MR3 Football

Latidos de fútbol

Powered by MR3 fashion

MR3 FOOTBALL ACADEMY

1. SOBRE MR3 FOOTBALL

MR3 Football es un proyecto fundado en el año 2020 por Manuel Rubio, ex-futbolista profesional y parte del equipo de Marketing de Nike China, con la misión de construir una plataforma para el desarrollo del fútbol y el crecimiento de las personas que lo componen, asegurando que todos y todas tienen las mismas oportunidades de acceso.

Nuestra visión es que a través del fútbol, es posible formar personas completas, que tengan más opciones de prosperar en el futuro, bien sea en el fútbol, en su desarrollo académico, o en su desempeño profesional. Por ello nuestra metodología formativa se construye en base a estos pilares: fútbol y estudios; y se complementa con lo que consideramos una obligación, la formación en valores para construir buenas personas.

En solo dos años hemos incorporado partners del nivel de la UCAM, WLE group, Playball Agency, TYM Psicologia, y hemos lanzado proyectos presenciales y digitales en más de 10 países en el mundo.

2. NUESTRA METODOLOGIA

La metodología MR3 es un modelo formativo innovador, donde la formación del jugador gira en torno a tres ejes indisociables: fútbol, formación académica, y valores. Consiste en entender al joven jugador como una persona íntegra, a la que además de lo que ocurre en un terreno de juego, afectan muchas otras variables - psicosociales, demográficas, emocionales, comportamentales, etc.-, que se establecen igualmente como clave a la hora de superar con éxito las distintas etapas formativas y conseguir un desarrollo pleno de la persona.

Su carácter holístico hace que se configure como una metodología poli metódica que se inspira e integra metodologías de éxito en la formación de fútbol base - “periodización táctica” de Vitor Frade, el “entrenamiento estructurado” de Paco Seirulo, y modelos formativos como el del Villareal CF, Ajax de Amsterdam o FCB - formación académica y valores humanos.

2.1 Principios fundamentales de la metodología MR3

- MR3 busca aprovechar la ilusión y la motivación de los jóvenes a través del fútbol, la predisposición natural al aprendizaje, esas ganas de mejorar, para llevar a cabo su misión fundamental: formar personas integrales que en el futuro se integren con éxito en la sociedad.

- MR3 configura su metodología formativa con una serie de características: multidimensional (no solo enseñamos a un niño a ser mejor lateral derecho, sino que también se le enseña a comer mejor, a ser más fuerte psicológicamente, a organizarse su tiempo, a aprender a aprender, a descubrir la importancia del auto-aprendizaje, a crear redes de soporte emocional, a crear hábitos, a concienciarse de la importancia de viajar y conocer otras culturas, etc.), secuencial y progresiva (cada grupo de edad tiene distintos objetivos formativos, y el tono e intensidad es variable y adaptable), profesional (búsqueda continua de la excelencia en todo lo que hacemos), adaptativa (porque no hay dos personas iguales, la formación es individualizada), solidaria (porque MR3 no tiene ánimo de lucro, y busca democratizar un modelo formativo propio, hacerlo accesible, invertir en desarrollo social, y en definitiva, contribuir a construir un mundo mejor a través del deporte)

- La metodología MR3 utiliza el fútbol como vehículo para equipar al jugador con aquellas competencias clave que han sido identificadas por la evidencia científica como factores clave del éxito, y que son de aplicación no solo en el fútbol, sino en la carrera académica, profesional, y en la vida personal de los seres humanos. Algunos ejemplos de estas competencias son: resiliencia, organización del tiempo y adopción de rutinas y hábitos, relaciones interpersonales, formación continua, curiosidad, etc.

- La metodología MR3 se vale del fútbol para enseñar valores. Respeto, disciplina, compañerismo, empatía, sacrificio, etc. se configuran como clave a la hora de formar personas íntegras.

- La metodología MR3 identifica, por grupos de edad, cuáles son los OCDs (objetivos clave del aprendizaje), y a través de sus distintos programas, y siempre con el deporte como hilo conductor, se esfuerza porque sus jugadores dominen todos esos aspectos clave para su desarrollo. Como ejemplo, un niño de 6 años debe disfrutar del juego, evolucionar aspectos técnicos sencillos, conocer la táctica a nivel básico, reforzar su autoestima y crear núcleos de soporte emocional, aprender de forma amena rutinas simples que le ayuden a disfrutar, aprender a definir objetivos, dieta saludable, etc. (esto me lo he inventado, es un ejemplo). Pues bien, los programas MR3 para niños de esta edad incluyen formación adaptada e inciden en todos estos puntos considerados OCDs clave para niños de 6 años.

