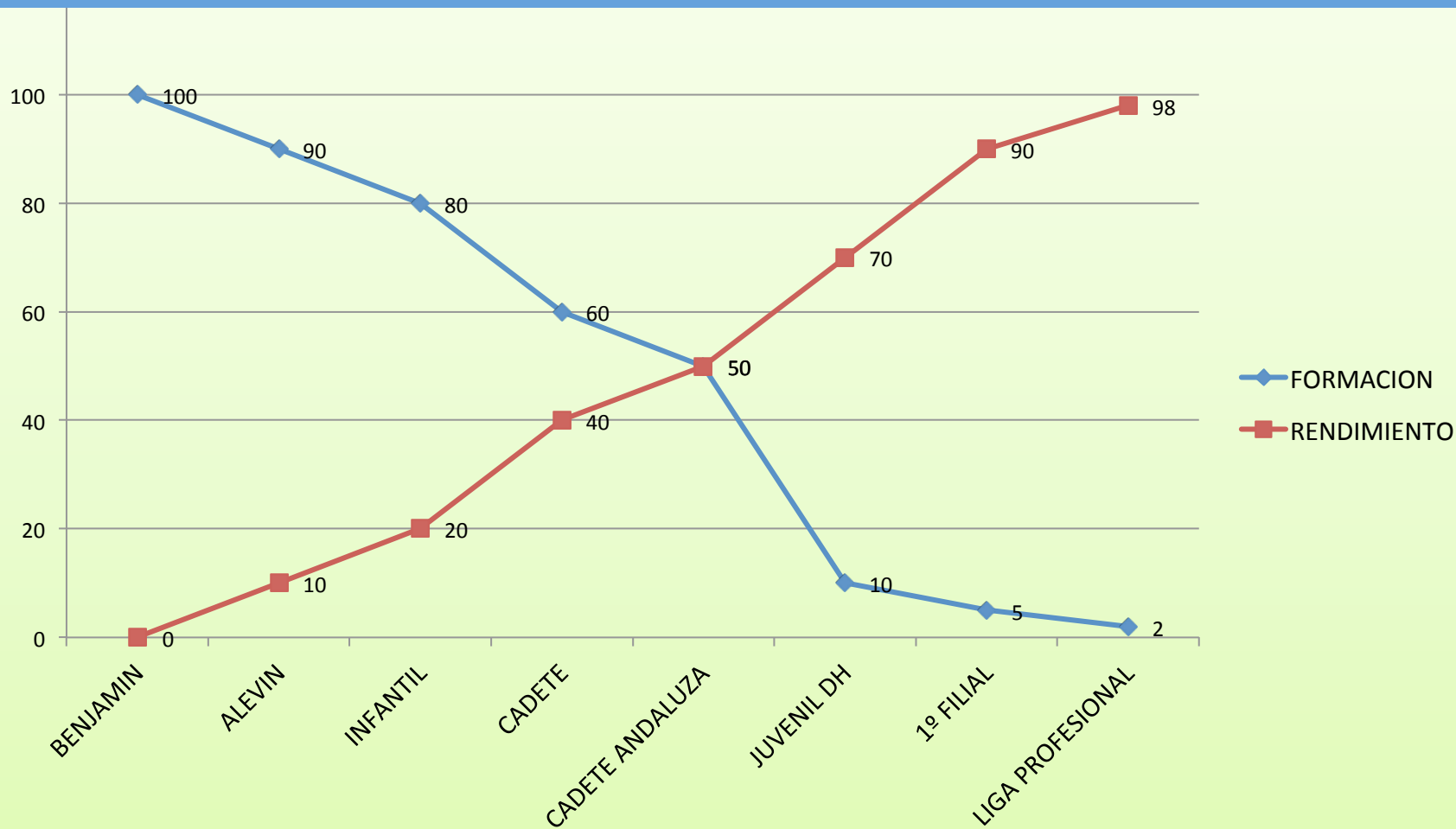
¿OBJETIVOS?

- FORMAR?
- RENDIR?
- FORMAR Y QUE RINDAN?

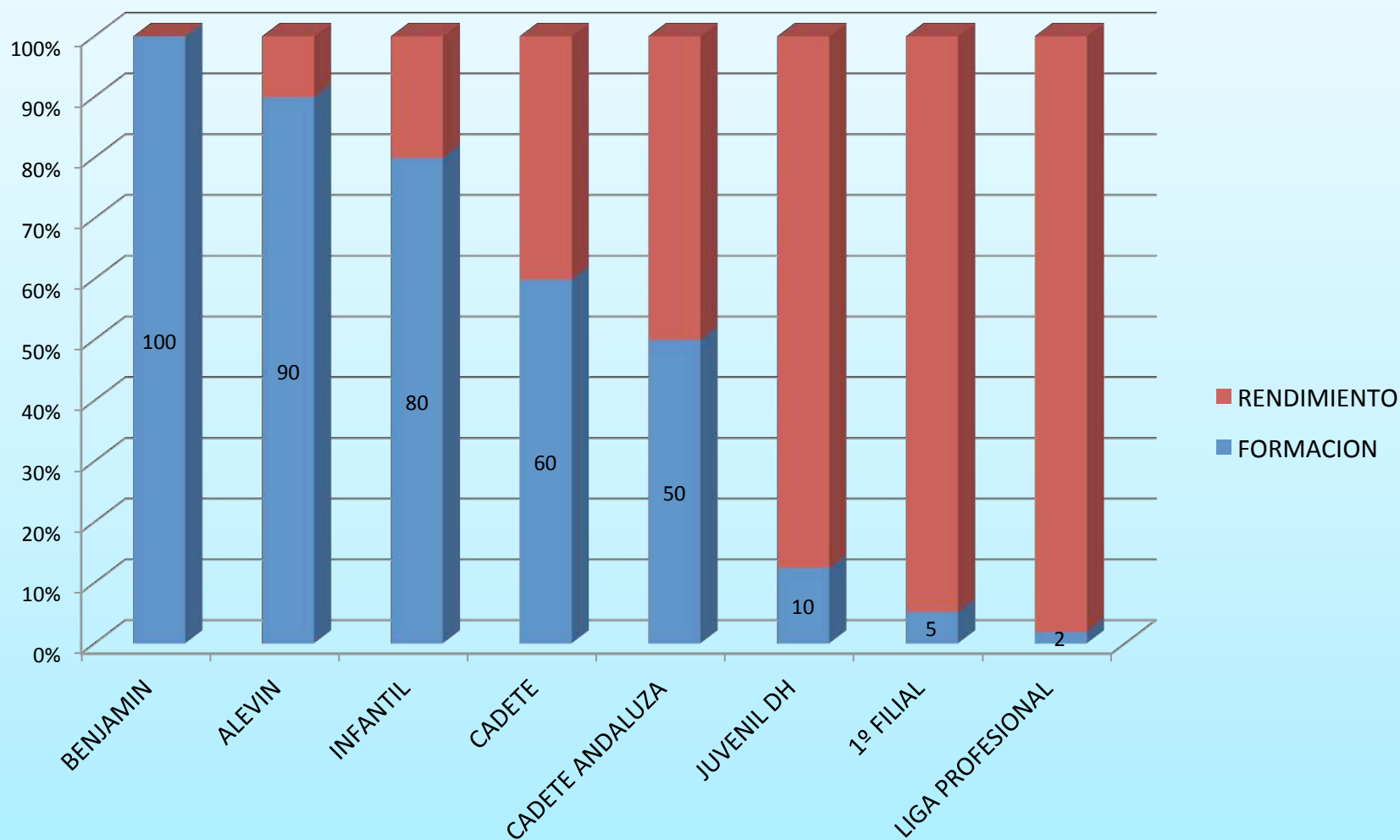




BALANCE FORMACIÓN-RENDIMIENTO DURANTE LA VIDA DEPORTIVA DEL FUTBOLISTA



BALANCE FORMACIÓN-RENDIMIENTO DURANTE LA VIDA DEPORTIVA DEL FUTBOLISTA

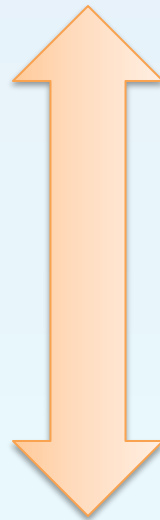


OBJETIVOS

- FORMAR Y QUE RINDAN



OBJETIVOS



CONTENIDOS

¿CONTENIDOS?

