

**Conocimientos básicos sobre
el fútbol y la conformación de
una escuela de formación
deportiva.**

Autor

Cristian Alexander Rodríguez Muñoz

Centros de proyección social

Universidad Santo Tomás
BOGOTÁ D.C



Conocimientos básicos sobre el fútbol y la conformación de una escuela de formación deportiva.

Cristian Alexander Rodríguez Muñoz

Estudiante de cultura física deporte y recreación

Practicante de los centros de proyección social

Tutor interno: Viviana Sierra (nombre completo)

Tutor externo: Angie Herrera (nombre completo)

Universidad Santo Tomas

Facultad de cultura física, deporte y recreación

Elaborado en el periodo académico 2020 -2.

Bogotá D.C.

Entre todos podemos aportar a una mejor sociedad a través del deporte. (Autor)



Contenido

CAPÍTULO 1	7
FÚTBOL Y ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS.	7
El fútbol	7
Escuelas de formación deportiva	8
CAPITULO 2.	9
CONFORMACIÓN DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA	9
Bases para crear una escuela de futbol	9
¿Cuándo es oficial una escuela de formación deportiva de fútbol en Bogotá?	11
CAPÍTULO 3	13
ETAPAS Y TRABAJO ESPECÍFICO	13
Especialización de profundización 15-19 años	21
4 CAPÍTULO	24
METODOLOGÍA TRANSVERSAL	24
El fútbol y sus beneficios en la sociedad colombiana.	24
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	32
BIBLIOGRAFIA.	34

PRESENTACIÓN

Esta cartilla se hace con el fin de orientar y desarrollar una escuela de formación deportiva en la localidad de Usme, además de servir de documento general. Una guía para proyectos que tengan a futuro la intención de enseñar el fútbol en los demás centros de proyección social de la USTA.

Es una cartilla con conocimientos básicos y fundamentales donde se pueden obtener herramientas conceptuales y metodológicas para la enseñanza del fútbol. También brinda una mirada general a la conformación de las escuelas de formación y el impacto sobre niños y jóvenes, y por último genera una propuesta metodológica de trabajo orientado a los valores y el desarrollo humano de la población a intervenir. Está diseñada para el apoyo a personas que sin tener la preparación necesaria que se requiere para la enseñanza de cualquier deporte, es el caso de líderes sociales o personas de juntas de acción comunal entre otros...puedan obtener una guía básica sobre el deporte y su enseñanza. Sin embargo, lo recomendado siempre será la ayuda profesional para la enseñanza del fútbol y de serlo así esta cartilla representaría una propuesta metodológica a seguir y poder desarrollar con éxito una escuela de formación deportiva.

Los objetivos a conseguir a través de los diferentes contenidos de la cartilla son los siguientes:

- Apropiar un contenido transversal, es decir que atravesase todos los componentes físico, técnico, táctico y psicológico que se enfoque en la parte del desarrollo personal, los valores y enseñanzas que se desean transmitir. Convirtiéndose en una propuesta metodológica para trabajar el fútbol de forma integral.

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

- Entender el deporte del fútbol, partiendo de las generalidades que lo conforman. (dimensiones del campo, indumentaria y demás particularidades).
- Identificar que es una escuela de formación deportiva en qué consiste, sus objetivos y funciones.
- Determinar algunos ejemplos de escuelas de formación en Bogotá y el impacto que podría generar una escuela de formación en una comunidad.
- Describir el trabajo pertinente para cada etapa que contemple lo físico, técnico, táctico y psicológico, orientado a las diferentes etapas que se dividen en etapa de iniciación de 6 a 10 años, etapa de especialización base 11 a 14 años y por último la de especialización de 15 a 19 años.
- Definir la estructura pertinente para una sesión de entrenamiento, y dar un compendio de ejercicios básicos para llevar a cabo en los diferentes espacios que contiene una sesión de entrenamiento.
- Establecer las conclusiones y recomendaciones finales.

Además de lo mencionado anteriormente, se busca en todo momento contextualizar el hecho de que esta cartilla es diseñada para población de los centros de proyección social de la Universidad Santo Tomás y por ende debe responder a las diferentes problemáticas de estos lugares, a la violencia inminente, consumo de sustancias psicoactivas, la falta de oportunidades, entre otras. Por eso los conocimientos acá brindados orientan a propuestas de trabajo que no desconocen la teoría y los principios técnicos, tácticos, psicológicos y físicos del fútbol, sino que bien los recoge para el trabajo en la cancha y añade la importancia de un proceso transversal orientado a la apropiación de valores en los niños y jóvenes; y a su formación integral. Más que la práctica de un deporte, son los aportes y enseñanzas que devienen de este, utilizando el deporte como espacio de socialización y a razón de una causa social.

CAPÍTULO 1

FÚTBOL Y ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS.

Antes de abordar la enseñanza del deporte, es fundamental conocer algunas de sus generalidades y características. Al igual que abordar el tema de las escuelas de formación deportiva, sus funciones y aspectos generales. Por eso a continuación se abordan los siguientes conceptos:

El fútbol

El fútbol es quizá el deporte más popular alrededor del mundo. Requiere de un buen estado físico y de condiciones óptimas. Su creación se remonta a 1863 con la separación del rugby y el fútbol, y ese mismo año la creación del football association y así se da inicio al deporte hace más de un siglo. La clasificación praxiológica a la hora de estrechar el enfoque, se convierte en colectivo y a la vez tiene un componente competitivo lo puede definirse en deporte de colaboración – oposición. Es decir, el equipo cumple con la función de equipo y a la vez se ve enfrentado al adversario.

