

Manual metodológico – disciplina de futbol

Presentado por:

Jairo Scarpetta (n. de iniciación – 6 a 9 años)

Pedro Alexander peñuela (n. de fundamentación – 10 a 12 años)

Oscar Vásquez (n. de especialización – 14 a 17 años)

Jhon Alexander Romero Peñuela (n. de especialización – 14 a 17 años)

Presentado a:

Mg. Arnulfo Torres rincón – Prof. Hammer Rodríguez Naranjo

(Equipo metodológico I.M.R.D.S)

Municipio de Soacha, Cundinamarca

01 de julio del 2020

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

1. Caracterización del fútbol de campo

Según los propios adeptos, el fútbol es el deporte más bello, complejo y atrapante de todos. En primer lugar su complejidad se debe al estricto reglamento, que obliga al jugador a poseer un alto grado de habilidad especial, puesto que los mismos segmentos corporales con los cuales se desplaza, son los encargados también de dominar el balón mientras se avanza a velocidades y direcciones cambiantes a través del campo de juego sorteando múltiples obstáculos móviles (rivales) lo que Popov (1999) denomina ROM (reacción a objetos móviles).

El fútbol, posee belleza de movimientos y sutilezas, pero también acciones violentas y errores humanos; sus seguidores difícilmente puedan escapar al cúmulo de sentimientos encontrados que inevitablemente irradia: alegría, tristeza, sorpresa, decepciones, agresividad, frustración, entre otras, todos ellos en un orden de aparición cambiante dentro de un mismo encuentro. En su reinado conviven los talentosos y los rústicos por igual, puede ser multitudinario o solitario pero sin dudas, es eficazmente atractivo para todos sus protagonistas. En resumen fútbol es "pasión", es un sentimiento difícil de definir tanto para los pobres en lectura como también para los colegiados.

Este deporte es conducido tanto por científicos como por autodidactas, supuestos "sabiños e ignorantes", quienes tienen su propia verdad y la defienden a capa y espada, cumpliéndose regularmente con un inexplicable pero equitativo mandamiento, donde todos son premiados con su momento de gloria casi por igual. Estos interrogantes son materia permanente de investigación y búsqueda de respuestas que sean universalmente válidas; para que este deporte multifacético, de cooperación de los compañeros de equipo y de oposición de los rivales; acíclico, de habilidades abiertas y acciones intermitentes; polivalente, donde se corre a máxima velocidad, se salta, se trota, se resiste una embestida contraria y por momentos se camina; de

"Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr" - Albert Einstein.
"Haz de tu pasión tu profesión" - Lema del Cruyff Institute

adaptación constata a nuevas situaciones, de realidades cambiantes y de diversidad de estímulos, siga creciendo y encuentre respuestas a "su propia lógica" de acciones repartidas entre movimientos premeditados y espontáneos.

La Praxiología motriz aplicada al deporte, se centra en tratar de conocer como son las estructuras o lógica interna de cada deporte y como se produce el desarrollo de la acción de juego partiendo de la estructura de los mismos y de la praxis motriz:

➤ El fútbol supone una *confrontación* directa entre dos equipos (cooperación y oposición), con un objetivo determinado, esto es, disputar el balón para convertir un gol o evitar que nos lo conviertan. Para ello se deberán realizar una serie de acciones e interacciones establecidas (plan o contraplan), esto se denomina táctica si el balón está en movimiento y estrategia, si el balón se encuentra detenido, por ejemplo en tiros libres.

➤ Un *espacio* donde se desenvuelven los jugadores de ambos bandos en distintas acciones de juego. Podríamos diferenciar entre el espacio formal establecido por el reglamento y el espacio de uso (ocupado por un jugador o el que cumple un determinado objetivo táctico).

➤ El *tiempo* no sólo nos indica la duración de un partido (establecido por el reglamento), además puede ser un factor importante para determinar una serie de variables de rendimiento de los jugadores: desde el tiempo de participación de los jugadores, la duración de las distintas acciones de juego (ofensivas o defensivas) y la posesión del balón.

Para poder realizar las diferentes acciones que se desarrollan en este deporte, hay una necesidad de habilidad motriz específica. Esta habilidad, basada en los mecanismos de

percepción, decisión y ejecución, confiere una eficiencia o capacidad de los jugadores para adaptarse y resolver problemas específicos del fútbol.

- *El mecanismo perceptivo*: podrá atender a los estímulos presentes de manera selectiva, (compañeros, adversarios, balón...), las relaciones espaciales (ubicación en el campo, distancias de los jugadores y de los objetivos) y temporales (atender a la sucesión de acontecimientos que se van dando, la duración de los mismos, el ritmo...). En definitiva, el jugador deberá observar para saber qué pasa y de esta manera obtener información de la situación.

- *El mecanismo de decisión*: tendrá que plantearse qué es lo que va a hacer, analiza la situación, concibiendo y escogiendo una solución. Por ello es importante que los jugadores tengan desarrollada la inteligencia de juego mediante la capacidad de establecer estrategias motoras y su puesta en práctica a través de la técnica individual y la táctica colectiva. En este sentido, aparece el mecanismo o factor decisional como algo que es necesario y puede ser determinante para poder desenvolverse en este deporte.

- *El mecanismo de ejecución*: da la respuesta motriz de cómo hacerlo, resolviendo la situación de juego. Para esto es necesario tener desarrolladas las capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad...) y habilidades técnicas (golpeo, regate, entrada, interceptación...). En definitiva, el jugador debe de hallar las respuestas adaptadas a los problemas que le presenta la acción de juego que vienen derivadas de la oposición (contra los adversarios) y de la cooperación (con los compañeros). Considerando, además, que las acciones de juego (ofensivas o defensivas) no se dan aisladas sino concatenadas, debiendo reaccionar ante una situación, efectuando un tratamiento inmediato de la situación de juego siguiente.

1.1 Marco contextual

Fútbol (de inglés británico football) se traduce como balompié

Es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de once jugadores cada uno y muchas veces trae árbitros los cuales hacen cumplir las normas correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues lo practican unas 270 millones de personas.