- FORMACIÓN?
- RENDIMIENTO?
- FORMACIÓN Y RENDIMIENTO?



CONTENIDOS DEL RENDIMIENTO



¿?



ANÁLISIS DEL FÚTBOL ACTUAL



En el siguiente cuadro se indica la habilidad concreta que se desprende de cada característica del deporte, las cuáles interactúan permanentemente:

Característica	Necesidad psicológica	Habilidad a entrenar
Colaboración	Comunicación	- Comunicación. - Empatía. - Trabajo en equipo. - Liderazgo.
Oposición	Anticipación mental	- Inteligencia. - Creatividad - Competitividad
Velocidad/Intensidad	Velocidad en la toma de decisión	- Percepción, toma de decisión y ejecución (o movimiento táctico). - Motivación. - Control de la activación.
Incertidumbre	Adaptación y tolerancia	- Control de la atención y concentración. - Control de activación. - Autoconfianza. - Control emocional. - Fortaleza mental.

ANÁLISIS DEL JUGADOR ACTUAL



LOS JUGADORES EN LA ACTUALIDAD REQUIEREN DE LAS SIGUIENTES CUALIDADES:

- Técnica perfecta:** Con formación previa (12-15 años) y una formación (16-19 años) de alto nivel en su juventud.
- Gran Sentido táctico.**
- Deberá ser un Atleta, un deportista completo.**
- Inteligente**
- Versátil**
- Activo**
- Creativo**
- Con gran Fuerza mental.**



EXIGENCIAS PERCEPTIVAS EN EL FÚTBOL

(Adaptado de Fradua ,1997):

- ALTA FRECUENCIA DE SITUACIONES EN CONSTANTE “DOBLE TAREA”.**
- AMPLIA VISIÓN DEL TERRENO DE JUEGO.**
- MAYOR AGUDEZA VISUAL DINÁMICA Y VISIÓN PERIFÉRICA DEL ENTORNO.**
- CONTROL PERCEPTIVO DE JUGADORES IMPLICADOS Y SU VARIABILIDAD EN NÚMERO, MOVIMIENTO, AMENAZA O AYUDA..**



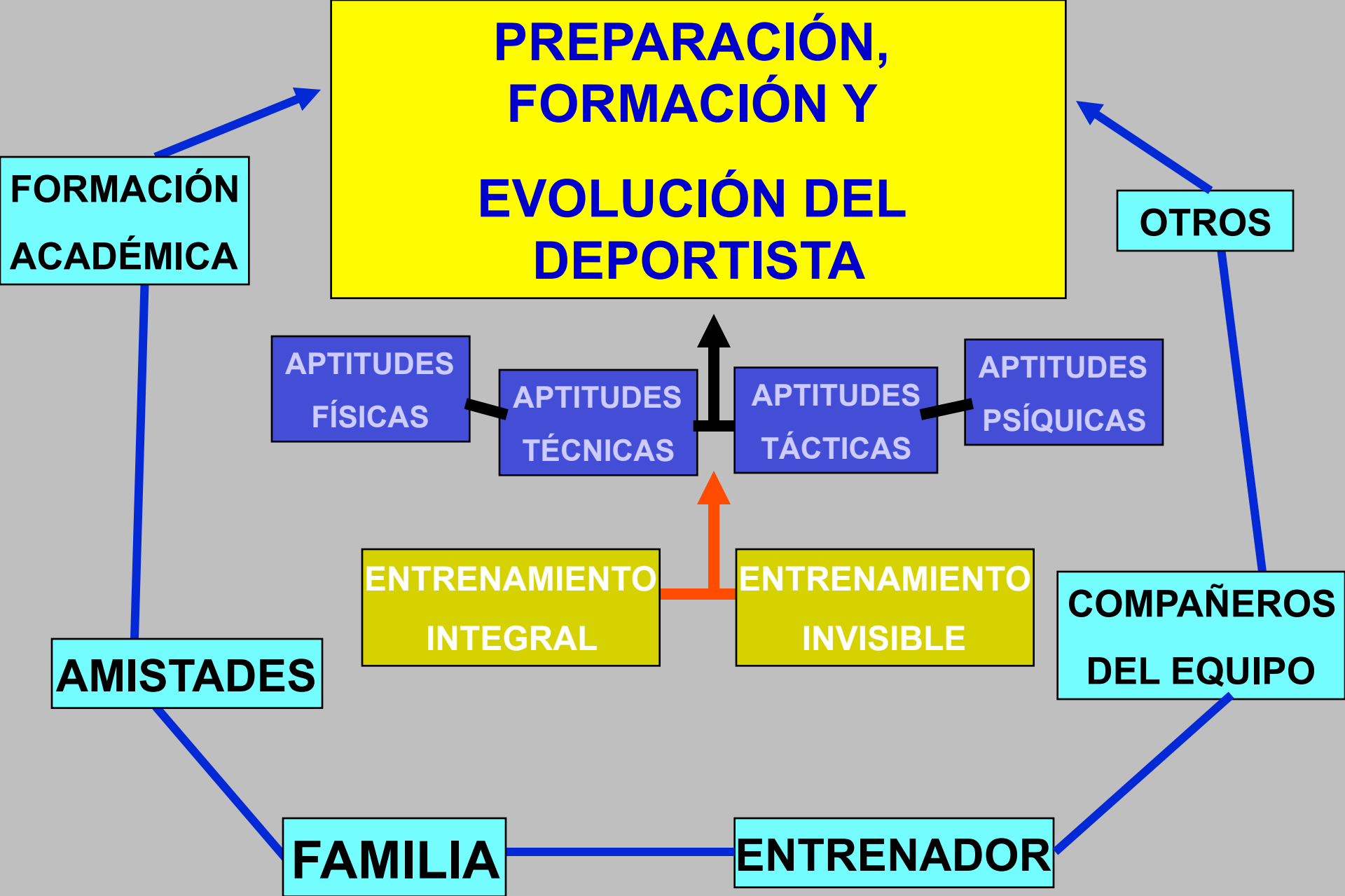
CONTENIDOS DEL RENDIMIENTO

- ALTO NIVEL DE PREPARACIÓN FISICA
- ALTO NIVEL DE PREPARACIÓN TECNICA
- ALTO NIVEL DE PREPARACIÓN TÁCTICA Y ESTRATEGICA
- ALTO NIVEL DE PREPARACIÓN PSICOLOGICA
- ALTO NIVEL DE PREPARACIÓN BIOLOGICA

CONTENIDOS DE LA FORMACIÓN



¿?



**MEJORA LA
CAPACIDAD
FISIOLÓGICA Y EL
DESARROLLO
ANATÓMICO**

**DESARROLLA LAS
CAPACIDADES FÍSICAS
Y COORDINATIVAS**

FORMATIVOS

**MEJORA LAS
DESTREZAS
TÉCNICO-
TÁCTICAS**

**COLABORA EN LA
FORMACIÓN DE LA
ACTITUD, EL
CARÁCTER Y LA
PERSONALIDAD**

**EDUCA EN
VALORES**

**FAVORECE LA
INTELIGENCIA
EMOCIONAL**

Servir a la Sociedad y a la Ciudadanía

Formación del Ciudadano

Inculcar Valores

Mediante la utilización de la Actividad Física y
el Deporte

Aprovechamiento racional del tiempo de Ocio



DEMOCRATICO

SOLIDARIO

TOLERANTE

HONRADO

ÚTIL

RESPECTUOSO

AFECTIVO

SANO

PACIFICO

CIVICO

VALORES	CONTRAVALORES
- Salud. - Socialización. - Recreación. - Creación. - Libertad. - Solidaridad. - No violencia y paz. - Constancia	- Violencia - Utilitarismo. - Manipulación. - Consumismo. - Hedonismo. - Triunfalismo.

