ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGÓGICOS Y METODOLÓGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

PLAN PEDAGÓGICO PARA LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE FUTBOL SALA EN EL MUNICIPIO DE CÁQUEZA (ZONA RURAL)

PRESENTADO A:

INDEPORTES CUNDINAMARCA
PROVINCIA DE ORIENTE

PRESENTADO POR:

LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO

LIC. EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

MARZO DEL 2023

FUTBOL SALA

Individual:
Conjunto:
Niveles de formación en los que se implementa:

Tabla 1 Niveles de Formación

ITEM	NIVEL	EDADES
1	**Iniciación**	6-17 años
2	**Fundamentación**	7-17 años

PROPUESTA ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGÓGICOS Y METODOLGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS. EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

1. INTRODUCCIÓN

En el presente plan pedagógico el formador o instructor debe enseñar un documento consolidado donde presente la propuesta técnica y metodológica, apoyada en un mecanismo para la integración de los niños(as), jóvenes y adolescentes Cundinamarqueses, donde se promueva la práctica deportiva para el fomento de hábitos saludables y el aprovechamiento del tiempo libre mediante la práctica del Futbol de salón; la cual contribuirá al desarrollo axiológico, social y deportivo en pro de personas y deportistas íntegros, enfocados a la población rural y urbana del departamento. En lo correspondiente se asignaron dos categorías para el desarrollo de esta modalidad deportiva: Iniciación (6 a 17 años), Fundamentación (7 a 17 años).

Todo lo anterior se da con la práctica deportiva constante y organizada, con métodos pedagógicos del entrenamiento e iniciación deportiva ejecutadas por el formador, involucrando un compromiso con la comunidad dentro de un entorno adecuado y una estructura diagnostica bien ejecutada.
El desarrollo de la disciplina y la metodología implementada debe basarse bajo una experiencia pedagógica adecuada teniendo en cuenta las medidas de prevención y el distanciamiento social regidas por el ministerio de salud, el ministerio de educación y el ministerio del deporte; facilitando a la comunidad el acceso a la formación y la recreación. Cabe mencionar que además se presenta un protocolo de bioseguridad que deberán seguir niños(as), jóvenes, adolescentes, padres y profesor para evitar el contagio o propagación del Covid 19.

La aplicación de este plan pedagógico radica en un trabajo estructurado de metas, donde la comunidad lleve un proceso continuo y ascendente de su desarrollo motor, mejorando paso a paso sus objetivos deportivos, como también el aprovechar y valorar el tiempo libre; lo cual se reflejará en la planificación de cada sesión de entrenamiento y el control mensual a partir de un nivel de criterios claros y concisos para su desarrollo.

En el documento se expone la temática del futbol de salón no solo desde su práctica como tal, sino también la parte teórica en donde a través de datos históricos y actuales se pretende motivar y ampliar el conocimiento de este deporte a través de deportistas que con su ejemplo dentro y fuera del campo de juego han marcado diferencia y han aportado tanto a la comunidad como a la sociedad generando herramientas que conducen al cambio de manera positiva y que bien valen la pena ser reproducidas desde el diario vivir de cada uno de los integrantes de la escuela de futbol de salón.

A partir de la escuela de formación se crea la estrategia para la promoción de la actividad física y salud mental que promueve la práctica del deporte como lo es el futbol de salón mediante entrenamientos gratuitos. El deporte es una herramienta importante que tiene el ser humano para mejorar y desarrollar sus habilidades y

cualidades físicas, al igual que las sociales, cognitivas y psicológicas. Teniendo en cuenta lo anterior, esta modalidad deportiva propone sin lugar a duda un espacio en donde los niños(as), jóvenes y adolescentes de los diferentes sectores rurales y urbanos de la Provincia de Oriente se puedan vincular al deporte y se alejen seguramente de los problemas psicosociales, problemas de sedentarismo y enfermedades crónicas por medio del desarrollo de actividades físicas, recreativas y deportivas.

La intención fundamental es que en el programa de aprendizaje del fútbol de salón los niños(as), jóvenes y adolescentes comprendan que cualquier tipo de disciplina deportiva implica un proceso de superación personal consigo mismo, evidenciando que cada día tienen la oportunidad de intentar hacer las cosas mejor que en la ocasión anterior, superando sus errores y recibiendo el apoyo constante, la guía, conducción y motivación por parte del instructor y demás compañeros que participen en dicho proceso.

Con el acompañamiento y el apoyo de los entes departamentales y municipales (Indeportes Cundinamarca y Alcaldías municipales de la Provincia de Oriente) fortaleceremos nuestro objetivo de brindar bienestar y calidad de vida a nuestros niños cundinamarqueses y alcanzar las metas propuestas fijadas en la práctica del futbol de salón por Indeportes Cundinamarca.

2. JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

La ley 181 de 1995 en su capítulo de definiciones y clasificación, conceptualiza el Deporte formativo como “aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. 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”. Al mismo tiempo define el deporte en su Artículo 15. Como la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

Se denomina Deporte Formativo a todas aquellas manifestaciones lúdicas, motrices y deportivas que, mediante procesos educativos y pedagógicos buscan fortalecer la formación integral de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en edad escolar, como complemento al desarrollo educativo, que se implementan en jornada extraescolar para satisfacer sus necesidades e intereses, promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre.

En el Departamento las Escuelas Deportivas se definen así; “es un programa formativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto por el juego, con el fin de llevarlos a la iniciación en la práctica deportiva, el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con buena calidad de vida y con una condición física y técnica, que nos permitan alcanzar resultados

óptimos que proyecten a la promoción y vinculación en los niveles de fundamentación".

Es necesario la planeación adecuada pedagógica del programa de Escuelas de Formación Deportiva, de tal manera que se evite la improvisación docente, en cada una de las sesiones de clases que se dirigen a los niños(as), jóvenes, pertenecientes a uno de los Niveles de Formación con los que cuenta el Departamento.

El plan pedagógico denominado "ESCUELA DE FORMACIÓN DE FUTBOL DE SALON" se desarrolla y justifica dentro de la ley del deporte 181 de 1995 que abarca los lineamientos, escenarios y categorías para la práctica del deporte y en el artículo 52 de la constitución política de Colombia en donde se especifica que "se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre". Es por esto por lo que la gobernación de Cundinamarca en su deber de ofertar y garantizar este derecho, desarrollo el programa de "Formadores deportivos y recreativos para el departamento" que tiene como fin brindar esos espacios enfocados hacia una población específica, la cual pretende contribuir en los múltiples beneficios para la salud que trae consigo la actividad físico deportiva; desde una mejor fortaleza ósea hasta la prevención de la obesidad, pasando por una mejora de la condición física y cardiovascular, una adquisición de valores como la autoestima, el auto concepto, la amistad, la cooperación, logro personal, etc.

Este plan pedagógico se presenta con el fin de reactivar espacios de formación deportiva, que le permitan a los participantes el aprovechamiento del tiempo libre y a su vez fomentar hábitos que conlleven al mejoramiento de la calidad de vida en los niños(as), jóvenes y adolescentes; pertenecientes a los diferentes sectores rurales y urbanos del departamento, donde se desarrollaron componentes: físicos, técnicos, tácticos, axiológicos y psicosociales por medio de las prácticas deportivas con énfasis en la disciplina del Futbol de salón proyectando la población beneficiada en el proceso formativo en aras de vincularlos a ligas y clubes deportivos, los cuales se ejecutaran en los escenarios deportivos de cada escuela o colegio rural y urbano determinados para salvaguardar la integridad de los deportistas y el buen desarrollo de cada sesión de clase.

3. MARCO LEGAL

Las Escuelas Deportivas por ser un programa institucional de nivel Nacional y Departamental, cuentan con suficiente respaldo legal, que garantiza su ejecución en cada uno de los municipios del Departamento, como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población y desarrolla la base y la reserva deportiva de Cundinamarca a mediano y largo plazo.

Este marco legal es el siguiente:

- Ley 115 de 1994 normas generales para regular el Servicio Público de la Educación
- Ley 181 del 95 o Ley del Deporte
- Ley 934 de 2004
- Constitución Política de 1991

- Plan decenal del Deporte, la Recreación, la actividad Física y la Educación Física 2009 - 2019.

