

SEMANA	¿EN QUÉ FASE ESTAMOS?	OBJETIVO DE LA SEMANA	RETOS	ASPECTOS A CUIDAR DURANTE LA SEMANA	REFLEXIONES POST- SEMANA (Y AJUSTES PARA LA SIGUIENTE SEMANA)
20 de abril al 26 abril					
27 abril al 3 de mayo					
4 mayo al 10 mayo					
11 mayo al 17 mayo					
18 mayo al 24 mayo					
25 mayo al 31 mayo					
1 junio al 7 junio					
8 junio al 14 junio					
15 junio al 21 junio					
22 junio al 28 junio					
29 junio al 5 julio					

VALORACIÓN DE LA TEMPORADA DEPORTIVA

VALORACIÓN DE ASPECTOS DE EQUIPO

- ¿Con qué sensación te has quedado en este extraño final de temporada?
- ¿Cómo valoras la actuación del equipo durante la temporada? Nota: (0-10)
- ¿Por qué?
 - ENTRENAMIENTOS
 - PARTIDOS/COMPETICIONES
- ¿Qué aspectos del funcionamiento del equipo (físicos, técnicos, tácticos u otros fuera del campo) crees que han sido los más positivos? ¿Por qué?
- ¿Y cuáles han sido los menos positivos? ¿Por qué?
- ¿En qué aspectos del funcionamiento crees que debemos mejorar más la próxima temporada? (Aspectos técnicos, tácticos, físicos, psicológicos, entrenamiento, competición, defensa, ataque...
- ¿Cómo crees que podemos mejorar en los aspectos que has señalado?

VALORACIÓN DE ASPECTOS INDIVIDUALES

- ¿Con qué sensación te has quedado en este extraño final de temporada?
- ¿Cómo valorarías tu temporada a nivel personal? (0-10)
- ¿Cómo valorarías tu aportación personal al equipo?
 - En los entrenamientos. ¿Por qué?
 - En las competiciones/partidos. ¿Por qué?
- ¿Qué aspectos de tu rendimiento personal valoras más positivamente?
 - Aspectos técnicos | Aspectos tácticos | Aspectos físicos | Aspectos psicológicos
 - Entrenamiento | Competición
 - En defensa | En ataque
- ¿Qué aspectos de tu rendimiento personal valoras menos positivamente?
- ¿Qué aspectos de tu aportación al equipo valoras más positivamente?
- ¿Qué aspectos de tu aportación al equipo valoras menos positivamente?

- ¿Qué objetivos tenías para esta temporada a nivel personal?
 - ¿Cuáles has conseguido? ¿Por qué?

 - ¿Cuáles no has conseguido en la medida en que te hubiera gustado? ¿Por qué?

- ¿Qué aspectos quieres mejorar la próxima temporada? ¿Por qué?

- ¿Cómo crees que puedes mejorar en los aspectos que has señalado?

- ¿Qué trabajo puede ser el más adecuado para mejorar esos aspectos?

- Otras consideraciones personales sobre la temporada que quieras comentar: