

Plan de formación del entrenador

Un plan por entrenador y temporada. Se rellena entre los dos en la primera reunión y se lleva a cada reunión siguiente.

Entrenador	Equipo	Temporada
Tutor	Primera reunión (fecha)	Años como entrenador

Tutor: el director técnico, el coordinador de entrenadores o un entrenador con experiencia del club que observa tus entrenamientos y dirige las reuniones.

1. ¿Dónde estás ahora?

Con tus propias palabras. No es una evaluación, sino el punto de partida para tus objetivos.

Mis puntos fuertes	Lo que quiero mejorar
¿Qué necesita mi equipo de mí esta temporada? (edad, nivel, qué quieren aprender los jugadores)	

2. Mis objetivos para esta temporada

Tres como máximo. Escribe qué quieres hacer de otra manera en la pista, de modo que alguien que observe pueda verlo.

N.º	Objetivo ¿qué haré de otra manera?	Cómo se nota que funciona ¿qué ve quien observa?	Ayuda necesaria de quién, qué	Plazo periodo
1				
2				
3				

3. Cómo lo voy a aprender

Elige una o dos formas por objetivo y fija cuándo.

Objetivo n.º	¿Qué haré?	Con quién	Cuándo	Hecho
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐

Ideas: un curso o clínic · acompañar a otro entrenador · preparar un entrenamiento juntos · que alguien observe uno de tus entrenamientos · reunión de entrenadores del club · un libro, vídeo o artículo

4. Observación del entrenamiento

Antes se acuerda una sola pregunta de observación. Quien observa anota lo que pasa, no lo que opina. Se comenta justo después del entrenamiento.

Fecha	Observador	Pregunta de observación	Qué llamó la atención	Acuerdo para la próxima vez

5. Reuniones

Al inicio, a mitad y al final de la temporada. Se revisan juntos los objetivos y se ajustan si hace falta.

Reunión	Fecha	¿Cómo van los objetivos?	¿Qué cambiamos ahora?
Inicio			
Mitad de temporada			
Final			

Puedes usar, copiar y adaptar esta plantilla libremente.

Así puede quedar

Una entrenadora inventada de un equipo juvenil de 13 a 15 años, en su segunda temporada. Copia la forma, no el contenido.

Entrenador Lucía	Equipo Chicas de 13 a 15 años	Temporada 2026/2027
Tutor Director técnico	Primera reunión (fecha) semana 2	Años como entrenador 1

Mis puntos fuertes El grupo se lleva bien y las jugadoras vienen con ganas. Preparo cada entrenamiento por escrito.	Lo que quiero mejorar Mis explicaciones son largas y las jugadoras se quedan paradas. Todavía no sé hacer un ejercicio más fácil o más difícil cuando hace falta.
--	---

¿Qué necesita mi equipo de mí esta temporada? (edad, nivel, qué quieren aprender los jugadores) Grupo joven con algunas jugadoras nuevas. Quieren aprender el saque por arriba y jugar más a menudo con tres toques en los partidos.
--

2. Mis objetivos para esta temporada

N.º	Objetivo ¿qué haré de otra manera?	Cómo se nota que funciona ¿qué ve quien observa?	Ayuda necesaria de quién, qué	Plazo periodo
1	Mostrar los ejercicios en lugar de explicarlos largo rato	Tras la explicación el balón vuelve enseguida al juego; quien observa ve poco tiempo parado	Observación del director técnico	Periodo 1
2	Tener preparada una versión más fácil y otra más difícil de cada ejercicio	Las versiones están en mi programa y las uso en la pista	Preparar juntos con un entrenador con experiencia	Periodo 2
3	Un informe breve después de cada entrenamiento con un punto de atención para el siguiente	El punto de atención vuelve a aparecer en el siguiente entrenamiento	Ninguna	Toda la temporada

3. Cómo lo voy a aprender

Objetivo n.º	¿Qué haré?	Con quién	Cuándo	Hecho
1	Que observen uno de mis entrenamientos	Director técnico	Periodo 1	X
2	Acompañar a un entrenador con experiencia en dos entrenamientos	Entrenador del equipo juvenil mayor	Periodo 1	X
2	Clínic sobre ejercicios para jóvenes	Otros entrenadores del club	Periodo 2	☐

4. Observación del entrenamiento

Fecha	Observador	Pregunta de observación	Qué llamó la atención	Acuerdo para la próxima vez
semana 6	Director técnico	¿Cuánto tiempo se quedan paradas las jugadoras mientras explico?	La explicación del segundo bloque fue larga. Al mostrarlo con dos jugadoras, todas se pusieron en marcha enseguida.	Mostrar primero cada ejercicio nuevo.

5. Reuniones

Reunión	Fecha	¿Cómo van los objetivos?	¿Qué cambiamos ahora?
Inicio	semana 2	Objetivos fijados juntos.	Primera observación planificada.
Mitad de temporada	semana 16	El objetivo 1 va bien. El 2 cuesta: versiones preparadas, pero olvidadas en la pista.	Escribir las versiones en la ficha del ejercicio y llevarla a la pista.
Final			

Con Koach Club, el director técnico ve en el Registro del equipo lo que han registrado los entrenadores de cada equipo: asistencia, qué se hizo del programa, su informe y sus notas sobre jugadores.