

**EL IMPACTO DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA ATLÉTICO  
GARCÉS COMO MEDIO PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

**ENA YAMILE SÁNCHEZ GUTIERREZ**

**Id: 000 136646**

**NILSA YINED SÁNCHEZ MARTINEZ**

**Id: 000146845**

**OSCAR FERNANDO ZAMBRANO PORRAS**

**Id: 000168938**

**Opción de grado**

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS**

**Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte**

**BOGOTÁ D.C**

**EL IMPACTO DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA ATLÉTICO  
GARCÉS COMO MEDIO PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

***ENA YAMILE SÁNCHEZ GUTIERREZ***

Id: 000136646

***NILSA YINED SÁNCHEZ MARTINEZ***

Id: 000146845

***OSCAR FERNANDO ZAMBRANO PORRAS***

Id: 000168938

Opción de grado

**Magister**

***MILTHON JAVIER BETANCOURT JIMÉNEZ***

Tutor

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS**

**Licenciatura en Educación, Física Recreación y Deporte**

**BOGOTÁ D.C**

## AGRADECIMIENTOS

Agradecimiento a Dios por permitirnos llevar a término este proyecto de investigación, dándonos la oportunidad de lograr los objetivos y metas propuestas, como también nos ofrece una salida para aquellos obstáculos presentados en el transcurso de éste, iluminando nuestro camino, llenándolo de sabiduría para culminar nuestro proceso académico aportando a la transformación de la sociedad, así mismo agradecemos aquellas personas que contribuyeron de una u otra forma al desarrollo del trabajo de investigación, ya que sus aportes fueron de gran ayuda.

## DEDICATORIA

Este proyecto, su realización y su posterior resultado, dentro del objetivo de la culminación de una primera etapa de preparación personal e intelectual, son el resultado de la unión de muchos esfuerzos por parte de las personas más cercanas a nosotros, nuestros padres, MARÍA NELCY MARTINEZ PIÑEROS, RAÚL ANTONIO SANCHEZ GUATAVITA, VILMA ZAMBRANO, EDURADO HERRERA, ALBERTO SANCHEZ, DILIA GUTIERREZ mi hermana EMILCE SANCHEZ GUTIERREZ por su apoyo incondicional que nos ha brindado, por que siempre ha estado en el momento preciso, por que sus aportes fueron de gran ayuda, a mi hija LAURA HERNANDEZ SANCHEZ por que es mi fuente de inspiración y motivación de salir adelante, además a los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, Gracias a todas estas personas por su apoyo, animo y consejos que contribuyeron a la realización de éste proyecto

ACEPTACION DE JURADOS

NOTA DE ACEPTACIÓN

---

---

---

---

FIRMA DE JURADO

---

FIMRA DEL JURADO

## RAE

**TIPO DE DOCUMENTO:** Proyecto de Grado

**Acceso al documento:** Corporación Universitaria Minuto de Dios

**Título del documento:** **EL IMPACTO DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA ATLÉTICO GARCÉS COMO MEDIO PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

**Autor(es)** Ena Yamile Sanchez Gutierrez

Nilsa Yined Sanchez Martinez

Oscar Fernando Zambrano Porras

**Director** Milthon Javier Betancourt Jiménez

**Publicación** 2014

**Palabras claves:** Tiempo Libre, Recreación, Ocio, Escuela de Formación Deportiva, Juego, Impacto, Deporte Formativo, Formación en Valores.

## 2. Descripción

La presente investigación busco conocer el impacto provocado por la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, en los padres de familia, niños y niñas, con relación al trabajo que se está llevando a cabo, teniendo en cuenta las problemáticas que se presentan en el barrio Garcés Navas, como son: inseguridad, consumo de sustancias psicoactivas, desaprovechamiento de espacios deportivos, por esta razón se logró intervenir y aportar en la solución de éstas, así que, se crea la escuela como medio para que los niños de 6 a 12 años aprovechen el tiempo libre, con el propósito de que participen en actividades lúdicas enfocadas en el Fútbol.

De tal forma, el objetivo es conocer el impacto que ha tenido la escuela y a partir de este,

construir un modelo de escuela de formación deportiva, aportando al mejoramiento de la calidad de vida, contribuyendo al desarrollo integral de los niños y niñas, mejorando la relación entre padres e hijos, formando en valores y hábitos saludables, y para la construcción de éste se elabora una propuesta para el uso adecuado del tiempo libre por medio de la práctica deportiva, promoviendo espacios de integración y participación; y a través del fútbol desarrollar las habilidades motrices, sociales y afectivas, de este modo los niños aprenden y es partir de la experiencia que construyen su conocimiento.

### **3. Fuentes**

**Los referentes teóricos y fuentes usadas se pueden tematizar frente a tres aspectos:**

**Tiempo Libre:** Rundstedt, Martínez, Franch & Martinel

**Recreación:** Leon, Ortegó

**Ocio:** Trilla, Garrido, Dumazedier

**Juego:** Huizinga, Piaget, Groos, Claparede, Rodríguez, Le Boulch

**Metodología de la Investigación:** Grinnell, LeCompte,

**Impacto:** Aedo, Cohen

**Referentes Legales:**

Ley 181 de 1995 Sistema General del Deporte, Resolución 299 del 2009, Constitución Política de Colombia, Plan Nacional de Recreación 2013.

### **4. Contenidos**

Contextualización macro, micro de escuelas de formación del tiempo libre

Descripción de la problemática y sus particularidades

Marco Referencial y Legal de los conceptos Tiempo Libre y Escuelas de Formación Deportiva

Metodología usada dentro de la ejecución de la propuesta

Resultados, prospecciones y conclusiones de la propuesta

Bibliografía Usada

Anexos de las herramientas usadas y de aspectos relevantes de la investigación.

## **5. Metodología**

Este proyecto pertenece al programa de la licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes se recurrió a realizar una investigación cualitativa, aplicada a una población particular. En primer lugar se realiza un diagnóstico a través de la encuesta y entrevista para conocer el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como herramienta para el aprovechamiento del tiempo libre.

De acuerdo a ese impacto provocado, se elaboraron 5 unidades didácticas con 4 sesiones de actividades recreativas, a partir del impacto generado en cada integrante de la escuela de formación deportiva y por ende en la población en general, se propone un modelo de escuela. Durante la realización de la investigación se utilizó el método estudio de caso y descriptivo, donde se conoce un hecho particular en un contexto real, en el cual se describe todo lo que sucede.

Las herramientas aplicadas se pueden sintetizar así:

La encuesta para conocer el impacto que ha tenido la escuela relacionando el antes y después del ingreso de los niños y niñas a la práctica deportiva, y así conocer el punto de vista de los padres de familia sobre el trabajo realizado en ésta.

La Entrevista: se realiza para conocer la opinión, expectativas y sugerencias de los padres de familia; con respecto al trabajo que se está desarrollando, y para categorizar los componentes recurrentes dentro de la propuesta del modelo de escuela de formación deportiva como aprovechamiento del tiempo libre, hábitos saludables, valores, formación deportiva como también integración de padres e hijos.

## **6. Conclusiones**

Las conclusiones se pudieron encaminar hacia tres puntos vitales:

Se evidencia, que las familias son receptivas al trabajo realizado, a las prácticas deportivas orientadas, demostrando interés por hacer parte de este proyecto y como consecuencia se genera la asistencia activa a las prácticas.

Este proyecto contribuye al mejoramiento de la calidad de vida, desarrollo del aspecto social, emocional, intelectual y físico, que favorecen a la formación integral a la vez, se convierte en una alternativa de aprovechamiento del tiempo libre en la población de 6 a 12 años que habita en el barrio.

La respuesta de las familias frente al proyecto deportivo se logro a través de instrumentos de recolección de datos, como son: la encuesta y la entrevista, que arroja como resultado la satisfacción para el entorno social de la creación de la escuela al recuperar el espacio deportivo dándole uso adecuado en sus habitantes para la realización de la práctica deportiva.

**Elaborado por:**

Ena Yamile Sanchez Gutierrez

Nilsa Yined Sanchez Martínez

Oscar Fernando Zambrano Porras

**Revisado por:**

**Fecha de Elaboración del Resumen:** 20 Abril de 2014

## **Contenido**

Introducción	14
1. Contextualización	16
1.1 Macro Contexto	16
1.2 Micro Contexto	18
2. Problemática	20
2.1 Descripción del Problema	20
2.2 Formulación del Problema	22
2.3 Justificación	22
2.4 Objetivos	24
2.4.1 Objetivo General.	24
2.4.2. Objetivos Específicos.	24
3. Marco Referencial	25
3.1 Antecedentes	25
3.2 Marco Teórico	28
3.2.1 Recreación.	28
3.2.2 Ocio.	30
3.2.3 Tiempo Libre.	32
3.2.4 Escuela de Formación deportiva.	34
3.2.5 Deporte.	35
3.2.6 Deporte Formativo.	36
3.2.7 Deporte Recreativo.	38
3.2.8 Juego.	39
3.2.9 Impacto.	42

3.2.10 Características del Desarrollo.	44
3.2.11 Condiciones Esquemáticas.	45
3.2.12 Modelo.	48
3.2.13 El Fútbol que se trabaja en cada nivel.	49
3.2 Marco Legal	56
4. Diseño Metodológico	59
4.1. Tipo de Investigación	59
4.2 Método de Investigación	60
4.3. Fases de la Investigación	61
4.4. Población y Muestra	61
4.5. Instrumentos de Recolección de Datos	62
4.5.1 Encuesta	62
4.5.2 Entrevista.	63
4.5.3 Grupo Focal.	64
5. Resultados	64
5.1 Técnica de Análisis de Resultados	65
5.1.1 Técnica de Análisis de la Encuesta.	65
5.1.2 Técnica de Análisis de la Entrevista.	78
5.2 Interpretación de Resultados	87
5.2.1 Matriz DOFA.	87
6. Conclusiones	96
7. Prospectiva	98
Bibliografía	100
Anexos	104

## INDICE DE TABLAS

Características de 6 a 8 años (Campo 2010)	47
Características de 9 a 12 años (Campo 2010)	48
Fases de investigación (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)	61
Tabla No 1	88
Tabla No 2	88
Tabla No 3	89
Tabla No 4	90
Tabla No 5	91
Tabla No 6	92
Tabla No 7	92
Tabla No 8	93
Tabla No 9	94
Tabla No 10	95

## INDICE DE FIGURAS

No 1 Mapa conceptual Marco Teórico (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)	54
No 2 Mapa conceptual Marco Teórico (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)	55
No 3 Normas que se rige la escuela de formación deportiva Atlético Garcés (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)	58
Gráfica No 1	66
Gráfica No 2	67
Gráfica No 3	68
Gráfica No 4	69
Gráfica No 5	71
Gráfica No 6	72
Gráfica No 7	73
Gráfica No 8	74
Gráfica No 9	76
Gráfica No 10	77

## Tabla de abreviaturas

S.F. Sin Fecha

IDRD Instituto de Distrital de Recreación y Deportes

SPA Sustancias Psicoactivas

## **Introducción**

La presente investigación es sobre el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés para el aprovechamiento del tiempo libre, por tanto, se crea la escuela y a partir de ésta, se realiza un diagnóstico para conocer el punto de vista de los padres de familia sobre el trabajo que se está llevando a cabo, así mismo se conoce por parte de ellos, el impacto provocado por la escuela en la formación deportiva de los niños y niñas.

Teniendo en cuenta, el propósito de la escuela para el aprovechamiento del tiempo libre, se realiza un trabajo en conjunto entre padres de familia y profesores, para lograr construir entre todos un modelo de escuela creando unidades didácticas, con el fin de contribuir en un desarrollo integral aportando en la transformación de esta comunidad, y más en los niños y niñas que merecen una formación global, un desarrollo en todos los aspectos, es decir en lo emocional, intelectual, físico, social y así transmitir y construir conocimiento a través del fútbol, para lo cual el deporte es el medio de enseñanza, en el cual el niño o niña aprende hábitos saludables, valores, siendo este primordial en ellos el respeto, el trabajo en equipo, la integración entre padres e hijos.

Siendo fundamental la participación y acompañamiento de los padres de familia en la formación de los niños y niñas, de tal modo se obtendrán mejores resultados, y esto se evidencia en el componente intelectual, emocional, social y motriz. Por tanto los profesores en formación construyen conocimiento a través de la práctica deportiva, es decir a partir de la

experiencia y acompañada de una reflexión crítica que posibilita la comprensión del quehacer pedagógico, por tal motivo se están aplicando todos los conocimientos adquiridos en el transcurso de la carrera, en beneficio de la comunidad, debido a que se crea la escuela para el aprovechamiento del tiempo libre y a través del trabajo que se ha realizado, se propone un modelo de escuela en pro de mejorar la calidad de vida de los integrantes del presente contexto.

Por tal motivo este proyecto pertenece a la línea de investigación didácticas específicas, corresponde al programa de la licenciatura en Educación Física, Recreación y deportes ya que esta propuesta se basa en buscar estrategias metodológicas para el aprovechamiento del tiempo libre de los niños y niñas de este contexto, a partir de esto, se construye conocimiento, donde los niños y niñas forman parte activa del proceso, como también la acción de cómo se enseña los diferentes temas a desarrollar, facilitando el proceso de aprendizaje, lo que la escuela busca es utilizar métodos de enseñanza que permitan un desarrollo integral.

Así mismo, para la realización de este proyecto se realiza un diagnóstico utilizando la encuesta para conocer el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en la vida de los niños y niñas, como también en padres de familia, relacionando el antes y después del ingreso a la práctica deportiva, estableciendo los beneficios que esta ha aportado, en segundo lugar se aplica la entrevista para conocer la opinión, expectativas y sugerencias del trabajo en la escuela, con esta información que se obtiene se busca proponer un modelo de escuela deportiva para el aprovechamiento del tiempo libre, y con base al análisis de la información arrojada por los padres de familia se procede a elaborar las unidades didácticas que

se realizan a través del juego como herramienta metodológica, con el fin de ser aplicado en la escuela o que sirva de guía para implementación en otro lugar.

## **1. Contextualización**

### **1.1 Macro Contexto**

Para este proyecto de investigación se realizó una búsqueda relacionada con conocer los espacios en donde se desarrollan prácticas deportivas en la localidad de Engativá, cual es el propósito del CONSEJO LOCAL DE DEPORTES (2013), en esta localidad con relación a la recreación, aprovechamiento del tiempo libre y deporte. También conocer lo que realiza el INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES (S.F) con las escuelas de formación deportiva en la ciudad de Bogotá, además se describe las problemáticas actuales del barrio Garcés Navas, el estado socioeconómico de la población y lo que se está desarrollando la escuela de formación deportiva Atlético Garcés.

Según el CONSEJO LOCAL DE DEPORTES (2013), en la localidad de Engativá la junta administrativa local de Engativá “propicia y garantiza espacios de recreación y deporte para el aprovechamiento del tiempo libre y de los espacios encaminados a la actividad física, beneficiando a la comunidad en actividades saludables y recreativas propiciando espacios de integración”, un ejemplo claro es el parque la Florida donde es un espacio para la recreación y deporte en el cual la población va a divertirse, recrear, socializar, hacer actividades en familia y realizar actividad física aprovechando el tiempo libre adecuadamente.

En la localidad de Engativá ofrece espacios para que los seres humanos realicen actividades que le permitan cambiar rutinas laborales o de estudio, para los niños y niñas se diviertan, socialicen, aprovechen el tiempo libre con sus familias, además ejercitan su cuerpo para estar en condiciones saludables a través de la práctica deportiva en dichos espacios, asegurando el bienestar humano y la salud para una mejor calidad de vida.

EL INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES (S.F) “garantiza alternativas complementarias del deporte, la Educación Física y la formación integral de los niños y niñas y jóvenes en la capital y facilita los escenarios del Sistema Distrital de Parques para su funcionamiento” donde las escuelas de formación deportiva avaladas podrán utilizar estos espacios para la formación motriz, cognitivo, psicológico y social, a través de programas educativos con estrategias para la enseñanza del deporte.

De manera que , EL INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES (IDRD), (S.F) en Bogotá funcionan 260 escuelas de las cuales 140 avaladas por el IDRD garantizan procesos formativos y deportivos en toda Bogotá y cerca de 18.000 niños y niñas en la capital del país están inscritos en escuelas de fútbol.

De acuerdo a la escuela de fútbol CLUB DEPORTIVO SALESIANO (S.F) trabaja en “promover la práctica física a través del fútbol, desarrollando seres integrales, fomentando la disciplina, principios y valores que lleven al joven a convertirse en un buen cristiano y un

honesto ciudadano" y además "propiciar en el niño un hábito formativo que se desarrolle en forma progresiva, para potencializar sus capacidades psicomotrices, socio afectivas y cognitivas en los jugadores".

De modo similar, la escuela de Fútbol San Pablo Bogotá (2002), es una academia de carácter formativo, encaminado a promover "la recreación, el deporte, el aprovechamiento del tiempo libre y el mejoramiento de la calidad de vida y de las condiciones sociales de niños y jóvenes, generando sentido de pertenencia, participación y solidaridad". Además es una "alternativa de ocupación del tiempo extraescolar y tiempo libre de la población infantil y adolescente".

Así mismo, el Plan de Desarrollo Bogotá Humana y Proyectos de Inversión IDRD (2012), lleva a cabo el Proyecto de Inversión TIEMPO LIBRE TIEMPO ACTIVO, el cual será desarrollado a través de la oferta Recreo deportiva del IDRD y procesos de participación ciudadana. Apoyando las acciones e iniciativas de las comunidades para el fomento de la práctica recreativa, deportiva y de actividad física, en los diferentes sectores poblacionales.

## **1.2 Micro Contexto**

El Barrio Garcés Navas, pertenece a la localidad decima de Engativa, y está ubicado al occidente de la ciudad. El tipo de población que habita este barrio posee un nivel socioeconómico dos, por tal razón presenta diferentes problemáticas como; la falta de oportunidades laborales y educativas, inseguridad debido a la proliferación de bares, comercio y

ventas ambulantes, como también robos, enfrentamiento de grupos juveniles, barras bravas, venta y consumo de sustancias psicoactivas (SPA).

Por consiguiente la necesidad de ingresos económicos para el mantenimiento del grupo familiar ocasiona que los padres de familia cumplan con un horario de trabajo y no cuentan con el tiempo necesario para dedicarles a su hijos, asimismo los niños al salir de su horario escolar, llegan a la casa y no encuentran una compañía permanente en su entorno familiar, además los hermanos mayores, en edad escolar en vez de asistir al colegio, tengan que dedicarse a trabajos informales, perdiendo así la oportunidad de educarse y de recrearse. También se evidencia un alto porcentaje en el que la mujer está a cargo del hogar, siendo aun más difícil las condiciones de vida, ya que los ingresos son mínimos afectando las posibilidades de mejorar el estilo de vida.

Por tal razón, éste proyecto es una estrategia para que los niños y niñas ocupen el tiempo libre, permitiendo el acceso a la práctica deportiva a bajos costos, brindando una formación integral, posibilitando el crecimiento personal, disfrutando en un espacio sano y agradable.

Por tanto, se crea la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como medio para el aprovechamiento del tiempo libre y orientada en la práctica deportiva para niños de 6 a 12 años, contribuyendo a una formación integral, que le permita al niño el acercamiento a la práctica deportiva, como también la creación de hábitos deportivos, debido a que el fútbol es uno de los

deportes más practicados en el mundo por la mayoría de los seres humanos y cuenta con características especiales que deben ser trabajadas desde edades muy tempranas para cumplir los requisitos que exige el deporte.

El objetivo de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés es servir de apoyo en la utilización adecuada del tiempo libre en actividades deportivas, como también se realiza un trabajo en conjunto con la junta de acción comunal y padres de familia para dar respuesta a una problemática que afecta la formación del niño y niña.

La junta de acción comunal del barrio Garcés Navas actualmente no cuenta con proyectos enfocados al desarrollo del deporte, recreación y cultural, siendo esta escuela la que se destaca por brindar oportunidad a bajos costos para el ingreso de los niños y niñas a la práctica deportiva donde se desarrollan aspectos emocionales, motrices, sociales, intelectuales y además aprovechan el tiempo libre adecuadamente.

## **2. Problemática**

### **2.1 Descripción del Problema**

En primer lugar este proyecto es un sueño hecho realidad para cada integrante de la investigación, desde el inicio del proceso en la universidad, se tenía la idea de crear una escuela de formación deportiva, la cual ofreciera algo distinto a las demás, por consiguiente se

tiene en cuenta las problemáticas que se presentan en este sector, para aportar en la solución de estas, por tanto se cumple con el objetivo que se tenía propuesto, crear la escuela como herramienta para aprovechar el tiempo libre de los niños y niñas del barrio Garcés Navas; con el objetivo de llevar a la práctica el conocimiento construido a lo largo del programa académico, en segundo lugar para la creación se siguen unos parámetros, los cuales son; identificar el lugar donde se va a trabajar, este se escoge debido a que no se estaba dando un uso adecuado, y era más visitado por personas que lo utilizaban para otro fin, como; consumo de sustancias psicoactivas, inseguridad, habitantes de la calle, por tanto no era un lugar apto para los menores de edad, por ende se decide recuperar este espacio para realizar la práctica deportiva y así dar un uso adecuado al tiempo libre a través del fútbol, debido a esta recuperación y la participación activa de los niños y niñas, y padres de familia como también el apoyo de la junta de acción comunal del barrio, y al trabajo en conjunto, se ha logrado aportar al mejoramiento de la calidad de vida de los niños y niñas desarrollando aspectos emocional, social, intelectual, y motriz contribuyendo a una formación integral, y por tanto promoviendo el deporte como aprovechamiento del tiempo libre.

Partiendo de la práctica deportiva como herramienta que facilita a este tipo de población participar y comprender el valor del tiempo libre, disfrutando y sacando provecho de esta, debido a que en este contexto no hay proyectos pensados para el beneficio y contribución de un adecuado uso del tiempo libre, lo cual mejore la calidad de vida, creando propuestas en pro de los niños y niñas que merecen crecer en un ambiente sano, agradable, y seguro, por tanto se quiere conocer el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en

este contexto a través de la encuesta y la entrevista como instrumentos metodológicos para recolectar información.

## **2.2 Formulación del Problema**

¿Cuál es el impacto de la escuela de formación deportiva caso Atlético Garcés como medio para el aprovechamiento del tiempo libre en niños de 6 a 12 años mediante la creación de un modelo de escuela?

## **2.3 Justificación**

El presente proyecto tiene como finalidad conocer el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en el aprovechamiento del tiempo libre de los niños y niñas de 6 a 12 años, manifestado por los padres de familia a través de los instrumentos de recolección de datos sobre el trabajo que se está realizando en la escuela, se está interviniendo en el barrio aportando en las problemáticas presentadas en este contexto.

Por consiguiente, se hace indispensable motivar a los niños y niñas para que inviertan positivamente el tiempo libre, debido a las problemáticas que se presentan en este contexto, teniendo como referencia el *Artículo de la Secretaria de Integración Social ( S.F.)* como la falta de oportunidades educativas, inseguridad debido a la proliferación de bares, comercio y ventas ambulantes, como también robos, enfrentamiento de grupos juveniles, barras bravas, venta y consumo de sustancias psicoactivas (SPA) por tanto se hace necesario la creación de la escuela como medio de uso adecuado del tiempo libre.

Por tanto teniendo como referencia la LEY DEL DEPORTE 181 DE 1995 ART 5 del aprovechamiento del tiempo libre, el cual busca promover un uso adecuado al tiempo libre, con el propósito del disfrute, descanso y complemento de la formación.

De acuerdo a lo anterior, se escoge el fútbol, para utilizar adecuadamente el tiempo libre debido a los intereses y gustos de los niños, también muchos niños practican a diario, ya sea en el parque o en el descanso del colegio por tanto es un deporte que socializa, les inculca el trabajo en equipo, el valor del compañerismo y el respeto.

Algunos psicólogos afirman que el fútbol es una excelente herramienta para alejar a los más jóvenes de las tentaciones de las drogas, la violencia, y el alcohol, debido a que, éstas son las problemáticas que se perciben en este contexto, por esta razón se quiere que los niños utilicen el tiempo libre en el deporte, una alternativa de aprendizaje no solo del deporte sino para que sea aplicado a su vida personal, y así retribuir a la sociedad un cambio, logrando una sociedad más tolerante, solidaria, donde todos se respeten, se refleje el amor por sí mismo y por el otro.

Según Martínez (S.F.) establece que el tiempo libre se debe utilizar adecuadamente, en actividades que sean activas, formativas, creativas o productivas en lo personal, social o cultural. Por tal motivo, es importante ocupar el tiempo libre en actividades recreativas para prevenir depresión, soledad, aislamiento, alcoholismo, drogadicción, enfermedades por sedentarismo, enfermedades crónicas, etc. Dando una respuesta positiva a las problemáticas que se ven

reflejadas en esta comunidad a través de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como una alternativa para el aprovechamiento del tiempo libre.

De ahí que, se tiene como referente los pasos que se deben seguir para la constitución legal de la escuela según el *Instituto Nacional de Recreación y Deporte*, para solicitar el Aval deportivo y ser una escuela organizada, estructurada y comprometida con la transformación social, en pro de contribuir en el desarrollo social, emocional, intelectual y físico de los niños entre los 6 a 12 años, proponiendo un modelo de escuela como medio de aprovechamiento del tiempo libre.

## **2.4 Objetivos**

### **2.4.1 Objetivo General.**

Proponer un modelo de escuela para el uso adecuado del tiempo libre en los niños y niñas de 6 a 12 años de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés mediante el impacto que se ha producido con relación al antes y después del ingreso a la escuela.

### **2.4.2. Objetivos Específicos.**

- 1) Determinar el impacto que ha provocado la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en el aprovechamiento del tiempo libre en los niños y niñas.
- 2) Analizar el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés a partir de los datos recolectados.

3) Diseñar unidades didácticas para la construcción de la propuesta teniendo en cuenta las características del desarrollo del tipo de población a la cual va dirigida permitiendo reforzar los impactos positivos encontrados de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés.

### **3. Marco Referencial**

En los antecedentes relacionados a la investigación y los estudios observados se tienen en cuenta que hacen referencia al aprovechamiento del tiempo libre, en los cuales se abordan temas desde distintos enfoques, de acuerdo a esto se realizó una recopilación de datos de los estudios que aportan y le conciernen a la investigación, observando los diferentes trabajos investigativos donde se retoman varios aspectos que se convierte impredecibles como puntos de partida y referencias para este trabajo.

#### **3.1 Antecedentes**

Para esta investigación se buscaron proyectos de grado que fueran relacionados con el tiempo libre y escuelas deportivas, se inicia la identificación de que Universidades son las que ofrecen el programa de Licenciatura en Educación Física Recreación y Deporte, estableciendo estas universidades, se realiza la visita, dentro de las cuales se encuentra la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia, debido a que está ofrece el programa académico, por ende se encuentra en la base de datos proyectos de grado relacionadas con el tiempo libre, escuelas deportivas entre los años de 1991 y 2008 en la sede Valmaría en la ciudad de Bogotá.

También se encuentra otro proyecto, el cual es *Escuela de formación como alternativa para el tiempo libre* escrita por Valentina Cortes Sierra con fecha Junio de 1997, esta investigación consiste en sugerir pasos operativos en la elaboración de una propuesta para una escuela de formación deportiva con el objetivo de crear un espacio para la actividad física generando descanso y recreación, proponiendo actividades como alternativa para el tiempo libre, en su metodología aplicaron varios estilos de enseñanza como resolución de problemas, asignación de tareas, mando directo, enseñanza recíproca. En la propuesta incluye aspectos social, moral, cognitivo, motriz y socio afectivo.

El siguiente proyecto cuyo nombre es: *El tiempo libre como alternativa educativa* escrita por Irma Patricia Barriga en el año 1991 la investigación consiste en mejorar el acto educativo llevado en la educación física relacionado con el desarrollo personal de las estudiantes mediante el aprovechamiento del tiempo libre escolar, nace como una necesidad primero de resolver diferentes inquietudes relacionadas con la educación en el tiempo libre, donde organizan y realizan actividades lúdicas en el Colegio Eucarístico, con la cual afirman que el tiempo libre es un tiempo que si está latente que se puede aprovechar y por medio de este aprenden muchas cosas que les van a servir a las niñas más adelante como personas.

Además, se encuentra el proyecto de grado *Escuelas de formación deportiva programa de desarrollo y aprendizaje motriz para una escuela de fútbol* escrita por Juan Gabriel Eugenio García en el año 2008 consiste en realizar un ejercicio pedagógico para fomentar el adecuado desarrollo motriz de los niños que acuden a las escuelas deportivas, diseñar, planear y aplicar un

programa de desarrollo motriz que responda a las características y necesidades propias de los niños pertenecientes a la escuela de fútbol Marsella, dar la solución a la problemática social que se vislumbra en la mayoría de escuelas deportivas la práctica formativa no adecuadas a las características de los niños, concluyendo que el proyecto curricular es viable y se puede aplicar a varios contextos y el proyecto trato de dar respuesta a muchas temáticas con el diseño de las sesiones de práctica, pero al parecer diez sesiones son muy pocas para obtener datos o testimonios finales que den cuenta de un adecuado desarrollo motriz y total.

Por último el proyecto de grado llamado “*Una alternativa pedagógica para el uso del tiempo libre del niño Institucionalizado del Instituto Campestre de la Beneficiencia de Cundinamarca escrita por María Consuelo Anzola Espinosa*” en el año 1991 la cual consiste en abordar la problemática del uso del tiempo libre del Instituto Campestre de la Beneficiencia de Cundinamarca, con el fin de elaborar una propuesta a partir de la utilización del mismo en época escolar como una temporada vacacional, como resultado al estudio investigativo se concluyo que era viable y eficaz, adelantar un programa específico de recreación basándose en principios pedagógicos y didácticos que permitiesen la formación del ser humano con valores, dentro del proyecto la metodología utilizada es la investigación acción participativa, el individuo se convierte en un actor social, participando, integralmente en realizar la experiencia al mismo tiempo de desarrollar su propia conciencia social.

Otra universidad en la que se realizó la búsqueda fue la Universidad Libre, en la cual existe el programa académico de Licenciatura En Educación Básica con énfasis en Educación Física Recreación Y Deportes, donde se encontró el siguiente proyecto sobre *jóvenes y tiempo libre*

escrito por *Diana Katherine Hormaza Cortés* y *Lina Viviana Sora Pachón* en el año 2007 la investigación consiste en realizar un programa lúdico en el que los jóvenes inviertan su tiempo libre, el objetivo general es diseñar un programa lúdico que propenda por el aprovechamiento del tiempo libre en los jóvenes de 18 a 20 años en la urbanización Santillana Soacha Cundinamarca, en su metodología implementaron el tipo de investigación proyectiva fundamentada en tres criterios la perspectiva temporal, la amplitud del foco y el ambiente de estudio.

### **3.2 Marco Teórico**

La escuela de formación deportiva Atlético Garcés fue creada para aprovechar el tiempo libre de los niños y niñas de 6 a 12 años del barrio Garcés Navas partiendo de la necesidad de ofrecer espacios y actividades lúdicas que conlleven al disfrute, esparcimiento, socialización, participación e integración, contribuyendo en el niño o niña un equilibrio en su salud física e intelectual, por tanto se emplea ese tiempo libre para promover una formación integral.

Por consiguiente se hace indispensable conocer los temas a desarrollar en este proyecto como lo es; Recreación, Ocio, Tiempo Libre, Escuela de Formación Deportiva, Deporte Formativo Juego, Impacto, el propósito es lograr un adecuado aprovechamiento del tiempo libre.

#### **3.2.1 Recreación.**

Así mismo, Para la escuela de formación deportiva Atlético Garcés es fundamental crear un espacio donde se desarrolle la recreación que es un “proceso de acción participativa y dinámica donde se evidencia disfrute, creación y libertad para el pleno desarrollo de las potencialidades

del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social” según el *Plan Nacional de Recreación (2013)*, por tanto es buscar que los niños y niñas se diviertan, deleiten, disfruten, hacer algo que les guste como es el fútbol a través de la práctica deportiva se puede lograr estos aspectos.

Según el autor Ortegón (citado León, 2000) dice que la Recreación “Es una actividad libre y placentera, que se realiza de manera individual o colectiva, con el fin de darle una respuesta a esa necesidad lúdica y natural del ser humano”.

Uno de los propósitos de la escuela es desarrollar encuentros deportivos en los cuales los niños y niñas y padres de familia se integren, conozcan, diviertan y busca la participación de todo el núcleo familiar para así crear un espacio para recrear no solo a los niños y niñas de la comunidad del barrio Garcés Navas si no también a los padre de familia, esto se refleja en los encuentros deportivos que se organizan especialmente para ellos, con el fin de recuperar, restaurar las energías, animar, relajarse después de jornadas de trabajo.

Según Leon (2000), encuentra en el campo de la recreación gran variedad para aprovechar el tiempo libre, donde el ser humano decide libremente que actividad realizar según su gusto e intereses; produciendo placer, participación, interacción a través del componente lúdico que está inmerso, de tal modo contribuye al desarrollo integral.

Los niños y niñas de 6 a 12 años cuentan con grandes espacios de tiempo libre, por tanto la recreación juega un papel importante porque debe hacer parte de la redistribución del tiempo libre, según la definición de recreación resalta tres aspectos como son la diversión, descanso y desarrollo.

Esta última definición de recreación crea nuevas formas de aprendizaje por medio de la práctica deportiva los niños y niñas adquieren valores para desarrollar individuos integrales y hábitos saludables que contribuyen a mejorar su salud y calidad de vida.

### **3.2.2 Ocio.**

Se involucra el ocio según Dumazedier (citado por Leon, 2000) establece:

“conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesionales, familiares y sociales”.

Es decir que el ocio son diferentes actividades que están inmersas en el tiempo libre, pero estas ofrecen un componente formativo, contribuyendo en la calidad de vida del ser humano.

Por consiguiente, el ser humano tiene diferentes posibilidades de emplear el tiempo libre desarrollando actividades como el deporte, manifestaciones de culturales y artísticas, en este proyecto se emplea el ocio y el tiempo libre en la práctica del fútbol, promoviendo valores y

hábitos saludables, construyendo en el niño y niña aprendizajes significativos que a partir de la práctica y socialización desarrolle sus dimensiones, un trabajo en conjunto que se realiza con padres de familia persiguiendo objetivos en común, con fin de contribuir a la formación de los niños y niñas de este barrio.

Según Garrido (2010), el “Ocio es ese margen de tiempo que tanto anhelamos a veces, ese tiempo que podemos dedicar a aquello que más nos gusta”. De acuerdo a lo que menciona este autor el ocio debe ser activo, en el cual se realicen actividades que son escogidas libremente por el individuo, y que produzcan beneficios para el mejoramiento de la calidad de vida.

