JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA

CENTRO DE INTERÉS PORRAS

MALLA CURRICULAR CICLO 3

EXPLORACIÓN

OBJETIVO GENERAL	Contribuir en el desarrollo del esquema corporal, desde las experiencias vividas durante las sesiones de clase y las creaciones propias a partir de los procesos de aprendizaje que brindan la ejecución de los elementos del porrismo.
DIMENSIÓN MOTRIZ	Realizar elementos coordinados y de forma armónica durante las dinámicas propuestas en las sesiones de clase.
DIMENSIÓN LÚDICA	Reconocer a mis compañeros y reconocerme como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.
DIMENSIÓN COGNITIVA	Reconocer mi cuerpo durante las ejecuciones de los elementos propios del cheerleading estructurando progresivamente una coreografía.

TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL						
SEMANA	**CLASE Nº**	**PERSONAL**	**FAMILIAR**	**SOCIAL**	**CONCEPTUAL**	**CONTENIDO**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
1	1	Realizar actividades relacionadas con el reconocimiento de sí mismo y de sus compañeros haciendo énfasis en la aceptación y equidad que se debe manejar en todos los aspectos de la vida.	Promover que los escolares realicen actividades junto con sus familias fomentado así una sana convivencia y comunicación asertiva.	Fomentar el interés por del deporte a través del reconocimiento de los ítems que conforma la práctica del porrismo.	Fomentar que los NNJA reconozcan los nombres y la forma técnica de ejecución de elementos propios del porrismo aumentando su acervo motor	CARACTERIZAR EL GRUPO A PARTIR DE UNA Y ANÁLISIS INICIAL DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS, COORDINATIVAS Y SOCIALES.	CARACTERIZACION	Reconozco a mi compañero por su nombre mediante un juego de memoria y coordinación general. Identifico las partes de mi cuerpo mediante un ejercicio de esquema corporal. Reconozco las características principales de mi centro de interés mediante el ejercicio y el acondicionamiento físico. Me identifico dentro un grupo de personas.
	2					DESARROLLAR LAS HABILIDADES MOTRICES DE BASE.	COORDINACIÓN GENERAL	Identifico la importancia de crear y mantener los hábitos de vida saludable Ejecuto ejercicios de coordinación viso-manual de manera armónica y fluida. Ejecuto ejercicios de coordinación viso-pedica de manera armónica y fluida. Genero una huella motriz a través de la coordinación general basada en el juego.
2	3					RECONOCER POR MEDIO DE SENSACIONES LAS DISTINTAS FORMAS DE MOVIMIENTO.	EJERCICIOS ACORDES A LA ARMONÍA DEL CUERPO	Identifico los diferentes movimientos y posiciones básicas propias del porrismo Exploro los distintos movimientos utilizando todas las partes del cuerpo Interpreto diferentes formas de movimiento con ayuda de la música Desarrollo el sentido del oído por medio de actividades de exploración sensorial
	4					DESARROLLAR PROCESOS TÉCNICOS	DIFERENTES EXPRESIONES DEL MOVIMIENTO	Asocio las posiciones básicas con los desplazamientos frontal y lateral Evidencio los movimientos técnicos como son: Begining stance-Top stance-High V-Low V-Touch down Realizo un baile con los motions y posiciones básicas aprendidas anteriormente Creo un fragmento de coreografía creativa por equipos o con mi familia
3	5	realizar el juego de la lleva y carretilla, donde los estudiantes demuestran sus emociones a través de preguntas realizadas por el docente en los diferentes ámbitos de su vida.	promover Con los niños y niñas el desarrollo deun árbol genealógico para conocer las funciones de cada uno de los integrantes de su familia.	fopmentar y crear habitos de historias narrativas de deporte, a partir de la imaginación y la construcción individuall de los niños y niñas.	Desarrollaré con los niños y niñas una sopa de letras de palabras técnicas y basicas del centro de interés de porrismo.	DESARROLLAR CUALIDADES FÍSICAS	DESARROLLO DE LA FLEXIBILIDAD-COORDINACIÓN	Realizo ejercicios de flexibilidad, equilibrio y resistencia Realizo ejercicios de coordinación básica Ejecuto ejercicios Balísticos equilibrio velocidad y fuerza Ejecuto coordinación general
	6					DESARROLLAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ROLES BÁSICOS DE ACROBACIA	Realizo y refuerzo Agarres y apoyos de bases acordes al nivel Identifico Agarres y apoyos de spoter trasero acordes al nivel Identifico Agarres y apoyos de spoter delantero Realizo Monte y ejecución a dos pies (Side lunch)
4	7					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	MOVIMIENTOS CORPORALES Y PATRONES BÁSICOS DE COORDINACIÓN.	Exploro movimientos de manera armónica y fluida Reconozco secuencias de movimiento guiados por un ritmo musical Identifico cambios de ritmo al desplazarme en diferentes sentidos Realizo movimientos con patrones coordinativos.