El terreno de juego es rectangular de césped natural o artificial, con una portería o arco a cada lado del campo. Se juega mediante una pelota que se debe desplazar a través del campo con cualquier parte del cuerpo que no sean los brazos o las manos, y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre). El objetivo es introducirla dentro del arco contrario, acción que se denomina marcar un gol. El equipo que logre más goles al cabo del partido, de una duración de 90 minutos, es el que resulta ganador del encuentro.

Orígenes del fútbol

La historia moderna del deporte más popular del planeta abarca más de 100 años de existencia. Comenzó en el 1863, cuando en Inglaterra se separaron los caminos del "rugby-football" (rugby) y del "association football" (fútbol), fundándose la asociación más antigua del mundo: la "Football Association" (Asociación de Fútbol de Inglaterra), el primer órgano gubernativo del deporte.

Ambos tipos de juego tiene la misma raíz y un árbol genealógico de muy vasta ramificación. Una profunda y minuciosa investigación ha dado con una media docena de diferentes juegos en los cuales hay aspectos que remiten el origen y desarrollo histórico del fútbol. Evidentemente, a pesar de las deducciones que se hagan, dos cosas son claras: primero, que el balón se jugaba con el pie desde hacía miles de años y, segundo, que no existe ningún motivo para considerar el juego con el pie como una forma secundaria degenerada del juego "natural" con la mano.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Todo lo contrario: aparte de la necesidad de tener que luchar con todo el cuerpo por el balón en un gran tumulto (empleando también las piernas y los pies), generalmente sin reglas, parece que, desde sus comienzos, se consideraba esta actividad como extremadamente difícil y, por lo tanto, dominar el balón con el pie generaba admiración. La forma más antigua del juego, de la que se tenga ciencia cierta, es un manual de ejercicios militares que remonta a la China de la dinastía de Han, en los siglos II y III AC.

Se lo conocía como "Ts'uh Kúh", y consistía en una bola de cuero rellena con plumas y pelos, que tenía que ser lanzada con el pie a una pequeña red. Ésta estaba colocada entre largas varas de bambú, separadas por una apertura de 30 a 40 centímetros. Otra modalidad, descrita en el mismo manual, consistía en que los jugadores, en su camino a la meta, debían sortear los ataques de un rival, pudiendo jugar la bola con pies, pecho, espalda y hombros, pero no con la mano.

Del Lejano Oriente proviene, mientras tanto, una forma diferente: el Kemari japonés, que se menciona por primera vez unos 500 a 600 años más tarde, y que se juega todavía hoy en día. Es un ejercicio ceremonial, que si bien exige cierta habilidad, no tiene ningún carácter competitivo como el juego chino, puesto que no hay lucha alguna por el balón. En una superficie relativamente pequeña, los actores deben pasárselo sin dejarlo caer al suelo.

Mucho más animados eran el "Episcleros" griego, del cual se sabe relativamente poco, y el "Harpastum" romano. Los romanos tenían un balón más chico y dos equipos jugaban en un terreno rectangular, limitado con líneas de marcación y dividido con una línea media. El objetivo era enviar el balón al campo del oponente, para lo cual se lo pasaban entre ellos, apelando a la astucia para lograrlo. Este deporte fue muy popular entre los años 700 y 800, y si bien los romanos lo introdujeron en Gran Bretaña, el uso del pie era tan infrecuente que su ascendencia en el fútbol es relativa.

"Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr" - Albert Einstein.

"Haz de tu pasión tu profesión" - Lema del Cruyff Institute

Competiciones internacionales

La principal competición internacional de fútbol es la Copa del Mundo, organizada por la FIFA. Esta competición tiene lugar cada cuatro años. Más de 190 equipos nacionales compiten en torneos de calificación, dentro del ámbito de las confederaciones continentales, por un puesto en las finales. En los torneos finales, que se celebran cada cuatro años, participan actualmente 32 equipos nacionales (aumentados en 1998 de los 24 que había en 1994) que compiten durante un período de cuatro semanas. La Copa del Mundo FIFA 2006 tuvo lugar en Alemania. En 2010 se celebrará en Sudáfrica.

En todos los Juegos Olímpicos de Verano celebrados desde 1900 ha habido torneo de fútbol, excepto en 1992 en los juegos de Los Ángeles (Estados Unidos). Antes del inicio de la Copa del Mundo, las Olimpiadas (sobre todo durante los años 20) tenían el mismo estatus de prestigio en cuanto a fútbol. Al principio, el acontecimiento era sólo para aficionados; sin embargo, desde las Olimpiadas de Verano de 1984 se permite la participación de los profesionales, aunque con ciertas restricciones que impide a los países presentar a sus mejores jugadores. Actualmente, el torneo Olímpico masculino se juega con jugadores sub-23 (por debajo de 23 años). En el pasado, las Olimpiadas sólo han permitido un número restringido de jugadores por edad, pero esa práctica terminará en las Olimpiadas de 2008. Generalmente el torneo Olímpico no tiene el mismo significado y prestigio internacional que la Copa del Mundo. En 1996 se añadió un torneo femenino. En contraste con el masculino, el torneo femenino se juega sin restricciones de edad, por lo que su prestigio internacional es comparable al de la Copa del Mundo Femenina de la FIFA.

Después de la Copa del Mundo, los torneos de fútbol más importantes son los campeonatos continentales, que son organizados por cada confederación continental y donde participan los equipos nacionales. Éstos son el Campeonato de Europa (UEFA), la

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Copa América (CONMEBOL), la Copa Africana de Naciones (CAF), la Copa Asiática (AFC), la Copa de Oro CONCACAF (CONCACAF) y la Copa de Naciones OFC (OFC). Dos de las competiciones más prestigiosas en el fútbol de clubes son los respectivos campeonatos continentales, donde participan los mejores equipos nacionales, por ejemplo la Liga de Campeones de la UEFA en Europa y la Copa Libertadores de América en Sudamérica. El torneo más prestigioso hasta 2005 era la Copa Intercontinental, que jugaba el club ganador de la Liga de Campeones europea y el ganador de la Copa Libertadores. Este partido sólo se jugaba en Tokio (Japón) y se celebró desde 1980 a 2004. También era conocido como Copa Toyota. Debido al creciente interés de la gente de África, Norteamérica y Asia, este torneo fue sustituido en 2005 por el Campeonato del Mundo de Clubes de la FIFA, en el cual no hay un sólo partido sino un torneo entre los ganadores de los seis campeonatos de clubes de cada confederación FIFA.