A partir de una indagación minuciosa se establecieron algunas referencias legales que nos ayudarán a encaminar objetivamente el desarrollo del diseño e implementación de la escuela de formación de futbol de salón para el aprovechamiento del tiempo libre en edades comprendidas entre 6 a 17 años del sector rural y urbano del departamento cundinamarqués. A continuación, describiremos las leyes que aplican y van a fin con nuestra escuela de formación:

LEY 115 DE 1994 DEL CONGRESO NACIONAL:

La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.
La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

Esta ley nos da un sustento en la investigación para conocer las normas generales para prestar un servicio a la comunidad en el aprendizaje de un deporte como el fútbol de sala. Define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal y no formal, dirigida a: niños y jóvenes en edad escolar, adultos, campesinos, grupos étnicos, personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales y personas que requieran rehabilitación social.

LEY 181 DE 1995 DEL CONGRESO DE COLOMBIA

La ley 181 de enero 18 de 1995 establece el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte.

Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre; como a su vez la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuada. Así mismo, la implantación y fomento de la

educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad. Por ende, esta ley es una de las mejores que sustenta nuestro proyecto.

LEY 934 DE 2004 – INSTITUTO COLOMBIANO DEL DEPORTE

Por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones. Todo establecimiento educativo del país deberá incluir en su Proyecto Educativo Institucional, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa.
Aquellas entidades territoriales que no dispongan del recurso humano calificado en el área de la Educación Física podrán realizar acuerdos o alianzas con instituciones de Educación Superior para que se contrate con ellas la prestación del servicio o sirvan de Centros de Práctica de los estudiantes en los programas de Educación Física y tecnología en áreas afines.

Para propender al desarrollo de la Educación Física en la comunidad, partiendo de la base de la población infantil escolar como extraescolar, se adoptarán y fortalecerán los Centros de Educación Física que articulen sus servicios con los programas establecidos en el Proyecto Educativo Institucional, PEI, de los establecimientos educativos. En igual forma se procederá, respecto de los Centros de Iniciación y Formación Deportiva, adscritos a los entes deportivos municipales.

El Programa de Centros de Iniciación y Formación Deportiva es de carácter formativo extracurricular y complementa la formación física y deportiva de la población infantil, contribuyendo a su desarrollo motor, en las distintas etapas de crecimiento (iniciación y formación).

ARTÍCULO 52 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones

deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

PLAN DECENAL DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA EDUCACIÓN FÍSICA 2009 - 2019.

El objetivo general del Plan Decenal es "contribuir al desarrollo humano, la convivencia y la paz en Colombia garantizando el derecho al deporte, la recreación, la educación física, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, como derechos fundamentales, con criterios de equidad e inclusión en el marco de las políticas sociales del país. En concordancia, en 2019 Colombia será una nación reconocida por el impacto que generan las políticas y programas en deporte, recreación, educación física y actividad física sobre el desarrollo social y económico del país. El apoyo a estas actividades se reflejará en mejores indicadores de convivencia y de Salud Pública en las poblaciones en general y en mayores logros en el deporte del alto rendimiento, que consoliden al país como potencia deportiva a nivel continental.

4. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Establecer una escuela de formación deportiva de futbol sala en el municipio de Cáqueza Cundinamarca (zona rural), que fomente el desarrollo multidimensional, de los niños(as), jóvenes y adolescentes pertenecientes a los diferentes grupos deportivos entre ellos, iniciación (6 a 17 años) y fundamentación (7 a 17 años) a través de procesos de orientación, aprendizaje y práctica del deporte en la formación integral de la comunidad, dando un buen uso y aprovechamiento del tiempo libre (formación en valores para la vida, orientación, promoción y proyección de talentos) en pro del desarrollo psicosocial de la población rural y urbana en apoyo de Indeportes Cundinamarca.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Caracterizar los grupos poblacionales a quienes va dirigido el programa de la escuela de formación de futbol sala, según su edad cronológica para relacionarse en las diferentes categorías de Iniciación y Fundamentación deportiva del departamento.

- Diseñar una propuesta que se apropie a las necesidades del practicante, la cual favorezca el mejoramiento de los aspectos técnicos, tácticos y físicos teniendo en cuenta las medidas sanitarias para llevar la ejecución de actividades que requiere la práctica de futbol sala.

- Incentivar al deportista para la realización de las actividades deportivas y recreativas propuestas para el mejoramiento de las capacidades coordinativas; por medio de juegos pre deportivos y lúdicos, que les permita explorar la espontaneidad en las actividades dentro del plan de entrenamiento.

5. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

A través del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca se realizarán procesos de participación comunitaria en cada uno de los municipios, donde se identificará la población que se encuentra en los rangos de edad de los procesos de formación deportiva y así definir los deportes y niveles a estructurar al interior de cada municipio del departamento.

Las Escuelas Deportivas están dirigidas a niños, niñas y adolescentes entre los 6 y 17 años que manifiesten su interés por la práctica deportiva. Los principales participantes identificados son:

- Beneficiarios: Niños(as) y Jóvenes en los rangos de edad identificables.
- Cooperantes: Municipios del Departamento

POBLACIÓN

La población es perteneciente a los municipios de la provincia de Oriente del departamento de Cundinamarca. Por lo que se busca que el sector rural y urbano sea acogido y beneficiado en el programa de formadores deportivos y recreativos para el departamento de “Cundinamarca región que progresa”.

Este programa está dirigido a los niños(as), jóvenes y adolescentes de zonas rurales y urbanas entre los 6 y 17 años siendo estos habitantes de la Provincia de Oriente pertenecientes a comunidades con diversidad funcional, poblaciones víctimas del conflicto armado, poblaciones indígenas y población convencional para la práctica deportiva de futbol sala.

COBERTURA

El programa de futbol sala, está dirigido a una cobertura global minina de 45 beneficiados activos por municipio, donde se deben realizar dos grupos (iniciación y fundamentación); por ende, cada grupo constará de 22 y 23 beneficiados para obtener una cobertura total entre los dos grupos de 45 beneficiados.

6. CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE

HISTORIA DEL FÚTBOL DE SALÓN O FÚTBOL SALA

El Fútbol de Salón o fútbol sala se origina en la práctica informal del fútbol como deporte recreativo, adaptado a condiciones diferentes en cuanto al número de jugadores y al campo de juego.
Debido a la obtención del título mundial de fútbol alcanzado por Uruguay en 1930, este deporte se puso de moda en el país. Se atribuye al profesor de educación física y deporte uruguayo, Carlos Ceriani, vinculado a la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA) de Montevideo, el primer intento de formalizar la práctica del fútbol callejero practicado en la ciudad, en 1930. (UNCF, 2009) Al igual que ocurrió con otros deportes, el Fútbol sala es adaptación del Fútbol, primero como práctica deportiva recreativa y luego con el fin de diversificar la enseñanza del deporte.

Posteriormente, en 1933, el argentino Juan Carlos Ceriani Gabriel creó las primeras reglas del Fútbol Sala, basándose en las reglas de deportes como el baloncesto y el balonmano. También en este año se fundó en Uruguay la Confederación Sudamericana de los YMCA. (UNCF, 2009) De deporte practicado por los niños pasó luego a convertirse también en deporte para adultos gracias a las adaptaciones al reglamento que hizo Habiz Marfuz en Brasil, donde se empezaron a crear las primeras
federaciones en los años 50. En Brasil, Luis Gonzaga de Oliveira Fernández elabora un reglamento mejorado que finalmente acoge la Federación Internacional de Fútbol de Salón en 1971, por lo cual se conoce desde entonces este deporte como Fútbol sala brasileño.

Así pues, Uruguay y Brasil se disputan todavía hoy la paternidad del Fútbol Sala. En un intento de acuerdo se dice entonces que nació en Uruguay y se hizo adulto en Brasil. (UNCF, 2009) El Fútbol de Salón llegó a Colombia en la década de 1960 gracias al señor Jaime Arroyave Rendón, quien en 1974 fue presidente de la Federación Colombiana de Fútbol de Salón. El Fútbol de Salón Colombiano cuenta con un amplio reconocimiento a nivel nacional e internacional, de ahí su participación en diferentes campeonatos del mundo, suramericanos y panamericanos, entre otros. Entre sus logros cuenta con dos títulos mundiales en la rama masculina y un tercer lugar en femenino. En Colombia se tiene torneo
profesional en ambas ramas; el masculino inició en 2009 y la rama femenina en 2010. Hoy es el deporte de mayor masificación en el país.