	8					IMPLEMENTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	POSTURAS BÁSICAS Y CORECTAS DE LA GIMNASIA ESTÁTICA	Identifico movimientos de rotación de cabeza sobre cadera adelante (rollo) Identifico movimientos de rotación de cabeza sobre cadera atrás (rollo) Adopto posturas corporales generales superior e inferior para invertir (parada de manos) Acoplo posturas de tren inferior y superior en el aprendizaje de variaciones. (rollos carpados/conexiones a invertidas)
5	9	Reconocer las fortaleces y oportunidades de mejora durante el desarrollo de las múltiples actividades, forjando la auto conciencia.	Crear lasos de emocionales a través de la interacción que se promueve en las dinámicas propias del centro de interés	Crear sentido de pertenencia por la práctica deportiva a través de las experiencias que brinda el centro de interés.	Promover el reconocimiento de las partes del cuerpo y como estas logran en conjunto ejecutar movimientos estructurados.	CONTROLAR Y AJUSTA SU EQUILIBRIO EN RELACIÓN A LAS CAPACIDADES FÍSICAS	EL ESQUEMA Y AJUSTE E IMAGEN CORPORAL	Identifico las posturas básicas en posición decúbito lumbar y abdominal aplicadas al cheer en la preparación física. Reconozco la importancia de las posturas en la ejecución de los elementos en acrobacia y gimnasia. Genero conciencia corporal a través de la parada de manos con tres apoyos. Identifico herramientas de apoyo como la pared, para mejorar su postura y ajuste en posición invertida o parada de manos.
	10					COMPRENDER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE ACROBACIA NIVEL 1	SECUENCIA Y ARMONIZACIÓN DE MOVIMIENTOS EN LA ACROBACIA	Ilustro un esquema corporal con mi cuerpo realizando los movimientos básicos para diferentes ejecuciones. Categorizo de manera asertiva la secuencia de movimientos en la ejecución de un monte a prep. Sincronizo de manera adecuada los movimientos requeridos en los montes acrobáticos con su grupo de trabajo. Reconoce los roles de trabajo como; spotter, base o flyer dentro del grupo de trabajo.
6	11					EXPERIMENTAR LAS CUALIDADES FÍSICAS DESDE LA PARTE MOTORA	LA VELOCIDAD Y SUS VARIACIONES	Experimento la Velocidad gestual. Aplico la Velocidad de reacción en los diferentes ejercicios Realizo actividades relacionadas con la Velocidad de desplazamiento. Experimento ejercicios relacionados con la Velocidad - resistencia.
	12					DETERMINAR LA IMPORTANCIA DE LA ESTRUCTURACIÓN TEMPORO-ESPACIAL	LAS DIRECCIONES UBICACION TEMPORO-ESPACIALES	Identifico movimientos en dirección (Dentro y fuera.) Realizo ejercicios por grupos aplicando las direcciones (Junto y separado.) Realizo ejercicios por grupos aplicando (Cerca - lejos.) Aplico las direcciones temporo-espaciales en la ejecución del baile.