Historia de la copa del mundo

En 1928 la FIFA tomó la decisión de organizar su propio torneo internacional. Los Juegos Olímpicos de 1932, que tuvieron lugar en Los Ángeles, no tenían previsto incluir el fútbol como parte del programa debido a la baja popularidad de éste en Estados Unidos. La FIFA y el COI también estaban en desacuerdo sobre el estado de los jugadores no profesionales, y el fútbol fue eliminado de los Juegos. Jules Rimet, presidente de la FIFA, se dedicó a organizar el torneo inaugural de la Copa Mundial, nombrando a Uruguay como anfitriona. Se invitó a las asociaciones nacionales de los países seleccionados para enviar un equipo, pero la elección de Uruguay como sede de la competición significaba un largo y costoso viaje a través del Océano Atlántico para los equipos europeos. De hecho, ningún país europeo se comprometió a enviar un equipo de hasta dos meses antes del inicio de la competición. Rimet finalmente persuadió a los equipos de Francia, Bélgica, Rumania, Hungría y Yugoslavia para hacer el viaje. En total, 13

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

naciones fueron las participantes (siete de América del Sur, cuatro de Europa y dos de América del Norte).

Los dos partidos de la primera Copa Mundial se llevaron a cabo simultáneamente y fueron ganados por Francia y EE.UU (México 4-1 y Bélgica 3-0, respectivamente). El primer gol en la historia del Mundial fue anotado por Lucien Laurent, del equipo francés. Cuatro días más tarde, el primer "hat-trick" de los mundiales fue logrado por Bert Patenaude, de los EE.UU. en la victoria de los norteamericanos por 3-0 ante Paraguay.

En la final, Uruguay venció a Argentina por 4-2 frente a una multitud de 93.000 personas en Montevideo, y se convirtió en el primer país en ganar una Copa del Mundo.

Características

Contacto: Moderado.

Miembros por equipo: 11 jugadores en la cancha, suplentes considerados bien sea por la FIFA o entes encargados del juego.

Géneros: Masculino, femenino.

Categorías: Deporte de equipo.

Accesorios: Pelota, guates, botas de fútbol, espinilleras, camiseta, pantaloneta, medias largas, etc.

Pelota: Esférica.

Lugar de encuentro: Cancha de césped natural o artificial rectangular.

Duración de encuentro: 90 minutos (2 partes de 45 minutos).

Formato de puntaje: 1 gol (1 punto).

Meta: Portería de 7.32 metros x 2.44 metros.

Olimpico: Masculino desde 1900—Femenino desde 1996.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

El terreno de juego es una superficie rectangular de césped natural o artificial con portería a cada extremo del campo de juego. Se juega mediante una pelota que se debe desplazar atreves del terreno de juego con cualquier parte del cuerpo que no sean los brazos o manos y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre) el objetivo es introducirla dentro de la portería del contrario, acción que se denomina marcar un gol el equipo que logre más goles al cabo del partido de una duración de 90 minutos es el que resultara ganador del encuentro. El juego moderno fue inventado en Inglaterra tras la formación de la Football Association cuyas reglas en 1863 son la base en la actualidad. El organismo rector del futbol es la federación internacional de futbol asociación más conocido como *FIFA*. La competición más prestigiosa del mundo es la *copa mundial de futbol*, organizada cada cuatro años por dicho organismo anteriormente mencionado; este evento es el más famoso y cuenta con mayor cantidad de espectadores del mundo doblando la audiencia de los juegos olímpicos.

Historia del futbol en Colombia

La historia no registra una fecha precisa sobre la llegada del fútbol a Colombia. Algunos hablan de 1900, otros de 1906, unos más de 1909... En fin, a principios de siglo. De 1900 habla Mike Urueta, conocido historiador y periodista. Esta es su versión: The Colombia Railways Company contrató a los ingleses para construir el ferrocarril de Puerto Colombia en 1900. Para pasar los ratos ellos organizaron "picados" que paulatinamente fueron interesando a jóvenes barranquilleros.

El 6 agosto 1904 cuenta Urueta, se disputó el primer partido oficial: un equipo con camiseta de franjas verticales blancas y rojas, con pantaloneta azul. El otro con camiseta blanca con pantaloneta roja.

"Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr" - Albert Einstein.
"Haz de tu pasión tu profesión" - Lema del Cruyff Institute

En 1906 los primeros equipos aparecieron: Barranquilla Fútbol Club, Santander, Juventus, Unión Colombia.

En 1909 aparece como fecha, según el libro de Neftalí Benavides Rivera. La diferencia es que se le asigna a Pasto la paternidad porque relata que en la empedrada plazuela de San Andrés, en San Juan de Pasto, el industrial británico Leslie O. Spain, soltó un balón para enseñarles a sus trabajadores la forma de jugar al fútbol.

El 12 de octubre de 1924 nace la Liga de Fútbol, cuyo primer presidente fue Emilio Royo.

El 8 de junio de 1936 quedó reconocida jurídicamente la Asociación Colombiana de Fútbol. Carlos Laffourie Roncallo fue quien hizo la solicitud formal ante la Conmebol y la FIFA para el reconocimiento internacional, el cual fue otorgado ese mismo año.

Primer consejo directivo de la ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE FÚTBOL: Carlos Laffourie Roncallo (presidente), Elías Coll (vicepresidente), Nicolás Arévalo (segundo vicepresidente), Alberto Silva (tesorero), Mario Consuegra (fiscal), Enrique Steell (secretario), Elías Solano (vocal), Carmelo González (vocal).

En 1948, mismo año del bogotazo, se creó el primer campeonato de fútbol profesional en Colombia, esto con el afán de dejar a un lado la violencia que venía generando la política. Para el primer certamen de fútbol, se contó con la participación de diez equipos, dejando a Independiente Santa Fe como el primer campeón en la historia. Desde 1948, año tras año se ha disputado fútbol profesional en Colombia, exceptuando en 1989, por seguridad hacia los árbitros, ya que en 1988 se habían presentado amenazas y un secuestro hacia los mismos.

