

# Con fútbol bandera, alumna Tec crea programa social para niñas y niños



Su pasión por el **deporte y la enseñanza** llevó a **Ximena Vera Serrato**, alumna del Tec [campus Estado de México](#), a crear y liderar un **proyecto social con niñas y niños** de las escuelas primarias **Margarita Maza de Juárez y Carmen Serdán**.

La estudiante de **primer semestre** en la carrera de Derecho desarrolló un programa para que los miembros del equipo de **Borregos** de fútbol americano del **Tec**, impartieran un curso de verano como **coaches** de fútbol bandera para **niñas y niños** de entre 6 y 12 años de edad.

*“Desde que yo era niña me ha interesado el tema de la **responsabilidad social** y desde los **14 años** he sido **coach** de tocho bandera.*

*“Desarrollé este programa pensando también en que los alumnos del **equipo representativo** de americano del **Tec** pudieran cumplir con su **servicio social** haciendo lo que más les **apasiona**”, explicó.*

Más de **70 niñas y niños** formaron parte de este primer curso impartido en verano, mismo que **Ximena** busca replicar para la **temporada de invierno**.



/> width="900" loading="lazy">

#### Responsabilidad social

Ximena se graduó de la **preparatoria** en junio de **2022** y, tras haber estudiado un semestre de la carrera en otra institución, decidió ingresar en febrero de 2023 al Tec para continuar con sus estudios profesionales.

*“Me di cuenta de que **me faltaba algo**. Yo estaba **acostumbrada** a siempre estar **haciendo más cosas por los demás**, en el tema de la **responsabilidad social**.”*

*“Fue así que decidí **ingresar al Tec** e inmediatamente encontré el apoyo en el área de **servicio social** para llevar a cabo este proyecto de impacto social”, compartió.*

*“Yo siempre estuve acostumbrada a hacer más cosas por los demás”.*

#### De jugadores a coaches

El programa **desarrollado y dirigido por Ximena** comenzó con la primera semana destinada únicamente a la **capacitación de los jugadores** del Tec, quienes fungirían como coaches.

*“El verano en el Tec tiene **cinco semanas**, y la primera la quise destinar completamente a **capacitación y sensibilización** de los chicos del Tec.”*

*“El primer día fue una capacitación impartida por un coach externo para entender cómo es el **entrenamiento con un niño**, de acuerdo a su **edad y categoría**”.*

Durante el segundo día, los jugadores recibieron **capacitación de primeros auxilios y psicológica**, esta última impartida por una **psicóloga** del área de **Bienestar Integral** del campus.

*“La **capacitación psicológica** fue muy importante porque nos ayudó a **entender** que muchas prácticas que se llevan a cabo dentro de los equipos con los novatos **no están bien**.”*

*“La psicóloga nos hizo ver que **no debemos normalizar** comportamientos o conductas que violenten nuestro **bienestar emocional o psicológico**”, mencionó.*



/> width="900" loading="lazy">

Para el tercer día, los jugadores **fueron a las escuelas primarias** para compartir con niñas y niños lo que representa el deporte, pero también la **responsabilidad** de no descuidar el **aspecto académico**.

Posteriormente, el jueves los jugadores recibieron a las seleccionadas nacionales y **campeonas de fútbol bandera** y recibieron un entrenamiento de la **medallista olímpica [Sheilla Silva](#)**.

*“**Sheilla** impartió una capacitación **teórico-práctica**, pues mis coaches no estaban tan empapados con el **fútbol bandera**.”*

*“Y ya para el viernes y último día de esta primera semana les pedí a los coaches que prepararan el **plan de entrenamiento** para los niños y niñas”, comentó Ximena.*

Finalmente, la alumna expresó que muchos **padres y madres de familia** de los niños le agradecieron por ofrecerles una **oportunidad** para conocer el Tec y, en un futuro, poder estudiar en la institución a través del **deporte**.

**TAMBIÉN QUERRÁS LEER:**