

# Decàleg

## Com ser bon entrenador



**MESSI**  
— Vs —  
**RONALDO**

1

### PARLAR BÉ

No ni ha que cridar als jugadors i jugadores. Els jugadors es poden veure afectats per l'autoestima.

2

### PRESSIÓ

En partits, no pressionar als jugadors, ells amb poca pressió poden guanyar els partits.

3

### RECOLZAR

El entrenador, recolza als seus jugadors i jugadores, alguns poden estar en situació lletga econòmicament, moralment, etc.

4

### RECOMANAR MENJARS

El entrenador recomana als jugadors menjar saludable. Així els jugadors poden millorar el físic i el rendiment.

5

### SER UN BO EXEMPLE

Ser un bo exemple de deportivitat. Els jugadors també poden ser un bo exemple de competitivitat.

6

### SER RESPONSABLE

Ser amable i responsable dels teus actes i tindrà paciència.

7

### SER RESPONSABLE

Ser responsable dels teus actes.

8

### IDIOMES

L'entrenador ha de saber per al menys dos idiomes: El idioma del país y el anglès.

9

### Coneixement

Tindre bons coneixements com a entrenador.

10

### PACIÈNCIA

No perdes la calma en els moments de tensió.