

<b>PROYECTO MEMORIAS DE UNA PANDEMIA: TESTIMONIOS, REFLEXIONES Y ANÁLISIS DESDE LAS VIVENCIAS DE AMÉRICA LATINA</b>	
<b>PANDEMNESIS: ARCHIVOS TESTIMONIALES, DIARIOS DE LA EXPERIENCIA, CRÓNICAS Y FUENTES DESDE AMÉRICA LATINA</b>	
<b>FICHA PARA ARCHIVO TESTIMONIAL</b>	
<b>Lugar y fecha:</b> Bogotá, 29 de mayo de 2020.	<b>Código:</b> AT14DPC06
<b>Nombre de quien testimonia:</b> José Johan Silva.	
<b>Actividad que desempeña:</b> Futbolista Bogotá Futbol Club (25 años).	
<b>Entrada:</b> Deporte.	<b>Ítem:</b> Preparación Competición 06.
<p>Soy Jose Johan Silva, soy futbolista y autorizo que este testimonio sea usado con fines de investigación. Antes [de la pandemia] llegábamos, por ejemplo, en el inicio de la semana a entrenar, llegábamos [a las] ocho, para empezar ocho y media, nueve el entreno, llegábamos, nos pesábamos, nos cambiábamos, después salíamos al entreno y hacíamos un entrenamiento general, después, yo como arquero, con el preparador de arqueros, hacíamos un trabajo diferencial de los demás jugadores, se hacían trabajos de técnica, posición básica, posicionamiento, centro, saque, dependiendo del día. Ya después se hace un trabajo grupal, en el que el director técnico monta trabajos en la parte táctica, en cómo vamos a trabajar los tiros libres, las posiciones, tiros de esquina, la formación que vamos a utilizar y se hace todo eso en el entrenamiento grupal. Al final se hace estiramiento o se trabaja abdominales para después cambiarnos, bañarnos e irnos a la casa.</p> <p>Ahora, los entrenamientos durante la pandemia han cambiado demasiado, entrenamos tipo diez, diez y media u once de la mañana, empezamos el entreno, se hace la video llamada, estamos todos, el día anterior, el DT o el asistente técnico envía el trabajo que vamos a desarrollar que se enfoca en velocidad, velocidad de reacción, fuerza, lo que nos pueda brindar el espacio para desarrollar el trabajo, se hacen como unas velocidades, también se hacen trabajos aeróbicos, anaeróbicos. Si tenemos la posibilidad de salir, podemos hacer los trabajos de trote para aprovechar el espacio y dura entre una hora y una hora y cuarto el entrenamiento, a veces se hace doble jornada, la doble jornada en la tarde, se habla más de trabajo táctico o se charla con el profe qué es lo que quiere el equipo, el tema mental [y] psicológico con los demás asesores que tiene el club. No todos tienen las posibilidades de tener un espacio cómodo para entrenar, como tener pasto, tener un espacio grande, se debe limitar el espacio a una sala [o] a un pasillo, entonces se hace mucho más difícil. Los entrenos vía video llamada también son difíciles porque a veces no se ve totalmente lo que</p>	

uno quiere mostrar en el entreno, pero se trata siempre de dar lo mejor para esta situación que está pasando.

Después de esto [de la pandemia], espero que todo se pueda recuperar poco a poco, siempre teniendo en cuenta la salud de los artífices de este deporte, que son los futbolistas, que a pesar de estar solos en un campo de juego, de él dependen muchas familias, tienen esposas, novias, compañeras, madres, hijos, entonces, es primero cuidar la salud de cada jugador, que todo se dé con los protocolos establecidos, que ningún jugador quede contagiado o esté en riesgo el o su familia por este virus, entonces espero que poco a poco se vaya reanudando el fútbol y se vaya estudiando y determinando todos los casos y todos los protocolos, para que se pueda jugar de la mejor manera. Cuando acabe todo esto, yo creo que los entrenamientos van a empezar muy individualizados, en el que el jugador va a estar muy alejado uno de otro, se van a manejar diferentes horarios o grupos de cinco o grupos pequeños de jugadores, conservando una distancia entre sí, eso va a ser por algunos días que todo va a ser muy diferenciado, el profesor va a trabajar con un jugador, entonces no va a hacer de una en el que se va a hacer [todo] el trabajo grupal, después de unos días ya se van a juntar los grupos pequeños para formar un grupo más grande, trabajar el tema táctico, el tema de la pelota quieta, el tema de cómo se va a formar el equipo, como se va a trabajar y después de unos días también si todo sale bien, si todos los protocolos salen bien, se va a juntar todo el grupo para hacer el trabajo total, que el grupo va a estar en su totalidad [con] todos los jugadores [y] el cuerpo técnico para poder desarrollar el trabajo que quieren los profes y poder así afrontar la competencia.

**Anexa:** Audio Deporte – Preparación Competición 06. Entrada: Deporte.

**Código:** AT14DPC06

**Levantamiento:** María Camila Monroy Caicedo.

**Revisión:** Adrián Serna Dimas, Carlos Reina Rodríguez y Natalia Valbuena.

**Citación:** Archivo Testimonial DESUD/CLACSO (2020). Testimonio AT14DPC06, 2 fls.

**Entradas relacionadas:** Comunicación, Cuidado, Relaciones sociales (Familiares).