



Federación Atletismo
Madrid

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID



Comunidad
de Madrid



1

CONSIDERACIONES
GENERALES

+

2

PROGRAMA DE
TECNIFICACIÓN

+

3

SUBPROGRAMA
DE DETECCIÓN
Y SEGUIMIENTO
DE TALENTOS

+

4

SUBPROGRAMA
DE REFUERZO
DEPORTIVO Y
TECNIFICACIÓN
AVANZADA

+

5

EJE DE
FORMACIÓN Y
DESARROLLO
COMPETENCIAL

+



Federación Atletismo
Madrid

CONSIDERACIONES GENERALES



Comunidad
de Madrid



La tecnificación deportiva es un proceso clave dentro del desarrollo de los jóvenes deportistas, ya que permite identificar el talento en etapas tempranas y ofrecer un entorno formativo que favorezca su crecimiento. Este proceso combina la enseñanza técnica propia de cada disciplina con fundamentos pedagógicos, físicos y psicológicos que garantizan una evolución progresiva y adaptada a la madurez del atleta.

La finalidad de la tecnificación no es únicamente mejorar el rendimiento, sino acompañar al deportista en un desarrollo integral que incluya hábitos saludables, valores deportivos y una adecuada relación entre la práctica deportiva, los estudios y la vida personal. Para ello es necesaria la colaboración entre todos los agentes implicados —clubes, entrenadores y entidades deportivas— con el fin de asegurar una línea de trabajo coherente, coordinada y ajustada a las necesidades reales de los jóvenes.

Este tipo de programas contribuye a estructurar un modelo formativo que facilita la transición entre etapas, ofrece oportunidades de aprendizaje especializado y crea un entorno que impulsa tanto la continuidad deportiva como la consolidación de las capacidades del atleta.

1

2

3

4

5





Federación Atletismo
Madrid

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓN

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID



Comunidad
de Madrid



1

MARCO
TEÓRICO



2

ORGANIGRAMA



3

OBJETIVOS DEL
PROGRAMA



4

PROTOCOLO DE
COORDINACIÓN
CLUBES



5

INDICADORES DE
EVALUACIÓN



MARCO TEÓRICO



La tecnificación deportiva se sustenta en la responsabilidad de las federaciones de identificar, formar y acompañar a los jóvenes con talento, asegurando que dispongan de condiciones adecuadas para su desarrollo deportivo. Este principio está respaldado por la Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte, cuyo artículo 51 establece que las federaciones deportivas autonómicas deben impulsar programas de tecnificación y apoyo al talento que contemplen itinerarios formativos progresivos y criterios objetivos de selección y seguimiento.