En 1962, Colombia asistiría por primera vez a una Copa del Mundo, realizada en Chile en 1962. Aquel mundial marcó la historia del fútbol en Colombia, y aunque el resultado no fue el esperado, ya que Colombia sumó 1 punto, empatando 4-4 con la Unión Soviética. Aquel empate

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

dejó el único gol olímpico en la historia de los mundiales, lo marcó el barranquillero Marcos Coll.

En 1986 Colombia se postuló para recibir el Mundial de fútbol, sin embargo, el gobierno de turno rechazó toda idea de traer la competencia. Los recursos que estaban destinados para el crecimiento del país no podían ser desviados para la remodelación de los estadios, el jugar aquí el torneo más importante de fútbol a nivel de selecciones, no beneficiaba al país, por lo que la Copa del Mundo fue disputada en México.

El 5 de septiembre se vivió una historia impensable: Argentina 0-5 Colombia. Corrían las eliminatorias al mundial de Estados Unidos 1994, Colombia se clasifica de forma directa con un empate o una victoria, la derrota mandaba a la ‘tricolor’ a jugar repechaje. Con el fútbol de Valderrama, Asprilla, Rincón y Valencia, la selección cafetera daría cátedra de fútbol en el Estadio Monumental de Buenos Aires, al derrotar por cinco goles a Argentina y enviarlos a jugar repechaje contra el ganador de la clasificación de Oceanía. Años atrás, en 1990, Colombia también haría presencia en el mundial, en aquella ocasión fue disputado en Italia. En 1998, Francia, se asistió por tercera vez de manera consecutiva.

Historia del futbol en el municipio de Soacha

Para Heliodoro Vázquez, ex futbolista soachuno, las décadas del 60 y 70 fueron la época dorada del fútbol en Colombia; hoy rememora con satisfacción los buenos recuerdos de una Soacha futbolera, sus amigos jugadores, las antiguas canchas donde jugó, sus ídolos, sus anécdotas y su experiencia como profesional, todo con el fin de compartir una visión diferente de lo que es hoy el municipio.

Lo que hoy en día son vías, potreros, construcciones y viviendas del municipio de Soacha, alguna vez fueron campos deportivos donde se podía apreciar el esplendor de una época dorada para el Fútbol colombiano. Grandes figuras del balompié nacional e internacional se desplazaban

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

hasta el municipio para brindar un verdadero espectáculo deportivo. En aquel entonces, talentosos jugadores que representaban la grandeza del fútbol soachuno, brillaban con los equipos capitalinos Santa Fe y Millonarios. Sin embargo, cuarenta años han pasado ya, y de dicha grandeza solo quedan buenos recuerdos en la memoria de unos pocos, como es el caso de Heliodoro Vásquez Cantor, mejor conocido como “Lolo”, un ex jugador de fútbol soachuno de 61 años, campeón con Independiente Santa Fe en 1971 y 1975, que recuerda con cariño y complacencia esta época del fútbol.

“*¡Acá en Soacha se veían unos partidazos tremendos!*, nosotros jugábamos acá donde es hoy en día los apartamentos de *Parque de las Flores*, ahí había unas canchas que se llamaban ‘*el campo de la Madre Loisa*’, de ahí salieron grandes glorias del fútbol de Soacha, yo por ejemplo salí de esa cancha, y antes ahí se veían unos partidazos con River Plate (Argentina), con Deportivo Tapa (Brasil), con Buses Rojos, hasta con Santa Fe y con Millonarios... que esa vez vino a jugar y trajo a ‘maravilla’ Gamboa, Marino Klinger, Bananin Pacheco, Orlando Larraz, Benitez, Pizarro, y los que venían de jugar del famoso campeonato El Olaya. En fin, esa cancha fue sagrada aquí en Soacha. *¡Y no solo era esa cancha!* acá hubo casi 15 canchas de fútbol muy buenas, estaba ‘*la cancha de Libaré*’ que ahora es el Colegio Departamental, ‘*El Campo de los Locos*’, la cancha del Barrio San Luis, Las canchas que había en el León XIII, las de ‘*La señora Pascuala*’, que quedaban ahí por el Barrio El Dorado, detrás de donde era Cafam, de ahí para arriba habían como unas 6 canchas. *¡Pero ahora vea!*... solo tenemos el estadio y las canchas que quedan por allá al lado del cementerio”, Cuenta Heliodoro Vásquez (Lolo).

Además de ser un importante escenario deportivo en las décadas del 60 y 70, Soacha también fue cuna de importantes futbolistas, ídolos y figuras de los equipos de Bogotá, algunos de ellos compañeros de Lolo y otros, simplemente amigos o conocidos de su natal Soacha.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

“En esa época, el soachuno Gabriel Hernández jugaba en Millonarios (subcampeón con el equipo embajador en 1967), era marcador de punta derecho y muy buen jugador. Otro soachuno que jugaba en Millonarios era Díaz Granados, en Santa Fe estaba Bernardo Chía, primo hermano mío, él jugó conmigo, era marcador de punta por izquierda y estuvo cuando Santa Fe quedó campeón en el 75. También un par de delanteros muy buenos en ese tiempo eran Chazer y Mochei, esos eran los sobrenombres, y así habían varios jugadores buenos como el *Monoburro* y *Paco* que ya murieron, el *bobogripas*, mi hermano Gustavo Cantor a quien le decíamos *Canaspol*, estaban también *Chitiaio*, *Sancocho*... también me acuerdo del *Mono Galvis* un arquero muy importante en la época del 60- 65. En fin, acá en Soacha hubo una cantera como de unos 50 jugadores cuando yo jugaba, pero pa' que, ¡todos muy buenos! y muchos de ellos pasaron por Santa Fe y Millonarios”, afirmó Lolo.

Antes y después de Lolo hubo jugadores muy recordados en Soacha por su talento en la cancha, tales como Carlos Fleta, el goleador Rufino, Iván de Ávila, los hermanos Hurtado, entre otros. Y en su mayoría todos tienen en común haber jugado con un equipo de fútbol muy popular en Soacha y en todo Cundinamarca, llamado Kiss Soacha.

“Claro, ese equipo fue un legado en Soacha, el famoso Kiss reunía a los mejores de todo el municipio, ahí jugaron fútbol la mayoría de jugadores que le nombré, hasta yo jugué como un año en el Kiss”, expresó Heliodoro.