De acuerdo con Trilla (citado por León 2000), “el ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, es una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo mismo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo”.

Teniendo en cuenta, la definición anterior de los autores y relacionado con la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, se evidencia que la escuela es un medio de ocupar el ocio en actividades deportivas, las cuales producen elementos esenciales en el desarrollo integral de los niños y niñas. Por ende se aporta al desarrollo integral, promoviendo actividades saludables, que generan alegría, interés por realizarlas, en un ambiente sano y agradable como lo es; la escuela.

### 3.2.3 Tiempo Libre.

En primer lugar, se escoge la escuela de formación deportiva como herramienta para desarrollar las habilidades motrices como intelectuales, psicológicas, sociales y emocionales integrando también los valores, y hábitos saludables todos estos aprendizajes se construyen a través de la práctica deportiva, debido a que, se da un adecuado uso del tiempo libre en los niños y niñas, ya que al estar participando en la escuela y aprovechar el tiempo libre haciendo deporte, le ayuda a consolidar sus bases, ya que es parte fundamental del desarrollo del ser humano, siendo también factor definitivo en la calidad de vida, razón por la cual, se establece como un derecho reconocido constitucionalmente al deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. Además aleja a los niños y niñas de actividades que no le aportan o benefician a su vida, por ejemplo el sedentarismo, violencia, pandillismo, consumo de sustancias psicoactivas, etc.

Puesto que, el tiempo libre; es el que dispone el ser humano para escoger libremente y según su interés alguna actividad que quiera realizar durante ese tiempo, el cual es muy aparte del tiempo que ocupa en sus compromisos profesionales, familiares o sociales. Existen varias definiciones con sus respectivos autores como los que se van a nombran a continuación:

Según Franch & Martinel (citado por León 2000), “el tiempo libre se puede entender entonces, como aquel en el que una persona se encuentra consigo misma, hace aquello que le gusta, se relaciona con los otros, satisface sus necesidades”. Así que, los niños y niñas que participan en la escuela, se observa el gusto por realizar deporte, reflejando interés y compromiso

por hacer los ejercicios organizados, esforzándose, para ser mejor cada vez más, como también la integración con sus compañeros, el trabajo en equipo, el respeto que se evidencia en ellos.

De acuerdo Martínez (citado por Ruiz, Ruiz, Perelló & I, 2003), “aquel tiempo que está en disposición del individuo, fuera de necesidades profesionales, sociales o familiares que puede dirigir a finalidades de descanso, distracción, participación, perfeccionamiento personal, etc”.

Definición de Rundstedt (Citado por Martínez, p: 79), que “el tiempo libre es aquel tiempo que no está ligado a ningún beneficio económico o consagrado al sueño, es decir, el tiempo que nos sobra todos los días después del trabajo, los fines de semana y las vacaciones”. Debido a que es el tiempo que sobra luego de realizar todas las obligaciones, por esta razón, es el tiempo en el cual, se debe aprovechar para beneficio del cuerpo, provocando satisfacción, alegría, integración de tal modo que mejore la calidad de vida. Así mismo la escuela es una herramienta para que los niños en su tiempo libre participen a través de la práctica deportiva desarrollando hábitos saludables, valores y por consiguiente dando buen uso al tiempo libre.

Por tal motivo la importancia del tiempo libre y ocuparlo en actividades de carácter formativa y preventivo; dando así una solución a las problemáticas que se ven reflejadas en esta comunidad.

### **3.2.4 Escuela de Formación deportiva.**

Las escuelas de formación deportivas son estructuras curriculares de carácter pedagógico y técnico encargadas de cubrir la formación física, intelectual, efectiva y social de los niños y jóvenes deportistas; propósito que se logra a través de programas sistemáticos que permiten adquirir una disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses; elegir el deporte como salud, recreación y o rendimiento .

Según Wanceulen (1982) una escuela de formación deportiva es una especial organización de la participación de los jóvenes futbolistas, que tratan con progresión metodológica, el logro de los objetivos físico, técnicos, pero respetando y favoreciendo el natural proceso evolutivo de esos jóvenes.

Partiendo de este punto encontramos que en dicho espacio se derivan dos conceptos importantes que se reflejan en el alumno; es la función social y función técnica que deben ir de la mano para el aporte personal y deportista

En el caso de este proyecto, nace de la idea de tres profesores en formación que contribuyen al desarrollo integral de los niños y niñas de este contexto, ya que se ofrece una escuela con oportunidades de acceso a la práctica deportiva, una escuela, en la cual; el propósito es a través del deporte, aprovechar el tiempo libre y desarrollar hábitos saludables, integración entre padres

e hijos, socialización y construir conocimiento a partir de la experiencia e integración. Al crear una escuela se deben seguir unos pasos para constituir la legalmente. Por tanto se tiene como referente a lo que debe ser una escuela de formación deportiva.

Por esta razón, el INSTITUTO DE RECREACIÓN Y DEPORTE (IDRD) “En primer lugar una “escuela de formación deportiva entendida como; estructuras curriculares de carácter pedagógico y técnico encargadas de contribuir a la formación física, intelectual, afectiva y social de los niños y jóvenes deportistas, propósito que se logra a través de programas sistemáticos que permiten adquirir una disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses, elegir el deporte como salud, recreación y/o rendimiento”, éstas pueden ser de carácter particular y/o institucional”.

### **3.2.5 Deporte.**

El deporte es un espacio en el cual el ser humano adquiere muchos aprendizajes, siendo primordial el cuerpo, mente y movimiento, brinda la oportunidad de demostrar cualidades personales y sociales, así mismo, promueve la superación personal y el dominio de las habilidades, es por eso que el proceso de enseñanza- aprendizaje está centrado en metodologías lúdicas, que van acompañadas de investigaciones, que se refuerzan a partir de los diferentes enfoques o modelos de enseñanza, busca propiciar el interés, la motivación por aprender y mejorar dicha práctica deportiva. Es un deporte para que sea realizado por todos, es decir; sin exclusión alguna. Está formalmente reglamentado, aparte de esto, el ser humano lo utiliza para recrearse, o rendimiento deportivo, es decir ya relacionado lo competitivo.

De acuerdo al autor Cagigal (citado por Romero 2001), dice que el deporte proporciona diversión, espontaneidad, desarrollo del espíritu y del cuerpo a través de ejercicios físicos establecidos por reglas. Además Cagigal y Dumazedier hacen una clasificación del deporte y los dividen en dos que son deporte praxis y deporte espectáculo donde el primero es utilitario, educativo y recreativo, la escuela deportiva utiliza el fútbol como medio educativo para el aprovechamiento del tiempo libre con actividades recreativas con el fin de enseñar hábitos saludables, valores y formación deportiva.

El deporte es lo que complementa al hombre como persona, lo forma y lo educa por medio del deporte el ser humano ha venido evolucionando tanto en lo físico como en lo espiritual, el deporte es limpieza, pureza del ser, da esperanza a las personas no solo a quienes lo practica sino también a quienes ven de este un espectáculo único, en el interactúan tres fuentes importantes que se ven durante el transcurso de nuestra existencia como lo son la energía, audacia y la paciencia que son pilares para la práctica de los deportes y son aplicables a nuestra vida.

Según Giradoux (citado por Alcoba 2001). El deporte es el esperanto de todas las razas, el deporte es una carrera hacia la limpieza, el deporte delega al cuerpo una de las virtudes más fuertes del alma la energía, la audacia y la paciencia.

### **3.2.6 Deporte Formativo.**

Según la Ley del deporte, promulgada en 1995; capítulo IV, artículo 16, establece categorías, en las cuales se manifiesta como se desarrolla el deporte; así que son: deporte social

comunitario, deporte universitario, deporte asociado, deporte competitivo, deporte alto de rendimiento, deporte aficionado, deporte profesional, por consiguiente este proyecto de escuela de formación deportiva pertenece al deporte formativo: en él se incluirán todas las formas del deporte, que se identifiquen en torno al papel del deporte como un medio de formación y desarrollo individual y social. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

El deporte formativo es vital e importante para el desarrollo del niño tanto en el crecimiento de capacidades físicas, psicológicas, cognitivas y sociales las cuales deben responder a las distintas necesidades de los niños que se encuentran en dicho proceso, lo que se debe tener en cuenta durante este proceso es la motivación por parte del profesor hacia el alumno. Es decir que el profesor mas que ser un sujeto que da indicaciones y está enseñando, debe ser una persona con la capacidad de dar animo a sus alumnos teniendo que para la mayoría de los niños y niñas es su primera experiencia deportiva.

Según Florence (1986) (citado por Blázquez 2010) presenta unos datos obtenidos sobre muestras de 21.000 escolares belgas que indican que las preferencias motivacional hacia la práctica del ejercicio físico se centran fundamentalmente sobre propósitos de esparcimiento; en primer lugar por la experiencia placentera que el mismo movimiento proporciona, en segundo lugar por la oportunidad que brinda el ejercicio físico de realizar nuevas experiencias. En consecuencia, podemos decir que para el alumno, en referencia el ámbito de la práctica del

ejercicio físico y el deporte, las motivaciones más importantes son el esparcimiento, el goce, la salud y en suma la autorrealización.

### **3.2.7 Deporte Recreativo.**

Según el autor Martínez (S.F.) este tipo de deporte se basa en aspectos lúdicos, que tiene como fin la diversión, disfrute, participación, socialización e integración, contribución al mejoramiento de la calidad de vida. Es decir no se involucra la competencia o rendimiento deportivo.

Una de las características del deporte recreativo es que durante el juego se pueden hacer cambios de reglas, llegando a acuerdos sin que se dañe la armonía del juego, estos cambios de reglas se hacen para cambiar la intensidad de este; dándole novedad al juego y de esta manera el juego adquiere mayor interés. Otra característica que pueden cambiar durante el desarrollo de la actividad es el material y el espacio.

Según el autor Hernández (2008).El deporte recreativo se presenta como una práctica abierta y lúdica que tiene dos características fundamentales: la cobertura de la interpretación y cambio de las reglas de juego, además nombra unas características, donde el sujeto tiene la actitud de participar, en la práctica recreativa hay que acondiciona los espacios y adaptar las actividades a los materiales disponibles. Según lo anterior durante la práctica deportiva exactamente en los entrenamientos esto se puede implementar asiendo que los niños mediante las actividades recreo deportivas coloquen sus propias reglas de juego.

### 3.2.8 Juego.

La metodología que se utiliza para desarrollar los temas propuestos en la práctica deportiva se llevan a cabo a través del juego como herramienta de enseñanza-aprendizaje, ya que por medio de este se obtiene grandes beneficios y se construye conocimiento, promoviendo una formación integral, por tanto, uno de los autores que ha explorado el significado del juego ha sido Johan Huizinga, (citado por Campo 2010), desde su libro “Homo Ludens” define el juego como una actividad voluntaria que se realiza en un tiempo y espacio determinado, que se acuerdan reglas libremente aceptadas, a través de este se genera alegría, libre de tensión y que es algo diferente de lo que es la vida corriente de trabajo y obligaciones. Por medio del juego los niños y niñas de la escuela se divierten, aprenden y además están invirtiendo adecuadamente el tiempo libre en una actividad voluntaria y además se disponen unas reglas en cada juego para crear un ambiente adecuado libre de discusiones entre los participantes.

Para Piaget, (citado por Campo 2010), juego es una herramienta que ayuda a estimular en el individuo el desarrollo global de la inteligencia moral y además colabora en la adquisición de operaciones cognitivas ya que permite analizar con mayor rigor lo aprendido y extender el conocimiento, su uso hace que la información recibida sea procesada y comprendida por el individuo. Por tanto se realizan juegos donde se le suministra información temas relacionados con la práctica del fútbol con relación a la técnica y táctica donde aprenden y a la vez se divierte.

De acuerdo al psicólogo alemán Groos (citado por Campo 2010), quien afirma que “el juego es un ejercicio preparatorio para la vida adulta, nacido del impulso a la actividad y acompañamiento, el juego para el niño cumple la función de desarrollo de destrezas que más tarde se necesitaran”. Debido a que, es fundamental aplicar esta herramienta en edades tempranas ya que contribuye al desarrollo motriz y es la base para la realización de actividades más complejas en la etapa de adolescencia o adulta, es por eso que se realizan una variedad de juego en niños de 6 a 8 años para el progreso de las habilidades y así aprovecha el tiempo libre mejorando cada vez mas.

Según el psicopedagógico suizo Claparede (citado por Campo 2010), quien define “el juego como una distracción, recreo, descanso, utilizando en el tiempo libre como contraposición al trabajo” y el autor Rodríguez (citado por Campo 2010), define el juego como una “actividad pura, espontanea y placentera que contribuye poderosamente al desarrollo integral del niño”. Los niños y niñas de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés asisten para distraer y aprender por medio de actividades ludicas que los profesores realizan, para así desarrollar en los niños valores que contribuirá en la formación integral del jugador y utilizando el tiempo libre adecuadamente.

Según el autor Piaget (citado por Campo 2010) donde establece:

“tres tipos de juegos de acuerdo a los momentos en que hacen su aparición a lo largo del desarrollo psicológico del hombre: el primero juegos de simple ejercicio o senso-motores:

busca el descubrimiento del mundo, surge como placer funcional y medio para que el niño a través del movimiento madure sus sistema nervioso, el segundo Juegos simbólicos; surge como imitación del mundo circundante, mediante el cual el niño se apropia de una imagen que representa las formas de relación y el tercero juegos de reglas; implica las relaciones de grupo, refleja las reglas de la sociedad, reglas que no implica obligatoriedad de cumplimiento”. (Campo, 2010, p.33).

Por tanto en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés se realizan juegos que desarrollen el sistema nervioso central por medio de comando que genere una respuesta rápida, además se inculca valores que aplica que en esta sociedad tan cambiante.

Le Boulch (1978), (citado por Campo 2010), señala que los juegos motores su principal componente es el movimiento que busca por medio de una series de actividades desarrollar habilidades y destrezas para el mejoramiento de las capacidades físicas coordinativas que enriquece los esquemas motores.

Teniendo en cuenta el autor Greik (citado por Campo 2010), quien nombra unas características del juego: “favorece el desarrollo cognitivo, la capacidad de autocontrol y autodominio, revela la personalidad del niño, los sentimientos, desarrolla la acción comunicativa, facilita los vínculos de relación favoreciendo el desarrollo afectivo”. Por medio del juego los niños, niñas y padres de familia se integra al medio y al entorno social por medio de actividades

que se realizan, donde se busca integrar al niño y al padre de familia, logrando que conozcan a los demás integrantes de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés.

### **3.2.9 Impacto.**

El impacto es el resultado que se espera de un proyecto, ya bien sea impacto positivo o impacto negativo, debido a que en el momento que se inicia un proyecto nos encontramos con diferentes circunstancias las cuales nos hace mirar diferentes puntos de vista. Lo importante de esto es no dejar lo propuesto a un lado y relacionarlo en base a el proyecto según el autor Aedo (2005 ,p.8), “Una evaluación de impacto debe identificar si existen o no relaciones de causa efecto entre el programa y los resultados obtenidos y esperados ya que pueden existir otros factores que ocurren durante el periodo de intervención del programa”

De acuerdo a lo anterior la escuela de formación deportiva Atlético Garcés durante su trayectoria ha impactado desde su inicio directamente a la comunidad, basándonos en las entrevistas y encuestas que se han realizado; cuyos resultados han sido favorables para la formación de adecuados hábitos y para la construcción de una escuela deportiva. El impacto se ve reflejado en varios aspectos entre estos están la recuperación del espacio público dándole a este un uso adecuado, también se está impactando en el aprovechamiento del tiempo libre en los niños y niñas del barrio Garcés Navas, siendo fundamental este proyecto y en el cual nos estamos basando. Según los padres de familia aseguran que gracias a la escuela de fútbol los niños y niñas están implementando el espacio extra escolar y el tiempo libre en actividades lúdico deportivas las cuales son de mayor importancia ya que para estas edades se debe fomentar

el gocé con este tipo de actividades, con el objetivo fundamental que los niños y niñas involucrados en este proyecto participen de manera activa y sacándole el máximo aprovechamiento a este espacio.

Para lograr eficacia e impacto a esta comunidad se ha tenido en cuenta los recursos utilizados en el proyecto no solo se habla de recurso humano que es vital e importante. Se hace referencia al recurso económico y a la organización administrativa que se debe tener para conseguir el objetivo y las metas trazadas. Muchos de los proyectos que se han iniciado y que han dejado de desarrollarse se deben al mal manejo de los recursos disponibles.

Según el autor Cohen (2005, p. 7), en el mismo sentido, afirma que “tanto en el pasado como en la actualidad, los programas sociales han estado lejos de alcanzar sus objetivos. Ello se debe a las notorias deficiencias en el manejo de los recursos disponibles”

Ahora bien la escuela de formación deportiva Atlético Garcés está desarrollando un proceso eficaz ya que se reflejan resultados positivos durante su trayectoria, y el impacto generado hacia los padres de familia se ha manifestado positivamente esto, gracias a una buena labor y trabajo en equipo entre los padres, alumnos y profesores. Quienes han aportado de manera significativa a la construcción de este espacio para el beneficio de la comunidad.

Cuando se habla de impacto se hace referencia a los cambios que se han generado con la implementación del proyecto, pueden ser impactos negativos o impactos positivos como se mencionó anteriormente; afortunadamente y para el beneficio de la comunidad el proyecto ha impactado positivamente, debido a los cambios que han tenido en el núcleo familiar, la convivencia entre padres e hijos y a demás contribuye en el aspecto académico. Puesto que la escuela de formación deportiva ha sido un medio de motivación para que los niños cumplan con sus labores escolares.

Otro impacto positivo es el compromiso que cada uno de los niños ha adquirido en el cumplimiento de cada clase quienes muestran interés en los entrenamientos, llegando temprano a cada clase y con los requisitos que se exigen por parte de los profesores en la higiene y la hidratación.

### **3.2.10 Características del Desarrollo.**

La escuela de formación deportiva Atlético Garcés está estructurada con el fin de trabajar por categorías, las cuales son; adaptación edades comprendidas de los 6 a 8 años, categoría de iniciación niños de 9 a 10 años y la categoría de formación entre los 11 a 12 años.

Por tal motivo, se identifican las características del desarrollo de estas edades, con el propósito de establecer lo que pasa en cada edad, desarrollando las habilidades de los niños en cada edad, potencializando todas sus dimensiones, construyendo una formación integral, como

ya es de saber cada edad maneja una situación y un desarrollo motriz totalmente diferente, por ende no se puede trabajar las mismas actividades físicas para cada categoría.

Por tal motivo para poder abarcar todo el tema de los niños es necesario saber desde su origen del nacimiento; que el niño es un ente activo según (Lino Alonso y Silvio Ventura (S. F.) dicen que desde antes de nacer un niño es un ente activo, y se podría decir que los niños que fueron más activos cuando fetos adquieren más rápido actividades motoras.

Los niños que empiezan a gatear desde más temprano, son niños que tuvieron una actividad motriz más fuerte desde el útero. Sin extendernos mas es claro queremos dejar claro que la importancia de las diferencia de edades es muy importante tenerla en cuenta y más si se va a trabajar la corporeidad en los niños.

### **3.2.11 Condiciones Esquemáticas.**

Según el autor Piaget (citado por Campo 2010) ha descrito los estados de desarrollo humano, de los 6 a 8 años aproximadamente “en esta fase intuitiva, el niño transforma lo real en función de las múltiples necesidades de su “yo” bajo las formas de juegos de simbolismo en donde ayudado por la fantasía, busca imitar todo aquello que le impresiona” Esta etapa es ideal para el desarrollo de juegos imitativos, construye un estímulo que enriquece el esquema perceptivo y operativo. “Desde el punto de vista motor el principal problema en la evolución es el dominio de su motricidad que va desde la simple utilización de su cuerpo a su representación”

“De los 9 a 12 años durante la fase de operaciones concretas, en función del acceso del niño a la realidad, los juegos de imitación, simbólico y de fantasía comienzan a declinar y se va transformando paulatinamente en construcciones adaptadas que exigen una actividad participativa, privilegiando la interacción social donde se respete reglas, al principio respeta aunque no comprenda y será en –el juego donde hallara el perfecto medio de aprendizaje. En estas edades los juegos de equipo y el valor de las reglas son altamente valorados.”

Por otro lado los autores Omecaña y Ruiz (citado por Campo 2010) ilustran en estos grupos de edades el “desarrollo de los aspectos cognitivos, afectivos, morales y motrices en relación con la edad, se basa en diferentes autores en cuanto a los aspectos del desarrollo físico y motriz” autores como (Vayer, Gesell, Ruiz, Zapata Aquino y Vazquez)

### Características del desarrollo de 6 a 8 años

DESARROLLO COGNITIVO	DESARROLLO AFECTIVO	DESARROLLO ÉTICO Y SOCIAL	DESARROLLO MOTOR
Transito desde el subperiodo preoperatorio al de las operaciones concretas (Piaget)	Abandono progresivo del egocentrismo (Piaget)	Cooperación naciente con retroceso al egocentrismo (Piaget)	Incremento de la conciencia postural
Desarrollo progresivo de la capacidad de descentración (Piaget)	Descentración incipiente: comienzo del desarrollo de la capacidad para diferenciar la perspectiva	Construcción progresiva del pensamiento social, lógico y moral (Freud)	Definición de la lateralidad
Semi –		Reflexión y ajuste a las normas sociales (Freud)	Toma de conciencia y progresiva independencia funcional de los segmentos corporales
		Incremento del interés por fijar la posición del yo	Mejora de los factores

reversibilidad en el pensamiento (Piaget) Progresiva integración de elementos y representaciones en conjuntos dotados de coherencia e independencia de la realidad (Piaget)	propia de la ajena (Piaget)	dentro del grupo (Freud)	cognitivos y perceptivos vinculados a las tareas motrices
	Comienzo de un periodo de equilibrio (Gesell)	Las relaciones familiares se tornan más complejas al tiempo que se produce una expansión en la relación con el exterior (Gesell)	Gran avance en la coordinación motora
	Evolución desde la actitud reflexiva (Gesell)	Progreso hacia la valoración de los amigos (Gesell) Gusto creciente por la asistencia al colegio (Gesell)	La motricidad se hace más precisa Incremento global de las capacidades físicas

Características de 6 a 8 años (Campo 2010)

### Características de desarrollo de 9 a 12 años

DESARROLLO COGNITIVO	DESARROLLO AFECTIVO	DESARROLLO ÉTICO Y SOCIAL	DESARROLLO MOTOR
Subperiodo de las operaciones concretas (Piaget)	Equilibrio emocional (Piaget - Freud)	Inclusión sucesiva en diferentes contextos con interés por lo novedoso y por la integración en grupos de iguales (Piaget)	Dominio de la lateralidad Independencia segmentaria Comprensión espacio-temporal
Adquisición del pensamiento inductivo, integrando elementos en totalidades dotadas de sentido (Piaget)	Adaptación del pensamiento moral y lógico al principio de realidad en sustitución del placer (Freud)	Creación de un sistema de valores relativamente fijo (Piaget)	Incremento de la capacidad de coordinación Capacidad de relajación global y segmentaria
Reversibilidad en el pensamiento (Piaget)	Se profundiza en el mundo de las emociones positivas (Gesell)	Ajuste a las normas sociales (Freud) Participación sosegada en la vida familiar (Gesell)	Mejora de la percepción y cognición vinculados a la realización de tareas motrices
	Actitud más	Interés por las relaciones positivas con los demás (Gesell)	Incremento cualitativo y cuantitativo de la capacidad de aprendizaje motor.

	reposada y con mayor discernimiento social en niñas que niños (Gesell)	Mayor tendencia de grupos numerosos en niños que en niñas (Gesell)  Interés por la vida escolar y por el aprendizaje.	Incremento moderado de la resistencia, fuerza y velocidad vinculado al crecimiento  Perdida moderada de la flexibilidad
--	--	---	---

Características de 9 a 12 años (Campo 2010)

Es una etapa inicial en donde el niño ya empieza a interactuar con las demás personas y tiene bastante dudas de las cosas para esta edad en el fútbol con relación a el precepto motor hay una creciente adquisición de habilidades y destrezas. Los ejercicios recomendables para edad entre los 6 a 8 años: Iniciación identificación con la pelota como instrumentos juguete empezar a manejarla y aplicar el componente lúdico en la actividad equilibrio, postura corporal

El niño a esta edad es extrovertido, por tanto se debe realizar ejercicio de psicomotricidad, coordinación, equilibrio, postura corporal, localización espacial. El ejercicio recomendable para la edad entre los 10 a 12 años: Se enfatiza en técnicas explosivas, la concentración del juego trabajo de coordinación, mejorara los fundamentos del fútbol.

### 3.2.12 Modelo.

Es la representación de cómo se organiza la empresa para lograr sus objetivos, es una cadena lógica que motiva alcanzar un asunto determinado, de acuerdo con Osterwalder,2004 (citado por Márquez,2010), establece que un modelo es una herramienta conceptual que, mediante un conjunto de elementos y sus relaciones, expresa la lógica para que una empresa intente ganar dinero, por tanto la escuela de formación deportiva Atlético Garcés propone un modelo de

escuela, el cual genera estrategias para ampliar la cobertura y mantener una calidad en el servicio, logrando ser una escuela organizada, teniendo en cuenta el trabajo en conjunto con padres de familia en el cual se lucha por un objetivo en común.



### 3.2.13 El Fútbol que se trabaja en cada nivel.

De acuerdo al autor Benedek 2001 en el nivel de adaptación entre las edades de 6 a 8 años se empiezan a trabajar con juegos de balón, con las formas más simples y básicas de manejar el balón, aprovechando hábilmente el instinto lúdico. Los niños a esta edad tienen un gran afán de

movimiento, ganas de competir, se emplea ejercicios por parejas y juegos sencillos con los cuales proporciona múltiples experiencia motoras.

Según el autor Wein S.F. describe lo que se debe trabajar en las edades de 6 a 8 años de edad, este tipo de población debe:

*Reconocer su cuerpo en forma global y en sus distintos segmentos, para poder con el tiempo consolidar un variado repertorio de habilidades motoras básicas como por ejemplo rodar, reptar, agarrar, arrastrar, sentarse, gatear, pararse, caminar, subir, bajar, frenar, correr, arrojar, saltar, esquivar, trepar, empujar, balancearse, patear, recoger, pasar y trotar(Wein, S.F., p.36)*

Además, desarrollar su estado mental, emocional y social por medio de juegos populares por ejemplo relevos, recorridos con distintos obstáculos y juegos de pillar, y la ejecución de habilidades motoras básicas mediante ejercicios con el compañero sin o con balón, desarrollar en el infante la confianza en sí mismo, aprender a comunicarse y expresarse verbal, corporal y gestualmente, a integrarse y a cooperar en pequeños grupos, aprender a cuidar su cuerpo.

Por lo siguiente debe saber orientarse y conocer con respecto a su entorno las nociones espaciales dentro, fuera, delante, detrás, cerca, lejos, entre, alrededor etc, las nociones temporales elementales rápido, lento, al mismo tiempo, después que, etc, entre ellas las del ritmo y la combinación de varios movimientos.

Del mismo modo, debe aprender dominar el balón ya que en estas edades su principal deseo es establecer una estrecha relación con el balón. Para satisfacer este placer, intentara por todos los medios domarlo y mejorar su dominio hasta que el mismo le obedezca.

Ahora bien en este tipo de población se enseña en la preparación técnica: superficie de contacto: borde interno – externo, empeine, planta, muslo, pecho, cabeza, conducción: posición del tronco, golpe, pase: número de toques, dribling, protección del balón, cambio de dirección, remate, control del balón.

Por consiguiente en la preparación táctica se trabajara posesión del balón, recuperación del balón, ataque, defensa, empleando el juego como herramienta de enseñanza y aprendizaje donde se ponen en práctica las superficies de contacto, mejora la conducción del balón, además contribuye a la formación de valores.

Por otra lado en las edades 9 a 10 años según el autor Borzi 1999 en el nivel de iniciación se debe mejorar la conducción, realizar conducción de pelota o hacer malabarismos con ella usando el segmento menos hábil del cuerpo, variar amplitud de paso a la velocidad, carrera, variar la fuerza con que se golpea la pelota para hacer pases de media distancia remate al arco, cabecear la pelota con el parietal menos empleado.

Además en la preparación técnica emplear juegos en canchas reducidas, practicar con pelotas más pesadas, jugar en terrenos despejados, trabajar con mucha constancia temas como el control,

recepción, dominio y pase del balón, realizar prácticas donde el niño juegue en diferentes posiciones dentro del campo de juego para lo cual es importante conocer generalidades de las líneas de organización de un equipo.

Ahora bien se realizan ejercicios donde los niños superan conos conduciendo la pelota y sin perder el control, ni chocar los obstáculos, correr velozmente a buscar un centro a ras del piso frente al arco y rematar ubicando la pelota en un lugar preestablecido, recepcionar un pase fuerte, fintas, regatear a un contrario pasivo, recepción del balón tras finta, saque de banda, técnica del portero: posición básica, colocación, salidas, cogida de balones aéreos con contrario activo y pasivo.

En cuanto a la preparación táctica reforzar los temas ataque, defensa, profundidad ataque, profundidad defensa, posiciones de juego, pero medio de juegos donde se emplee espacio reducido, espacio amplio, juegos tácticos con un y dos metas o más.

Por último en las edades de 11 a 12 años se realizan trabajos por parejas, tríos, carreras, agilidad y destrezas, carreras de obstáculos, mejorar la resistencia, mejorar la velocidad, velocidad de reacción donde se busca que los niños adquieran una mejor condición física.

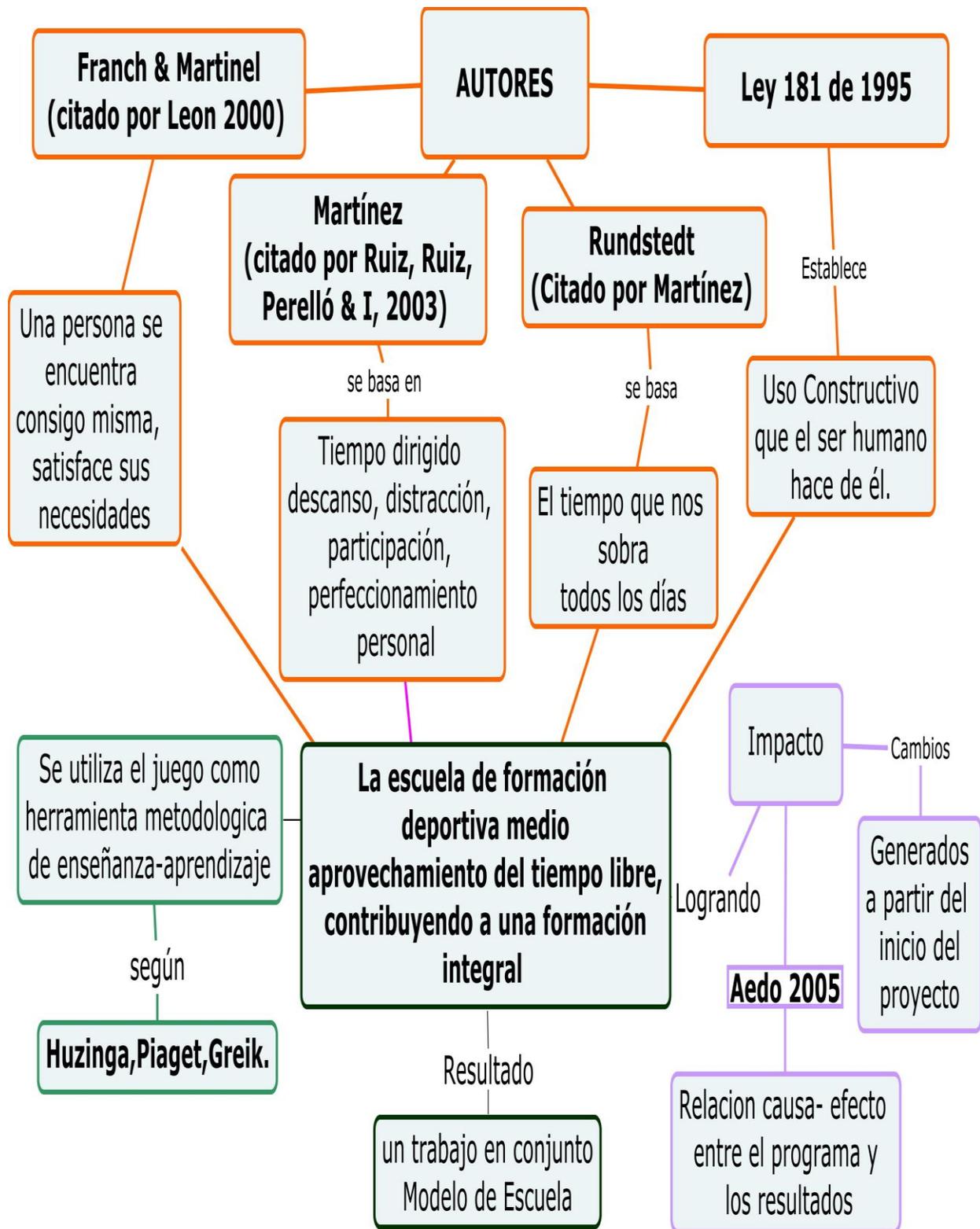
En cuanto a la preparación técnica se busca perfeccionamiento intensivo de lo aprendido en etapas anteriores, asociándolo con otros fundamentos, pases con cara interna, externa, empeine, recepción con cara interna, externa, con la suela o pisada, de pecho muslo, cabeza, remates con cara interna, empeine, de punta, con pelota parada y en movimiento, perfeccionamiento y

dominio intensivo de la pelota, mejor, saque lateral, dribling, el arquero, su ubicación, técnica del juego, ubicación defensiva y ofensiva.

Además en la preparación táctica se enseñara marcaje zonal, coberturas, permutas, basculación, presión en grupo, superioridad numérica, apoyos, desde el punto de vista individual, se pretende entrenar la entrada de frente y lateral al adversario. Con la temporización se busca evitar las entradas incontroladas, esperando o propiciando el momento oportuno para realizar la entrada.



No 1 Mapa conceptual Marco Teórico (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)



No 2 Mapa conceptual Marco Teórico (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)

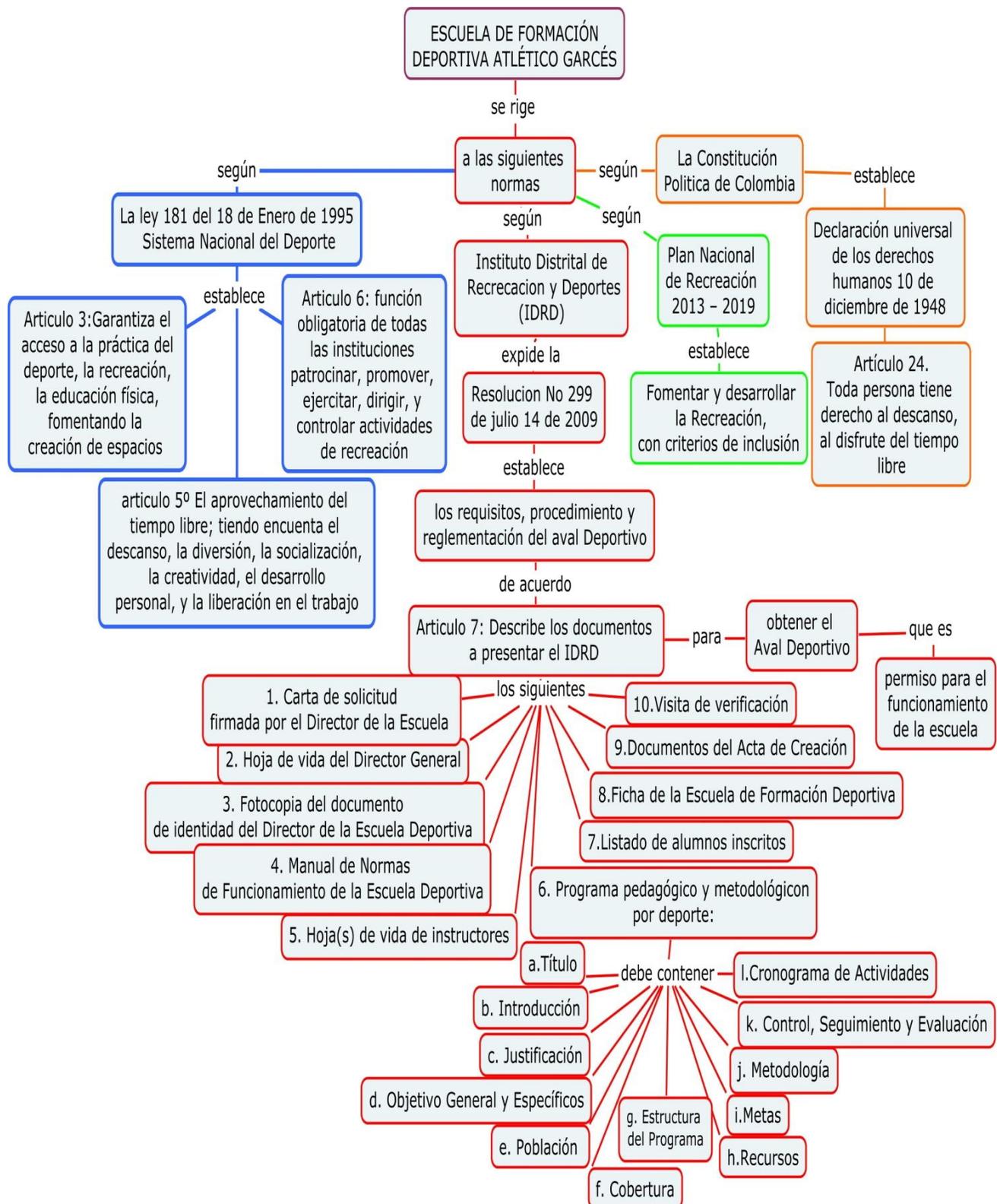
### **3.2 Marco Legal**

Para este proyecto de investigación la escuela de formación deportiva Atlético Garcés está en proceso de solicitud para el aval deportivo, que otorga el Instituto Distrital para la Recreación y El Deporte (IDRD) según la resolución No 299 de julio 14 de 2009, que establece los requisitos, procedimientos y reglamentos para otorgar, supervisar, suspender y cancelar el Aval deportivo, donde menciona los requisitos que se debe presentar de acuerdo al artículo séptimo de dicha resolución establece los documentos a presentar ante el IDRD, por tanto la escuela deportiva busca funcionar legalmente cumpliendo con las normas establecidas para así prestar un servicio acorde a las necesidades de la comunidad con un trabajo organizado y estructurado para la continuidad y permanencia.

Además la Ley 181 de 1995 el Sistema Nacional del Deporte por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Los objetivos generales de la presente ley son el patrimonio, el fomento, la coordinación, la divulgación, la planificación, la manifestación, la ejecución, el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y el acceso a una formación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas las edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de una sociedad.

También el Plan Nacional de Recreación se anota promoción, fomento, práctica y disfrute de la Recreación además establece la inclusión poblacional por edad, etnia o condición diferencial

para buscar la participación de la familia y la comunidad. La Declaración Universal de los Derechos Humanos establece en el artículo 24 que toda persona tiene derecho al disfrute del tiempo libre, para la escuela deportiva es fundamental que este espacio sea aprovechado al cien por ciento en los que les gusta para que los niños y niñas disfrute, divierta, practique deporte y aprenda aprovechar el tiempo libre a través del fútbol.



No 3 Normas que se rige la escuela de formación deportiva Atlético Garcés (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)

#### **4. Diseño Metodológico**

Este proyecto de investigación es de tipo cualitativo ya que se procedió a la recolección de datos por medio de una encuesta y entrevista y posteriormente se analizaron estos datos recogidos por medio de la matriz DOFA en la encuesta y un cuadro de discusión en la entrevista donde se relaciona lo teórico con las respuesta de los padres de familia, además se utilizó el método de investigación estudio de caso y el enfoque descriptivo en el cual primero se realizó un diagnostico a través de la encuesta a los padres de familia para conocer el impacto de la escuela deportiva , segundo se realizó la entrevista para conocer el punto de vista de los padres de familia con relación al proceso que se está llevando, estos instrumentos se aplican a los padres de familia porque son las personas responsables de los menores de edad, además porque se diseña una encuesta estructurada donde los padres participarán con respuestas objetivas, concretas, que permitirán ser analizadas, por último se elaboran un modelo de escuela realizando unidades didácticas con el fin de desarrollar en los niños y niñas el uso adecuado el tiempo libre.

##### **4.1. Tipo de Investigación**

Este proyecto de investigación es de tipo cualitativa en el cual se identifica una problemática en un contexto y se describe todo lo que sucede, a través de observación, encuesta y entrevista grupal que son las herramientas a utilizar en la investigación, según el autor (Grinnell, 1997) el enfoque cualitativo, a veces referido como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica, es una especie de "paraguas" en el cual se incluye una variedad de concepciones, visiones, técnicas y estudios no cuantitativos. Por tanto, este tipo de investigación se centra en la interpretación del mundo visible, un contexto natural en el cual, a través de la

observación se recogen datos que son analizados para llegar a unas conclusiones y así comprender lo que se busca. Para LeCompte (1995) es un diseño de investigación que extraen descripciones a partir de la observación.

## **4.2 Método de Investigación**

Para este proyecto se utiliza la metodología estudio de caso, este pertenece a la investigación cualitativa, el cual hace referencia a la “comprensión en profundidad de un objeto, hecho, proceso o acontecimiento en un contexto natural”, por tal razón con base a la escuela de formación deportiva Atlético Garcés se realiza toda la investigación, esta metodología presenta diferentes características; investiga un hecho concreto en un contexto natural o real, el objetivo principal es comprender en profundidad el fenómeno estudiado para describirlo según Rovira, Codina, Marcos & Valle( 2004) , utilizando también el enfoque descriptivo ya que se hace indispensable observar y describir a través de los diferentes instrumento de recolección de datos, utilizados para comprender lo que ocurre en este contexto.

Según Merriam (citado por Rovira 2004) le método descriptivo del estudio de caso propone hacer una completa descripción del fenómeno investigado, por tanto en el proyecto se realizó una descripción completa de todo lo que sucede para así llegar a las conclusiones y mejoramiento de la práctica deportiva.

### 4.3. Fases de la Investigación

Fase	Actividad
Fase uno	Realizar un diagnóstico a través de una encuesta a los padres de familia para conocer el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en el aprovechamiento del tiempo libre en la vida de los niños y niñas del barrio Garcés Navas.
Fase dos	Se aplica la entrevista y se analizan los datos recolectados a través del cuadro de discusión en el cual se realiza una triangulación de información objetivos, teoría versus respuestas arrojadas por los padres de familia sobre el proceso que se está llevando a cabo en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés.
Fase tres	Elaborar entre todos, es decir profesores y padres de familia un modelo de escuela buscando estrategias para el crecimiento y fortalecimiento de este proyecto, por tanto se elabora las unidades didácticas.

Fases de investigación (Sanchez G., Sanchez M., Zambrano P.)

### 4.4. Población y Muestra

En este tipo de investigación se llevó a cabo con una muestra de 26 padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, los cuales son los que colaboran y apoyan este proyecto ya que sus hijos, los mismos padres y comunidad se benefician de éste, a los cuales se les aplico la encuesta y entrevista, que fue la herramienta para recolectar la información para conocer el nivel de impacto y a partir de este construir la propuesta en la cual está el diseño de unidades didácticas a través del juego como medio de enseñanza.

## **4.5. Instrumentos de Recolección de Datos**

Para la presente investigación se aplicaron una encuesta y una entrevista estructuradas a los padres de familia ya que la información dada es una fuente confiable de la escuela con las cuales se recolectaron unos datos para luego ser analizados.

### **4.5.1 Encuesta**

Se realizó una encuesta estructurada a 26 padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés con el propósito de obtener información sobre el impacto que ha tenido la escuela en los niños(as) para así conocer el punto de vista de los padres de familia sobre el proceso que se está realizando en la escuela, por lo tanto se realizan preguntas sobre el antes y después de ingresar, teniendo en cuenta estas dos perspectivas se hace una comparación de las actividades hacia el niño antes de ingresar con el proceso de formación deportiva que se está llevando como alternativa del aprovechamiento del tiempo libre.

Teniendo como referencia el concepto de encuesta; la cual es una serie de preguntas que se realizan con el objetivo de buscar información con relación al problema de estudio, siendo esta una técnica de la investigación cualitativa, por tanto se utilizó para recolectar datos a través de una encuesta estructurada,

Según Naresh K. Malhotra, (citado por Hernández S.F.) “las encuestas son entrevistas con un gran número de personas utilizando un cuestionario prediseñado. Según el mencionado autor, el

método de encuesta incluye un cuestionario estructurado que se da a los encuestados y que está diseñado para obtener información específica”

Según Stanton, Etzel y Walker (citado por Hernández s.f.) una encuesta consiste en reunir datos entrevistando a la gente.

#### **4.5.2 Entrevista.**

Además se realizó una entrevista al grupo focal, teniendo como participantes a los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, con la intención de conocer el proceso que se está llevando a cabo con los niños y niñas de este barrio, el cual involucra a toda la comunidad.

Por consiguiente en la entrevista se logra una comunicación y una construcción conjunta de significados respecto a un tema Janesick (citado por Hernández 2006), por tanto con esta entrevista se logra obtener respuestas que orientan la construcción de una propuesta de modelo de escuela entre padres de familia y directivos de la escuela para el beneficio de toda la comunidad, contribuyendo al aprovechamiento del tiempo libre a través de fútbol. Se escoge una entrevista estructurada debido a que se establece un listado de preguntas que tienen un orden y que se realiza a todos por igual, teniendo como referencia Grinnell (citado por Hernández 2006), manifiesta que está compuesta de listas formales de preguntas que se formulan a todos por igual.

### **4.5.3 Grupo Focal.**

Los grupos focales es un método de recolección de datos que consiste en reuniones de grupos pequeños o medianos en las cuales los participantes conversan en torno a uno o varios temas en un ambiente relajado e informal. Según Crewell (2005) (citado por Hernández 2006) “sugiere que el tamaño de los grupos varía dependiendo del tema: tres a cinco personas cuando se expresan emociones profundas o temas complejos y de seis a diez participantes si las cuestiones a tratar son asuntos cotidianos”. Por tanto los grupos focales existe un interés por parte del investigador es construir, forman un esquema o perspectiva de un problema.

## **5. Resultados**

Se realizó una encuesta estructurada a 26 padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés con el propósito de obtener información sobre el impacto que ha tenido la escuela en los niños(as) para así conocer el punto de vista de los padres de familia sobre el proceso que se está realizando en la escuela, por lo tanto se realizaron preguntas sobre el antes y después de ingresar, teniendo en cuenta estas dos perspectivas se hizo una comparación de las actividades que hacia el niño antes de ingresar a la escuela con relación al proceso de formación deportiva que se está llevando como alternativa del aprovechamiento del tiempo libre.

Además se realizó una encuesta al grupo focal, teniendo como participantes a los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, con la intención de conocer.

## 5.1 Técnica de Análisis de Resultados

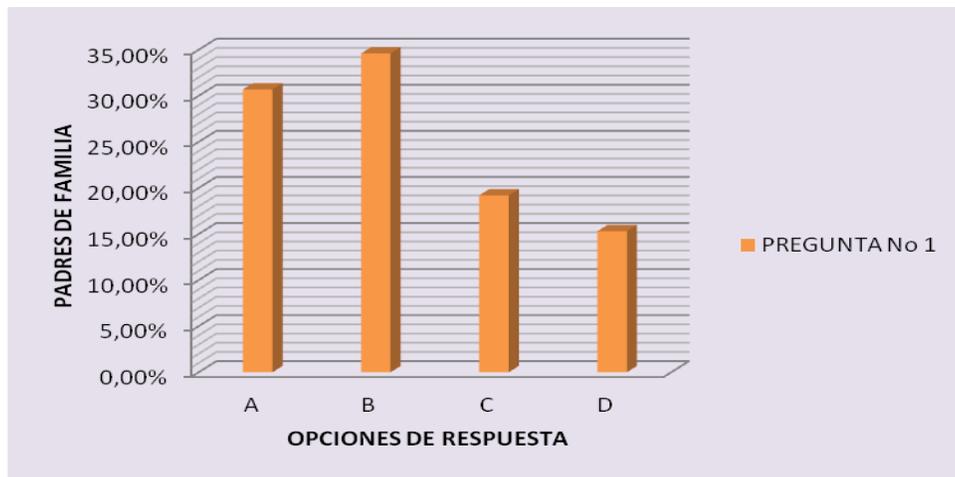
En la investigación cualitativa se utilizó la matriz DOFA según el artículo de la Universidad Nacional (S.F.), sede Bogotá, se establece que es una herramienta de diagnóstico y de análisis que se utiliza para determinar estrategias a través de la identificación de factores internos y externos de la organización, teniendo en cuenta la situación actual del contexto en el cual se desenvuelve. El nombre hace referencia a las cuatro letras iniciales de los factores que se van analizar y se dividen en componentes internos los cuales son; fortalezas y debilidades, en los componentes externos están ligados al contexto en el cual se desarrolla la organización como son: las oportunidades y amenazas.

De esta manera la matriz DOFA se utiliza para el proyecto específicamente en la encuesta para realizar el análisis de los datos recolectados, por tanto de cada pregunta que se realiza a los padres de familia, se analiza la información que se obtiene de cada opción de respuesta, sacando las debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés con relación al trabajo que se ha llevado a cabo, percibiendo así el impacto que ha tenido en los niños y niñas, padres de familia y comunidad en general de este proyecto.

### 5.1.1 Técnica de Análisis de la Encuesta.

Pregunta No 1 **¿Antes de ingresar su hijo a la escuela que actividades realizaba en el tiempo libre?** Con sus respectivas opciones y sus resultados en porcentajes.

- a) Video juegos, y/o la internet con un resultado del 30,70 %,
- b) Ver televisión con un resultado del 34,60%
- c) Tareas con un resultado del 19,20%
- d) Deporte con un resultado del 15,30%

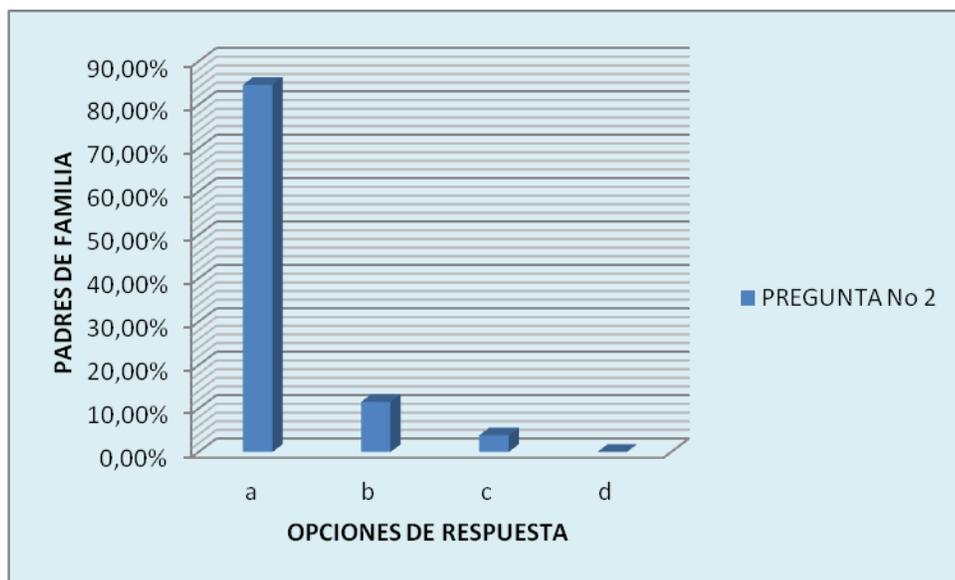


**Gráfica No 1**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron las preguntas, y el eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente se evidencia que los niños de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés **antes de ingresar a la escuela las actividades que realizaban en su tiempo libre era** ver televisión con un resultado del 34,60%, se percibe que la mayoría de los niños(as) tenían como actividad en su tiempo libre mirar televisión, otros padres consideran que los video juegos, y/o la internet con un resultado del 30,70 %, otros afirman que realizan Tareas con un 19.20% por otra parte con un 15.30% refleja que son pocos los que realizaban deporte en su tiempo libre.

Pregunta No 2 **¿Su hijo con quien pasa la mayor parte del tiempo libre?** Con sus respectivas opciones y los resultados en porcentajes

- a) Padres y familiares con un resultado del 86.7%
- b) Hermanos con un porcentaje del 13.3%
- c) Solos con un 0%
- d) Amigos arrojaron un resultado del 0%.



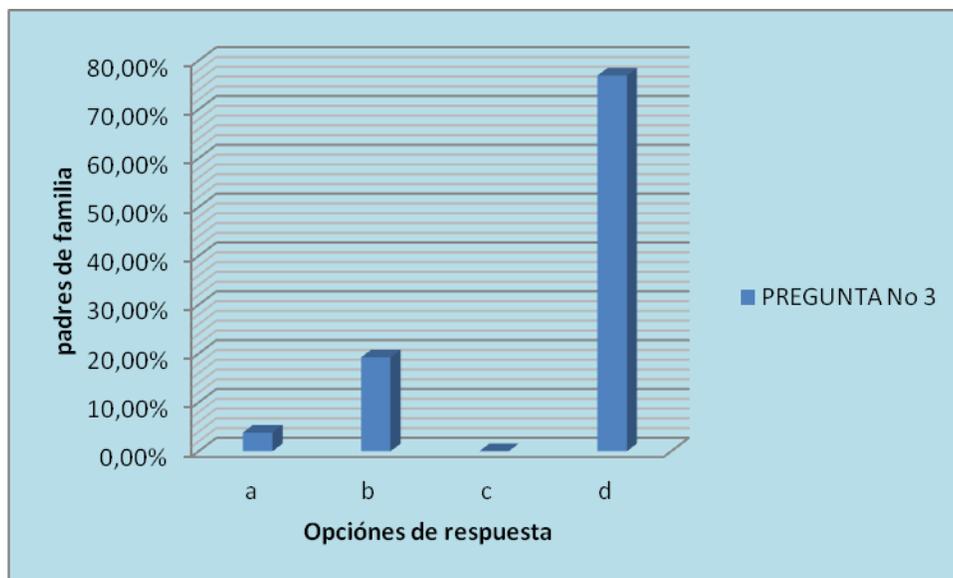
**Gráfica No 2**

En la gráfica se puede observar las respuestas arrojadas por los padres de familia según la pregunta 2 **los niños de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés con quien pasa la mayor parte del tiempo libre**, con un resultado del 86.7% Padres y familiares, por tanto se percibe que los niños(as) de este contexto se la pasan la mayor parte del tiempo libre con los

padres o familiares, por otra parte también consideran el 13.3% que los niños se la pasan con los hermanos, y el 0% afirman que los niños no se la pasan solos, ni con amigos.

Pregunta No 3 **¿En su barrio se organizan actividades deportivas?** Con sus respectivas opciones y con los resultados en porcentajes.

- a) Diario; con un resultado de 3,84%.
- b) Semanal; con un total de 19.23%
- c) mensual; con un resultado del 0%.
- d) nunca; con un resultado del 76,92%



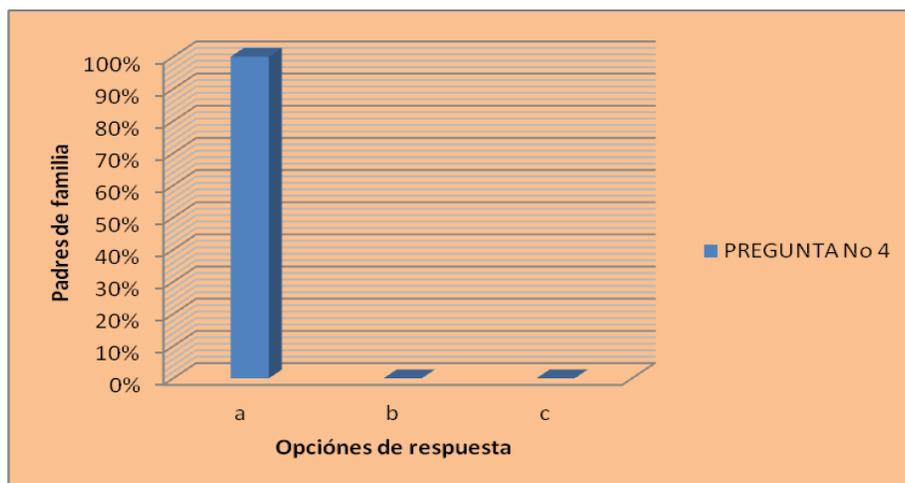
**Gráfica No 3**

En la gráfica se percibe las respuestas arrojadas por los padres de familia estableciendo su punto de vista con respecto a la siguiente pregunta en el barrio **organizan actividades deportivas**, se obtiene que el 76,92%, es decir la mayoría de los padres de familia afirman que nunca; por ende se percibe que en el barrio Garcés Navas se hace necesario promover

actividades deportivas que beneficien este tipo de población ofreciendo otra alternativa en el aprovechamiento del tiempo libre, para alejarnos de las problemáticas que se presentan en este contexto, incentivando a realizar actividad física a través del fútbol y ofreciendo numerosos beneficios tanto en lo motriz, como social y afectivo, inculcando valores, ofreciendo un espacio para crecer sanamente y así construir un impacto positivo en niños, padres y comunidad. Por otra parte el 19.23% reconoce que semanal, existiendo pocas oportunidades en la práctica deportiva y un uso inadecuado del tiempo libre, además un 3,84% de padres de familia establecen que se organizan actividades deportivas a diario, siendo mínimas las oportunidades en prácticas deportivas.

Pregunta No 4 ¿Cuál es su opinión sobre la formación deportiva como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre de su hijo(a)? con sus respectivas opciones y con los resultados en porcentajes

- a) Me parecen importante con un resultado del 100%
- b) No me parecen importante con un resultado del 0%
- c) No me interesan con un resultado del 0%



Gráfica No 4

En esta gráfica está plasmada la pregunta No 4, con sus respectivas opciones, las cuales los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés establecen que les parece importante la **formación deportiva como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre de su hijo(a)**, con un resultado del 100%, por tanto todos están de acuerdo con el proyecto que se ha ido construyendo poco a poco con el objetivo de hacer de la escuela un modelo de aprovechamiento del tiempo libre a través de la práctica del fútbol, provocando un impacto positivo en niños, niñas, padres de familia y comunidad del barrio Garcés Navas con relación al resultado arrojado del 0% no me parecen importante y no me interesan, por ende se percibe que los padres de familia les interesa, y están convencidos que es importante la práctica deportiva como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre.

Pregunta 5: **¿A través de la formación deportiva usted Cree que su hijo(a) ha desarrollado los siguientes hábitos? Con** Sus respectivas opciones y con sus respectivos porcentajes

- a) Disciplina con un resultado del 0%
- b) Respeto con un resultado del 0%
- c) Trabajo en equipo con un resultado del 7,69%
- d) Todos los anteriores con un resultado del 92,31%
- e) Ninguna de las anteriores con un resultado del 0%

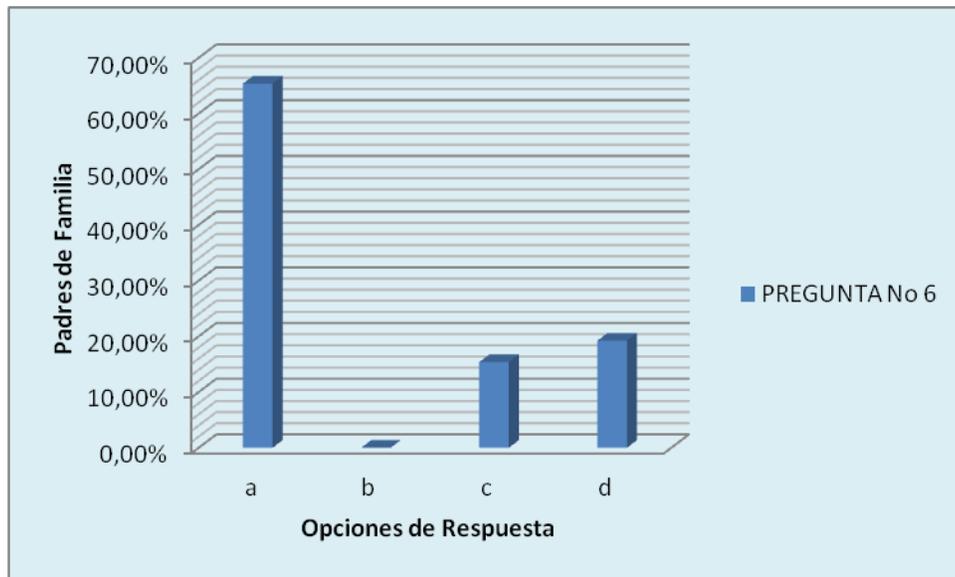


**Gráfica No 5**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron las preguntas, y en eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Fútbol Atlético Garcés manifiesta que **a través de la formación deportiva cree que su hijo(a) ha desarrollado los siguientes hábitos; con un resultado del 92,31% disciplina, respeto y trabajo en equipo** por tanto se percibe el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés a través de la práctica deportiva en la creación de hábitos saludables, debido al gran porcentaje que se obtuvo en esta opción, además el 7,69% de padres de familia establecen que sus hijos han desarrollado el hábito del trabajo en equipo, siendo satisfactorio debido a que se está reflejando un cambio en este tipo de población, aportando al desarrollo integral, y con relación a la opción ninguna de las anteriores que obtuvo un 0%, se evidencia que el trabajo desarrollado ha sido de gran interés y ha aportado a potencializar lo motriz, social y emocional.

Pregunta 6: **¿Cree usted que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha sido un estímulo para que su hijo(a) cumpla con su actividad académica?** Con sus respectivas opciones y resultados en porcentajes:

- a) Si con un resultado del 65,38%
- b) No con un resultado del 0%
- c) Siempre ha cumplido con un resultado del 15,39%
- d) Ha mejorado con un resultado del 19,23%

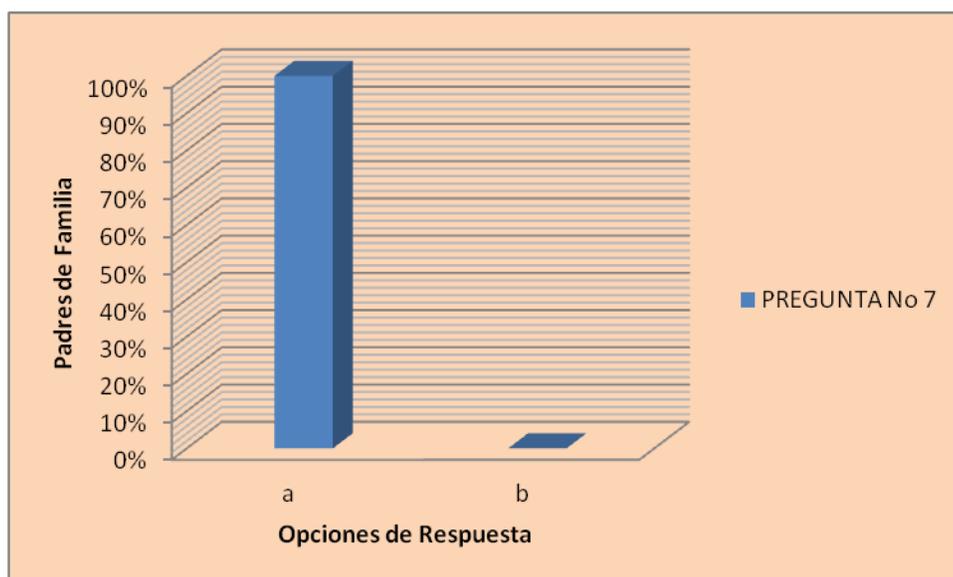


**Gráfica No 6**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron la pregunta, y el eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés creen que la escuela **ha sido un estímulo para que su hijo(a) cumpla con su actividad académica con un 65,38 %** reflejando el impacto positivo en el cumplimiento de la actividad académica en los niños(as), el 19,23% de los padres de familia afirman que han mejorado, por tanto se ha influenciado positivamente, el 15,39% de padres de familia establecen que sus hijos siempre han cumplido, esto significa que la práctica deportiva ha permitido que el niño(a) mantenga su cumplimiento académico.

Pregunta No 7 **¿Considera importante la práctica de fútbol en su hijo(a) como medio de integración familiar y de fomentar la actividad física?** Sus respectivas opciones y con los resultados en porcentajes son:

- a) Si con un resultado del 100%
- b) No con un resultado del 0%



**Gráfica No 7**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron las preguntas, y en eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés **consideran importante la práctica de fútbol en su hijo(a) como medio de integración familiar y de fomentar la actividad física con un 100%** evidenciamos efectivamente que la práctica del fútbol ha contribuido en la integración de las familias y a la realización de actividad física, debido a que se fomentan encuentros deportivos con otras escuelas donde el objetivo es la integración entre padres e hijos, por tanto la escuela está comprometida en potencializar la unión

familiar contribuyendo a mejorar las relaciones familiares, siendo esta la base y el equilibrio para un pleno desarrollo del niño(a), se evidencia en relación al 0% que no considera importante la práctica del fútbol como medio de integración familiar.

**Pregunta No 8; Cree usted que su hijo(a) a través de la práctica de fútbol ha mejorado sus habilidades motoras, sociales y afectivas? Sus respectivas opciones y resultados en porcentaje son:**

- a) Ha mejorado sus habilidades sociales con un resultado del 57,69%
- b) Ha mejorado sus habilidades motoras con un resultado del 38,46%
- c) Ha mejorado sus habilidades afectivas con un resultado del 3,85%
- d) No ha mejorado con un resultado del 0%



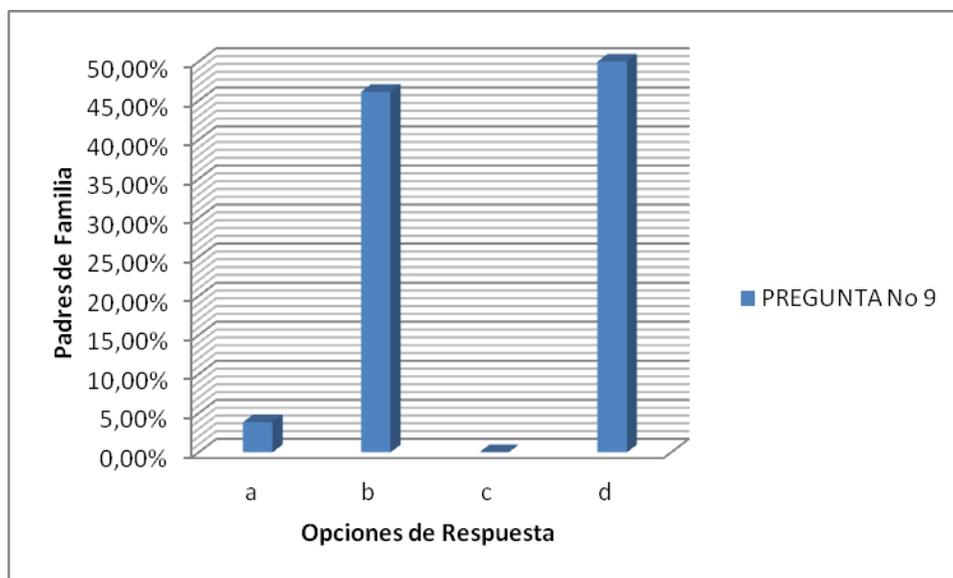
**Gráfica No 8**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron las preguntas, y en eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés cree que su hijo(a) a través de la práctica de fútbol ha mejorado las habilidades sociales con un 57,69%, por tanto se ha impactado positivamente en la mejora de las relaciones interpersonal e intrapersonal a través

de la práctica de fútbol se influye en el comportamiento del niño(a), lo que va aprendiendo se va reforzando para incrementar su proceso, inculcando a participar, pedir disculpas, expresar afecto, dar las gracias, enseñando a ser humildes para que piensen en servir a los demás, y repercute en la convivencia contribuyendo a un cambio en esta comunidad. Con un 38,46% de padres de familia manifiestan que ha mejorado sus habilidades motoras ya que el desarrollo de estas es fundamental en el aprendizaje de nuevas tareas motrices, que requieran un nivel de complejidad, por otra parte el 3,85 % ha mejorado las habilidades afectivas, y No ha mejorado; con un resultado del 0% por tanto se puede percibir el impacto que ha tenido la escuela de Fútbol Atlético Garcés en el progreso de las habilidades sociales, motoras y afectivas en los niños (as).

**Pregunta 9: ¿Para usted es importante que su hijo(a) éste participando en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés porqué?** Sus respectivas opciones y resultados en porcentaje son:

- a) Mantenerlo ocupado con un resultado del 3,85%
- b) Practique deporte con un resultado del 46,15%
- c) No tengo tiempo para cuidarlo con un resultado del 0%
- d) Aproveche el tiempo libre con un resultado del 50%

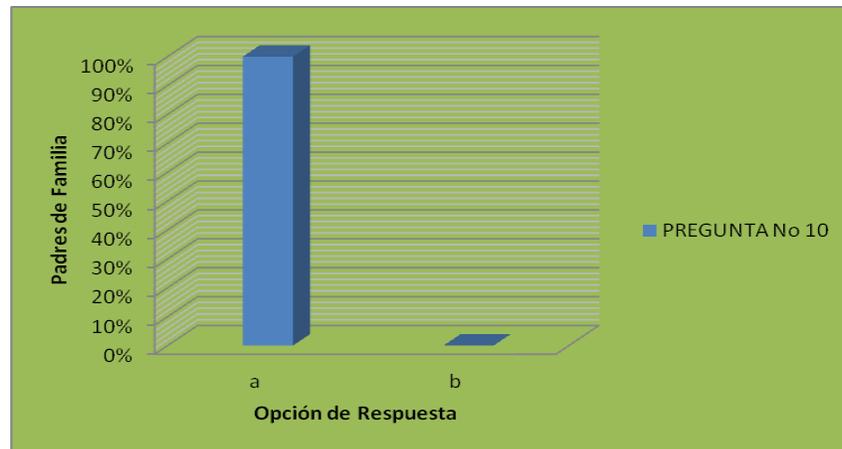


**Gráfica No 9**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron las preguntas, y en eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés establecen que **es importante que su hijo éste participando en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés para que aproveche el tiempo libre con un resultado del 50%**, por tanto está claro que es importante para los padres de familia que sus hijos utilicen el tiempo libre participando en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, el 46,15% establecen que es importante que este participando en la escuela para que practique deporte y el 3,85 % de padres de familia afirman que para mantenerlo ocupado, por tanto se puede percibir que para la mayoría de padres de familia es importante que aprovechen el tiempo libre y además practiquen deporte.

Pregunta 10: **¿La escuela de formación deportiva Atlético Garcés a contribuido a mejorar en el formación deportiva de su hijo(a)?** Sus respectivas opciones y resultados en porcentaje son:

- a) Si ha contribuido con un resultado del 100%
- b) No ha contribuido con un resultado del 0%



**Gráfica No 10**

En esta gráfica se observa en el eje (y) es decir el vertical el total de los padres de familia que respondieron la pregunta, y el eje (x) horizontal las opciones de la pregunta, por consiguiente los padres de familia de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés establecen que La escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha contribuido a mejorar la formación deportiva de su hijo(a), con un resultado del 100% por tal razón se evidencia que se ha contribuido en la formación deportiva de los niños(as) como también a un buen uso del tiempo libre, siendo una alternativa para un sano crecimiento tanto en lo motriz, como socio-afectivo y con relación a la opción no ha contribuido con un resultado de 0%.

### 5.1.2 Técnica de Análisis de la Entrevista.

Pregunta Entrevista Grupo Focal	Aprovechamiento del tiempo libre	Formación Deportiva	Valores	Análisis	Grupo de Discusión
<p><b>1-Los padres de familia pasan la mayor parte del tiempo libre con sus hijos, por lo tanto en los encuentros deportivos que se hacen en la escuela, no se ha reflejado ese acompañamiento, ¿Por qué?</b></p>	<p>Lo que pasa es que no siempre, es por el descuido de los papas, porque no quieren estar con sus hijos, sino que también, hay muchos papas que trabajan, y tratamos que los niños estén ocupados y no estén en la casa, jugando video juegos o juegos en el computador o metido en el internet.</p>	<p>Sino que tratamos de que también ellos estén ocupados haciendo algo sano, mientras uno como papa trabaja y desafortunadamente no los puede acompañar siempre</p>	<p>Según las respuestas de los padres de familia, se puede evidenciar que las obligaciones laborales impiden el acompañamiento a los encuentros deportivos, reconocen que deben estar más pendientes de sus hijos ya que son pocos los que asisten a éstos.</p>	<p>De acuerdo con Romero, Garrido y Zagalaz (2009), haciendo referencia a la práctica deportiva y a la consecución de los objetivos, como lo es; la formación integral del niño o niña, no se debe dejar a un lado la participación e integración de padres e hijos, debido a que es fundamental en la vida de los niños y niñas, ya que esto les brinda motivación, seguridad, alegría. Por tal motivo los padres son el modelo a seguir por sus hijos, por ende son ejemplo con sus acciones.</p>	

<p><b>2-¿Considera usted que la escuela ha aportado en la formación de valores de sus hijos?</b></p>	<p>Si porque pues les ha creado un compromiso de responsabilidad, un compromiso de levantarse temprano, de irse bien aseado.</p> <p>Que les apasione el fútbol.</p> <p>Son más responsables en cuanto a las obligaciones que deben realizar y es una motivación para hacer bien las cosas que realizan en cuanto a sus labores educativas y responsabilidad que tiene en la familia.</p>	<p>Según las respuestas de los padres de familia, manifiestan que si ha contribuido en la formación de valores ya que se ha desarrollado un compromiso de responsabilidad y cumplimiento en sus actividades deportivas como académicas.</p>	<p>Según el autor Weber (citado por Campo 2010) “declara que la educación ha de ofrecer ayuda para que la persona pueda tomar decisiones correctas en su tiempo libre.” Por lo tanto se utiliza la escuela de formación deportiva Atlético Garcés para que utilicen de forma adecuada su tiempo libre generando un ambiente sano, gratificante y lleno de aprendizajes para su desarrollo personal.</p>
--	--	---	---

<p><b>3-¿Cuando la escuela empezó a trabajar en el parque principal del barrio Navas aprovechando el espacio para la enseñanza del fútbol, ¿cuál es su opinión frente a la recuperación de este espacio?</b></p>	<p>Claro es una recuperación positiva porque en sí, se está tomando el parque para lo que es, para que los niños jueguen, se diviertan y no pues para que la gente lo coja para consumir sustancias alucinógenas y todo esto.</p>	<p>Según las respuestas de los padres de familia, manifiestan que es una recuperación positiva para que los niños y niñas se diviertan, jueguen y realicen deporte ya que esto aleja a las personas que no dan un buen ejemplo a este tipo de población. Por ende les parece importante la realización de</p>	<p>Teniendo como referencia la Resolución No. 583 del 15 de diciembre de 2008, se modificó el Manual de Aprovechamiento Económico de los Espacios Públicos, Administrados por el Instituto, Distrital para la Recreación y el</p>
--	---	---	---

actividades deportivas y la influencia que estas tienen en la comunidad.

Deporte, en el cual se establecen las condiciones de uso de escenarios deportivos para las Escuelas Avaladas por el IDR. La ley 181 de 1995, en el capítulo I artículo 3 establece el fomento de la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación por tal motivo el propósito de los profesores de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés vieron la necesidad de recuperar este espacio para contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida y bienestar social, ofreciendo este proyecto para promover una formación integral aportando a la sociedad.

**4-¿Qué aspectos mejorado**

**ha su**

Por lo menos mi hijo ahora se Los

padres

Debido a que se trabaja a partir del juego Según

**hijo a través de la formación deportiva en cuanto lo emocional, social y motriz?**

levanta más temprano, antes no, es un dormilón entonces el ahorita me prefiere madrugar, alistarse rápido.

En cuanto a lo motriz el también era un poco perezoso, ósea en los movimientos y ahorita más ágil, mas despierto.

manifiestan que si se han vistos cambios ya que los niños y niñas están más motivados, comprometidos, y en lo motriz han desarrollado sus habilidades siendo aun más hábiles.

el autor Blank Greik Favorece el desarrollo, cognitivo, Favorece la capacidad de autocontrol y autodominio, Revela la personalidad del niño, sus estructuras mentales, sus sentimientos, carácter, etc. Por tanto se evidencia los cambios que han presentado los niños y niñas, ya que han mejorado en lo emocional, social y motriz.

**5-¿Desde el punto de vista académico usted (cree) considera que su hijo ha cambiado, porque?**

me parece que mi hijo ha tomado más responsabilidad en el colegio, ahora se preocupa más, y ha creado como ese habito de que me levanto temprano, de que si tengo que cumplir aquí en mi casa pero también tengo que cumplir en el colegio

Entonces la escuela también está aportando cosas buenas a favor de nosotros los papas porque ellos han aprendido.

mi hijo, antes no le gustaba como participar en clase era

Según los padres de familia dicen que han visto cambios favorables en sus hijos y sienten un apoyo de parte de los profesores que a la vez contribuyen en la formación integral del niño y niña, realizando un trabajo en conjunto.

Debido a que la metodología que utiliza la escuela es a través del juego, en cual le aporta muchos beneficios que le permiten mejorar su vida en los diferentes ámbitos, sea social, emocional, intelectual y física, según Jean Piaget el juego es una valiosa ayuda que estimula el desarrollo global de la inteligencia infantil, además de cumplir una función

muy callado, ahorita el ya, participa mas, es mas sociable también en el colegio, ósea no están encerrado en él, o sino ya ha aprendido a compartir mas con otros niños.

biológica y en el desarrollo de la moral, colabora en la adquisición de esquemas y estructuras que facilitan la elaboración de operaciones cognitivas, de acuerdo a esto, se evidencia en los cambios reflejados por los niños y niñas participantes de la escuela.

**6-¿Qué beneficios cree usted que le aporta el fútbol a sus hijos(as) como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre?**

Una de las cosas importantes que he aprendido de los niños por lo menos con mi hijo es el trabajo en grupo, es aprender a que si quieren por lo menos en el fútbol hacer un gol, tienen a que hacer un pase, tiene que manejarlo, tener genio, aguantar también de que el otro grupo está peleando por lo mismo, y aprender a ganar y a perder, yo creo que eso es muy importante para ellos. La puntualidad y el respeto hacia tanto nosotros como a ustedes. Les ha ido inculcando a eso, a que se levanten temprano, tengan la responsabilidad en su deporte

Los padres de familia perciben la importancia de aprovechar el tiempo libre de los niños y niñas en actividades deportivas, debido a que a través de estas se fomentan valores, hábitos, integración, participación, actividad física, por ende apoyan estas actividades que aportan muchos beneficios en la vida de sus hijos.

Según la ley del deporte y la recreación de 1995 en el artículo 15; dice que el deporte, está orientado a generar valores morales y sociales, como también con el deporte se llega a la transformación del hombre y de la sociedad. Por tanto los padres son consientes en los beneficios que aporta el deporte a sus hijos.

**7-¿Usted cree que a través de la formación deportiva se desarrollan hábitos saludables como nutrición, hidratación, actividad física e higiene, explique su respuesta?**

Deporte es muy bueno mas para mi hijo es un niño pues que de lunes a viernes tiene pues sedentarismo de las 7 de la mañana a dos de la tarde, lo ayuda a que su cuerpo no se engorde, más bien coger agilidad, a mentalizar todas las jugadas, entonces obviamente eso aporta mucho a mi hijo, la hidratación es muy buena, los profesores exigen que uno les lleve el agua, también dicen que les llevemos una toallita, porque pues el ejemplo de mi hijo, mi hijo suda demasiado, el va muy aseado, es muy puntual o trata de ser muy puntual y ya.

Los padres establecen que si, debido a que los profesores han contribuido a la importancia que tiene una sana y adecuada alimentación, como también la hidratación que deben llevar agua, por ende los niños y padres han estado comprometidos en el cuidado de sus hijos en que vayan aseados, lleven su hidratación, alimentándolos adecuadamente.

Según la ley del deporte y la recreación colombiana, promulgada en 1995; capítulo IV, en su artículo 16, deporte formativo es aquel que tiene como propósito contribuir al desarrollo integral, debido a que se construyen conocimientos a través del juego, el cual proporciona aprendizajes que aportan a su vida y los desarrollan en sus actividades diarias.

**8-¿Cuál es su opinión sobre la realización de talleres de padres periódicamente y que beneficios aportan estos?**

Me parece excelente es una forma de conocer a los padres de los amigos de mi hijo, aparte de eso los profesores nos dan a entender que es lo que pasa con cada uno de nuestros hijos, si realiza muy bien su deporte, si hay alguna falla, que podemos colaborarles o que podemos trabajar conjunto con ellos, para que ellos salgan adelante.

Los padres de familia se muestran interesados en conocer a los padres de los amigos de sus hijos y establecer así un lazo de amistad entre ellos, también les gusta la idea de que cada profesor los tenga

Según (Ortín, 2009) hace referencia al triangulo deportivo siendo importante la presencia de los padres, profesores, niños y niñas, implicados en el proceso de formación. Debido a que se debe realizar un trabajo en conjunto, donde los objetivos a alcanzar

informados sobre qué sean los mismos por proceso se está padres y profesores, llevando con cada para así lograr un niño y niña. desarrollo integral, aportando en el mejoramiento de la calidad de vida.

**9-¿Cree usted que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha impactado positivamente en la vida de sus hijos, comunidad y porqué?**

Mi hijo le encanta el futbol, él le gusta mucho Messi y pues la verdad siempre ha soñado ser como él, entonces yo pienso que es una motivación excelente para mi hijo y para la comunidad que ve que el deporte es lo más sano y lo más normal en vez de un Xbox o un play, pienso que esto los ayuda a mejorar al cien por ciento.

Es una motivación para ellos, sí, ellos saben que el martes mami hago las tareas temprano para poder ir a entrenar.

yo pienso que si por que la escuela es económica, los uniformes son económicos y pues son actividades que les llena el tiempo libre de actividades buenas, de actividades sanas.

él ha adquirido mucho compromiso con ustedes y él le ha gustado la escuela, que él no ha querido retirarse de

Los padres de familia afirman que si ha impactado positivamente en la vida de sus hijos, como también en la comunidad, debido a que los niños y niñas se sienten más motivados, más comprometidos, que a través de la práctica deportiva han construido aprendizajes que ha aportado a su vida emocional, social, académica y física, además que los profesores han influenciado en el respeto, en el interés, en aprender a ganar y

La labor de los adultos en el deporte de iniciación es básica para un correcto crecimiento deportivo y personal de los jóvenes que se adentran en el complicado mundo de la actividad física y el deporte (Ortín, 2009). Por tanto el propósito de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés es contribuir en la formación integral a través de la formación deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre desarrollar hábitos saludables y valores para contribuir en el mejoramiento de

la escuela por ese motivo.

a perder. La escuela su vida emocional, ha impactado en la intelectual, física y comunidad ya que es social. una escuela económica contribuyendo a que los niños tengan mayor oportunidad en el acceso a la práctica deportiva, aprovechando el tiempo libre en actividades sanas que favorecen el crecimiento de los niños, siendo los padres conscientes y responsables ya que prefieren que sus hijos hagan deporte en lugar de que se queden jugando Xbox o videos juegos.

**10 ¿Cuál es su opinión y su expectativa frente a labor de la escuela de formación deportiva Atlético**

En mi opinión es que tienen buenos profesores y me parece que tienen buenas bases, mi hijo está muy amañado de hecho el ha adquirido muchas cosas buenas en la escuela, la pasión del él es jugar y por ese motivo esta allá y el

Según la opinión de los padres de familia argumentan que la escuela ha sido un estímulo para que sus hijos(as) cumplan con diferentes actividades

Según Romero (2001) la escuela de formación deportiva debe tener claro los objetivos para así brindar una formación integral, contribuyendo al desarrollo global de los niños y niñas en los

---

**Garcés?**

quiere seguir con ustedes.

La verdad es la primera escuela que mi hijo tiene pero me gusta mucho las actividades que realizan y más cuando hacen participar a sus padres, Pues la verdad no es que compartamos al cien por ciento con nuestros hijos, pero las veces que compartimos y más en esos detalles a ellos les emociona mucho decir el es mi papá y él me va acompañar, entonces ese es un aporte muy grande para destacar de la escuela.

bueno de manera positiva quiero también agradecer porque a mi hijo si ha influido bastante lo que ha compartido con cada uno de sus compañeros, y amigos igual la forma en que lo han tratado a él con mucho respeto, a pesar del que el fútbol es un poco tosco, pero me ha gustado la forma en que le han enseñando, he visto algunos entrenamientos como les explican la forma educada, el trato y cuando ellos cometen alguna falta como los motivan y les dicen la forma cómo comportarse eso me ha parecido muy importante.

académicas, dicen que los profesores tienen buenas bases y son dedicados en su labor, también aseguran que les gustaría ver la escuela con mayor número de niños para un crecimiento tanto social como deportivo, les gusta la forma en que se ha mantenido informado a los padres de familia y las actividades deportivas que se realizan, muestran una preocupación por el estado en que se encuentra la cancha principal ya que se puede presentar alguna lesión por el terreno.

diferentes aspectos como social, intelectual, emocional y motriz, por ende se debe respetar siempre las características psicológicas y pedagógicas para este desarrollo, por lo tanto los profesores de acuerdo a sus intereses para los que trabajan son los que orientan el proceso de formación deportiva hacia una tendencia del deporte como el ocio – recreación, competición o la formación por lo tanto la escuela es encaminada hacia el aprovechamiento del tiempo libre y desde esa perspectiva contribuye al mejoramiento de la calidad de vida en este tipo de población.

## 5.2 Interpretación de Resultados

En la primera fase se realiza la encuesta como diagnóstico para conocer el nivel de impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, y se percibe de acuerdo a los datos arrojados por los padres de familia, que la mayoría de los niños que asisten a la escuela de formación deportiva invertirían su tiempo libre en ver televisión con un 34,60%, actualmente el 100% de los niños y niñas invierten el tiempo libre en la práctica del fútbol, debido a que es importante que los niños y niñas se les incentive hacer deporte, actividad física, desarrollando en ellos hábitos saludables para una mejor calidad de vida.

### 5.2.1 Matriz DOFA.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Se percibe que la mayoría de los niños y niñas de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés hacen un uso inadecuado del tiempo libre, se refleja un 34,60% que miran televisión y un 30,70%, video juegos y/o la internet, por lo cual, invertir tanto tiempo en ver televisión no contribuye a su vida ya que existe muchos programas con contenidos no adecuados para niños(as) y por tanto no desarrollan buenos hábitos que favorecen a su vida en lo social, físico y cognitivo.	Ofrecer espacios de formación deportiva para que los niños y niñas del barrio Garcés Navas realicen actividad deportiva, y así aprovechen el tiempo libre	Utilizar la escuela de formación deportiva Atlético Garcés a través de la práctica deportiva para contribuir en el desarrollo de varios aspectos como son; la formación en valores, propiciar hábitos saludables, promoviendo una mejor calidad de vida con respecto a lo motriz y cognitivo lo cual contribuye a una formación de seres integrales.	Se refleja un resultado del 15,30% observando que son pocos los niños y niñas que practican deporte, por tal razón se utiliza la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como herramienta para el aprovechamiento del tiempo libre.

Tabla No 1

**Pregunta No 2 los niños de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés con quien pasa la mayor parte del tiempo libre.**

El 86.7% de padres de familia afirma que pasan la mayor parte del tiempo libre con sus hijos, por tal razón es un dato importante ya que los niños están con personas conocidas y responsables.

<b>Debilidades</b>	<b>Oportunidades</b>	<b>Fortalezas</b>	<b>Amenazas</b>
Se obtiene que el 86.7% de los niños y niñas que participan en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés pasan la mayor parte del tiempo libre con sus padres y familiares. También se observa que el 13.3% pasan la mayor parte del tiempo libre con los hermanos lo cual conlleva.	La escuela de formación deportiva Atlético Garcés busca fomentar el deporte como medio de aprovechamiento del tiempo libre, contribuyendo a una formación integral, en la cual, se promueva la integración familiar, se vivencie valores como también a desarrollar hábitos saludables, favoreciendo así un formación integral	La mayoría de los niños y niñas se encuentra con personas responsables mayores de edad los cuales contribuyen a que realicen actividades para el buen uso del tiempo libre	Los niños que pasan una mayor parte del tiempo libre con los papas se acostumbran a ser personas dependientes y corren el riesgo de no socializarse fácilmente con los demás no asisten a actividades de integración y aprendizaje

Tabla No 2

**Pregunta No 3 ¿En su barrio se organizan actividades deportivas?**

Según la encuesta el 76,92% de los padres de familia asegura que no se realizan actividades deportivas en el barrio Garcés Navas, por tal motivo se hace indispensable crear proyectos deportivos que beneficien a esta población y ayuden a minimizar las problemáticas presentes en

este contexto, de ahí nace la necesidad de crear la escuela de formación deportiva como herramienta para el aprovechamiento del tiempo libre, formando en lo deportivo, como también en valores y hábitos saludables.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
El 76,92 % de padres de familia manifiestan que nunca se organizan actividades deportivas, por tal motivo en el barrio Garcés Navas se presentan diferentes problemáticas como son robos, enfrentamiento de grupos juveniles, barras bravas, venta y consumo de sustancias psicoactivas (SPA) por tanto los niños y niñas buscaran invertir el tiempo libren en aquellas problemáticas, debido a la falta de proyectos deportivos y recreativos.	Promover actividades deportivas buscando que los niños y niñas del barrio Garcés Navas encuentren un espacio para que inviertan el tiempo libre a través del fútbol, contribuyendo a desarrollar hábitos saludables, inculcar valores, integración familiar, participación y socialización entre padres, hijos y profesores, luchando siempre por un objetivo en común, trabajando en equipo.	A través de las actividades deportivas basadas en el fútbol se busca que la población obtenga beneficios para su vida en lo personal, social, físico y cognitivo donde se les inculcara valores para desarrollar seres integrales.	El uso inadecuado del tiempo libre en actividades que no contribuyen en su vida personal, social, físico y cognitivo y la falta de formación de valores ayudan a aumentar las problemáticas del barrio Garcés Navas.

Tabla No 3

**Pregunta No 4 ¿Cuál es su opinión sobre la formación deportiva como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre de su hijo(a)**

Se percibe también que el 100% de los padres de familia encuestados, afirman que sí les parece importante la formación deportiva, haciendo uso adecuado del tiempo libre, debido a que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha impactado y recuperado espacios deportivos, lo que conlleva alejar a personas que consumen sustancias psicoactivas (SPA),

habitantes de la calle, haciendo de estos espacios un medio para la enseñanza del fútbol, valores y hábitos saludables, siendo favorable para niños, niñas, padres de familia y comunidad.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Los niños y niñas que no estén practicando deporte en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés o no realicen actividades que aporten a un sano crecimiento corren el riesgo de caer en malos vicios, pandillas, robo entre otras, las cuales no aportan a su formación integral.	Seguir impulsando la escuela como alternativa para el uso adecuado del tiempo libre a través de la práctica del fútbol en niños y niñas de 5 a 12 años del barrio Garcés Navas la cual cuenta con el apoyo de toda la población, promoviendo deporte e inculcando valores como el trabajo en equipo, respeto y disciplina como también buscando la integración familiar.	Contar con el apoyo e interés de los padres de familia es importante para el proceso de formación de los niños y niñas y así se crea una alternativa nueva para el uso adecuado del tiempo libre.	Incentivar a los padres de familia para que lleven a sus hijos a la práctica deportiva, siendo comprometidos y responsables con el proceso que se lleva en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés, siendo ejemplo a seguir, e inculcando disciplina y constancia reflejándose en el diario vivir.

Tabla No 4

**Pregunta No 5: ¿A través de la formación deportiva usted Cree que su hijo(a) ha desarrollado los siguientes hábitos**

Por tanto, el 92,31% de los padres de familia afirman que los niños y niñas a través de la formación deportiva han desarrollado hábitos de disciplina, respeto y trabajo en equipo por ende se ha impactado en la comunidad, fomentando el deporte como medio de aprovechamiento del tiempo libre y la recuperación de espacios deportivos

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Hay que reforzar los trabajos que se	Se ha logrado impactar efectivamente a esta población a través	Evidentemente los padres de familia manifiestan con un	Debido al bajo porcentaje en la opción de trabajo en equipo se

están realizando en cada categoría para fortalecer la disciplina y respeto en los niños y niñas de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés	de la práctica deportiva donde se enseña el fútbol y a través de este desarrollar hábitos saludables, valores en los niños y niñas, ya que la mayoría de los padres de familia reconoce el cambio que han tenido sus hijos con la participación en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés	resultado del 92,31 % que el trabajo que se está realizando en las diferentes categorías dan como respuesta el impacto que ha tenido la escuela de formación deportiva Atlético Garcés por tanto se reforzaran las trabajos para contribuir en la formación de cada integrante.	puede reflejar en los partidos la individualización por la cual se debe reforzar las actividades para mejorar el trabajo en equipo de cada una de las categorías presentes
--	--	---	--

Tabla No 5

**Pregunta 6: ¿Cree usted que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha sido un estímulo para que su hijo(a) cumpla con su actividad académica**

Como también, El 65,38% de padres de familia encuestados respondieron que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés se ha convertido en un estímulo para el cumplimiento de las actividades académicas. Por tal motivo se ha impactado en padres, niños(as) y comunidad en general, ya que por medio de la práctica deportiva ha aportado en la formación académica.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
	Según los padres de familia afirman con 65,38% que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha sido un estímulo para el mejoramiento de la actividad académica en los niños y niñas ya que la práctica del fútbol	La escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha impactado en el cumplimiento de la actividad académica de los niños y niñas donde los padres de familia apoyan el trabajo que se está realizando a través del	

<p>contribuye a desarrollar habilidades cognitivas y en el pensamiento lógico.</p>	<p>fútbol, debido a que este contribuye en la formación académica, en valores y hábitos saludables.</p>
--	---

Tabla No 6

**Pregunta No 7 ¿Considera importante la práctica de fútbol en su hijo(a) como medio de integración familiar y de fomentar la actividad física**

Además, el 100% de los encuestados respondieron que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés se ha convertido en un medio para la integración familiar, debido a la organización de encuentros deportivos que benefician la relación familiar

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
	<p>Según la mayoría de los padres de familia la práctica deportiva ha contribuido en la integración familiar y promover la actividad física. Fortaleciendo el núcleo familiar y al mejoramiento de la calidad de vida.</p>	<p>La escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha contribuido favorablemente en la integración familiar y fomentar la actividad física a través de encuentros deportivos donde se busca principalmente la integración de padres e hijos que mejoran la formación personal, social y afectiva de los niños y niñas.</p>	

Tabla No 7

**Pregunta No 8 ¿Cree usted que su hijo(a) a través de la práctica de fútbol ha mejorado sus habilidades motoras, sociales y afectivas**

Asimismo, El 57.69% afirman que han mejorado sus habilidades sociales y el 38,46% afirma que ha mejorado las habilidades motoras; los anteriores resultados son aspectos favorables ya que son de gran importancia para el desarrollo de los niños y niñas

<b>Debilidades</b>	<b>Oportunidades</b>	<b>Fortalezas</b>	<b>Amenazas</b>
Debido al bajo porcentaje en habilidades afectivas hay que desarrollar actividades que mejoren la interacción y relación de los niños y niñas	Fortalecer los trabajos realizados para que la comunidad del barrio Navas reconozca lo que se está desarrollando en niños y niñas en cuanto habilidades motoras, sociales y afectivas	Es evidente el impacto que ha desarrollado la escuela de formación deportiva Atlético Garcés para el mejoramiento de habilidades sociales, motoras y afectivas a través de la práctica del fútbol como elemento didáctico.	Puede presentarse poca comunicación, confianza, relación de trabajo en los niños y niñas que afecta en los entrenamientos y partidos amistosos.

Tabla No 8

**Pregunta 9: ¿Para usted es importante que su hijo(a) éste participando en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés porqué**

De este modo el 50% de los padres de familia encuestados afirman que sí es importante que el hijo participe en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como medio de aprovechamiento del tiempo libre y de realizar deporte, para así aportar en dar solución a las problemáticas reflejadas en este contexto.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Algunos niños y niñas asisten a la escuela de formación deportiva Atlético Garcés no por gusto de ellos si no de los padres de familia para mantenerlos ocupados.	Ofrecer espacios agradables y confiables para que la población del barrio Garcés Navas invierta el tiempo libre en la práctica deportiva contribuyendo en la formación personal, social y cognitiva de los niños y niñas	Se está cumpliendo el objetivo de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés como medio de aprovechamiento del tiempo libre con un resultado del 50%, a través de la práctica del fútbol con un 46,15% de acuerdo al punto de vista de los padres de familia.	Puede haber niños y niñas desinteresados en practicar deporte porque los padres de familia llevan a sus hijos(as) para mantenerlos ocupados.

Tabla No 9

**Pregunta 10: ¿La escuela de formación deportiva Atlético Garcés a contribuido a mejorar en el formación deportiva de su hijo(a)**

El 100% de los padres de familia encuestados afirman que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha contribuido a la formación deportiva de los niños y niñas. Por otra parte se debe fortalecer el compromiso de los padres por llevar sus hijos(as) constantemente a la práctica deportiva y así tener un adecuado desarrollo motriz, social y afectivo.

Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Falta de compromiso de padres e hijos en el cumplimiento de la práctica deportiva, lo que ocasiona una disminución en su proceso deportivo.	Reforzar las actividades en cada categoría para fortalecer la formación deportiva a través del fútbol para que ayude a un	La escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha contribuido en la formación deportiva a través del fútbol de acuerdo al punto de vista de los padres de familia	Se evidencia cuando la participación no es constante de los niños y niñas a la práctica deportiva; por ende no se lleva un desarrollo adecuado en el proceso motriz y social-afectivo.

mejor desarrollo contribuyendo al  
motriz del niño y desarrollo y  
niña mejoramiento del  
aspecto motriz de  
cada uno de los  
jugadores de cada  
categoría

Tabla No 10

## 6. Conclusiones

La presente investigación da respuesta al impacto que genera la escuela de formación deportiva Atlético Garcés en sus participantes, familias, niños, niñas y el personal en formación que dirige el proyecto deportivo; donde se encuentra, que las familias son receptivas al trabajo realizado, a las prácticas deportivas orientadas, demostrando interés por hacer parte de este proyecto como consecuencia se genera la asistencia activa a las practicas, como también contribuye en el mejoramiento de la calidad de vida, desarrollo del aspecto social, emocional, intelectual y físico, que favorecen a la formación integral a la vez, se convierte en una alternativa de aprovechamiento del tiempo libre en la población de 6 a 12 años que habita en el barrio.

Asimismo, se conoce la respuesta de las familias frente al proyecto deportivo debido a los instrumentos de recolección de datos que se aplican como son la encuesta y la entrevista, que arroja como resultado la satisfacción para el entorno social de la creación de la escuela al recuperar el espacio dándole uso adecuado en sus habitantes para la realización de la práctica deportiva, convocando la asistencia y aprovechamiento de estos espacios, haciéndolos más visitados, generando la atención de la comunidad lo que limita las acciones de inseguridad y consumo de sustancias psicoactivas en presencia de los menores de edad.

Al igual, en los instrumentos aplicados a las familias se encuentra el sentido de pertenencia que se ha creado frente a la escuela, al sugerir la búsqueda de nuevos espacios para llevar a cabo

la práctica puesto que el continuo uso deteriora el terreno y se debe realizar mantenimiento, donde presentan propuestas para la generación de recursos en pro de la conservación de la cancha deportiva. Otro elemento a tener en cuenta, es la colaboración por parte de los padres, que están presentes y dispuestos atender los requerimientos propuestos, como es el proceso de solicitud para el aval, que permite el funcionamiento legal de la escuela deportiva y así prestar el servicio legalmente cumpliendo con los requisitos establecidos para tal fin, dando ejemplo del trabajo organizado, planeado y de proyección para su continuidad y permanencia.

El equipo de trabajo en formación tiene en cuenta las respuestas arrojadas por los padres de familia y a partir de estas se diseña las unidades didácticas que servirán de guía para la aplicación en próximas investigaciones, ya sea en el presente contexto o en otro, como elemento adicional se debe buscar estrategias para ampliar la cobertura y al tener la respuesta de aceptación de la comunidad, que a largo plazo haga posible la apertura de nuevos escenarios deportivos de la escuela por su reconocimiento local.

Al seguir esta perspectiva el equipo de trabajo pretende ser generador de procesos de investigación que se consoliden y sirvan de guía para futuras investigaciones; al mismo tiempo, denotar como desde el proceso formativo se influye a la creación de empresa y no pensamientos limitados a ofertas laborales, es decir a ser empleados sino a generar sus propias fuentes de ingreso económico y porque no forjar empleo aportando a la construcción social y económica de un contexto.

## **7. Prospectiva**

La escuela de formación deportiva Atlético Garcés se propone seguir creciendo como una entidad que busque el goce y la sana recreación para los niños y niñas que intervengan en este proyecto, manteniendo costos económicos, con el fin de ayudar a las personas que no cuentan con los recursos suficientes.

El interés primordial de la escuela deportiva es seguir aportando el adecuado aprovechamiento del tiempo libre, y con esto convertirnos en un modelo de organización y administración de la práctica deportiva reconocida como una escuela deportiva a nivel distrital con propuestas basadas en la formación de seres integrales creando disciplina, compromiso, trabajo en equipo.

Seguir aportando a la comunidad del Garcés Navas e involucrándonos más al desarrollo del barrio, promoviendo el deporte y la integración de los padres de familia con sus hijos y demás integrantes.

Difundir el proyecto con el fin de ser una escuela deportiva reconocida a nivel local y distrital y así ampliar la cobertura generando un impacto social en la formación de personas con altos niveles de responsabilidad, compromiso y dedicación. Además ser generadores de empleo y participación de toda la población interesada en la práctica deportiva.

Conseguir el patrocinio de entidades privadas para así mejorar los recursos brindados a la comunidad, promover la actividad deportiva generando el amor hacia el deporte, el respeto a sus compañeros y bienestar social. Ser modelo de escuela que a través del deporte desarrolla una formación integral.

## Bibliografía

- Aedo, C. (2005). *Evaluacion del Impacto* . Santiago de Chile: CEPAL.
- Alcoba López, A. (2001). *Enciclopedia del deporte*. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Anzola Espinosa, M. C. (1991). En *Una alternativa pedagógica para el uso del tiempo libre del niño institucionalizado del Instituto Campestre de la Beneficiencia de Cundinamarca* . Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.
- Barriga, L. P. (1999). En *El tiempo libre como alternativa educativa*. Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.
- Benedek, E. (2001). *FÚTBOL INFANTIL*. Barcelona: Paidotribo.
- Blázquez Sánchez, D. (2006). *La educación física*. Barcelona: INDE.
- Blázquez Sánchez, D. (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Borzi, C. A. (1999). *FÚTBOL INFANTIL Entrenamiento Programado*. Buenos Aires, Argentina : STADIUM.
- Brinnitzer Rodríguez, M. (2001). *Juegos y técnicas recreativas*. Buenos Aires: Bonum.
- Campo Sanchez, G. E. (2010). *El juego en la Educación Física Básica*. Armenia - Colombia: Kinesis.
- CLUB DEPORTIVO SALESIANO*. (s.f.). Obtenido de <http://www.centrodonbosco.edu.co/areas/circulares-y-comunicados/deportes/escuela-de-futbol/>
- Cohen Franco, E. R. (2005). *Gestión social: cómo lograr eficiencia e impacto en las políticas sociales*. México: CEPAL.
- CONSEJO LOCAL DE DEPORTES* . (2013). Obtenido de Localidad de Engativá Secretaría de Gobierno de Bogotá:

[http://observatoriolocaldeengativa.info/index.php?option=com\\_content&view=article&id=267&Itemid=828](http://observatoriolocaldeengativa.info/index.php?option=com_content&view=article&id=267&Itemid=828)

Cortes Sierra, V. (Junio de 1997). En *Escuelas de formacion como alternativa para el tiempo libre*. Universidad Pedagogica de Colombia, Sede Valmaria, Bogotá.

*Declaración universal de los derechos humanos*. (1948). Obtenido de <http://www.filosofia.org/cod/c1948dhu.htm>

*escuela de fútbol San Pablo Bogotá* . (2002). Obtenido de <http://www.escueladefutbolsanpablo.com/nosotros/>

Eugenio Garcia, J. G. (2008). *Escuela de formacion deportiva programa de desarrollo y aprendizaje motriz para una esceula de fútbol*. Universidad Pedagogia de Colombia, Sede Valmaria, Bogotá.

Garrido Gil, P. (2010). *Educar en el ocio y el tiempo libre*. Madrid.

Hernández Rodríguez, A. I., & Martínez Muñoz, F. (2008). *El deporte escolar en la sociedad contemporánea*. Almería: Universidad de Almería

Hernandez Sampieri, R. (2006). *Metodologiad de la investigación Cuarta edición*. Mexico: Mc Graw-Hill Interamericana.

Hernandez, M. A., Cantin Garcia, S., Lopez Abejon, N., & Rodriguez Zazo, M. (s.f.). *Estudio de encuestas*. Obtenido de [http://www.uam.es/personal\\_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso\\_10/ENCUESTA\\_Trabajo.pdf](http://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/ENCUESTA_Trabajo.pdf)

Hormaza Cortes, D. K., & Sora Pachon, L. V. (2007). *Jóvenes y Tiempo libre*. Universidad Libre Bogotá Colombia.

Incarbone, Ó. (2003). *Del juego a la Iniciación Deportiva: 6 a 14 años*. Buenos Aires: STADIUM.

*INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES* . (s.f.). Obtenido de IDR: [http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-escuelas-avaladas\\_563.html](http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-escuelas-avaladas_563.html)

- León, E. A. (2000). *Gestión del tiempo libre* . Planeta azul deportes.
- Ley 181 de 1995 Sistema Nacional del Deporte*. (2010). Bogotá: Unión Ltda.
- Llorens Bueno, G. (Mayo 2010). Una perspectiva al Concepto de Modelo de Negocios. Santiago de Chile.
- Márquez García, J. F. (2010). Innovación en modelos de negocio. *MBA EAFIT*, 31- 34.
- Martinez Gámez, M. (s.f.). *Educación del ocio y tiempo libre con actividades físicas alternativas*. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz S. L.
- Ortín Montero, F. J. (2009). Los padres y el deporte de sus hijos . *Revista de Ciencias de Educación*, 135.
- Plan de Desarrollo Bogotá Humana y Proyectos de Inversión* . (s.f.). Obtenido de IDR: [http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-plan-de-desarrollo-bogot-humana-y-proyectos-de-inversin-idrd\\_3221.html](http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-plan-de-desarrollo-bogot-humana-y-proyectos-de-inversin-idrd_3221.html)
- Plan Nacional de Recreación*. ( 2013- 2019).
- Romero Granados, S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*.
- Rovira, C., Codina, L., Marcos, M. C., & Palma, M. d. (2004). *Información y documentación digital*. Barcelona: IULA.
- Ruiz Munuera, F. C., Ruiz Munuera, A. J., Perelló Talens, I., & Caus I Pertegaz, N. (2003). *Educación Física. Volumen III*. España: MAD.
- Sans Torrelles, Á., & Frattarola Alcaraz, C. (2000). *ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL BASE*. Barcelona: Paidotribo.
- SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL*. (s.f.). Obtenido de Alcaldía mayor de Bogotá D C: <http://www.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/gsi/LECTURA%20DE%20REALIDADES%20ENGATIVA%202010.pdf>

Vásquez Folqueira, S. (s.f.). *Fútbol Base: La técnica aplicada a diferentes niveles*. Madrid: Lavel.

Vázquez Folqueira, S. (2000). *CUADERNO DEL ENTRENADOR DE FÚTBOL*. Barcelona: Paidotribo.

Wanceulen Ferrer, A. (1998). *Las escuelas de fútbol*. España.

Wein, H. (s.f.). *Fútbol a la medida del niño*. GYMNOS.

## Anexos

### Cronograma del Proyecto de Grado

Actividades Realizadas	Fecha					
	Octubre	Noviembre	Febrero	Marzo	Abril	Mayo
Planteamiento del problema, objetivo general y específicos						
Se realiza la búsqueda de antecedentes						
Revisión, modificaciones en cuanto a lo que se ha realizado.						
Diseño de los instrumentos de Recolección de datos						
Aplicación y análisis de los Instrumentos de recolección de datos ( encuesta)						
Aplicación y análisis de los instrumentos de recolección de datos (entrevista)						
Cuadro de discusión, análisis teoría con relación a las respuesta de padres de familia Marco Teórico						
Conclusiones						

Elaboración de la propuesta;  
diseño de unidades  
didácticas

Prospectiva

Entrega del proyecto al  
coordinador de  
investigación  
Sustentación del proyecto de  
grado ante el Director y el  
Jurado

## Formato de la Encuesta

### Datos de identificación

Nombre del padre y del niño \_\_\_\_\_

EDAD: \_\_\_\_\_

Barrio: \_\_\_\_\_

**1. ¿Antes de ingresar su hijo a la escuela de qué actividades realizaba en el tiempo libre?**

- a) Video juegos, la internet
- b) Ver televisión
- c) Tareas
- d) Deporte

**2. ¿Su hijo con quien pasa la mayor parte del tiempo libre?**

- a) Padres y familiares
- b) hermanos
- c) Solo
- d) Amigos

**3. ¿En su barrio se organizan actividades deportivas?**

- a) Diario
- b) Semanal
- c) Mensual

**4. ¿Cuál es su opinión de la formación deportiva como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre de su hijo(a)?**

- a) Me parecen importante
- b) No me parecen importante
- c) No me interesan

**5. ¿A través de la formación deportiva usted Cree que su hijo(a) ha desarrollado los siguientes hábitos?**

- a) Disciplina
- b) Respeto
- c) Trabajo en equipo
- d) Todos los anteriores

**6. ¿Cree usted que la escuela de fútbol ha sido un estímulo para que su hijo(a) cumpla con su actividad académica?**

- e) Si
- f) No
- g) Siempre ha cumplido
- h) Ha mejorado

**7. ¿considera importante la práctica de fútbol en su hijo(a) como medio de integración familiar y complemento en su formación?**

- c) Si
- d) No

**8. ¿Cree usted que su hijo a través de la práctica de fútbol ha mejorado sus habilidades motoras, sociales y afectivas?**

- a) Ha mejorado sus habilidades sociales
- b) Ha mejorado sus habilidades motoras
- c) Ha mejorado sus habilidades afectivas

d) No ha mejorado

**9. ¿Para usted es importante que su hijo éste participando en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés porqué?**

- a. Mantenerlo ocupado
- b. Practique deporte
- c. No tengo tiempo para cuidarlo
- d. Aproveche el tiempo libre

**10. La escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha contribuido a mejorar en el formación deportiva de su hijo(a).**

- a) Si ha contribuido
- b) No ha contribuido

### **Preguntas Entrevista al Grupo Focal**

1- los padres de familia pasan la mayor parte del tiempo libre con sus hijos, por lo tanto en los encuentros deportivos que se hacen en la escuela no se ha reflejado ese acompañamiento, ¿Por qué?

2- ¿considera usted que la escuela ha aportado en la formación de valores de sus hijos?

3-Cuando la escuela empieza a trabajar en el parque principal del barrio Garcés Navas aprovechando el espacio para la enseñanza del fútbol, ¿cuál es su opinión frente a la recuperación del espacio?

4-¿qué aspectos ha mejorado su hijo(a) a través de la formación deportiva en cuanto lo emocional, social y motriz?

- 5- ¿Desde el punto de vista académico usted considera que su hijo ha cambiado porque?
- 6- ¿Qué beneficios cree usted que le aporta el fútbol a sus hijos(as) como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre?
- 7- ¿Usted cree que a través de la formación deportiva se desarrollan hábitos saludables como nutrición, hidratación, actividad física e higiene, explique su respuesta?
- 8-¿Cuál es su opinión sobre la realización de talleres de padres periódicamente y que beneficios aportan estos?
- 9- ¿Cree usted que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha impactado positivamente en la vida de sus hijos, comunidad y porqué?
- 10- ¿Cuál es su opinión y su expectativa frente a labor de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés?

**Propuesta**  
**UNIDADES DIDÁCTICAS**

---



**INTRODUCCIÓN**

Las unidades didácticas están diseñadas por un conjunto de actividades que se desarrollan para la consecución de unos objetivos en cada una de estas, con el fin de formar a niños y niñas de 6 a 12 años de la Escuela de Formación Deportiva Atlético Garcés y a los padres de familia con el propósito de aprovechamiento del tiempo libre a través de la práctica deportiva donde se integran las siguientes categorías como son formación deportiva, formación en valores y hábitos saludables, como también talleres dirigidos hacia los padres de familia. Teniendo en cuenta que todas las categorías establecidas para el desarrollo de esta propuesta se deben realizar en cada sesión de trabajo, para así obtener un mayor resultado en el aprendizaje en este

tipo de población, como también para que sea aplicado en su vida daría.

Por consiguiente, se utiliza el juego como metodología para la realización de estas sesiones como estrategia para el aprendizaje, debido a que ofrece beneficios como diversión, recrea y aprenden.

Por tanto, se busca desarrollar las habilidades intelectuales, sociales, emocionales, motriz y psicológico a través de actividades lúdicas en las cuales los niños y niñas se diviertan, aprendan, integren entre ellos y se sientan motivados utilizando adecuadamente el tiempo libre a través del deporte ya que este aporta beneficios a su vida.

Durante la etapa de primaria, el crecimiento y los cambios físicos que se producen en la niñez son más lentos y estables. El crecimiento gradual y regular prosigue hasta los 9 años en las niñas y hasta los 11 en los niños. No obstante, no todos los niños y niñas maduran con la misma rapidez, intervienen de forma conjunta el nivel de actividad, el ejercicio, la alimentación.

El desarrollo de las habilidades motoras se produce tanto en las habilidades gruesas como finas; las primeras posibilitan a los niños mayor dominio sobre los movimientos controlados, la consolidación de habilidades físicas se reflejan en su interés por los deportes y por acrobacias temerarias, aumenta la distancia y mejora la exactitud en los lanzamientos; las segundas permiten que la mayor parte de las habilidades motoras finas necesarias para la escritura se adquieran o consoliden en función de su aprendizaje previo.

En relación a la salud / enfermedad, los niños de 6 a 12 años se enferman poco debido, generalmente, a una inmunidad conseguida en etapas precedentes, a una buena alimentación y a unos hábitos más sanos

En la etapa de 10 a 12 años es de vital importancia los hábitos relacionados con la alimentación, ya que en esta etapa los niños se encuentran en pleno crecimiento y por ende es de gran importancia la buena alimentación adecuada, de igual manera fomentar los valores hace parte de una formación integral ya que esto les permite integrarse a la sociedad para que en un futuro se conviertan en un elemento positivo para esta. El aprovechamiento del tiempo libre es un espacio que el niño debe invertirlo en actividades que aporten para su crecimiento social, cultural, educativo y personal.

**OBJETIVO GENERAL:** Orientar el proceso de formación deportiva teniendo en cuenta que a través de la práctica del fútbol se desarrollan aspectos relacionados como; hábitos saludables, valores, uso adecuado del tiempo libre utilizando el juego como metodología de enseñanza-aprendizaje contribuyendo a una formación integral.

## UNIDAD DIDACTICA N° 1

### HÁBITOS SALUDABLES

<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Promover hábitos saludables a través de la práctica deportiva.
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Adoptar hábitos de alimentación y relacionarlos con los efectos sobre la salud</li><li>- Capacitar a los deportistas para que adquiera responsabilidad y cuidado del su cuerpo</li><li>- Originar de manera activa a los deportistas y padres de familia a seguir las pautas para llevar un proceso ordenado correspondiente a la salud y el bienestar.</li></ul>
<b>CONTENIDOS</b>	Nutrición Hidratación Cuidado del cuerpo Salud

### SESIÓN 1

<b>PARTE INICIAL</b>	<b>JUEGO CAZAMARIPOSAS</b> Consiste en que uno o varios jugadores transportan un aro y es el cazador. Para pillar a alguien hay que introducirle en el aro, el que vaya cogiendo va saliendo del terreno de juego así hasta quedar 1.
<b>PARTE CENTRAL</b>	<b>ACTIVIDAD 1</b> Explicación de los principales alimentos y de su distribución en la alimentación para conseguir una dieta equilibrada y sana por parte del maestro. Mientras los alumnos realizan diferentes desplazamientos (dirigidos por el profesor), deberán escuchar el grupo de alimento que él nombra: (Grasas-proteínas-carbohidratos); en base a este grupo se desplazarán de la siguiente manera: <b>Grasas:</b> trotar como si fueses alguien muy pesado y gordo

---

**Proteínas:** trotar con los brazos extendidos

**Carbohidratos:** correr muy rápido.

El que se equivoque, deberá colocarse un cono en la cabeza.

**Variante:** dado que en el ejercicio anterior se comento la tabla de alimento, el profesor dirá un alimento, y en base a ese alimento, relacionarlo con el grupo alimentario (grasas-proteínas y carbohidratos) y realizar por consiguiente su movimiento

## ACTIVIDAD 2

Grupos de 6 personas, dentro de cada grupo por parejas cogidos de la mano.

Papeles con diferentes nombres de alimentos dispersos por todo el espacio.

Una cartulina con una pirámide alimentaria (vacía) para cada grupo.

La actividad consiste en rellenar lo más rápido posible la pirámide alimentaria, para ello deberán salir corriendo cada pareja de los grupos en busca de un papel y llevarlo hasta su pirámide; en esta colocarla en el lugar correspondiente. Pero la manera de correr dependerá del alimento encontrado, como lo hemos hecho en el calentamiento:

**Grasas:** trotar como si fueses alguien muy pesado y gordo

**Proteínas:** trotar con los brazos extendidos

**Carbohidratos:** correr muy rápido.

Los alumnos deben conseguir 5 alimentos de hidratos de carbono, 4 alimentos de proteínas y 3 alimentos de grasas.

**Observaciones:** mirar a cada grupo que lo haya realizado correctamente. En caso contrario, deberán continuar hasta completar la pirámide.

## ACTIVIDAD 3

Pilla pilla grasiento.

Se le explica a todos los alumnos que todos los alimentos tienen energía y esta energía es transportada a todo nuestro organismo. Pero el problema está que un exceso de grasa puede impedir que ese transporte se realice correctamente. Por tanto tendremos a dos compañeros cualquiera que hagan de grasa y los otros que será cada vez un alimento diferente (aceite-pan- espagueti-patatas-muslo de pollo-mantequilla-tocino).

Los dos compañeros que pillan deberán estar cogidos de la mano en el centro de la pista y deberá intentar pillar al resto de compañeros, que intentarán llegar a la otra portería. Si logran pillar a alguien, estos deberán unirse a las grasas, así hasta conseguir pillar a todos.

---

Es importante desplazarse como lo venimos haciendo hasta ahora, es decir, según el alimento indicado por el profesor.

**PARTE FINAL**

**ACTIVIDAD 4**

Con la pirámide realizada en la actividad 2, cada grupo tendrá que hacer un menú con los alimentos que tiene y luego exponerlos a sus compañeros.

**SESIÓN 2**

**PARTE INICIAL**

**Una vida sana jugando y aprendiendo**

Se divide el grupo en dos, cada uno en una zona delimitada van a jugar balón mano, por cada gol que le hagan deben decir un hábito saludable que hayan desarrollado a través de la práctica deportiva.

**PARTE CENTRAL**

Dar a conocer los beneficios que aporta el fútbol y que a través de la práctica se desarrollan. Todo el grupo se ubica en círculo, en el centro va haber un participante interceptando el pase de los compañeros, a quien le intercepte el balón debe pasar al centro y decir un beneficio que aporta el fútbol, la alimentación adecuada e hidratación.

Luego van haber dos en el centro, y los que vayan quedando en el centro del círculo van a dar una reflexión del tema.

Parte final: estiramiento cada uno participa con un ejercicio y opinan sobre la clase que se realizó.

	<b>FÚTBOL</b>	<b>ALIMENTACIÓN</b>	<b>HIDRATACIÓN</b>
<b>BENEFICIOS</b>	-Promueve la actividad física -Crecimiento sano de músculos -Disfrute placentero en una actividad como alternativa de aprovechamiento del tiempo	-El cuerpo necesita cada día consumir alimentos llenos de nutrientes y energía en la cantidad y calidad debida. -cereales, pan, arroz y pasta son alimentos ricos en hidratos de carbono, siendo la principal fuente de energía del organismo	-Las bebidas mas recomendadas son el agua, zumos de fruta natural. -El cuerpo humano está compuesto en un 50% por líquidos, si no proporciona lo suficiente, no podrá funcionar bien. -el agua se pierde por la orina, heces, respiración y transpiración, esta se

libre. -verduras y frutas debe recuperar a  
 -trabajo en alimentos través de líquidos.  
 equipo indispensables,  
 -espíritu de aportan nutrientes  
 lucha reguladores del  
 -Disciplina organismo como  
 -Triunfo con son vitaminas,  
 humildad y minerales, fibra y  
 aceptación agua, se deben  
 cuando se consumir a diario.  
 pierde.  
 -Amistad.

**PARTE FINAL** Reflexión sobre lo trabajado, conocer si el tema fue entendido por todos los participantes

### SESIÓN 3

**PARTE INICIAL** Antes de iniciar el entrenamiento asegúrese de que los deportistas lleguen a los entrenamientos desayunados, con la hidratación correspondiente, uniforme, aseado y con actitud para realizar el respectivo trabajo físico.



**PARTE CENTRAL** **CALENTAMIENTO GENERAL:**  
 Se realiza una serie de ejercicios, diferentes desplazamientos, y juego con la lleva y congelados.

#### ACTIVIDAD 1

El profesor nombrara actividades para el cuidado del cuerpo, los niños y niñas deben decir si estos son acordes al cuidado del cuerpo realizando un ejercicio acordado por el profesor, y cuando no son acordes deben agachar y quedarse quietos y preguntar por que no son acordes

#### ACTIVIDAD 2

---

Trote alrededor de la cancha por parejas llevando el balón y realizando pases, se organizan los niños en grupos de tal manera que queden equitativamente, los niños se organizan en 3 filas y en cada una de estas se realizara un ejercicio diferente. En cada grupo tendrá un nombre con relación al cuidado del cuerpo, donde ellos deben construir el nombre del grupo.

Fila 1: se ubica en una hilera de conos para que se realice zig zag.

Fila 2: se ubican los platillos de forma diagonal y se realiza desplazamiento de acuerdo al orden en que están los platillos.

Fila 3: ejercicio de velocidad desde la línea final debe desplazarse hasta la otra línea de la cancha le toca la mano y el compañero que le sigue realiza la misma actividad hasta que pasen todos.

Implementar actividades de rendimiento alto para que los deportistas sientan la necesidad de hidratar y por tal motivo cumpla con los elementos necesarios para el entrenamiento.

### ACTIVIDAD 3

Se divide el grupo en tres filas cada fila realizara una actividad diferente, al terminar la actividad en cada estación deben construir una frase alusiva al cuidado del cuerpo y entre todos se dan aportaciones sobre las frases.

Fila 1: desplazamiento lateral en máxima velocidad, desplazamiento frontal en máxima velocidad.

Fila 2 : se ubican los conos de forma diagonal a un lado de la cancha el deportista debe realizar el recorrido según el orden de estos

Fila 3: desplazare por la cancha controlando el balón primero con pie derecho y después con pie izquierdo

### ACTIVIDAD 4

Se hacen tres filas

La primera fila sale en velocidad máxima hasta que todas las filas La primera fila sale en velocidad máxima hasta que todas las filas terminen el primer ejercicio. Y deben mostrar la postura adecuada y decir que no se debe hacer

**PARTE  
FINAL**

Reflexión sobre lo trabajado, conocer si el tema fue entendido por todos los participantes

## SESIÓN 4

<b>PARTE INICIAL</b>	Siempre que se inicien los entrenamientos deportivos se tendrá una charla con los deportistas, realizando preguntas si ha comido algo antes de iniciar el entrenamiento, si trajo la hidratación correspondiente
<b>PARTE CENTRAL</b>	Se realizara una actividad con padres y alumnos en las cuales se informara sobre la importancia de adquirir hábitos saludables entre estos están la alimentación y el control que se debe tener en cuenta con las visitas al medico

Se indagara a los padres de familia y aparte a el niño con las mismas preguntas para cada uno luego se comparan con las respuestas que dan los dos las preguntas son :

1. ¿con que frecuencia su hijo asiste a controles médicos?
2. ¿antes de llegar a los entrenamientos su hijo a desayunado?
3. ¿siempre que su hijo entrena trae la hidratación correspondiente?



<b>PARTE FINAL</b>	Con esta actividad se busca encontrar en los padres y deportistas una conciencia para que adquieran hábitos saludables
--------------------	--

## UNIDAD DIDACTICA N° 2

### FORMACION DEPORTIVA

<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Desarrollar actividades deportivas para el desarrollo y aprendizaje de los diferentes aspectos del fútbol para el aprovechamiento del tiempo libre.
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar los fundamentos básicos del fútbol a través de juegos y actividades deportivas</li> <li>- Fomentar el fútbol como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre</li> <li>- Fortalecer la parte de control de balón y la precisión en los</li> </ul>

---

pases entre los alumnos

**CONTENIDOS** Fundamentos básicos del fútbol (conducción, pase, remate, control)

### SESIÓN 1

#### PARTE INICIAL

#### Jugando y aprendiendo

**PISA LA SOMBRA:** Este juego solamente se puede realizar cuando hace sol. Se elige un niño, dentro del grupo, el cual tratará de pisar la sombra de alguno de sus compañeros. Aquel que se la deje pisar, sale para alcanzar la sombra de otro de sus compañeros y así sucesivamente continúa el juego por unos cinco minutos.

Cada cuatro o cinco niños se cogen por la cintura y forman una hilera, la cual representa un potro. Otro hace de chalán y trata de cogerse de la cintura del último de la hilera, pero éste se lo impide, por medio de rápidos quites. Si el "Chalán" logra montar, esto es agregarse a la cola, el jugador de la cabeza pasa a ser chalán, porque se supone que el potro se ha dejado montar por falta de una buena cabeza.

Variación: Pueden formarse cuatro o más potros, según el número de niños.

#### PARTE CENTRAL

Ejercicios sobre conducción

Pases

superficies de contacto

tiro al arco



- MANEJO de balón con todas las superficies de contacto, borde interno, externo, planta del pie, talón, muslo, cabeza, empeine.
- Por parejas, y con un balón, uno se ubica al frente del compañero, entonces cuando pite la profesora debe salir conduciendo el balón con la parte que ella diga ejem: muslo y atrapar y deben llegar hasta donde está el compañero, entregar el balón y devolverse rápidamente a su puesto, y después sale el compañero que tiene el balón y hace lo mismo.

-Juego lúdico de ubicación y desplazamiento, se ubican varios conos simulando las posiciones de fútbol, cada uno se ubica en

---

cada cono, quedando uno participante sin cono, al sonido del pito, deben salir a cambiar de posición, siempre va quedar uno sin cono, luego se puede variar quedando 2 o 3 o 4 sin cono.

- 1 vs 1 ejecución de fintas tiempo de 1 minuto el que quede sin balón al terminar el tiempo debe realizar 10 saltos pasando por encima del balón hacia delante y atrás.

Variación: saltar de lado por encima del balón, saltar sujetando el balón con los bordes internos.

Luego 2 vs 2 ejecuciones de ataque y defensa, siempre cambiando de posiciones.

#### PARTE FINAL

#### La palabrota

**Indicaciones:** todos los jugadores se colocan en círculo, el dirigente dice: "voy a decir unas 'palabrotas' al oído, ustedes deben transmitirlos a sus compañeros, también al oído; pueden cambiarlas por otras peores o aumentando la que yo les diga". Se acerca al oído de cada uno, en lugar de decirles algo, les muerde la oreja, y todos harán lo mismo a su compañero. Es importante observar las caras de sorpresa de todos y sus reacciones.

## SESIÓN 2

#### PARTE INICIAL

#### BLANCO Y NEGRO

**Descripción:** Los jugadores se sitúan sobre dos líneas paralelas trazadas previamente, formando un pasillo, a unos dos o tres metros de distancia. Un equipo es el blanco y el otro el negro. El entrenador nombrará al azar ¡blanco! o ¡negro! Al oír el nombre de su equipo, los jugadores huyen hacia la línea de fondo mientras sus adversarios intentan atraparlos antes de que logren llegar a ella. Cada jugador tocado supone un punto para el equipo.

**Reglas:** Se debe correr en línea recta y los jugadores atrapados adoptaran una posición de cuclillas sin poder moverse.

**Variantes:** Podemos efectuar las salidas desde distintas posiciones. Luego ubicamos un balón en el centro de los jugadores, si no que ahora nos desplazamos conduciendo el balón.

#### PARTE CENTRAL

#### FORMAS BASICAS DE CONDUCCION DEL BALON

Superficies de contacto: reconocimiento y utilización de cada una.

---

---

Parte interna del pie, parte externa del pie, planta del pie, empeine. Trabajar las superficies de contacto en parejas haciendo hincapié en las superficies de contacto del pie, primero en forma estática y luego con desplazamientos.

Conducir la pelota con la parte interna del pie y manteniendo el control en un trayecto delimitado, luego con parte externa del pie. Realizarlos con derecha e izquierda. Luego realizar el soldadito llevar el balón golpeando con la parte interna de los pies.

Luego se ubican unos conos a 2 metros de distancia en hilera, deben conducir de la pelota y en cada cono paran la pelota con la planta del pie, así en todos los conos.

Colocar una fila de conos, pasar entre los mismo llevando la pelota cerca del pie y manteniendo el control de esta.

Igual que el anterior pero cuando pasa todos los conos pateas el balón hacia la portería.

Trabajo en parejas y un solo balón, uno delante del otro, realizan pases aras de piso, controlando la pelota hacer 20 repeticiones.

Variante: ahora uno de ellos envía la pelota con las manos a su compañero para que este controle utilizando la planta del pie justo en el momento que el balón toque el suelo.

En parejas realizar pases con desplazamiento haciendo los pases hacia delante, controlar y hacer pase al compañero.

### **LAS COGIDAS**

Un niño debe perseguir a los otros hasta atrapar a uno, este hará a continuación de perseguidor y así sucesivamente. Primero lo realizaremos sin balón y luego con la pelota conduciéndola haciendo hincapié en las superficies de contacto.

### **PARTE FINAL**

Ejercicios de vuelta a la calma, estiramiento de los diferentes grupos musculares.

## **SESIÓN 3**

### **PARTE INICIAL**

#### **CALENTAMIENTO GENERAL:**

- Trote suave
- Relevos en grupos
- Carreras cortas
- Trote lateral
- Saltos

### **PARTE**

#### **ACTIVIDAD 1**

---

## CENTRAL

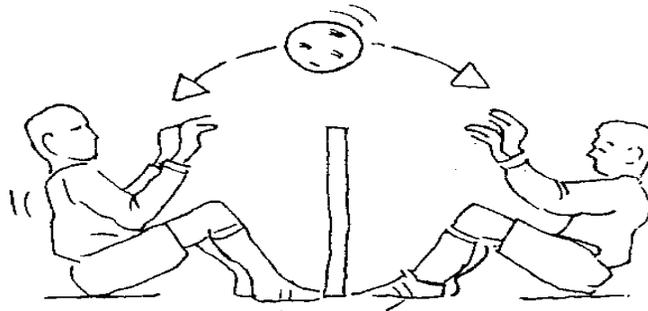
Los jugadores colocados por parejas con un balón, realizan un pase hacia su compañero quien en lugar de esperar la llegada de la pelota, sale a su encuentro y controla dentro de una zona delimitada para tal efecto.



Antes de que los jugadores salgan a buscar el balón se coloca una escalera coordinativa, sucesivamente se colocan unos conos y se aumenta la cantidad de obstáculos antes de ir a el balón

## ACTIVIDAD 2

Situados frente a frente sentados junto a dos conos se pasan mutuamente y consecutivamente un balón



- A medida que se realizan 10 repeticiones cada uno se aumenta la distancia
- Se realizan lanzamientos con mano dominante y no dominante de igual manera a partir de 10 repeticiones se aumenta la distancia
- Se realiza el mismo ejercicio solo se cambia la posición ubicándose en diagonal
- Con un balón entre las piernas de cada deportista sin dejarlo caer

## PARTE FINAL

Realizar el respectivo estiramiento de los diferentes grupos

musculares.

## SESIÓN 4

### PARTE INICIAL CALENTAMIENTO GENERAL:

- Trote alrededor de la cancha
- Movilidad articular
- Carreras cortas
- Saltos

### PARTE CENTRAL

Se ubica una serie de obstáculos dentro de la cancha de futbol se realiza pasadas primero sin balón, para el reconocimiento de camino que se debe seguir, se aumenta la dificultad del ejercicio realizándolo con balón la primera vez con pierna dominante, una vez pasado esta parte se inician pasadas con dominio de balón pero con pierna no dominante



### PARTE FINAL

Durante el proceso se va aumentando la dificultad del ejercicio el éxito será en las repeticiones que el deportista realice, por último se realiza los estiramientos de los diferentes grupos musculares.

## UNIDAD DIDACTICA N° 3

### FORMACION EN VALORES 3

### OBJETIVO

Fomentar valores a través de diferentes actividades por medio de la

<b>GENERAL</b>	práctica deportiva.
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover el respeto y trabajo en equipo a través de la práctica del fútbol.</li> <li>- Observar el comportamiento que tienen los alumnos en general, por medio de una actividad lúdico deportiva</li> <li>- Generar un ambiente agradable durante la práctica deportiva</li> </ul>
<b>CONTENIDOS</b>	Trabajo en equipo Respeto Solidaridad

## SESIÓN 1

<b>PARTE INICIAL</b>	Perseguido y perseguidor, se hacen por parejas, uno va ser el perseguido y otro el perseguidor, cuando la profe diga perseguido debe cogerlo el perseguidor y así.
<b>PARTE CENTRAL</b>	<p>Por parejas, se cogen de las manos y se desplazan por todo el espacio, uno de ellos va conducir el balón y el otro va a quitar el balón a otras parejas, sin salirse de la cancha, tienen que sacarles el balón, las últimas dos parejas que queden serán las ganadoras.</p> <p>Se hacen 3 grupos y se ubican en fila, deben llevar el balón hacia la línea de meta, y quedarse allí, el que sigue en la fila, sale a traer el balón y lo entrega al compañero y se van los dos, para la línea de meta, y así hasta que todos lleguen a la meta, el primer grupo que llegue a la meta ganara.</p> <p>Juego lúdico de ubicación y desplazamiento, se ubican varios conos simulando las posiciones de futbol, cada uno se ubica en cada cono, quedando uno participante sin cono, al sonido del pito, deben salir a cambiar de posición, siempre va quedar uno sin cono, luego se puede variar quedando 2 o 3 o 4 sin cono.</p> <p>En filas se enumeran cada uno tiene un numero, cuando mencionen tal número este debe salir a correr a patear el balón al arco.</p>
<b>PARTE FINAL</b>	Ejercicios de vuelta a la calma, estiramiento de los diferentes grupos musculares y retroalimentación sobre los valores trabajados en la sesión.

---

## SESIÓN 2

### PARTE INICIAL

#### LA CADENA

**Descripción:** Un jugador persigue a los demás. El resto se moverá libremente por todo el espacio previamente delimitado.

El jugador que persigue intenta tocar o atrapar al resto; cuando lo consigue el jugador tocado se coge de la mano del perseguidor y juntos intentan atrapar al resto de los jugadores. A medida que se va tocando gente, estos se suman a la cadena (puede hacerse cada vez más grande o dividirse en cadenas más pequeñas) que irá persiguiendo a gente hasta que no quede ningún jugador libre.

**Reglas :** Las capturas no son válidas si la cadena se rompe (si los perseguidores se sueltan de las manos) y si un jugador sale de los límites queda eliminado (se suma a la cadena)

### PARTE CENTRAL

#### JUEGO

En la mitad del área grande, agrupamos a 2 jugadores y le damos un balón por parejas, tienen que ir cogidos de la mano uno tiene que conducir el balón y con cuidado para que no se la quiten y el otro tiene que intentar quitarle el balón a los demás, al sacarle el balón fuera de la zona de juego serán eliminado la pareja que se le ha ido el balón, gana la ultima pareja que se quede, luego se cambia en la pareja el conductor del balón y el que roba.

#### EL PUENTE

Se hacen dos grupos de igual número de integrantes, se ubican en un extremo del terreno, la actividad consiste en hacer un puente con los integrantes donde deben acostarse uno separado del otro dejando un espacio para poder pasar, cada integrante pasa por el puente y se ubica al final de la fila gana el equipo que llegue al otro extremo. **Variante:** ahora se desplazan conduciendo el balón en zigzag entre los compañeros, forman el puente hasta el otro extremo del terreno.

#### EJERCICIO 1

Los jugadores de cada equipo tienen la siguiente regla: un jugador puede darle los toques que quiera al balón, pero el siguiente compañero (mismo equipo) sólo podrá darle uno. Y así sucesivamente. Es decir, después de toques libres, es obligatorio un

---

solo toque. Y después de un solo toque, es posible toques libres (posible porque si quiere dar uno sólo también, estaría retrasando los toques libres y permitiendo al siguiente compañero que pueda elegir entre ambas posibilidades). Con esta regla, el equipo trabaja la solidaridad con el compañero, el preocuparse por los demás. Pensar en el grupo, en que si se puede realizar una acción que beneficie a otro compañero, se hace. **Generosidad.**

### **EJERCICIO 2**

En esta ocasión, la regla es simple. Los zurdos sólo pueden jugar con el pie derecho, y los diestros sólo pueden jugar con el pie izquierdo. Con esta tarea estamos provocando que el jugador que va a pasar la pelota, se preocupe por el compañero. Por darle el balón en las mejores condiciones posibles para que pueda realizar la acción.