7	13	Conocer nuestro papel en la comunidad y como podemos ayudar a vivir en comunidad con nuestro entorno	promover el vivir en comunidad parte de nuestras familia, mejorardo el relacionamiento con	Realizaré una serie de preguntas a los niños y niñas sobre los beneficios de la práctica deportiva y los buenos	Proyectaré una pelicula o video de igualdad y no discriminación y generaré una conversación en	DESARROLLAR CUALIDADES FÍSICAS	CAMBIOS DE RITMO EN LA CONSTRUCCIÓN DE LOS ELEMENTOS GIMNÁSTICOS Y ACROBÁTICOS	Desarrollo de forma coordinada cambios de dirección Desarrollo de manera frecuente cambios de velocidad Realizo una secuencia generando cambios de altura Desarrollo he identifico cambios de ritmos
	14					DESARROLLAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ROLES BÁSICOS DE AGARRES Y APOYOS	Identifico y reconozco los roles fundamentales de una base Reconozco los roles y la importancia de un Spoter trasero Reconozco los roles y la importancia de un Spoter delantero Coordino con un grupo acrobático una secuencia de ejercicios para realizar un lanzamiento (Educativos)solo si el nivel lo requiere

8	15	con nuestro entorno generando ideas, habitos y estrategias para el bienestar del tejido social	relacionamiento con los pares de nuestra familia, nos dara horizontes para hacerlo en sociedad	los buenos hábitosalimenticios. buscando fortalecer sus capacidades fisica y coordinativas	conversación en lluvia de ideas con los niños y niñas para que entiendan el significado de igualdad	MEJORAR EL DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FÍSICAS	HABILIDADES FISICAS BASICAS, AGILIDAD Y DESTREZA MOTRIZ	Cumplo con Circuitos de obstáculos planteados en el desarrollo de las clases Desarrollo las habilidades básicas lanzar y atrapar Desarrollo habilidades básicas correr y caminar Identifico y realizo las destrezas básicas en gimnasia
	16					COMPRENDER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL PORRISMO	ELEMENTOS DE GIMNASIA ESTÁTICA	Controlo la ejecución de manos mediante diferentes formas de movimientos Identifico las diferentes formas de realizar arco Identifico el paso a paso para la ejecución de rollo adelante Identifico el paso a paso para la ejecución de rollo atrás
9	17	Reconocer que el trabajo en equipo, genera vínculos que son importantes en la resolución de tareas encaminadas a la meta.	Reconocer la familia como núcleo de la sociedad e involucrarla en sus procesos de aprendizaje.	Identificar esta disciplina como deporte y el posicionamiento que está adquiriendo actualmente en nuestro entorno.	Crear sentido de pertenencia por su deporte y genera hábitos de vida saludable.	RECONOCER LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FÍSICAS	DIFERENCIACION Y TIPOS DE DESPLAZAMIENTO	Desarrollo movimientos con zancadas amplias y apoyos paralelos Ejecuto ejercicios de desplazamiento con obstáculos Exploro diferentes tipos de dirección en el saltando Identifico velocidades durante la ejecución de movimientos
	18					DESARROLLAR HABILIDADES Y DESTREZAS PARA EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ACROBACIA, SECUENCIAS DE MOVIMIENTO	Reconozco roles y agarres de acrobacia para variaciones básicas Exploro montes/transiciones y combinaciones creativas del nivel Desarrollo variaciones con 1/4 giro a dos pies side lunch y prep a dos pies. Diferencio una secuencia de movimientos en side lunch y prep a dos pies.
10	19					RECONOCER EL PORRISMO COMO MEDIO COLECTIVO DEL DESARROLLO DE CUALIDADES FÍSICAS	DESARROLLO DE LA RESISTENCIA	Integro sistemas interválicos con juego de carreras Aplico juegos colectivos de resistencia Desarrollo carreras con cambios de ritmos y circuitos de coordinación Ejecuto relevos con diferentes desplazamientos
	20					COMBINAR MOVIMIENTOS PARA ENTENDER Y EJECUTAR UNA SECUENCIA TÉCNICA PROPIA DEL	PATRONES DE MOVIMIENTO PARA EL APRENDIZAJE DE SALTOS	Identifico la secuencia de movimientos del tren superior. Reconozco la técnica de ejecución de tren inferior y uno el tren superior para el desarrollo de un salto en porrismo Ejecuto pateos frontales y laterales Aprendo a realizar los aterrizajes de forma correcta
11	21	Identificar las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física	Se invitará a los padres y se desarrola la historia de su vida lo más real para compartirla con sus hijos y demostrar que siempre se puede ser mejor .	genera la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la convivencia Ciudadana.	Apropiar los concetos basicos para vivir en una comunidad, identificando problematicas en nuestro entorno y como las comunidades se conforman	COMBINAR HABILIDADES DE GIMNASIA BASICA	PASOS, SECUENCIAS Y VARIACIONES DEL MOVIMIENTO ROLLO ATRÁS	Comprendo la importancia de fortalecer mi cuerpo para una buena ejecución de mis habilidades Creo desequilibrio por medio de un plano inclinado que me permite explorar rotaciones hacia adelante y hacia atrás Ejecuto elementos básicos de los saltos con desplazamientos Combino elementos básicos con rollo atrás, incorporando nuevas secuencias corporales.
