

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Documento guía entregable Modalidad de Grado: Misión Académica Internacional Integrante (s)

Nombres y Apellidos	Diego Alejandro Martinez Martinez
Documento de Identidad #	11446486
Mail Institucional	Diego.martinezm@usantoto.edu.co
Celular #	3044210775
Nombres y Apellidos	David Santiago Ramírez García
Documento de Identidad #	1049643334
Mail Institucional	david.ramirez@usantoto.edu.co
Celular #	3214089295

Institución u organización del ámbito nacional o internacional	Pontificia Universidad Católica PUC, Club regatas de Flamengo
Pais y Ciudad	Brasil, Rio de Janeiro
Línea de Investigación	Entrenamiento Deportivo
Grupo de Investigación	GIEDAF
Fecha de inicio de Convenio y/o intención de convenio	-Adjuntar acto administrativo o programa de la misión
Aspectos mínimos que debe tener el artículo	Criterios por evaluar
Título y Resumen	1.1. Claridad y pertinencia del título 1.2. Correspondencia del título con la línea de investigación 1.3. Estructura del resumen, palabras clave 1.4. Claridad, coherencia y redacción del resumen 1.5. Extensión y normas de presentación
Objetivos y Propuesta	1. Claridad y formulación de los objetivos 2. Coherencia entre objetivos y propuesta 3. Pertinencia académica y disciplinar 4. Viabilidad de la propuesta 5. Aporte esperado al conocimiento y a la pasantía



Compromisos de productos de investigación para grupo de investigación GIEDAF	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cumplimiento de compromisos 2. Calidad académica y científica de los productos 3. Pertinencia con líneas del GIEDAF 4. Innovación y aporte al grupo de investigación 5. Proyección y difusión de resultados
Actividades desarrolladas en las 80 horas (mínimo)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cumplimiento en la entrega de avances 2. Informe General – estructura y organización 3. Rigor académico y redacción científica 4. Inserta dentro de las referencias los links de la fuente bibliográfica 5. Fuentes y normas de citación (APA)
Avances de informe e Informe General escrito	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cumplimiento en la entrega de avances 2. Calidad y coherencia de los avances 3. Informe General – estructura y organización 4. Rigor académico y redacción científica 5. Fuentes y normas de citación (APA). Inserta dentro de las referencias el links de la fuente bibliográfica
Capítulo de libro o artículo de divulgación o reflexión	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estructura y coherencia del capítulo 2. Pertinencia temática e internacionalización 3. Fundamentación académica y rigor investigativo 4. Redacción académica y normas editoriales 5. Aportes e impacto académico
Anexos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inclusión de anexos requeridos 2. Pertinencia y relación con la pasantía 3. Claridad y organización 4. Evidencia de respaldo a las actividades 5. Cumplimiento de normas institucionales

La presentación de la propuesta se debe diligenciar en tipo de letra Times New Roman, Tamaño: 12 pts. Interlineado en 1.5 puntos.

Adicionar el reporte de similitud Turnitin (No superior al 10% índice de similitud)

Fecha de Inscripción de modalidad de Posgrado: _____

Atentamente,

1 Firma

Diego Alejandro Martinez Martinez

Celular # 3044210775

Mail institucional:diego.martinezm@usantoto.edu.co

2 Firma

David Santiago Ramirez Garcia

Celular # 3214089295

Mail institucional:david.ramirez@usantoto.edu.co



“Del calentamiento físico a la activación integral: experiencias y metodologías en el fútbol formativo entre Colombia y Brasil”

Nombres y apellidos de los investigadores

Diego Alejandro Martínez Martínez
David Santiago Ramírez Gracia

Tutor de investigación Asignado

Mg. Fernando Alberto Bohórquez Campos

Maestría en entrenamiento deportivo y actividad física
Universidad Santo Tomás Seccional Tunja
Trabajo de grado “revisión narrativa”



Resumen

Esta revisión narrativa permite analizar las metodologías contemporáneas de calentamiento en fútbol formativo de (12 a 15 años) desde la perspectiva de las nuevas tendencias en pedagogía del deporte, Identificando componentes clave transferibles desde la experiencia de la misión académica a Brasil que permitan impactar positivamente en el desarrollo integral del futbolista en formación, utilizando la metodología de revisión narrativa de la bibliografía desde el año 2015 hasta la actualidad, complementada con la experiencia de la misión académica a Brasil contrastando las metodologías utilizadas en el contexto Colombiano, teniendo en cuenta algunos aspectos culturales de ambas naciones donde nuestro interés no es comparar, por el contrario es fortalecer nuestro quehacer como entrenadores y así comprender que el calentamiento ha trascendido su función básica de activación física para convertirse en una fase pedagógica integral que engloba componentes mentales, cognitivos y tácticos.

Palabras clave

Calentamiento; Metodología de entrenamiento; Pedagogía del deporte; Fútbol formativo; activación.

Palavras-chave

Calentamiento; Metodologia de treinamento; Pedagogia do esporte; Futebol formativo; ativação.

keywords

Warm up; Training Methodology; Sport Pedagogy, Young Football, Activation.



Introducción

El fútbol, más allá de su clasificación como disciplina deportiva, se consolida como un fenómeno cultural y social de alcance global. Su capacidad para trascender fronteras, generar cohesión comunitaria y catalizar pasiones a escala planetaria es innegable. Específicamente en América Latina, este deporte adquiere una dimensión de alta intensidad, configurándose como un componente fundamental de la identidad nacional en múltiples países. La práctica del fútbol es universalmente atractiva y su implementación es habitual en diferentes grupos etarios, destacando su alta prevalencia en niños y jóvenes, quienes lo desarrollan sistemáticamente en clubes y estructuras de formación deportiva.

El fútbol formativo constituye el pilar esencial para el desarrollo deportivo sostenible a largo plazo. Este ámbito no se limita a la adquisición y perfeccionamiento de las capacidades técnico-tácticas de los jóvenes futbolistas, sino que también es crucial en la modelación de valores personales y en la profundización de la comprensión sistémica del juego. En este marco, la selección de una metodología de entrenamiento que sea rigurosamente coherente y adecuadamente contextualizada emerge como un factor crítico y determinante para la consecución exitosa del proceso formativo (Pacheco, 2004; Perlaza et al., 2023). El presente estudio se propone analizar y contrastar las metodologías de entrenamiento empleadas por dos instituciones con reconocida trayectoria en la formación de talentos en Sudamérica: el Club de Regatas do Flamengo de Brasil y el Club Santoto de Tunja, Colombia.

La formación integral de jóvenes talentos requiere una aproximación que exceda la mera repetición técnica. Se trata de un proceso multifacético que debe integrar de manera sinérgica dimensiones físicas, técnicas, tácticas, psicológicas y sociales (Bettega et al., 2015; Perlaza et al., 2023). Mientras que el contexto futbolístico brasileño, ejemplificado por Flamengo, se ha asociado históricamente a un modelo de formación que enfatiza la creatividad, la toma de decisiones bajo presión y la adaptación precoz a la competición, el entorno colombiano, representado por el club



Santoto de Tunja, suele reflejar una evolución metodológica caracterizada por la combinación de métodos analíticos de naturaleza tradicional con aproximaciones más modernas y de carácter global (Merchán, Flórez & Caro, 2017).