### **EJERCICIO 3**

Durante un determinado ejercicio de dos equipos el profesor realizara una señal con la que uno de los jugadores de uno de los equipos, se va del ejercicio a rodear un objeto considerablemente alejado y pre-establecido con anterioridad. Después, nuevamente vuelve a realizar la señal, y un segundo jugador va a hacer la misma operación.

Durante un período de tiempo, un equipo actuará con inferioridad. Será misión de ellos el saber administrar ese tiempo, el saber manejar la situación que a priori es desfavorable por la inferioridad numérica. Además, el equipo en superioridad deberá gestionar la situación contraria. Pero paralelamente, los jugadores que salieron a rodear el objeto, tienen la máxima responsabilidad de la situación, puesto que cuanto menos tiempo tarden en realizar la misión, menos tiempo estará su equipo perjudicado. **Sacrificio, solidaridad, unión.**

#### **PARTE FINAL**

Ejercicios de vuelta a la calma, estiramiento de los diferentes grupos musculares.

## **SESIÓN 3**

#### **PARTE INICIAL**

#### **CALENTAMIENTO GENERAL:**

Se realizan juegos como la lleva, las cogidas con los cuales se

enfoca en el respeto, a la hora de tocar al compañero de no pegarle, desarrollando un ambiente libre de conflicto.

**PARTE  
CENTRAL**

**ACTIVIDAD 1**

Por parejas o tríos se realiza un juego con el balón, esto es mantenerlo en el aire el mayor de tiempo posible, utilizando los pies, muslo, cabeza, sin que la pelota caiga a el suelo; con cada golpe deben nombrar valores que se han trabajado en la sesiones

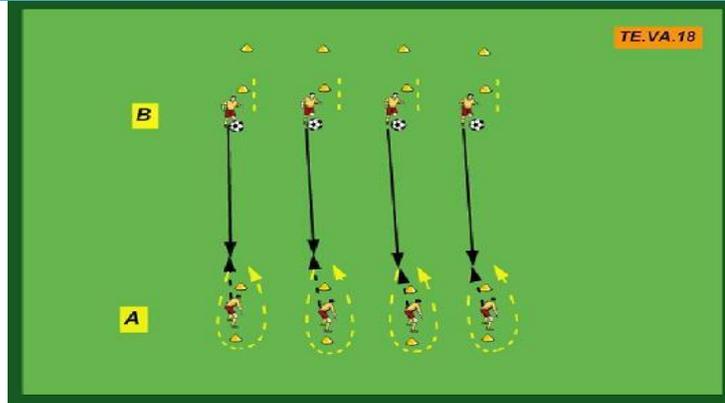


**VARIANTES:**

- La actividad inicia dejando rebotar máximo dos veces el balón a medida que el ejercicio se va desarrollando se disminuye la veces que rebota el balón.
- Se asigna un lugar específico a cada jugador. El objetivo es hacer control del balón y recepcionar se pasa el balón este debe caer donde está el jugador que corresponda en recibirlo

**ACTIVIDAD 2**

Se forma todo el grupo en parejas, cada pareja trabaja con un balón, las parejas se sitúan en las líneas laterales de la cancha de tal manera que queden frente a frente con sus compañeros, se realizan pases a ras de piso utilizando el borde interno y externo . Cada grupo deben escoger un valor el cual deben nombrar las características



#### VARIANTES:

- De la misma manera se ubican pero el ejercicio es conducir el balón hacia la mitad de la cancha realizando el pase y devolviéndose de espaldas a la posición inicial.
- Se forman dos filas con la misma pareja, el objetivo es desplazarse de un extremo de la cancha al otro haciendo pases.

#### ACTIVIDAD 3

Se realiza una fila frente a esta se ubican aros continuos en los cuales los niños deben pasar sin pisar ningún aro, pasan los alumnos por el mismo obstáculo esta vez saltando a dos pies, se realizan dos filas frente a esta se ubican conos para pasar en zigzag continuo a esto se ubican aros seguidos para hacer pasadas a máxima velocidad. Cada fila deben contener un nombre con relaciona al respeto un característica de este



- Se realiza el mismo ejercicio pero esta vez de espaldas
- se realizan los mismos ejercicios pero esta vez con balón

---

Con dichas actividades se busca que los alumnos adquieran respeto hacia el compañero hacia el buen trato ya que son actividad de contacto en la que se involucran diferentes movimientos, y en algunas circunstancias estos movimientos conllevan a diferentes cambios emocionales a los que los que se pueden establecer durante el juego.

**PARTE FINAL** Se realiza el respectivo estiramiento en grupo y además se reflexionara sobre lo aprendido y los valores que se utilizan en la sesión.

#### SESIÓN 4

**PARTE INICIAL**

- Charla sobre valores y su importancia
- Trote alrededor de la cancha
- Movilidad articular
- Trote en el puesto

**PARTE CENTRAL** Se inicia actividad central consiste en pruebas de velocidad, control de balón. Se divide el grupo en tres equipos, cada uno realiza una fila. Primero se realiza velocidad sin balón, cuando todos los deportistas pasen se pone dificultad es vez se realiza con dominio de balón en línea recta y para finalizar se aumenta colocando en el recorrido obstáculos conos y aros.



**PARTE FINAL** Durante el ejercicio se estará corrigiendo directamente a el deportista para que realice bien el ejercicio, cada vez que se

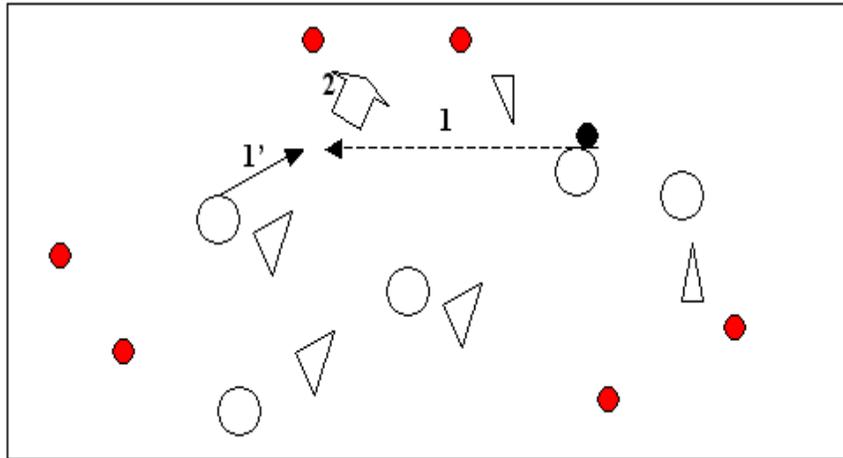
presente irrespeto a el deportista que se equivoque en las pruebas se le habla a quien lo haga de esta manera se tendrá en cuenta el respeto y la formación de valores entre el grupo

#### UNIDAD DIDACTICA N° 4 APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

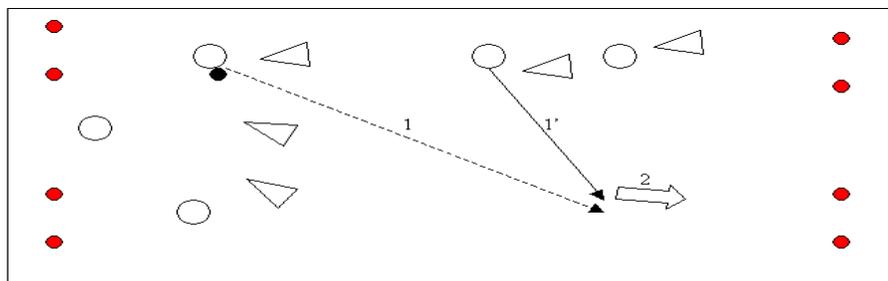
<b>OBJETIVO GENERAL</b>	Crear, incentivar y desarrollar un espacio en el que los niños y niñas y padres de familia participen en actividades lúdicas deportivas que brinden alternativas de formación para el aprovechamiento del tiempo libre.
<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fomentar la importancia de invertir el tiempo libre adecuadamente a través juegos y la práctica deportiva.</li><li>- Propiciar momentos de sano esparcimiento y participación en actividades</li></ul>
<b>CONTENIDOS</b>	Juegos donde se integren enseñanza aprendizaje relacionado con el fútbol Aprovechamiento del tiempo libre con padres de familia y niños y niñas

#### SESIÓN 1

<b>PARTE INICIAL</b>	<b>Jugando y aprendiendo</b> Dinámica de motivación: Zorros y lobos; los niños se sientan en el suelo por parejas, espalda con espalda juntas. Uno es el zorro y el otro es el lobo. A la voz del maestro diciendo zorro, este se escapa y el lobo lo persigue, si la voz dice lobo será al contrario el lobo saldrá corriendo y el zorro lo perseguirá. Tendrán que desplazarse rápidamente.
<b>PARTE CENTRAL</b>	Ejercicio (10 min): Dividimos el grupo en 4 equipos con sus respectivos nombres. Jugarán dos partidos con tres porterías (2 m) en cada campo. Los campos serán la mitad del campo de fútbol 7. Se permite marcar gol en cualquiera de las tres porterías y desde cualquier dirección. Variables: N° máximo de toques. No permitir marcar dos goles seguidos en la misma portería. Disminuir el tamaño de las porterías. Representación gráfica:



Ejercicio (10 min) Los ganadores de los dos partidos jugarán la final y los otros dos equipos “el tercer y cuarto puesto “. Los dos partidos serán de la siguiente forma: 2 porterías (2 m) en cada línea de fondo, por tanto, campos con 4 porterías con dirección ataque/defensa.



Se forman cuatro equipos. Se colocan tres aros separados por un espacio delante de cada equipo.

Desarrollo: Consiste en, el primero sale botando y deja el balón en el primer aro, el segundo coge el balón y lo deja en el segundo..., así sucesivamente hasta que salgan todos los niños, gana el más rápido.

#### PARTE FINAL

Ejercicios de estiramiento y cada uno debe contar en voz alta hasta 10, y una reflexión al final de la clase, y motivándolos a ser mejores cada día, e invitándolos hacer las cosas bien.

## SESIÓN 2

#### PARTE INICIAL

#### LOS CONGELADOS

Un niño debe perseguir a los otros hasta cogerlo y queda congelado, así hasta que todos queden congelados. Primero lo realizaremos sin balón y luego con la pelota conduciéndola, para descongelar deben

pasar el balón por medio de las piernas del compañero.

**PARTE  
CENTRAL**

**JUEGO**

Todos los jugadores se ubican en fila en un extremo del terreno cada uno con un balón y uno de los jugadores se ubicara en el centro, este debe no dejar pasar a los demás al otro lado, tiene que quitarles el balón para que salgan, cuando el profesor diga trasteo deben desplazarse hasta el otro extremo conduciendo el balón sin que se le quiten la pelota.

**LOS CANGUROS**

Carrera de relevos, se hacen 4 grupos, por relevos se desplazan hasta el cono llevando entre las piernas un balón, en un recorrido de ida y vuelta.

**EL BOBITO**

Grupos de 6 o 7 alumnos, se colocan en círculo. Uno en el medio del círculo, este debe quitarles el balón a los demás. Si lo consigue sale del centro y entra el que falló.

**ACTIVIDAD 1**

En el terrero de juego se ubicaran conos en todo el espacio, los jugadores se desplazan conduciendo el balón alrededor del terreno cuando el profesor pite deben buscar rápidamente un cono, el jugador que se quede sin cono debe hacer una prueba física como penitencia.

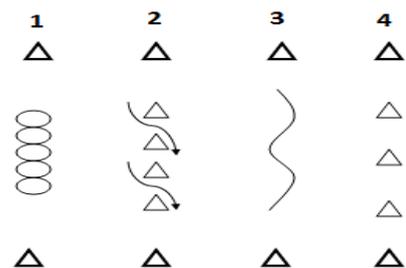
**ACTIVIDAD 2**

Estación 1: deben pasar por los aros saltando con un pie primero con derecha y luego con izquierda.

Estación 2: deben desplazarse en zigzag conduciendo el balón

Estación 3: deben pasar pisando el lazo en puntas

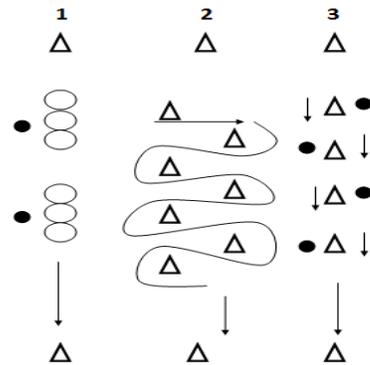
Estación 4: en cada cono salta con los dos pies a la vez.



**ACTIVIDAD 3**

Estación 1: los alumnos pasan por los aros un pie por cada aro y el balón pasa por un lado y da una vuelta al último cono. Estación 2: los alumnos se desplazan conducción de balón en zigzag tocando con las manos los conos y da una vuelta al último cono. Estación 3: los

alumnos hacen un ocho que consisten en que la persona pasa por un lado del cono y el balón por el otro lado y va hasta el cono da vuelta y se devuelve.



**PARTE FINAL**

Ejercicios de vuelta a la calma, estiramiento de los diferentes grupos musculares.

**SESIÓN 3**

**PARTE INICIAL**

- Información sobre el sistema que maneja a escuela de futbol para la enseñanza
- Explicación sobre los derechos que tienen los padres de familia y sus hijos
- Información sobre como participar en la formación de su hijo

Actividad rompe hielos

Se divide el grupo en dos, a cada grupo se le entrega una sopa de letras con palabras relacionadas a el tiempo libre, palabras relacionadas a la pérdida de tiempo el objetivo es encontrar estas palabras y formar una oración

**PARTE CENTRAL**

**ACTIVIDAD 1**

Con la frase que se realizó con la sopa de letras se inicia una charla sobre:

- ¿qué es el tiempo libre?
- la importancia del tiempo libre
- ¿La importancia de practicar futbol para el aprovechamiento del tiempo libre?
- ¿Porque es favorable tener una actividad establecida para el tiempo libre?

**ACTIVIDAD 2**

Realizar con los padres de familia que participen en un encuentro

---

deportivo, en el que primero sus hijos jugaran un partido de fútbol seguidamente ellos se enfrentaran contra la otra escuela donde se busca que ellos se integren, conozcan y se diviertan.



**PARTE FINAL**

Conocer el punto de vista de todos los participantes de padres de familia como niños y niñas sobre lo realizado en la sesión

**SESIÓN 4**

**PARTE INICIAL**

Se realiza una invitación a padres de familia y alumnos con el fin de hacer una integración masiva con todas las categorías y diferentes familias

**PARTE CENTRAL**

Se realiza una actividad rompe hielos PAREJAS formando un círculo entre padres y alumnos se forman 3 tipos de pares siempre con diferente persona la idea es que se emparejen con personas que no conozcan la primera pareja que se forma será micos a sus palos. Este momento la pareja indica quien va ser el mico y quien va hacer el palo, cuando el profesor diga palos a sus mico la per zona que esta asiendo de palo se va a subir en la espalda de su pareja, cuando se diga de nuevo micos a sus palos se realiza lo mismo.

Cuando el profesor diga revolcón se cambia de pareja en esta ocasión la pareja escoge quien va hacer de esposo y quien de esposa, cuando se diga esposo a su esposa el que esta asiendo de esposo se va a sentar en la pierna de la esposa y nuevamente cuando se indique lo contrario se hace lo mismo, nuevamente el profesor indica revolcón, otra vez se hace cambio de pareja en esta ocasión las parejas escogen quien va hacer de conejo quien va hacer la conejera.

Cuando se indique conejos a sus conejeras el que esta asiendo el papel

---

---

de conejo se va a meter entre las piernas del que esta asiendo de conejera; se hace el cambio cuando se indique conejeras a sus conejos realizando lo mismo. En cualquier momento el profesor puede decir que se organice la primera o segunda pareja para esto los participantes deben estar concentrados en no perder las parejas con las que le a tocado realizar la actividad.



---

**PARTE FINAL**

Durante esta actividad se estimula la recreación y la integración entre padres e hijos invirtiendo el tiempo libre en recreación goce y esparcimiento con demás personas.

La participación de los niños es importante y en esta se está trabajando la parte emocional aprovechando y compartiendo tiempo con sus padres

---

**OBJETIVO GENERAL**

Promover en los padres de familia compromiso con la escuela

**OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Instruir a los padres de familia sobre los hábitos saludables.
- Fomentar la participación e integración de los padres de familia e hijos a través de actividades lúdicas.
- Buscar integrar a los padres de familia a través de actividades

**CONTENIDOS**

- Valores como el amor, integración, respeto
- La importancia de la Hidratación

---

## SESIÓN 1

**PARTE INICIAL** **Rompehielos:** se divide el grupo en dos, uno será el respeto y el otro será amor, todos se desplazan por el espacio delimitado, cuando el líder diga amor, el respeto debe coger a todos los que pueda del grupo del amor, tiene 30 segundos. Y así cuando vuelva a mencionar un nombre del grupo.

**PARTE CENTRAL** **Desarrollo:** se realiza al finalizar el entrenamiento, se hacen dos grupos de padres de familia y van a jugar fútbol 10 minutos, los niños les van hacer barra.  
Luego los papas van hacer arqueros de sus hijos, cada padre de familia debe estar atento porque cada niño va a hacer gol tocándolo con la mano en la espalda.  
Posteriormente una pareja de padre e hijo cogidos de las manos van a desplazarse por el espacio delimitado, para tocar a las otras parejas que van a estar conduciendo el balón con el pie y sin perderlo de vista, no se van a dejar tocar. A la pareja que toquen queda haciendo lo mismo y entrega el balón a la pareja que los toco.

**PARTE FINAL** Ejercicios de vuelta a la calma, estiramiento de los diferentes grupos musculares y retroalimentación sobre lo aprendido en la sesión.

## SESIÓN 2

**PARTE INICIAL** **Hola hola**  
Los participantes se ponen de pie y forman un círculo. Una persona camina alrededor del círculo, por la parte exterior y toca a alguien en el hombro. Esa persona camina alrededor del círculo en la dirección contraria, hasta que las dos personas se encuentren frente a frente. Se saludan mutuamente tres veces por sus nombres. Luego las dos personas corren en direcciones opuestas alrededor del círculo, hasta tomar el lugar vacío. La persona que pierde camina alrededor del círculo otra vez y el juego continúa hasta que todos hayan tenido un turno.

**PARTE CENTRAL** **ACTIVIDAD**  
Se hacen 2 grupos de igual número de integrantes, cada integrante de cada grupo deberá conducir el balón en zigzag hasta el otro

---

---

extremo donde se encontraran uno globos, cogen un globo y se devuelven conduciendo balón, deberán reventar el globo y leer para el grupo la frase que hay en cada globo, el grupo que mas globos revienten gana, al final se socializan en grupo lo aprendido.

#### FRASES

- Hidratamos siempre ANTES - DURANTES - DESPUES de la actividad
  - No esperemos tener SED, porque será demasiado tarde
  - Cuando nos deshidratamos nuestro rendimiento deportivo comienza a decaer
  - Una alimentación adecuada contribuirá a que el deportista mantenga un buen estado de salud y aproveche al máximo sus capacidades físicas.
  - La práctica de un deporte nos lleva a nosotros y a nuestras familias a seguir una alimentación sana y a aportar beneficios para una buena salud a lo largo de la vida.
  - Una buena dieta es aquella que suministra la energía necesaria en cantidades adecuadas y aporta al organismo todos los nutrientes (proteínas, ácidos grasos, carbohidratos, vitaminas, minerales y agua) en las proporciones más idóneas para cada individuo.
  - Los niños se deshidratan más rápida y fácilmente que los adultos. La temperatura central de los niños sube más rápido.
  - No esperemos tener SED, porque será demasiado tarde
  - Es importante asegurarse de que el niño llegue bien hidratado a los entrenamientos o partidos y establecer pausas para hidratarse cada 15 o 20 minutos en actividades prolongadas aunque el niño no tenga sed.
  - No se recomienda que los niños ingieran bebidas con cafeína.
  - Observar el volumen y el color de la orina, debe ser abundante y lo más clara posible
  - El agua tiene varias funciones importantes para el cuerpo. Ayuda a regular la temperatura del cuerpo, Ayuda a los nutrientes llegar a todos los órganos, Protege todas las articulaciones, Es buena para la piel, Ayuda al cuerpo a procesar los alimentos más eficientemente.
  - Lleve una botella de agua para asegurarse de que tome
-

---

durante los descansos durante el juego

- Las señas de deshidratación pueden incluir: Sentirse cansado o confuso, Mareo, Tener dolor de cabeza, Boca seca o pegajosa, Tener calambre en las piernas o el estómago, Sentir sed.

**PARTE FINAL** Realizar una retroalimentación sobre lo trabajo en la sesión y conocer el punto de vista de los padres de familia.

### SESIÓN 3

**PARTE INICIAL** **Actividad rompe hielo**  
El nudo: esta actividad se realiza colocando dos filas mirándose frente a frente , en esta posición todos los padres se van a coger de las manos entrelazados con la persona que tiene al frente, el objetivo es formar un circulo sin que se suelten las manos.

**PARTE CENTRAL** **ACTIVIDAD 1**  
Charla sobre la importancia de los acompañamiento de los padres de familia con sus hijos tanto en los entrenamientos como en los diferentes encuentros deportivos  
Se atender dudas e inquietudes que tiene cada uno de los padres de familia con respecto a todo lo relacionado con la escuela

**ACTIVIDAD 2**  
Se realiza una charla con los padres de familia en la que se dialogue sobre la importancia aprender a ganar y a perder en sus hijos a través de la práctica deportiva

**PARTE FINAL** Finalizando la sesión conocer el punto de vista de los padres de familia sobre la escuela de formación deportiva Atlético Garcés para buscar que cada vez sea superior y se distinga entre otras.

### SESIÓN 4

**PARTE INICIAL** Se realiza actividades de integración con padres de familia

**PARTE CENTRAL** Se realizara una charla con padres de familia motivándolos a una eficaz comunicación entre ellos, construiremos un cuento que se llamara el libro viajero consiste en que el profesor inicia una historia de un niño que tiene una variedad de problemas, esta historia se plasma escrita en un cuaderno , la idea es que cada fin de semana los padres se van a llevar el cuaderno e iniciara hacer parte de la historia con su creatividad y así se irá rotando hasta que pase



**PARTE FINAL** Por medio de esta actividad los padres se estarán integrando a través de una historia en la que los padres opinaran y le darán soluciones a una variedad de conflictos

## ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA ATLÉTICO GARCÉS

Se realizó el domingo 13 de abril 2014

En el salón comunal del barrio Garcés Navas

Duración 19 minutos y 25 segundos.

Transcripción de la entrevista

Entrevistador: Yamile Sánchez (Entrevistador)

Personas entrevistadas padres de familias (P.F)

Entrevistador: Buenas tardes respetados padres de familia, les agradezco su asistencia y su colaboración ya que es fundamental contar con ustedes para realizar un trabajo en conjunto aportando a la formación de sus hijos, la escuela de fútbol Atlético Garcés busca aprovechar el tiempo libre a través de la práctica deportiva, fomentando valores, hábitos saludables a través del fútbol, el objetivo de esta entrevista es construir entre todos un modelo de escuela buscando estrategias para el crecimiento y fortalecimiento de este proyecto.

P.F: buenas tardes!

Entrevistador: eh bueno les agradezco por estar acá, empezamos con la primera pregunta, dice, los padres de familia pasan la mayor parte del tiempo libre con sus hijos, por lo tanto en los encuentros deportivos que se hacen en la escuela, no se ha reflejado ese acompañamiento, ¿Por qué?

P.F(1): Por que personalmente no sabía que se podían ir a verlos, sino que uno va y los deja allá y ellos van y hacen su actividad.

Entrevistador: alguien más quiere participar en la respuesta de esta pregunta

P.F(2): eh pues yo pienso que muchas veces, que no todos los padres, como el caso de ahorita, estamos los que digamos que estamos apoyando mas la escuela y eso, hay muchos padres que son desentendidos, que toman esta actividad como porque el niño se ocupe un ratico si, la idea es como apoyarlos, estar como más pendiente de los niños, que Dios no lo quiera un accidente en un partido y uno también debe estar presente, si pasa algo entonces la culpa va hacer de los profesores y la idea es esa, estar más pendiente de los niños.

P.F(3): lo que pasa es que no siempre, es por el descuido de los papas, porque no quieran estar con sus hijos, sino que también, hay muchos papas que trabajan, y tratamos que los niños estén ocupados y no estén en la casa, jugando video juegos o juegos en el computador o metido en el internet, sino que tratamos de que también ellos estén ocupados haciendo algo sano, mientras uno como papa trabaja y desafortunadamente no los puede acompañar siempre,

Entrevistador: vale, muchas gracias. Segunda pregunta ¿considera usted que la escuela ha aportado en la formación de valores de sus hijos?

P.F (1): si porque pues les ha creado un compromiso de responsabilidad, un compromiso de levantarse temprano, de irse bien aseado, de que les apasione el fútbol.

P.F (2): para mi, sí, es muy importante porque aporta en el cambio de hábitos de manera positiva, son más responsables en cuanto a las obligaciones que deben realizar y es una motivación para hacer bien las cosas que realizan en cuanto a sus labores educativas y responsabilidad que tiene en la familia.

Entrevistador: gracias. Tercera pregunta ¿Cuando la escuela empezó a trabajar en el parque principal del barrio Garcés Navas aprovechando el espacio para la enseñanza del fútbol, ¿cuál es su opinión frente a la recuperación de este espacio?

P.F(1): claro es una recuperación positiva porque en sí, se está tomando el parque para lo que es, para que los niños jueguen, se diviertan y no pues para que la gente lo coja para consumir sustancias alucinógenas y todo esto.

Entrevistador: gracias. Eh Cuarta pregunta ¿qué aspectos ha mejorado su hijo a través de la formación deportiva en cuanto lo emocional, social y motriz?

P.F(1): eh por lo menos mi hijo ahora se levanta más temprano, antes no, es un dormilón entonces el ahorita me prefiere madrugar, alistarse rápido, eh que ir con la prima para su compromiso, eh en cuanto a lo motriz el también era un poco perezoso, ósea en los movimientos y ahorita más ágil, mas despierto.

Entrevistador: gracias, quinta pregunta ¿Desde el punto de vista académico usted (cree) considera que su hijo ha cambiado, porque?

P.F(1): personalmente mi hijo si porque, mi hijo, antes no le gustaba como participar en clase era muy callado, ahorita el ya, participa mas, es mas sociable también en el colegio, ósea no están encerrado en él, o sino ya ha aprendido a compartir mas con otros niños también, y también me ha aparecido bien porque, los niños uno debe ir enseñando cuando pierdan y cuando ganan, entonces como que ha entendido también cuando deben esperar que no que descansen este tiempo que van a jugar, porque mi hijo antes no aguantaba eso y ahorita ya ido como aprendiendo.

P.F(2): agregando a lo que la señora está diciendo sí, me parece que mi hijo ha tomado más responsabilidad en el colegio, ahora se preocupa más, si yo le doy la responsabilidad de que bueno, que como vamos en el colegio, entonces él se preocupa si no respondo en el colegio mi mama no me va a dejar asistir a la escuela, y ha creado como ese habito de que me levanto temprano, de que si tengo que cumplir aquí en mi casa pero también tengo que cumplir en el colegio, entonces es bueno, y los profesores también le han dado como esa libertad de que ellos bueno usted vino pero como entonces es su comportamiento, mi hijo personalmente me ha dicho, entonces la escuela también está aportando cosas buenas a favor de nosotros los papas porque ellos han aprendido.

Entrevistador: Gracias, siguiente pregunta ¿Qué beneficios...que beneficios cree usted que le aporta el fútbol a sus hijos(as) como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre?

..... lee otra ves ...lee otra ves siguiente pregunta ¿Qué beneficios cree usted que le aporta el fútbol a sus hijos(as) como alternativa de aprovechamiento del tiempo libre?

P.F(1): eh digamos lo que decíamos ahorita que muchos niños he como precisamente los papas no tienen el tiempo, se dedican he a jugar Xbox, los que no tienen Xbox entonces a callejear con los amiguitos, aprender mañas, entonces a cada uno de los niños ..... Les ha ido inculcando a eso, a que se levanten temprano, tengan la responsabilidad en su deporte, que vayan aprendiendo, ósea ocuparlos para que los niños, hoy en día mucho niño anda suelto, anda muy solito, entonces la... escuela los apoyado en esa... labor de pronto de estarlos acompañando

que tenga algo cada 8 días para hacer, que cojan una rutina sana, no una rutina de la callejadera que los amigos y eso si no.. pues apoyarlos en el deporte.

P.F(2): yo creo que una de las cosas importantes que he aprendido de los niños por lo menos con mi hijo es el trabajo en grupo, es aprender a que si quieren por lo menos en el fútbol hacer un gol, tienen a que hacer un pase, tiene que manejarlo, tener genio, aguantar también de que el otro grupo esta peleando por lo mismo, y aprender a ganar y a perder, yo creo que eso es muy importante para ellos.

P.F(3): yo digo que entre eso debe estar también la ..... Creo que se lo han demostrado a los niños y a nosotros que también la puntualidad y el respeto hacia tanto nosotros como a ustedes.

Entrevistador: siguiente pregunta ¿Usted cree que a través de la formación deportiva se desarrollan hábitos saludables como nutrición, hidratación, actividad física e higiene, explique su respuesta?

P.F(1): yo pienso que sí, que ha sido.. se ha ido fomentando la disciplina de los niños que saben que tienen que llegar aseados a sus partidos de igual manera cuando juegan llegan súper cochinos también de la tierra, entonces lo mismo que tienen que asearse he obviamente uno también como papá debe ser responsable que si su niño viene a jugar si no le puede dar para el juguito aunque sea darles aguita, nutrirlo, mandarlos bien desayunadito porque pues yo hasta el momento lo que he visto, no he visto que ningún niño se halla desmayado jugando como en otras escuelas que he visto que pasa o que los niños no desayunaron bien y eso, entonces si a todos los niños han venido bien desayunados y uno como papa, pues andar pendiente también del tema, no.

P.F(2): Yo pienso que sí, que el deporte es muy bueno mas para mi hijo es un niño pues que de lunes a viernes tiene pues sedentarismo de las 7 de la mañana a dos de la tarde, lo ayuda a que su cuerpo no se engorde, más bien coger agilidad, a mentalizar todas las jugadas, entonces obviamente eso aporta mucho a mi hijo, la hidratación es muy buena, los profesores exigen que uno les lleve el agua, también dicen que les llevemos una toallita, porque pues el ejemplo de mi hijo, mi hijo suda demasiado, el va muy aseado, es muy puntual o trata de ser muy puntual y ya.

P.F(3): En mi caso particular mi hijo he por la hidratación a mi hijo no le gustaba el agua, entonces ya ahora si es la botella de agua que se la toma toda, el tiene ya el día anterior deja hervida su, un litro de agua ya lo deja en la nevera el mismo y yo pues le empaca, y se ha acostumbrado a eso a la hidratación, en la alimentación desde un día que el profesor bueno, el pregunta quien desayuno o de esta muy pendiente de quien viene adecuadamente preparado para los entrenamientos, eso me parece muy importante y eso es lo que le recalco cada mañana, cuando va almorzar y no va a comer la verdura, le digo bueno voy a decirle a la profesora que usted no se está comiendo las verduras entonces mire a ver... [rie] y de una vez se come todas sus verduras, [rie] entonces para mí ha sido un caso positivo.

Entrevistador: gracias, siguiente pregunta ¿Cuál es su opinión sobre la realización de talleres de padres periódicamente y que beneficios aportan estos?

P.F(1): Me parece excelente es una forma de conocer a los padres de los amigos de mi hijo, aparte de eso los profesores nos dan a entender que es lo que pasa con cada uno de nuestros hijos, si realiza muy bien su deporte, si hay alguna falla, que podemos colaborarles o que podemos trabajar conjunto con ellos, para que ellos salgan adelante.

Entrevistador: siguiente pregunta ¿Cree usted que la escuela de formación deportiva Atlético Garcés ha impactado positivamente en la vida de sus hijos, comunidad y porqué?

P.F(1): He positivamente para mis hijos sí, porque los niños, pues por lo que les digo, es como una motivación para ellos, sí, ellos saben que el martes mami hago las tareas temprano para poder ir a entrenar, el jueves lo mismo, ellos saben que hasta que no hagan sus tareas, no los voy a dejar venir a jugar y lo mismo los fines de semana, saben que tiene el compromiso, se levantan temprano, se alistan entonces si ha sido, ellos se han vuelto como más responsables, con ósea nivelando la vida con lo de la escuela, me ha parecido muy importante.

P.F(2): en mi hijo también él le gusta mucho, por él era que todos los días jugara fútbol, todos los días, mejor dicho el no le gustaría ir al colegio por estar allá en el futbol todos los días, todos los días, le gusta muchísimo...

P.F(3): he a mi hijo le encanta el futbol, él le gusta mucho Messi y pues la verdad siempre ha soñado ser como él, entonces yo pienso que es una motivación excelente para mi hijo y para la comunidad que ve que el deporte es lo más sano y lo más normal en vez de un Xbox o un play, pienso que esto los ayuda a mejorar al cien por ciento.

P.F(4): yo pienso que si por que la escuela es económica, los uniformes son económicos y pues son actividades que les llena el tiempo libre de actividades buenas, de actividades sanas.

P.F(5): yo creo que de mi parte, o algo particular de mí, lo que he notado en mi hijo, es que ustedes como educadores, como profesores, ustedes les han enseñando una manera de quererse, de hacer querer a la escuela, a ustedes y a la escuela, por eso él ha adquirido mucho compromiso con ustedes y él le ha gustado la escuela, que él no ha querido retirarse de la escuela por ese motivo. Entonces los felicito a ustedes.

(Muchas gracias)

Entrevistador: gracias y la siguiente pregunta ¿Cuál es su opinión y su expectativa frente a labor de la escuela de formación deportiva Atlético Garcés?

P: F (1): En mi opinión es que tienen buenos profesores y me parece que tienen buenas bases, mi hijo está muy amañado de hecho el ha adquirido muchas cosas buenas en la escuela, la pasión

del él es jugar y por ese motivo esta allá y el quiere seguir con ustedes, entonces pues me gustaría que crezcan mas y felicitarlos y ojala podamos no tener 30 si no 50 alumnos o más.

Entrevistador: esa es la idea, gracias.