	22					RECONOCER POR MEDIO DE SENSACIONES LAS DISTINTAS FORMAS DE MOVIMIENTO	EJERCICIOS ARMONICOS DEL CUERPO	Reconozco los tiempos de coreografía Reconozco los movimientos básicos del porrismo Identifico diferentes formas de avanzar Reconozco las diferentes figuras de trabajo
12	23					EXPLORAR DE FORMA INDIVIDUAL LAS POSTURAS CORPORALES EN POSICION INVERTIDA CON APOYO DE	POSTURAS COPORALES INVERTIDAS CON APOYO DE CABEZA	Realizo ejercicios educativos que me permiten entender mi cuerpo en posición invertida Realizo posiciones invertidas iniciales y con apoyo en la espalda alta ejecutando vela Ejecuto consecutivamente y contra la pared la posición de vela con las piernas estiradas (variaciones) Mantengo el ajuste postural de forma asistida en pared y sin pared en posición de vela
	24					COMBINAR MOVIMIENTOS PARA ENTENDER Y EJECUTAR UNA SECUENCIA TÉCNICA PROPIA DEL	PATRONES DE MOVIMIENTO PARA EL APRENDIZAJE DE SALTOS	Identifico la secuencia de movimientos del tren superior para el salto carpado Reconozco la técnica de ejecución de tren inferior y uno el tren superior para el desarrollo para el salto carpado Ejecuto pateos frontales y laterales balísticos Ejecuto secuencia de movimiento y desplazamientos propia del salto.
13	25	Conocer que la ampliación de los valores éticos promueve el bien común, que es necesario para una sociedad diversa, en donde todos somos diferentes y a pesar de estas diferencias debemos convivir en armonía.	Interiorizar lo valores éticos y compartirlos con los miembros de mi familia fomentando un bienestar individual y colectivo y una sana interacción.	Generar conciencia social a partir el buen actuar basado en acciones éticas que generen cambios significativos en nuestro entorno.	Fomentar la conciencia corporal a partir de las experiencias vividas durante las diferentes experiencias que brinda el porrismo y sus ítems promoviendo el autoconocimiento y auto conciencia.	RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	MOVIMIENTOS CORPORALES AL REALIZAR EJERCICIOS DE FLEXIBILIDAD	Reconozco los diferentes ejercicios que contribuyen a ejecutar un spagat Reconozco los diferentes ejercicios que contribuyen a ejecutar un spilt con derecha y con izquierda Reconozco los diferentes ejercicios que contribuyen a ejecutar arco Reconozco los diferentes ejercicios que contribuyen a ejecutar flexibilidad en posición de pie
	26					EXPLORAR DE FORMA INDIVIDUAL LAS POSTURAS CORPORALES EN POSICION INVERTIDA CON APOYO DE	POSTURAS COPORALES INVERTIDAS EN APOYO DE CABEZA	Realizo ejercicios educativos que me permiten entender mis habilidad y destrezas Realizo posiciones invertidas iniciales y con apoyo de cabeza (mosquito) Ejecuto consecutivamente y contra la pared la posición de mosquito con las piernas estiradas Mantengo el ajuste postural de forma asistida en pared y sin pared en posición de mosquito
14	27					COMBINAR MOVIMIENTOS PARA ENTENDER Y EJECUTAR UNA SECUENCIA TÉCNICA PROPIA DEL	PATRONES DE MOVIMIENTO PARA EL APRENDIZAJE DE SALTOS	Identifico la secuencia de movimientos del tren superior para el salto ruso Reconozco la técnica de ejecución de tren inferior y uno el tren superior para el desarrollo para el salto ruso Ejecuto pateos frontales y laterales balísticos Ejecuto secuencia de movimiento y desplazamientos propia del salto.
	28					EJECUTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LA EJECUCIÓN DE ELEMENTOS DE GIMNASIA	Recreo movimientos educativos que me permiten entender mi habilidad y ubicación espacial Realizo diferentes ejercicios educativos que me incorporen en la ejecución de media luna y Rondof Identifico o movimiento y secuencias de movimiento para la ejecución de media luna Identifico o movimiento y secuencias de movimiento para la ejecución de Rondof

APROPIACIÓN								
OBJETIVO GENERAL						Fomentar el desarrollo motriz, cognitivo y socioemocionales a partir de las dinámicas propias del centro de interés de porrismo.		
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Reconocer su cuerpo y experimentar las posibilidades de movimientos a través de las dinámicas propias para el centro de interés de porrismo para fortalecimiento de sus capacidades físicas.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Experimentar la recreación en espacios, virtual y/o presencial de su centro de interés..	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Conocer la importancia de la técnica y postura de cada uno de los elementos a realizar, con el fin de desarrollar de la manera adecuada los ejercicios propios del centro de interés.	