Esta investigación persigue la profundización en las especificidades de cada modelo. El alcance del análisis incluye no solo el inventario de ejercicios ejecutados en campo, sino también la exploración de los factores culturales inherentes, las edades de inicio en el proceso formativo principalmente de los 12 a los 15 años, la estructura tipológica de las sesiones y la calendarización competitiva que definen la filosofía institucional de cada club. El objetivo específico es analizar las características, los fundamentos teóricos y las implicaciones prácticas de las metodologías de calentamiento tradicionales en contraste con las Nuevas Tendencias en la Pedagogía del Deporte (NTPE) aplicadas en el fútbol brasileño, con el fin de determinar su vigencia y relevancia actual en el entrenamiento deportivo de élite y base. La comprensión detallada de estas diferencias y convergencias es fundamental para enriquecer el debate pedagógico en el fútbol base y para identificar las mejores prácticas que pueden optimizar la formación integral del deportista.

Este análisis de la literatura parte de la experiencia significativa que se vivió con la misión académica a Río de Janeiro en Brasil del año 2025, la cual nos permitió comprender de primera mano cómo se vive el deporte en la cultura de este país suramericano, con la visita a la universidad católica de Río de Janeiro donde se estudiaron cuatro palestras para el complemento de nuestra revisión narrativa, y donde la visita al club regatas de flamengo nos permitió vivir la experiencia de conocer uno de los clubes deportivos más grandes y mejor organizados a nivel mundial.



Planteamiento del Problema

El fútbol es, en su esencia, un deporte colectivo maravillosamente complejo, dinámico y lleno de giros inesperados. Su naturaleza cambiante exige que los jóvenes jugadores no solo sean rápidos o fuertes, sino que desarrollen una alta capacidad para pensar y resolver problemas de manera efectiva bajo presión. Visto como un sistema vivo, el fútbol une dimensiones técnicas, físicas, tácticas y emocionales que requieren una forma de enseñanza cuidadosa, que respete cada etapa de crecimiento y ofrezca experiencias de aprendizaje conectadas con la realidad del juego.

Lamentablemente, por muchos años, la enseñanza del fútbol en regiones como Sudamérica ha estado demasiado influenciada por una mentalidad centrada en el espectáculo y la búsqueda del éxito inmediato. Esto ha llevado a que los modelos de formación castiguen, en lugar de cultivar, el talento. Se ha priorizado la repetición mecánica de ejercicios técnicos sin contexto, limitando la capacidad de los niños y jóvenes para pensar el juego de manera integral. En esencia, se les enseña a ejecutar órdenes en lugar de a tomar decisiones.

Frente a esta forma de ver el entrenamiento, la Pedagogía del Deporte (PE) ha evolucionado hacia una visión más humanista y moderna. Esta nueva escuela promueve metodologías que realmente valoran que el jugador comprenda el "por qué" y el "para qué" de cada acción. Las llamadas Nuevas Tendencias en la Pedagogía del Deporte (NTPE), con enfoques como el entrenamiento global-funcional o los juegos modificados, han demostrado ser mucho más eficaces, mejorando el conocimiento táctico, la motivación y la participación activa de quienes practican el deporte (Bettega et al., 2015; Perlaza et al., 2023).

A pesar de que la teoría es clara, existe un desafío crucial: aún sabemos muy poco sobre qué está ocurriendo realmente en los campos de entrenamiento. Hay una escasez notable de estudios prácticos en países como Brasil y Colombia, que analicen si estas metodologías modernas están siendo aplicadas en la vida real (Merchán, Flórez & Caro, 2017).



Un momento clave en el entrenamiento es el calentamiento. Más allá de ser solo una preparación física para prevenir lesiones, este espacio debería ser aprovechado como un momento de enseñanza. En lugar de ser solo estiramientos y carreras sin sentido (Pacheco, 2004), el calentamiento debe integrarse a la lógica del fútbol, estimulando la mente del jugador junto con el cuerpo.

El problema de fondo es la duda sobre la aplicación: En un escenario donde el conocimiento práctico es escaso y la inercia del modelo tradicional es fuerte, necesitamos saber qué sucede en esta fase fundamental. ¿Los clubes siguen utilizando calentamientos tradicionales y descontextualizados, o han logrado incorporar las NTPE mediante ejercicios que fomentan el juego, la toma de decisiones y la autonomía del joven deportista?

Para arrojar luz sobre esta brecha entre el discurso y la práctica, esta revisión narrativa se centrará en responder la siguiente pregunta:

¿Qué metodologías de calentamiento se han documentado y empleado en el entrenamiento del fútbol en Brasil y Colombia entre los años 2015 y 2025, y qué tan cerca o lejos se encuentran de las Nuevas Tendencias en la Pedagogía del Deporte (NTPE)?

Objetivo

Analizar las metodologías contemporáneas de calentamiento en fútbol formativo de 12 a 15 años desde la perspectiva de las nuevas tendencias en pedagogía del deporte, Identificando componentes clave transferibles desde la experiencia de la misión académica a Brasil que permitan impactar positivamente en el desarrollo integral del futbolista en formación.



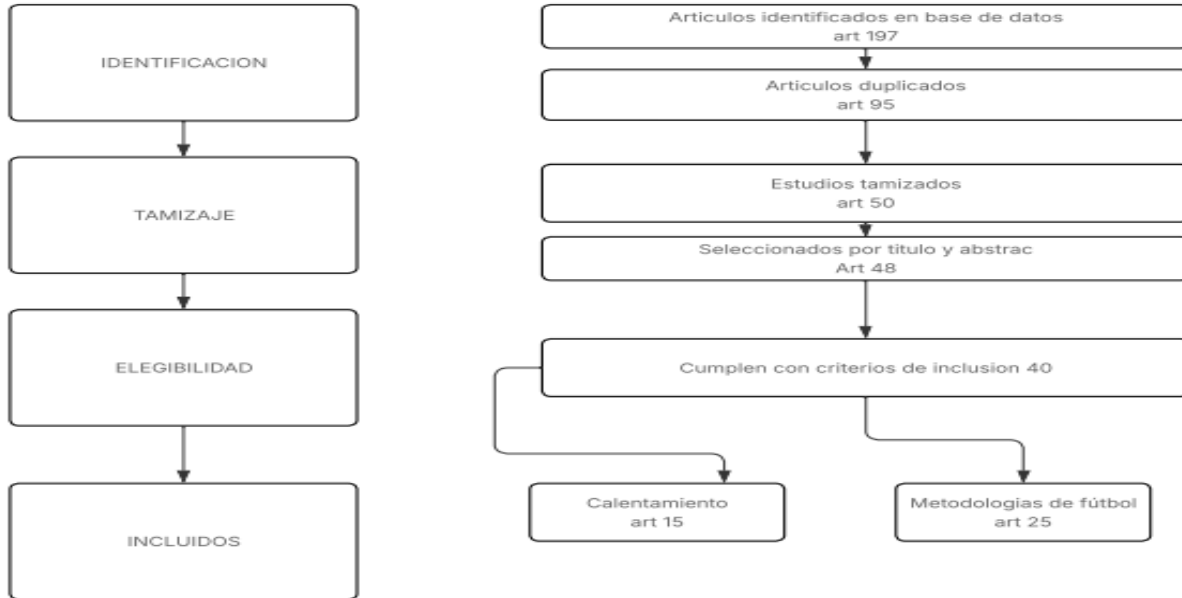
Análisis bibliométrico

Descripción del proceso de búsqueda y análisis bibliométrico Selección y validación de palabras clave se utiliza un método PRISMA adaptado para revisión narrativa, se identificaron las siguientes palabras clave: Young, Soccer Player, Warm up, Teaching Methodology y Soccer club, estos keywords fueron más fáciles de consultar en idioma inglés, Tesaurus utilizado DeCS/MeSH para asegurar su precisión terminológica y compatibilidad con los sistemas de búsqueda en bases de datos académicas (Erazo Fonseca 2024).