González Lozano (2001; Giménez, 2003)

Valores Sociales.	Valores Personales.
•Respeto	•Habilidad (forma física y mental),
•Cooperación.	•creatividad,
•Relación social.	•Humildad.
•Amistad.	•Reto personal
•Trabajo en equipo.	•Autodisciplina
•Responsabilidad social,	•Autoconocimiento
•Compañerismo	•Mejora de la salud,
	Autodominio
•Preocupación por los demás.	•Logro (éxito-triunfo)
	•Autorrealización
•Convivencia	•Espíritu de sacrificio.
	•Participación lúdica.
	•Perseverancia.
	•Deportividad y juego limpio (honestidad)

- EDUCACIÓN MORAL Y CÍVICA**
- EDUCACION PARA LA VIDA EN SOCIEDAD Y LA CONVIVENCIA**
- EDUCACIÓN PARA LA PAZ**
- EDUCACIÓN DEL CONSUMIDOR**
- EDUCACION PARA LA SALUD**
- EDUCACIÓN AMBIENTAL**
- EDUCACIÓN VIAL**
- COEDUCACIÓN**
- EDUCACIÓN INTERCULTURAL**
- EDUCACIÓN SEXUAL**
- EDUCACIÓN PARA EL DESARROLLO**



LA VIOLENCIA EN EL DEPORTE



PREMISA BÁSICA:
**“EDUCAR A UN NIÑO/A ES
EDUCAR A LA SOCIEDAD”**

(JULES MICHELET)

¿SE NOS VA EL DEPORTE DE LAS MANOS?

¿QUÉ PENSÁIS QUE ESTÁ PASANDO?

**¿ES EL DEPORTE UN “BUEN CALDO DE CULTIVO” PARA LA
VIOLENCIA?**

**¿POR DÓNDE PASA UNA POSIBLE SOLUCIÓN Y QUE ELEMENTOS
CREEIS QUE ESTARÍAN IMPLICADOS EN ELLA?**

RESUMEN DE LOS CONTENIDOS DEL DEPORTE DE FORMACION

- FORMACIÓN DEPORTIVA DE BASE
 - ASENTAR LAS BASES FISICO-TECNICO.-TÁCTICAS-PSICOLOGICAS
- FORMACIÓN PERSONAL:
 - FORMACION HUMANA: INDIVIDUAL, SOCIAL, FAMILIAR.
 - EDUCACIÓN EMOCIONAL
 - FORMACIÓN EN VALORES
- FORMACIÓN DE APOYO AA LO CADÉMICO Y LABORAL:
 - APOYO AL ESTUDIO
 - ORIENTACIÓN VOCACIONAL



La Educacion en Valores requiere de...

- Saber estar ...
- Querer estar ...
- Poder estar ...

INFORMACIÓN

MOTIVACIÓN

POSIBILIDAD

¿CÓMO ENSEÑAR?

- METODOLOGÍA O PSICOMETODOLOGÍA
 - TÉCNICA DE ENSEÑANZA
 - ESTILO DE ENSEÑANZA
 - CONOCIMIENTO DE RESULTADOS
 - INTEGRACIÓN DE CONTENIDOS
 - SIGNIFICATIVIDAD EN LA ENSEÑANZA
 - IMPLICACIÓN COGNITIVA
 - PROGRESIÓN EN LA ENSEÑANZA
 - METODO DE APOYO Y DIRECCIÓN
 - METODOLOGIA DE EXCELENCIA Y TECNIFICACIÓN



**PROGRESIÓN PSICOMETODOLOGICA EN LA
PRESENTACIÓN DE LAS ACTIVIDADES PARA LA
ENSEÑANZA Y MEJORA DE LA TÉCNICA Y LA TÁCTICA**