- La metodología MR3, hace propios sus principios, y siempre está en continua evolución y mejora. Observa de los mejores, se rodea de los mejores, y busca dar un servicio profesional y de alto nivel, para ayudar a los niños en su camino al fútbol profesional y/o a las mejores universidades.

2.2 La importancia de los valores para MR3

El crecimiento personal es importante para todos los niños. Por ejemplo, el entrenador, es el modelo a seguir y el líder de opinión entre tus jugadores. Por tanto, la forma en que se presenta, inspira y se comunican con los niños y los padres es muy importante. También desempeña un papel fundamental en el desarrollo de los jóvenes, y esa responsabilidad requiere un conjunto de habilidades que la mayoría de los entrenadores siempre ignoran.

¿Sabéis que es posible inculcar valores a los jugadores a través del entrenamiento que diseñamos? ¿Sabéis que las competencias básicas para el éxito futuro de los jóvenes han sido identificadas y validadas científicamente? Probablemente nunca lo hayáis pensado.

Como padres, ¿sabías que el éxito de vuestros hijos estará directamente correlacionado con el apoyo que encuentren en vosotros? La forma en que habláis, actuáis y juzgas influirá significativamente en el comportamiento y la reacción de vuestros hijos adolescentes.
Mantenerse alejado de las discusiones y peleas y construir un patrón de interacción positivo entre padres e hijos ayudará a los jóvenes a ser más fuertes y resistentes y, por tanto, a tener más éxito.

En general, el área de crecimiento personal de MR3 cuenta con un equipo de destacados psicólogos, terapeutas familiares y consejeros juveniles para proporcionar orientación y

contenidos profesionales. Paralelamente, ofreceremos cursos a través de nuestra plataforma digital, por ejemplo, desarrollo psicológico infantil combinado con entrenamiento de fútbol, entrenamiento de fútbol con cultivo de valores, cursos de apoyo a los padres y gestión de las emociones de los jóvenes. También ofreceremos talleres en línea para padres o entrenadores, en los que se compartirán habilidades de comunicación con los adolescentes, con el fin de ayudarles a mejorar la comunicación con ellos.

3. SOBRE LATIDOS DE FÚTBOL

Latidos de fútbol es un proyecto que, al igual que MR3 Football, tiene como objetivo el contribuir al desarrollo social a través del deporte, en este caso, a través de un plan de intervención dirigido a las familias, entendiendo estas como núcleo fundamental de crecimiento personal del niñx o adolescente.

3.1 ¿Cómo lo hacemos?

Nosotros, Asociación Manuel Rubio. Deporte, formación y desarrollo igualitario, creemos firmemente en una sociedad mejor, y confiamos ciegamente en su mejora con las herramientas adecuadas. En nuestro caso, utilizamos el fútbol para llegar a todas las familias, con especial interés en aquellos colectivos vulnerables y/o en riesgo de exclusión, y lanzar un programa de intervención omnicanal que incluya:

- ➢ Entrenamientos personalizados integrales para los más pequeños de la familia, donde nuestros expertos realizan una labor importante de guía y refuerzo, no sólo enfocándose en el aspecto deportivo o futbolístico, sino que asesoramos y apoyamos en otras áreas que consideramos muy importantes como la **nutrición y la buena alimentación**, la **formación académica**, y los **valores**, promoviendo siempre como premisa el desarrollo igualitario, y que todos tengan las mismas oportunidades.
- ➢ Por otro lado, entendemos que debemos ir al compás de la sociedad en cuanto a innovación y progreso, por ello ponemos a disposición de los adultos de la familia nuestra plataforma digital, donde a través de nuestras sesiones formativas con expertos en diferentes materias, podemos ayudar a todos los miembros de la familia en aspectos relacionados con nutrición, la familia, los niños y su desarrollo.

3.2 ¿Por qué son importantes los entrenamientos omnicanal??

Los programas de entrenamiento integral omnicanal son planes de entrenamiento intensivo, complementario e individualizados en los que el jugador, con el apoyo de un cuerpo técnico multidisciplinario a su disposición, busca perfeccionar ciertos aspectos del juego -adaptados a su edad y situación- siguiendo para ello un plan concreto de acción, así como recibir formación y entrenamiento adicional en otros ámbitos no necesariamente deportivos, pero que afectan de igual manera a su rendimiento como jugador y desarrollo como ser humano.

La estructura del programa y su metodología formativa favorecen la adquisición de competencias blandas de demostrada efectividad en distintos ámbitos del desarrollo: organización del tiempo, resiliencia, orientación a objetivos, disciplina, perseverancia, etc.

3.3 ¿Cuáles son los objetivos del entrenamiento omnicanal??

