

Un vacacional de fútbol

Un vacacional de fútbol es tiempo libre de vacaciones que un niño o una niña **invierten** en hacer actividad física y deporte. En resumen, una parte importante de sus vacaciones, en lugar de estar **inactivos**, van a estar **muy ocupados** en acciones que influyen directamente en su desarrollo y salud tanto física como mental.

Después de la bienvenida y el saludo diario al llegar al campo deportivo, los niños hacen un **precalentamiento** con el objeto de ir progresivamente adaptando todos sus sistemas para la clase de fútbol que siempre implica una exigencia física con un buen grado de concentración y atención.

Ejercicios como el **pase del balón** a un compañero mejorando la dirección del pase, corrigiendo la técnica adecuada, **contactando** el balón con el borde interno en lugar de pegarle con la punta del pie hace que el aprendiz vaya encontrando ese placer de colocar un pase donde quiere y en la dirección correcta

Conducir el balón a diferentes ritmos de velocidad, con obstáculos es una oportunidad única de desarrollar la coordinación y el equilibrio

Parar el balón con varias superficies como, los muslos, el empeine, la planta del pie, el pecho etc. hace que el placer de jugar con ese objeto redondo y esquivo sea más placentero y tenga mayor sentido.

Los pre deportivos grupales tales como el fútbol mano que incentivan la visión periférica y la ubicación espacial, ejercicios uno contra uno o dos contra uno que incentivan el sentido de la competencia y la colaboración con el equipo.

Hace ya muchos años desde que comenzamos en la enseñanza de este maravilloso deporte. Las circunstancias han cambiado dramáticamente. Anteriormente de cada 10 niños que llegaban a nuestra escuela de fútbol solo tres tenían problemas con su coordinación motora. Hoy la proporción se invierte, solo 3 de cada 10 niños llegan con una buena coordinación motriz. Los niños de hoy tienen menos posibilidades de experimentar movimientos libres desde las primeras etapas de su desarrollo. Adquieren una gran capacidad de mover los dedos de sus manos, pero una muy limitada capacidad de controlar los movimientos de su cuerpo como un todo. Observamos en ellos algunos problemas para comunicarse, como para entender ordenes simples de ubicación espacial y tareas relacionadas con ejercicios a realizar.

Lo que muchos padres desconocen es que la práctica de la actividad física **desarrolla también la inteligencia** del ser humano. La actividad deportiva en etapas tempranas crea las bases de un individuo más saludable en el futuro, física y mentalmente.

Uno de los males de los tiempos modernos es que estamos observando en niños y niñas enfermedades que antes solo se daban en personas adultas, quien podría imaginar que crecería el número de casos de diabetes y obesidad en infantes cuya causa principal viene de sus hábitos alimenticios y falta de ejercicio.

Con un vacacional empezamos nuestra Escuela de Fútbol en el año 1983. Ya hemos tenido un largo recorrido y experiencia. Sabemos basados en nuestra vivencia de trabajo que no es bueno para los niños permanecer inactivos, sedentarios. No hay nada más gratificante que ver como un alumno

aprende nuevas destrezas y como esto incide en su personalidad, mejorando su autoconfianza, su autoestima.

Los vacacionales son una gran oportunidad para estimular la fantasía de los niños, cada día aprovechamos para organizar el partido con que finaliza la clase, los mini torneos con premiación, las competencias técnicas. Los chicos viven intensamente estas competencias pues para ellos son verdaderos retos donde tratan de dar su mejor esfuerzo sin presiones ni apuros innecesarios.

En cada vacacional conocemos nuevos alumnos y compartimos con algunos ya conocidos. Para nosotros es un placer recibirlos para brindarles nuestra experiencia y conocimiento, aprendiendo también de cada uno. Para los participantes también es una oportunidad de relacionarse con nuevos amigos que a veces perduran. Entre ellos aprenden unos de otros, se aportan, se animan, discuten, pero por sobre todo adquieren conceptos que solo a través del deporte se viven: El sentido de colaboración, trabajo en equipo, aprender a perder con altura, aprender a ganar, respetar al contrario y felicitarlo por su esfuerzo.

Sea esta una oportunidad para agradecer a todas las familias que han depositado su confianza en nuestro trabajo durante tantos años y esperamos haberles correspondido con profesionalismo.

Alejandro Brand