En cuanto a la ecuación de búsqueda se construyó la siguiente ecuación utilizando operadores booleanos para refinar los resultados: "Young AND soccer player AND Warm up", la búsqueda se realizó en la base de datos Scopus, Pubmed, Cielo, google académico, reconocidas por su amplia cobertura en literatura científica en el ámbito deportivo y de ciencias de la salud. Resultados de la búsqueda y filtrado Resultados iniciales: Se encontraron un total de 197 documentos Límite por año de publicación últimos 10 años, Tipo de documento artículos científicos, revisiones, enfoque en juveniles. Documentos seleccionados, tras el filtrado, se eligieron 40 documentos relevantes (Violet 2025), para el análisis bibliométrico y la revisión narrativa.



ANÁLISIS BIBLIOMÉTRICO



Metodología del entrenamiento en el fútbol

El proceso de enseñanza en el entrenamiento de fútbol formativo está guiado por metodologías que más allá de simples conjuntos de ejercicios, representan concepciones filosóficas y pedagógicas sobre cómo se aprende y cómo se debe enseñar el juego. Tradicionalmente Basantes, L. M. y Parra, L. D. (2025), estas metodologías se han clasificado en tres grandes enfoques como es el enfoque analítico, global y mixto, cada uno con implicaciones profundas en el desarrollo del joven futbolista (Sans & Frattarola, 2006;Díaz, M. D. & Marmolejo, O. D. 2024), el predominio del método mixto predomina en los clubes de Tunja como lo cita (Merchan Osorio et al. 2017), el cual puede ser un contraste con las bases en Brasil (Paula et al. 2020). (Sanchez Clao et al. 2023), propone entrelazar los diferentes métodos para el desarrollo integral del futbolista en formación.



Método Analítico

También conocido como tradicional, se caracteriza por la fragmentación del juego en sus componentes técnicos más básicos (Pacheco, 2004). En esta aproximación, acciones motrices como el pase, el control, el regate o el remate se entrenan de forma aislada, repetitiva y desprovista de la oposición y los problemas tácticos que caracterizan el juego real. Los ejercicios son altamente estructurados, con poca variabilidad y con respuestas motoras preestablecidas, priorizando la corrección y perfeccionamiento de la acción motriz por encima de todo (Sans et al., 2006).

Si bien este método puede ofrecer una mejora aparente en la ejecución técnica en entornos controlados, su principal crítica radica en la dificultad para transferir el aprendizaje al contexto de partido. Como señalan (Bettega et al. 2018), existe una contradicción inherente cuando los entrenadores evalúan a los jugadores en competición basándose casi exclusivamente en sus decisiones tácticas, después de haber dedicado la mayor parte del entrenamiento a repetir técnicas de forma analítica. Este enfoque, arraigado en el trabajo empírico, concibe el aprendizaje como una transmisión lineal de conocimiento del que sabe cómo el entrenador, al que está aprendiendo como el jugador, limitando la autonomía y la creatividad del deportista (Scaglia et al., 2021).

Método Global

En contraposición al anterior, el método global, también denominado integrado o comprensivo, antepone la situación de juego como el núcleo central del aprendizaje. Bajo esta lógica, la técnica no se entrena como un fin en sí mismo, sino como un medio para resolver los problemas tácticos que surgen en contextos de juego modificados, entre los cuales se encuentran ejercicios como los juegos reducidos, juegos de posición, etc. (Chow et al., 2013; Aquino et al., 2015).

La enseñanza que explica este método se basa en la práctica en situaciones de juego real y simuladas con espacio, número de jugadores, reglas, para diseñar tareas representativas que



reproduzcan los problemas que se generan en los encuentros deportivos. Esto fomenta en el jugador la toma de decisiones, la percepción y la adaptación, desarrollando simultáneamente la técnica, la táctica y los aspectos condicionales de forma inseparable (Garganta, 2009; Perlaza et al., 2023). Los estudios demuestran que este enfoque no solo mejora el rendimiento táctico (Aquino et al., Metodologías de la enseñanza en el fútbol de Brasil: entre lo tradicional y lo contemporáneo.2015), sino que también genera mayor motivación, disfrute y participación por parte de los jóvenes futbolistas (Francisco, Campinas & Miguel, 2020; Espitalher & Navarro, 2014).

Método Mixto

En la práctica, el método más comúnmente reportado, especialmente en contextos como el colombiano, es el método mixto (Merchán et al., 2017). Este busca tomar lo mejor de los métodos anteriores, inicia con ejercicios analíticos para corregir o introducir un fundamento técnico específico, para luego aplicarlo en situaciones de juego real.

Si bien esta aproximación parece sensata, conlleva un riesgo significativo: la desconexión pedagógica. La transición de una fase analítica, descontextualizada y repetitiva, a una fase global, caótica e impredecible, no es automática ni natural para el jugador. A menudo, el gesto técnico "perfecto" del ejercicio analítico se desvanece bajo la presión del juego, ya que no se aprendió bajo esas condiciones (Bettega et al., 2018). La efectividad de este método depende críticamente de la habilidad del entrenador para crear puentes significativos entre ambas fases, algo que no siempre se logra.



Metodología en las escuelas de formación en Colombia

Las escuelas de formación de fútbol en Colombia se caracterizan por una evolución constante y una tensión productiva entre los métodos tradicionales y los enfoques modernos e integrales. Este ecosistema formativo no es homogéneo y está influenciado por factores culturales, recursos disponibles y la formación académica de los entrenadores, lo que resulta en una evolución constante de prácticas que van desde lo analítico hasta lo global. A nivel general, predomina una práctica metodológica basada en el método mixto, tal como lo identificaron Merchán, Flórez y Caro (2017) en su estudio de metodologías en fútbol en Tunja. Este enfoque combina elementos del método analítico donde los fundamentos técnicos como el pase, el control o el driblin se trabajan de forma aislada y repetitiva con situaciones de juego real las cuales buscan integrar estos elementos en contextos de juego.