Uno de los jugadores soachunos más admirados por Lolo es Julio Alfredo Galarza, apodado el “Mono Galvis”, quien a sus 22 años era uno de los arqueros más reconocidos de Soacha por sus habilidades para atajar el balón, jugó en los equipos municipales de Tigres y Kiss; no obstante, su carrera como futbolista terminó mucho antes de lo que se esperaba, debido a que fue víctima de un trágico accidente; pues la en la fábrica Tubos Colmena en donde trabajaba, sufrió la explosión de un balde de thinner y pasó más de siete años hospitalizado por quemaduras

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

de tercer grado en gran parte de su cuerpo. Años posteriores su pierna izquierda le fue amputada, pues su doctor le detectó cáncer musculoesquelético en el fémur. Hoy en día vive en Soacha, y a sus 72 años de vida ha tenido que pasar 50 de ellos en silla de ruedas, pero pese a su condición, afirma estar bien en todos sus aspectos.

“Yo salgo a la calle y me divierto con mis amistades...yo me siento supremamente bien, de salud y de todo, ¿achantado? Yo no me achanto por nada. Uno tiene que poner de sí mismo para salir adelante, porque si uno se entrega a la pena es peor”, expresó el ‘Mono Galvis’ el pasado mes de Mayo en una entrevista para el blog informativo de Harold Hernández.

<http://haroldhm14.bligoo.com/la-historia-del-mono-galvis-una-cuota-de-esperanza-que-anda-en-silla-ruedas>.

Además del Mono Galvis y de los buenos jugadores, muchos son los recuerdos que tiene Lolo de sus años como futbolista profesional, pues a pesar de haber sido una carrera corta (6 años) fue, en palabras suyas, “una experiencia muy linda y provechosa”.

Lolo se apasionó desde muy joven por el fútbol cuando veía jugar a su padre, desde entonces lo hizo en Soacha con sus amigos; luego su talento fue descubierto por Simón Herrerías, Director Técnico de la Selección Cundinamarca, lo que lo llevó a representar al departamento de Cundinamarca en los Juegos Nacionales de 1968 en Pasto. Posteriormente fue convocado a la Selección Colombia Sub19 para jugar en un campeonato juvenil que se llevó a cabo en 1970 en Asunción Paraguay, donde jugó con grandes figuras del balompié nacional como Morón, Ernesto Díaz (delantero cardenal en el 75), Ángel María Torres, La gata Gallego, Ponciano Castro, Héctor Javier Céspedes Y Willington Ortiz (Ídolo de Millonarios), entre otros. Fue así como Independiente Santa Fe se fijó en su talento y lo integró a sus filas en el año de 1971, donde jugaba en la defensa como marcador de punta derecha. En Santa Fe jugó 5 años (1970-1975); también jugó un año en Cristal Caldas (Once Caldas) y entrenó unos meses con el Junior de

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Barranquilla. Adicionalmente, con Santa Fe enfrentó grandes equipos a nivel internacional como Independiente de Avellaneda y Rosario Central en la Copa Libertadores de 1972, siendo el Expreso Rojo eliminado en primera ronda por el mismo Independiente, campeón de esa copa. Lolo también enfrentó con Santa Fe al Milán de Italia, en partido amistoso en Bogotá en 1971, con resultado a favor de los italianos 4 goles por 3.

“Yo disfruté mucho esa época, conocí futbolistas muy famosos como Pavonni y Pastoriza, que venían del mundial del 70 cuando jugamos contra Independiente, conocí a Pele cuando Santos de Brasil vino a jugar con Millonarios, y ¡qué tipo tan sencillo! más que mi persona, ¡por eso le dicen el rey del futbol! En Santa Fe fui muy amigo del arquero argentino Manuel Ovejero, él me enseñó mucho; también otro amigo que me marcó mucho fue Dragoslav Sekularac, a él le gustaba mucha apostar y me pedía que lo acompañara a jugar cartas, caballos y demás. También me la llevé muy bien con los técnicos extranjeros, sobre todo con Vladimir Popović, con quien recuerdo una anécdota... resulta que en uno de los partidos finales contra Nacional en el campeonato del 71, había un jugador muy bueno que era volante de ese equipo y le decían La Chancha Fernández, a mí me tocaba marcarlo y a mí no se me olvidarán ese día las palabras de Popović, quien me dijo: ¡Vásquez, a ese señor me lo marca bien y no se le va a separar ni un instante, así vaya al baño y le limpie el rabo, pero me lo marca bien! Y eso me quedó marcado porque ese día yo fui el mejor jugador de la cancha, e inclusive salió en los periódicos que la figura del partido fue Heliodoro Vásquez Cantor, quien le hizo una magistral marcación a la Chancha Fernández, porque Popović le dijo que así tuviera que ir al baño y limpiarlo, lo hiciera para detener el ataque verdolaga.

El fútbol me sirvió también para conocer muchos lugares, yo estuve en Barranquilla, Cúcuta, Leticia, Manaos, Armenia, en Venezuela y entrené con algunos equipos: con el Junior,

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Deportivo Táchira, con el Armenia, pero Santa Fe no me quiso dar el pase de transferencia”, sostuvo Heliodoro.

Finalmente, la carrera de Heliodoro llegó a su final por motivos económicos y personales, como el debilitamiento de sus finanzas, dado que el equipo albirrojo no quiso negociar su transferencia a ningún otro club, y decidió prescindir de sus servicios; así en el año 1976 Lolo se retiró del fútbol profesional y aunque siguió jugando fútbol hasta muchos años después, esta etapa de su vida había llegado a su apogeo.

Hoy, Heliodoro vive con su esposa Blanca Bello en una casa de tres pisos, a unos metros de la Universidad Cundinamarca en el barrio Satélite de Soacha, y actualmente se desempeña como Edil de la comuna dos, además de ser el vicepresidente del partido liberal en el municipio. Es por eso, que ahora Lolo desea revivir su grandeza, pero ya no como jugador fútbol sino como un gran líder para ayudar a mitigar los problemas sociales del municipio y devolverle a Soacha su gloria y su esplendor, no solo en el fútbol sino en todo aspecto.