P: F (2): en mi expectativa seria de que la cancha de ayer fuera un poquito más arreglada, porque yo vi que estaba en un estado muy tenaz, y entonces pues ese polvo les hace daño y pues ya.

P.F(3): Agradecimiento hacia la escuela he.. pues la verdad es la primera escuela que mi hijo tiene he.. pero me gusta mucho las actividades que realizan y más cuando hacen participar a sus padres, he.. Pues la verdad no es que compartamos al cien por ciento con nuestros hijos, pero las veces que compartimos y más en esos detalles a ellos les emociona mucho decir el es mi papá y él me va acompañar, entonces ese es un aporte muy grande para destacar de la escuela.

P.F (4): pues a mí me ha gustado porque la profe le enseña muy chévere, porque les enseña como parte de juegos que ellos aprenden y si a mí me ha gustado arto los profesores, les enseñan muy bien y ya.

P.F (5): es una, como dijera yo, ósea ustedes no han pensado que en vez de llevar a los niños allá al parque de frente a la iglesia, he no pueden utilizar por ejemplo el parque de.... Ahí el lado de zapatoca, colegio Garcés Navas.

Entrevistador: Cual es el....

P.F (5): ese es popularmente se le dice el enmallado, he (...) Aquí al lado del zapatoca (....) se me hace que es un buen parque.

Entrevistador: Sería como una opción para tenerla pues como más adelante, porque pues siempre hay que pedir permiso en la junta de acción comunal para ver que espacio se puede utilizar, pero puede ser una opción más adelante.

P.F (5): porque hay no, por decirlo algo hay no ahorita no lo están utilizando sino gente que no debe utilizar ese parque, si, entonces sería muy bueno que los niños, hay están relajados, no hay partidos de adultos, no hay no (...) están utilizando el parque entonces, se me hace que es más, en vez de que lleguen todos embarrados, todos (....)

Profesor: Estaríamos hablando de recuperar otro espacio público ..

P.F (6): si esa es la inquietud, ósea digamos siempre tienen que entrenar en cancha de pasto o pueden entrenar en pavimento, porque si, las canchas de aquí del Garcés pues están un poco, ayer que yo miraba, que ellos estaban jugando, pues estamos como digamos arriesgando un niño a que de pronto se quiebre un piecito, un brazo porque hay mucho altibajo en la cancha acá de futbol, digamos ayer cuando estaban jugando, que se cayó mi hijo y hubo otro niño que se cayó,

digamos así como no es nada grave, entonces pues tocaría mirar la opción de que se mirara otro espacio, entonces por eso pregunto que si necesariamente tienen que entrenar en cancha de (..) pasto o de pavimento.

Entrevistador: de igual forma estamos colaborando con la junta de acción comunal para ... para que aportar en el mantenimiento de la cancha, entonces eso ya es un propuesta que se está llevando a cabo para mirar cómo entre todos, he aportar en el mantenimiento de esta cancha y para el beneficio de todos.

P.F(7): Bueno a pesar de las dificultades deportivas que tenemos acá para ,, donde no halla o no hay sitios donde puedan ustedes hacer las practicas con nuestros hijos, a pesar de eso pues yo si quiero felicitarlos porque ustedes han tenido su, ustedes le han puesto empeño y dedicación a ese tipo de eventos, y eso es lo que estamos apoyando, creo que todos nosotros hoy en día.

P.F(8): bueno de manera positiva quiero también agradecer porque a mi hijo si ha influido bastante lo que ha compartido con cada uno de sus compañeros, y amigos igual la forma en que lo han tratado a él con mucho respeto, a pesar del que el fútbol es un poco tosco, pero me ha gustado la forma en que le han enseñando, he visto algunos entrenamientos (.....) como les explican la forma educada, el trato y cuando ellos cometen alguna falta como los motivan y les dicen la forma cómo comportarse eso me ha parecido muy importante, y les quiero agradecer eso.

Entrevistador: Buenos muchas gracias no lo estamos diciendo nosotros, son respuestas de ustedes frente a la labor que hemos estado llevando a cabo he muchas gracias y pues como siempre le hemos dicho es un trabajo en conjunto el que se quiere lograr, tanto mirar el punto de vista de ustedes he para que.. para seguir mejorando, para tener ósea en cuenta todo lo que ustedes dicen para aportar y mejora cada vez más, muchas gracias. (aplausosssss)

## EL CRONOGRAMA

Es muy importante debido a que se tiene un orden en las diferentes actividades programadas, ofreciendo a los padres de familia e hijos, la información anticipadamente para una mejor organización en sus labores, ya que sabiendo las fechas pueden programar mejor su tiempo para que acompañen a sus hijos a todos los encuentros deportivos, como talleres de padres de familia y entrenamientos.

---

### ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA ATLETICO GARCES CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2014

**ENERO**

18 Inicio Actividades Deportivas

<b>FEBRERO</b>	01 Reunión de Directivos de la Escuela 16 Encuentro deportivo con la Escuela Galactis 22 Bienvenida - Reunión General
<b>MARZO</b>	01 Reunión de Directivos de la Escuela 15 Encuentro deportivo con la Escuela Bosques de Mariana
<b>ABRIL</b>	05 Reunión de Directivos de la Escuela 12 Encuentro deportivo con la Escuela Bosques de Mariana y Urban Soccer 13 Taller de Padres de Familia 26 Encuentro deportivo con la Escuela Lucerna
<b>MAYO</b>	03 Reunión de Directivos de la Escuela 03 Taller Padres de Familia 10 Encuentro deportivo de integración Mamas al balón con la Escuela Bosques de Mariana 24 Encuentro deportivo
<b>JUNIO</b>	01 Reunión de Directivos de la Escuela 14 al 28 Campeonato vacacional
<b>JULIO</b>	01 Reunión de Directivos de la Escuela 05 Cumpleaños de la Escuela 20 Taller Padres de familia 26 Capacitación profesores
<b>AGOSTO</b>	02 Reunión de Directivos de la Escuela 09 Encuentro deportivo
<b>SEPTIEMBRE</b>	02 Reunión de Directivos de la Escuela 13 Encuentro deportivo 21 Taller Padres de familia
<b>OCTUBRE</b>	02 Reunión de Directivos de la Escuela 11 Encuentro deportivo 18 Capacitación de Profesores
<b>NOVIEMBRE</b>	01 Reunión de Directivos de la Escuela 08 Encuentro deportivo 16 Taller Padres de familia
<b>DICIEMBRE</b>	02 Reunión de Directivos de la Escuela 06 Inicio Copa Navideña 21 Finalización de actividades deportivas

## **PROGRAMA PEDAGÓGICO Y METODOLÓGICO**

### **Escuela de formación deportiva Atlético Garcés categorías adaptación, iniciación y formación**

#### **INTRODUCCIÓN**

La escuela de formación deportiva Atlético Garcés a través de la práctica deportiva propone un programa formativo donde se les enseña a los niños de 6 a 12 años los fundamentos básicos del fútbol y además el aprovechamiento del tiempo libre, como también en la construcción de principios y valores para la convivencia ciudadana tales como; el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto que conllevan al mejoramiento de la calidad de vida, a través de acciones encaminadas a fortalecer el aspecto educativo de los dirigidos desde el comienzo de la práctica deportiva generando un crecimiento personal e integral.

El fútbol, además de facilitar el desarrollo motor de los niños y niñas permite el desarrollo psicoafectivo y cognitivo cuyo proceso requiere de un programa basado en actividades lúdico-deportivas permitiendo el goce, esparcimiento e integración y participación de los jugadores.

Por tanto, este programa se llevara a cabo en el barrio Garcés Navas, contexto en el cual se ha observado que la mayoría de niños y niñas, pasan su tiempo libre solos en la calles y parques donde está presente una serie de problemáticas sociales como drogas, violencia, alcoholismo etc., por tanto se busca que los niños y niñas inviertan su tiempo libre, jugando lo que más les gusta, que es el fútbol.

#### **MISIÓN**

La Escuela de formación deportiva Atlético Garcés está enfocada en liderar actividad deportiva para el uso adecuado en el tiempo libre en niños y niñas, desarrollando habilidades y capacidades propias de cada integrante, inculcando trabajo en equipo, disciplina y respeto, con el fin de mejorar las relaciones humanas dentro y fuera de la práctica deportiva, contribuyendo así a una formación integral e impactando positivamente en la sociedad.

#### **VISIÓN**

La escuela de formación deportiva Atlético Garcés proyecta ser al 2019 una entidad reconocida a nivel local y distrital por utilizar el tiempo libre de los niños y niñas en actividades lúdico-deportivas fomentando valores como complemento fundamental de su desarrollo personal, logrando un impacto positivo en la sociedad.

## JUSTIFICACIÓN

La Escuela de formación deportiva fútbol Atlético Garcés está enfocada en el aprovechamiento del tiempo libre y en la enseñanza del fútbol para lo cual se describe el proceso que se llevara a cabo en cada nivel, se enseñaran aspectos específicos del fútbol propios para cada edad, para el desarrollo y potenciamiento de habilidades y destrezas que contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida tanto en lo personal, social y afectivo, fomentando valores como el respeto, disciplina y trabajo en equipo.

Teniendo como referencia a Vásquez Folgueira, Santiago (pág. 27) describe como es la fundamentación metodológica de la técnica del fútbol en los diferentes niveles, y los clasifica según la edad, el primer nivel está comprendido entre los 5 a 6 años, en el cual se desarrolla paso a paso lo relacionado con el deporte como son: la familiarización y adaptación, en este nivel se logra que los niños vean en este espacio un lugar para crecentar el gusto por este deporte, proporcionar algunos fundamentos básicos que le permitan jugar fútbol con cierto grado de organización y habilidad.

Posteriormente, describe el Nivel comprendido entre los 7 a 9 años, en este se realizará ejercicios de mayor dificultad, se implementara mayor cantidad de ejercicios con más intensidad, además se efectuara prácticas donde el niño juegue en diferentes posiciones dentro del campo de juego para lo cual es importante conocer la organización de un equipo.

Luego el Nivel comprendido entre los 10 y 12 años, en el cual se aplicara ejercicios fundamentales para incrementar la mejora de la coordinación óculo-manual, óculo-pie, óculo-cabeza, potencializar el segmento dominante más hábil.

Por tanto se divide en niveles para una mejor enseñanza con metodologías recreativas, aplicando ejercicios de lo simple a lo complejo, y llevando un proceso sistemático y progresivo adecuado para cada edad, teniendo en cuenta las características, necesidades, e intereses del niño y niña

## OBJETIVOS

### **Objetivo General**

Utilizar el fútbol como medio de enseñanza y aprendizaje en la utilización adecuada del tiempo libre, promoviendo una formación de todas las potencialidades cognoscitivas y motrices para un desarrollo integral en niños de 6 a 12 años en la escuela de formación deportiva Atlético Garcés

### Objetivo Especifico

- 1- Promover en los niños y niñas la práctica del fútbol a través de actividades lúdico-deportivas adecuadas para cada categoría
- 2- Fomentar en la escuela de fútbol principios y valores formando seres integrales a través del fútbol
- 3- Propiciar un ambiente sano y divertido buscando el aprovechamiento del tiempo libre

### POBLACIÓN

Se aplicara a una población comprendida entre niños y niñas de 5 a 12 años de edad

### COBERTURA

Nivel	Edad	Objetivo
Adaptación	5 a 6 años	Adaptación de los niños principalmente en el desarrollo de la coordinación y el equilibrio por medio de juegos de exploración, ejercicios sencillo, enseñando pase, golpeo, conducción y control
Iniciación	7 a 9 años	Mejorar la coordinación y equilibrio, trabajar espacios reducidos, percepción de distancias y de trayectorias
Formación	10 a 12 años	Incrementar la mejora de la

		coordinación óculo mano, óculo pie, óculo cabeza, preponderancia del segmento dominante más hábil, desarrollar y mantener las capacidades condicionales.
--	--	--

*Origen:* Fútbol base: la técnica aplicada a diferentes niveles, (Vásquez Folgueira, Santiago pág. 27)

## LOCALIZACIÓN

Se realizará en la localidad decima de Engativa, en el barrio Garcés Navas en la cancha principal de fútbol ubicada en la Calle 75 – Carrera 106 y parque Springfield ubicando entre las Carreras 105 a la 106 y entre las Calles 78 a la 78 F

## ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

### Que se trabaja en cada nivel

#### Nivel de adaptación (5 y 6 años)

Según en el libro Del juego a la iniciación deportiva, escrito por Oscar Incarbone, editorial Stadium; La etapa de los 6 a 8 años están incluidos en el (primer ciclo) debido a que se encuentran en una etapa de formación motriz general, es un ciclo que se caracteriza por el desarrollo motor, vinculado con los cambios orgánico-corporales y perceptivo-motores que se van manifestando por la propia evolución, entonces de debe lograr es que disfruten su cuerpo en movimiento y se sientan aptos para hacer y capacitados para resolver, disfrutando del juego y la motricidad.

Así mismo, se debe tener presente las fases sensibles, para el desarrollo de las capacidades motrices, es decir, hay una existencia de periodos cronológicos en los cuales hay una sensibilización particular hacia determinados estímulos externos, entonces es un periodo ontogénico con una predisposición muy favorable para el desarrollo de una determinada capacidad, es decir, que es un periodo favorable al entrenamiento donde se aplican cargas apropiadas, óptimas y específicas de acuerdo a la edad y con la capacidad a desarrollar, así se presentaran mejores resultados, con un entrenamiento adecuado en la fase sensible se reflejara un

óptimo rendimiento de las capacidades, se hace necesario e indispensable saber en qué momento aprovechar el periodo sensible de una capacidad motora.

- Capacidad coordinativa general
- Velocidad de reacción
- Frecuencia en movimientos
- Movilidad articular pasiva
- Capacidad de aprendizaje motor
- Resistencia aeróbica; capacidad neutra, se puede trabajar de los 5 años en adelante y en todo momento.
- Flexibilidad

En el libro Fútbol a la medida del niño del autor Horst Wein describe lo que se debe trabajar en las edades de 6 a 8 años de edad, este tipo de población debe:

Reconocer su cuerpo a las posibilidades y limitaciones estructurales y funcionales de su cuerpo en forma global y en sus distintos segmentos, para poder con el tiempo consolidar un variado repertorio de habilidades motoras básicas como por ejemplo rodar, reptar, agarrar, arrastrar, sentarse, gatear, pararse, caminar, subir, bajar, frenar, correr, arrojar, saltar, esquivar, trepar, empujar, balancearse, patear, recoger, pasar y trotar.

Desarrollar su estado mental emocional y social por medio de juegos populares ejemplo relevos, recorridos con distintos obstáculos y juegos de pillar, y la ejecución de habilidades motoras básicas mediante ejercicios con el compañero sin o con balón, la confianza en si mismo y en sus posibilidades corporales, aprender a comunicarse y expresarse verbal, corporal y gestualmente, a integrarse y a cooperar en pequeños grupos, vivir el placer del movimiento, aprender a cuidar su cuerpo y el de los demás.

Saber orientarse y conocer con respecto a su entorno las nociones espaciales dentro, fuera, delante, detrás, cerca, lejos, entre, alrededor etc, las nociones temporales elementales rápido, lento, al mismo tiempo, después que, etc, entre ellas las del ritmo y la combinación de varios movimientos.

Hacer experiencias perceptivas con el balón aprendiendo con una gran variedad de estímulos a evaluar correctamente la velocidad del balón, el punto más alto de su vuelo, el posible lugar de su caída o aterrizaje, el efecto que tiene durante su trayectoria, sus botes en distintas superficies, etc,

Dominar el balón para los niños de estas edades su principal deseo es establecer una estrecha relación con el balón. Para satisfacer este placer, intentara por todos los medios con muy frecuentes contactos domarlo y mejorar su dominio hasta que el mismo le obedezca.

- ✓ El juego como medio- método- técnica: método de entrenamiento y enseñanza en el ámbito motor.
- ✓ Estimular la capacidad de atención y concentración
- ✓ Construir su repertorio motor a través del juego
- ✓ Fortalecer los valores personales y familiares

En cuanto a los fundamentos técnicos: Control de balón, Control de balón con cambio de velocidades, Conducción de balón con diferentes partes del pie, Recepción y pase con todas las superficies de contacto, pie dominante y no dominante.

### **Nivel de iniciación (7 a 9 años)**

#### **Técnica**

- Superficie de contacto: borde interno – externo, empeine, talón, punta, planta, muslo, pecho, cabeza, manos.
- Conducción: posición del tronco, golpe, visión periférica.
- Pase: número de toques, sentido, altura, distancia, potencia, intención.
- Dribbling: finta, amague, protección del balón, enganche, cambio, ritmo, cambio de dirección.
- Remate: pie de ataque, pie de apoyo, golpeo de balón, distancia – altura.
- Control del balón: parado, desviación, amortiguación.
- Maniobras técnicas: trabajo de pies, saque lateral, paloma y chilena

#### **Tácticas:**

- Posesión del balón
- Recuperación del Balón
- ataque – defensa
- Profundidad ataque
- Profundidad defensa
- Sistema de juego: zonal, lineal, libero alternado, libero y stoper, libero y doble stoper.

#### **Juego**

- Espacio reducido
- Espacio amplio
- Estructuras: igualdad numérica, desigualdad numérica

- Juegos tácticos con un y dos metas o más
- Reglamento: leyes de juego iniciales, aplicación en el campo, discusión de lo captado

Según en el libro Fútbol infantil: entrenamiento programado Escrito por Carlos A. Borzi entre las edades comprendidas de 7 a 9 años de trabaja lo siguiente:

- Trabajar las reglas y normas de este deporte
- Exigirles buen comportamiento dentro del grupo (respeto, empatía) etc.
- Forjar en ellos aspectos volitivos (disciplina, entereza, lucha, perseverancia etc.)
- Trabajar con mucha constancia temas como el control, recepción, dominio y pase del balón además de las bases física y mentales.
- Realizar prácticas donde el niño juegue en diferentes posiciones dentro del campo de juego para lo cual es importante conocer generalidades de las líneas de organización de un equipo.

Variación en la ejecución de la destreza:

- Conducir la pelota o hacer malabarismos con ella usando el segmento menos hábil del cuerpo
- Variar amplitud de paso a la velocidad de la carrera en la conducción de la pelota
- Variar la fuerza con que se golpea a la pelota para hacer pases de media distancia remate al arco
- Cabecear la pelota con el parietal menos empleado

Modificación de las condiciones externas

Se refiere a llevar a cabo las actividades de entrenamiento variando dimensiones o características del terreno, peso y tamaño de los elementos, capacidad de los adversarios:

- Jugar en canchas reducidas
- Practicar con pelotas más pesadas
- Jugar en terrenos despejados
- Participar en partidos enfrentando a niños con mejor o peor nivel técnico

Combinar destrezas de movimiento

Se requiere un trabajo fino de la destreza:

- Conducir el pelota en slalom, luego hacer un pase a un compañero, para rematar al arco cuando recibe la devolución
- Realizar un pase por elevación a un compañero, que le debe tirar un centro para que el primer remate de cabeza

Realizar los ejercicios a elevada velocidad

- Superar conos conduciendo la pelota y sin perder el control, ni chocar los obstáculos
- Correr velozmente a buscar un centro a ras del piso frente al arco y rematar ubicando la pelota en un lugar preestablecido
- Recepcionar un pase fuerte después de aproximarse a la pelota con rapidez

Golpes a la pelota con la cabeza pueden utilizarse para:

- Pasarle la pelota a un compañero
- Alejarlo de zonas defensivas
- Rematar al arco rival

Recepciones de la pelota

Las partes del cuerpo mas empleadas para recepcionar la pelota son:

- Planta del pie
- Cara interna del pie
- Empeine central
- Empeine extremo
- Muslo
- Pecho

Transmisión de los conocimientos básicos del fútbol, formación de la coordinación gruesa y fina de los movimientos de nuevos elementos técnicos:

- Golpeo con el empeine total y con el empeine exterior, recepción del balón con el empeine total y exterior
- Recepción del balón a bote pronto con la parte interior y exterior del pie, con el pecho y con el muslo
- Enseñanza del juego de cabeza estático y en salto hacia adelante y lateral
- Conducción del balón con la parte interior y exterior así como con cambios de dirección y de ritmo
- Fintas, regatear a un contrario pasivo, recepción del balón tras finta
- Recepción del balón bajo presión activa de un contrario
- Saque de banda en posición de pie
- Técnica del portero: posición básica, colocación, salidas, cogida de balones aéreos con contrario activo y pasivo
- Tipos de golpees tiene que ser capaces de ejecutar los distintos tipos de golpeo directamente, pasar el balón bajo la presión de un contrario, tirar a puerta

**Nivel de formación (10 a 12 años)**

Características:

- Compensación entre el crecimiento en ancho y en alto.
- Relación favorable entre peso y fuerza.
- Equilibrio sico-físico.
- Predisposición para el rendimiento.
- Iniciación de una conciencia de la forma.
- Relación con el medio ambiente.
- Goce de la competencia.
- Sobre la fase final de esta etapa, la velocidad es apenas un 10% menor a la que tendrá como adulto.
  - Las performances motoras siguen aumentando en relación con el peso y la talla.

#### Qué Necesita:

- Valorarse.
- Actuar en grupos, en equipos que exijan activa participación y responsabilidad.
- Expresarse en el movimiento.

#### Qué les Interesa:

- Les interesa el juego, particularmente aquel que requiere destrezas especiales o presenta dificultades técnicas.
  - Les atrae principalmente el dominio de los elementos de juego.
  - No les interesa en igual medida las tácticas.
  - Les importa mucho la competencia, el ganar, demostrar su valor.
  - El juego en función de equipo que desempeña un factor importante.
  - Es la edad del grupo, barras, pandillas, clubes secretos.
  - Todo lo que implica trabajo colectivo goza de gran popularidad.
  - Formar equipos, organizarlos, dirigirlos.
  - Les interesa fundamentalmente las pruebas que les den la medida de su capacidad y progreso.
    - El campamento y las excursiones, por las posibilidades de descubrimiento y aventura.

#### Se deberá:

- Presentar mayores exigencias en cuanto al rendimiento en resistencia y fuerza.
- Captar la habilidad de movimiento y aprovecharla para educar forma y ritmo.
- Cuidar el comportamiento en juegos colectivos y competencias.
- Hacerles ver la diferencia entre entretenimiento y rendimiento
- Desarrollar en ellos habilidades motrices variadas

- Exigirles un comportamiento disciplinado, respetuoso etc.
- Trabajarles aspectos volitivos (lucha, perseverancia, ambición)
- Trabajarles elementos cognitivos con miras al desarrollo de la inteligencia de juego
  - Realizar encuentros deportivos
  - Prepararlos para la realización de test.
  - Desarrollar en ellos procesos importantes en las cualidades físicas de velocidad, resistencia y fuerza.

### **Medios a utilizar**

- Trabajos por parejas, tríos, cuartetos, grupos
- Carreras de habilidad
- Ejercicios libres, contruidos o técnicos
- Agilidad y destrezas
- Competición de fuerza individual, por parejas y en grupos
- Carreras de campo, carreras de obstáculos
- Triatlón atlético (60m-salto en largo-800m)
- Actividades naturales
- Juegos de forma y ritmo, metodología para la enseñanza técnica
- Torneos reducidos, campeonatos
- Trabajos individuales

### **Preparación física**

- Buena postura funcional
- Sentido del equilibrio
- Movilidad articular, flexibilidad, coordinación
- Mejorar la resistencia orgánica, la fuerza de brazos
- Mejorar la velocidad, calidad de velocidad (con respecto al fútbol), velocidad de reacción
- Desarrollar la fuerza total y parcial
- Potencia

### **Preparación técnica**

- Perfeccionamiento intensivo de lo aprendido en etapas anteriores, asociándolo con otros fundamentos, con sentido de equipo
- Pases con cara interna, externa, empeine, con el talón, “rabona”, de aire
- Recepción con cara interna, externa, con la suela o pisada, de pecho muslo, cabeza
- Remates con cara interna, empeine, de punta, con pelota parada y en movimiento, puntería,

sobrepique, volea, pelotas de frente y de costado

- Perfeccionamiento y dominio intensivo de la pelota
- Mejorar el cabeceo: de frente, de costado, parados y con salto o carrera previa, con una o dos piernas
- Saque lateral, perfeccionamiento, complejidad, asociación con otros fundamentos
- Gambeta o dribling
- El arquero, su ubicación, técnica del juego, ubicación defensiva y ofensiva, dominio del puesto

### **Potencializar**

- Dominio de la pelota con todas las partes del cuerpo (pie, rodilla, muslo, cabeza)
- Dominio de la conducción en velocidad, zigzag, detención "pisada", giros, cambios de dirección o sentido con ambas piernas; asociar con otros fundamentos
- Exactitud en los pases con cara interna externa de acuerdo a su uso y/o función, pases de taco y rabona, con la pierna inhábil, pases de aire (centros)
- Recepción con el pie (ambos bordes) suela, muslo, pecho cabeza
- Remates de sobrepique y volea, con la pierna inhábil
- Golpe de cabeza con pelota detenida y en movimiento, con carrera previa, con saltos con una o dos piernas

## **RECURSOS**

### **Talento humano**

3 profesores

Representante de padres de familia

28 niños y 2 niñas

### **Recursos materiales**

6 balones No 5

5 balones No 4

6 balones No 3

10 aros

6 estacas

1 escalera coordinativa

10 conos de 20 cm

5 conos de 10 cm

10 platillos

15 petos

## Implementación deportiva



## Infraestructura de trabajo

Cancha de Fútbol barrió Garcés Navas y Parque Springfield, en la localidad decima de Engativa

### METAS

- Fortalecer el desarrollo de las habilidades motoras, sociales y afectivas del niño(a)
- Promover el fútbol como herramienta de aprovechamiento del tiempo libre
- Desarrollar nuevas estrategias de enseñanza con base en la trasmisión de valores, hábitos y centrados en la atención del niño antes que los resultados de competitividad (ganar o perder)
- Mejorar la ejecución de las habilidades motrices específicas.
- Promover el intercambio grupal. (Intercambios deportivos)
- Gestionar convenios para generar recursos económicos promoviendo el acercamiento a la práctica deportiva para los niños(as) de escasos recursos.

## METODOLOGÍA

Dentro de la metodología definida se integra un grupo de profesores que desarrollan el currículo que está elaborado y pensado para contribuir a una formación integral que potencialice todas las dimensiones del niño y niña, como también un trabajo en conjunto entre profesores capacitados e interesados en ofrecer estrategias en la formación deportiva de niños y niñas y los padres de familia siendo fundamental contar con la participación y apoyo de ellos en el proceso formativo de sus hijos.

Por tanto se utiliza un método de entrenamiento global debido a la importancia que este genera en el aprendizaje del niño y niña ya que es eficaz en cuanto a las actividades que se realizan implican la globalidad de las capacidades del niño como intelectuales y físicas, está inmerso el juego como elemento fundamental ya que se considera el motor esencial de la pedagogía del aprendizaje.

La pedagogía global propone un modelo de intervención integrado, esto es cognitivo y cíclico, los aspectos contextuales crean unas demandas o exigencias del juego que deben solucionarse de la mayor forma posible.

Una vez realizada la acción para solucionar el problema se pasa a reflexionar sobre el resultado para conseguir una buena comprensión del juego y empezar a valorar la importancia instrumental de la técnica una vez entendida la naturaleza del mismo este modelo ayuda a los alumnos a reconocer los problemas. O identificar y general sus propias soluciones y a elegir las mejores soluciones para el juego.

El profesor explica la tarea a realizar tratando de provocar el descubrimiento personal del alumno

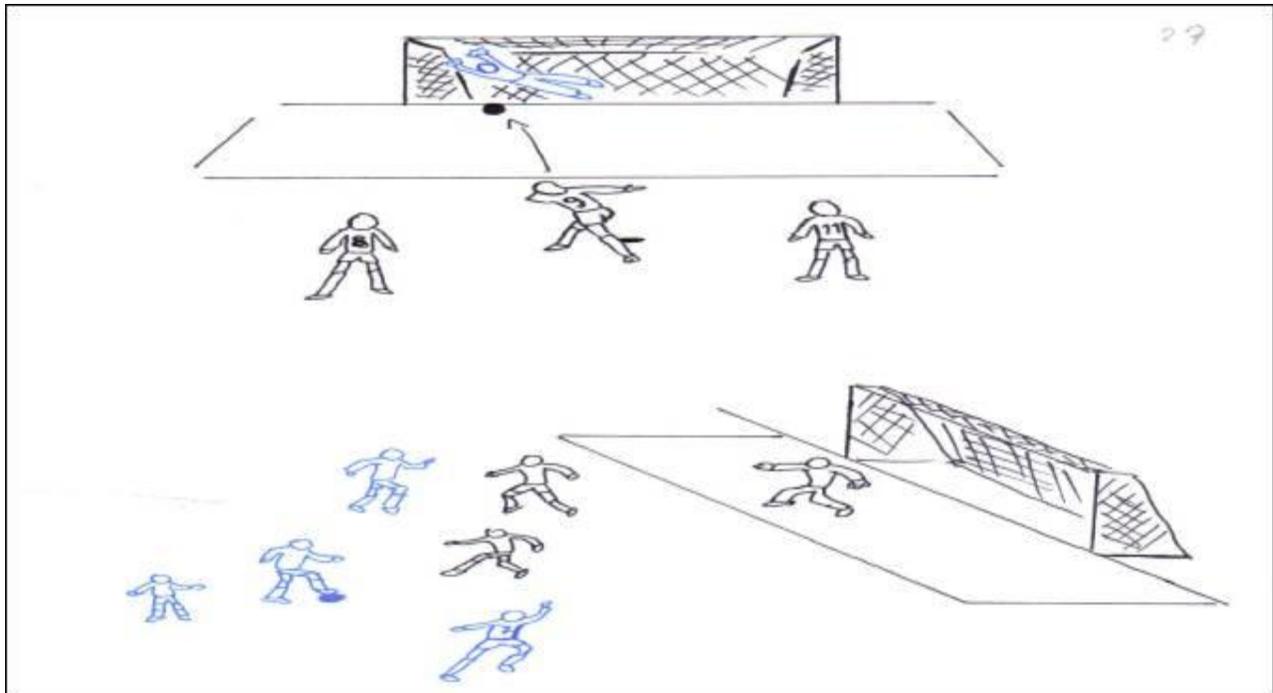
### **Características metodológicas de la pedagogía global en el entrenamiento del fútbol**

La metodología Global se fundamenta en la utilización en la sesión de entrenamiento diario por lo siguiente:

- Métodos a través de juegos variables que permiten la constante realización de la acción técnico- táctica del tiro a puerta situaciones reales o modeladas del juego.

Ejemplos

### **Figura 21. Juego de penaltis y defensiva**



### **Descripción metodológica del juego.**

El equipo A ordenadamente realizar tiros penaltis tratando de anotar y colocara un arquero y dos defensores, en el equipo B, el jugador que ejecuta el penalti para poder darle turno a su compañero debe conseguir el gol.

Por el otro lado el equipo B ataca a los dos defensores y el portero del equipo A realizando todos los goles posibles.

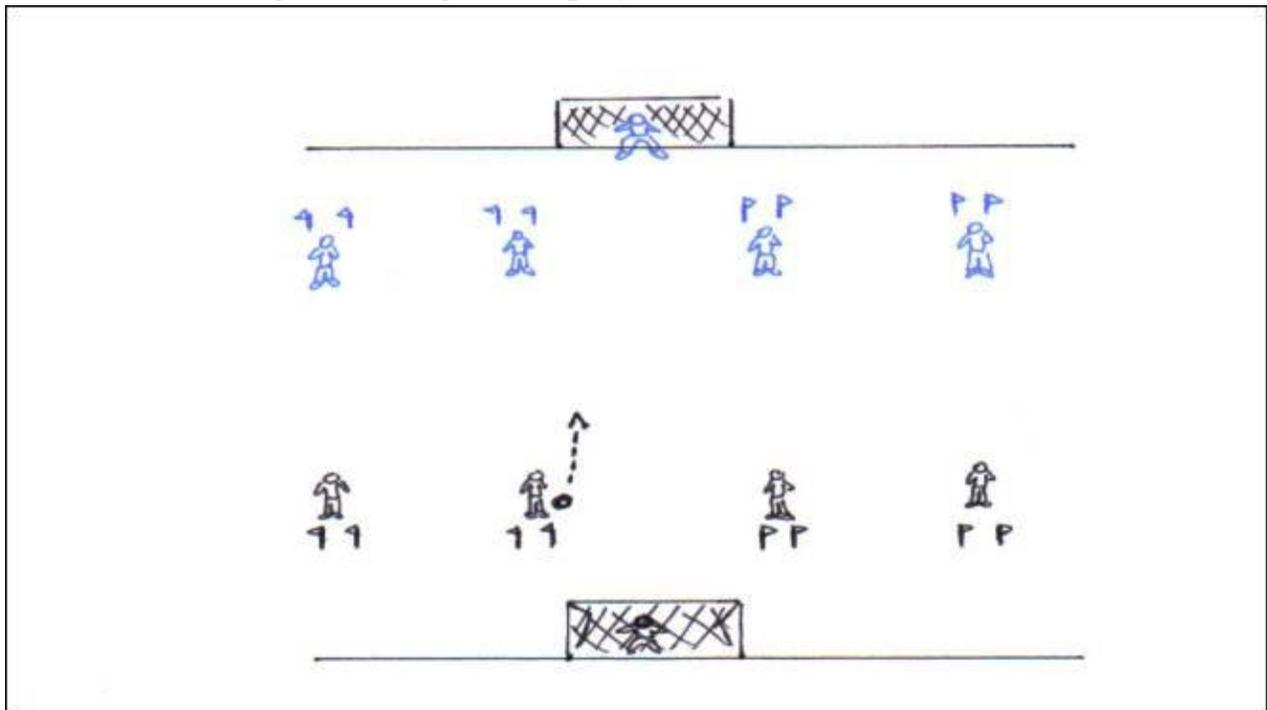
Al terminar el equipo A de pasar todos sus integrantes y anotar todos los penaltis requeridos se harán cambio de papeles B pasa a patear penaltis y A realiza juego de ataque.

Gana el equipo que más goles consiga en juego de ataque o el que más rápido consiga los penaltis.

- En el juego podemos observar una correcta relación entre el método y el medio, donde se demuestra las formas de organización de trabajo en pequeñas situaciones, a demás como se realiza a través de la competencia constante desarrollando un alto grado de motivación, el control del juego se realizó a través de la frecuencia cardiaca utilizando pulsómetros polar y corrigiendo errores a media que se van cometiendo.
- Presenta situaciones reales de juego en las que intervienen balón, compañeros y adversarios.