Finalmente, para la práctica del deporte es fundamental tener la indumentaria que consta de un uniforme, medias largas, canilleras y guayos. Si por alguna razón no se cuenta con el material la recursividad es importante en todo momento. Además de contar con una cancha y una portería o arreglar un espacio cualquiera donde se pueda llevar a cabo sin muchos riesgos posibles. Entendiendo que puede ser un problema contar con todas las herramientas, la adaptación debe ser una capacidad innata en cualquier centro de proyección social.

Escuelas de formación deportiva

La escuela de fútbol es un lugar donde se puede adquirir las habilidades sobre el deporte. Además de brindar al alumno una formación integral, al igual que lo hace la educación tradicional, pero con la gran diferencia de hacerlo a través del trabajo corporal.

Es importante aclarar que la escuela de formación responde a la necesidad de la práctica del deporte en el país, según la Ley 181 de 1995 lo define como un derecho y clasifica el deporte, existiendo en esta clasificación el deporte comunitario, el que se entrega a la población y se le brinda sin recibir nada a cambio.

Esta clasificación permite entender que el deporte se adapta a todo tipo de población y dado sus características y beneficios su práctica tiene que ser un derecho en todo el territorio colombiano. Pero no es una realidad y el gobierno se queda corto a la hora de responder en este aspecto, por eso siempre es de valorar el hecho de transmitir y brindar la posibilidad de practicar deporte dentro de las poblaciones vulnerables.

Las escuelas de formación tienen como objetivo principal llevar a cabo entrenamientos que consoliden la enseñanza al alumno, sesiones periódicas. Además de mantener un nivel competitivo, participando en diferentes torneos, competiciones, partidos amistosos, entre otros... Y lo más importante o el aspecto central la formación integral, la enseñanza de valores como la disciplina, el esfuerzo y la valentía.

CAPITULO 2.

CONFORMACIÓN DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

Bases para crear una escuela de futbol

La conformación de una escuela de futbol debe tener claro aspectos de carácter básico que establecen el propósito de la escuela de formación

En la siguiente tabla se ilustran los aspectos a tener en cuenta:

Ilustración 1

Lista de chequeo escuela de formación

	Club o EFD
A. Título	
B. Introducción.	
C. Justificación	
D. Objetivos Objetivo general Objetivos específicos	
E. Metas	
F. Población	
G. Cobertura	
H. Localización	
I. Estructura del programa	
J. Recursos.	
K. Metodología	
L. Evaluación y seguimiento	
M. Cronograma de actividades	
N. Bibliografía	

Nota. Díaz Marín, J. M. (2018). Módulo: Fútbol profundización formación en deportes. Ediciones USTA.
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/10594/Mo%cc%81dulo%20Fu%cc%81tbol.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Es fundamental comenzar el proceso, delimitando la escuela de formación deportiva, contextualizando los datos fundamentales que orienten el propósito de la escuela y demás. En

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

el anterior formato que se puede diligenciar, y a través del cual se le da sentido propio a la escuela. Además de fijar su contenido y las bases a las cuales está orientado y sustentado el proyecto.

La escuela de formación deportiva debe consolidar y tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Un entrenador o persona con conocimientos suficientes para estar a cargo de la población y ejercer la enseñanza del deporte.
- Cronograma de actividades.
- Planes clase: Evidencia lo que se va a realizar en cada sesión de entrenamiento por parte del entrenador. En un formato de plan clase como el siguiente.

FASE INICIAL	<p>calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activación cardiovascular <p>Empezar a activar el cuerpo y aumentar el ritmo cardiaco.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movilidad articular <p>Para calentar el líquido sinovial de las diferentes articulaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estiramientos <p>Estirar para contrarrestar el impacto en los músculos</p>
FASE CENTRAL	<p>Es la parte central donde se ejecuta los ejercicios y la temática en general de la clase.</p>
FASE FINAL	<ul style="list-style-type: none"> • Vuelta a la calma

	<ul style="list-style-type: none"> ● Estiramientos finales.
--	--

Nota: Elaboración propia

- Control de asistencia de los alumnos. Cada sesión llamar a lista para reconocer cuántas personas asisten a los entrenamientos.
- Informe mensual. Que contenga el desempeño de la escuela mes a mes, algunas fotografías de evidencia y la asistencia total de los alumnos, durante el mes

¿Cuándo es oficial una escuela de formación deportiva de fútbol en Bogotá?

Las escuelas de deporte son oficiales cuando el IDRDR da el aval y la escuela pasa a ser reconocida como oficial a nivel Bogotá. Rojas Lasso, et al., (2017) define a las escuelas de formación como

Las escuelas de formación Organizaciones estructuradas como un proyecto educativo cuyo objetivo es implementar el proceso de formación, siendo una estrategia extraescolar para la orientación y enseñanza del deporte en el niño, niña y joven, mediante procesos y programas armónicos e integrales sistematizados, que logren la incorporación de los participantes en las prácticas deportivas. (Rojas Lasso, et al., 2017, p. xxxv)

Además, la escuela de formación deportiva puede funcionar desde su cotidianidad desde el trabajo con la población, en este caso la posibilidad de llevarla a cabo en los centros de proyección social de la universidad Santo Tomàs, cumpliendo con esta gran misión; se convierte de por sí en una tarea ya muy exitosa. Sin embargo, cabe la posibilidad de que la escuela sea oficial y reconocida por el Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), y pueda hacer parte de competencias distritales y demás aspectos que contemple ser oficial.