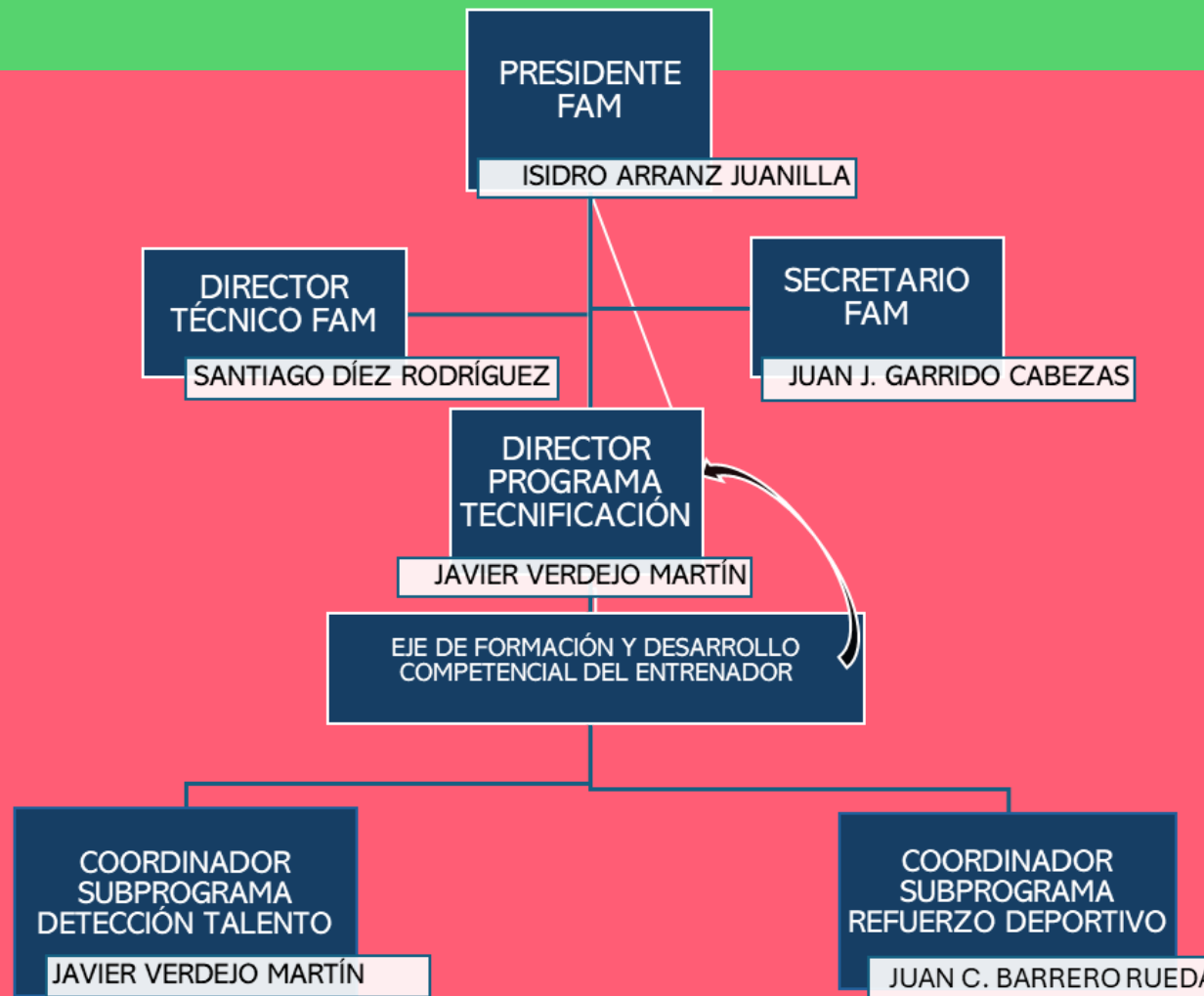
De igual modo, la Ley 15/1994, de 28 de diciembre, del Deporte de la Comunidad de Madrid, atribuye a las federaciones la función de promover su modalidad deportiva, organizar actividades de formación y desarrollar planes de preparación orientados a elevar el nivel técnico y competitivo de los deportistas.

Dentro de este marco legal, la tecnificación se concibe como un proceso estructurado de formación deportiva que integra conocimientos pedagógicos, científicos y técnicos, y que busca mejorar las capacidades específicas del atletismo respetando siempre la progresión, la salud, la seguridad y el desarrollo madurativo de los jóvenes atletas.





ORGANIGRAMA GENERAL



OBJETIVOS GENERALES



1. Identificación y captación de talento deportivo

Promover la localización temprana de jóvenes atletas con potencial, entendiendo este proceso como un pilar esencial para garantizar que aquellos con mayores capacidades tengan la oportunidad de recibir una orientación adecuada dentro de su trayectoria deportiva.

2. Desarrollo integral de los deportistas

Favorecer un crecimiento equilibrado que contemple los aspectos físicos, técnicos y personales, impulsando una formación que permita al atleta evolucionar de manera progresiva y adaptada a sus etapas de desarrollo.

3. Formación continua de entrenadores

Potenciar la capacitación permanente de los entrenadores como elemento fundamental del programa, reforzando su actualización y fortaleciendo su papel dentro del proceso de tecnificación.



OBJETIVOS GENERALES



4. Promoción de hábitos de vida saludables

Fomentar prácticas esenciales para la salud del deportista, como una adecuada alimentación, el descanso y la correcta gestión de la recuperación, integrándolas en su rutina formativa.