1.2 Fundamentación

1.3 Sistema de participación

2. Objetivo General (manual)

3. Etapas de formación deportiva

3.1 Nivel de iniciación (6 a 9 años)

A esta edad el niño se caracteriza por presentar numerosos e importantes cambios en su vida, puesto que el niño pasa de conocer bien su entorno familiar a encontrarse con el mundo exterior, los progresos son varios en esta etapa, el niño producirá un aumento en su capacidad para recordar, contar situaciones pasadas y demostrara una mayor facilidad de expresión, se debe tener en cuenta estos factores importantes:

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

1. Empiezan a leer, escribir y manejar conceptos; tienen mucha curiosidad y aprende rápidamente.
2. Mejoran la coordinación y motricidad fina, hoy en día se evidencia que se les facilita manejar la tecnología, tiene facilidad de adaptación.
3. Los niños desarrollan relaciones más profundas con los demás.
4. Se enfocan menos en sí mismos y se preocupan más por los demás.

Objetivo institucional del nivel de iniciación

Ejecutar los elementos básicos del deporte de forma individual e interactuando con sus compañeros en situaciones sencillas diseñadas por el profesor.

Objetivo general nivel iniciación

Efectuar las diferentes actividades lúdicas dirigidas por el orientador con trabajo individual y colectivo utilizando los medios básicos del fútbol.

Objetivos específicos

1. Desarrollar adecuadamente sus capacidades y/o habilidades técnicas, psicológicas, tácticas y motrices básicas para la práctica del fútbol.
2. Utilizar aprendizaje basados en los juegos de cooperación y coordinación guiados por el orientador del fútbol.
3. Conocer el desarrollo normas y algunos hábitos deportivos del fútbol.

<i>Componente físico</i>	<i>Componente Técnico</i>	<i>Componente psicológico</i>	<i>Componente teórico</i>
Obj. General: Mejorar la capacidad y el rendimiento físico en entrenamientos y encuentros de fútbol.	Obj. General: Ejecutar posiciones básicas para mejorar la técnica (controlar, conducir, pasar y patear).	Obj. General: Valorar, aplicar y aceptar hábitos deportivos antes durante y después de los encuentros de fútbol.	Obj. General: Asimilar el juego (defensa-ataque) según indicaciones dadas por el orientador.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Obj. Específico: Desarrollar las bases físicas y rendimiento tales como la formación corporal a través de juegos y lúdicas.	Obj. Específico: Realizar posiciones básicas en desplazamiento con balón derecha e izquierda.	Obj. Específico: Interpretar la derrota y la victoria de forma correcta.	Obj. Específico: Empezar a conocer el reglamento del fútbol para avanzar colectivamente.
Obj. Específico: Mejorar las cualidades motoras generales a través de trabajos físicos básicos relacionados con el fútbol.	Obj. Específico: Ejecutar la posición individual en un espacio libre con o sin balón.	Obj. Específico: Mostrar una actitud positiva y de respeto a los compañeros, al entrenador y entrenamientos que propone el orientador.	Obj. Específico: Ejecutar 1 vs 1 haciendo jugadas ofensivas y defensivas.
Obj. Específico: Desarrollar la coordinación con la ayuda de ejercicios básicos.	Obj. Específico: Desarrollar habilidades colectivas para lograr remate al arco (trabajo en equipo).	Obj. Específico: Valorar positivamente la cooperación con compañeros de grupo como finalidad el juego sin importar el resultado.	

Contenido

Fundamentar la preparación física, técnica, psicológica y reglamentaria en sus etapas de iniciales en los niños: ACTIVIDADES LUDICAS, enseñanza o aprendizaje y trabajos específicos iniciales afines con esta disciplina deportiva

- **Físico:** Observar, desarrollar, mejorar y perfeccionar las capacidades motrices y coordinativas.
- **Técnico:** Proporcionarle todas las habilidades de iniciación en el manejo y control del balón, corrigiendo todos los gestos técnicos.
- **Psicológico:** Desarrollar el sentido voluntario, obligaciones y deberes con la escuela de formación del instituto municipal para la recreación y deporte de Soacha.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

- **Teórico:**

Método

3.2 Nivel de fundamentación (10 a 12 años)

Abarcamos una etapa importante dentro del proceso de formación en donde debemos tener en cuenta que estamos tratando con personas que van desarrollando una serie de características diferentes al nivel de iniciación, para ello es relevante tomar como referencia los siguientes aspectos:

1. En esta etapa termina el niño de formar su personalidad, lo aprendiendo en el proceso anterior se sostendrá, pero de presentar falencias será difícilmente moldeable.
2. Los niños empiezan a identificar sus gustos, fortalezas, debilidades, metas y sueños.
3. Empiezan a iniciar una independencia de su familia y establecen vínculos afectivos fuertes con los niños de su edad.
4. Presentan una mejora significativa de la fuerza y velocidad en especial de reacción.
5. Mejora de las capacidades espacio temporales lo que les permite iniciar la intervención del juego colectivo a través del pase.
6. Aprende y se identifica a través del vínculo establecido entre profesor- niño y facilita la aceptación de reglas y valores establecidos dentro del contexto en el que participa.

Objetivo Institucional del nivel de fundamentación

Relacionar acciones ofensivas y defensivas en situaciones específicas modeladas por el profesor con gradación de los niveles de dificultad y oposición.

Objetivo general nivel fundamentación

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Aprender los aspectos básicos del juego en ataque y defensa en el fútbol a través de situaciones específicas planteadas por el orientador.

Objetivos específicos

1. Practicar los diferentes juegos de colaboración y oposición en el fútbol, a través de grandes y pequeños grupos.
2. Continuar el trabajo de las habilidades motrices básicas y la coordinación.
3. Iniciar la formación del portero.
4. Aprender a jugar en equipo a partir de situaciones ofensivas y defensivas.
5. Empezar el trabajo técnico a través de ejercicios y juegos.