SEMANA	**CLASE Nº**	**PERSONAL**	**FAMILIAR**	**SOCIAL**	**CONCEPTUAL**	**CONTENIDO**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
15	21	Reconocer que el trabajo en equipo, genera vínculos que son importantes en la resolución de tareas encaminadas a la meta.	Reconocer la familia como núcleo de la sociedad e involucrarla en sus procesos de aprendizaje.	Identificar esta disciplina como deporte y el posicionamiento que está adquiriendo actualmente en nuestro entorno.	Crear sentido de pertenencia por su deporte y genera hábitos de vida saludable.	APLICAR LAS CUALIDADES BÁSICAS EN EL PORRISMO	LA AGILIDAD COMO CUALIDAD BÁSICA EN EL DESARROLLO DE RUTINAS	Ejecuto Desplazamientos laterales Aplico cambios de ritmo dentro de una rutina Poseo control postural para la ejecución de elementos propios del porrismo Muestro buen equilibrio en ejecución de elementos propios de una rutina
	22					EJECUTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN LA EJECUCIÓN DE PARTNER	Realizo ejercicios educativos para posiciones propias del porrismo. Ejecuto elemento de equilibrio a un pie(liberty) Conozco y aplico posturas y agarres propios del porrismo. Ejecuto elevación de un pie, sostenido con la mano de manera frontal y lateral.
16	23					CONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS	AGILIDAD Y EQUILIBRIO EN LA EJECUCIÓN DE ELEMENTOS.	Identifico mi cuerpo en posturas propias del porrismo Poseo diferentes rangos de movimiento en ejecución de elemento propias del porrismo Reconozco y realizo ejercicios balísticos Ejecuto Movimientos con saltos y ojos cerrados y abiertos

16	24					RECONOCER LA IMPORTANCIA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	LA EJECUCIÓN DE PARTNER CON ELEMENTOS DE DIFICULTAD MEDIA	Ejecuto ejercicio educativos y posturas para acrobacia Realizo técnica de montes a dos pies Ejecuto split con pierna derecha e izquierda Realizo técnica de montes a un pie
17	25	Fomentar la autonomía durante el desarrollo de las actividades creando responsabilidad y respeto hacia si mismo	Reconocer las diferencias entre los miembros de su familiar y respetar a cada uno de estos como ser único.	Promover desde la práctica deportiva disciplina y la conciencia social, buscando fomentar la responsabilidad.	Crea conciencia de que las prácticas deportivas no solo benefician mi salud, estado físico si no también mi mente fortaleciendo mis habilidades cognitivas.	APLICAR CUALIDADES BÁSICAS	FLEXIBILIDAD Y ACOPLE	Ejecuto flexibilidad estática y dinámica Ejecuto elementos de flexibilidad sostenidos en posición de pie Aplico balística en ejecución de rutinas Llevo secuencias de movimiento a elementos de flexibilidad.
	26					APLICAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	GIMNASIA ESTÁTICA	Ejecuto invertida en las manos con apoyo y si él. Domino caídas de arco Realizo pasada de arco Desarrollo Media luna
18	27					APLICAR LAS CUALIDADES BÁSICAS EN EL PORRISMO	ESQUEMA CORPORAL Y AJUSTE POSTURAL - IMAGEN CORPORAL	Realizo posturas básicas de cubito lumbar y abdominal Aplico posturas básicas decúbito abdominal Ejecuto invertida en tres apoyos Ejecuto postura invertida sin apoyo en la pared
	28					APLICAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ACROBACIA Y DESMONTES	Identifico técnica de agarres en posición de bases Aplico técnica de agarres como sporet Reconozco y afianzo técnica de flyer Manejo la técnica de ejecución de elementos en alturas
19	29					APLICAR LAS CUALIDADES BÁSICAS EN EL PORRISMO	ESQUEMA CORPORAL E IMAGEN CORPORAL	Manejo posición Invertida en tres apoyos. Ejecuto araesque en secuencia. Realizo Postura invertida apoyo y me desplazo Aplico postura arabesque
	30					EJECUTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	TÉCNICAS DE ACROBACIA	Ejecuto elementos de acrobacias paso a paso. Reconozco las técnicas para ejecutar elementos de acrobacia correspondiente al nivel Aplico transiciones en el desarrollo de acrobacias. Domino ejecuciones a un pie en doble base.
