

La formación de entrenadores deportivos más allá de su connotación en el rendimiento

Training of sports coaches beyond its connotation in performance

José Albeiro Echeverri Ramos

Licenciado en Educación Física, Especialista en entrenamiento deportivo, Magister en motricidad y desarrollo humano. Profesor de cátedra en el Instituto Universitario de Educación Física y Deporte de la Universidad de Antioquia. Correo: albeiro.echeverri@udea.edu.co

Resumen

La formación de entrenadores, en el contexto de Antioquia-Colombia, se ha centrado principalmente en aspectos profesionalizantes encaminados al rendimiento deportivo, dejando un tanto de lado la función social ampliamente reconocida en el mundo, que también hace parte de estos procesos de formación. Algunos teóricos han resaltado la tarea del entrenador, la cual no se limita a la realización de una conexión entre atleta y método, sino también a la interconexión entre las personas y la vida en general. En esta revisión se abordan algunos conceptos básicos implícitos en la formación de entrenadores deportivos, tales como el de entrenamiento deportivo, más allá de una visión racionalista, el entrenador y su rol en los procesos de formación, la formación de los entrenadores y sus connotaciones en los programas de formación, y finalmente se presentan dos ejemplos de estructuras curriculares que alimentarán la visión del lector en cuanto a la formación de entrenadores deportivos.

Palabras clave: entrenamiento deportivo, entrenador deportivo, formación de entrenadores.

Abstract

The education of coaches in the Antioquia-Colombia context has mainly focused on professional aspects aimed at sports performance, leaving aside the widely recognized social function in the world that is also part of these coaching processes. Some theorists have highlighted the task of the coach, which is not limited to the realization of a connection between athlete and method, but also to the interconnections between people and life in general. This review addresses some basic concepts implicit in the education of sports coaches, such as sport training beyond a rationalist vision, the coach and his role in coaching processes, the coaching of coaches and its connotations in educational programs, and finally two examples of curricular structures that will feed the reader's vision of the education of sports coaches.

Key words: sports training, sports coach, coach training.

El entrenamiento deportivo

El entrenamiento deportivo se ha entendido, tradicionalmente, desde un proceso racionalista que utiliza supuestos positivistas cuyo objetivo ha sido identificar, analizar y controlar las variables que afectan al rendimiento de los atletas con la esperanza de obtener un entrenamiento eficaz (Bowes & Jones, 2006). En términos generales, el núcleo de esta postura se basa en la planificación y coordinación de los procesos deportivos, propendiendo por la construcción de guías mecanicistas, considerando el comportamiento como medible, causalmente deducible y, por lo tanto, controlable, debido, básicamente, a la falta de consideración por la influencia social y aspectos socioculturales que influyen en el comportamiento de los deportistas y sus decisiones (Cushion et al., 2006),

No se puede desconocer la utilidad de este enfoque, en la medida que ha contribuido con la organización, evaluación y regularización de los procesos deportivos, y la posibilidad de logros. Sin embargo, algunas limitaciones asociadas a la comprensión de ciertos procesos relacionados con los encuentros sociales de carácter no lineal que se producen dentro del ambiente de entrenamiento desafían dichas representaciones tan poco problemáticas (Cushion et al., 2006). Para Jones y Wallace (2005), el enfoque tradicional no contempla los aspectos peculiares, complejos y ambiguos del entrenamiento, ni las condiciones particulares en las cuales interactúan los entrenadores, atletas, parientes y contexto social.

Por otra parte, el entrenamiento deportivo cumple una importante función social (Lyle, 2002), siendo reconocido como un proceso interpersonal sofisticado, sistemático, dinámico y complejo (Koh et al., 2014; Lyle & Cushion, 2016; Seirul-lo 2017;), donde un conjunto de elementos interactúa de manera dinámica y a menudo no lineal dentro de un sistema adaptativo complejo (Bowes & Jones, 2006), considerado como un proceso dependiente de los patrones de interacción interpersonal cercano a los preceptos de la teoría de la complejidad, en la que pequeños cambios en las condiciones iniciales pueden alterar ampliamente los resultados (Jones & Wallace 2005), siendo probable que los atletas y los entrenadores estén involucrados en los mismos encuentros estresantes (competiciones o sesiones de entrenamiento) (Nicholls & Perry, 2016). Este enfoque trasciende la idea de que el entrenador es un mero especialista en la materia y un aplicador de un método sistemático (Jones et al., 2004).