ANTECEDENTES NACIONALES

1. Se inicia en la época de los 60´scon el señor Santiago "morocho "Morales, pero fracasa en el intento, luego de esto lo retoma "el pantalonudo" desde el año1966 con el fin de extender este deporte, logra llegar a la Federación desde el 8 de noviembre de 1974, fechada creación de la Federación con un total de26 ligas y 3 comité prolija.

2. En 1967 el Instituto de los Seguros Sociales, en la ciudad de Bogotá organizó un evento con la participación de 597equipos, marcó además el comienzo del campeonato Inter barrios en Bogotá y que sirvió para que el 20 de agosto de 1973 se creará la primera liga de Colombia, como lo fue la de Bogotá.

3. En 1983 surge el primer Reglamento que se publicó en español con origen en algunos trabajos ya elaborados y de la traducción hecha del portugués por el Ingeniero Albano Ariza.

4. Los primeros lugares en los años 1990 y 1993 en los III y Panamericanos• el segundo lugar en el V Panamericano celebrado en Bogotá en 1996• Segundo puesto en 1998 en el XXI suramericano de ínter clubes Primer lugar en el Campeonato Sudamericano Juvenil en 1998 en Argentina, • primer lugar en 1993 en el primer semi profesional Copa Doria Promasa, jugado en Bogotá. • Campeones en el subcampeonato en el V Mundial de 1994en Argentina, • VII Campeonato Mundial del año 2000, en Bolivia, donde el equipo local ocupó el subcampeonato y Argentina y Rusia les siguieron. • En 2003, nuevamente disputa la final mundial en Paraguay y se queda Colombia con el subcampeonato. Colombia ha tenido una buena presentación desde el 2003 en los campeonatos mundiales PREMIOS.

ACTUALES CAMPEONATOS MUNDIALES

Asunción, Paraguay - 26 de agosto de 2003Colombia 2:5 Guatemala Bangkok, Tailandia - 03 de noviembre de 2012Último partido inter nacional Colombia 0-3 Italia Bangkok, Tailandia - 18 de noviembre de 2012Colombia 1-3 Brasil Bangkok, Tailandia - 16 de noviembre de 2012Mejor resultado Colombia 9:2 Chile Medellín, Colombia - 21 de marzo de
2010Colombia 11:3 Islas Salomón Bangkok, Tailandia - 06 de noviembre de 2012Peor resultado Colombia 0-6 Paraguay Mar de la plata, Argentina - 17 de noviembre de 2006Colombia 0-5 Argentina Buenos Aires, Argentina - 16 de septiembre de 2011

PRINCIPALES CIUDADES DE FUTBOL SALA

Se tiene dos teorías acerca del lugar donde se practicó por vez primera en este suelo:
La primera cuenta de su llegada por el Occidente gracias al acercamiento que existía en el comercio de las esmeraldas

con la capital de la república. Según esta teoría, defendida por el Doctor Oscar Chiquillo, en 1970 la emisora Radio Fura tena organizó un evento en Chiquinquirá, en el que participaron 25 equipos, constituyéndose, para una población que estaba en formación, en un verdadero éxito. Sin embargo, después de esta oportunidad se presentó un largo paréntesis, ya que no hubo la continuidad requerida para que se constituyera en el antecedente de la organización actual.

- En Boyacá y en Caldas la vida del Fútbol de Salón empieza hacia 1980, cuando se conformó el primer Comité. Lo presidía el señor Pablo Martínez Ibarra, quien se encargó de lograr que el 26 de abril del año siguiente que esta actividad se legalizara. Caldas ha alcanzado importantes logros a nivel nacional: Campeón Nacional Infantil (Itagüí, 1990). Campeón de Mayores (Yopal, año 2000); Campeón semi profesional el Eje Cafetero (2002); subcampeón en el Nacional de Mayores (Neiva, 2001), Tercero en el Semi profesional DORIA PROMASA (1990) Tercero en el Juvenil (Manizales, 1995), Tercero en el semi profesional Copa Antioquia de 1999, Tercero en el Festival de Escuelas de Formación (Tunja, 2003).

REGLAMENTO FUTBOL SALA

CONGRESO ORDINARIO DE LA AMF

ASUNCION, MAYO 12 DE 2018

ACTUALIZACIONES UNIFICACIONES Y ACLARACIONES

REGLA No. 1

LA SUPERFICIE DE JUEGO

MARCACION:

- Se marcará obligatoriamente líneas de 30 cm. perpendiculares a la línea de meta en el sitio exacto donde se ubican los postes de los arcos, siempre hacia afuera.
- Los tramos de la línea de meta comprendidos entre los postes de los arcos se denominan LINEAS DE GOL.
- PUNTO DE TIRO DE CASTIGO, NO DOBLE PENAL
- ZONA DE SUSTITUCIONES: tendrá una dimensión de cuatro (4) metros a partir de la zona libre.
- SEGURIDAD:
    - Zona perimetral libre de obstáculos: mínimo un (1) metro a lo largo de las líneas laterales, dos (2) metros por las líneas finales, y cinco (5) metros de altura las superficies de juego que tengan techo.
    - Portones que abran hacia afuera, sin candados ni trabas; avisos de salida de emergencia personal paramédico, camillas y servicio de ambulancia, lugares adecuados para la prensa.

REGLA No. 2

EL BALON

MAYORES DE 16 AÑOS: MASCULINO Y FEMENINO:

CIRCUNFERENCIA: 60-62 cms.
PESO: 430-450 gramos.
CALIBRACION: 9 libras.
CONDICION AERODINAMICA: lanzado desde una altura de 2 metros, el primer rebote no debe exceder los 30 centímetros; y el segundo rebote no más de 10 de centímetros.

DE 13 A 16 AÑOS. MASCULINO Y FEMENINO CIRCUNFERENCIA:

CIRCUNFERENCIA: 60-62 cms.
PESO: 400-430 gramos.
CONDICION AERODINAMICA: lanzado desde una altura de 2 metros, el primer rebote no debe exceder los 30 centímetros y el segundo rebote no más de 10 de centímetros.

MENORES DE 12 AÑOS

CIRCUNFERENCIA: 53-55cms

PESO: 320-350 gramos.

CONDICION AERODINAMICA: lanzado desde una altura de 2 metros, el primer rebote no debe exceder 30 centímetros; y el segundo rebote no más de 10 de centímetros.

REGLA No. 3

NUMERO DE JUGADORES

MAXIMO: doce (12) jugadores

MINIMO: siete (7) jugadores presentes y en condiciones de jugar.

No se podrá empezar el partido sin que los equipos presenten cinco (5) jugadores titulares y dos (2) suplentes

Se podrá continuar un partido hasta con cuatro jugadores.

CUERPO TECNICO: director técnico, asistente técnico, preparador físico, médico y kinesiólogo. **El delegado NO puede permanecer en el banco de suplentes.** EL PORTERO: SI PUEDE EJECUTAR TIROS LIBRES EN SU MEDIO CAMPO

REGLA No. 4

UNIFORME DE LOS PARTICIPANTES

Se podrá utilizar camisetas térmicas debajo de la casaca de juego; éstas deben ser del color principal de la misma y no es obligatorio que la usen todos los jugadores. **Si la utiliza más de un jugador deben ser del igual color.**

NUMERACIÓN: es obligatorio usar el número en la parte delantera de la casaca y en los pantalones.

PRESENTACION: Los jugadores pueden utilizar las casacas de juego por encima de la pantaloneta, a partir de que el juego se dé por iniciado.

Si se presentara sangrado en algún jugador éste deberá ser asistido inmediatamente; en caso de que vuelva a participar en el juego se verificará que en su indumentaria no haya manchas de sangre.

SE PERMITIRA EL USO DE CALZADOS DEPORTIVOS DE DIFERENTE COLOR SIEMPRE QUE SEAN DEL MISMO MODELO.

EL PORTERO PODRA UTILIZAR PANTALON LARGO POR ENCIMA DE LA PANTALONETA (SHORT) Y LAS MEDIAS, ÉSTE NO PODRA TENER BOLSILLOS NI CIERRES.