PARTIDO. SITUACION REAL

CON COLABORACIÓN+OPOSICIÓN+INTENSIDAD+INCERTIDUMBRE

CON COLABORACIÓN+OPOSICIÓN+INTENSIDAD

CON COLABORACIÓN+OPOSICIÓN

CON COLABORACIÓN

**SIN COLABORACIÓN
NI OPOSICIÓN**

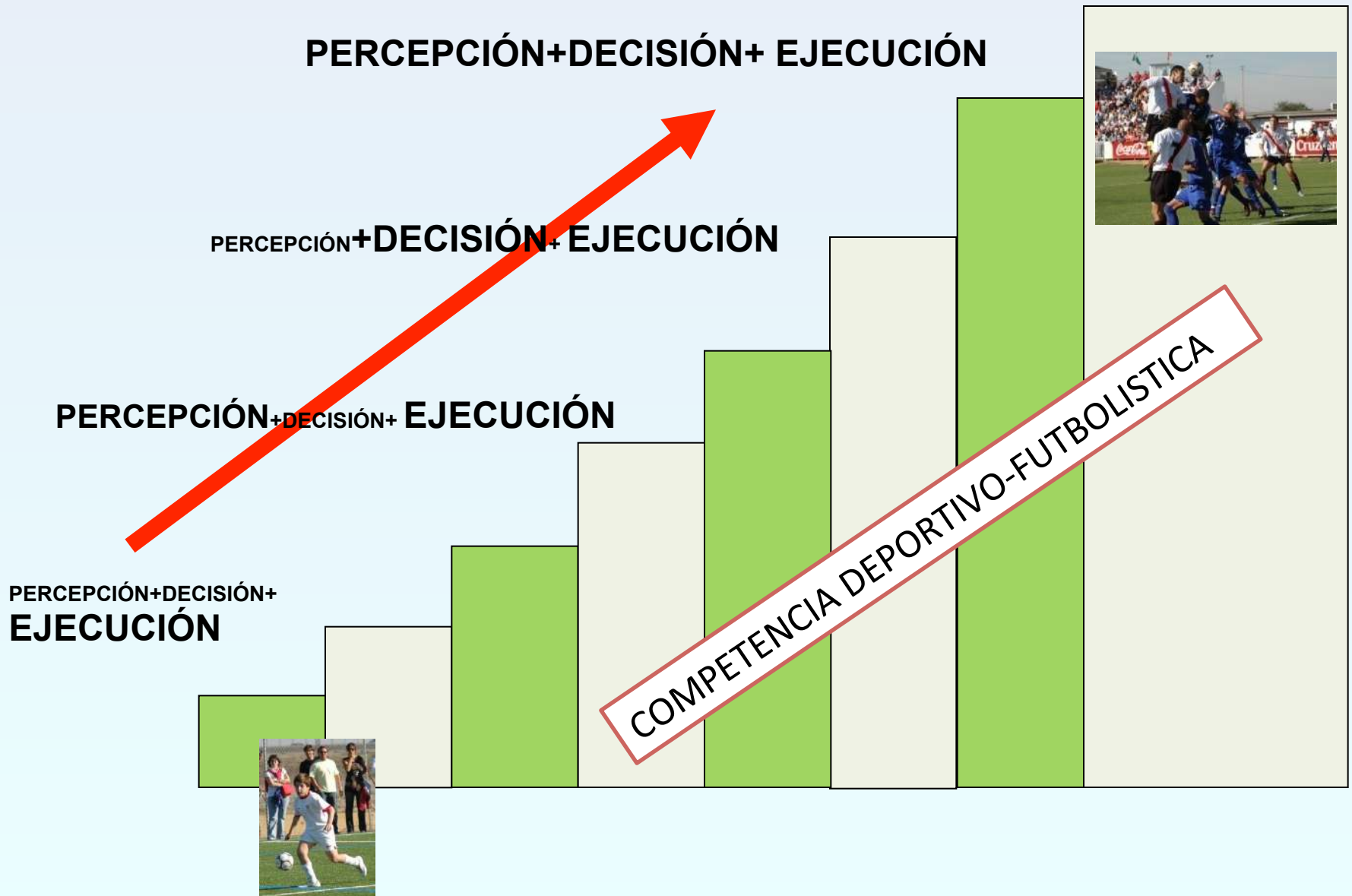
TRANSFERENCIA

COMPETENCIA

RENDIMIENTO



PROGRESIÓN PSICOMETODOLOGICA EN EL DESARROLLO DE LOS COMPONENTES DEL ACTO MOTOR



PROGRESIÓN PSICOMETODOLOGICA EN LA FORMACIÓN Y DESARROLLO PERSONAL

AUTOAFIRMACIÓN INDIVIDUAL Y SOCIAL CON DOMINIO EMOCIONAL EN ENTORNOS CAMBIANTES

COMPROMISO PERSONAL Y SOCIAL

EMPATIA Y HABILIDADES SOCIALES

AUTOCONCFIANZA Y AUTOESTIMA

AUTOCONTROL EMOCIONAL

POTENCIACIÓN DE VIRTUDES Y
PULIDO DE DEFECTOS

RECONOCIMIETO DE VIRTUDES
Y DEFECTOS

AUTOCONOCIMIENTO

COMPETENCIA PERSONAL Y SOCIAL



PROCESO DE COACHING
EN LA ENSEÑANZA
DEPORTIVA TANTO EN LA
FORMACIÓN COMO EN EL
RENDIMIENTO

OBJETIVOS

SITUACION DE
PARTIDA

- Necesidad de mejora
- Situacion problema



Continuidad

Apoyo

Compromiso
Evaluación
Desarrollo
Personal

Empatía
Persuación
Escucha Act.

Ayuda no directiva

ENTRENADOR

Modelo de
Confianza

Estimular Reflexión

Informar

Descubrimiento

METODOLOGÍA DE TRABAJO

F-- Fortalezas

D--Debilidades

N--Necesidades

P--Plan de actuación



MAXIMIZA TUS VIRTUDES, MINIMIZA TUS DEFECTOS

FORTALEZAS

CÓMO LAS PUEDO
FORTALECER?



DEBILIDADES

CÓMO LAS PUEDO
ELIMINAR?

¿CÓMO EVALÚO?

HOJA DE VALORACIÓN DEL JUGADOR

JUGADOR: _____

	ASPECTOS	AUTOVALORACIÓN	
		+	-
	TECNICOS		
	TÁCTICOS ESTRATEGICOS		
	FÍSICOS		
	PSICOLOGICOS		
	BIOLOGICOS		
	DESCANSO HIGIENE ALIMENTACION		
	ACADEMICOS		
	VALORES		
	OTROS		

HOJA DE VALORACIÓN DEL JUGADOR

JUGADOR: _____

	ASPECTOS	AUTOVALORACIÓN		VALORACIÓN DEL ENTRENADOR		VALORACIÓN DE LOS COMPAÑEROS		ASPECTOS QUE NECESITA MEJORAR
		+	-	+	-	+	-	
	TECNICOS							
	TÁCTICOS ESTRATEGICOS							
	FÍSICOS							
	PSICOLOGICOS							
	BIOLOGICOS							
	DESCANSO HIGIENE ALIMENTACION							
	ACADEMICOS							
	VALORES							
	OTROS							

HOJA DE VALORACIÓN DEL JUGADOR

JUGADOR: _____

CUALIDADES RELACIONADAS COB LOS VALORES	AUTOVALORACIÓN		VALORACIÓN DEL ENTRENADOR		VANORACION DE LOS COMPAÑEROS		ASPECTOS QUE NECESITA MEJORAR
	+	-	+	-	+	-	
TOLERANTE							
PACIFICO							
SANO							
RESPETUOSO							
HONRADO							
SOLIDARIO							
AFECTIVO							
DEMOCRATICO							
CIVICO							

DEMOCRATICO

SOLIDARIO

TOLERANTE

HONRADO

CIUDADANO

UTIL

RESPECTUOSO

IDEAL

AFFECTIVO

SANO

PACIFICO

CIVICO

***“Aprendiendo más
para educar mejor”***

BIBLIOGRAFÍA

- ARRÁEZ, J.M. (1995): Juegos y deportes alternativos con deficientes psíquicos”, en *APUNTS: Educación Física y Deportes*, Nº 40, Pág. 69 - 80.
- ARIBAS, Lucía y GÓMEZ, Vicente. Actividades lúdicas. El juego, una alternativa para el ocio. Asociación Cultural CIRCE. Editorial Popular.
- BARBERO J.C. (1999): “*Apuntes de la asignatura Actividades Físicas con Material Alternativo*”. Facultad de Educación y Humanidades de Melilla. Sin publicar.
- BARBERO, J.C. (2006). Los Juegos y Deportes Alternativos en Educación Física. En www.educ.ar.
- BEAN, Reynold. Cómo desarrollar la creatividad en los niños. Editorial Círculo de Lectores. 1994.
- BOLÍVAR BOTÍA, A. (1998). *Educación en valores, una educación de la ciudadanía*. Sevilla. Junta de Andalucía. Consejería de Educación y Ciencia.
- CABRERA, J. (2006). Educación para el Ocio y el tiempo libre. En www.aulainfantil.com
- CAGIGAL, J.M. (1971). Ocio y Deporte en nuestro tiempo. Citus, Altius, Fortius.
- CAMERINO, O. (1999) *Fichero de Juegos Deportivos Recreativos*, Barcelona. MEC.
- CAMERINO, O. (2000). Deporte recreativo. Inde. Barcelona.
- CAMPS, V. (1994) Los Valores de la Educación. Madrid. Anaya/Alauda.
- CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA (1978). Congreso de los Diputados. Revisión de 2002. <http://www.congreso.es/funciones/constitucion/indice.htm>
- CONTRERAS, O. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona. Ed. Inde.
- GERVILLA, E. (2004), *Postmodernidad y Educación. Valores y cultura de los jóvenes*. Madrid, Dykinson (última edic.).
- GONZÁLEZ, J.A. (2006). Las actividades físicas alternativas. En www.primaria.profes.net
- GRASA, R. (2000). *Evolución de la Educación para la Paz*. En: Cuadernos de Pedagogía, núm. 287, pp. 52-56.
- GUILLÉN, E. Descansar, divertirse y formarse. Ed. Vilamala. Barcelona. 1971.
- HERNÁNDEZ VÁZQUEZ, M. (1997) *Juegos y Deportes Alternativos*, Madrid. MEC.
- JARDY, C.; RIUS J. (1992): *1000 Ejercicios y juegos con material alternativo*. Barcelona. Ed Paidotribo.
- JUNTA DE ANDALUCÍA (1995). Orden de 19 de diciembre de 1995, por la que se establece el desarrollo de la Educación en Valores en los centros docentes de Andalucía.
- JUNTA DE ANDALUCÍA (1996). *Orden de 17 de enero de 1996, por la que se establece la organización y el funcionamiento de los programas sobre Educación en Valores y Temas Transversales del currículo*.
- LISBONA, S.; MARTÍNEZ M.; RAMÍREZ V.; BARBERO, J.C. (2000): La enseñanza individualizada y los juegos y deportes alternativos en educación física. Unidad didáctica: «aprendo shuttleball a mi ritmo», en *Lecturas Educación Física y Deportes. Revista Digital*, Nº 19, Internet: <http://www.efdeportes.com>
- LÓPEZ, J.A. (1999): El floorball en la escuela, en *Askesis: nº 4*, <http://www.akesis.arrakis.es>.
- M.E.C. (1989): *La formación del profesorado y la innovación educativa*, Madrid. M.E.C.
- M.E.C. (1992): *Materiales para la Reforma* (Area de E.F.), Madrid.
- MARTINEZ DE DIOS, C. (1996): *Hockey*. Madrid: M.E.C.
- MENDO, A. (2000). "Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural", en *Educación Física y Deportes. Revista Digital* Nº 23. www.efdeportes.com
- MUÑOZ, F (2004). Aula21.net. Extraído el 19 de Marzo de 2005 de www.aula21.net
- ORTEGA, P. Y MÍNGUEZ, R. (2001), *Los valores en la educación*. Barcelona. Ariel.
- OSUNA, S. (2006). Educación en el tiempo libre: ¿Realidad o ficción? En www.educacionenvalores.org.
- PALACIOS AGUILAR, J. Y OTROS (1994) *El Juego en Educación Física: Consideraciones sobre su utilización*, Revista de Educación Física. Boidecanto, La Coruña.
- PORTA J. e ISMAEL, M. (1987): *Hockey total*. Ed. Iltre. Ayuntamiento de Oviedo y Consejería de Cultura, Educación y Deporte del Principado de Asturias. Oviedo.
- RUIZ ALONSO, J.G. (1996): *Juegos y Deportes Alternativos*. En la programación de Educación Física Escolar. Zaragoza. Ed. Agonos.
- TORRES J. y OTROS (1994): Las actividades físicas organizadas en educación primaria. *Colección Materiales Didácticos “FACIEDU”*. Granada. Rosillo’s.