20	31					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS	AJUSTE CORPORAL	Posturas básicas decúbito lumbar. Ejecuto vela e invertida posturas de gimnasia. Posturas básicas decúbito abdominal. Ejecuto media luna y rondof
	32					DESARROLLAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL DEPORTE	ELEMENTOS DE PARNERT	Ejecuto side lunge a 1 y 2 apoyos. Ejecuto liberty Ejecuto Directo a 1 y 2 apoyos a nivel del pecho Realizo transiciones en parnet
21	33	Reconocer la importancia de la tolerancia frente a sus compañeros fomentando un gran trabajo en equipo	Reconocer el núcleo familiar como pilar fundamental de la sociedad	Reconocer por medio de la disciplina deportiva la importancia del trabajo en grupo	Generar habitos de vida saludable por medios de la diciplina del porrismo	IDENTIFICAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	EQUILIBRIO (DINÁMICO - ESTÁTICO)	Realizo ejercicios de Salto con 2 pies y caer en un pie (Derecho e izquierdo) Realizo ejercicios de Salto en un pie 2 veces (Derecho izquierdo) Realizo ejercicios Caminando sobre una línea delgada Realizo ejercicios Caminando con objeto en la cabeza sin que se caiga
	34					RECONOCER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	TÉCNICA DE ANIMACIÓN	Reconozco y ejecuto Begining stance - Top stance - Reconozco y ejecuto High V. - Low V - Box motion Reconozco y ejecuto Touch down - Low touch down - Manejo de elementos de animación
22	35					DESARROLLAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	ESQUEMA CORPORAL (AJUSTE - CORPORAL)	Realizo Posturas básicas para trabajar lumbar Realizo Posturas básicas de core Ejecuto elementos de posturas gimnasticas (vela) Ejecuto Invertida en tres apoyos
	36					TRABAJAR LOS FUNDAMENTOS TECNICOS	TÉCNICA DE ANIMACIÓN	Reconozco y ejecuto Half T. Table top Reconozco y ejecuto Punch Reconozco y ejecuto Musculman - Diagonal Manejo de elementos de animación
23	37					DESARROLLAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	DIRECCIONES TEMPORALES	Reconozco y me ubico en la ejecución de fragmentos del esquema Realizo movimientos sincrónicos de acuerdo a los conteos y velocidad de los mismos Ejecuto desplazamientos colectivos teniendo en cuentas tiempos establecidos Realizo movimientos rítmicos de forma armónica y fluida.
	38					EJECUTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	TÉCNICA DE MOVIMIENTOS EN ANIMACIÓN	Ejecuto unTouch down Desarrollo y ejecuto Low touch down Reconozco y ejecuto Diagonal Desarrollo y ejecuto Aable top
24	39					DESARROLLAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	FLEXIBILIDAD DINÁMICA	Realizo secuencia de Balisticos con cada pierna Realizo movimientos circulares en forma de Balísticos en posición sentado con piernas separadas Realizo saltos Rodillas al pecho Trabajo desplazamientos de Sentadillas de forma lateral
	40					EJECUTAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	GIMNASIA - TUMBLING	Realizo Media luna con un enlace mas de gimnasia Ejecuto Media luna, rollo adelante Ejecuto postura de Rondonf Ejecuto Media luna, con conexión en rondonf
25	49					APLICAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ACROBACIAS Y DESMONTES	Ejecuto técnica de agarres en posición de bases para ejecutar un lanzamiento Realizo técnica de agarres como sporet para ejecutar un lanzamiento Reconozco y afianzo técnica de flyer para ejecutar un lanzamiento Experimento las diferentes posiciones para la ejecución de un lanzamiento
	50	reconocer la importancia del	Exploro la conexión	Comprendo la importancia de conocer mi cuerpo	Identifico el valor que tiene el juego y	DESARROLLAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	UBICACIÓN TEMPO ESPACIAL (AJUSTE - CORPORAL)	Reconozco y me ubico en la ejecución del esquema Realizo movimientos sincrónicos de acuerdo al bit de la pista Ejecuto desplazamientos colectivos

		importancia del respeto y trabajo en grupo	de mi cuerpo y emociones con la practica del cheer	conocer mi cuerpo y vinculo familiar a la hora de realizar alguna actividad diaria	que tiene el juego y la actividad fisica como parte de una formacion integral			Realizo movimientos rítmicos
26	51					CONOCER POSICIONES BASICA	EQUILIBRIO CON UN SOLO APOYO	Realizo salto lado a lado en poscion de liberty Reconzco las elementos de flexibilidad utilizados en cheer Realizo balisticos basicos laterales Realizo balisticos basicos frontales