El entrenador deportivo en los procesos de formación

Dentro de este proceso, los entrenadores ocupan una posición importante en la formación deportiva y el logro del rendimiento de los deportistas (Smith & Smoll, 2017), y deben llevar a cabo una variedad de tareas y funciones que implican un amplio repertorio de acciones, comportamientos y conocimientos que afectan el desarrollo personal y el rendimiento de los atletas (Koh et al., 2014; Lyle & Cushion, 2016; Smith & Smoll, 2017). En este proceso complejo, incierto y a menudo ambiguo (Denison & Avner, 2011), la actuación de los

entrenadores está estrechamente ligada a las "limitaciones y oportunidades de la interacción humana" (Potrac et al., 2001, p.184).

Autores como Erickson & Côté (2016), reconocen en el entrenador un actor clave y una de las principales influencias en la formación deportiva, encargado de facilitar las interconexiones entre los atletas y la vida en general (Armour & Fernandez, 2001) a partir de procesos reflexivos (Galván et al., 2012) y de la construcción de ambientes estables y positivos (Armour, & Fernandez, 2001; Erickson & Côté, 2016; Jones et al., 2004; Silva et al., 2016).

Sin embargo, el resultado (ganar o perder) ha sido el método dominante para evaluar el trabajo y la eficacia de los entrenadores (Mallett & Côté, 2006). Este enfoque es problemático porque desconoce aspectos importantes como la interacción entrenador-deportistas, los comportamientos del entrenador y su impacto en los deportistas (Smith & Smoll, 2017), el desarrollo deportivo de los atletas a largo plazo (Balyi et al., 2013; Pichardo et al., 2018), aspectos influyentes en la formación deportiva, el rendimiento y bienestar físico y psicológico de los atletas (Buning & Thompson, 2015; Fry et al., 2012; Matosic & Cox, 2014; Smith & Smoll, 2017).

La formación de los entrenadores deportivos

Cassidy et al. (2009, p.12) destacan la necesidad de un mayor equilibrio e integración de los conocimientos en la formación de los entrenadores, en consideración con la complejidad de su rol. Reivindican una formación holística, que reconozca el rol del entrenador como "un trabajo intelectual, en oposición al trabajo técnico, requiriendo habilidades de pensamiento de orden superior para entender la naturaleza humana, problemática y dinámica de las tareas involucradas en este proceso" (Cassidy et al., 2009).

La combinación de los factores profesionales, la interacción entrenador-atleta y la reflexión personal de los entrenadores sobre sí, y su quehacer cotidiano, han sido reconocidas como componentes facilitadores del desarrollo personal, social y deportivo (Côté & Gilbert 2009), relacionado con la mejora del rendimiento de los atletas y los equipos (Bales & Ryan, 2012).

La formación académica: más allá de su connotación en el rendimiento y sus repercusiones en la formación profesional y personal de los entrenadores deportivos

En el inicio de este segundo milenio, el deporte ha ganado un gran reconocimiento como herramienta para la transformación e inclusión social, el desarrollo de hábitos de vida saludable y el desarrollo del rendimiento deportivo (Levermore & Beacom, 2009). Así, en 2003 la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Resolución 58/5 en la que reafirma su compromiso con el deporte como medio para promover la educación, la salud, el desarrollo y la paz, incluyendo el deporte y la educación física como instrumentos que contribuyen a la consecución de los objetivos de desarrollo convenidos internacionalmente, incluidos los objetivos de desarrollo del milenio.

La relación deporte, salud y bienestar social ha sido ampliamente demostrada (Galloway & Jokl, 2000), al igual que su papel fundamental en los procesos de integración e inclusión social (Heinemann, 2005). Este nuevo impulso, más allá del aspecto económico mediado por el rendimiento deportivo, destaca el cambio en la visión del deporte, reconociendo en él la posibilidad de desarrollo social y personal a partir de su práctica, generando nuevos retos en los procesos de formación profesional que den cuenta de esta nueva visión de la formación deportiva.

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos académicos, aún parece lejos la posibilidad de llegar a un consenso sobre la naturaleza del entrenamiento deportivo, lo que ha dificultado tener un marco de referencia común sobre la formación de entrenadores (Lyle & Cushion, 2010). Por la amplia gama de contextos de entrenamiento en los que se dice que tiene lugar (deporte escolar, asociado, profesional, olímpico, entre otros), el reto de vincular de manera significativa estos contextos en la formación es considerable, y lo es aún más si se tienen en cuenta las diferencias entre los diferentes deportes según su lógica estructural (psicomotrices-sociomotrices) (Hernández, 1994), las diferencias medioambientales y el papel del formador en el proceso del desarrollo del talento (Bloom, 1985)

Lyle y Cushion (2010) plantean otras dificultades relacionadas con las características complejas del proceso de entrenamiento y los entornos variables y dinámicos mediados por la interacción social y las características propias que incorpora cada uno de los participantes en este proceso (entrenador, deportistas, parientes, otros), que se entretajan en estrecha relación con el contexto en el que se desarrolla (Jones et al., 2004).