Sin embargo, este método encierra una contradicción fundamental, también documentada en la literatura. Bettega et al. (2018), al estudiar las concepciones de los entrenadores de base, encontraron que, aunque en la planificación y el entrenamiento se prioriza y fragmenta el trabajo técnico, en la evaluación de los partidos el juicio de los entrenadores y/o directores técnicos se centra casi exclusivamente en el rendimiento táctico y la calidad de las decisiones de los jugadores, restándole importancia a la ejecución técnica aislada. Esto sugiere una desconexión entre lo que se enseña en el entrenamiento y lo que realmente se demanda y vale en la competición, un desfase pedagógico que puede limitar el desarrollo óptimo del futbolista.

Surge entonces un desafío metodológico crucial, la descontextualización del aprendizaje técnico. Cuando la técnica se entrena de forma analítica y excesivamente repetitiva, fuera de los problemas tácticos que le dan sentido, se dificulta su transferencia efectiva al juego real. Los jugadores pueden ejecutar un pase perfecto en un ejercicio estático, pero fallan al decidir y ejecutar bajo la presión espacio-temporal de un partido. Autores como Chow, Davids, Button y Renshaw (2013) abogan por una "pedagogía no lineal", donde el aprendizaje se facilita mediante la



manipulación de constreñimientos (espacio, número de jugadores, reglas) en tareas representativas del juego, esta transición hacia metodologías más integrales es aún incipiente en el contexto colombiano. Si bien existe un creciente reconocimiento y conocimiento de los métodos globales por parte de los entrenadores (Merchán et al., 2017), su aplicación sistemática choca con barreras culturales y estructurales.

Metodología en las escuelas de formación de Brasil

El fútbol de Brasil, siempre se ha reconocido por su talento, creatividad y su expresión técnica, pero hoy en día, enfrenta una realidad en sus procesos de formación donde la cultura de lo innato tiende a desaparecer con la implementación de pedagogías modernas y sistemáticas que están ganando rápidamente un lugar a nivel mundial. Durante largo tiempo la idea que el jugador “nace no se hace” ha estado inmersa dentro de la cultura general del futbolista brasileño, e incluso de los entrenadores que en su gran mayoría son ex jugadores de fútbol, esto hacía que centraran sus métodos en buscar perlas brillantes – esos niños con un "don" innato – mientras descuidaban la formación de todos los demás. Como bien señalan (Silva y Oliveira 2021), esto puede ser un elemento excluyente dentro de la gran cultura futbolística de este país sur americano, además de que los pequeños talentos solo se limitan a realizar repeticiones de un gesto técnico, olvidando por completo que se están formando personas para una sociedad lo que lleva a priorizar el resultado inmediato, como ganar un torneo infantil, sobre el desarrollo integral del niño. Incluso en estudios como el de Filgueiras (2013) con la categoría Sub – 8 busca determinar lo que realmente el niño está aprendiendo más allá de solo anotar goles.

Por suerte hoy en día se está creando alrededor del fútbol de Brasil una nueva ola, inspirada por las nuevas tendencias de la pedagogía del deporte en donde los entrenadores enseñan a sus pequeños futbolistas a ser más inteligentes más humanos y no cerrar solo una idea individual del juego sino que también que sean conscientes de que pertenecen a un colectivo y para ello se propone juegos en conjunto simulando acciones reales de juego para la toma de decisiones en



momentos clave, Un estudio revelador de Bettega et al. (2018) mostró la esquizofrenia que viven muchos entrenadores de base: al planificar los entrenamientos, caen en la vieja costumbre de dividir el juego en partes y entrenarlas por separado. Donde el entrenador es como un director de orquesta donde solo da indicaciones de sube, baja, pasa, ábrete, castrando la posibilidad que los niños sean los protagonistas y donde no se entiende que el fútbol es un conjunto y no acciones que se trabajan por separado

A pesar de los avances teóricos y del auge de la tecnología en el ámbito deportivo, aún persisten grandes desafíos en la cultura futbolística brasileña. Un estudio reciente de Santos et al. (2023) ofrece una evidencia clara de esta situación: tras realizar una revisión de la producción científica nacional sobre enseñanza, vivencia, aprendizaje y entrenamiento del fútbol entre los años 2001 y 2021, los autores identificaron únicamente 12 investigaciones publicadas en revistas brasileñas. Esto pone de manifiesto que las metodologías tradicionales de enseñanza del fútbol aún predominan en los contextos formativos, dificultando la evolución del futbolista y limitando un enfoque integral orientado al desarrollo humano, más allá del rendimiento o la búsqueda del gol.

Pasantía internacional Rio de Janeiro 2025; Vivencias en torno a la preparación deportiva integral.

En pocas ocasiones se tiene el privilegio de realizar los procesos investigativos con una pasantía internacional y para nuestra revisión narrativa este privilegio se nos presentó en la ciudad de Rio de Janeiro donde en por algunos días pudimos observar cómo es el desarrollo deportivo desde el punto de vista académico y también con la vivencia en el corazón del deporte brasilero en el club regatas de flamengo.



Descubrimientos en el Corazón del deporte de Brasil

La Activación Inicial: Mucho Más que Calentar Músculos

Este postulado hace referencia a como en el deporte de Brasil se ha transformado el tradicional calentamiento en una auténtica herramienta de preparación mental. Como lo citan Weinberg y Gould (2019), esta fase representa también una oportunidad única para que los deportistas se preparen también en su parte mental previo a la competencia, el cual se aleja de los conceptos analíticos que han predominado en el deporte de vieja data (Santos et al., 2023), en esta experiencia pudimos evidenciar de primera mano cómo la preparación mental y física previa a la fase central juega un papel muy importante dentro de la estructura deportiva en Brasil.

Estos ejercicios permiten que los deportistas involucren factores técnicos y algunos tácticos dentro de la fase de calentamiento y esto lleva a que la mente tome estos como reguladores emocionales de alta efectividad, (Romero-Moraleda, B., Cuéllar, Á., González, J., Bastida, N., Echarri, E., Gallardo, J., & Paredes, V. (2017).). Los juegos o espacios reducidos en el fútbol permiten asimilar situaciones que se presentan en competencia (Verdú, N. P., Ariño, D. G., & Martínez, J. A. C 2017) y de igual manera afianzar el trabajo en equipo para afrontar la competencia (Faude, O.; Steffen, A.; Kellmann, M., & Meyer, T. et al., 2014). Esta postulación coincide ampliamente por lo citado por Jeffrey (2018), para quien el calentamiento mental es fundamental para las fases centrales de las sesiones de entrenamiento esto quiere decir que se aborda de una mejor manera el objetivo central de las sesiones, (Palazón et al. 2017), (Villaquirán et al. 2022), (Beltrán & Gracia 2022)

La Alimentación como Cimiento del Rendimiento

Para los deportistas y entrenadores en Brasil, la nutrición y la hidratación dejaban de ser aspectos complementarios para convertirse en pilares fundamentales del rendimiento. La literatura especializada ya había alertado sobre la importancia de la nutrición previa al ejercicio para



garantizar reservas energéticas adecuadas y un estado de hidratación óptimo (Kerksick et al., 2018), (Collins et al., 2021) Esta premisa se traducía en protocolos específicos que aseguraban que sus jóvenes talentos llegaran a cada sesión con los depósitos de energía necesarios para afrontar incluso la fase de activación con la máxima intensidad (Rothschild et al., 2020), (Desbrow et al. (2019) aspecto crucial en un deporte de características intermitentes como el fútbol (Collins et al., 2021).