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

Se recomienda que se oficialice la escuela de formación deportiva, después de estar consolidada y llevar un proceso sólido, pues de lo contrario sería arriesgado tomar la decisión antes de tiempo, sin saber de antemano si el proceso continúe.

Aval deportivo

El primer paso para oficializarla es conseguir el aval por parte del IDRD, a través de la página o el contacto con la entidad, cumplir con los requisitos necesarios y la entrega de los documentos. El IDRD argumenta

El aval deportivo es el registro que el Instituto Distrital de Recreación y deporte hace de las Escuelas Deportivas, mediante la expedición de un acto administrativo, que es implementado como estrategia para garantizar el fomento, promoción, protección, apoyo y asesoría al deporte formativo y a la educación extraescolar. (RES. 299/2009)

Hay que tener en cuenta que el aval es por un tiempo definido que en el momento representa cinco años, después de este tiempo cumplido, la escuela deberá de renovar el aval.

Para dicho aval son necesarios cumplir con varios papeles, sin embargo, los requisitos hasta el 2020 planteados están sujetos a modificaciones, pero da un panorama general de las particularidades que debe contener una escuela de formación deportiva en la ciudad de Bogotá. Por eso la importancia de estar viendo la página del distrito continuamente.

Después de cumplir con los requisitos y hacer el papeleo correspondiente, se deberá enviar la información y esperar la respuesta y notificación por parte del IDRD. Por eso en todo momento la importancia de comunicación y visita de la página.

CAPÍTULO 3

ETAPAS Y TRABAJO ESPECÍFICO

Las etapas del desarrollo deportivo se mencionan en dos momentos que son (iniciación y formación) en el cual se deben cumplir aspectos fundamentales en los futbolistas y de esta forma tener una adecuada preparación en los aspecto técnicos, físicos, tácticos y psicológico. Las tres etapas que contemplan el desarrollo motor en el futbol, se dividen de la siguiente manera:

- Etapa de Iniciación de 6 a 10 años
- Etapa de especialización base 11 a 14 años
- Etapa especialización de 15 a 19 años.

Estas tres etapas se tienen que ir superando. De esta manera tras ir pasando las etapas se llegará al nivel máximo, orientando manera específica hacia el resultado planificado. Un mal proceso desde la infancia, generará deficiencia más adelante y complicaciones, patrones de movimiento mal ejecutados por parte del jugador. Y en este caso el proceso de formación tiene que devolverse a las primeras etapas para corregir dichas falencias, y esto representa una tarea compleja y casi imposible para el entrenador. En otras palabras, las deficiencias en la preparación de base impedirán el logro de los resultados en el momento que se evalúen. De ante mano es importante realizar un proceso coherente de desarrollo de los componentes del entrenamiento (física, técnico, táctico y psicológico) teniendo en cuenta las etapas sensibles en que estos componentes se deben trabajar, según los diferentes autores que abordan el tema.

A continuación, se mencionan los componentes del entrenamiento:

Preparación técnica

La técnica es la forma de llevar a cabo la estrategia y la táctica, es la unidad más pequeña de cómo realizar un gesto técnico.

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

Preparación táctica

La táctica es el compendio de acciones que responde a las situaciones del juego.

Preparación psicológica

La preparación psicológica como su nombre lo indica es la que se lleva a cabo y tiene como fin ejercitar al jugador a nivel mental y psicológico de forma adecuada.

Preparación física

Es toda la preparación que hace referencia al componente físico y que por ende tiene un esfuerzo corporal y está vinculado a las diferentes capacidades físicas del ser humano.

A continuación, se explicará etapa por etapa a nivel general de cuáles son los aspectos esenciales en los componentes de entrenamiento a nivel (físico, técnico, táctico y psicológico). Esclareciendo una ruta de trabajo ideal para estas etapas, según el desarrollo motor.

Etapa de iniciación 6 - 10 Años

Componentes del entrenamiento	Descripción
PREPARACIÓN TÉCNICA	<p>La preparación técnica en esta etapa no es tan fundamental, ya que se supone es de iniciación, acá se prioriza en el juego, que el niño sea feliz, y no se limite a una estructura de juego definida. Se le enseñan nociones básicas y se le trata de orientar espacialmente.</p> <p>Por eso la recomendación de que explore lo máximo posible, no hay límites.</p>

	<p>La táctica en el fútbol es muy compleja debido a la cantidad de sistemas, rotaciones y movimientos que se le deben proporcionar al jugador son muchos, llenándolo de información. Además, que se supone que debería tener unos gestos técnicos muy avanzados, imposibles de lograr en esta edad.</p>
<p>PREPARACIÓN PSICOLÓGICA</p>	<p>Dentro de la preparación psicológica está primordialmente la necesidad de hacer sentir al niño a gusto, de que se divierta en todo momento y coja amor por este deporte. Se potencia la reflexión y la imaginación.</p> <p>La comunicación también hace parte de una adecuada preparación comunicativa en el niño.</p>
<p>PREPARACIÓN FÍSICA</p>	<p>La iniciación en el fútbol, en cuanto a lo físico, debe empezar cuando el niño ya tiene unos patrones básicos de movimiento, antes no es recomendable.</p>

	<p>Además de esto saberlos estimular, y en cierta manera repasar y reforzar los patrones básicos de movimiento como lo es correr, saltar entre otros...</p>
--	---

Ilustración 2.

