

MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL  
DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

# PSICOLOGIA DEL DEPORTE EN UNA ESCUELA DE FUTBOL



Luis Alcolea  
lalbcolmen@ono.com

MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL  
DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

# CONSIDERACIONES INICIALES

(tras 10 años de trabajo)

- La transformación del fútbol-base.
- La percepción de la psicología del deporte.
- Desde el fútbol hasta el deporte de base.
  - El valor de un modelo de trabajo.

## < ESCUELA DE FUTBOL >

- Un marco de aprendizaje y formación
  - Una población infantil y juvenil.
- Un factor clave: las etapas de desarrollo.
- Diversidad de capacidades y motivaciones.
  - Trabajar desde la RESPONSABILIDAD.
- Desde las canteras profesionales hasta las fundaciones.
  - El Programa de Trabajo. Conocerlo y/o desarrollarlo.

MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL  
DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

# AREAS FORMATIVAS

(DESDE LA RESPONSABILIDAD)

- Responsabilidad social: formación de deportistas.
- Responsabilidad deportiva: formación de futbolistas.
  - Clave: relacionar y equilibrar ambas áreas.
- “LA FORMACION COMO DEPORTISTAS AUMENTA EL  
RENDIMIENTO DEPORTIVO”

(el funcionamiento personal es un factor determinante en la continuidad y  
progresión de los jugadores, por encima, en muchas ocasiones de las propias  
capacidades)

## ¿DONDE VAMOS A TRABAJAR?

(ANALIZAR EL PUNTO DE PARTIDA. FACILITAR LA INTEGRACION)

- . Características de la Organización.
  - Historia e idiosincrasia.
  - Programa deportivo. Objetivos.
  - Demandas. ¿Quién?. ¿Cuáles?
- Experiencias previas con la psicología del deporte.
  - Viabilidad y posibilidades de trabajo.
    - Agentes internos / externos.

# AGENTES INTERNOS



MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL  
DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

# PSICOLOGIA Y CLUB

(DIRECTIVA, COLABORADORES Y DIRECCION DEPORTIVA)

- Sensibilizar y responsabilizar.
- Identidad social y deportiva. ¿Quiénes somos y quienes queremos ser?. ¿Qué transmitimos y que queremos transmitir?. ¿Qué valores queremos transmitir y cuales transmitimos? (los intangibles)
  - Reglamento y normativa (interiorización)
  - Rutinas y patrones comunes de trabajo.
- Evolución. Asesoramiento y nuevas necesidades.

MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEL  
DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

# PSICOLOGIA Y DIRECCION DEPORTIVA

(ASESORAMIENTO Y COLABORACION EN EL PROGRAMA DEPORTIVO)

- Objetivo general. Visión y misión.
- Fases y objetivos específicos de cada fase.
- Perfiles de desarrollo y trabajo deportivo.
  - Efectos y valor asignado al resultado.
- Criterios de participación. Costes y beneficios.
  - Criterios de evaluación. ¿Qué es el éxito?

(“Guía del entrenador”)



# PSICOLOGIA Y PADRES

(“LOS PADRES NO SON LO PEOR DEL FUTBOL”)

- Sensibilizar y responsabilizar.
- Asesoramiento / información general y específica.
- El valor del deporte en la formación de los niños.
  - Relevancia del funcionamiento personal.
  - El papel de los padres. Actitudes, emociones y comportamientos.
  - Importancia de la coherencia en los mensajes.
- Protocolos de comunicación. ¿Qué piensan de nosotros?
  - Situaciones específicas. Detección de necesidades.

## PSICOLOGICA Y ENTRENADORES

- Sensibilizar y responsabilizar.
  - Asesoramiento específico por fases y categorías.
- Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento.
  - Liderazgo del entrenador.
    - Comunicación.
- Actitud y funcionamiento en entrenamiento y competición.
- Análisis objetivo del rendimiento. Establecimiento de objetivos.
  - El entrenador y la concentración.
    - Corrección de errores.
    - Resolución de conflictos.
  - Evaluación del entrenador.

## PSICOLOGIA Y JUGADORES

- Formación en valores.
- Conocimiento del juego.
- Autoconocimiento y autogestión de la actividad.
  - Prevención del miedo a cometer errores.
  - Orientación motivacional.
  - Control emocional y solución de problemas.
- Éxito y fracaso controlado. Tolerancia a la frustración.
  - Establecimiento de objetivos.
  - Control de la activación.
  - Control de la atención.
  - Relación rendimiento / resultados.

MASTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA  
Y DEL DEPORTE. UNED. FEBRERO 2014.

Muchas gracias por vuestra atención



Luis Alcolea  
[lalbcolmen@ono.com](mailto:lalbcolmen@ono.com)