5. Fomento del espíritu competitivo y del juego limpio

Transmitir valores de respeto, deportividad, esfuerzo y responsabilidad, entendiendo el respeto a las normas y la convivencia como parte esencial del proceso de formación deportiva.

6. Facilitar la transición entre etapas deportivas

Acompañar al deportista en su progresión desde las primeras fases de formación hasta niveles superiores, garantizando un recorrido coherente que permita avanzar con seguridad y continuidad.

7. Incorporación de nuevas tecnologías aplicadas al entrenamiento

Impulsar el uso de herramientas tecnológicas que mejoren el trabajo de los entrenadores, especialmente mediante acciones formativas que faciliten su correcta implementación dentro del proceso de tecnificación.



PROTOCOLO COORDINACIÓN CLUBES



Los clubes desempeñan un papel esencial en el proceso de tecnificación, por lo que es importante que estén al tanto de las normativas del programa y de los requisitos de acceso para entrenadores y deportistas. La Federación de Atletismo de Madrid pone a disposición toda la información relativa al funcionamiento del plan, a las categorías implicadas y a los criterios de participación, así como los listados actualizados de entrenadores incluidos en el programa y de los atletas que forman parte del mismo. Se recomienda que los clubes consulten periódicamente estos listados para conocer de manera precisa la participación de sus entrenadores y deportistas.

Asimismo, los entrenadores integrados en el programa facilitan a sus clubes información sobre su incorporación y sobre los atletas a su cargo, contribuyendo a mantener una comunicación fluida y una coordinación adecuada entre todas las partes implicadas.



INDICADORES DE EVALUACIÓN



- Fichas de atletas

Cada deportista contará con una ficha individual que refleje sus características, objetivos y seguimiento de su participación en el programa. Estas fichas permiten un registro sistemático del progreso y constituyen un instrumento básico para la evaluación continua.

- Informes trimestrales de entrenadores

Los entrenadores elaboran un informe cada trimestre dirigido a los coordinadores, en el que se detallan las actividades realizadas, el desarrollo de los atletas y las posibles necesidades de ajuste en la planificación.

- Informes trimestrales de coordinadores de subprograma

Cada coordinador de subprograma presenta trimestralmente un informe que sintetiza la evolución general de los deportistas a su cargo, la efectividad de las actividades desarrolladas y las propuestas de mejora.

- Memorias anuales de coordinadores

Al cierre del periodo anual, los coordinadores elaboran una memoria que recoge de forma global la ejecución del programa, evaluando el cumplimiento de los objetivos establecidos y aportando reflexiones y recomendaciones para la mejora continua.





Federación Atletismo
Madrid

SUBPROGRAMA DE DETECCIÓN Y SEGUIMIENTO DE TALENTOS

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID



Comunidad
de Madrid



1

OBJETIVOS
ESPECIFICOS



2

ORGANIGRAMA



3

CATEGORIAS



4

PROCESO
DETECCIÓN



5

PERMANENCIA
DEPORTISTAS



6

ENTRENADORES
PERSONALES



7

DESCRIPCIÓN
DE ACCIONES



8

INDICADORES
EVALUACIÓN



OBJETIVOS ESPECIFICOS



- Identificar y seguir a los talentos deportivos

Detectar a los atletas con mayor potencial y acompañarlos de manera constante, asegurando que su desarrollo deportivo se supervise y apoye adecuadamente.

- Evaluar y acompañar la evolución de los deportistas

Contar con sistemas de seguimiento que permitan observar de forma continua el progreso de cada atleta, tanto en sus capacidades técnicas como físicas, para ajustar su entrenamiento según sus necesidades.

- Formación de entrenadores

Brindar a los entrenadores herramientas, conocimientos y estrategias específicas para mejorar el rendimiento y la progresión de los deportistas dentro del programa.

- Protocolizar las pruebas más efectivas de detección de talento

Establecer procedimientos claros y fiables para realizar las pruebas que mejor identifican el potencial de los atletas, asegurando criterios objetivos y consistentes en todo el programa.