Etapa de Iniciación

Nota. *Elaboración propia*

Componentes del entrenamiento	Descripción
PREPARACIÓN TÉCNICA	La técnica en esta etapa se le debe dar a conocer, ya es tiempo que el jugador sepa a nivel técnico las características. El pase, remate, conducción de balón, temporización, atacar el balón, control de balón con las diferentes superficies.
PREPARACIÓN TÁCTICA	En la táctica es fundamental empezar a incluir un sistema de juego, ya que el fútbol es un deporte que utiliza estos sistemas, como un patrón de movimiento repetitivo, que da roles a los diferentes jugadores, generando los espacios.
PREPARACIÓN PSICOLÓGICA	La preparación psicológica debe de ser oportuna en los jugadores ya que es una etapa donde hay tanto cambios hormonales y es la preparación para la pubertad, a veces en esta etapa los jugadores son muy inseguros de sí mismo, por esta razón la importancia de un apoyo constante.

	<p>Actores como lo son la depresión, la autoestima y la ansiedad los rodean en diferentes ámbitos, siendo así una situación que puede afectar tanto positiva como negativamente a los deportistas.</p> <p>Es por ello, que es de gran importancia realizar ejercicios aislados que le permitan al entrenador en primera instancia, analizar e identificar cuáles podrían ser los problemas principales que afectan al grupo y como tratarlos mediante ejercicios que potencien sus habilidades psicológicas, enfrentando situaciones adversas, esto podría llevarse a cabo mediante herramientas como los auto mandatos, ejercicios de relajación, ejercicios de manejo de respiración, etc.</p>
<p>PREPARACIÓN FÍSICA</p>	<p>Según la pirámide adaptada por Gallahue, dice que en esta etapa es fundamental el trabajo de las habilidades motrices específicas, son todas aquellas que se las relaciona con el deporte como lo son la potencia, agilidad y velocidad de reacción.</p> <p>Además de las habilidades condicionales como la fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia. Y las habilidades coordinativas como el equilibrio, orientación, reacción, ritmo, anticipación, diferenciación y acoplamiento.</p>

Ilustración 3

Etapa de especialización.



Nota. *Elaboración propia*

Especialización de profundización 15-19 años

Componente del entrenamiento	Descripción
PREPARACIÓN TÉCNICA	Finalmente, es esta etapa, el objetivo técnico principal es buscar el perfeccionamiento, buscando mitigar los errores durante acciones de juego específicas, es por ello que la dificultad más allá de la técnica, se busca intensificar por medio de factores internos y externos del juego, como lo puede ser la presión del rival, condicionamiento de las reglas de juego, manejo de cooperación- oposición para buscar un objetivo, etc.
PREPARACIÓN TÁCTICA	En la táctica se debe trabajar a fondo toda la conceptualización del deporte, asimismo incluir el trabajo en equipo. Establecer los diferentes patrones de movimiento, lograr adecuar el sistema defensivo y ofensivo aplicando las diferentes jugadas y principios de juego. El jugador tiene que interpretar las situaciones de juego a nivel personal y grupal, teniendo como resultado el desenvolverse exitosamente en las diferentes situaciones de juego.

PREPARACIÓN PSICOLÓGICA	La preparación psicológica en esta etapa lleva al rendimiento del jugador, a la competitividad y desarrollo máximo de sus capacidades físicas y la consecución de logros en equipo.
PREPARACIÓN FÍSICA	En la preparación física dado que ya ha pasado por las diferentes etapas, se debe priorizar específicamente en las capacidades propias del fútbol, porque tanto redundar en capacidades que no cumple un papel dentro del campo de juego, es así como se cree bastante oportuno trabajar la velocidad de reacción, potencia, agilidad y la temporización

Ilustración 4

Etapa de especialización



Nota. *Elaboración propia*

4 CAPÍTULO

METODOLOGÍA TRANSVERSAL

El fútbol y sus beneficios en la sociedad colombiana.

Es importante conocer el fútbol a nivel global y que mejor que entender el deporte a nivel país, comprender su impacto real y conocer de primera mano los beneficios que aporta a nivel social y comunitario. Para ello cabe reconocer que el deporte del fútbol tiene gran acogida en la sociedad colombiano, es popular e inclusivo; y que todas estas características brindan un entorno ideal para su desarrollo y aprovechamiento en todo el territorio, según el define que el fútbol es importante por:

Para el 94 % de la población general, el fútbol es importante. Son múltiples las razones que se expresan al respecto: el fútbol forma parte de la realidad. Desde lo competitivo o lo recreativo, se vive como parte de la identidad nacional y de nuestra idiosincrasia. Tiene, además, impactos positivos en la sociedad. Es un deporte incluyente que se practica en todas las regiones, sin distinción de estrato y, recientemente, por personas de uno y otro sexo. (Centro Nacional de Consultoría, 2014, p.20).

Como se puede denotar se menciona que es importante, y que el futbol cumple con impactos positivos dentro de la sociedad. Por otra parte, es un deporte conocido entre los colombianos y es inclusivo. Por su conocimiento y difusión en el mundo permite acoger bastante población, y algo muy notable es que lo pueden practicar en todas las esferas y clases sociales.

Es vital entender que el fútbol no solo es un deporte que se practica en el sentido competitivo o solo centrado en resultados individuales, también tiene beneficios y aportes a nivel social, el menciona,

El fútbol es importante para la sociedad colombiana por su impacto en el crecimiento y desarrollo de los niños y los jóvenes. Constituye una posibilidad de promover el cuidado del cuerpo, tener buen estado físico y prevenir enfermedades, pero también para mantener a los niños y jóvenes alejados de las drogas, la violencia y las malas influencias de la calle. (Centro Nacional de Consultoría, 2014, p.21).