REGLA NO. 5

SUSTITUCIÓN DE JUGADORES

No se permitirá el cambio posicional o sustitución del portero en caso de incurrir en un tiro penal o TIRO CASTIGO, salvo lesión grave confirmada por el árbitro y comprobada por el médico.
Si el jugador sustituido es el capitán, el sustituto deberá ingresar ya con otro brazalete.

REGLA No. 6

TIEMPO DE JUEGO

El director técnico que retrase el inicio del partido, prolongue el tiempo de descanso entre periodos de juego diez (10) minutos o demore más del tiempo estipulado para dar instrucciones a sus jugadores un (1) minuto será amonestado. (TARJETA AMARILLA)

REGLA No. 7

INICIO Y REANUDACIÓN DE JUEGO

En caso de que el árbitro realice un balón al piso, éste se debe hacerse en el sitio más cercano a donde se encontraba el balón al momento de la suspensión del juego.
Si uno de los jugadores manifiesta su intención de entregar el balón y no lo hace; se repite el procedimiento y se amonesta al infractor por considerarse conducta antideportiva.
En todas las reanudaciones, el cronometro se pondrá en marcha cuando el árbitro autorice con el sonido del silbato, a excepción de un tiro castigo o de pena máxima, en cuyo caso se accionará cuando haya doble jugada (Rebote en el portero o en uno de los postes)
El saque inicial se efectuará con un pase al compañero; esta acción debe completarse dentro del círculo central.

REGLA No. 8

EL GOL

No es válido el gol marcado en ataque o defensa cuando el balón es lanzado con las manos desde un lateral de esquina o saque de meta, ni aun siendo tocado por el portero contrario o el portero compañero del ejecutor ubicado **DENTRO DE SU AREA.**

SI ES TOCADO POR EL PORTERO FUERA DE SU AREA EL GOL SE CONSIDERA VALIDO.

Si en la celebración de un gol cualquier jugador se quitara la camisa, deberá ser amonestado inmediatamente.

REGLA No. 9

INFRACCIONES

Tocar, desviar, sostener o impulsar el balón con la mano o con el brazo INTENCIONALMENTE, incluyendo al portero fuera de su área.
ACLARACION: Toda mano intencional se sanciona con tiro libre y tarjeta amarilla. Si es mano **NO** intencional, pero se saca ventaja de la misma se sanciona con tiro libre, pero **NO SE MUESTRA LA TARJETA AMARILLA.**
Si es mano no intencional y no saca ninguna ventaja de la misma NO SE SANCIONA.

Se considera agresión cuando un jugador o integrante del cuerpo técnico arroje un objeto impactando o no al adversario o el balón (ver circunstancias de juego).

FALTAS TÉCNICAS:

EL PORTERO QUE TENGA EL BALON DENTRO O FUERA DE SU AREA; DISPONDRA DE CINCO (5) SEGUNDOS PARA DESPRENDERSE DEL MISMO.
EL PORTERO NO PODRÁ RECIBIR EL BALON DOS VECES CONSECUTIVAMENTE CUANDO ESTE PROVENGA DEL PASE DE UN COMPAÑERO (DE FORMA INTENCIONAL, NO DE REBOTE O RECHAZO).
Esta prohibición cesa cuando el balón sea tocado por un jugador rival o esté fuera de juego y no por el hecho de que el balón pase al campo contrario.

AUTOHABILITACION:

Si el portero domina el balón con la cabeza, el pecho o el abdomen, puede utilizar las manos; si el balón no ha caído al piso, si renuncia a esta posibilidad y deja que el balón caiga al suelo, deberá jugar obligatoriamente con los pies.

Ser reiterativo en transgredir las reglas de juego, ya sean estas personales o técnicas; es causal de amonestación y se mostrará obligatoriamente la tarjeta amarilla; tal como lo dictan estas Reglas.

REGLA No. 10

SANCIONES DISCIPLINARIAS

Faltas sancionables con una amonestación.

UN JUGADOR SERA AMONESTADO OBLIGATORIAMENTE Y SE EXHIBIRA TARJETA AMARILLA, SI COMETE UNA DE LAS SIGUIENTES FALTAS:

DISPOSICIONES REGLAMENTARIAS.

B. Cuando cualquier integrante del banco de suplentes, del cuerpo técnico o del público impida la concreción de un gol, los árbitros deberán determinar tiro libre penal y la expulsión del capitán, así como la del infractor.

DECISIONES:

A.- Si el juego se interrumpiera a causa de una sanción disciplinaria (amonestación, descalificación o expulsión de un jugador) sin que se haya cometido una falta; este se
reanudara con un lanzamiento lateral a favor del equipo contrario. Si fuesen dos o más jugadores rivales; se reiniciará con un balón al piso.

EL PORTERO DISPONDRA DE UN TIEMPO PRUDENCIAL PARA UBICAR LA BARRERA, SI SE EXCEDIERA DE ESTE TIEMPO SE TOMARÁ LA MEDIDA DISCIPLINARIA QUE CORRESPONDA.

REGLA No. 11

FALTAS ACUMULADAS

NO SE PERMITIRÁ LA SUSTITUCION DEL PORTERO SALVO LESION GRAVE Y CONFIRMADA.

El anotador avisara a los jueces cuando el equipo cometa la quinta falta, y/o la cuarta individual.

REGLA No. 12

PENALIZACION MÁXIMA

DEFINICION MEDIANTE TIRO PENAL:

SE EJECUTARÁN SERIES DE TRES TIROS PENAL POR EQUIPO DE LOS JUGADORES QUE TERMINEN JUGANDO SE ESCOGERÁN TRES DE CAMPO. DE PERSISTIR EL EMPATE SE SEGUIRÁ EJECUTANDO UN TIRO POR EQUIPO Y POR LOS MISMOS JUGADORES Y EN EL MISMO ORDEN HASTA QUE UNO DE

ELLOS FALLE.

EN CASO DE LESION GRAVE O EXPULSION DE UNO DE LOS JUGADORES PARTICIPANTES PODRA SER REEMPLAZADO POR EL CUARTO JUGADOR QUE TERMINO JUGANDO (OPCIONAL).

EN CASO DE QUE SE CONCEDA PRORROGA PARA EJECUTAR UN TIRO DE CASTIGO O TIRO PENAL; NO HABRA POSIBLIDAD DE REMATE Y EL PARTIDO FINALIZARA CUANDO TERMINE EN SU TOTALIDAD LA TRAYECTORIA DEL BALON.

REGLA No. 13

LANZAMIENTOS

LATERAL:

- SI el lanzador introduce el balón en su propia portería, se reanudará con lanzamiento de esquina; si lo hace en la portería contraria, con saque de meta.
- La demora de más de cinco (5) segundos en un lanzamiento de esquina se reanuda con SAQUE DE META.

REGLA No.14

ARBITRO LÍDER Y ARBITRO AUXILIAR

ESTA REGLA NO SUFRE NINGUNA MODIFICACIÓN. SE MANTIENE EN LO REFERENTE EN QUE NO SE CAMBIARA DE LADO EN NINGUNA SITUACIÓN DE JUEGO.

DR. ROLANDO ALARCON R.
Presidente A.M.F.

AUAD ANTONIO ABDELJAMID M.MARTIN OTA.
Junta Técnica Arbitral A.M.F
Instructor Internacional A.M.F.

MARTIN OTA.

Junta Técnica Arbitral A.M.F.

ASPECTOS MOTRICES Y COGNITIVOS

1. DESARROLLO MOTOR:

El desarrollo físico aumenta rápidamente durante la etapa infantil. Los sistemas muscular y nervioso y la estructura ósea están en proceso de maduración, lo que permitirá al niño moverse de manera más coordinada. Los niños muestran progreso en la coordinación de los músculos grandes y pequeños y en la coordinación óculo manual. Este desarrollo hará que el niño sea cada vez más autónomo, cada vez realizará más cosas sin la ayuda de un adulto, como por ejemplo vestirse.