ORGANIGRAMA



COORDINADOR DEL SUBPROGRAMA DE DETECCIÓN DE TALENTOS

Funciones:

- Diseñar e implementar los procesos de detección de talentos deportivos.
- Elaborar una ficha de los atletas incluidos en el subprograma que le permita supervisar y evaluar el progreso.
- Asegurar el cumplimiento de los objetivos establecidos en el subprograma.
- Elaborar la lista de atletas pertenecientes al subprograma según su mérito.
- Elaborar informes trimestrales y memoria anual que reflejen la evolución del programa y el grado de consecución de los objetivos.
- Comunicación directa con los entrenadores pertenecientes al subprograma.
- Mentoring de los entrenadores.
- Asistencia a las diferentes competiciones que afecten al subprograma.



CATEGORIAS



- *Categoría Sub-14 (atletas del 2013 y 2014).*
- *Categoría Sub-16 (atletas del 2011 y 2012).*

Para entrar en el subprograma de detección de talento, se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- *Categoría Sub14: Se considerarán los resultados obtenidos en las temporadas 2025 y 2026.*
- *Categoría Sub16: Se considerarán los resultados obtenidos en las temporadas 2025 y 2026.*

Cuando los meritos sean del 2026, los deportistas serán incorporados al programa después del Campeonato.

Los atletas seleccionados deberán estar registrados con licencia válida por la FAM (Federación de Atletismo de Madrid) y completar toda la documentación requerida para su participación en el programa.



PROCESO DE DETECCIÓN Y SELECCIÓN



- Resultados competiciones.

Los atletas se incorporarán al subprograma de detección de talentos si han resultado CAMPEONES a nivel individual de Madrid, en la temporada 2025 y en la temporada 2026, en cuyo caso su incorporación será al cierre de PC y AL.

Competiciones que dan acceso al programa:

- Campeonato de Madrid de pista cubierta y aire libre.
- Campeonato de cross y running trail.
- Cto. de Madrid de marcha en ruta y pista.
- Cto. de Madrid de lanzamientos largos.

- Pruebas de detección.

También mediante la realización de diversas pruebas físicas y técnicas a lo largo de la temporada, con el objetivo de evaluar el talento en atletas de la categoría Sub14, que no haya entrado en el programa por resultado de competiciones.



PERMANENCIA PROGRAMA



- Progreso Deportivo

Los atletas continuarán en el programa siempre que cumplan con los requisitos de acceso a dicho programa. Aquellos que no cumplan con los objetivos establecidos por el programa no podrán permanecer en el programa.

- Compromiso con el Programa

La participación en el programa implica un compromiso activo por parte del entrenador y su atleta. Este compromiso incluye, entre otros aspectos, la asistencia conjunta a todas las jornadas y sesiones programadas. La falta de cumplimiento de este compromiso podrá dar lugar a una revisión de la permanencia de ambos en el programa.



ENTRENADORES PERSONALES



REQUISITOS Y OBLIGACIONES DE LOS ENTRENADORES PERSONALES

- Licencia de Entrenador

Para poder formar parte del programa, los entrenadores deben contar obligatoriamente con una licencia vigente emitida por la Federación de Atletismo de Madrid y con la habilitación profesional de la Comunidad de Madrid. La presentación de esta documentación en los plazos establecidos es un requisito indispensable para su incorporación al programa.

- Asistencia a jornadas técnicas y formación continua

La asistencia a las jornadas técnicas convocadas y la realización de formación propuesta por el programa son obligatorias.

- Documentación de Atletas

Los entrenadores deben completar y entregar toda la documentación requerida por el subprograma al que pertenecen y dentro de los plazos establecidos.



DESCRIPCIÓN DE ACCIONES



- Jornadas Técnicas orientadas a mejorar la formación y la condición física de los deportistas.
- Realización de pruebas especializadas para la detección de atletas que no hayan entrado por rendimiento deportivo.
- Formación continua para los entrenadores personales, mediante cursos, jornadas y charlas especializadas.
- Otras actividades complementarias que se consideren de interés para el desarrollo del programa.



INDICADORES DE EVALUACIÓN



- **Pruebas competitivas:** Se realizará un seguimiento de los resultados competitivos de los atletas que forman parte del programa.
- **Fichas individuales:** Cada deportista tendrá una ficha individual, que registrará su progreso personal y el cumplimiento de los objetivos del programa.
- **Feedback continuo:** Establecer un sistema de retroalimentación continua con los entrenadores, proporcionando información detallada sobre el progreso de los atletas. Esto permitirá un seguimiento preciso de su evolución, identificando sus fortalezas y áreas de mejora para optimizar su desarrollo deportivo.