Con esto queda claro afirmar que el fútbol es necesario como lugar y espacio para el vínculo entre personas, el fortalecimiento de la amistad, y esto es importante en sectores vulnerables donde es necesario contribuir a espacios sociales cariñosos que brinden algo de amor y comprensión.

Como se puede denotar el fútbol es una gran oportunidad de beneficiar a la población, brindando herramientas y un lugar de encuentro que engrandece su bienestar y que a través de este se puede generar cambios, hábitos y habilidades en los niños y jóvenes. Que se pueda encaminar a la adquisición de contenidos transversales. Este lugar de encuentro deportivo aporta a la comunidad especialmente a los niños y jóvenes que tienen el espacio de ser mejores seres humanos. Y ahí radica el valor de crear un espacio, en este caso estos espacios pueden engrandecer el deporte, es en este contexto donde se lleva a cabo la práctica y la enseñanza del fútbol y con esto se beneficia a niños y jóvenes. Y en donde ellos mismos pueden encontrar en un sentido más amplio el significado del fútbol.

Propuesta metodológica.

Dentro de la metodología transversal se trata de profundizar en los aspectos de la formación integral. El objetivo a cumplir es el de apropiarse un contenido transversal, es decir que atraviese todos los componentes físico, técnico, táctico y psicológico que se enfoque en la parte del desarrollo personal, los valores y enseñanzas que se desean transmitir. Convirtiéndose en una propuesta metodológica para trabajar el fútbol de forma integral.

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

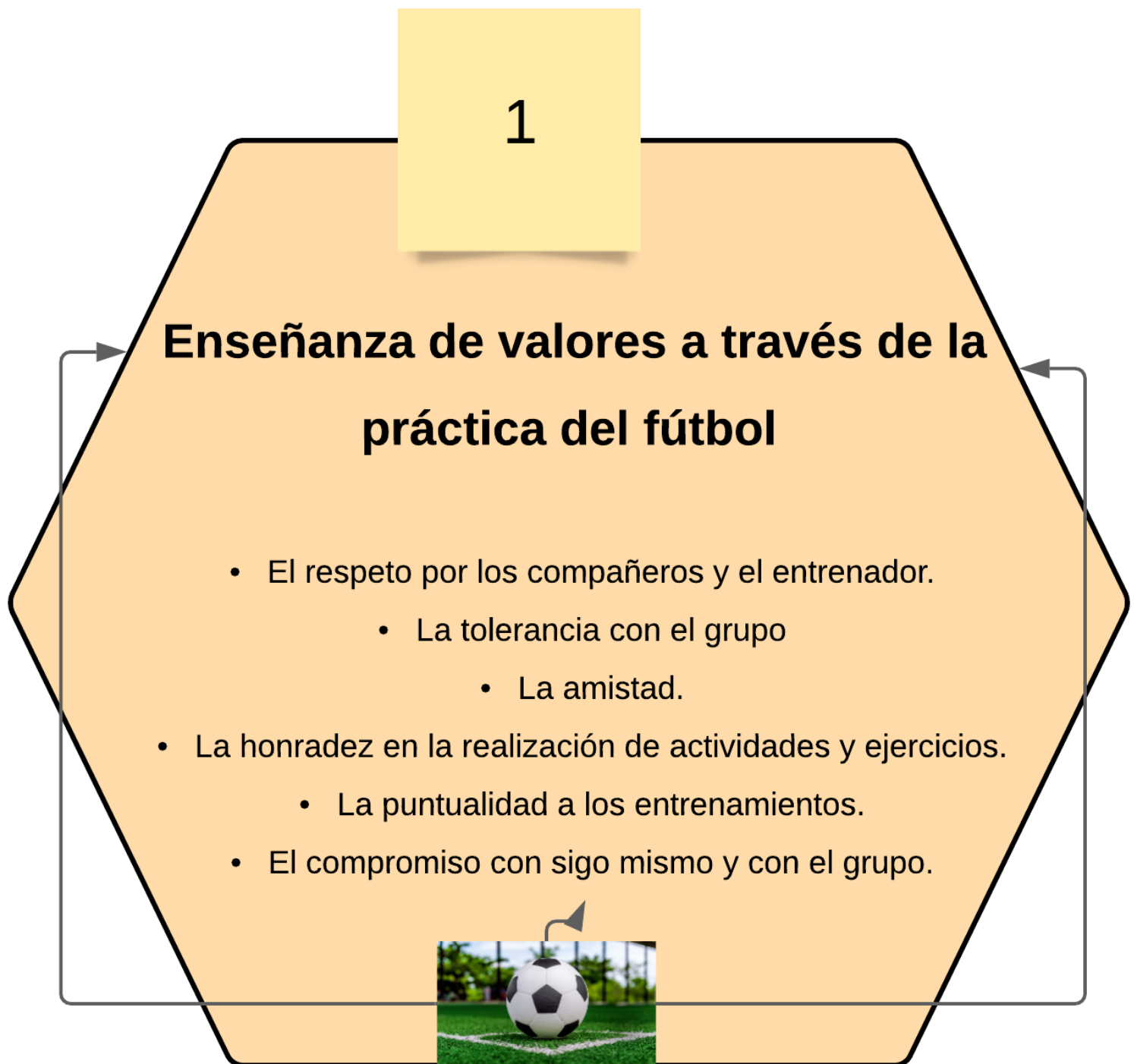
Se establece una metodología y propuesta encaminada al desarrollo de los siguientes aspectos que apuntan al desarrollo humano en niños y jóvenes, haciendo parte de las diferentes escuelas de fútbol en los centros de proyección social de la universidad Santo Tomás en la ciudad de Bogotá:

1. Enseñanza de normas y valores a través de la práctica del fútbol.
2. Priorizar la disciplina a través de la enseñanza del fútbol.
3. Generar reflexiones en torno a la práctica del fútbol.
4. Establecer un espacio de retroalimentación acerca del tiempo libre y la invitación a practicar hábitos de vida saludable.
5. Infundir el trabajo en equipo y la ayuda entre compañeros.

Teniendo en cuenta estos cinco aspectos fundamentales y que serán los contenidos base para el desarrollo de la propuesta metodológica, a continuación, se desarrolla cada uno de estos principios en los siguientes esquemas.

Ilustración 5

Enseñanza a través de la práctica del fútbol.



Nota. *Elaboración propia*

Ilustración 6

Priorizar la disciplina a través de la enseñanza del fútbol.

2

Priorizar la disciplina a través de la enseñanza del fútbol.

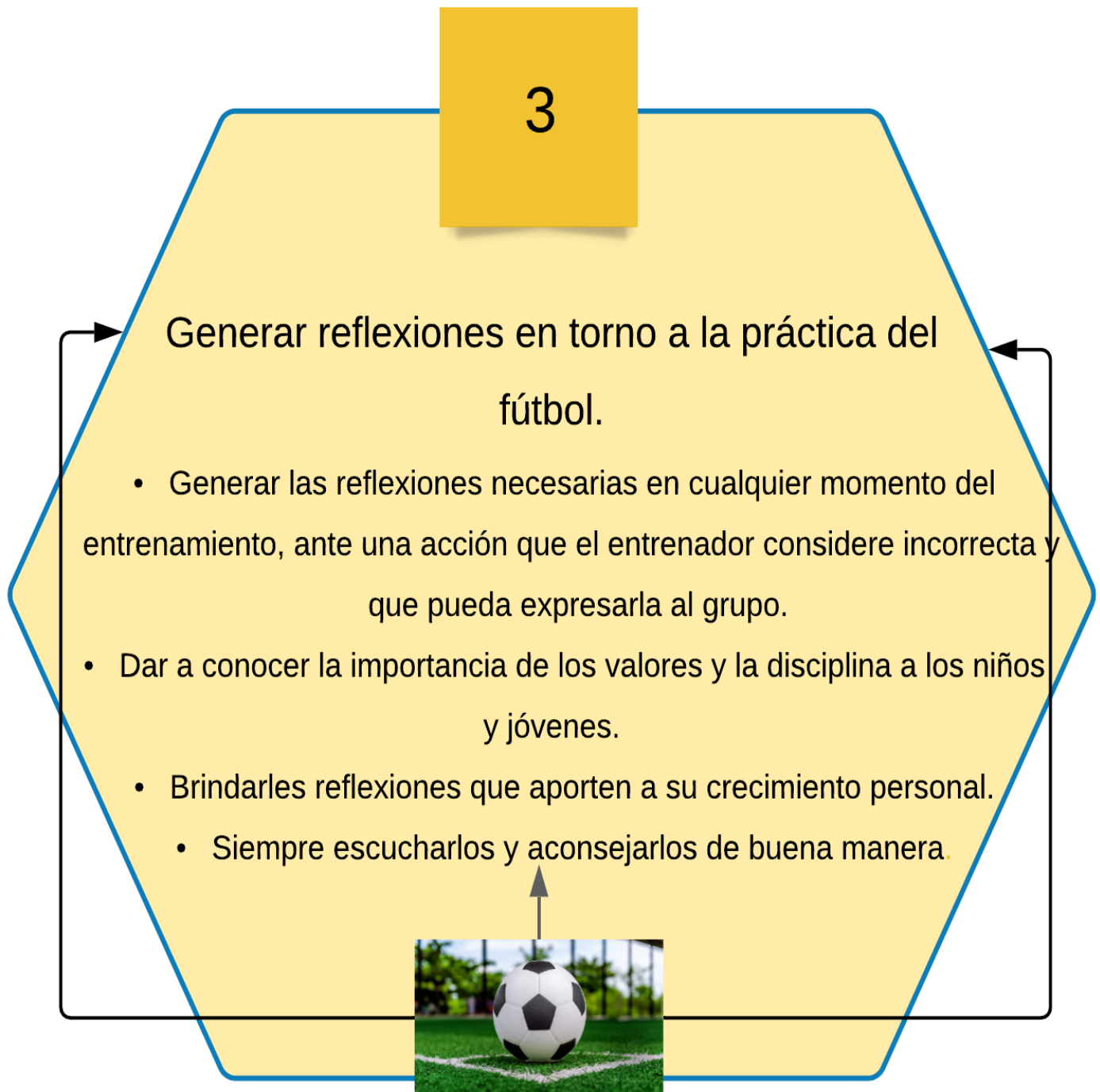
- Tengan el comportamiento adecuado durante la sesión y los diferentes momentos de la sesión.
 - Mantengan el orden.
- Aprendan a escuchar y obedecer las instrucciones por parte del entrenador.
 - Aprendan a utilizar el lenguaje y no se admitan las groserías.