De igual forma, otro factor influyente está asociado con las tradiciones y costumbres de formación basados en un enfoque fragmentado del conocimiento que, en la mayoría de los casos, tiende a centrarse en la transmisión de conocimientos de aprendizajes disciplinarios (McGregor, 2017), predominando un enfoque reduccionista, asociado a una metodología de investigación específica con pocas excepciones y tendiendo a subestimar la complejidad sustentada en la interrelación e interconexión disciplinar (Balagué et al., 2017). Esta complejidad no ha sido del todo reconocida, ni suficientemente entendida, lo que ha dificultado el proceso de formación en sí (Jones & Wallace, 2005).

En la literatura especializada se pueden encontrar diferentes enfoques o perspectivas de formación, más allá de la visión centrada en el desempeño (entrenamiento centrado en el entrenador), tales como el entrenamiento centrado en el atleta (Griffin et al., 2017) y el entrenamiento como actividad cognitiva (Abraham et al., 2006), a las que no se ha prestado la suficiente atención en los procesos de formación de los entrenadores. Cualquiera de estos planteamientos teóricos tiene el potencial de influir en la formación de los entrenadores. Desafortunadamente, como lo plantean Cushion et al. (2006), el entrenamiento deportivo se ha entendido en muchas ocasiones como una actividad puramente pragmática, y los modelos o teorías que no comparten esta lógica se descartan o se ignoran rápidamente.

Dentro de la literatura especializada se encuentra una serie de propuestas encaminadas a fortalecer la formación de entrenadores deportivos. A continuación, se presentan algunas de estas con el propósito de construir un marco de referencia que permita al lector centrarse en los aspectos teóricos o cuerpo de conocimiento que se han desarrollado en diferentes latitudes y contexto, encaminados a la formación de entrenadores deportivos.

Asociación de Federaciones Internacionales de las Olimpiadas de Verano (ASOIF)

El Consejo Internacional para la Excelencia del entrenamiento (ICCE) y la Asociación de Federaciones Internacionales de las Olimpiadas de Verano (ASOIF) presentaron en 2013 la propuesta *International Sport Coaching Framework 1.2*, que ha sido desarrollada siguiendo las directrices proporcionadas a partir de la elaboración de un documento base para la implementación inicial, desarrollo y consulta a nivel mundial de un marco de referencia global sobre el entrenamiento deportivo, propuesto por The International Sport Coaching Framework (ISCF), con el fin de proporcionar puntos de referencia en el desarrollo de la educación y cualificación de entrenadores deportivos (Bales & Ryan, 2012).

En esta propuesta se desarrolló una serie de lineamientos que atañen a la formación del entrenador deportivo, entre los que se destacan, por su relación con los procesos de formación:

- El reconocimiento del entrenamiento como un proceso *relacional y social* y la importancia de entender que este proceso precisa de una interrelación funcional con los atletas y otros actores que participan de él. Además, la implementación efectiva y ética de programas de entrenamiento y competencias en aras del beneficio de los atletas.
- La relación entre las necesidades de los atletas de acuerdo con el proceso de formación (desarrollo deportivo a largo plazo), sus experiencias, su edad y los conocimientos de los entrenadores.
- Las competencias adicionales del entrenador relacionadas con áreas afines al entrenamiento deportivo, que le permitan mejorar su capacidad de trabajo sustentado en una base de conocimiento amplia.
- El reconocimiento de la importancia de mejorar los comportamientos, habilidades y actitudes eficaces para llevar a cabo la labor como entrenador, considerando un desarrollo lógico y propedéutico de la profesión en una fuerte interrelación con la experiencia práctica, y no simplemente entender el proceso de formación como acumulación de conocimiento reflejado en currículos asignaturistas y con poca intervención práctica.

Programa de Educación y Desarrollo de Entrenadores de la Asociación de Fútbol Británico

En el Reino Unido se construyó un programa de educación de entrenadores por el Consejo de Deportes y con el auspicio de la Federación de Fútbol (The Fa's Coach of NGB), que sirve como punto de referencia para la construcción de un sistema de educación para entrenadores deportivos en ese país, pensado para mejorar la calidad de la experiencia de los atletas en diferentes niveles de formación y en el cumplimiento de los objetivos propuesto por el gobierno (Duffy et al., 2011).