<i>Componente físico</i>	<i>Componente Técnico</i>	<i>Componente psicológico</i>	<i>Componente teórico</i>
Obj. General: Realizar actividades enfocadas a la velocidad y la coordinación.	Obj. General: Aprender a través de la práctica del fútbol las diferentes acciones técnicas básicas.	Obj. General: Manifestar dentro del grupo comportamientos adecuados para su formación personal.	Obj. General: Conocer las situaciones y acciones tácticas básicas del fútbol (ataque y defensa).
Obj. Específico: Trabajar a partir de acciones específicas la velocidad de reacción, desplazamiento y agilidad.	Obj. Específico: Trabajar a partir de acciones individuales y colectivas el control.	Obj. Específico: Demostrar dentro del proceso de formación una excelente comunicación, integración, cooperación, cuidado del cuerpo, entorno, buena toma de decisiones.	Obj. Específico: Aprender y aplicar en el juego las acciones táctica ofensivas básicas.
Obj. Específico: Desarrollar a partir de acciones específicas el equilibrio y lateralidad.	Obj. Específico: Desarrollar a partir de acciones individuales y colectivas el pase.	Obj. Específico: Manifestar dentro de situaciones del juego elementos importantes como confianza y atención.	Obj. Específico: Aprender y aplicar en el juego las acciones táctica defensivas básicas.
Obj. Específico: Emplear a partir de acciones específicas	Obj. Específico: Practicar las diferentes superficies	Obj. Específico: Evidenciar en su hacer futbolístico la	

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

la coordinación viso manual, viso- pedica, viso- cabeza.	de contacto a partir de situaciones de orden individual y colectivo.	responsabilidad, honestidad, respeto.	
	Obj. Específico: Utilizar las diferentes formas de remate a través de acciones individuales y colectivas.		
	Obj. Específico: Iniciar la formación técnica del portero a partir de acciones individuales y colectivas.		

Contenido

Técnico

- Control: clásico, orientado.
- Pase: superficies de contacto.
- Tipos de pase: a ras de piso, a media altura, al compañero, al espacio.
- Remate: superficies del pie, corto, largo.
- Conducción: borde interno, externo, planta de pie, punta de pie, talón – conducción lenta y rápida – diferentes direcciones.
- Regate: simple, compuesto.
- Formación del portero: posición básica, recepción del balón, salidas, despejes, reacción.

Físico

- Velocidad: reacción, desplazamiento, movimientos, agilidad.
- Coordinación: viso-pedica, viso-manual, viso-cabeza, equilibrio, lateralidad.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

Teórico

- Acciones básicas en ataque: contrataque, ataque de posición, primer toque, control y remate, des marcación, movilidad, cambio de ritmo, ocupación de espacios, pases en profundidad, mantener la posesión, idea de bloque con balón, paredes.
- Acciones básicas en defensa: cobertura, presión y recuperar, idea de bloque sin balón, marcaje.

Psicológico

- Demuestra en el grupo excelente: comunicación, integración, cooperación, cuidado del cuerpo y entorno, buena toma de decisiones.
- Manifiesta en el grupo excelente: confianza, atención.
- Evidenciar su hacer futbolístico: responsabilidad, honestidad, respeto.

Método

	ANALITICO	GLOBAL GENERAL	ESTRUCTURADO
CARACTERÍSTICAS	Participan solo el jugador y el balón	Participación general de balón, espacio, compañeros y adversarios	Participación de diferentes estructuras: Físico, psicológico, teórico, técnico.
FORMAS DIDÁCTICAS	Ejercicios correctivos	Juego de futbol, juego correctivo, rondós, juegos simplificados en igualdad y superioridad numérica.	Situación simuladora

SANS TORRELLES- 2015(Las Formas Didácticas)

3.3 Nivel de especialización (14 a 17 años)

En este nivel como en los dos anteriores es importante conocer los aspectos que se presentan con respecto a las etapas del desarrollo humano, que en este caso son totalmente diferentes a los niveles de iniciación y de fundamentación:

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

1. La mayoría de los varones comienzan su “crecimiento repentino” y continúan los cambios relacionados con la pubertad.
2. Se presentan cambios en su voz a medida que se les va agravando, algunos presentan acné y en las mujeres específicamente los cambios físicos están casi completos, la mayoría de niñas ya tienen su menstruación regular.
3. Empieza a surgir el interés por las relaciones sexuales, probablemente algunos se cuestionen su identidad sexual y la exploren, por ende debe estar el apoyo de la familia, de alguien de su confianza y demás. También está presente la auto-estimulación del adolescente, llamada “masturbación”.
4. Muchos de ellos discuten con sus padres porque luchan por tener más independencia en sus hábitos, es probable que pasen menos tiempo con su familia y más tiempo con sus amigos.
5. El cerebro sigue cambiando y madurando, gran parte de esto se debe a que los lóbulos frontales son la última área del cerebro en madurar; el desarrollo no está completo hasta que la persona tiene veintitantos años. Los lóbulos frontales desempeñan un papel importante en la coordinación de la toma de decisiones complejas, el control de los impulsos y la capacidad de tener en cuenta varias opciones y consecuencias.

Objetivo institucional nivel de especialización

Aplicar los elementos básicos en la ejecución de acciones elementales y combinadas del campo táctico ofensivo y defensivo.

Objetivo nivel de especialización

Dominar todas las ejecuciones técnicas y tácticas en las diferentes situaciones de juego, teniendo como pilar importante la sinergia del equipo.

Objetivos específicos

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

- Analizar la técnica y táctica específica de cada posición.
- Mejorar la coordinación entre compañeros en defensa y ataque.
- Orientar la táctica de equipo en ataque y defensa, potenciando el juego con y sin balón.
- Fortalecer las habilidades blandas en cada uno de los deportistas.