Nota. *Elaboración propia*

Ilustración 7

Generar reflexiones en torno a la práctica del Fútbol



Nota. *Elaboración propia*

Ilustración 8

Retroalimentación.

4

Establecer un espacio de retroalimentación acerca del aprovechamiento del tiempo libre y la invitación a practicar hábitos de vida saludable.

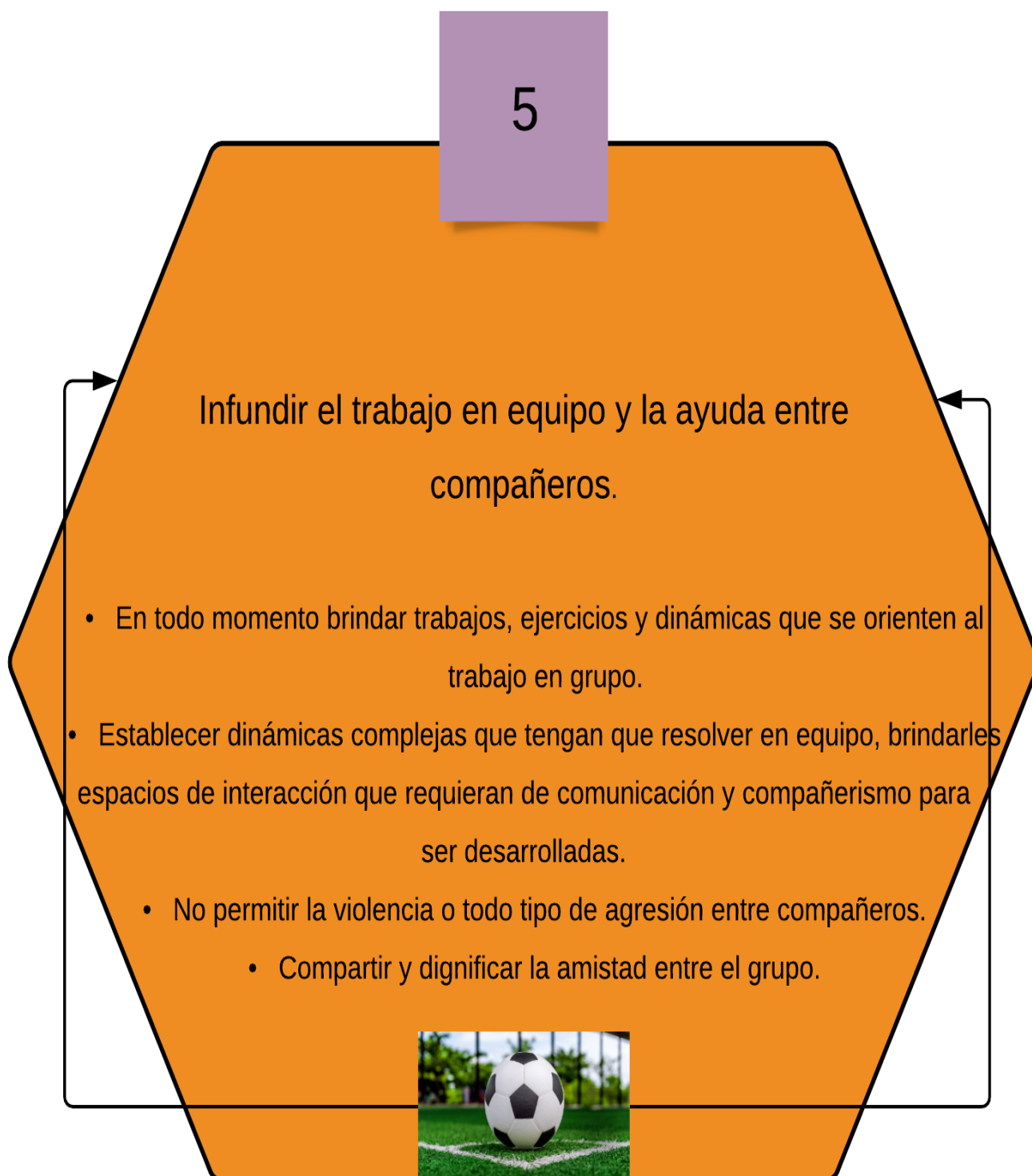
- Cada sesión al final llevar a cabo una RETROALIMENTACIÓN donde se les pregunte acerca de cómo les pareció la sesión. Y encaminar las sesiones para que tengan una enseñanza, ser muy reflexivos. De esta forma invitarlos al no consumo de sustancias psicoactivas y a la práctica de hábitos saludables.
- Tratar de que cada sesión sea una experiencia significativa para el alumno y si no se hace ese espacio de retroalimentación, por lo menos el alumno lo pueda inferir.



Nota. *Elaboración propia*

Ilustración 9

Trabajo en equipo.



Nota. *Elaboración propia*

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En primera medida el futbol se adapta para cumplir con su práctica, no es necesario empezar con todos los materiales o posibilidades. También la improvisación y recursividad debe florecer en todo momento. Después de ello reconocer la escuela de formación como un espacio y lugar de practica con ciertas características elementales, como la existencia de la planificación y controles internos para así cumplir con u orden y propósito claro.

Hay un componente muy importante y es conocer el futbol, sus características así sean de forma global, para esto se aborda los factores indispensables, que se establecen en las diferentes categorías y son el punto de partida para el trabajo con la población, estos son: el trabajo físico, trabajo psicológico, trabajo técnico y trabajo táctico con cada uno de ellos y su aplicación en cada categoría respetando las fases de desarrollo motor en los niños y jóvenes.