Dentro de nuestra visita nos resultó revelador comprender cómo una hidratación inadecuada, incluso en niveles aparentemente mínimos, podía comprometer seriamente las capacidades cognitivas y la toma de decisiones durante los ejercicios técnico-tácticos del calentamiento (Judge et al., 2021). Esta comprensión integral del binomio nutrición-rendimiento evidencia que, en entornos de élite como el observado, la educación alimentaria se transforma en un componente indispensable que permite que la activación inicial cumpla plenamente sus objetivos tanto fisiológicos como pedagógicos (Desbrow et al., 2019).

Más Allá del Campo

Los eSports y sus Sorpresivas Sincronías

Para nosotros como entrenadores o personas involucradas dentro del deporte es importante para estar a la vanguardia y comprender que los deportes electrónicos como una legítima expresión de competencia de alto nivel, las recomendaciones existentes para implementar actividades sistemáticas que prevengan afectaciones a la salud (Rudolf et al., 2020) completan un escenario que refuerza mi convicción acerca de que la preparación para la competencia, sin importar su naturaleza, demanda siempre de procesos integrales y metódicos que igual involucran fases de la sesión de entrenamiento..



Reflexiones Finales de la Experiencia:

Nuestro paso por Río de Janeiro como pasantía internacional nos dejó una enseñanza profunda: la excelencia en la formación futbolística, tal como la práctica el Flamengo, emerge de un ecosistema donde convergen armónicamente metodologías pedagógicas innovadoras, principios modernos de acondicionamiento físico y sistemas de apoyo como la nutrición y la preparación psicológica. Este "Modelo Flamengo" que pudimos observar directamente parece resolver las desconexiones pedagógicas identificadas en la literatura (Bettega et al., 2018), integrando en un todo coherente los aspectos físicos, técnicos, tácticos y mentales, transformando así la simple activación física en el primer eslabón de una sesión de entrenamiento inteligente.

La estructura física, organizacional y metodológica del club regatas de flamengo, nos permite no imitar lo que se realiza en tan prestigioso club, porque definitivamente los contextos sociales y económicos son muy diferentes entre Colombia y Brasil, pero sí tomar esta experiencia como guía de lo que podemos establecer en nuestro contexto, y con esto fortalecer la estructura deportiva en Colombia.

Integración de lo teórico a la experiencia vivida en la pasantía:

la experiencia vivida en brasil durante la misión académica a Río de Janeiro no se asume como un simple relato de describiendo cada una de las experiencias, sino que también nos permite tener un insumo analítico que se articula directamente con los hallazgos encontrados en la revisión de la bibliografía de nuestra revisión narrativa mediante las observaciones en club regatas de flamengo y las diferentes palestras de la Universidad Católica de Río que permite contratar los postulados teóricos de las nuevas tendencias de la pedagogía del deporte y su aplicación en el contexto real donde la fase de calentamiento juega un papel importante para activar el organismo tanto para una fase central como para la competencia. de esta manera se puede decir que en el contexto brasilero la activación se interpreta como una manifestación práctica de enfoques globales y no lineales



como lo describen Chow et al. (2013) y Bettega et al. (2018), posibilitando un análisis más articulado entre lo teórico y práctico.

Discusión

Al analizar la bibliografía y teniendo como base la visita a club regatas de flamenco en cuanto a los hallazgos encontrados podemos observar una ruta formativa entre prácticamente dos visiones, por un lado, los modelos tradicionales del calentamiento los cuales utilizan ejercicios analíticos y descontextualizados con las necesidades modernas del deporte de rendimiento Tapia Aulestia B.A. (2022) y por otro, irrumpen con fuerza propuestas contemporáneas alineadas con las Nuevas Tendencias en Pedagogía del Deporte. (Gutiérrez-García et al. 2021) Esta dualidad se manifiesta de manera particular en el contexto brasileño, donde, pese a la resistencia de prácticas tradicionales en categorías de base, se aprecia un notable avance hacia metodologías que entienden la activación.

Lo más importante de estos enfoques integradores es que trascienden por la optimización del rendimiento inmediato. En realidad, se configuran como espacios formativos que privilegian el desarrollo de la autonomía, la capacidad decisional y los vínculos grupales, resonando así con las contribuciones de autores como Bettega y colaboradores (2018) y Chow y su equipo (2013). Aunque los procesos de calentamiento en el fútbol se han estudiado ampliamente aún se requieren más estudios para lograr consolidar una base científica que nos permita determinar que metodología es la más adecuada en el fútbol teniendo en cuenta también los contextos en los cuales se desarrollan los deportistas en formación esto nos permite determinar los aspectos pedagógicos más efectivos entre el trabajo técnico aislado y su aplicación contextualizada en situaciones de juego (León-Narváez et al.; 2022, Macías-Cantos et al.2021; Torres et al.2015 ; Vargas-Cuenca et al.2022). Esta realidad nos lleva a plantear que la transferencia de modelos exitosos, como el observado en Flamengo, debe basarse en procesos de adaptación sensibles a las particularidades culturales, estructurales y formativas de cada contexto, nunca en la mera imitación.



De otra parte el entrenador o formador juega un papel determinante en estos procesos, porque si éste no tiene una constante formación o por otro lado no quiere dejar a un lado las prácticas tradicionales todos los esfuerzos que se hacen por mejorar los proceso formativos en el deporte son en vano, y el fútbol sí que está expuesto a esto debido a que es un deporte muy popular y por ello existen una gran cantidad de entrenadores empíricos que solo siguen lo que ellos aprendieron en su formación como deportista que no son visiones actualizadas del entrenamiento deportivo (Violet, J. M. 2025)

Recomendaciones prácticas

Dentro de nuestra revisión narrativa podemos sugerir o recomendar una serie de aspectos importantes que arroja nuestra revisión bibliográfica:

El calentamiento como espacio pedagógico: El calentamiento debe entenderse como parte fundamental de las sesiones de entrenamiento y de la competencia donde se involucren aspectos técnicos, tácticos, cognitivos y mentales del proceso de entrenamiento.

Incorporar aspectos del fútbol y tareas representativas desde el inicio de la sesión: es importante involucrar juegos en espacio reducido que permite al jugador o deportista en formación reproducir acciones reales de juego que estimulen toma de decisiones, creatividad, comunicación entre otras.

Elementos de activación mental y emocional como elemento clave: estos aspectos juegan un papel importante en la sesión de entrenamiento y las competencias, es importante incluir algunas actividades de concentración, control emocional y disposición colectiva.

Formación continua de los entrenadores, formadores: los entrenadores juegan un pilar fundamental en el proceso de formación deportiva, la capacitación y actualización de los entrenadores permiten un mejor desarrollo de los procesos formativos.