- MC Sports: Tui.
- Alonso, M. y Lago, C. (2008). Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación. En L. Casáis, E. Domínguez y C. Lago. Fútbol: el entrenamiento en categorías de formación (Vol. I). MC Sports: Tui.
- Árda, T. y Casal, C. (2003). Metodología de la enseñanza en el fútbol. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Anguera, M. A. (2003). Metodología básica de observación en fútbol. En T. Árda y C. Casal., Metodología de la enseñanza en el fútbol. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Avia, M.D. & Vásquez, C. (1998) Optimismo inteligente. Madrid: Alianza Editorial.
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (1), 123-139.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L. y García-Merita, M. (2011). Asociaciones entre la percepción del clima motivacional creado por el entrenador, orientaciones disposicionales de meta, regulaciones motivacionales y vitalidad subjetiva en jóvenes jugadoras de tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 133-148.
- Beswick, B. (2012). *Focused for soccer* (2nd Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Boillos, D. (2006) *La Mentalización en el Fútbol Moderno: Guía práctica para entrenadores y futbolistas*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Bompa, T. (2009). Entrenamiento de equipos deportivos. Barcelona, Editorial Paidotribo.
- Carrascosa, J. (2003a). Dirigir o Liderar? Madrid: Gymnos Editorial Deportiva.**
- Carrascosa, J. (2003b). Saber Competir. Madrid: Gymnos Editorial Deportiva.**
- Carrascosa, J. (2003c). Motivación. Madrid: Gymnos Editorial Deportiva.**
- Carron, A. V. & Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* (4th ed., pp.120-134). Mountain View, CA: Mayfield.
- Carron, A. V. (1982). Cohesiveness in sport group: Interpretations and consideration. *Journal of Sport Psychology*, 4, 123-138.
- Carron, A., Brawley, L. R. y Widmeyer, W. M. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. En J. L. Duda. (Ed.). *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown: WV Fit.
- Casáis, L. y Parra, E. (2011). El entrenamiento psicológico en categorías de formación (Vol. II). En L. Casáis, E. Domínguez y C. Lago. (2^a Ed.), Fútbol: el entrenamiento en categorías de formación (Vol. II). MC Sports: Tui.
- CEDIFA. (2004). Manual para el técnico deportivo nivel 1: bloque común. Sevilla: Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación del Fútbol Andaluz (CEDIFA).
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in sports. En G. Tenenbaum & R. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 113-135). Hoboken, NJ: Wiley.
- Cox, & H. (2009). Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones. Madrid: Editorial Médica Panamericana, S.A.
- Dosil, J. (2006). Psychological Interventions with Football (Soccer) Teams. En J. Dosil (Ed), *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*. Chichester: JhonWiley&Sons Ltd.
- Dosil, J. (2008). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. (2 Ed.). Madrid: McGraw Hill.
- Dosil, J., Cremades, J.G. & Rivera, S. (en prensa). Psychological skills training and programs. En A. Papaioannou & D. Hackfort (Eds.), *Fundamental concepts in sport and exercise psychology*. London: Taylor & Francis.
- Escribano, A. (2011). Conferencia Congreso de Fútbol Sevilla. Comité Técnico Andaluz de Entrenadores de Fútbol.
- FIFA. (2010). 2010 FIFA World Cup South Africa Technical Report and Statistics. Recuperado en mayo 2, 2013 disponible en: http://www.fifa.com/mm/document/affederation/technicaldevp/01/29/30/95/reportwm2010_web.pdf
- FIFA. (2006). FIFA Coaching. Departamento de Educación y Desarrollo Técnico de la FIFA: Zúrich.
- Frada, L. (1997). La visión de juego en el futbolista. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- García-Naveira, A. & Díaz, J.F. (2010). Relación entre optimismo/pesimismo disposicional, rendimiento y edad en jugadores de fútbol de competición. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5 (1), 45-59.
- García-Naveira, A. y Jerez, P. (2012). Departamento de psicología del club Atlético de Madrid: filosofía, programación y desempeño profesional en el fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte* 12, (1), 111-120.
- Gardner, H. (1993). Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica*. Paidós.
- Gardner, H. (2004). *Mentes flexibles: El arte y la ciencia de saber cambiar nuestra opinión y la de los demás*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- González-Oya, J. y Dosil, J. (2007). La psicología del árbitro de fútbol. Noia: Editorial Toxosoutos.
- Hardy, L. Jones, J.G. & Gould, D. (1996). Understanding psychological preparation for sport: Theory and practice of elite performers. Chichester, UK: Wiley.
- Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte: Análisis de las estructuras de juego deportivo. Barcelona: INDE.
- Jones, G., Hanton, S. & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 205-218.
- Jones, G., Hanton, S. & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 205-218.
- Lago, C., & Anguera, M. T. (2003). Utilización del análisis secuencial en el estudio de las interacciones entre jugadores en el fútbol de rendimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, (1), 27-37.
- Larsen, J., Hemenover, S., Norris, C. & Cacioppo, J. (2007). Transformar la adversidad en ventaja: las virtudes de la coactivación de emociones positivas y negativas. En Aspinwall, L. & Staudinger, U.M. (Eds),