2. DESARROLLO COGNITIVO:

El manejo del lenguaje y las ideas le permite ir formando su propia visión del mundo. Desarrolla su capacidad para utilizar símbolos en pensamientos y acciones, y comienza a manejar conceptos como edad, tiempo, espacio. Sin embargo, aún no logra separar completamente lo real de lo irreal, y su
lenguaje es básicamente egocéntrico. Todavía le cuesta aceptar el punto de vista de otra persona. En esta etapa, los niños comienzan a entender identidades, funciones y algunos aspectos de clases y relaciones, pero todo se ve limitado por el egocentrismo. Se produce un desarrollo de la función simbólica, la capacidad para representar mentalmente imágenes visuales, auditivas o cenestésicas que

tienen alguna semejanza. La comprensión de identidades hace que las cosas siguen siendo iguales, aunque cambien de forma, tamaño o apariencia. Respecto a la comprensión de funciones, el niño comienza a establecer relaciones básicas entre dos hechos de manera general y vaga, no con absoluta precisión. Esto apunta a que su mundo ya es más predecible y ordenado, pero aún existen 26
características que hacen que el pensamiento pre operacional esté desprovisto de lógica.

3. DESARROLLO AFECTIVO SOCIAL:

Se va consolidando el sentido de autonomía. La capacidad para expresar sus necesidades y Pensamientos a través del lenguaje les ayuda a ser más "independientes". Los niños comienzan a jugar con parejas a esta edad, pero si consideramos que su pensamiento es muy egocéntrico, y que tienen dificultad para distinguir entre una acción física y la intención psicológica que hay
detrás de esa acción, podemos observar que estos juegos se producen junto a otros, no con otros. Si bien, a finales de la etapa comienzan a establecer relaciones de amistad verdadera, las relaciones fundamentales son con sus padres. Los niños absorben valores y actitudes de la cultura en la que los educan, generalmente con el padre del mismo sexo.

Se produce así en estos años, un proceso de tipificación sexual en el cual los niños van captando mensajes de la sociedad acerca de cómo se deben diferenciar niños y niñas. El niño va aprendiendo a través de la obediencia y el castigo, aprende a evaluar de acuerdo con las consecuencias y va formando sus primeros criterios morales.

4. DESARROLLO MOTRIZ:

Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo
tanto, elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico, el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades. Todos tenemos desarrolladas en alguna medida las cualidades motrices y físicas. Mediante el entrenamiento, su más alto grado de desarrollo, cuestionan la posibilidad 27 de poner en práctica cualquier actividad físico-deportiva. Además, en su conjunto, determinan la aptitud física de un individuo.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS

Pases: es la acción de entregar el balón a otro en la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria serán ascendentes, descendentes, parabólicos o a ras de suelo; y según su dirección, variarán en lateral, retrasados y en diagonal.

Conducción: es un gesto imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la

conducción y el tiro. Es necesario controlar la superficie de contacto con el balón, la suavidad del toque, la presión y el equilibrio de todo el cuerpo para conseguir la máxima eficacia. Puede ser con la planta del pie o con la punta.

Regate: se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón. El regate se puede realizar sin finta previa, con un cambio de ritmo brusco para desequilibrar al defensor y sortearlo sin que tenga tiempo para reaccionar, o bien, con finta previa, en el que el jugador que está en posesión del balón realiza el regate en función de la reacción que previamente tiene la defensa. Existen varios tipos de regate, como el de protección (acción de interponer el cuerpo entre la pelota y el oponente), el recorte (cambiar la pelota de una pierna a otra amagando el pase o tiro a puerta), el rastrillo (cambio de dirección de la pelota con la planta del pie), la bicicleta (pasar los pies alternadamente por encima de la pelota en movimiento o posición), entre otros.

Tiro a portería o remate: se refiere a la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitidas, en dirección a la portería contraria y con la finalidad de marcar un gol. Se puede tirar de diferentes formas:

- Punta: se usa para tirar con la máxima potencia o para hacer vaselinas.
- Interior: se usa para ajustar más el balón al lugar que el jugador quiere que vaya, de esta manera el tiro no irá tan rápido como cuando se tira de punta.
- Empeine: se realiza con la parte anterior del pie.
- Tacón: se usa para sorprender al portero. Se debe de tirar a distancias próximas, porque si se tira desde una distancia lejana es difícil llegar.
- Cabeza: se realiza generalmente cuando el balón se aproxima a una altura en la cual un contacto con el pie o pierna no es posible.

Control: es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior al juego. El control en parada es aquel en el que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad, pero aumentando la precisión en el manejo posterior del balón con la planta del pie. El control en semiparada es aquel en la que se ayuda a conseguir que el balón pierda parte de su valor inicial con el interior del pie. Y el control de amortiguamiento es el que sirve para controlar balones aéreos con trayectoria descendente; se produce una amortiguación de la aceleración con el que se llega a la pelota con el empeine.

GLOSARIO:

Futbol de salón: El fútbol salón es un tipo de adaptación o de variación al fútbol original, que además combina

elementos del balonmano y baloncesto, y cuya finalidad, es lograr anotar un gol en el marco del equipo contrario. Se juega en piso liso, y además los dos equipos se conforman de 5 jugadores.

Escuelas deportivas: Las Escuelas Deportivas son 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.

Armado de la pierna: Es el gesto de llevar la pierna hacia atrás que se realiza antes de un pase o golpeo al balón.
Ataque posicional o estático: Es el ataque que se realiza ante una defensa organizada.

Ataque rápido: Es el ataque que se realiza directamente del saque de portero o bien de robo del balón al atacante. La defensa suele estar desorganizada.

Automatizar un gesto técnico o un movimiento: Se dice que un gesto o movimiento está automatizado cuando para realizarlo no hay que pensarlo, sino que se hace de modo espontáneo.
Basculación: Es una acción que realiza el jugador de la banda contraria al balón para dar equilibrio al equipo. Puede ser ofensiva o defensiva.

Cancha: Pista de juego. Se suele decir 1/3 de cancha hasta 14 metros más o menos de nuestra portería; ½ cancha hasta la mitad; ¾ de cancha hasta 30 metros más o menos de nuestra portería.
Campo visual: Es toda la visión que alcanzamos a ver. Está condicionado por la posición u orientación del cuerpo y se divide en visión central y visión periférica.

Cobertura: Es la ayuda escalonada que se realiza a un compañero que puede ser desbordado por el adversario.

Control de la pelota: Manejo de la posesión del balón en función de unos criterios estratégicos (hacer correr, al contrario, provocar ansiedad en el rival, dejar correr el tiempo sin riesgo, etc.).

Control del juego: Cuando manejamos el ritmo, la velocidad y el tiempo de todos los aspectos que influyen en el partido.

Coordinación óculo-prédica: Es la coordinación entre la velocidad, distancia y dirección de nuestro compañero sin balón y la potencia y dirección que damos al balón para que le llegue en óptimas condiciones.

Defensa pasiva: Defensa que no presiona y espera el error del rival.

Defensa activa: Defensa que presiona el balón y provoca el error del rival.

Defensa cerrada: Defensa en 1/3 de pista y muy organizada.

Desmarque de apoyo: Movimiento sin balón que se hace para apoyar a nuestro compañero con balón.

Desmarque de ruptura: Movimiento sin balón que se hace para crear un espacio libre a nuestro compañero.

Dibujo del sistema: Es el dibujo del posicionamiento inicial del sistema elegido.

Finta: Gesto de engaño donde se amaga con ir hacia un lado y se cambia de dirección.

Frecuencia de tiro: Número de repeticiones de disparos que se realiza en un tiempo determinado.

Ganar el balón: Recuperar el balón.

Hacer sombra: Defender al atacante sin obstaculizarle. Prácticamente acompañándole.

Leer el juego: Interpretar en clave táctica lo que está ocurriendo en la cancha (posicionamiento y movimientos tanto del rival como de nuestros compañeros) para tomar la decisión más adecuada.

Línea de pase: Son todas aquellas posibilidades de pase reales existentes durante el juego, se ejecuten o no.

Líneas defensivas: Son imaginarias y están representadas por cada uno de nuestros defensores. Por ese motivo, si dos defensores están colocados horizontalmente (es decir a la misma altura), ocuparán una misma línea defensiva. La 1ª línea defensiva la representa nuestro defensor más avanzado y así sucesivamente hasta llegar a la última, el portero.

Movimientos sincronizados: Consisten en realizar dos o más movimientos simultáneos que persiguen un objetivo común.

Orientar el cuerpo: Colocar el cuerpo para obtener el máximo rendimiento en el objetivo que perseguimos (proteger el balón, dar un pase, realizar un disparo, etc).

Pasador: Jugador especializado en dar pases.