Conclusiones

La revisión evidencia que el calentamiento en el fútbol ha experimentado una transformación sustancial: dejó de entenderse como una secuencia aislada de ejercicios físicos para consolidarse como un espacio pedagógico integrado,

Aun con estos avances conceptuales y con ejemplos sólidos de aplicación en entornos de alto rendimiento, como el Club Flamengo, persiste una distancia notoria entre teoría y práctica en el fútbol formativo de Brasil y Colombia. En estos contextos todavía prevalecen enfoques tradicionales centrados en la repetición mecánica y en una instrucción predominantemente directiva, lo que limita la innovación metodológica.

En el contexto del fútbol formativo de Brasil ya se aplican las nuevas tendencias de la pedagogía en el entrenamiento, lo cual permite que la fase de calentamiento involucre actividades que son relevantes para la fase central de las sesiones de entrenamiento o que permitan una adecuada activación para la competencia.

Para el contexto colombiano apenas se está en esta transición de los métodos clásicos a los métodos contemporáneos del calentamiento en el fútbol, además de ello, al hacer un comparativo no existen medidas científicas de consulta que permitan tener una base de datos de referencia.

El calentamiento se ha convertido en una fase pedagógica integral y para ello se recomienda adoptar el fútbol sala como metodología por su capacidad para integrar simultáneamente componentes físicos, mentales, cognitivos y técnicos tácticos, así como la posibilidad de jugar en espacios reducidos, y alentar la mejor toma de decisiones.

Además de esto es importante que los involucrados dentro del medio del deporte en Colombia se formen adecuadamente para que estas nuevas tendencias de pedagogía en el entrenamiento lleguen realmente al deportista en formación. En conjunto la preparación física y cognitiva del futbolista es realmente importante para que se logre un deportista integral y esto



permite tanto la formación del ser humano como del deportista que en algún momento llegue a un buen rendimiento.

Bibliografía

Álvarez, N. G., Villa, A. S., Gatica, A. P., Rojas, F. C., Adasme, G. P., & Palma, F. H. (2021). Efectos agudos de distintas estrategias de calentamiento sobre el rendimiento físico y las habilidades motrices en escolares. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (42), 18-26. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986328>

Basantes, L. M. y Parra, L. D. (2025). Análisis de los métodos de enseñanza en los campeonatos intercolegiales de Fútbol. Ciencia y Educación, 6(1.1), 25-38. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15867169>

Beltrán, D., & Gracia, Á. (2022). Efecto de un programa de fundamentación, a través de la preparación física, técnica, táctica y de capacidades coordinativas, para la categoría sub 12 del Club Choachí F.C. para participar en el torneo pony fútbol de 2019. Impetus, 16(2). <https://doi.org/10.22579/20114680.913>

Bettega, O., Scaglia, A., Nascimento, J., Ibáñez, S., & Galatti, L. (2018). O ensino da tática e da técnica no futebol: Concepção de treinadores das categorias de base (La enseñanza de táctica y técnica en el fútbol: conocimientos de entrenadores de categorías de formación)(Teaching tactics and technique in football: conceptions. Retos, 33, 112-117. <http://www.revistaretos.org/index.php/retos/article/download/55503/35795>



Chow, J., Davids, K., Button, C., Renshaw, I., Shuttleworth, R., & Uehara, L. (2009). Nonlinear pedagogy: implications for teaching games for understanding (TGfU). TGfU: simply good pedagogy: understanding a complex challenge, 131-143.

<https://eprints.qut.edu.au/28534/1/28534.pdf>

Collins, J., Maughan, R. J., Gleeson, M., Bilsborough, J., Jeukendrup, A., Morton, J. P., ... & Close, G. L. (2021). UEFA expert group statement on nutrition in elite football. Current evidence to inform practical recommendations and guide future research. British Journal of Sports Medicine, 55(8), 416–416.

<https://bjsm.bmj.com/content/bjsports/55/8/416.full.pdf>

Desbrow, B., McCormack, J., Burke, L. M., Cox, G. R., Fallon, K., Hislop, M., ... & Leveritt, M. (2014). Sports Dietitians Australia position statement: sports nutrition for the adolescent athlete. International journal of sport nutrition and exercise metabolism, 24(5), 570-584.

<https://research-repository.griffith.edu.au/bitstreams/c55ea06d-e6bb-52a4-8b04-8b3944ac29c6/download>

Díaz, M. D. & Marmolejo, O. D. (2024). Propuesta metodológica desde el entrenamiento sistémico-complejo para el proceso de aprendizaje en el fútbol base.. Recovered from:

<http://hdl.handle.net/20.500.12209/20504>

Espitalher, L. H., & Navarro, A. C. (2014). Aula de futebol: Pedagogia do esporte tradicional x novas tendências em pedagogia do esporte na visão do aluno. RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol, 6(22). <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/download/205/243>

Faude, O.; Steffen, A.; Kellmann, M., & Meyer, T. (2014). The effect of short-term interval training during the competitive season on physical fitness and signs of fatigue: A crossover trial in high-level youth football players. International Journal of Sports Physiology and Performance, 9(6), 936–944. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2013-0429>



Freddy Macías-Cantos, C. I., Anelio Mendoza-Loor, Á. I., & Yeferson Zambrano-Intriago III, P. (2021). Lineamientos metodológicos para la formación de entrenadores de escuela de fútbol en la categoría infantil Methodological guidelines for the training of soccer school coaches in the infant category Diretrizes metodológicas para a formação de treinadores escolares de futebol na categoria infantil. 6(5), 631–643.

<https://doi.org/10.23857/pc.v6i5.2685>

Filgueiras, L. F. A. S. (2013). Analysis of goals as the form team and local Sub-08 Club Flamengo in the state championship organized by the League Riofutsal, module new talent, 2012/Análise de gols quanto a forma e local da equipe Sub-8 do Clube de regatas Flamengo no campeonato estadual da Liga Riofutsal, modulo novos talentos de 2012. Revista Brasileira de Futsal e Futebol, 5(16), 131-139.

<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff>

Fonseca, A. E. (2024). Analizar pruebas físicas y antropométricas en la enseñanza y mejora del fútbol. MENTOR revista de investigación educativa y deportiva, 3(7), 132-146. <https://revistamentor.ec/index.php/mentor/article/download/6728/5967>

Gutiérrez-García, L., Hernández-del Caso, Á., & Asín-Izquierdo, I. (2021). Análisis de los calentamientos pre-competitivos en fútbol amateur y semiprofesional. Revista Iberoamericana de Ciencias de La Actividad Física y El Deporte, 10(2), 79–94.

