

**PROCESO PEDAGÒGICO Y FORMATIVO COMO APOYO A LA ESCUELA
DE FORMACION DE FUTBOL SALA DEL MUNICIPIO DE UBATE**

MILLER HUMBERTO HERRERA PAEZ

Presentado por:

ASESOR:

Mg. JUAN PABLO REYES

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA.

FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN

FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE.

FUSAGASUGÁ.

2017

**PROCESO PEDAGÓGICO Y FORMATIVO COMO APOYO A LA ESCUELA
DE FORMACION DE FUTBOL SALA DEL MUNICIPI DE UBATE**

**PASANTÍA REALIZADA EN LA OFICINA DE DEPORTES Y
RECREACIÓN DEL MUNICIPIO DE UBATE**

ASESOR:

Mg. JUAN PABLO REYES

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA.

FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN

FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE.

FUSAGASUGÁ.

2017

Tipo de investigación: modo pasantía.

INTRODUCCIÓN

Como estudiante de la licenciatura en educación básica con énfasis en educación física recreación y deporte, a través de mi proceso de formación pude vivenciar diferentes prácticas tanto deportivas como pedagógicas que aportaron experiencia y conocimiento a mi vida profesional; logré de esta manera relacionarme con diferentes campos en los cuales se desarrolla la educación física. Este conjunto de experiencias que se consolidan en el transcurso de estos años y unido a gustos o aficiones me dan la oportunidad de poder realizar mi pasantía en municipio de Ubaté y poder fortalecer mis aprendizajes como futuro profesional.

Desde los conocimientos que se adquieren en el transcurso del desarrollo de la formación profesional en el programa, donde adquiero una cantidad de conocimientos de distintas áreas que nos forman como educadores íntegros y, poder desenvolverme en las diferentes áreas como lo son : pedagogía, entrenamiento deportivo y administración deportiva; implementando los conocimientos en mi propuesta como pasante.

Al obtener todos estos conocimientos y culminar con el currículo que se tiene en el programa, quiero ponerlo al servicio de la comunidad Ubetense, donde me brinda el espacio para poder realizar mis practicas con la escuela de formación de fútbol sala y poder aplicar todos mis conocimiento como licenciado de Educación Básica con énfasis en Educación Física Recreación y Deporte.

Al tener la oportunidad de contar con este grupo poblacional, puedo llevar a la práctica todos los conocimientos y aprendizajes obtenidos en los diferentes núcleos temáticos que nos brinda el programa y poder aprovechar los diferentes conocimientos que tengo y aplicar el programa de entrenamiento deportivo que está en ejecución con el docente asignado por la Oficina de Recreación y Deporte del municipio de Ubaté. Este programa me sirve como guía para poder aplicarlo y retroalimentar desde mi saber pedagógicos en las diferentes áreas del entrenamiento deportivo e integrar los conocimiento del área (pedagógico, bilógico y administrativa) obteniendo resultados tanto deportivos como axiológicos y tener un grupo poblacional acto para la sociedad.

Cada deportista tendrá la misma formación íntegra tanto en lo deportivo como en lo personal; estos deportistas se les aplicará un entrenamiento competitivo, dinámico y recreativo, para que tengan un desarrollo sicosocial adecuado para las diferentes categorías que se manejarán en la escuela de formación y, poder cubrir la necesidades que tenga esta población a nivel deportivo.

La alcaldía del municipio de Ubaté tiene como objetivo a través de la Oficina de Recreación y Deporte, la inclusión de todas las personas hacia la actividad física y la formación deportiva, generando estilos de vida saludables. Desde mi proyecto, puedo realizar un proceso alternativo para que los deportistas más destacados se puedan vincular con los diferentes clubes que tiene en la región, donde los niños tengan mayor participación en diferentes torneos que se realizan a nivel departamental y nacional.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Del deporte del fútbol, se derivan diferentes ramas que están conformadas de la siguiente manera: futbol base, futbol de salón y futbol sala. En cada escuela de formación se evidencia la gran cantidad de población, en contra posición al número de docentes-instructores que no es la adecuada para suplir las necesidades que requiere la población.

La presente práctica de pasantía se realizara en la OFICINA DE DEPORTE Y RECREACIÓN DEL MUNICIPIO DE UBATÉ, donde se cuenta con 3 docentes-instructores, los cuales están asignados de la siguiente forma: un docente en futbol base, con una cantidad de estudiantes aproximada de 130; un docente en futbol sala; manejando una cantidad poblacional de 120 estudiantes; y el instructor de futbol de salón teniendo 60 estudiantes en formación; los cuales están cubriendo una población de más de 300 niños que asisten a las escuelas de formación anteriormente mencionado.

Ante esta realidad latente, la causa principal de este trabajo de pasantía es brindarles un apoyo desde mi formación profesional y suplir un poco la falta de docentes-instructores en el municipio, y poder realizar un proceso donde se puedan corregir y fortalecer las capacidades básicas motrices mediante futbol sala a los deportistas que hacen parte de la escuela de formación.

El futbol es uno de los deportes más populares de la región, donde el futbol sala es una de las nuevas tendencias que estas en crecimiento a nivel deportivo. Atraves de las escuelas de formación, se quiere impulsar y fortalecer por su gran acogida por parte de los niños y niñas, ya que contamos un equipo profesional llamado: ACADEMIA CENTRAL, que está conformado con deportista de la región y por esta razón hace más llamativo esta modalidad.

PREGUNTA DE INVESTIGACION

¿CÓMO FORTALECER LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DE FUTBOL SALA, DEL MUNICIPIO DE UBATE, COMO ALTERNATIVA PARA LA VINCULACION DE LOS NIÑOS Y NIÑAS A LOS DIFERENTES CLUBES DONDE PUEDAN DESARROLLAR Y PONTENCIAR SUS HABILIDADES DEPORTIVAS?

JUSTIFICACIÓN

Como estudiante de la Universidad de Cundinamarca y culminar todas mis asignaturas que están en el currículo del programa, tomo la alternativa de la pasantía como opción trabajo grado para Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Física Recreación y Deporte. Esta pasantía será ejecutada en el municipio de Ubaté Cundinamarca, donde la oficina de deportes me brinda la oportunidad y el espacio para ejecutar mis prácticas en la Escuela De Formación De Futbol Sala. Con este trabajo se quiere suplir las necesidades que ven reflejada en la falta de instructores en la oficina de recreación y deporte del municipio, ya que Ubaté es el centro de provincia y por lo cual hay mayor cantidad de población tanto adulta como de niñez.

El presente trabajo de pasantía se realizó como entrenador-instructor deportivo del futbol sala. Este proyecto se basa en fortalecer el deporte y poder aplicar los diferentes conocimientos adquirido en el trascurso de mi formación como futuro LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA y poder brindarle a la comunidad mis conocimientos en este deporte en específico. Donde las personas que hicieron parte de esta propuesta y donde pudieron adquieran nuevos conocimientos, yo como futuro docente también pueda adquirir experiencia al poder interactuar con diferentes tipos de población que participen en la escuela de formación.

Estas prácticas que realice como instructor deportivo en futbol sala tiene un propósito, el cual es estimular la práctica del deporte en los diferentes comunidades que habitan en nuestra provincia del valle de Ubaté, donde se procurara realizar un proceso formativo y competitivo donde se puedan obtener buenos resultados en el trascurso de estas prácticas.

El futbol sala como deporte tiene una técnica especial, no sólo para los movimientos individuales necesarios, sino también para los movimientos generales, por ejemplo: correr, saltar, girar, frenar, cambiar de dirección que son aplicado durante todo entrenamiento o los encuentros que se juegue, pero también son utilizados en el diario vivir, como una forma de desplazamiento, y poder mejorar todas estas capacidades básicas motrices.

Debo tener en cuenta que se trabajan con seres humanos complejos, sabiendo que cada persona tiene diferentes condiciones sociales y personales, las cuales se trabajaron con charlas de motivación en cada entrenamiento y poder culminar con deportista integro tanto en lo deportivo con lo social.

OBJETIVO GENERAL

- Brindar un servicio para el desarrollo de habilidades técnicas y tácticas aplicables en la escuela de formación deportiva de fútbol sala del municipio de Ubaté desde saberes específicos de formación de la licenciatura.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Establecer mediante mecanismos de seguimiento las posibles mejoras que puedan presentar los niños participantes de la escuela de formación de fútbol sala del municipio.
- Promover el fútbol sala como un deporte que brinde alternativas de esparcimiento y el aprovechamiento del tiempo libre en los niños (as).
- Favorecer espacios de intercambio y de prueba con clubes del municipio de Ubaté como el club academia central para aumentar el ritmo de participación en torneos.
- Garantizar la participación y la interacción de los niños pertenecientes al proyecto tanto en torneos como en el proceso de formación.

MARCO TEORTICO

Orígenes Fútbol Sala.

“Preguntar por los orígenes del fútbol sala implica siempre un interrogante añadido, que es el que marca su disputada paternidad. ¿Nació el fútbol sala en Brasil o en Uruguay? La respuesta aún hoy es confusa, puesto que ninguna postura clara parece poder tomarse en pos de una de las dos nacionalidades. Con todo, la creencia actual es que surgió en la década de los 30 en la Asociación Cristiana de Mozos de San Paulo (YMCA), y que se extendió después con gran rapidez. Parece ser que después de vencer a Uruguay (Clara, Constanza, & Coreas, 2010,p10)

Historia Del Futbol Sala

El fútbol Sala nació en Uruguay en 1930. Fue el Profesor Juan Carlos Ceriani quién utilizando reglas del waterpolo, baloncesto, balonmano y fútbol redactó el reglamento de este deporte. El término FUTSAL es el término internacional usado para el juego. Se deriva de la palabra española o portugués para el "fútbol", FUT, y la palabra francesa o española para "de interior", de salón o SALA. El juego se refiere en sus comienzos como Fútbol de Salón. Los precedentes del fútbol sala hay que buscarlos en Uruguay en el año 1930. En aquella época el fútbol era una auténtica locura en las calles de Montevideo. Era la época en que la Selección de Uruguay había obtenido el campeonato del mundo. El profesor Juan Carlos Ceriani fue quien creó el Fútbol Sala al darse cuenta que los niños jugaban al fútbol en canchas de baloncesto al no haber campos de fútbol

10 libras e intentó solucionar el problema. Adaptando reglas de otros deportes como se muestra continuación. Según (Yankillevich, 2000,p186):

REGLAMENTO DEL FUTBO SALA

Ceriani utilizó las reglas del waterpolo, balonmano, y baloncesto, redactando las primeras reglas de juego que anunciaban la creación de un nuevo deporte. Del baloncesto se recogieron los cinco jugadores en cancha, el tiempo de juego (40 minutos) y el posicionamiento de algunos jugadores. En cuanto al balón se buscó un modelo que revotara poco. Por último las porterías se podían improvisar dibujándolas en las paredes a imitación de las del baloncesto Del baloncesto recogió la prohibición de tirar a puerta desde cualquier posición, así como las medidas de la cancha de juego. Y por último del waterpolo toda la reglamentación relacionada con los porteros. (Karín, 2005, p20)

Concepto de Fútbol Sala

El fútbol sala o futsal es una adaptación o variación del fútbol, que combina elementos de otros deportes (como el balonmano y el baloncesto). Existen varias versiones de esta disciplina, como el fútbol cinco, el showbol o el indoor soccer. Según (Ochoa, 2013,p132):

Técnicas y Tácticas del Fútbol Sala

La técnica no es solo lo que se ve externamente, hay que también considerar una serie de factores imprescindibles como son: la dinámica del movimiento, la transición controlada entre una acción y otra, los cambios de velocidad, el ritmo de reacción del movimiento global y los aspectos actitudinales. Se trata de articular un sistema que permita al deportista tener la máxima eficiencia posible sobre sí como el mayor grado de autonomía posible de forma que la ejecución no sea un acto robotizado que le impida demostrar su propia personalidad.

(Páez, 2012, p 59-63)

Test Valoración

Son aquellos test encaminados a valorar las posibilidades de rendimiento, valorando el estado de preparación del deportista, la mejora respecto al test anterior, y sus posibilidades futuras. Suelen utilizarse sistemas más sofisticados y precisos en su realización. Los test de valoración del rendimiento deportivo interesan a nivel del alto rendimiento (Zatsiorski, v.m. 1989, p130-177.)

METODOLOGÍA

La metodológica aplicada en la escuela de formación del municipio de Ubaté tiene una línea de investigación en “pedagogía de entrenamiento”; ya que se utilizarán fichas de seguimientos, test y videos a la población determinada. Estas se usaran como medio de recolección de información y a su vez ayudaran a observar la población y encontrar sus falencias y fortalezas, teniendo en cuenta las capacidades de cada persona.

Este proyecto se marca como pasantía por lo que los objetivos, la metrología marco epistémico guarda coherencia con los objetivos del proyecto deportivo del municipio de Ubaté aprobado por la alcaldía.

POBLACION

Escuela De Iniciación Deportiva

Niños de 7 a 12 años, teniendo como objetivo del docente-instructor cumplir con las fases de los métodos adoptados para un proceso lúdico deportivo y óptimo de las sesiones. Dentro del programa se toma una población de muestra de 15 niños los cuales son permanentes y están en el rango de las edades ya sugeridas anteriormente, a los cuales se les realizó la toma de test.

Secuencia Metodológica

Se realiza una presentación metodología de cómo se debe ejecuta el ejercicio de una manera adecuada, se debe realizar una demostración previa por el docente –instructor para tener una mejor comprensión por el estudiante del ejercicio que se quiere realizar. El tiempo entre ejercicio y ejercicio no debe ser tan extensa porque los niños pierden el interés de la clase y donde se debe utilizar la didáctica para poder estimular a los estudiantes.

CONTENIDOS DEL PROCESO DE FORMACION

PASES: Pases rasantes, Pases a media altura, Pases a gran altura, Pases lentos y Pases rápidos, Profundo y Al vacío Pase con diferentes superficies de contacto del pie Con la cabeza, Pases de saque lateral, Pases del portero, Pase poco adaptados.

CONDUCCIÓN: Diferentes direcciones, niveles (alto, medio, bajo), a diferentes distancias, a puntos fijos, con diferentes trayectorias con desplazamiento, sin desplazamiento, con derecha con izquierda, con elementos de diferentes tamaños. En forma individual, en parejas y en grupo.

DRIBLING: Dribling simple: busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón. Dribling compuesto: Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.

SEGÚN LA POSICIÓN DEL ADVERSARIO; Dribling de frente: es cuando el jugador se encuentra cara a cara con el adversario y utiliza su ingenio y técnica del dribling para superarlo.

Dribling cuando el rival está detrás: es necesario cuando estamos de espaldas al arco rival y tenemos una marca asfixiante del adversario. El jugador tiene que necesariamente que desarrollar la capacidad de decepcionar, proteger, amagar y girar el cuerpo para zafar del acoso del rival.

Dribling cuando el rival esta al costado: se utiliza cuando el adversario logra darnos alcance y corre en paralelo a nosotros. El jugador debe desarrollar la capacidad de sobre-parar y con la misma iniciar nuevamente la carrera; de lo contrario cambiar de dirección en forma brusca; para salir de la marca.

SEGÚN LA ACCIÓN DEL QUE DRIBLA.

Dribling en velocidad: busca aprovechar la velocidad del jugador para picar con el balón sorprender y superar al adversario, cambiando de velocidad.

Dribling de protección: su objetivo es proteger el balón hasta que las condiciones para progresar en el juego o pasar el balón mejoren, es un dribling preventivo.

REGATES: El regate es aquella acción técnica individual por la cual el jugador en posición del balón supera y rebasa la oposición de uno o varios contrarios y sin perder el dominio del balón. Podemos clasificar a los regates en dos grandes grupos: regates simples y compuestos. Es un fundamento técnico-individual. Se necesita tener gran pericia técnica y un agudo sentido de la improvisación, En mitad de campo sirve para descongestionar; para mantener la posesión del balón; en nuestra área nos ayuda a sacarnos de encima a un rival.

Hacerlo Más Fácil: El ejercicio en condiciones simples son más fácil de comprender por los estudiantes y se deberá hacer muchas repeticiones del mismo ejercicio para poderlo interiorizar y poder ejecutarlo de la mejor manera, el docente debe detectar la dificultad y poder brindarle nuevas alternativas para poder superar el obstáculo por el alumno.

Metodología De La Enseñanza.

Existen diferentes clases de metodologías de enseñanza, en el entrenamiento deportivo las que más se utilizan y son mejor comprendidas por los alumnos son las siguientes: el mando directo, asignación de tareas y método de evaluación

- **Método de Mando directo:** en esta metodología, mediante demostraciones, descripciones, imitaciones y correcciones de las actividades, el profesor orienta la tarea, para que el niño la desarrolle.
- **Método por asignación de tareas:** su objetivo primordial en el niño es propiciar cierta individualización en el desarrollo de las actividades, mediante la asignación de una tarea única para todo el grupo, indicando su inicio y su fin.
- **Método de evaluación:** se realizarán juegos por grupos, terminada la sesión de trabajo detectando las fortalezas y debilidades o dificultades presentadas por los deportistas, para que en los intercambios y torneos que se participen posteriormente no se reincidan las falencias. Así mismo tomar estos parámetros para ser corregidos en nuevas secciones.

INTENSIDAD DE LOS EJERCICIOS

En los primeros meses se ejecutan los ejercicios donde básicos se busca la velocidad, dirección y precisión de cada ejercicio, cuando estas tres técnicas sean comprendidas y adaptadas por el estudiante se puede avanzar con ejercicios más complejos, al ir aumentando la complejidad de los ejercicios se les pedirá mayor velocidad y mejor ejecución de cada ejercicio.

GRADO DE DIFICULTAD DE LOS EJERCICIOS

Todo ejercicio se lleva de lo más fácil a lo más complejo y se debe iniciar con simplicidad en los gestos técnicos, buscando puntos de partida específicos. El tener mejor dominio se puede aumentar la distancia en los pases pero sin perder la precisión,

estos Ejercicios de ejecución que exigen técnica, velocidad y precisión tendrán que ser muy precisos.

TÉCNICA INDIVIDUAL

Identificación de factores de salud, educación y entorno social, además de realizar una valoración técnica de los individuos detectando aspectos positivos y debilidades a corregir.

VISION DEL JUEGO:

Determinar con que claridad se cuenta durante una sesión de juego libre, su postura, acomodación en el campo y utilización de compañeros

CONVENIOS DEPORTIVOS DE LA ALCANDIA CON CLUBES DE PORTIVO DE LA REGION

Uno de los convenios más importantes que tiene la oficina de recreación y deporte del municipio de Ubaté, es con el club deportivo ACADEMIA CENTRAL DE UBATE ya que este club tiene un equipo a nivel profesional en la modalidad de futbol sala, la cual nos permite vincular los mejores deportistas de la región en esta modalidad. Este club cuenta con categorías inferiores donde los niños empiezan desde los 5 años mostrar sus diferentes capacidades físicas motrices en el deporte.

El club ACADEMIA CENTRAL UBATE maneja las diferentes ramas del futbol como son el futbol base, sala y playa donde cuentan con 5 instructores para las distintas modalidades y un grupo poblacional de niños y jóvenes de aproximado de 120 entre niños y niñas que hacen parte de todas las modalidades entre canteranos y profesionales.

El club ya cuenta con reconocimiento a nivel departamental y nacional por los grandes logros que se han venido obtenidos, a través del poco tiempo de existencia que tiene el club. Este reconocimiento hace que el club sea una de las mejores opciones para la vinculación de nuevos deportista de toda la región.

TEST FISICOS

Existen dos tipos de test los cuales se pueden aplicar para verificar el estado física que se encuentra un niño cuando ingresa a una escuela de iniciación y formación deportiva: el primero test de valoración y segundo de valoración

rendimiento deportivo, para que test se pueden aplicar para las categorías de iniciación debemos tener en cuenta el trabajo que utilizare y poderlos aplicar para poder obtener resultados que nos ayude a mejorar el rendimiento de los niños.

TEST VALORACIÓN RENDIMIENTO DEPORTIVO. *Son aquellos test encaminados a valorar las posibilidades de rendimiento, valorando el estado de preparación del deportista, la mejora respecto al test anterior, y sus posibilidades futuras. Suelen utilizarse sistemas más sofisticados y precisos en su realización. Los test de valoración del rendimiento deportivo interesan a nivel del alto rendimiento. Aquí se puede distinguir dos tipos de test:* (BARROSO , Agustín)

FUNDAMENTOS TEÓRICOS. *Un test físico es una prueba de aptitud o condición de las facultades físicas. Nos indica las condiciones generales que posee un individuo para realizar cualquier actividad física. Generalmente se mide las cualidades físicas básicas del individuo. (HERRERA , Gabriel)*

SELECCIÓN DE TALENTOS.

Uno de los objetivos de esta propuesta de pasantía se centró en la detención de talentos y poderlos vincular a clubes deportivos donde tengan la oportunidad de mostrar su cualidades física el deporte y específicamente en el futbol sala. Con la aplicación de una batería de test que puedan tener un diagnóstico más preciso de cómo se encuentra el deportista. Para realizar un proceso con fiable se tiene que trabajar los aspectos tanto físicos como psicológicos y lograr un deportista integro para la social.

RESULTADOS

Para la recolección de los datos se realizó un proceso de convocatoria a todos los niño y niñas que hacen parte del municipio de Ubaté, Esta convocatoria fue realizada en los primero días del mes de junio del presente año, donde se obtiene como resultado la presencia de aproximada mente de 30 niños que la mayoría vienen del proceso que lleva el instructor encargado, donde la asistencia de un grupo de niño(as) y se logra tomar la decisión de

aplicar los respectivos test físicos a 15 niños. Esta decisión se tomada ya que los niños(as) a los que se les aplico los respectivos test están más comprometidos con el procesos y se le puede observar el gusto por el deporte.

La aplicación de los test se realiza en tres momentos; la primera aplicación en el iniciar del proceso de entrenamiento, para saber en qué condiciones física que llegan los deportistas. El segundo momento donde se realiza en un proceso intermedia para verificar las posibles mejoras y observa ver las fortalezas y debilidades en cada deportista. El tercer momento se utiliza para verificar los resultados que se obtienen tras la finalización del proceso y si se cumplen los objetivos que se propusieron al inicio del proceso.

TEST VALORACION FISICA

	NOMBRE	VELOCIDAD DE REACCION			FUERZA EXPLOCIVA DE PIERNAS		
		INICIAL	INTERMADIO	FINAL	INICIAL	intermedio	FINAL
1	FELIPE PARRA	17,7	17,2	17	90	102	103
2	FABIAN PEÑA	15,6	15,4	15,2	145	150	156
3	JOHAN ARIAS	14,8	15	14,6	138	152	157
4	CRISTIAN RODRIGUEZ	15,2	14,8	14,4	140	148	149
5	JORGE PORRAS	16,8	17,1	16,5	151	143	152
6	SEBASTIAN GOMEZ	15,1	16	15,5	149	156	156
7	ANFRES GOMEZ	15,7	17,3	16,2	98	100	103
8	JULIAN PULGA	18	17,8	17,7	115	122	126
9	FRANKI PACHON	18,6	18,4	18,5	147	150	153
10	JUANDAVID FANDIÑO	14,8	15,2	15	156	172	175
11	FELIPE CONTRERAS	15,6	15,7	15,5	142	149	150
12	CAMILA RODRIGUEZ	16,1	16,2	16,1	98	105	106
13	HEIDY ARIAS	15,5	15,6	15,3	118	120	123
14	YIMER BOLIVAR	15,2	15,2	15,3	123	135	136
15	NELSON RODRIGUEZ	16,5	16,6	16,3	146	150	154

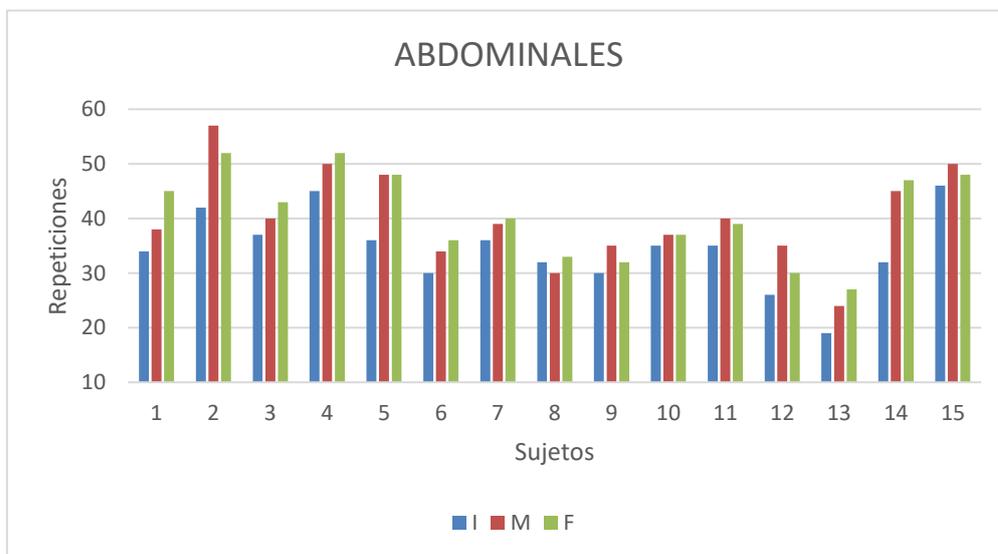
Test valoración física

Suj	VELOCIDAD			FUERZA			FLEXIBILIDAD			ADOMINAL		
	I	M	F	I	M	F	I	M	F	I	M	F
1	17,7	17,2	17,02	90	102	103	1	2	2	34	38	45
2	15,55	15,4	15,22	145	150	156	4	3	7	42	57	52
3	14,84	15	14,56	138	152	157	7	9	11	37	40	43
4	15,21	14,8	14,43	140	148	149	4	6	8	45	50	52
5	16,81	17,1	16,54	151	143	152	-2	2	4	36	48	48
6	15,12	16	15,45	149	156	156	1	4	5	30	34	36
7	15,72	17,3	16,23	98	100	103	5	6	7	36	39	40
8	15,95	17,8	17,67	115	122	126	5	7	7	32	30	33
9	18,56	18,4	18,48	147	150	153	-10	-6	-2	30	35	32
10	14,77	15,2	15	156	172	175	-6	0	2	35	37	37
11	15,61	15,7	15,45	142	149	150	6	7	9	35	40	39
12	16,13	16,2	16,05	98	105	106	8	4	8	26	35	30
13	15,5	15,6	15,32	118	120	123	9	9	12	19	24	27
14	15,16	15,2	15,32	123	135	136	1	1	3	32	45	47
15	16,45	16,6	16,32	146	150	154	3	3	4	46	50	48
PR	15,94	16,2	15,94	130	137	140	2,4	3,8	6	34	40	41
DS	1,1	1,1	1,1	21,7	22,0	22,5	5,2	3,9	4	6,9	8,6	8

GRAFICAS DE LOS TEST DE VALORACION FISICA

POTENCIA AEROBICA (COURSE NAVETTE> O TEST DE LEGER)

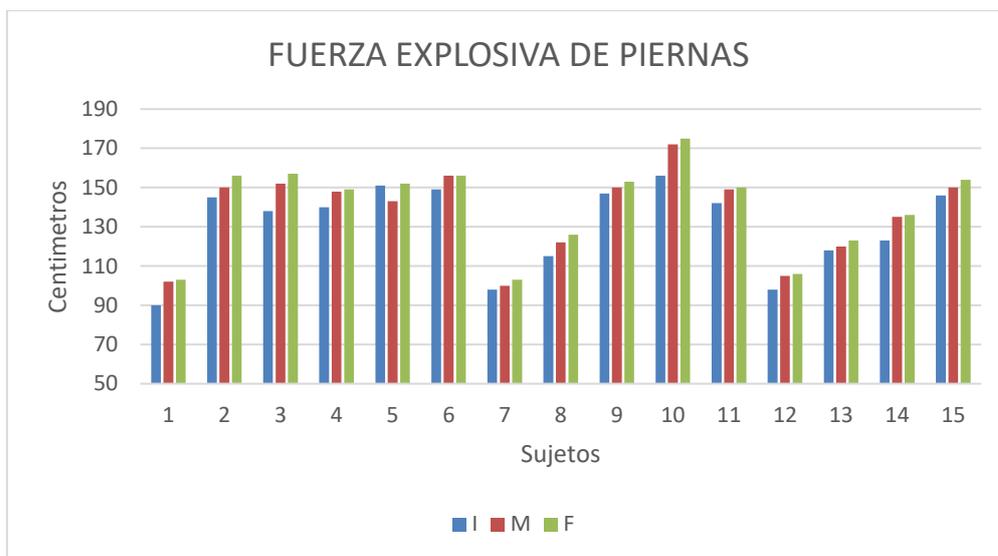
OBJETIVO: Determinar la potencia máxima aeróbica o consumo máximo de oxígeno y cambios de ritmo.



Velocidad de reacción, se puede afirmar que el test de leger de 20 mtr, es el indicado por que tiene cambios de dirección y de ritmo, ya que las condiciones del deporte lo requieren. Este test se califica por tiempo donde el participante tiene que realizar un gran esfuerzo físico para poder gastar el menor tiempo posible en el recorrido, a cada estudiante se les realizo tres pruebas durante el proceso, donde se puede evidenciar que todos los niños que participaron tiene la misma capacidades y se encuentran en un mismo rango de edades y por lo cual se observa en la gráfica que todos los niños tiene una velocidad promedio y mantiene un estado físico adecuado.

FUERZA EXPLOSIVA DE PIERNAS (SALTO LARGO SIN IMPULSO)

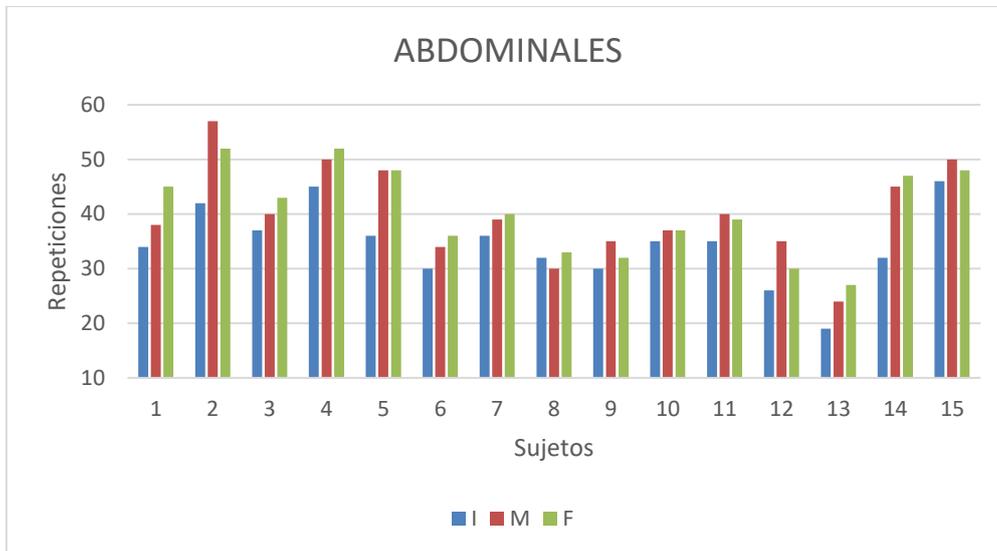
OBJETIVO: evaluar la potencia o fuerza explosiva del tren inferior, que participan prioritariamente para lograr vencer la fuerza de la gravedad y poder llegar lo más lejos posibles a partir de un punto de salida



El salto largo sin impulso es empleado para medir la potencia en las piernas que tiene cada niño. En la gráfica se puede observar que los niños tuvieron una mejoría en cada toma. Es un grupo bastante heterogéneo en cuanto esta capacidad se tiene una desviación estándar de 22,5, la mayoría de los alumnos tienen una muy poca potencia de pierna y al compararlos con las tablas propuestas por Santiago ramos y ubicarlos en los percentiles están muy por debajo del percentil 25 que los podría estar categorizando con una insuficiente potencia de pierna.

TEST DE FUERZA ABDOMINAL

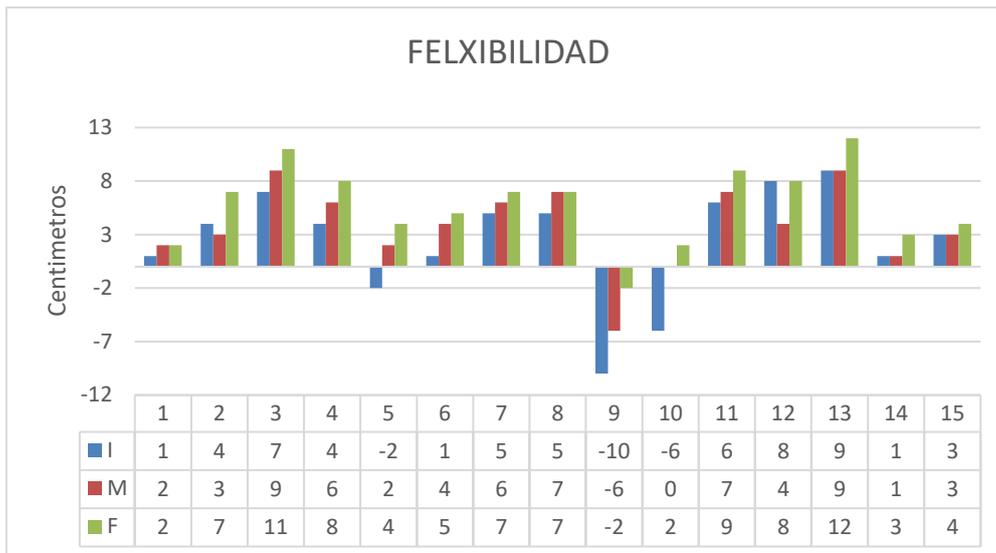
OBJETIVO: Comprobar la fuerza-resistencia de la musculatura abdominal



Respecto a fuerza-resistencia abdominal se toma en la mayor cantidad de repeticiones que se pueden realizar en 1 minuto, donde me arroja como resultados que todos los niños tienen un promedio entre 30 a 50 repeticiones. Y calificando en la tabla se Santiago Ramos están en promedio de bueno y una calificación de 5.0 donde se puede mejorar el promedio de cada niño.

FLEXIBILIDAD DE LA MUSCULATURA DORSAL E ISQUIOTIBIAL (TEST DE WELLS Y DILLON).

OBJETIVO: Medir la flexibilidad de la musculatura isquiotibial y dorsal.



Se puede observar que en el test de Wells que se realizó para evaluar la flexibilidad de los deportistas, se tiene que el promedio de flexibilidad del grupo es 12 cm, los resultados de esta capacidad en el grupo son demasiado dispersos lo que nos conlleva a una desviación estándar de 4,11 esta se da por tener tanta diferencia entre algunos estudiantes como lo es si comparamos al mejor con 15 cm en flexibilidad y al peor con -10 cm, esto genera que sea tan heterogénea esta capacidad en el grupo. No solo es notable la diferencia entre el mejor y el peor si no también en el resto del grupo se ve bastante variabilidad entre estos dos rangos.

ANÁLISIS GENERAL

Teniendo en cuenta en las condiciones en las que ingresan los niños, los cuales tienden a ser sedentarios o de practicar poca actividad física, se realiza una toma de test para conocer las condiciones físicas en las que se encuentran cada uno de los estudiantes, y donde se pudo observar las fortalezas y debilidades de cada uno de los participantes.

Cada test fue tomado en las mismas condiciones físicas y ambientales para tener los resultados más exactos a todo el grupo de niños que participan de la escuela de formación, estos nos arrojan que los niños tienen una condición física estable que no son buenas pero tampoco malas según las palabras de Santiago Ramos, pero que se

puede mejorar realizando trabajo de fortalecimiento de todas las habilidades básicas motrices en cada niño. Ya que no se les puede realizar trabajos específicos por su edad y donde se les garantiza un desarrollo motor adecuado.

Al realizar estos test de valoración física también se puede observar las aptitudes que toman los niños al realizar cada una de las pruebas, donde unos las realizan con mucho esfuerzo y queriendo mejorar sus debilidades y transformarlas en fortalezas, pero también observo estudiantes que las realizan por cumplir un requisito. De esta manera se tiene un balance positivo del proceso y donde las directivas de la oficina toman los resultados para anexarlos y poder llevar un registro de cómo van los procesos de las escuelas de formación del municipio de Ubaté

DIAS Y HORARIOS DE EJECUCIÓN

Lunes	Martes	Miércoles	jueves	Viernes
Escuela rural sohaga 9:00 a 11:00 Grados 1º2º3º	Escuela rural llano grande 7:00 a 9:00am grados 1ª y 2ª	Escuela rural viento libre 9:00 a 11:00 Grado 1º2º3º	Escuela rural la patera 7:00 a 9:00am grados 1ª y 2ª	
Escuela rural sohaga Grado 4º5º	Escuela rural llano grande 9:00 a 10:00 am	Escuela rural viento libre 11:00 a 1:00 pm Grado: 4ºy 5º	Escuela rural la patera 9:00 a 10:00 am	
TRANSICIÓN DE 1: 00 A 3:00	Escuela rural llano grande 10:00a 11:00 am 3ª	DESCENTRALIZ ADO DE 1: 00 A 3:00 LA 15	Escuela rural la patera 10:00a 11:00 am 3ª	TRANSICIÓN DE 1: 00 A 3:00 LA 15
INFANTIL DE 4: 00 A 5: 30	Escuela rural llano grande 11:00 a12:00pm 4ª	INFANTIL DE 4: 00 A 5: 30	Escuela rural la patera 11:00 a12:00pm 4ª	INFANTIL DE 4: 00 A 5: 30
JUNIOR DE 5: 30 A 7: 00		JUNIOR DE 5: 30 A 7: 00		JUNIOR DE 5: 30 A 7: 00
JUVENIL DE 7: 00 A 8: 30		JUVENIL DE 7: 00 A 8: 30		JUVENIL DE 7: 00 A 8: 30
Apoyo eventos deportivos y culturales				

PARTICIPACIÓN EN CLUB

La participación que tengo en el club academia central de Ubaté es de profesor de futbol base y futbol sala, desde hace más de dos años estoy vinculado con esta institución y donde he tenido la oportunidad de obtener varios logros importantes con el club. Como los obtenidos recientemente 3º puesto de futbol base en la liga de Cundinamarca, primer puesto en la liga de futbol sala en el municipio de Fusagasugá.