Al tratarse de programas individualizados, los objetivos pueden variar según cada jugador. La evaluación inicial al inicio del programa determinará la composición detallada del plan de entrenamiento de alto rendimiento.
De forma generalizada, los distintos objetivos que se persiguen pueden agruparse de la siguiente manera:

- ➢ Objetivos de mejora de variables del juego: se agrupan en este bloque el trabajo específico de aspectos técnicos, tácticos, físicos, psicológicos, nutricionales
- ➢ Objetivos de adquisición de competencias clave: habilidades blandas, valores y competencias según los grupos de edad.
- ➢ Objetivos de mejora del proceso de aprendizaje.
- ➢ Además de los objetivos de mejora a corto plazo previstos en los planes de entrenamiento alto rendimiento, el jugador y la familia deben ser conscientes de la necesidad de establecer horizontes temporales de mayor amplitud para la asimilación y visualización de resultados de otras áreas de formación, especialmente las relacionadas con habilidades blandas, competencias y valores.

3.4 Nuestro programa

De duración semestral, consiste en un entrenamiento semanal para los niños, donde cada semana se irán reforzando de manera casi individualizada las áreas y aspectos a mejorar por parte de cada niño, y donde cada mes se irán ofreciendo diferentes sesiones formativas a través de nuestra plataforma digital, ofrecidas por diferentes expertos en las materias que tratemos.

- ➢ Reunión inicial con padres, tutores y entrenadores (si los tienen) de los niños, donde elaborar un plan de acción basado en los aspectos que se consideren a mejorar por parte de todas las partes.
- ➢ Entrenamientos de una hora en grupos de 4 niños máximo por entrenador y un día a la semana. En lunes o martes, para que no coincidan con otros entrenamientos o actividades extraescolares de los niños.
- ➢ Actividades para realizar en casa durante la semana, que refuercen los vínculos familiares y que potencien el valor social que intentamos inculcar en los niños.
- ➢ Evaluación mensual de la progresión de los niños, compartida con padres y tutores, con la intención de entre todos ayudar en el progreso de los niños.
- ➢ Sesiones formativas a través de nuestra plataforma digital, una vez al mes, y en horario de tarde donde los padres tengan más facilidad para asistir. Esas sesiones posteriormente se compartirían con todos los padres que no pudieran asistir

3.5 Nuestra experiencia

A través de nuestra entidad ejecutiva MR3 Football Academy, y en colaboración con la fundación Smiles de China, llevamos más de un año ayudando a jóvenes chinos en riesgo de exclusión a través del deporte, expandiendo cada vez más nuestro radio de acción, con el objetivo de llegar al máximo número de jóvenes posible.

4. ¿POR QUÉ LATIDOS DE FÚTBOL?

Desde hace varias décadas, los estudios sobre la adolescencia reafirman a la etapa de entrada en la adolescencia y la pubertad, como una etapa clave en el desarrollo y cambio en los jóvenes, así como una etapa de inicio de conflictos familiares y sociales.

En esta etapa se produce la integración en la sociedad a través del grupo y la consolidación de la identidad.

Asimismo, numerosos estudios concluyen en la importancia del entorno social como factor clave para su correcto desarrollo Y es que el apoyo social se constituye como factor de protección en el bienestar del adolescente, ya que brinda apoyo emocional, material e informacional, los cuales generan recursos de apoyo valiosos para enfrentar las situaciones de riesgo que se pueden presentar en esta etapa del ciclo de vida.

Además, si nos centramos en el aspecto nutricional, la importancia de una correcta alimentación en esta etapa, marcará el futuro de la mayoría de estos jóvenes.

Entre los años 1998 y 2000 se llevó a cabo el estudio EnKid, que recoge los hábitos alimentarios de los adolescentes. Según este estudio, los adolescentes, considerados como el grupo de población entre 12 y 18 años, tienen unas preferencias alimentarias muy marcadas y, en cierta medida, bastante alejadas de los patrones dietéticos más saludables para esta franja de edad. Los problemas de salud que se derivan de toda esta serie de errores dietéticos son diversos. Si se instauran estos hábitos dietéticos incorrectos en la edad infantil y adolescente, la predisposición a desarrollar problemas digestivos, enfermedades cardiovasculares y obesidad será mucho mayor en la edad adulta. Por otro lado, los horarios irregulares, la costumbre de «saltarse» comidas y, en cambio, ingerir raciones muy grandes de algunos alimentos afectan a la sincronización de los ritmos circadianos y pueden favorecer la obesidad.

Todos estos datos e indicadores nos revelan la importancia y la necesidad de ayudar a los jóvenes para que aspiren al mejor futuro posible, siendo la educación, la nutrición y los valores tres ejes claves sobre los que sustentar este apoyo.

Gracias a acciones de entidades como la de sandía fashion a través de este proyecto, podemos canalizar todo nuestro apoyo a los jóvenes y las familias, buscando siempre la idea de construir un mundo mejor.