

“ENSEÑAR SEGÚN QUIEN TENGO ADELANTE”

**Lic. Sol Rotondo
Psicóloga Deportiva**



ASOCIACION ARGENTINA DE GOLF

OBJETIVOS:

- Cada etapa del desarrollo evolutivo en que se encuentra una persona presenta distintas características: conocerlas facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Cada etapa del desarrollo deportivo requiere determinados estímulos, objetivos, cargas, etc. : identificarlas favorece el proceso deportivo.
- Cada persona es única y particular, tiene un proceso de aprendizaje singular: comprenderlo permite mejores relaciones deportista - entrenador.

INICIACION DEPORTIVA



NIÑEZ

- ✓ Lugar del entrenador: MAESTRO
- ✓ Función fundamental en la adhesión al deporte: MOTIVACION
- ✓ JUGANDO aprende
- ✓ Error como parte del JUEGO
- ✓ Evitar: saturar de técnica
- ✓ Nivel de pensamiento/forma de comunicación



- ✓ Herramienta: reforzamiento positivo
- ✓ Pregunta fundamental: ¿TE DIVERTISTE?
- ✓ Formación orientada a VALORES
- ✓ Competición como EVENTO EDUCATIVO
- ✓ Trabajar con niños implica comunicación/formación con PADRES

«El juego primero el deporte después»

FORMACION DEPORTIVA → ADOLESCENCIA

- ✓ Importantes transformaciones y cambios físicos, psicológicos, intelectuales, familiares, sociales, etc.
- ✓ Lugar del entrenador: FORMADOR
- ✓ Nivel de pensamiento: estimular EL APRENDIZAJE con REFLEXIÓN
- ✓ Promover/validar el desarrollo de la INDEPENDENCIA y AUTONOMIA
- ✓ Error como APRENDIZAJE
- ✓ Herramienta: comunicación sándwich



- ✓ Evitar: sobre corrección/exceso de información
- ✓ Competición como evento FORMATIVO
- ✓ Pregunta fundamental: ¿COMO JUGASTE? ¿QUE APRENDISTE?
- ✓ Desarrollo de las VARIABLES PSICODEPORTOLOGICAS que influyen en el rendimiento deportivo
- ✓ Aprendizaje de los INVISIBLES que mejoran el rendimiento
- ✓ Prevención de la SALUD MENTAL

- ✓ Formación a padres: en función de cómo se ubiquen el ACOMPAÑAMIENTO tiene potencial para ser fuente de motivación o de estrés
- ✓ Cuidado con aceleración del proceso de enseñanza-aprendizaje y la aplicación de métodos de entrenamientos para profesionales (lesiones, frustración, abandonos, problemas de autoestima y autoconfianza, etc.)

**«los que lleguen al profesionalismo tienen que ser los mejores
preparados no los sobrevivientes»**

ALTO RENDIMIENTO → JUVENTUD/ADULTEZ

- ✓ Lugar del entrenador: COACHING centrado en el deportista
- ✓ Entrenamiento sistemático, planificado y de simulación
- ✓ Orientado a maximizar el rendimiento del deportista
- ✓ Herramienta: feed-back
- ✓ Conocimiento de la ZONA DE FUNCIONAMIENTO OPTIMA
- ✓ Error: trabajos de efectividad



- ✓ Pregunta fundamental: ¿EN QUE TE PODES SEGUIR SUPERANDO?
- ✓ RUTINAS pre-golpe y post-golpe
- ✓ Desarrollo de ESTRATEGIA y ANTICIPACION de posibles escenarios de la competencia
- ✓ COMPETICIÓN: búsqueda del mejor rendimiento posible
- ✓ Cuidado de la SALUD MENTAL
- ✓ Trabajo INTERDISCIPLINARIO: saber delegar
- ✓ Preparación y afrontamiento del RETIRO deportivo/Acompañamiento

➤ REFLEXIONES FINALES:

“El mejor entrenador no es el que más sabe. Es el que tiene herramientas para transmitir lo que sabe y el que mejor se adapta a quien tiene adelante”

¿Con qué etapa del desarrollo evolutivo me gusta trabajar?

¿En qué etapa del proceso deportivo me gusta trabajar?

¿Cuáles son mis objetivos profesionales?

“Para poder adaptarme es importante conocerme”

➤ **ESPACIO DE PREGUNTAS Y EXPERIENCIAS PROPIAS:**



¡MUCHAS GRACIAS!



ASOCIACION ARGENTINA DE GOLF

@solrotondo

sol_rotondo@hotmail.com