<https://doi.org/10.24310/riccafd.2021.v10i2.12158>

Jeffreys, I. (2019). The warm-up: Maximize performance and improve long-term athletic development. Human Kinetics. . [DOI:10.5040/9781718214170](https://doi.org/10.5040/9781718214170)

Judge, L. W., Bellar, D. M., Popp, J. K., Craig, B. W., Schoeff, M. A., Hoover, D. L., Fox, B., Kistler, B. M., & Al-Nawaiseh, A. M. (2021). Hydration to Maximize Performance and Recovery: Knowledge, Attitudes, and Behaviors among Collegiate Track and Field



- Throwers. *Journal of Human Kinetics*, 79(1), 111–122. <https://doi.org/10.2478/hukin-2021-0065>
- Kerksick, C. M., Wilborn, C. D., Roberts, M. D., Smith-Ryan, A., Kleiner, S. M., Jäger, R., Collins, R., Cooke, M., Davis, J. N., Galvan, E., Greenwood, M., Lowery, L. M., Wildman, R., Antonio, J., & Kreider, R. B. (2018). ISSN exercise & sports nutrition review update: Research & recommendations. In *Journal of the International Society of Sports Nutrition* (Vol. 15, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12970-018-0242-y>
- León-Narváez, E. A., & Aldas-Arcos, H. G. (2022). Enseñanza del fútbol basada en una planificación integral para la iniciación deportiva. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(2), 351–372. <https://doi.org/10.35381/r.k.v7i2.1948>
- Osorio, M., Flórez Flórez, R. D., & Caro Cely, J. (2017). Métodos de la enseñanza del fútbol en escuelas de formación de la ciudad de Tunja. En Boyacá. *Revista Docencia Universitaria* (Vol. 18, Issue 2). <https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistadocencia/article/download/9147/9386/>
- Pacheco, R. (2004). *La iniciación al fútbol a través del juego*. Paidotribo. <https://www.casadellibro.com.co/libro-la-ensenanza-y-el-entrenamiento-del-futbol-7-un-juego-de-iniciacion-al-futbol-11/9788480196963/936796>
- Palazón, F. J. L., & Sainz de Baranda Andújar, M. del P. (2017). Programas de entrenamiento neuromuscular para la prevención de lesiones en jóvenes deportistas: Revisión de la literatura. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, <http://hdl.handle.net/10201/54241>
- Paula, D. S. M., Mendes, J. C. L., Cunha, A., Machado Júnior, C. A., & Freitas, A. S. (2020). As metodologias do ensino-aprendizagem da tática em escolinhas de futebol de Montes



Claros-MG. En *Educación Física e Ciências do Esporte: Uma Abordagem Interdisciplinar* (Vol. 2). <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/617>

Rivera Echeverry, M., Vera Rivera, J. L., & Ortiz García, M. (2022). Propuesta de intervención del método integral de entrenamiento en el desempeño de jugadores de fútbol adolescentes pre-juveniles (13–15 años). *Revista Educación Física, Deporte y Salud*. https://www.researchgate.net/publication/373269294_PROPUESTA_DE_INTERVENCION_DE_L_METODO_INTEGRAL_DE_ENTRENAMIENTO_EN_EL_DESEMPEÑO_DE_JUGADORES_DE_FUTBOL_ADOLESCENTES_PRE_-_JUVENILES_13_-_15_AÑOS

Romero-Moraleda, B., Cuéllar, Á., González, J., Bastida, N., Echarri, E., Gallardo, J., & Paredes, V. (2017). Efectos del calentamiento en el rendimiento físico y en la percepción psicológica en jugadores semi profesionales de fútbol. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 13(48), 104-116. <https://www.redalyc.org/journal/710/71050358002/html/>

Rothschild, J. A., Kilding, A. E., & Plews, D. J. (2020). What should I eat before exercise? Pre-exercise nutrition and the response to endurance exercise: Current prospective and future directions. *Nutrients*, 12(11), 3473. <https://doi.org/10.3390/nu12113473>

Rudolf, K., Bickmann, P., Froböse, I., Tholl, C., Wechsler, K., & Grieben, C. (2020). Demands and health in eSports: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7326. DOI: [10.3390/ijerph17061870](https://doi.org/10.3390/ijerph17061870)

Sánchez Cálao, S., Ospina Rivera, R., & Villera Coronado, S. (2023). Metodología para el aprendizaje del fútbol en instituciones educativas. *Revista Científica*. <https://doi.org/10.63549/rg.v3i6.327>



Sánchez Sánchez, J., Carretero González, M., & Petisco Rodríguez, C. (2016). El calentamiento en deportes de equipo: revisión y nuevas perspectivas. *Papeles Salmantinos de Educación*, (20), 13–33. <https://doi.org/10.36576/summa.47457>

Sans, A., & Frattarola, C. (2006). *Fútbol base: el entrenamiento en la edad escolar*. Paidotribo. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/ef2c4c61-aa41-46cc-9e81-67790d86e63b/content>

Santos, I. O., Almeida, M. G., Silva, L. F. N., Simarelli, P., & Paes, R. R. (2023). No país do futebol, como se ensina a jogar? Um estudo de revisão. *Pensar a Prática*, 26, e72982. <https://doi.org/10.5216/rpp.v26.72982>

Scaglia, A. J., Costa, V. H. S., Bosco Júnior, J., Misuta, M. S., & Machado, J. C. (2021). Posibilidades y potencialidades técnico-tácticas en diferentes juegos de pelota tradicionales que se juegan con los pies. *Retos*, (39), 312–317. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7595364>

Silva, D. V. A., & Oliveira, R. C. (2021). Futebol, promoção da saúde e projetos sociais. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 13. <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/613339>

Silva, J. A., Santos, R. M., & Oliveira, P. C. (2023). No país do futebol, como se ensina a jogar? Um estudio de revisão sistemática. *Movimento*, 29(1), e29012. <https://doi.org/10.5216/rpp.v26.72982>

Tapia Aulestia, B. A. (2022). Entrenamiento del CORE y el fútbol en deportistas: Revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. https://doi.org/10.37811/el_rcm.v6i6.3551

Torres, H., Carrasco Coca, O. R., Calero Morales, S., García, M., & Chávez Cevallos, E. (2015). *Incidencia de un programa integrado en el desarrollo de las capacidades físicas en la*



etapa preparatoria. Club de Fútbol Independiente del Valle, categoría reserva 2014-2015
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5877915>

Vargas-Cuenca, G. M., & Ávila-Mediavilla, C. M. (2022). Juegos predeportivos como estrategia metodológica en la práctica del fútbol en adolescentes escolarizados. *CIENCIAMATRIA*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8844468>

Verdú, N. P., Ariño, D. G., & Martínez, J. A. C. (2017). Análisis comparativo de la metodología mixta y la basada en juegos reducidos en el fútbol base. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (32), 199-203.
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345751100039.pdf>

Villaquiran, A. F., Vernaza-Pinzón, P., Portilla, E. F. (2022). Calentamiento neuromuscular en la prevención de lesiones en deportistas caucanos. *REVISTA CIENTÍFICA SALUD UNINORTE*, 37(3), 647–663. <https://doi.org/10.14482/sun.37.3.613.2>

Violet, J. M. (2025). *Metodología de la enseñanza del fútbol base, modelos pedagógicos y desafíos: una revisión sistemática* <http://doi.org/10.59659/revistatribunal.v5i13.262>