	52					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	REFUERZO EN TÉCNICA DE ANIMACIÓN	Desarrollo buena expresion coorporal Ejecuto motions basicos Desarrollo porturas cooporlaes en cada segmento de la animacion Ejecuto movimientos armonicos con cada segmento de mi cuerpo
27	53					RECONOCER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ELEMENTOS DE PARNERT	Reconozco elevacion de Suelo Realizo Side Lunge Realizo Cheer Stand Adquiero la tecnica de braceo
	54					RECONOCER LAS DISTINTAS FORMAS DE MOVIMIENTO	UBICACIÓN TEMPO ESPACIAL (AJUSTE - CORPORAL)	Identificó las diferentes Articulación es que intervienen en la contrucción de motions por octavas Reconozco y los diferentes Desplazamientos y los controlo en base a los ritmos propuestos Relaciono el movimiento a las diferentes estructuras métricas de conteo usadas en coreografía de porrismo Exploró diferentes formas de expresión corporal en base a la construcción del Show propio de las rutinas de porrismo
28	55					DESARROLLAR HABILIDADES Y DESTREZAS PARA EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	POSISCIONES BASICAS DE ACROBACIA	Comprende la importancia de su participación en la Construcción de grupos acrobaticos y sus diferentes roles Entiende la importancia de realizar correctamente las diferentes posiciones y amarres acrobaticos Realiza movmientos grupales acrobaticos de manera segura Realiza ejercicios de fortalecimiento de tren superios segun las indicaciones planteadas por el formador deportivo
	56					COMBINAR HABILIDADES DE GIMNASIA BASICA	SALTOS Y CONEXIONES	Desarrollo la habilidad para realizar los saltos especificos del porrismo Aprendo a realizar los aterrizajes de forma correcta Ejecuto posiciones basicas de ejecuciion en ruso Ejecuto posiciones basicas de ejecuciion en from

DOMINIO								
OBJETIVO GENERAL						Adoptar técnicas de acuerdo a sus capacidades motoras de lo general a lo especifico en las diferentes destrezas enseñadas en cada uno de los ítems del porrismo, mostrando avances significativos.		
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Interpretar diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Disfrutar por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, las orientaciones dadas en el centro de interés de porrismo en conjunto con sus compañeros.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Retroalimentar, indaga y comparte con sus compañeros conceptos básicos antes durante y despues de la ejecución de cada elemento para su posterior mejora.	
SEMANA	**CLASE Nº**	**PERSONAL**	**FAMILIAR**	**SOCIAL**	**CONCEPTUAL**	**CONTENIDO**	**TEMA**	**SUBTEMA**
29	57	Explorar y reconocer los cambios físicos presentados en mi cuerpo a realizar esta disciplina	Involucrar mi entorno familiar en las diferentes actividades propuestas, reconociendo la familia como nucleo de la sociedad	Expresar mi sentir y emociones, de manera acertada y respetuosa, en mi entorno, entre mis compañeros y demás miembros de la comunidad, de manera asertiva y respetuosa	Reconocer, aplico y domino los aspectos técnicos del porrismo en las diferentes fases vistas y trabajadas, así como en los ítems cotidianos de una rutina	IDENTIFICAR LA ESTRUCTURA TEMPORO ESPACIAL.	LATERALIDADES Y CAMBIO DE ESPACIO	Reconozco laa varaiaciones de velocidades Realizo ejercicios de Intervalo. Realizo ejercicios de Sincronización. Reconozco el bit de la pista. Y su respectivo conteo
	58					RECONOCER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE LA DICIPLINA	EJECUTO ELEMENTOS DE GIMNASIA	Ejecuto Rollo adelante. Desarrollo Rollo atrás. Ejecuto Arco. Desde piso realizo Media luna. Estatica
30	59					IDENTIFICAR LAS CUALIDADES FÍSICAS	EJERCICIOS DE VELOCIDAD CON DESPLAZAMIENTO	Realizo ejercicios de Velocidad de punto a punto Ideantifico ejercicios de Velocidad de zig zag Realizo ejercicios de Velocidad en relevos Realizo ejercicios de Velocidad en forma jugada
	60					IDENTIFICAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS.	ELEMENTOS DE ACROBACIA (Desmonte)	Ejecuto Side lunch Trabajo Directo Ejecuto Cuna Ejecuto Giro (Twist) o barril
31	61					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS	RESISTENCIA ANAEROBICA DE PREPARACION PARA UNA RUTINA	Realizo Actividades ludicas de duracion media Realizo Circuitos de trabajo con obstaculos Reconozco y me adapto a las rutinas (Gimansia - Acrobacia) Reconozco que es Animación y la ejecuto
	62					RECONOCER LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE PORRISMO	ANIMACION (Expresión y Proyección)	Realizo el Manejo de tarjetas Realizo el Manejo de megafono Trabajo en mi Expresion corporal Trabajo en la Proyeccion de voz