Ejemplo:

**Figura 22. Juego de ataque y defensa cuidar la fortaleza.**



### **Descripción metodológica del juego.**

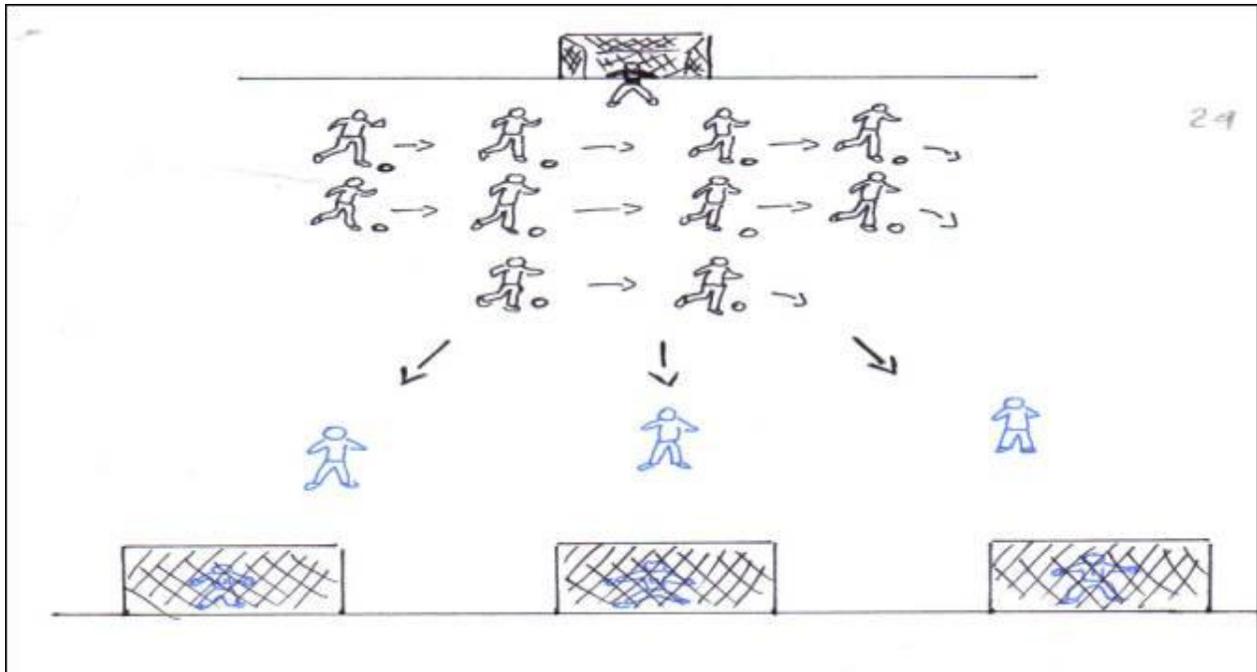
Utilizado 5 vs 5 pero utilizando un terreno amplio pudiendo ser la mitad de la cancha aplicaremos el siguiente juego, tratamos de anotar en las canchitas pequeñas y de no dejarnos anotar pues si eso pasara saldríamos eliminados del juego, al realizar gol en la portería grande eliminaremos a 2 jugadores del equipo contrario.

Gana el equipo que deje sin jugadores al contrario.

- De esta manera podemos observar que en el juego Intervienen balón, compañeros, adversarios, acción real de juego desarrollo del tiro a puerta en situación de juego, Ataque y defensa etc.
- Se entrenan simultáneamente aspectos técnicos-tácticos físicos, teóricos y psicológicos.

Ejemplo

**Figura 23. Ejercicios sistema táctico la zona.**



### Descripción metodológica

El equipo en posición defensiva del sistema táctico de la zona realizando ejercicios de calentamiento y tareas tácticas.

A la orden del profesor los jugadores fijados irán a las porterías asignadas patearan tiros libres o penaltis según sea el caso.

- En el ejercicio se demuestran la realización de desplazamiento cortos a intensidades moderadas y sub.- máximas estimulando el desarrollo de la resistencia mixta, además la constante realización de movimientos con la utilización del balón permite el desarrollo de acciones técnico- tácticas y se cumple con la tarea de la interconexión de un entrenamiento integral desarrollando como producto final el tiro a puerta.

## EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

### Test Abdominales Máximos en 30 seg

Se valora la fuerza-resistencia de la musculatura flexora del tronco (abdominales). El atleta se coloca encima de una colchoneta en posición supina, con las piernas a 90°, y los pies apoyados en la pared sin ningún tipo de anclaje. El tronco con los muslos deben formar un ángulo de 90°. La prueba comienza cuando el evaluador dé la señal de arranque, comenzando el ejecutor a realizar flexiones del tronco tocando cada codo con su muslo correspondiente

## Test It and reach

Se puede medir flexibilidad mediante el Test de Wells y Dillon o "Sit and Reach", en el cual se mide la flexibilidad desde la posición de sentado y con las piernas juntas. Se le pide al atleta que desde esa posición realice una flexión máxima del tronco hacia delante y con sus manos juntas toque una regla situada por delante de él, como se aprecia en la

Test Sit & Reach (cm)	Superior	Excelente	Buena	Promedio	Deficiente	Pobre	Muy Pobre
<b>Hombres</b>	> +27	+27 a +17	+16 a +6	+5 a 0	-1 a -8	-9 a -19	< -20
<b>Mujeres</b>	> +30	+30 a +21	+20 a +11	+10 a +1	0 a -7	-8 a -14	< -15

Valores de referencia para Test Sit and Reach

## Sprint 20 y 40 m

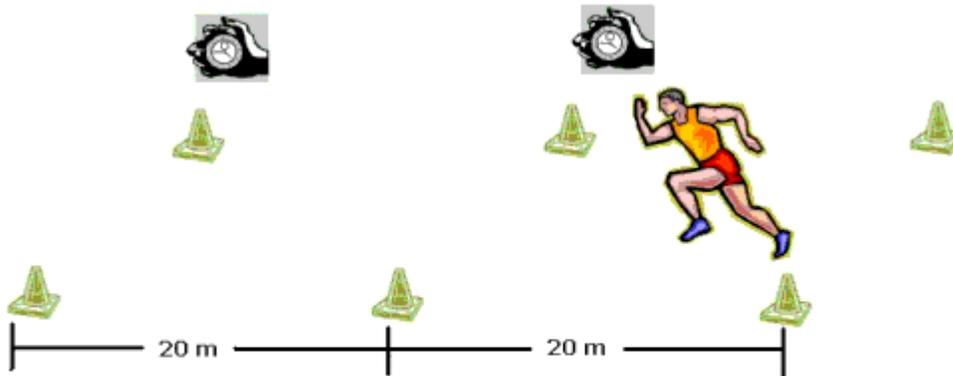


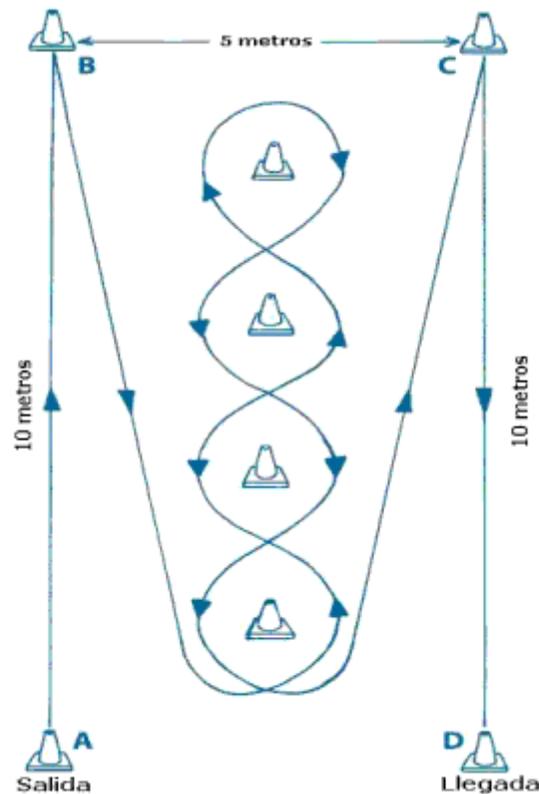
Fig. 2 Prueba de Sprint de 20 y 40 m

El atleta debe realizar un sprint máximo de 40 m de longitud, de forma lineal, en un terreno plano y sin obstáculos. La salida será en posición de pie. Los cronometradores deben ubicarse a los 20 y 40 m respectivamente, registrando los tiempos justo cuando el tronco del atleta atraviese la línea que demarcan tales distancias.

La aplicación de esta prueba permite entonces tener una apreciación tanto de la velocidad de arranque como de la velocidad máxima.

## Test de Agilidad Illinois

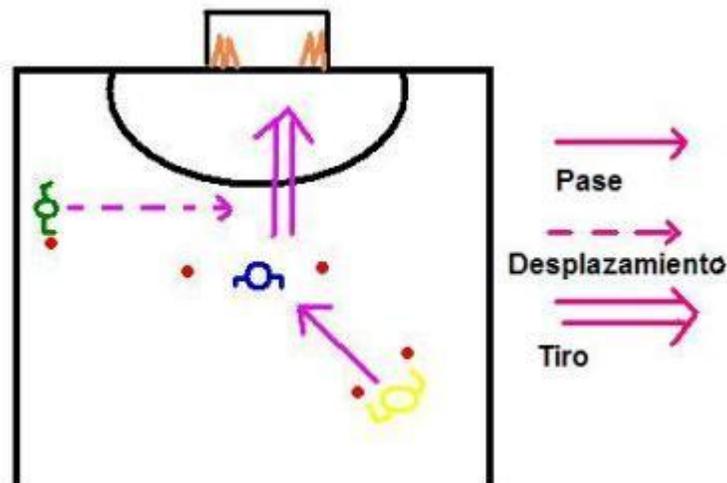
El Test de Agilidad Illinois está instalado con cuatro conos que forman un área de 10 metros de largo por 5 metros ancho. Coloque un cono en cada punto A para marcar el comienzo, B y C marcar los puntos de la vuelta, y D marcar el final. Coloque otros cuatro conos en el centro de la zona de pruebas con 3.3 metros de separación. Se comienza la prueba en posición acostado boca abajo con las manos en el nivel del hombro. Al comando de partida, se enciende el cronómetro. Levántese tan rápidamente como sea posible y recorra la trayectoria del sistema (de izquierda a derecha o viceversa). En la vuelta B y C, asegúrese de tocar el cono con su mano. La prueba es completada y el cronómetro parado cuando no hay conos excesivos golpeados y usted cruza la línea de final.



Test Agilidad (seg)	Exce nte	Sobre promedio	Prome dio	Bajo promedio	Po bre
<b>Hombres</b>	< 15.2	15.2 - 16.1	16.2 - 18.1	18.2-18.8	>1 8.8
<b>Mujeres</b>	< 17.0	17.0 -17.9	18.0 - 21.7	21.8-23.0	> 23.0

Valores de referencia para Test de Agilidad Illinois

## Test Tiro a Portería :



### Descripción:

El jugador azul, será en este caso el que va a ser evaluado, partirá de una posición de espaldas a la portería, aproximadamente a tres metros del área (línea discontinua de balonmano). Un compañero, (jugador amarillo) se situará con balón a unos 7 metros más retrasado que el jugador azul y en banda derecha. El jugador verde, se situará en la línea de banda izquierda a la altura del jugador verde. Por último, en la portería se situarán dos conos junto a cada palo y un portero entre los conos.

El test comienza cuando el jugador amarillo realiza un pase al pie al jugador azul, el cual debe realizar un tiro a portería desde fuera del área antes de que el jugador verde (que empieza a correr en el momento en que el jugador amarillo realiza el pase), le alcance e intercepte el tiro. Cada jugador realizará 5 tiros recibiendo el pase desde la derecha como se explica en el dibujo anterior, y 5 tiros recibiendo el pase por la izquierda, saliendo el defensor desde el lado contrario. El jugador azul (el cuál es evaluado), debe de conseguir realizar el tiro de forma rápida, de manera que logre golpear al balón sin que el jugador le moleste, por lo que esta será la primera valoración que hagamos del jugador (velocidad de tiro). Para evaluar los otros dos parámetros (precisión y potencia), hemos colocado un objetivo en el interior de la portería (4 conos, 2 junto a cada poste), los cuáles los jugadores deben intentar derribar, de tal forma que se combine en el golpeo a portería tanto la precisión (tocar el cono), como la potencia (derribar el cono).

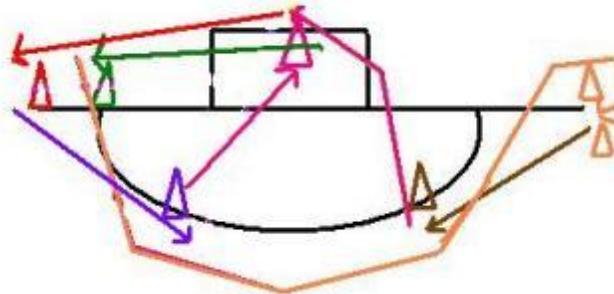
### Valoración final / Sistema de puntuación:

Para valorar la cualificación técnica del jugador en el tiro, usaremos es siguiente sistema de puntuación:

Acción	Puntuación
El jugador no logra tirar	1
El defensor intercepta el disparo	2
El tiro se va por fuera de la portería	3
El tiro lo detiene el portero	4
El tiro entra a gol	5
El tiro entra a gol y derriba el objetivo	6

De los 5 tiros realizados recibiendo el pase desde la derecha, se eliminará tanto la mejor puntuación como la peor de cada jugador, haciendo la media de las otras 3 puntuaciones, la cual será la puntuación final. Lo mismo se realizará con las puntuaciones obtenidas desde el lado contrario, por lo que tras realizar el test cada jugador obtendrá dos puntuaciones, una por cada lado.

### Test Conducción de balón:



#### Descripción:

Los dos conos naranjas colocados en el corner, será la salida del circuito de conducción. Se colocarán también los siguientes conos:

En la línea de área a medio camino entre la línea de banda derecha y el palo corto se colocará un cono (marrón). Lo mismo se hará también en la parte izquierda, colocando otro cono (morado). Un metro detrás de la portería, se colocará otro cono (fucsia). En el corner izquierdo,

se colocará un cono (rojo). Por último se coloca un cono (verde) a un metro del corner izquierdo (justamente donde comienza la línea del área).

El jugador, deberá hacer el siguiente recorrido, primeramente sin balón y posteriormente, tras un descanso con balón:

Sale en el corner izquierdo entre los conos naranjas, dirigiéndose al cono naranja, el cuál rodea, luego va hacia el cono fucsia de detrás de la portería , desde ahí pasará al corner izquierdo (cono rojo), el cual también rodea para luego dirigirse al cono morado, desde el cono morado irá a dar la vuelta al cono fucsia, para volver hacia el cono verde, al cual lo rodeará por fuera, para luego correr por fuera de la línea de área hacia los conos naranjas de la salida, rodeándolos y entrando a la llegada por detrás de ellos.

Primeramente se anotará el tiempo, que el jugador tarda en realizar el recorrido sin balón, para luego compararlo con el tiempo que tarda en realizar el circuito con balón, de esta forma cuanto menos diferencia exista entre ambos tiempos mayor será la cualificación técnica del futbolista en la conducción, ya que el balón se habrá llevado cerca del pie, y sin que se pierda mucha velocidad en la carrera, es decir, de forma más natural.

Valoración final / Sistema de puntuación:

Para valorar la cualificación técnica del jugador, como he comentado anteriormente, observaremos la diferencia de ambos tiempos (tiempo que tardamos en realizar el circuito con balón, y el tiempo que tardamos en realizarlo sin balón), calculado con ese tiempo un porcentaje (%).

$$\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100$$

De manera que cuanto más cercano sea el porcentaje al 100 %, mayor será la cualificación técnica del deportista en la conducción de balón.

**Test Pase:**



Descripción:

En banda, y a la altura del medio del campo, se sitúan tanto el jugador fucsia, como el jugador el azul, este último con balón. Un poco más retrasado y en frente del palo derecho de la portería se sitúa el jugador verde (al cuál se la valorará la cualificación técnica en el pase), y por último se colocarán dos conos a mitad de camino entre el jugador verde y el corner de banda izquierda, y otro cono 2 metros detrás de la línea de medio campo.

El test comienza cuando el jugador azul realiza un pase al jugador verde, el cuál tras controlar el balón deberá devolvérselo realizando un pase, para que éste reciba el balón y dispare a portería.

En el momento que comienza el test, el jugador fucsia debe de dirigirse al cono que está detrás suyo, y tras tocarlo, intentar evitar que el jugador azul realice un disparo a portería.

El jugador verde, debe intentar tener una buena precisión espacial en el pase intentando golpear el balón de tal manera de que este pase entre los dos conos colocados previamente, y a la vez tener una buena precisión temporal, adecuándose el pase a la trayectoria de carrera de su compañero, de forma que si realiza un buen pase, el jugador azul podrá realizar un disparo sin ninguna presión por parte del defensor.

Valoración final / Sistema de puntuación:

Para valorar la cualificación técnica del deportista en el pase, he creado el siguiente sistema de puntuación:

Acción	Puntuación
--------	------------

No llega el pase al jugador azul	1
El pase llega al jugador azul por fuera de la zona marcada	2
El pase llega por la zona marcada previamente	3
El pase permite al jugador azul realizar el tiro con comodidad	+1 Adicional

En total en cada pase, cada jugador puede obtener un máximo de cuatro puntos. El test se repetirá cinco veces, y al igual que en los test de tiro y de control, se eliminará tanto la peor puntuación, como la mejor, y se realizará la media de las tres puntuaciones restantes.

### Control de peso y talla

Como calcular el peso ideal (IMC) divida su peso en kilos por el cuadrado de su altura en metro (talla)

$$\text{IMC} = \text{Peso} / \text{Talla}^2$$

El peso ideal es igual al peso actual dividido por la estatura al cuadrado

Edad (años)	Niño	Niña
2	16.4	16.4
3	16.0	15.7
4	15.7	15.4
5	15.5	15.1
6	15.4	15.2
7	15.5	15.5
8	15.8	15.8
9	16.1	16.3
10	16.3	16.8
11	17.2	17.5
12	17.8	18.0
13	18.2	18.6
14	19.1	19.4
15	19.8	19.9
16	20.5	20.4
17	21.2	20.9
18	21.9	21.3

Indicé de masa corporal (IMC)

EDAD	CHICOS		CHICAS	
	PESO	TALLA	PESO	TALLA
Recién nacido	3,47	50,06	3,34	49,34
3 meses	6,26	60,44	5,79	59,18
6 meses	8,02	66,81	7,44	65,33
9 meses	9,24	71,1	8,03	69,52
1 año	10,15	75,08	9,60	73,55
2 años	12,70	86,68	12,15	85,4
3 años	14,84	94,62	14,10	93,93
4 años	16,90	102,11	15,15	101,33
5 años	19,06	109,11	17,55	108,07
6 años	21,40	115,4	20,14	114,41
7 años	23,26	120,40	23,27	120,54
8 años	25,64	126,18	26,80	126,52
9 años	28,60	131,71	30,62	132,40
10 años	32,22	136,53	34,61	138,11
11 años	36,51	141,53	38,65	142,98
12 años	41,38	146,23	42,63	149,03
13 años	46,68	156,05	46,43	154,14
14 años	52,15	160,92	49,92	157,88
15 años	57,49	168,21	53	160,01
16 años	62,27	171,40	55,54	160,68
17 años	66,03	173,23	57,43	160,72
18 años	68,19	174,10	58,55	160,78

---

## HISTORIA SEGUIMIENTO DEL ALUMNO

**Fecha:**

**Nombre:**

**Edad:**

**Estatura:**

**Peso actual:**

**Peso ideal:**

**IMC:**

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES EN CUANTO AL PROCESO FORMATIVO DE FÚTBOL POR CATEGORIAS

A continuación se presentara el cronograma de actividades planeadas por categorías

NIVEL DE ADAPTACION 6 A 8 AÑOS						
ACTIVIDADES	SEMESTRE 1 Mes a					
	Mes					
	1	2	3	4	5	6
Se realizara antes de cada entrenamiento un calentamiento dinámico y recreativo	X	X	X	X	X	X
Reconocimiento sobre el deporte que se va a practicar	X					
Integración con la profesora y sus demás compañeros	X					
Conocimiento de los elementos que se van a utilizar para dichos entrenamientos	X					
Adaptación y familiarización al deporte	X					
Dialogo con los alumnos exponiendo las normas que se deben tener en cuenta durante los entrenamientos. Cumplimiento, el buen comportamiento, respeto a los demás compañeros, llegar desayunados a los entrenamientos, traer hidratación y ropa adecuada). <b>Reglas de oro para la escuela de formación deportiva Atlético Garcés.</b>	X	X	X	X	X	X

Iniciación de trabajos específicos para cumplir los objetivos trazados para dicha categoría.	X	X	X	X	X	X
--	---	---	---	---	---	---

<b>NIVEL DE ADAPTACION 6 A 8 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 2 Mes a Mes</b>					
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Desplazamiento con el balón en el área de juego	X	X	X			
Reconocimiento de las partes del pie(borde interno, borde externo y empeine)	X	X	X			
Ejercicios de lateralidad saltos y giros		X	X	X		
Ejercicios y Juegos con balón y sin balón		X	X	X		
Ejercicios de control, pase y recepción.	X	X	X	X	X	X
Orientación respecto al entorno (dentro, fuera, delante, detrás, cerca, lejos etc.)			X	X	X	X
Ejercicios de remate y pase				X	X	X

Trabajos sociales relacionados con el compañerismo, disciplina, higiene, trabajo en equipo responsabilidad, etc.				X	X	X
--	--	--	--	---	---	---

<b>NIVEL DE ADAPTACION 6 A 8 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 3 Mes a</b>					
	<b>Mes</b>					
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Encuentros deportivos	X					
Retro alimentación	X					
Refuerzo en pase, conducción y control.	X	X	X			
Ejercicios de lateralidad		X	X	X		
Nociones temporales (rápido, lento, al mismo tiempo, después)			X	X	X	
Recepción del balón a diferentes distancias (cerca, lejos)			X	X	X	X
Aplicación de test dominio y control de balón					X	
Juegos de velocidad en parejas				X	X	X
Desplazamientos con cambio de dirección y aumento de velocidad				X	X	
Ejercicios de coordinación				X	X	X
Encuentro deportivo					X	

Retro alimentación y partes de fundamentos básicos						X
Se realiza antes de cada entrenamiento un calentamiento dinámico y recreativo		X	X	X	X	X

<b>NIVEL DE ADAPTACION 6 A 8 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 4 Mes a Mes</b>					
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Se realiza antes de cada entrenamiento un calentamiento dinámico y recreativo	X	X	X	X	X	X
Ejercicios de lateralidad	X	X	X			
Ejercicios competitivos individuales y grupales.		X	X	X		
Se ejercitara el sentido perceptivo y la sensibilidad al balón con las diferentes partes del cuerpo				X	X	X
Ejercicios de lateralidad transpórtanos el balón			X	X	X	
Ejercicios de dominio de balón control y recepción				X	X	X
Ejercicios de coordinación en el trote						X
Encuentro deportivos					X	X
Valoración por medio de test diagnosticando su rendimiento con opción a el paso de nivel de iniciación						X

Iniciación de entrenamiento							X
-----------------------------	--	--	--	--	--	--	---

NIVEL DE INICIACION DE 9 A 11 AÑOS							
ACTIVIDADES	SEMESTRE 1						
	MES A MES						
	1	2	3	4	5	6	
Calentamiento se realiza antes de cualquier actividad física	X	X	X	X	X	X	X
Test de entrada, en el cual se mide el nivel del alumno si es apto para la dicha categoría	X						
Dialogo con los alumnos exponiendo las normas que se deben tener en cuenta durante los entrenamientos. (cumplimiento, el buen comportamiento, respeto a los demás compañeros, llegar desayunados a los entrenamientos, traer hidratación y ropa adecuada).reglas de oro para la escuela de formación deportiva Atlético Garcés	X	X					
Ejercicios de desplazamiento Pasando por obstáculos, llegar a un punto fijo, seguir una ruta.	X	X	X				
Ejercicios de competencia			X	X			

Encuentro deportivo					X		
Charla técnica					X		
Ejercicio de control y desplazamientos Dominio de balón , pase con las diferentes partes del pie					X	X	X
Ejercicios de lateralidad					X	X	X

<b>NIVEL DE INICIACION DE 9 A 11 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 2</b>					
	<b>MES A MES</b>					
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Ejercicios de lateralidad	X	X	X			
Ejercicios de equilibrio	X	X	X			
Ejercicios de salto	X	X	X			
Ejercicios de saques laterales			X	X	X	

Recepcionar control y pases		X	X	X	X	
Encuentro deportivo		X				
Parada y semi parada del balón	X	X	X			
Estimular la propia iniciativa, el aprendizaje, auto didáctica, la creatividad el auto control y la responsabilidad			X	X	X	X
Ejercicio de control de balón con las diferentes partes del cuerpo individual	X	X	X	X		
Ejercicios de regate uno a uno				X	X	X
Ejercicios de control de balón recuperación			X	X	X	X
Ejercicios en parejas control de balón					X	X
Ejercicios de velocidad individual y grupales					X	X
Ejercicios de remate Balón detenido y en movimiento					X	X
Ejercicios de coordinación (giros, saltos lateralidades, abajo, arriba)				X	X	X
Participación total y constante del alumno durante el juego, con balón y sin balón				X	X	X

iniciación de Golpeo de cabeza				X	X	X
encuentro deportivo					X	X

<b>NIVEL DE INICIACION DE 9 A 11 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 3</b>					
	<b>MES A MES</b>					
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
ejercicios de situaciones reales en el juego (saque lateral, saque de esquina, saque del arquero, saque de inicio del juego, cobros de penalti, tiros libres, etc)	X	X	X			
ejercicios técnicos manejando el balón con las manos		X	X	X		
Ejercicios de regate con obstáculos		X	X	X		
Ejercicios de coordinación en el trote			X	X	X	
Ejercicios de dominio de balón		X	X	X	X	
Ejercicios de cabeceo			X	X	X	
encuentro deportivo				X	X	

Ejercicio de control y orientación			X	X	X	X
Trabajos básicos para arqueros. Despeje de área. Remate al balón. Ejercicios de lateralidad. Agarre del balón. Posición			X	X	X	X
Ejercicios de control orientado				X	X	X
Desarrollo de relaciones interpersonales del grupo				X	X	X
Ejercicios de resistencia aeróbica controlados					X	X
juegos de velocidad				X	X	X

<b>NIVEL DE INICIACION DE 9 A 11 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 4</b>					
	<b>MES A MES</b>					
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Desplazamientos en formas jugadas	X	X	X			
Ejercicios de coordinación		X	X			
Juegos de percepción		X	X	X		

Ejercicios de flexibilidad		X	X			
Juegos con superioridad o inferioridad numérica					X	X
Prácticas de habilidades técnicas. Conducción. Tiro a portería. Pase. Control. Juego de cabeza				X	X	X
Formar la comprensión del juego, distribución espacial				X	X	
Ejercicios de automatización por sesión				X	X	
Encuentro deportivo. El entrenador observa y emite elogios y críticas						X
Desplazamiento en formas jugadas				X	X	
Juegos sencillos de coordinación y percepción					X	
juegos de cooperación y juegos de percepción				X	X	
Valoración por medio de test diagnosticando su rendimiento con opción a el paso de nivel de formación						X

NIVEL DE FORMACIÓN DE 12 A 15 AÑOS						
ACTIVIDADES	SEMESTRE 1					
	MES A MES					
	1	2	3	4	5	6
Calentamiento se realiza antes de cualquier actividad física	X	X	X	X	X	X
Test de entrada, en el cual se mide el nivel del alumno si es apto para la dicha categoría	X					
Dialogo con los alumnos exponiendo las normas que se deben tener en cuenta durante los entrenamientos. (cumplimiento, el buen comportamiento, respeto a los demás compañeros, llegar desayunados a los entrenamientos, traer hidratación y ropa adecuada). <b>reglas de oro para la escuela de formación deportiva Atlético Garcés</b>	X					
Ejercicios de control de balón	X	X	X			
Ejercicios de conducción de balón	X	X	X			
Ejercicios de regate	X	X	X			
Ejercicios de control recepción y pases	X	X	X			
Encuentro deportivo. El entrenador observa y emite elogios y criticas			X			

Ejercicios de coordinación					X	X	X
----------------------------	--	--	--	--	---	---	---

<b>NIVEL DE FORMACIÓN DE 12 A 15 AÑOS</b>							
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 2</b>						
	<b>MES A MES</b>						
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	
Ejercicios de resistencia aeróbica	X	X					
Ejercicios coordinativos grupales	X	X	X				
Ejercicios de fuerza		X	X	X			
Ejercicios para el desarrollo de resistencia					X	X	
Ejercicios para el desarrollo de flexibilidad	X		X		X		
Prácticas de habilidades técnicas. Conducción. Tiro a portería. Pase. Control. Juego de cabeza				X	X	X	
Ejercicios de remate		X		X		X	

Ejercicios de velocidad. Competencia. Grupales. Individuales	X		X		X	
Encuentro deportivo. El entrenador observa y emite elogios y criticas			X			X
Formar la comprensión del juego, distribución espacial			X	X	X	
Desplazamiento en formas jugadas					X	X

<b>NIVEL DE FORMACIÓN DE 12 A 15 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 3</b>					
	<b>MES A MES</b>					
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Pases de desplazamiento en grupo	X	X	X	X	X	X
Ejercicios de recuperación de balón	X	X				
Ejercicios de posición de balón		X	X	X		
Ejercicios de recuperación de balón			X	X	X	
Ejercicios técnicos básicos. Marca y desmarca				X	X	X

Ejercicios defensivos			X	X	X	
Ejercicios ofensivos				X	X	X
Ejercicios ofensivos y defensivos en acciones reales de juego	X		X		X	
Ejercicios para desborde del adversario					X	X
Ejercicio de regate 1 a 1	X	X				
Ejercicios para pases cortos y pases de profundidad		X	X			
Ejercicio en zonas en acciones reales de juego. Ofensiva. Defensiva. Medio campo		X	X	X		

<b>NIVEL DE FORMACIÓN DE 12 A 15 AÑOS</b>						
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>SEMESTRE 4</b>					
	<b>MES A MES</b>					
	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Encuentro deportivo. El entrenador observa y emite elogios y críticas	X	X	X	X	X	X
Ejercicios defensivos en situaciones reales de juego	X	X				

Ejercicio de marcas por zona		X	X	X		
Ejercicios técnicos y tácticos en reducción de espacios	X	X				
Ejercicios de recuperación de balón		X	X			
Ejercicios ofensivos en situaciones reales de juego					X	X
Ejercicio de dos marcación	X	X	X			
Ejercicios técnicos y tácticos en ganar espacios					X	X
Ejercicios para mantener el balón ejecutando pases	X	X				
Ejercicios de regate		X	X			
Prácticas de habilidades técnicas. Conducción. Tiro a portería. Pase. Control. Juego de cabeza					X	X
Ejercicios de coordinación	X	X			X	
Ejercicio entrenamiento de arqueros (todo el grupo participa de los ejercicios planeados)					X	X

Ejercicio de control y orientación					X	X
Encuentro deportivo. El entrenador observa y emite elogios y criticas					X	
Ejercicios coordinativos grupales	X		X		X	

## BILIOGRAFÍA

- Alcoba López, A. (2001). *Enciclopedia del deporte*. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Anzola Espinosa, M. C. (1991). En *Una alternativa pedagógica para el uso del tiempo libre del niño institucionalizado del Instituto Campestre de la Beneficiencia de Cundinamarca*. Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.
- Barriga, L. P. (1999). En *El tiempo libre como alternativa educativa*. Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.
- Benedek, E. (2001). *FÚTBOL INFANTIL*. Barcelona: Paidotribo.
- Blázquez Sánchez, D. (2006). *La educación física*. Barcelona: INDE.
- Blázquez Sánchez, D. (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Borzi, C. A. (1999). *FÚTBOL INFANTIL Entrenamiento Programado*. Buenos Aires, Argentina : STADIUM.
- Brinnitzer Rodríguez, M. (2001). *Juegos y técnicas recreativas*. Buenos Aires: Bonum.
- Campo Sanchez, G. E. (2010). *El juego en la Educación Física Básica*. Armenia - Colombia: Kinesis.
- CONSEJO LOCAL DE DEPORTES . (2013). Obtenido de Localidad de Engativa Secretaría de Gobierno de bogotá:  
[http://observatoriolocaldeengativa.info/index.php?option=com\\_content&view=article&id=267&Itemid=828](http://observatoriolocaldeengativa.info/index.php?option=com_content&view=article&id=267&Itemid=828)
- Cortes Sierra, V. (Junio de 1997). En *Escuelas de formación como alternativa para el tiempo libre*. Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.
- Eugenio García, J. G. (2008). *Escuela de formación deportiva programa de desarrollo y aprendizaje motriz para una escuela de fútbol*. Universidad Pedagógica de Colombia, Sede Valmaría, Bogotá.

- Hernández Rodríguez, A. I., & Martínez Muñoz, F. (2008). *El deporte escolar en la sociedad contemporánea*. Almería: Universidad de Almería
- Hormaza Cortes, D. K., & Sora Pachon, L. V. (2007). *Jóvenes y Tiempo libre*. Universidad Libre Bogotá Colombia.
- Incarbone, Ó. (2003). *Del juego a la Iniciación Deportiva: 6 a 14 años*. Buenos Aires: STADIUM.
- INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES . (s.f.). Obtenido de IDRD:  
[http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-escuelas-avaladas\\_563.html](http://www.idrd.gov.co/web/htms/seccion-escuelas-avaladas_563.html)
- Plan Nacional de Recreación*. ( 2013- 2019).
- Romero Granados, S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*.
- Ruiz Munuera, F. C., Ruiz Munuera, A. J., Perelló Talens, I., & Caus I Pertegaz, N. (2003). *Educacion Fisica. Volumen III*. España: MAD.
- Sans Torrelles, Á., & Frattarola Alcaraz, C. (2000). *ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL BASE*. Barcelona: Paidotribo.
- SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL. (s.f.). Obtenido de Alcaldía mayor de Bogotá D C:  
<http://www.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/gsi/LECTURA%20DE%20REALIDADES%20ENGATIVA%202010.pdf>
- Vásquez Folqueira, S. (s.f.). *Fútbol Base: La tecnica aplicada a diferentes niveles*. Madrid: Lavel.
- Vázquez Folgueira, S. (2000). *CUADERNO DEL ENTRENADOR DE FÚTBOL*. Barcelona: Paidotribo.
- Wanceulen Ferrer, A. (1998). *Las escuelas de fútbol*. España.
- Wein, H. (s.f.). *Fútbol a la medida del niño*. GYMNOS.