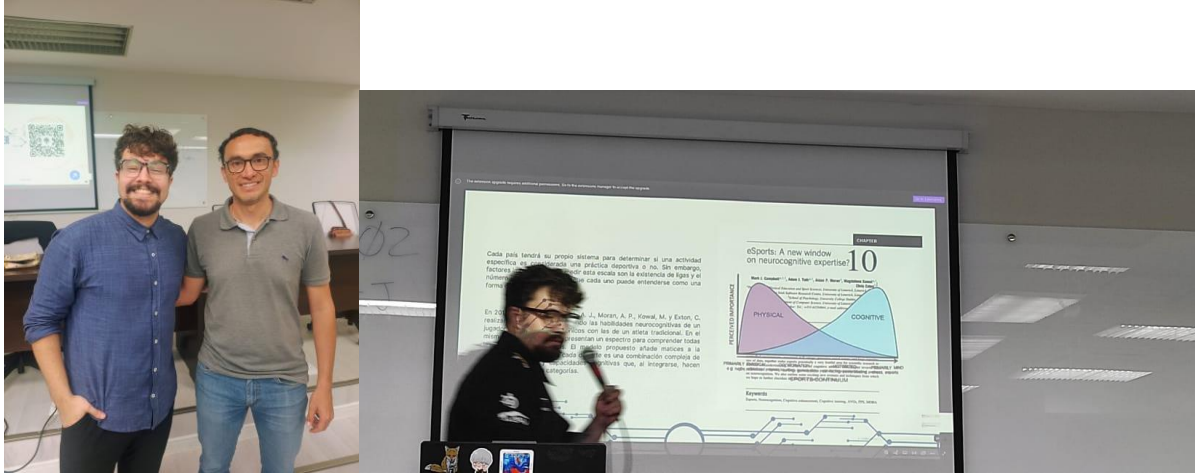
Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics. <https://psycnet.apa.org/record/1995-97587-000>



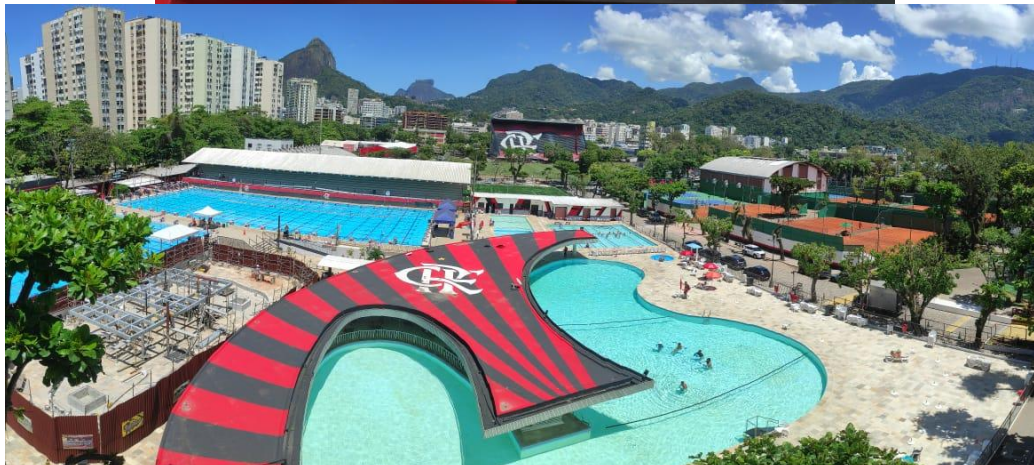
Anexos

**Anexo 1 Fotografias misión académica Brasil, Pontificia Universidade do Rio PUC,
Octubre 2025**





Anexo 2 Fotografías misión académica Brasil, Clube regatas do flamengo. Octubre 2025





Anexo 3 Fotografías misión académica Brasil, practica voleibol playa. Octubre 2025





Anexo 4 Certificado ponencia V encuentro internacional de semilleros de investigación en actividad física deporte y recreación. Octubre 2025



La Universidad Santo Tomás
Primer Claustro Universitario de Colombia

Certifica que:

David Santiago Ramírez García
1.049.643.334

Participó como ponente en el
V ENCUENTRO INTERNACIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

Realizado en la Universidad Santo Tomás seccional Bucaramanga y por SANTOTO SUMMA en modalidad híbrida llevado a cabo del 23 al 24 de octubre 2025 con una intensidad de 16 horas.

Fray Alberto René RAMÍREZ TÉLLEZ, O.P.
Vicerrector Académico

Juan Pablo LEAL RICO
Secretario General

Luis Gabriel RANGEL CABALLERO
Decano Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Activar Wi
Ve a Configurar



La Universidad Santo Tomás
Primer Claustro Universitario de Colombia

Certifica que:

DIEGO ALEJANDRO MARTINEZ MARTINEZ
11.446.486

Participó como ponente en el
V ENCUENTRO INTERNACIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

Realizado en la Universidad Santo Tomás seccional Bucaramanga y por SANTOTO SUMMA en modalidad híbrida llevado a cabo del 23 al 24 de octubre 2025 con una intensidad de 16 horas.

Fray Alberto René RAMÍREZ TÉLLEZ, O.P.
Vicerrector Académico

Juan Pablo LEAL RICO
Secretario General

Luis Gabriel RANGEL CABALLERO
Decano Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Activar Wi
Ve a Configurar



Anexo 5 Certificado actividad complementaria de 40 horas. Noviembre 2025

SANTOTO CLUB DEPORTIVO
Universidad Santo Tomás Seccional Tunja

Hace constar que:

El estudiante **DAVID SANTIAGO RAMÍREZ GARCÍA** con CC **1049643334** aspirante al título de **MAGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**, desarrollo 40 horas de practica con la disciplina de Tenis de Campo (iniciación y formación), en las cuales realizó diferentes actividades dentro de las cuales se encontraban, planeación, dirección, administración de eventos y competencias deportivas.

Se expide para fines pertinentes, a los diez (10) días del mes de diciembre del año 2025.

Cordialmente,

Mg. RODOLFO ARMANDO OCHOA
Coordinador SCD

TUNJA - BOYACÁ - PBX: (608) 744 0404
Campus Centro Histórico: Cll. 19 No. 11 - 64 - Campus Avenida Universitaria:
Edificio Fray Giordano Bruno O.P.: Av. Universitaria Cl. 48 No. 1-235 este.
Edificio Santo Domingo de Guzmán: Av. Universitaria No. 45 - 202
Santoto Services: Centro Comercial Unicentro Tunja, Local 1-106

Reconocimiento deportivo 100-4000-049-2022

El suscrito presidente del
Club de Canotaje la Leyenda

CERTIFICA QUE

El estudiante **DIEGO ALEJANDRO MARTÍNEZ MARTÍNEZ** con CC **31446486** aspirante al título de **MAGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**, desarrollo 40 horas de practica con la disciplina de Canotaje en el nivel de (Iniciación y fundamentación), en las cuales realizó diferentes actividades dentro de las cuales se encontraban, planeación, dirección, socialización de eventos.

Se expide para fines pertinentes, a los diez (10) días del mes de diciembre del año 2025.

Cordialmente,

FREDY PRIETO
Presidente

Calle 5 No 1E 38 colina II Municipio de Guatavita Cundinamarca
Celular: 3133439881 Gmail: canotajaleyleyenda@gmail.com