En este proceso se identificaron temas claves, que fueron agrupados en 5 grandes áreas de acción estratégica denominadas Pilares, de las que se desprenden 15 factores o áreas específicas (imagen 1). Esta organización ha servido como guía para la educación y desarrollo de los entrenadores (Allison et al., 2016).

Con base en esta propuesta se creó The Fa's Coach Education and Development Programme, perfeccionado a través de la investigación, organización y retroalimentación de los entrenadores, lo que permitió reflejar los avances realizados en su educación y desarrollo.

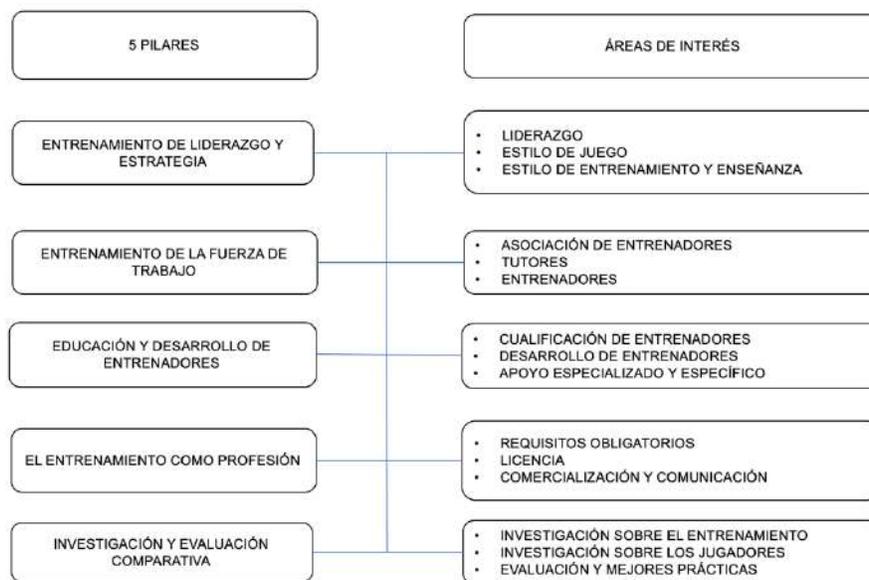


Imagen 1. Diagrama de representación de la FA Coaching Strategy 2013-2017 (Allison et al., 2016).

La comunidad europea realizó una propuesta denominada European Sport Coaching Framework (ESCF) cofundada por el programa Erasmus de la Unión Europea, que inició en octubre de 2014 y finalizó en junio de 2017 (Lara-Bercial et al., 2017). Se encaminó a mejorar el sistema educativo y el sistema de entrenamiento a través de todo el continente europeo, enfatizando en la importancia de la preparación adecuada de los entrenadores, buscando suplir las necesidades de los atletas y quienes participan en el deporte.

El ESCF está compuesto por cinco grandes áreas utilizadas como marco de referencia de todos los sistemas de entrenamiento:



Imagen 2. Los cinco conductores del sistema de entrenamiento (Lara-Bercial, et al, 2017).

Visión centrada en el atleta: se desarrollan temáticas como el establecimiento de una filosofía de entrenamiento y el desarrollo positivo de los atletas, dirigiendo su atención y energía a la optimización del bienestar de los atletas y la mejora de su rendimiento en cada contexto específico.

Práctica de entrenamiento: se establecen las funciones del entrenador (establecer una visión y estrategia para el desarrollo deportivo de acuerdo con el nivel de desarrollo de los atletas; creación de ambientes que faciliten el cumplimiento de los objetivos de formación; construcción de una relación positiva entrenador-atletas; conducir los entrenamientos y preparar las competiciones; leer y reaccionar adecuadamente de acuerdo al contexto y adoptar una actitud reflexiva y de constante aprendizaje) y el desarrollo de oportunidades más allá de la adquisición de conocimientos, fomentando la aplicación integral de dichos conocimientos.

Experiencia en entrenamiento: en relación con los conocimientos del entrenamiento y el reconocimiento de las condiciones particulares de cada entrenador en cuanto al conocimiento conceptual y procedimental, y la construcción del camino que le permita el desarrollo de su experticia.