Pasillos laterales: Partes de la cancha más cercanas a las líneas laterales.

Permuta: Intercambio de posición entre dos jugadores.

Pisada: Gesto realizado con la planta del pie.

Precisión en el pase: Acierto en el pase.

Primer palo o poste: El poste o palo más cercano de donde está el balón.

Puntear el balón: Golpear el balón con la puntera.

Repliegue: Acción de retroceso a su cancha cuando se pierde el balón.

Segundo palo o poste: El poste o palo más alejado de donde está el balón.

Temporizar: Acción de retardar el ataque.

Velocidad de ejecución: Velocidad en el armado de la pierna o de cualquier parte del cuerpo necesario para la ejecución de un gesto técnico.

Ventaja o superioridad numérica: Tener mayor número de jugadores en una determinada acción o tiempo.

Ventaja posicional: Tener mejor posición u organización que el rival en una determinada acción o espacio.

Visión central: Parte de la visión donde ponemos el foco de atención. Suele ser nítida y despejada.

Visión periférica: Parte exterior de la visión. No suele ser nítida y a veces es casi intuitiva

7. ESTRUCTURA TEMATICA

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
MOTRÍZ	FUNCIONES MOTORAS BÁSICAS	CAPACIDADES COORDINATIVAS	Coordinación Básica	Caminar	I1- I2- I3
				Correr	
				Lanzar	
				Atrapar	
				Saltar	
			Coordinación General	Equilibrio	I1- I2- I3
				Ritmo	
				Anticipación	
				Orientación	
				Diferenciación	
			Coordinación Especial	Agilidad	I2- I3
				Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular)	
		FLEXIBILIDAD		Pasiva	I1- I2-I3
				Asistida	I1- I2-I3
				Resistida	I1- I2-I3
				Balística	I1- I2-I3
				Facilitación Neuromuscular Propioceptiva	F3
		CAPACIDADES CONDICIONALES	RESISTENCIA	Aeróbica	F3
				Anaeróbica	F3
			FUERZA	Adaptación anatómica	F3
				Fuerza Resistencia	F2 – F3
				Fuerza Máxima	F3
				Fuerza Explosiva	F2 – F3

				Fuerza Hipertrofia	
			VELOCIDAD	Traslación	**F2 – F3**
			Percepción y control del cuerpo		**I1**
			Equilibrio postural		**I2 – I3**
		ESQUEMA CORPORAL	**Estructuración espaciotemporal**		**I2**
			Lateralidad		**I2**
			Independencia segmentaria		**I2**

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
LENGUAJE EXPRESIVO CORPORAL Y AXIOLÓGICO	**COGNITIVO SOCIAL**	**FORMACIÓN EN VALORES**	**VALORES OLÍMPICOS**	Respeto	**I1- I2- I3**
				Excelencia	
				Amistad	
			VALORES PARALÍMPICOS	Coraje	
				Determinación	
				Inspiración	
				Igualdad	
			COMPONENTES VOLITIVO	Autoconfianza*	**I2**
				Autocuidado	
				Motivación*	
				Control Emocional*	
				Disciplina	
				Asertividad	**I2 - I3**
				Empatía	**I1- I2-I3 F1-F2-F3**
				Trabajo en equipo*	
				Responsabilidad	
				Liderazgo	**I3**
				Atención y concentración*	**F3**
LÚDICO Y RECREATIVO	**LÚDICO DEPORTIVO**	**ACTIVIDADES RÍTMICAS Y JUEGO**	**Formas jugadas**		**I1-I2**
			Pre-deportivos		**I2**
			Mini deportes		**I3**
			Deporte Especifico		**I3**

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
				Generalidades: reglas, estructuras, escenarios, balón, juzgamiento Salón	**I1- I2-I3**

HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	**FUNDAMENTOS TÉCNICO - TÁCTICOS**	**FUNDAMENTOS DE ATAQUE**	**INDIVIDUAL**	Exploración superficies de contacto corporales (pie, muslo, bajo vientre, pecho y cabeza)	**I1- I2- I3**
				Exploración zonas de contacto especificas del pie (planta, empeine, borde interno y externo, punta y taco).	**I1- I2-I3**
				Usar las superficies de contacto (amortiguar, desviar, pasar y rematar); (controlar, pasar y rematar)	**I1- I2-I3**
				Controles de balón: parada, semi parada, amortiguación, desviación	**I1- I2-I3**
				Pases según: potencia (distancia), intención (al pie o espacio), sentido (diagonal y paralelo) y altura	**I1- I2-I3**
				Utilización del balón en conducción, dribling (con y sin obstáculos).	**I1- I2-I3**
				Uso del balón con enfrentamiento: regate y finta	**I1- I2-I3**
				Remate o golpe al balón: posición de pie de apoyo, posición del cuerpo y zona de golpe a balón.	**I1- I2-I3**
				Tipos de remates: ras de piso, media altura y elevados).	**I1- I2-I3**
				Tiro a Puerta	**I1- I2-I3**
			COLECTIVO	Perfilaciones (cortas y largas); Coberturas (marcajes a distancia.	**I1- I2-I3**
				Rotaciones posicionales (contramarca, pivotes y/o fintas).	**I1- I2-I3**
				Rotaciones esquemáticas (según figuras o sistemas).	
				Manejo de ataque y defensa (con y sin oposición)	

				Ejecución de ataque y defensa en: inferioridad y superioridad numérica.	**I1- I2-I3**
				Pases ; Duelos 1 vs. 1.	
				Demarcación; Manejo de la pared.	
				Cambio de Posiciones	
				Sistema de juego en ataque (posicional, transición o de presión).	
		FUNDAMENTOS DE DEFENSA	**INDIVIDUAL**	Equilibrio del cuerpo frente a saltos a cabecear consecutivos.	
				Estabilidad frente al choque o carga del rival.	
				Dominio del balón con oposición (postura corporal de protección del balón; brazos extendidos y oponer el cuerpo entre el rival y el balón).	
				Balance corporal frente al duelo 1 vs. 1.	
				Correr sin perder de vista el balón y sin perder el desplazamiento	
				Juego Posicional	
				Juego de Perturbación	

7.1 ESTRUCTURA POR NIVELES

Para garantizar un proceso lógico de desarrollo en las Escuelas Deportivas, se han definido 2 niveles (iniciación y fundamentación), de acuerdo a la edad cronológica de los participantes, el desarrollo motriz y los contenidos y procesos pedagógicos - técnicos:

NIVEL DE INICIACION: Se incidirá en el desarrollo motor en todos los deportes para todos los participantes, mejorando su esquema corporal, utilizando y reforzando sus patrones básicos de movimiento, desarrollando sus cualidades y habilidades motoras a través de juegos pre – deportivos.

I1: Dirigido a niños y niñas entre 6 a 8 años.

I2: Dirigido a niños y niñas entre 9 a 12 años

I3: Dirigido a niños y niñas entre 13 a 17 años

NIVEL DE FUNDAMENTACION DEPORTIVA: Se busca una fijación y mecanización de los gestos deportivos, con incidencia en la parte técnica, se da inicio a principios elementales de preparación física y manejo de reglamentación, el fortalecimiento del dominio de los gestos técnicos y tácticos del deporte son más relevantes.

F1: Dirigido a niños y niñas entre 7 a 9 años.
F2: Dirigido a niños y niñas entre 10 a 12 años
F3: Dirigido a niños y niñas entre 13 a 17 años

CATEGORIA INICIACIÓN (6 a 17 años)

El juego en iniciación puede emplearse como un medio de disfrute y de relación. La relación a través de los juegos progresa en este ciclo mediante el respeto de sus normas, la aceptación de los otros, con independencia de su carácter personal o social, y reconociendo el hecho de ganar o perder y la oposición como elementos propios del juego. Es importante insistir en los contenidos de los juegos y comenzar el trabajo de las actividades de iniciación deportiva adaptadas a su edad, teniendo las mismas un carácter más multifuncional y de recreación que de aprendizaje de una disciplina deportiva concreta.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar habilidades psicomotrices para niños(as) de 6 a 17 años de la escuela de futbol de salón en la Provincia de Oriente mediante actividades deportivas y recreativas que incentiven al aprendizaje de los principios axiológicos aplicables al deporte.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Afianzar la práctica del futbol de salón como un medio para el mejoramiento de la calidad de vida de los participantes.
2. Enseñar los fundamentos técnicos y tácticos básicos del futbol de salón mediante juegos y formas jugadas para niños(as) de 6 a 17 años.
3. Desarrollar actividades deportivas y recreativas como herramienta formativa en valores para una sociedad más humana e influyente.

METODOLOGÍA

Recordemos que en esta etapa es fundamental incidir especialmente en la coordinación psicomotriz, utilizando el juego como motor central en las sesiones de entrenamiento. El desarrollo de cada sesión comprenderá de actividades lúdicas, formas jugadas y pre deportivos los cuales contribuirán a niveles bajos de estrés, algo indispensable para que el estímulo dado en cada ejercicio tenga una respuesta positiva por parte de los niños en su comprensión y ejecución. En la parte técnica se aplicará un estímulo conjunto a través de la ejemplificación dado por el profesor o un deportista hacia el ejercicio que se busca desarrollar en cada sesión de entrenamiento, en determinado caso si es necesario se realizara corrección del gesto técnico ejecutado buscando siempre el avance en la mejora de este.

Se utilizarán materiales llamativos para el desarrollo de la psicomotriz como bombas, escaleras de coordinación, lazos, aros, conos, palos o bastones y se desarrollarán a partir de las indicaciones dadas por el profesor mediante señales y sonidos en donde los niños deberán estar atentos y concentrados para ejecutar la actividad de la manera óptima generando un aprendizaje significativo.

CATEGORIA FUNDAMENTACIÓN (7 a 17 años)

En esta etapa se desarrolla la técnica adecuada del futbol de salón a partir de los fundamentos básicos. Estos fundamentos comprenden el conjunto de habilidades técnicas de carácter individual que nos permiten desarrollar el juego.

OBJETIVO GENERAL

Mejorar las capacidades coordinativas y las capacidades condicionales con base a las fundamentos técnicos y tácticos del futbol de salón en niños(as) de 9 a 12 años de la Provincia de Oriente a partir de actividades deportivas y recreativas que incentiven al aprendizaje de los principios axiológicos aplicables al deporte.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Realizar actividades aeróbicas y anaeróbicas para la mejora de la condición física y las capacidades coordinativas específicas del futbol de salón.
2. Fomentar actividades técnico-tácticas de juego en equipo para mejorar el rendimiento deportivo de los niños(as) de la escuela.

3. Establecer actividades deportivas y recreativas contribuyendo positivamente en las relaciones interpersonales y colectivas como finalidad del propio juego.

METODOLOGÍA

Para dar una continuidad al trabajo anterior (objetivos y contenidos en la categoría de iniciación) se empleará un proceso secuencial el cual dará cabida a la categoría de Formación, situada en la franja que comprende las edades de 9 y 12 años. En esta categoría debemos incidir en dar continuidad al desarrollo de las capacidades coordinativas específicas del fútbol sala dentro de un contenido concreto: el trabajo individual como grupal, aportando de nuevos y variados elementos técnicos, generando actividades simplificadas para así alcanzar un aprendizaje más complejo de cada fundamento, de este modo la formación se instruirá específica a cada uno los fundamentos técnico- tácticos; posteriormente, cada uno de los fundamentos se combinaran de manera global mediante juegos aplicados al futbol de salón cabe destacar que en cada actividad o ejercicio se abordarán algunos principios axiológicos.

En la anterior etapa el juego era el motor central de las sesiones, en la etapa de formación no debe dejar de serlo; aunque los juegos sean menos generales y más dirigidos hacía elementos de percepción y decisión en un contexto de ataque y defensa creando la idea para iniciar el juego de equipo e individual. De manera inmersa se realizarán trabajos físicos con el fin de favorecer las capacidades condicionales, poniéndose de manifiesto en mayor medida que en la etapa anterior, siendo el punto de inicio del trabajo físico sistemático que nos servirá de base para las siguientes categorías.

8. METODOLOGIA

Este plan pedagógico se fundamenta en la teoría constructivista, donde dice que el aprendizaje se basa principalmente en la construcción del conocimiento, orientado por el profesor mediante condiciones óptimas las cuales el alumno va generando sus saberes de manera constate y progresiva durante el proceso de formación. De esta manera, se toma la importancia de la construcción innovadora de cada deportista en diferentes contextos y entornos deportivos los cuales favorecerán el desarrollo motriz y cognitivo a partir del futbol de salón.

La metodología que se vinculan dentro de la propuesta para la formación deportiva se debe tener en cuenta en el sistema de desempeño del entrenamiento, parámetros de la técnica de cada fundamento, rendimiento físico y desempeño táctico visibles dentro del desarrollo deportivo durante cada sesión.

El instructor deportivo, deberá basar su lineamiento de trabajo y la construcción de los planes mensuales y diarios dentro de la ejecución del proyecto. A partir de unos ejes se deben orientar los procesos que se va a desarrollar en la disciplina

del futbol de salón. Para esto el instructor tendrá las capacidades de determinar los planes macro ciclos, meso ciclos y micro ciclos que crea conveniente según el proceso que se pretende desarrollar. Teniendo en cuenta que será obligatorio, generar un diagnóstico al comienzo de las sesiones, con el fin de evaluar las habilidades adquiridas previamente por los beneficiarios y concluir que tipo de proceso se debe desarrollar de acuerdo con los inscritos.

Adoptaremos un enfoque de descubrimiento guiado; el alumno o deportista se le pone en una situación problemática que le plantee dudas y, éste tiene que llevarle a preguntar, deducir cuestiones relacionadas con la situación, el contexto, la actividad, el ejercicio, etc. Hasta encontrar la solución más eficaz. Es decir, el descubrimiento guiado supone guiar el descubrimiento del alumno o deportista hacia una solución. Hay un problema y una solución que queremos que aprenda de forma específica. Fomentando el desarrollo cognitivo y motriz mediante un aprendizaje constructivo y significativo el cual contribuirá en su creatividad y toma de decisiones.

9. COMPONENTES BASICOS A FORTALECER

El programa Escuelas de Formación Deportiva, debería fundamentar las orientaciones del enfoque de competencias de manera trasversal, implementado el desarrollo de estas en toda la oferta desde la línea de deportes.

Esta tabla muestra los componentes básicos que se buscan fortalecer a los deportistas de las Escuelas de Formación Deportiva, se pueden adaptar estas mismas, y buscar complementarlas en sus planes pedagógicos, para que estas sean aplicadas por los formadores, gestores, y todo el personal que tenga que ver con el proceso formativo, Allí se fortalecerá a cada uno de los deportistas en cada una de estas competencias.

Tabla 2 Conceptos de enfoque por componente

Componentes a Fortalecer	Fundamento

Básicas Área de Educación Física, recreación y deporte	Teniendo en cuenta el documento de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte, el cual busca desarrollar y fortalecer las siguientes competencias específicas: **Motriz:** En esta competencia se desarrollará la comprensión y conocimiento del desarrollo del cuerpo, elementos perceptivos motrices, las condiciones motrices, los patrones básicos de movimiento, las habilidades y capacidades físicas, condición física, técnicas de movimiento, ubicación temporo-espacial, lenguaje corporal y motriz. **Expresiva Corporal** Esta competencia comprende el desarrollo del lenguaje expresivo delcuerpo, la exteriorización y comunicación de emociones, actitudes y gestos,expresión corporal, habilidades y destrezas para el control y límite de sus emociones y su relación con el movimiento desde las diferentes formas expresivas de manera autónoma y la progresión de su corporeidad. **Axiológica Corporal** El fortalecimiento de esta competencia se orienta a la búsqueda de reconocer y valorar el cuerpo en su relación desde una perspectiva individual y grupal, al cuidado de sí mismo e interacción social, hábitos de higiene, salud, alimentación, y el conocimiento de los cuidados del cuerpo,los valores en el uso de su cuerpo, actitudes y comportamientos para preservar la vida, el conocimiento de las normas y sus consecuencias y suaporte a la construcción de sí mismo y su proyecto de vida personal.
Axiológico	Se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes por medio de la irradiación de los valores olímpicos: la excelencia, el respeto y la amistad y los valores paralímpicos: el coraje, la determinación, la igualdad, y la inspiración.
Volitivo	Por medio del componente socioemocional se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes el desarrollo de habilidades sociales mediante el aprendizaje orientado a la acción, permitiéndole expresarse de manera racional, libre y consiente, procurando auto regular positivamente su conducta de forma motivacional mejorando sus relaciones intra e interpersonales y comunicación asertiva. los componentes de compromiso, la efectividad,la flexibilidad, el seguimiento de normas y la resolución de conflictos en el desarrollo de habilidades sociales de Autoestima y Autoconfianza, Trabajoen equipo y Liderazgo.