- Llopis, D. (2011). Necesidades psicológicas de futbolistas y el trabajo psicológico del entrenador. *Revista AB Fútbol* (51), 81-86.
- Llopis, D. (2010). Cualidades psicológicas de un buen futbolista. *Revista AB Fútbol* (44), 83-87.
- Marí, P. (2011). Aprender de los campeones. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Mombaerts, E. (1998). Fútbol: entrenamiento y rendimiento colectivo. Barcelona: Editorial Hispano Europea.
- Mombaerts, E. (2000). Fútbol: del análisis del juego a la formación del jugador. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Monserrat, J. (2008). La percepción visual. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Morilla, M. (1995). Entrenamientos de la Atención y la Concentración en deportistas jóvenes. *Cuadernos Técnicos de Fútbol*, (1).
- Morilla, M. (2004). Registro y observación de la conducta deportiva: Propuestas manuales e informatizadas. En M. Roffé y F. García Ucha (Eds.), *Alto Rendimiento: Psicología y deporte*. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Morilla, M. (2011). Psicología aplicada al fútbol. Conferencia presentada en el Congreso Internacional de Fútbol: Ciencia y Tecnología. Sevilla, 28 de mayo.
- Morilla, M. & Gómez, M.A. (Coord.) (2009). Planificación del Trabajo Psicológico en Equipos de Fútbol. Sevilla: Difusión Gráfica.
- Morilla, M. & Pérez, E. (Coord.) (2004). Entrenamiento de la Atención y Concentración. Ejercicios para su mejora (2ª Ed.). Sevilla: Difusión Gráfica.
- Morilla, M., Utrilla, M., Antón, C. & Rivera, S. (2009). Preparación de un equipo de fútbol mediante un programa deportivo-formativo integrado. Documento no publicado.
- Morilla, M. y Rivera, S. (2012). Aportaciones psicológicas al entrenamiento integrado. *Fútbol-Táctico*, 58. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en <http://www.futbol-tactico.com/es/futbol/58/psicologia-del-futbol/aportaciones-psicologicas-al-entrenamiento-integrado.html>
- Núñez, J. L., León, J., González, V. y Martín-Albo, J. (2011). Propuesta de un modelo explicativo del bienestar psicológico en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 223-242.
- Olmedilla, A., Ortín, F., Andreu, M.D. & Lozano, F.J. (2004). Formación en psicología para entrenadores de fútbol: Una propuesta metodológica. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 247-262.
- Oña, A., Martínez, M., Moreno, F. y Ruiz, M. L. (1999). Control y aprendizaje motor. Madrid: Editoria Síntesis.
- Parra, E. y Casáis, L. (2011). Modelo de funcionamiento psicológico del entrenador de fútbol. Documento no publicado.
- Pérez, M.C. (2002). Estudio cualitativo sobre entrenadores de alto rendimiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 11 (1), 9-33.
- Pérez, V., Gutiérrez, M. T., García, A. y Gómez, J. (2005). Procesos psicológicos básicos: Un análisis funcional. Madrid: Pearson Educación.
- Portugal, M. A. (2008). Fútbol: medios de entrenamiento con balón (3ª Ed). Madrid: Grada Gymnos.
- Puig, A. (2010). La fuerza de un sueño: los caminos del éxito. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Rees, T. (2007). Influence of social support on athletes. In S. Jowett & D. Lavallee (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 221-231). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Riera, J. (1997). Aprendizaje deportivo. En J. Cruz (Ed.), *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis.
- Riera, J. (2005). Habilidades en el deporte. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Rivera, S. (en prensa). Psicología positiva en el deporte. En A. García-Naveira (Ed.). *Avances profesionales del psicólogo del deporte*. Barcelona, Paidotribo.
- Rivera, S. (2012a). Jugar con optimismo: claves para aprenderlo. *Fútbol-Táctico*, 61, 100-113. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en <http://www.futbol-tactico.com/es/futbol/61/psicologia-del-futbol/psicologia-jugar-con-optimismo-claves-para-aprenderlo.html>
- Rivera, S. (2012b). Cómo entrenar la fortaleza mental en el jugador (1ª parte). *Fútbol-Táctico*, 65xxxxxxx. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en...
- Rivera, S. (2012c). Cómo entrenar la fortaleza mental en el jugador (2ª parte). *Fútbol-Táctico*, 66, 160-169. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en...
- Rivera, S. (2012d). Preparación mental por posiciones de juego. *Fútbol-Táctico*, 66, 172-180, 57. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en...
- Rivera, S. (2012e). 5+1 Falsos mitos sobre el rendimiento psicológico en el deporte (2 parte). *Fútbol-Táctico*, XX, xx-xx. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en...
- Rivera, S. (2012x). ¿Puede Teófilo llegar a ser una estrella? Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en <http://santiago-rivera.com/2012/05/21/puede-teofilo-llegar-a-ser-una-estrella-10-claves-para-no-estrellarse-antes/>
- Roca, J. (1997). Tiempo de reacción en el deporte. En J. Cruz (Ed.), *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis.
- Roffé, M. (1999). Psicología del jugador de fútbol. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M. (2004). La preparación psicológica de la Selección Juvenil Argentina Sub-20 de fútbol para el Mundial 2001: un año de trabajo con futbolistas de élite. En M. Roffé y F. G. Ucha (Eds.). *Alto rendimiento: Psicología y deporte*. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M. (2005). Fútbol de Presión. (2 Ed.). Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M. (2010). Estrategias de prevención de la violencia en la práctica del fútbol amateur y profesional dentro y fuera del campo de juego. Fútbol y violencia. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M., Fenili, A. y Giscafré, N. (2003). Mi hijo el campeón: las presiones de los padres y el entorno. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M. & Rivas, C. (2013). El partido mental en 400 frases y 45 temas. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A.
- Roffé, M. & Rivera, S. (2012). Las diferentes inteligencias aplicadas al fútbol para Optimizar el rendimiento. *Psicodeportes*. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en http://www.psicodeportes.com/articulos/psicologia_deporte/las_diferentes_inteligencias_aplicadas_al_futbol_para_optimizar_el_rendimiento.pdf
- Rosenfeld, L. B. & Richman, J. M. (1997). Developing effective social support: Team building and the social support process. *Journal of Applied Sport Psychology Volume* 9, (1), 133-153.
- Salovey, P. & Mayer, D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.
- Schiera, A. (2005). Uso y abuso del concepto de resiliencia. *Revista de Investigación en psicología*, 8 (2), 129-135.
- Seirul-lo, F. (2013). El modelo de juego del FC Barcelona. Conferencia presentada en el Congreso Internacional de Fútbol: Planificando el éxito. Málaga, 9 de junio.
- Seligman, M. E. P. (1998). Aprenda optimismo. Barcelona: Grijalbo.
- Solà (2005a).**
- Srebro, R. y Dosil, J. (2009). Ganar con la cabeza. Barcelona: Editrial Paidotribo.
- UEFA (2012a). 2011/12 UEFA Champions League Technical Report. Recuperado en mayo 1, 2013 http://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/TechnicalReport/competitions/UCL/01/85/88/06/1858806_DOWNLOAD.pdf
- UEFA. (2012b). UEFA Euro 2012 Technical Report. Recuperado en mayo 1, 2013 disponible en

PAPEL DE LOS PADRES

ASPECTOS QUE DEBERÍAN TENER EN CUENTA LOS PADRES ANTE LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LOS JÓVENES

- Elegir una actividad física adecuada.
- Acordar con el/la joven la actividad física o el deporte a practicar.
- Informarles de las ventajas de esa práctica.
- Asegurarse de la seriedad del club/escuela y de la formación de sus entrenadores.
- Descartar actividades físicas contraindicadas.
- Contactar con el entrenador y con el club/escuela cuando sea necesario.
- Informarse de la marcha (conducta, actitud, progresos) de su hijo/a.
- Colaborar con el club/escuela si así lo solicita.

Recomendaciones generales para Padres y Madres

- **Ayudar a los jóvenes a organizar su tiempo diario.**
- **Mostrar interés por su actividad física.**
- **Realizar de vez en cuando con ellos/as algo de deporte.**
- **- Hacerles ver que no deben olvidar otras obligaciones (escuela/hogar/familia/amigos).**
- **Favorecer en casa los hábitos saludables.**
- **No utilizar la práctica deportiva o la “no práctica deportiva” como medio de coacción.**
- **No presionar al/la joven buscando resultados.**

RECOMENDACIONES PARA PADRES y MADRES DURANTE LA COMPETICIÓN

- (Martens & Seefeldt. 1979)
 1. Los padres deberían permanecer sentados en la zona de espectadores durante la competición.
 2. Los padres no deberían gritar instrucciones ni críticas a sus hijos/as.
 3. Los padres no deberían hacer comentarios despectivos de deportistas contrarios o de otros padres, jueces o dirigentes.
 4. Los padres no deberían interferir en el trabajo del entrenador/monitor de sus hijos/as.