Desarrollo del entrenador: los procesos de aprendizaje y las diferentes posibilidades de desarrollo relacionadas con la formación, el esfuerzo y el tiempo de práctica, lo que se denomina desarrollo del entrenador a largo plazo (Long-Term Coach Development).

Reconocimiento y certificación de la profesión: se establece un plan de formación de entrenadores llevado a cabo en la comunidad europea, su profesionalización, certificación, los procesos de capacitación, el reconocimiento de la experiencia y estudios anteriores para la certificación y el acceso universal a la educación y desarrollo del entrenador.

De acuerdo con esta revisión de programas de formación de entrenadores, se pueden identificar dos grandes líneas de intervención asociadas con la formación del entrenador: funcional y personal.

El impacto del entrenador en relación con el éxito deportivo ha sido reconocido por ex-atletas como una de las variables de mayor importancia. El tipo de relación atleta-entrenador representa un papel preponderante en la vida deportiva del sujeto como deportista y como persona (Jowett & Cockerill, 2003). El papel del entrenador también se asocia con los factores motivacionales de los deportistas, quienes, al percibir apoyo para la competencia, demuestran autonomía y tranquilidad en sus actuaciones (Ryan & Deci, 2018).

Conclusiones

No se intenta desconocer con esta disertación la necesidad e importancia de los conocimientos técnicos, tácticos, físicos u otros relacionados con la preparación de los deportistas presentes en la formación actual en los programas de formación de entrenadores. Por el contrario, se pretende resaltar la importancia del entrenador como parte fundamental en este proceso, enfatizando en la necesidad de aumentar la base de conocimientos en la formación profesional, teniendo en consideración los desarrollos internacionales y las nuevas propuestas en este contexto profesional.

Se pretende, también, promover en los entrenadores otras alternativas de conocimientos que les permitan desempeñarse de manera competente y enfrentar los nuevos retos que exigen los jóvenes de hoy, la sociedad y los procesos de formación deportiva. Para ellos se requiere de una formación que contemple los aspectos personales y sociales inmersos en los procesos deportivos.

Referencias

- Abraham, A., Collins, D., & Martindale, R. (2006). The coaching schematic: validation through expert coach consensus. *Journal of Sports Sciences*, 24(6), 549–564.
- Allison, W., Abraham, A., & Cale, A. (2016). *Advances in coach education and development: from research to practice*. Routledge.
- Armour, K., & Fernandez, J. (2001). Connections, pedagogy and professional learning. *Teaching Education*, 12(1), 104-118.
- Balagué, N., Torrents, C., Hristovski, R., & Kelso, J. (2017). Sport science integration: an evolutionary synthesis. *European Journal of Sport Science*, 17(1), 51–62.
- Bales, J., & Ryan, A. (2012). *International sport coaching framework*. Illinois: Human Kinetics.
- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). *Long-term athlete development*. Human Kinetics.

- Bloom, B. (Ed.) (1985). *Developing talent in young people*. USA: Ballantine Books.
- Bowes, I., & Jones, R. (2006). Working at the edge of chaos: understanding coaching as a complex, interpersonal system. *Sport Psychologist*, *20*, 235–245.
<https://doi.org/10.1123/tsp.20.2.235>
- Buning, M., & Thompson, M. (2015). Coaching behaviors and athlete motivation: female softball athletes' perspectives. *Sport Science Review*, *24*, 345–370.
<https://doi.org/10.1515/ssr-2015-0023>
- Cassidy, T., Jones, R., & Potrac, P. (2009). *Understanding sports coaching the social, cultural and pedagogical foundations of coaching practice*. London and New York: Routledge.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *4*, 307–323.
<https://doi.org/10.1260/174795409789623892>.
- Cushion, C., Armour, K., & Jones, R. (2006). Locating the coaching process in practice: models “for” and “of” coaching. *Physical Education & Sport Pedagogy*, *11*, 83–99.
<https://doi.org/10.1080/17408980500466995>
- Denison, J., & Avner, Z. (2011). Positive coaching: ethical practices for athlete development. *Quest*, *63*(2), 209–227.
- Duffy, P., Hartley, H., Bales, J., Crespo, M., Dick, F., Vardhan, D., . . . Curado, J. (2011). Sport coaching as a ‘profession’: challenges and future directions. *International Journal of Coaching Science*, *5*(2), 93–123.
- Erickson, K., & Côté, J. (2016). A season-long examination of the intervention tone of coach–athlete interactions and athlete development in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *2*, 264–272.
- Fry, M., Guivernau, M., Kim, M., Newton, M., Gano-Overway, L., & Magyar, T. (2012). Youth perceptions of a caring climate, emotional regulation, and psychological well-being. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *1*, 44–57.
<https://doi.org/10.1037/a0025454>
- Galloway, M., & Jokl, P. (2000). Aging successfully: the importance of physical activity in maintaining health and function. *Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*, *8*(1), 37–44.
- Galvan, H., Fyall, G., & Culpan, I. (2012). High-performance cricket coaches' perceptions of an educationally informed coach education programme. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, *3*(2).
- Griffin, L., Butler, J., & Sheppard, J. (2017). Athlete-centred coaching: extending the possibilities of a holistic and process-oriented model to athlete development. In S. Pill

