

# Cuestionario personal de madurez para realizar un curso de entrenador

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

## Instrucciones

Lee cada afirmación y marca la opción que mejor refleje tu situación actual.

- 1 = Nunca
- 2 = Pocas veces
- 3 = A veces
- 4 = Casi siempre
- 5 = Siempre

## 1. Responsabilidad y compromiso

Pregunta	1	2	3	4	5
Cumplo horarios y compromisos adquiridos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soy constante cuando empiezo una actividad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me organizo para estudiar o entrenar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acepto responsabilidades dentro de un grupo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Finalizo tareas, aunque sean difíciles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 2. Relación con los demás

Pregunta	1	2	3	4	5
Escucho opiniones diferentes sin enfadarme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé trabajar en equipo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trato con respeto a compañeros y profesores	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soy capaz de ayudar y motivar a otros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mantengo la calma en situaciones de tensión	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 3. Actitud hacia el aprendizaje

Pregunta	1	2	3	4	5
Tengo interés por aprender y mejorar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acepto correcciones sin tomármelas mal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pregunto cuando no entiendo algo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Busco información adicional por mi cuenta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me esfuerzo por superarme cada día	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 4. Liderazgo y ejemplo personal

Pregunta	1	2	3	4	5
Intento dar buen ejemplo dentro y fuera del deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soy puntual y disciplinado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé comunicarme de forma clara y respetuosa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me considero una persona positiva y motivadora	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tomo decisiones pensando en el bien del grupo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 5. Reflexión personal

Responde brevemente:

1. ¿Por qué quieres realizar el curso de entrenador Nivel 1?

---

---

2. ¿Qué cualidades crees que tiene un buen entrenador?

---

---

3. ¿Qué aspectos personales necesitas mejorar para asumir ese rol?

---

---

4. ¿Cómo reaccionas cuando recibes críticas o correcciones?

---

---

5. ¿Qué aportarías a un grupo como futuro entrenador?

---

---

## Interpretación orientativa

- **80 a 100 puntos:** Muy buena madurez para afrontar el curso.
- **60 a 79 puntos:** Buen nivel, aunque hay aspectos que pueden reforzarse.
- **40 a 59 puntos:** Conviene trabajar hábitos y actitud antes del curso.
- **Menos de 40 puntos:** Recomendable desarrollar primero responsabilidad, constancia y habilidades sociales.

## Valoración final del alumno

¿Consideras que actualmente estás preparado para asumir la responsabilidad de formarte como entrenador?

- Sí
- No
- Necesito mejorar algunos aspectos antes de empezar

Firma del alumno: \_\_\_\_\_

### **Aviso importante**

El curso de entrenador no es un campus de verano ni una actividad recreativa. Está dirigido a personas que quieren formarse para trabajar con niños y jóvenes a través del deporte.

El alumno deberá asistir a clases diarias con horario intensivo, estudiar, realizar actividades y superar exámenes. Se requiere responsabilidad, compromiso, puntualidad y actitud seria durante toda la formación.