Para poder lograr estos buenos resultados se ha tenido la oportunidad de vinculó a tres niños de la escuela de formación del municipio, donde me dieron la oportunidad de realizar la pasantía y como retribución se realizó la vinculación de algunos niños en las diferentes categorías se maneja el club, en 2010-2011 a Julián pulga, 2008-2009 Andrés Gómez y de la categoría 2006-2007 a Jorge porras, ellos en cada una de las respectivas categoría desarrollaron un papel importante y han demostrado sus buenas condiciones físicas y técnicas para futbol sala.

Estos Niños han tenido que realizar un esfuerzo grande para integrasen los proceso que se llevan en el club, y tener un buen rendimiento en el proceso ya que el club los está patrocinando con un gran porcentaje los gastos que se generan para poder participar satisfactoriamente en los diferentes torneos.

CONCLUSIONES

Las conclusiones de este trabajo se realizan tras el cumplimiento de uno de los objetivos propuestos, donde se pudieron vincular algunos niños al proceso que lleva el club academia central de Ubaté, el cual tienen la oportunidad de realizar más participación en diferentes torneos regionales como nacionales. Donde los niños que llegan al proceso tendrán que acoplarse y de la misma manera aportar su buen nivel y rendimiento físico deportivo.

También se llevó un proceso riguroso con los demás niños que hacían parte de la escuela de formación de fútbol sala, que se controló por medio de test de valoración de rendimiento deportivo, los cuales arrojaron resultados positivos, ya que el proceso fue idóneo por la manera que se trabajó. Donde los niños estuvieron muy comprometidos con los entrenamientos y cumplían con los horarios programados. Los resultados obtenidos tras la toma de los test también no ayudan a consolidar las estadísticas las cuales son manejadas por la oficina de deportes y recreación del municipio de Ubaté para llevar un control de cómo van los diferentes procesos de las distintas escuelas de formación.

Al mismo tiempo se pudo constatar que el trabajo que se realizó con el apoyo a las escuelas rurales, donde se brindó el acompañamiento en actividad física y poder fortalecer las deficiencias que se tiene en la primaria con respecto a la clase de educación física. Desde la oficina recreación y deporte hace un esfuerzo a través de los instructores de las escuelas de formación suplir esa falencia, ya que en estas edades son las más adecuadas trabajar la parte físico-motricidad en los escolares.

Se estableció test de valoración físicos como medio de seguimiento para observar las mejoras que presente en el niño en el transcurso del proceso de entrenamiento, ya que estas se tomaron en tres momentos específicos donde se pueden evidenciar y constatar las mejoras en cada uno de los deportistas y donde dio como resultado que los niños tuvieron una mejoría progresiva en la mayoría de los aspectos calificados.

Se pudo establecer un convenio de participación entre la oficina del municipio de Ubaté y el club deportivo academia central de Ubaté donde los deportistas con mejores condiciones físicas y deportivas pudieran integrar las filas del club para hacer parte de los equipos que participaron en el torneo que organiza LA LIGA DE CUNDINAMARCA en sus modalidades de futbol base, sala y playa, donde se obtuvieron resultados satisfactorios con los equipos que se llevaron. Dando como resultado al equipo babys campeón del torneo. Donde se teniendo como premio un cupo directo al torneo nacional que se organizara en PUERTO GAITÁN META.

El futbol sala es uno deporte contemporáneo, que se brindado como una alternativa de vida por su fácil acceso y que también que contamos con varios escenarios deportivos, lo cual tomo como una herramienta para que los niños tengo otra alternativa para ocupar sus tiempo libre y no caer en el los distintas problemáticas que tiene la sociedad y tener un estilo de vida saludable.

Al poder contar con unos deportistas íntegros, que desde su hogar y desde la escuela de formaciones haya recibido una educación en valores y éticos adecuados. se puede facilitar el intercambio o vinculación con algún club deportivo donde tengan mayor participación y mejores relaciones sociales con los demás deportistas, Para de esta manera obtener un proceso adecuando tanto en lo deportivo como en la formación social de cada ser humano.

BIBLIOGRAFÍA

1. Anónimo. (4 de Agosto de 2005). *Federación Colombiana de Fútbol Sala*.
2. Arjol, j. (2012). *Planificación Actual del entrenamiento de futbol*. Acción Motriz , 29.
3. BENEDEK, E. (1998). *Futbo, infantil*. Barceona: Edit Padiotribo.
4. Cagigali, P. (2 de Octubre de 2011). *Slideshare*. –educativodefinitivo
5. Cartagena, S. M. (20 de marzo de 2007). *www.adoratricescartagena.com*.
adoratricescartagena.com/
6. <http://www.uco.es/IVCongresoInternacionalEducacionFisica/congreso/Documentos/001-230-019-002-001.html>.
7. Sánchez, Y. (2002). *Fundamentos de Futbol Sala*. Madrid: Paidotribo
8. Suárez, Y. (2002). *Aspectos Técnicos Fundamentales del Fútbol Sala*
9. *futsal.com*. (2011). *futbol sala en español*. Alcobendas, España
10. deportivo, e. (13 de noviembre de 1994). *Aspectos fisiológicoa del Futbol*.
<http://www.entrenamientos.org/entrenamiento-deportivo/item/101-fisiologia-en-el-futbol>
11. RAMOS BERMUDEZ SANTIAGO, ALZATE DIEGO ALONSO, *evaluación antropométrica y motriz condicional de los escolares de 7 a 18 años (fotocopias de clase)*

ANEXOS