- (Ed.), *Perspectives on Athlete-Centred Coaching* (pp.9–23). USA: Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315102450-2>
- Heinemann, K. (2005). Sport and the welfare state in Europe. *European Journal of Sport Science*, 5(4), 181–188. <https://doi.org/10.1080/17461390500344347>
- Hernández, M. (1994). *Fundamentos del deporte: análisis de la estructura del juego deportivo*. Barcelona: INDE
- Jones, R., & Wallace, M. (2005). Another bad day at the training ground: coping with ambiguity in the coaching context. *Sport, Education and Society*, 10(1), 119–134. <https://doi.org/10.1080/1357332052000308792>
- Jones, R., Armour, K., & Potrac, P. (2004). *Sports coaching cultures from practice to theory*. London and New York: Routledge.
- Jowett, S., & Cockerill, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313–331. [https://doi.org/10.1016/s1469-0292\(02\)00011-0](https://doi.org/10.1016/s1469-0292(02)00011-0)
- Koh, K., Kawabata, M., & Mallett, C. (2014). The coaching behavior scale for sport: factor structure examination for Singaporean youth athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 9, 1311–1324. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.9.6.1311>
- Lara-Bercial, S., North, J., Härmälä, K., Oltmanns, K., Minkhorst, J., & Petrovi, L. (2017). *European Sport Coaching Framework*. Illinois: Human Kinetics.
- Levermore, R., & Beacom, A. (2009). Sport and development: mapping the field. In *Sport and International Development* (pp.1–25). Palgrave Macmillan
https://doi.org/10.1057/9780230584402_1
- Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts a framework for coaches' behaviour*. London: Routledge.
- Lyle, J., & Cushion, C. (2010). *Sports coaching e-book: professionalisation and practice*. Elsevier Health Sciences.
- Lyle, J., & Cushion, C. (2016). *Sport coaching concepts: a framework for coaching practice*. Taylor & Francis.
- Mallett, C., & Côté, J. (2006). Beyond winning and losing: guidelines for evaluating high performance coaches. *Sport Psychologist*, 20, 213–221. <https://doi.org/10.1123/tsp.20.2.213>
- Matosic, D., & Cox, A. (2014). Athletes' motivation regulations and need satisfaction across combinations of perceived coaching behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26, 302–317. <https://doi.org/10.1080/10413200.2013.879963>

- McGregor, S. (2017). Transdisciplinary pedagogy in higher education: transdisciplinary learning, learning cycles and habits of minds. In P. Gibbs (Ed.), *Transdisciplinary Higher Education* (pp.3–16). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-56185-1_1
- Nicholls, A., & Perry, J. (2016). Perceptions of coach–athlete relationship are more important to coaches than athletes in predicting dyadic coping and stress appraisals: an actor–partner independence mediation model. *Frontiers in Psychology, 7*, 447. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00447>
- Pichardo, A., Oliver, J., Harrison, C., Maulder, P., & Lloyd, R. (2018). Integrating models of long-term athletic development to maximize the physical development of youth. *International Journal of Sports Science & Coaching, 13*, 1189–1199. <https://doi.org/10.1177/1747954118785503>
- Potrac, P., Jones, R., & Armour, K. (2001). 'It's all about getting respect': the coaching behaviors of an expert english soccer coach. *Sport, Education and Society, 7*(2), 183–202.
- Ryan, R., & Deci, E. (2018). *Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Seirlul-lo, F. (2017). *El entrenamiento de los deportes de equipo*. Mastercede.
- Silva, R., Gonçalves, H., & Barros, C. (2016). Youth sports coaches in social programmes: the ecology of human development. *Sports Coaching Review, 1-3*.
- Smith, R., & Smoll, F. (2017). Coaching behavior and effectiveness in sport and exercise psychology. Oxford Research Encyclopedia of Psychology. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.188>