



Comité Aragonés de
Entrenadores de Fútbol

Jornadas de Actualización para Entrenadores Titulados

Jornada de reevaluación 14 de noviembre en Zaragoza

El martes 14 de noviembre el Comité Aragonés de Entrenadores organizó una Jornada de reevaluación en Zaragoza. En esta ocasión se pudo contar como ponentes con Manu Mosquera, Damiá Estelrich y Raúl Martínez, con quién pudimos contar a última hora para sustituir a Gabi Fernández, debido a que Gabi firmó el martes 13 de noviembre como entrenador del Getafe B.

La respuesta de los entrenadores fue de nuevo espectacular asistiendo 302 compañeros.



La primera ponencia nos la dio Manuel Mosquera y llevaba por título **"Fundamentos generales y colectivos para recuperar el balón en campo contrario"**. En ella nos explicó que él ha trasladado su experiencia como jugador a sus equipos, para crear un modelo de juego, y sobre todo un sello. Para él crear un sello es conseguir que los jugadores creen en la idea y vayan a muerte con el cuerpo técnico porque creen en esa idea. El sello de sus equipos son equipos presionantes, por ello Manu en la ponencia nos habló del trabajo sin el balón y de la presión en campo contrario; porque hacen esa presión alta, donde la hacen y la terminología que usan.

Para Manu es fundamental conocer los mecanismos y los automatismos; el entrenador está para decirle a los jugadores la idea que tenemos, donde queremos hacerla y como conseguirla. Hay que conseguir que creen en la idea. A través de esos mecanismos y automatismos buscamos una seguridad colectiva e individual.

En su forma de trabajo a la hora de presionar hay un balón para presionar, si ese balón lo presionas bien es difícil que salga. En la presión se corrige hacia adelante, y sin mirar hacia atrás. Es muy importante saber cuándo no se puede presionar, porque en esos casos es mejor no presionar para que no nos rebasen. Para Manu también es importante saber qué es lo que te va mal; qué es lo que hacen los equipos contrarios para superarnos.



La segunda ponencia estuvo a cargo de Damiá Estelrich, miembro de la comisión





Comité Aragonés de
Entrenadores de Fútbol

Jornadas de Actualización para Entrenadores Titulados

Jornada de reevaluación 14 de noviembre en Zaragoza

pedagógica de la RFEF. La ponencia se titulaba **"Buscando la excelencia, gestión de talentos y personas. Optimizar al jugador"**

Para Damiá buscar la excelencia es como un camino en el que hay que ir dando pasos para cada vez ser un poco mejores. Como entrenadores somos gestores de personas y tenemos que intentar colaborar con ellos para que progresen y mejoren. Para ello él nos mostró como lo hace y nos fue dando pautas para hacernos reflexionar y ver como nosotros en nuestra medida también podemos hacerlo.

Para Damiá hay seis cosas claves para buscar la excelencia y estas son las siguientes:

Inquietud, conciencia, objetividad, reflexión, gestión emocional y acción.

Raúl nos explicó el planning de la última convocatoria, y a continuación nos explicó el microciclo completo con ejemplos de las tareas.

También nos explicó cómo les hacen test para ver su estado físico, les realizan una wellness todas las mañanas, y al ser un equipo femenino tienen en cuenta el día del ciclo menstrual en que se encuentran, ya que se puede incrementar el riesgo de lesión según estén en unos momentos concretos del ciclo o en otros.

Raúl nos comentó que el cuerpo técnico tiene todos los días una reunión entre ellos y otra con las jugadoras, donde les ponen videos para conocer a los rivales y para corregir a su equipo sobre cómo quieren trabajar.



La tercera ponencia nos la dio Raul Martínez, Director de la Escuela Aragonesa de Entrenadores, y segundo entrenador de la Selección Española sub 23 Femenina.

Para Raúl es muy diferente el trabajo con la selección del que se puede realizar con un equipo. La diferencia está en que te juntas con las jugadoras entre siete y nueve días, en los que hay dos partidos y te vienen jugadoras de entre ocho y diez equipos diferentes.



el entrenador aragonés



el entrenador aragonés



el entrenador aragonés