Federación Atletismo
Madrid

SUBPROGRAMA DE REFUERZO DEPORTIVO Y TECNIFICACIÓN AVANZADA

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID



Comunidad
de Madrid



1

OBJETIVOS
ESPECIFICOS



2

ORGANIGRAMA



3

CATEGORÍAS



4

ACCESO
DEPORTISTAS



5

PERMANENCIA
DEPORTISTAS



6

ENTRENADORES
PERSONALES



7

DESCRIPCIÓN
DE ACCIONES



8

INDICADORES
EVALUACIÓN



OBJETIVOS ESPECIFICOS



Objetivos a Corto Plazo:

- Fomentar la interacción entre los distintos organismos que componen el ámbito del atletismo, con el objetivo de llevar a cabo un programa común que refleje el sello personal de esta Federación. Este programa debe convertirse en el modelo a seguir por todos los jóvenes deportistas y la meta para la mayoría de ellos.
- Mejorar el rendimiento y nivel de los jóvenes talentos del atletismo madrileño, a través de un trabajo conjunto que les permita alcanzar su máximo potencial.
- Realizar un seguimiento exhaustivo de todos los integrantes del programa, asegurando que cada atleta reciba el apoyo necesario y continúe su evolución dentro del programa.
- Brindar formación y apoyo a los entrenadores personales de los atletas involucrados en el programa, creando un entorno tanto técnico como motivacional adecuado para su desarrollo integral y su éxito.



OBJETIVOS ESPECIFICOS



Objetivos a Medio Plazo:

- Consolidar el proyecto deportivo, garantizando que el modelo establecido sea sostenible y eficaz a lo largo del tiempo, y logre resultados tangibles en el desarrollo de los atletas.
- Lograr que un grupo de atletas tecnificados alcance la internacionalidad en sus respectivas categorías, representando a la Federación y al programa en competiciones internacionales de alto nivel.
- Implicar activamente a los entrenadores personales de los atletas pertenecientes al plan, asegurando que estén completamente alineados con los objetivos y metodologías del programa.
- Consolidar el modelo técnico específico para cada una de las pruebas del atletismo, asegurando que cada disciplina cuente con una estructura coherente que impulse el rendimiento de los atletas.



OBJETIVOS ESPECIFICOS



Objetivos a Largo Plazo:

- Aumentar el número de finalistas y medallistas en los diferentes campeonatos nacionales e internacionales, elevando el perfil del programa y demostrando su efectividad a nivel competitivo.
- Lograr que una parte significativa de los atletas del programa llegue a formar parte de la selección absoluta, consolidando su presencia en el ámbito más alto del atletismo.
- Consolidar la estructura deportiva del programa, asegurando su sostenibilidad a largo plazo, con una infraestructura sólida y un sistema de apoyo continuo para los atletas y entrenadores.



ORGANIGRAMA



COORDINADOR DEL SUBPROGRAMA DE REFUERZO DEPORTIVO Y TECNIFICACIÓN AVANZADA

Funciones

- Elaborar una ficha de los atletas incluidos en el subprograma que le permita supervisar y evaluar el progreso.
- Asegurar el cumplimiento de los objetivos establecidos en el subprograma.
- Elaborar la lista de atletas pertenecientes al subprograma según su mérito.
- Elaborar informes trimestrales y memoria anual que reflejen la evolución del programa y el grado de consecución de los objetivos.
- Comunicación directa con los entrenadores pertenecientes al subprograma.
- Mentoring de los entrenadores.
- Asistencia a las diferentes competiciones que afecten al subprograma.