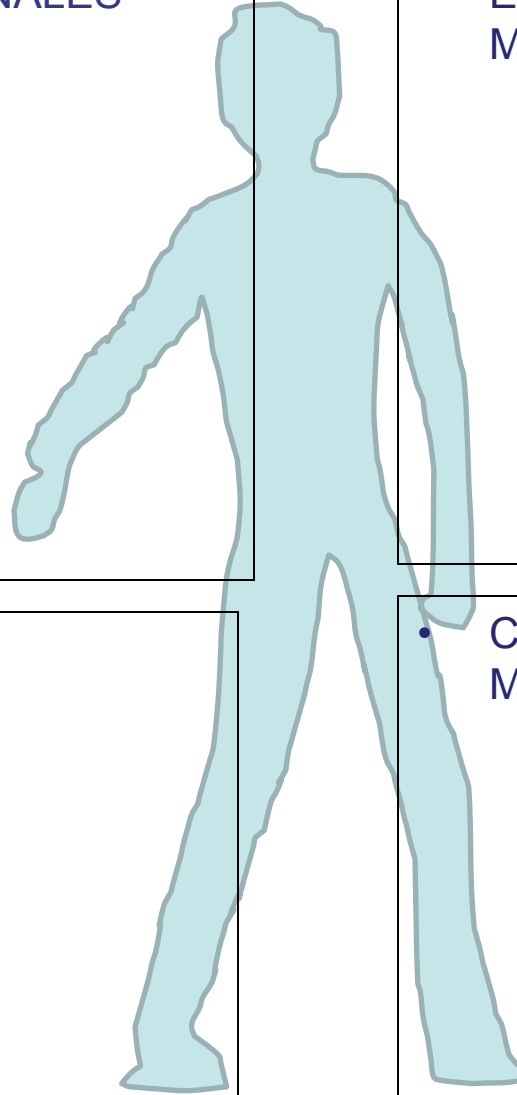
Actividades propuestas para la Educación del Ocio
(Cabrera, 2006)

1 – Lectura	Concebida como descubrimiento de nuevas facetas de la realidad y conocimiento del legado histórico, literario y científico de la Humanidad.
2 - Actividades para conocer y vivir la naturaleza	•Acampadas •Senderismo •Montañismo •Visitas a Parques Naturales
3 – Visitas	•Museos •Exposiciones
4 - Asistencia a espectáculos	•Teatro •Cine •Conciertos musicales •Circo Competiciones deportivas
5 - Asistencia a actos culturales	•Charlas-coloquio •Conferencias •Video-forum
6 - Fomento de la creatividad	•Pintura y dibujo •Fotografía •Literatura •Manejo de instrumentos musicales
7 - Práctica del deporte	•Individuales atletismo, esquí, natación, etc. •Colectivas: baloncesto, fútbol, waterpolo, etc.
8 - Juegos de mesa	•Ajedrez •Parchís •Damas •Dominó
9 - Juegos de salón	•Billar •Futbolín, etc.

10 – Coleccionismo	•Pins •Figuras de plomo •Antigüedades •Cajas de cerillas •Cerámica •Arte •Mecheros •Filatelia
11 - Recuperación de tradiciones populares	Música Danza Artesanía Gastronomía
12 – Manualidades	Bricolaje Miniaturas
13 - Utilización selectiva de medios de comunicación y juegos informáticos	Juegos informáticos: individuales, colectivos Medios de comunicación: Televisión, Radio, Prensa
14 - Cultivo de la amistad	Diálogo con amigos Tertulias
15 - Asociacionismo participación y voluntariado	Juveniles Ecologistas De apoyo al Tercer Mundo Pacifistas Pro-derechos humanos Integración: minusválidos físicos, psíquicos, minorías étnicas

MI AUTO-ANALISIS

Nombre: _____



- MIS CUALIDADES PERSONALES SON:



- EN LO PERSONAL CREO QUE DEBO MEJORAR:

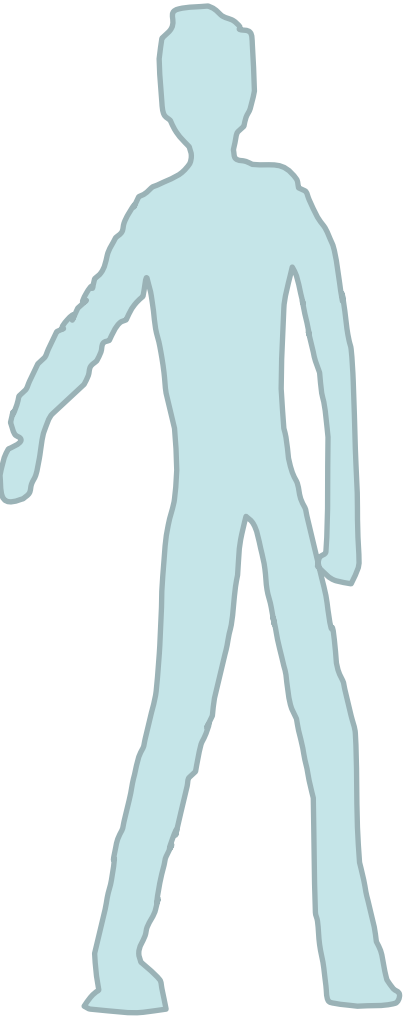
- MIS CUALIDADES COMO TRABAJADOR SON:



- COMO TRABAJADOR DEBO MEJORAR:

Mi Imagen

Nombre: _____



- Cómo me veo Yo?

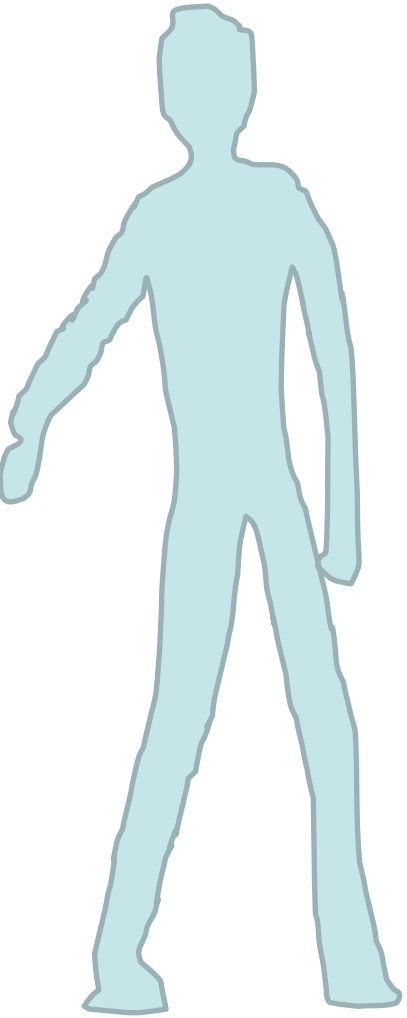


- Cómo creo que me ven los demás?