<i>Componente físico</i>	<i>Componente Técnico</i>	<i>Componente psicológico</i>	<i>Componente teórico</i>
Obj. General: Mejorar el desarrollo físico de los deportistas entrenando específicamente las capacidades físicas, utilizando la vinculación de otras disciplinas o actividades.	Obj. General: Aumentar el repertorio de las acciones técnicas logrando mejorar la confianza del deportista en situaciones de juego real.	Obj. General: Mejorar la preparación mental, teniendo en cuenta los factores psicológicos que influyen en el rendimiento del deportista.	Obj. General: Identificar las diferentes reglas del fútbol, sistemas de juego básicos y conceptos tecnico-tácticos a través de situaciones reales de juego y actividades visuales.
Obj. Específico: Evaluar el estado físico de cada uno de los deportistas.	Obj. Específico: Desarrollar los gestos técnicos como el control y pase de primera intención en movimiento.	Obj. Específico: Adaptar el comportamiento del deportista a las circunstancias del juego real en base a sus emociones.	Obj. Específico: Analizar los sistemas de juegos más básicos que se utilizan en el fútbol, específicamente (4-3-3, 4-2-2-2, 4-3-1-2).
Obj. Específico: Potenciar las capacidades físicas condicionales por medio de situaciones reales de juego, test y otras actividades (gimnasio, salidas, bicicleta, etc.).	Obj. Específico: Perfeccionar las técnicas básicas resaltando el control orientado y los pases cortos y largos.	Obj. Específico: Mejorar su condición de mantenerse concentrado durante un tiempo determinado.	Obj. Específico: Descomponer cada una de las reglas del fútbol y ponerlas en práctica a través de situaciones reales de juego.
Obj. Específico: Fortalecer las capacidades físicas coordinativas a través de juegos lúdicos, test	Obj. Específico: Mejorar todas las acciones técnicas individuales como colectivas con y sin	Obj. Específico: Analizar el dominio de sí mismo o autocontrol en los momentos críticos del	Obj. Específico: Interpretar los diferentes conceptos técnico-tácticos a través de sesiones y

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

y otras actividades (tenis de mesa).	balón.	juego (ansiedad).	actividades específicas.
		Obj. Específico: Estimular en el deportista su motivación a través de actividades visuales, intrínsecas y excéntricas.	
		Obj. Específico: Establecer reglas dentro del grupo con el fin de mejorar los diferentes comportamientos, valores y la sinergia.	

Contenido

Técnico:

- Pases largos (cambios de frente).
- Pases cortos (primera intención).
- Remates (definición).
- Control del balón (profundizar en el control orientado).
- Cambios de ritmo.
- Cambios de dirección.
- Técnicas de desequilibrio (regates, fintas, otros recursos).
- Portero: posicionamiento, desplazamientos, despejes del balón, salidas o achiques, velocidad de reacción.

Físico

- *Fuerza:* ejercicios específicos para brazos, piernas y core, saques largos de banda.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

- *Velocidad*: reacción, cambios de ritmo, cambios de dirección, movimientos ágiles.
- *Potencia*: ejercicios para mejorar potencia, saltos a cabeceo con y sin rival, remates al arco desde larga distancia.
- *Resistencia*: situaciones de juego reales, bicicleta estática, trote en distancias largas y tiempo determinado, actividades aerobicas.

Táctico

- *Ataque con el balón*: posicionarse según el sistema de juego, pausas con el balón, inteligencia para provocar faltas, contra-ataques, fuerza hombro a hombro para disputar un balón (carga), fintas, superar al rival (juegos 1vs1, 2vs2, 5vs5, 8vs8 y diferentes variantes en situaciones de superioridad e inferioridad numérica en ataque y defensa).
- *Ataque sin balón*: Buscar espacios libres (zona de ataque), desmarcarse (recepción de pases), ayudar en el contra-ataque, ampliar el espacio.
- *En defensa*: coberturas, repliegues, achicar espacios, basculaciones, provocar fueras de lugar, faltas estratégicas para que el equipo se posicione nuevamente en caso de contra-ataques rivales, interceptaciones, posicionarse según el sistema de juego.
- *Portero*: dirigir al equipo, vigilar al rival, pasar el balón con precisión.

Psicológico

- Juegos de atención y concentración.
- Integridad del equipo.
- Toma de decisiones en acciones reales de juego.
- Entender bien el juego y jugar con sentido.

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

- Motivación (visual, intrínseca, extrínseca).
- Sinergia, respeto, confianza.

Teórico

- Reglamento del futbol actualizado (FIFA 2020).
- Diferentes sistemas de juego (enfocarse en los más básicos 4-3-3, 4-3-1-2, 4-2-2-2).
- Ver partidos de futbol profesional y analicen los movimientos de los jugadores elite y que sean más de su gusto.

Método

	EXPLOSIVO	GLOBAL GENERAL	CONTINUO
CARACTERÍSTICAS	Persigue el desarrollo de las cualidades físicas combinadas, fortaleza-velocidad, (ejercicios con carga: máquinas de fuerza, bandas elásticas, entre compañeros, elementos básicos).	Participación general de balón, espacio, compañeros y adversarios.	Se basa en una serie de acciones repetidas y mantenidas/sostenidas a velocidad uniforme/estable y sin pausa durante un período largo de tiempo.

4. Evaluación por niveles y test

4.1 Test nivel de iniciación

4.2 Test nivel de fundamentación

4.3 Test nivel de especialización

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.

“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute

5. Bibliografía

<http://historiadelfutbolcolombiano.weebly.com/historia-del-futbol-colombiano.html>

<https://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol>

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6829/TC_CastroVelasquezEdwardSteeven_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>

<file:///D:/Documentos/IMRDS%20JHON%20-%20IMPORTANTE/ESCUELAS%20DE%20FORMACION/LIBROS%20DE%20FUTBOL/1-%20MEJORA%20DEL%20RENDIMIENTO%20DEPORTIVO%20DE%20FUTBOLISTAS%20A%20PARTIR%20DE%20LA%20APLICACION%20DE%20TAREAS%20COORDINATIVAS.pdf>

<file:///D:/Downloads/Dialnet-LaMotivacionPilarBasicoDeTodoTipoDeEsfuerzo-209932.pdf>

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/ninos-6-11-desarrollo>

<https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/51352/BLOQUE+II+ETAPAS+DESARROLLO+EVOLUTIVO+%283-6+A%C3%91OS%29.pdf/cfc0c0a1-4ac1-4737-b257-f50c60aebc68>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/middle.html>

HORST WEIN. 2007 Futbol a la medida del niño volumen 1 y 2.

SANS TORRELLES ALEX. 2015 Las formas didácticas.

<http://www.saludmed.com/CsEjerci/FisioEje/Met-Entr.html>

“Si lo puedes imaginar, lo puedes lograr” - Albert Einstein.
“Haz de tu pasión tu profesión” – Lema del Cruyff Institute