



ANEXO II – METODOLOGÍA DE TRABAJO

- **Establecer objetivos claros:** RGACADEMY debe definir los objetivos que busca lograr, ya sea desarrollar habilidades técnicas, tácticas o físicas de los jugadores y fomentar los valores del deporte, entre otros.
- **Evaluación inicial:** Realizar una evaluación inicial de los jugadores para determinar su nivel de habilidad, condición física y comprensión táctica. Esto permite al cuerpo técnico tener una base de referencia para adaptar el entrenamiento a las necesidades individuales.
- **Diseño del plan de entrenamiento:** Basándose en los objetivos establecidos y en los resultados de la evaluación inicial, se diseña un plan de entrenamiento que incluya actividades específicas para mejorar las habilidades técnicas, tácticas y físicas de los jugadores. Este plan debe ser flexible y adaptable a medida que los jugadores progresen.
- **Sesiones de entrenamiento estructuradas:** Las sesiones de entrenamiento deben tener una estructura clara y organizada. Se pueden dividir en diferentes bloques, como calentamiento, ejercicios técnicos, práctica táctica... Cada sesión debe tener una duración adecuada y asegurar una progresión lógica en la dificultad de las actividades.
- **Competencia y juego real:** Es fundamental incluir actividades que simulen situaciones reales de juego. Esto puede ser a través de pequeños juegos en espacios reducidos o ejercicios tácticos que enfatizan la toma de decisiones bajo presión.
- **Programa de acondicionamiento físico:** Junto con el entrenamiento técnico y táctico, se debe incluir un programa de acondicionamiento físico para desarrollar la resistencia, fuerza, velocidad y agilidad de los jugadores. Esto puede incluir ejercicios de carrera, entrenamiento de fuerza y actividades de coordinación.
- **Seguimiento y evaluación continua:** Realizar un seguimiento regular del progreso de los jugadores a través de evaluaciones periódicas y retroalimentación individualizada. Esto permite ajustar el plan de entrenamiento según sea necesario y motivar a los jugadores a alcanzar sus metas.
- **Enseñanza de los valores del deporte:** Además del desarrollo futbolístico, la academia debe enfocarse en enseñar los valores del deporte, como el trabajo en equipo, el respeto, la disciplina y la ética de trabajo.
- **Participación en competiciones:** Dar a los jugadores la oportunidad de participar en competiciones locales o regionales para que puedan poner en práctica lo aprendido y medir su progreso frente a otros equipos.