Mi Futuro

Nombre: _____



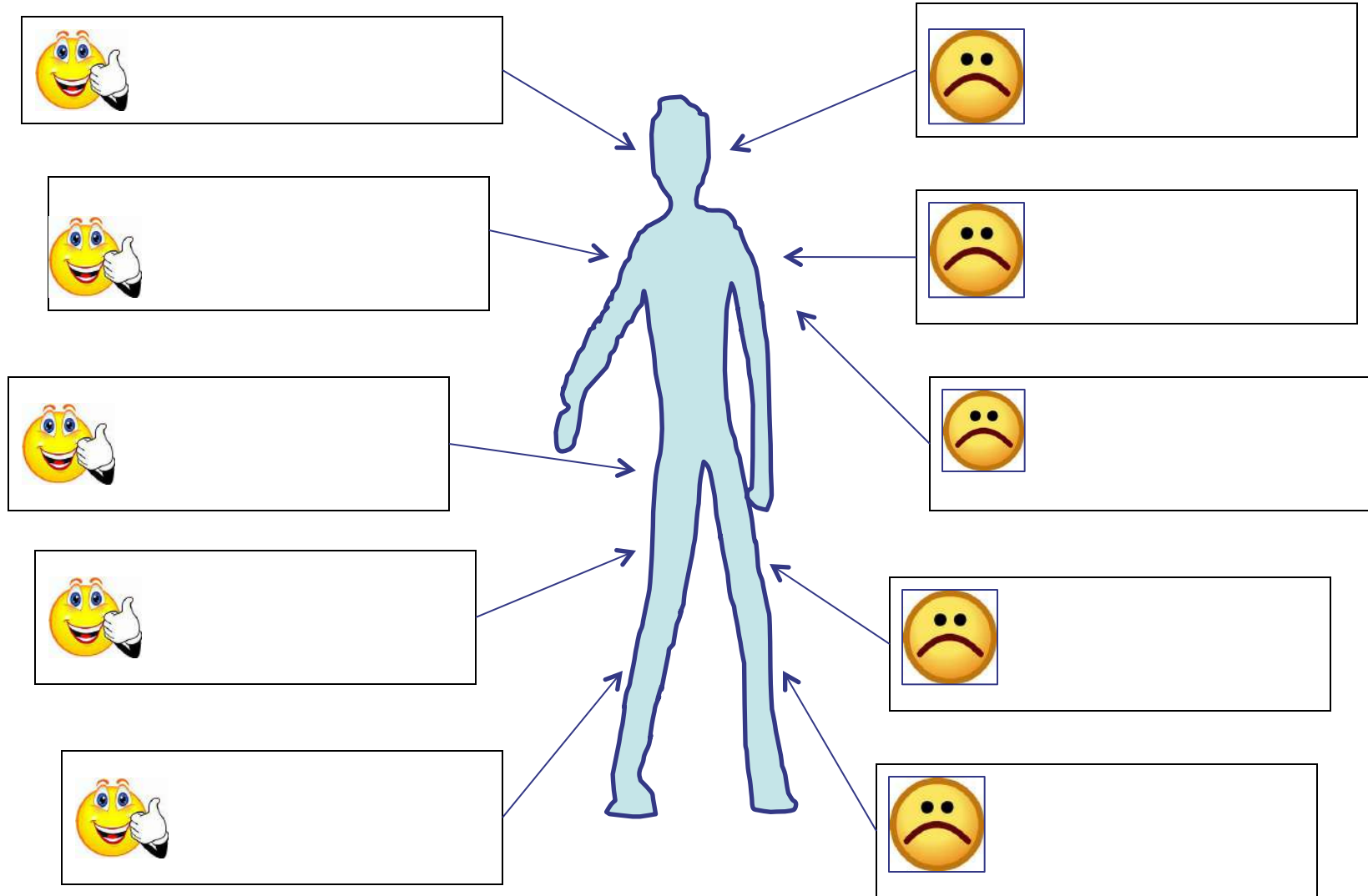
- Cómo me veo laboralmente dentro de 10 años?

- Cómo quiero verme dentro de 10 años?

- Qué debo hacer para verme como yo quiero?

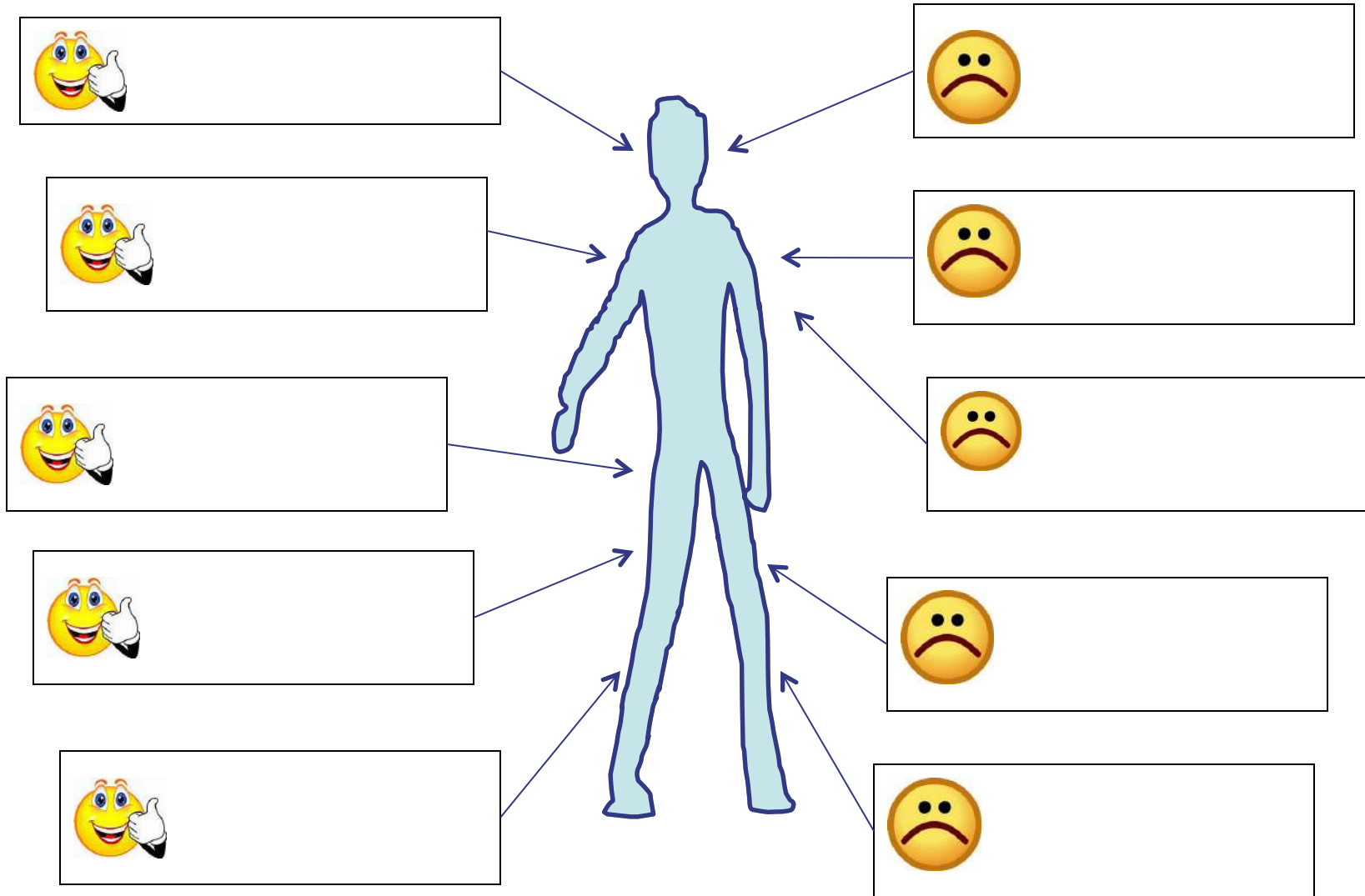
Cómo soy en el trabajo?

Nombre: _____



Cómo soy como Jefe?

Nombre: _____



SELF DIALOGUE

THOUGHTS

MIND

PERFORMANCE



AUTODIALOGO

PENSAMIENTO

EMOCIONES Y
ESTADOS
ANIMO

COMPORTAMIENTO Y
ACTITUD: PERFORMANCE

Sé lo que es esto!!
Sé lo que supone!!
Sé cómo afrontarlo!



NUESTRO PENSAMIENTO!!



NUESTRO PENSAMIENTO!!



Vamos, vamos!!

Venga a trabajar!!

Ufff !!



No sé !!



A ver si estoy tranquilo!!



A ver cómo salgo!!!



Fallaré!!

Perderé!

NUESTRO PENSAMIENTO!!



Vamos, vamos!!

Venga a trabajar!!

Ufff !!



No sé !!

A ver si estoy tranquilo!!



A ver cómo salgo!!!

Fallaré!!

Perderé!



NUESTRO PENSAMIENTO!!



Vamos, vamos!!
Ganaremos!

Venga a trabajar!!



Podré con esto!!



Estaré tranquilo!!



Atención!!



Seguro que sairá bien!!!



Mis Apoyos

Mi Amigo/a Intima

Mi Familia

Yo Mismo/a

Mis Amigos