Fuente: Construcción propia (Hibrido modelo TEC)

10. ENFOQUE AXIOLOGICO

10.1. Valores Olímpicos

Estos los podemos definir como aquellos que constituyen el "fundamento sobre el Movimiento Olímpico ya que combinan el deporte, la cultura y la educación para el perfeccionamiento de los seres humanos", dichos valores están basados en el esfuerzo y no el resultado.

Los tres valores que se consideran son Excelencia, Respeto y Amistad que se definen así:

- **Excelencia:** consiste "en dar lo mejor de uno, en el campo de juego y en su vida personal y profesional". Hace referencia al esfuerzo para ser lo mejor que podamos en todo lo que hacemos. (Citius, Altius, Fortius)".
- **Respeto:** Hace referencia a la valoración de uno mismo, de su cuerpo, y de los demás, al cumplimiento de las normas y la ética profesional, respeto al deporte y respeto por su entorno. Lo que se resume en el lema "Juego Limpio para todos (Fair Play)".
- **Amistad:** Este valor procura establecer lazos de afecto con compañeros y adversarios, empleando el deporte como herramienta de entendimiento para la integración y comprensión mutua entre las personas. Lo que se resume en el lema: "la amistad aporta a la construcción de un mundo mejor y más pacífico a través del deporte".

10.2 Valores Paralímpicos.

- **Coraje:** Nos impulsa a hacer lo que creemos que es correcto. Es un valor y también la habilidad de enfrentar el dolor, el sufrimiento, el miedo, el peligro, la incertidumbre y la intimidación, el coraje es el que nos da la fuerza para luchar contra el dolor y el sufrimiento físico, el coraje nos da la fuerza para hacer lo correcto contra la vergüenza, la deshonra y el desánimo.
- **Determinación:** Nos da confianza y nos hace creer en nosotros y nos ayuda a continuar haciendo lo mejor que podemos, incluso cuando la situación es difícil. Este valor ayuda a tomar una decisión centrándose en los objetivos.
- **Igualdad:** Hace que todos sean iguales y tratados por igual. Es el valor y la calidad de ser el mismo en cantidad o medida, valor o status, asegurando imparcialidad, oportunidades y tratamientos iguales para todos sin mirar a religión, etnia, raza, sexo, edad y sin ninguna discriminación, prejuicio, desigualdad y deslealtad.
- **Inspiración:** Es la motivación por ser mejores y buscar una fuente que nos permita seguir aprendiendo constantemente de otros.

11.ENFOQUE VOLITIVO

Habilidades Sociales

- **Autoestima y Autoconfianza:** La autoestima es un conjunto de pensamientos, percepciones y evaluaciones que hacemos de nosotros mismos, a la vez está influenciada por las creencias que tenemosacerca de nuestras propias competencias y habilidades (auto concepto), que se construyen a través de la interpretación de las experiencias propias y de los roles que desempeñamos en sociedad (autoimagen). Mediante este proceso de autoconocimiento, las emociones juegan un papel crucial en la construcción de estas percepciones, pensamientos y/o creencias acerca de nosotros mismos.
- De igual manera, la autoconfianza o confianza en uno mismo es esencial para desenvolvernos en la vida.La confianza en uno mismo, es clave para la toma de decisiones y para todo lo que conlleva. Una personaque confía en sí misma y en sus posibilidades, no dudará a la hora de tomar diferentes caminos, de enfrentarse a problemas y de relacionarse con los demás, tendrá su propio criterio y será capaz de no dejarse llevar.

- **Trabajo en Equipo:** El trabajo en equipo es una manera de articular actividades de un grupo de personasentorno a conjunto de metas y objetivos a alcanzar, el trabajo en equipo implica interdependencia activa entre las personas de un grupo que asumen y comparten un objetivo común, haciendo que se genere la interacción, la colaboración y la solidaridad entre ellos.

- **Liderazgo:** El Liderazgo es entendido como el conjunto de habilidades que hacen que una persona sea apta para ejercer tareas, es decir, es la función que ocupa una persona que se distingue del resto y es capaz de tomar decisiones acertadas para el equipo u organización que preceda, inspirando al resto de los que participan de ese grupo a alcanzar una meta común. Para ser líder se necesita del apoyo de sus seguidores y son ellos que notando las aptitudes y actitudes de una persona líder lo escogen para guiarlos.
- Las habilidades de un líder implican tener valores como el respeto, la excelencia, la igualdad y la determinación con el fin de aportar positivamente incentivando a los miembros de un equipo para trabajar por un objetivo común

- **Expresión de Emociones:** La Expresión de Emociones es la capacidad de reconocer y manifestar los sentimientos y necesidades propias, respetando al otro. Por lo anterior, se hace necesario aprender a reconocer los propios sentimientos, las necesidades, deseos, motivaciones, a las personas, las situaciones y pensamientos que causan las emociones y las consecuencias que nos provocan y cómo nos afectan.

- **Relaciones Interpersonales:** Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre las personas integrantes de una comunidad, que resultan indispensables para el desarrollo integral del ser humano, y en especial el valor de la amistad, inspiración y valor. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir la vida, perspectivas, necesidades y afectos donde entra en juego la interacción con el entorno.

- **Comunicación Asertiva:** La comunicación asertiva es la manera de comunicarnos de una forma clara y concisa en un momento oportuno haciendo valer nuestro punto de vista sin llegar a comportamientos pasivos o agresivos con las demás personas, siendo la habilidad que tenemos para transmitir los sentimientos, creencias y

opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismotiempo respetando los derechos de los demás.

12. CRITERIOS DE EVALUACION

Los Formadores Deben desarrollar criterios de evaluación, periódicos a los deportistas, para poder medir suscapacidades, técnicas, tácticas, físicas, psicológicas, para lo cual es necesario aplicar;

Test deportivo

Festivales al Interior de la Escuela Deportiva.

(Aquí debe señalar cual y como va aplicar la evaluación al grupo de formación deportiva).

13. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Medellín construye un sueño maestro: Expedición currículo plan de área de Educación Física Recreación y Deportes. Medellín.
- Documento No. 15 Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. MEN https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf
- Delgado, M.A. (1993). Las Tareas en la Educación Física para Enseñanza Primaria. En A.A.VV. Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria. Vol. 1. INDE. Barcelona.
- Vygotsky, González, (1989). Estados de ánimo.
- Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte Dirección de Culturas Recreativas y Deportivas Subdirección de Política y Fomento; El deporte, la recreación y la actividad física incluyente, equitativa y no segregada (2015);34
- Wikipedia enciclopedia libre. Futbol de salón, Extraído el 30 de julio de 2020.
- Peña Amado M, Cobo Agirregomezkorta A, Oiartzabal Herrasti I., Proceso de enseñanza – aprendizaje del futsal. (2007). Gipuzkoako Foru Aldundia.
- Ministerio de educación, extraído el 30 de julio de 2020. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles340033archivo.pdf.Orientaciones.EduFisicaRecDeporte.pdf
- Instituto Distrital De Recreación y Deporte IDRD. Tiempo Escolar Complementario, Componente Pedagógico. (2019).
- La Recreación: necesidad y oportunidad para el desarrollo humano desde y para las comunidades. https://www.efdeportes.com/efd160/la-recreacion-desarrollo-humano-para-comunidades.htm
- http://jbgeducafisica.blogspot.com/2013/10/estilos-de-ensenanza-aplicados-la.html
- https://olympians.org/woa/olympism/?langid=3

- https://www.paralympic.org/es/ipc/who-we-are
- https://www.efdeportes.com/efd110/los-estados-de-animo-en-el-deporte.htm
- https://es.wikipedia.org/wiki/Historia_del_f%C3%BAtbol
- https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/20088/16971
- http://www.amfutsal.com.py/files/2/Reglas_AMF_2018.pdf
- https://futbolsalainfo.weebly.com/fundamentos-de-futsal.html