Por otra parte, es necesario abordar la metodología transversal orientada al trabajo integral, es decir al trabajo humano en los niños y jóvenes, centrando la atención en la enseñanza de valores en cada espacio y momento como punto central de las sesiones de clase. Con dicho objetivo se establecen cinco puntos a trabajar dentro de la metodología transversal, estos son:

1. Enseñanza de valores a través de la práctica del fútbol.
2. Priorizar la disciplina a través de la enseñanza del fútbol.
3. Generar reflexiones en torno a la práctica del fútbol.
4. Establecer un espacio de retroalimentación acerca del aprovechamiento del tiempo libre y la invitación a practicar hábitos de vida saludable.
5. Infundir el trabajo en equipo y la ayuda entre compañeros.

De esta manera se logra contextualizar los diferentes momentos o contenidos que se creen vitales para la creación exitosa de una escuela de formación deportiva de futbol en los

CONOCIMIENTOS DE FUTBOL Y CONFORMACIÓN DE ESCUELA DEPORTIVA

centros de proyección social de la Universidad Santo Tomás en Bogotá, en primera medida el trabajo de los componentes del fútbol correspondientes al desarrollo motor de los niños y jóvenes, y por otra los puntos clave para el trabajo integral.

En pocas palabras es claro reconocer tanto el conocimiento del fútbol como la estrategia de utilizar la metodología transversal para el desarrollo humano de los niños, dos componentes explícitos en la práctica y que cumplen con el propósito que tiene esta cartilla de transmitir dichos conocimientos a las personas, entrenadores y en general a los que vaya hacer frente a este lindo proyecto de implementar una escuela de formación.

Como recomendaciones finales, tener en cuenta la ayuda de practicantes bien sea de la facultad de cultura física, deporte y recreación o alguna persona con un nivel mínimo de tecnificación deportiva, contar con el apoyo de padres y comunidad en general. Llevar a cabo los contenidos y alternativas que brinda esta cartilla, poner todo el empeño posible y la motivación para lograr establecer una escuela de formación deportiva en verdad comprometida con las razones sociales y el contexto que sirva para favorecer, acoger y brindar en general un espacio saludable para niños y jóvenes.

BIBLIOGRAFIA.

Bogotá Fútbol Club (2020). *Escuela de formación*. Bogotá Fútbol Club.

<https://bogotafc.com/escuela-de-formacion/>

Centro Nacional de Consultoría (2014). *El poder del futbol*. Centro Nacional de Consultoría.

consultoriahttps://encuestacnc.com/attachments/article/108/El_poder_del_futbol.pdf

Díaz Marín, J. M. (2018). *Módulo: Fútbol profundización formación en deportes*. Ediciones USTA.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/10594/Mo%cc%81dulo%20Fu%cc%81tbol.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Giménez, F. & Castillo, E. (2002). El tratamiento de la iniciación deportiva en la revista 'Lecturas: Educación Física y Deportes' desde su inicio hasta la actualidad. *Revista Digital EF Deportes*, 8(44).<https://www.efdeportes.com/efd44/inic.htm>

González Vállora, S., García López, L. M., Contreras Jordán, O. R. & Sánchez-Mora Moreno, T. (2009). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (15), 14-20.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2883474>

Instituto Distrital de Recreación y Deporte [IDRD] (2017). Escuelas avaladas. Instituto Distrital de Recreación y Deporte. <https://www.idrd.gov.co/escuelas-avaladas>

Ley 181 de 1995. *Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte*. 18 de enero de 1995. Diario Oficial No. 41.679.

https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

Oliva, A. G. (2007). *Manual del entrenador de fútbol moderno*. Editorial Paidotribo.

https://www.uefa.com/MultimediaFiles/Download/uefaorg/CoachingCoachedu/02/50/17/56/2501756_DOWNLOAD.pdf

Pachón Rincón, D. K., & Bernal Flores, S. V. (2006). *Una propuesta estructural de escuelas de formación deportiva para la comunidad unilibrista sede bosque popular* (Bachelor's thesis, Universidad Libre).

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/5356/T25.06.0072%20P124p.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rego Neira, M., Navarro Patón, R. & Abelleira González, M. (2014). La especialización deportiva temprana. Aproximación al pensamiento de futuros maestros de educación física. *TRANCES. Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, (6) 345-356.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6427405>

Rinke, S., Ruiz, C., & Hofmann, N. (2007). ¿La última pasión verdadera? Historia del fútbol en América Latina en el contexto global. *Iberoamericana (2001-)*, 7(27), 85-100.

https://www.iai.spk-berlin.de/fileadmin/dokumentenbibliothek/Iberoamericana/2007/Nr_27/27_Rinke.pdf

Rojas Lasso, C. D., Sánchez Pinzón, H. F., & Segura Castañeda, S. D. P. (2017). Propuesta en la creación de escuelas de formación deportiva para el aprovechamiento del tiempo libre en el Colegio Montessori de la ciudad de Chiquinquirá. [Tesis de especialización]. Universidad Distrital Francisco José de Caldas.

<http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/8872/1/S%C3%A1nchezPinz%C3%B3nHugoFabrizio2017.pdf>

Sánchez, D. B., & Ramírez, F. A. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde.

Tejada, J. V., Peñas, J. L. (2007). *Entrenamiento de base en fútbol sala* (Vol. 9999). Editorial Paidotribo.