CATEGORIAS ATLETAS



- Sub-16 (Crecimiento) – 2011 y 2012
- Sub-18 (Perfeccionamiento) – 2009 y 2010

Para entrar en el subprograma de refuerzo deportivo, se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- Primer año categoría Sub16: Se tomarán en cuenta solamente los resultados durante la temporada 2026.
- Segundo año categoría Sub16: Se considerarán los resultados obtenidos en las temporadas 2025 y 2026.
- Categoría Sub18: Se considerarán los resultados obtenidos en las temporadas 2025 y 2026.
 - Cuando los meritos sean del 2026, los deportistas serán incorporados al programa después del Campeonato.
 - Los atletas seleccionados deberán estar en posesión de la licencia por la FAM (Federación de Atletismo de Madrid) y completar toda la documentación requerida para su participación en el programa.



ACCESO DEPORTISTAS



COMPETICIONES QUE DAN ACCESO AL SUBPROGRAMA DE REFUERZO DEPORTIVO;

- Medalla de oro, plata o bronce en Campeonatos de España individual en pista cubierta y aire libre.
- 3 primeros puestos individuales en el Campeonato de España de cross de Federaciones Autonómicas.
- 3 primeros puestos individuales en el Campeonato de España de clubes de cross.
- Medalla de oro, plata o bronce de España Selecciones Autonómicas al aire libre en pruebas individuales.
- 3 primeros puestos individuales en el Campeonato de España de marcha de Federaciones Autonómicas.
- Medalla de oro, plata o bronce en el Campeonato de España de invierno de lanzamientos largos.
- 3 primeros puestos individuales en Campeonato de España de trail running de Federaciones Autonómicas.



BENEFICIOS ATLETAS



Beneficios del subprograma para los atletas:

- Participar en los Controles de la FAM sin coste alguno.
- Reconocimiento médico en el Centro de Medicina Deportiva de la Comunidad de Madrid muy amplio y totalmente gratuito.
- Preferencia de ingreso en el IES Ortega y Gasset en el caso de solicitarlo.
- Ayudas varias a su entrenador.
- Prioridad para ser seleccionado en los encuentros en los que participe la Selección de tu categoría de esta Federación.



1

2

3

4

5

PERMANENCIA DEPORTISTAS



- Progreso Deportivo

Los atletas continuarán en el programa siempre que cumplan con los requisitos de acceso a dicho programa. Aquellos que no cumplan con los objetivos establecidos por el programa no podrán permanecer en el programa.

- Compromiso con el Programa

La participación en el programa implica un compromiso activo por parte del entrenador y su atleta. Este compromiso incluye, entre otros aspectos, la asistencia conjunta a todas las jornadas y sesiones programadas. La falta de cumplimiento de este compromiso podrá dar lugar a una revisión de la permanencia de ambos en el programa.



ENTRENADORES PERSONALES



REQUISITOS Y OBLIGACIONES DE LOS ENTRENADORES PERSONALES

- Licencia de Entrenador

Para poder formar parte del programa, los entrenadores deben contar obligatoriamente con una licencia vigente emitida por la Federación de Atletismo de Madrid y con la habilitación profesional de la Comunidad de Madrid. La presentación de esta documentación en los plazos establecidos es un requisito indispensable para su incorporación al programa.

- Asistencia a jornadas técnicas y formación continua

La asistencia a las jornadas técnicas convocadas y la realización de formación propuesta por el programa son obligatorias.

- Documentación de Atletas

Los entrenadores deben completar y entregar toda la documentación relativa a sus atletas según los requerimientos del programa y dentro de los plazos establecidos.



DESCRIPCIONES DE ACCIONES



- Jornadas Técnicas orientadas a mejorar la formación y la condición física de los deportistas.
- Formación continua para los entrenadores personales, mediante cursos, jornadas y charlas especializadas.
- Otras actividades complementarias que se consideren de interés para el desarrollo del programa.



INDICADORES DE EVALUACIÓN



- Pruebas competitivas

Se realizará un seguimiento de los resultados competitivos de los atletas que forman parte del programa.

- Fichas individuales.

Cada deportista tendrá una ficha individual, que registrará su progreso personal y el cumplimiento de los objetivos del programa.

- Feedback continuo

Establecer un sistema de retroalimentación continua con los entrenadores, proporcionando información detallada sobre el progreso de los atletas. Esto permitirá un seguimiento preciso de su evolución, identificando sus fortalezas y áreas de mejora para optimizar su desarrollo deportivo.





Federación Atletismo
Madrid

EJE DE FORMACIÓN Y DESARROLLO COMPETENCIAL ENTRENADORES

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID



Comunidad
de Madrid



1

OBJETIVOS
ESPECIFICOS

+

2

ORGANIGRAMA

+

3

ÁREAS DE
CONTENIDO

+

4

ACCIONES
FORMATIVAS

+

5

INDICADORES DE
EVALUACIÓN

+



OBJETIVOS ESPECIFICOS



1. Optimización de la programación de entrenamientos.: Se busca que los entrenadores dominen la planificación a corto, medio y largo plazo, teniendo en cuenta los diferentes ciclos de entrenamiento, la importancia del descanso y la prevención de lesiones.
2. Actualización de conocimientos técnicos y científicos: Los avances en la fisiología del deporte, la biomecánica y la tecnología aplicada al atletismo requieren que los entrenadores estén constantemente actualizados para ofrecer un entrenamiento de calidad.
3. Desarrollo de habilidades de liderazgo y gestión de grupos: El atletismo es un deporte individual, pero el trabajo en equipo es fundamental para el éxito de los programas de entrenamiento. Los entrenadores deben desarrollar habilidades de comunicación y liderazgo para motivar a sus atletas y gestionar grupos de diferentes niveles y edades.
4. Promoción de la educación continua: Los entrenadores deben adoptar una actitud de aprendizaje continuo, asistiendo a seminarios, conferencias y programas de actualización que les permitan mantenerse al día con las mejores prácticas del sector.



ORGANIGRAMA



COORDINADOR DEL EJE DE FORMACIÓN Y DESARROLLO COMPETENCIAL DE LOS ENTRENADORES

Funciones;

- Planificar y gestionar las acciones formativas destinadas a técnicos y deportistas del programa de tecnificación.
- Coordinar las actividades de formación continua de los entrenadores en colaboración con expertos y técnicos.
- Identificar necesidades formativas de los técnicos y diseñar contenidos específicos.
- Promover el uso de herramientas tecnológicas y metodologías avanzadas en el entrenamiento.
- Elaborar informes de impacto y propuestas de mejora de las actividades formativas.
- Realizar un informe trimestral y una memoria anual del programa.



ÁREAS DE CONTENIDO



1. Metodología y Planificación del Entrenamiento.

Esta área aborda los fundamentos y la aplicación práctica del proceso de entrenamiento en atletismo, adaptado a las diferentes etapas de desarrollo y niveles de rendimiento.

2. Ciencias Aplicadas al Atletismo.

Esta área integra el conocimiento científico aplicado de forma práctica al entrenamiento diario, con el objetivo de mejorar el rendimiento y proteger la salud del atleta.

3. Psicología del Deporte y Habilidades Sociales.

Esta área se centra en el desarrollo personal del atleta y en el papel del entrenador como agente educativo, mentor y referente emocional.

4. Tecnología, Análisis y Gestión del Entrenamiento.

Esta área prepara a entrenadores y coordinadores para desenvolverse en un entorno deportivo cada vez más digitalizado y regulado.



ACCIONES FORMATIVAS



- Jornadas Técnicas (Presenciales/Webinars).
- Cursos de Formación (Presencial y Online).
- Talleres Prácticos (Workshops).
- Mentoría y Acompañamiento (In situ).
- Simposios y Congresos.
- Desarrollo de Material Didáctico.



INDICADORES DE EVALUACIÓN



- Proyecto anual.

Para su aprobación con anterioridad al inicio del mismo, que deberá contemplar entre otra información los objetivos, los contenidos, la temporalización, relación de técnicos, descripción de las actividades, las instalaciones, etc...

- Informe trimestral y memoria final.

Trimestralmente, deberá presentarse un informe en el que se reflejen las actividades realizadas, las posibles modificaciones que puedan ser necesarias realizar en el siguiente trimestre sobre el programa aprobado inicialmente, así como la concreción de actividades a realizar. Así mismo, deberá presentarse una memoria final que recoja la síntesis de lo acontecido a lo largo de todo el período, el grado de consecución de los objetivos y el feedback y la autocrítica que permita la mejora continua del programa.