32	63					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS	EJERCICIOS DE FUERZA EXPLOSIVA	Realizo Saltos de altura con un banco Realizo Sentadillas con salto Realizo Flexiones con impulso Realizo Saltos con desplazamiento hacia adelante
	64					DESARROLLAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL DEPORTE	LOS ELEMENTOS DE PARNERT (desmontes)	Ejecuto Directo en 1 y dos apoyos Ejecuto cradle en 1 y dos apoyos Ejecuto elementos Por side lunge en 1 y 2 apoyos Ejecuto Twist sencillo
33	65	Reconocer la importancia del buen uso de espacio y	Comprender la importancia del vinculo familiar a la hora de realizar	Identificar normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y	Crear un habito saludable donde establece objetivos y metas corporales	RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	COORDINACION GENERAL	Reconozco la Capacidad de reacion frente a los elementos acrobaticos Reconozco Capacidad ritmica al ejecutar los diferentes elementos dentro del esquema Realizo Movimientos armonicos y sincronicos en el esquema Reconozco las Condiciones externas mediante estimulos
	66					IDENTIFICAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	ELEMENTOS DE GIMNASIA ESTATICA	Ejecuto Pasada en arco Ejecuto Arco a caer Ejecuto Paloma Ejecuto Rondof
						IDENTIFICAR LA	DIRECCIONES TEMPOROESPACIALES Y	Ubicacion dentro del espacio

34	67	implementos deportivos	alguna actividad diaria	de respeto.	y técnicos.	IDENTIFICAR LA ESTRUCTURACIÓN TEMPORE ESPACIAL	DIRECCIONES TEMPORESPACIALES Y LATERALIDADES FRENTE A SEGMENTOS EN LA RUTINA	Dentro-fuera-junto-separado-cerca-lejos
								Realiz desplazamientos Lento- rapido-intervalos
								Realizo movimientos de Sincronizacion segun el bit
	68					IDENTIFICAR FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL PORRISMO	ELEMENTOS DE PARTNERT(desmontes)	Ejecuto Educativos para todas las posiciones
								Ejecuto desmontes Por side lunge a uno o dos apoyos
								Realizo Posturas de lanzar y atrapar
								Realizo desmontes Directo a uno o dos apoyos
35	69					RECONOCER LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS	EJERCICIOS DE AJUSTE E IMAGEN CORPORAL	Identifico Posturas basicas decubito lumbar yabdominal
								Identifico Posturas basicas decubito abdominal
								Realizo Postura invertida con apoyo a la pared
								Ejecuto Invertida en tres apoyos
	70					IDENTIFICAR EL ESQUEMA CORPORAL	TECNICA DE SALTOS	Realizo la tecnica Tecnica en marcaciòn
								Realizo la Tecnica en ejecuciòn de Eagle - Spirit tuck
								Realizo la Tecnica en ejecuciòn de Russo - Double nine
								Realizo las Combinaciones de saltos
36	71					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	PROGRESIONES EN LOS ITEMS DE RUTINA	Realizo Figuras.
								Identifico las diferentes Formaciónes
								Realizo diferentes Recorridos.
								Realizo Movimientos rítmicos.
	72					DESARROLLAR TECNICAS COORPORALES	TECNICA DE SALTOS CON ENLACE DE GIMNASIA	Realizo la Técnica de marcaciòn.
								Realizo la Técnica de ejecución de Herkie - Front hurdler.
								Realizo la Técnica de ejecución de Eagle - Spirit tuck.
								Realizo la Técnica de ejecución russo.
37	73	Reconocer que el trabajo en equipo, genera vínculos que son importantes en la resolución de tareas encaminadas a la meta.	Integrar saberes de comunicación asertiva, y expresar ideas relacionadas a su centro de interés	integrar saberes de comunicación acertiva, y expresar ideas relacionadas a su centro de interes	Fomentar que los NNJA reconozcan los nombres y la forma técnica de ejecución de elementos propios del porrismo aumentando su acervo motor	RECONOCER LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS	SECUENCIAS Y CONTEOS DE RUTINA	Identifico los espaciacios dentro del esquema
								Manejo los espacios y tiempos durante el esquema
								Ejecuto elementos (Dentro - Fuera) (Junto - Separado)
								Ejecuto el baile
	74					RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS, IDENTIFICANDO FORTALEZAS Y DEBILIDADES	GIMNASIA (ESTATICA Y DE CARRERA)	Reconozco y ejecuto Rollo adelante
								Reconozco y ejecutoRollo atras
								Reconozco y ejecuto Media luna
								Reconozco y ejecuto Rondof
38	75					DESARROLLAR LAS HABILIDADES MOTRICES DE BASE. EN CADA ITEMS	ELEMENTOS FLEXIBILIDAD BASICA	Ejecuto Spagat
								Ejecuto Split con ambas piernas
								Ejecuto Arco a mantener
								Ejecuto Heell Strech (Mantener en el piso)
	76					IDENTIFICAR FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL PORRISMO	PROGRESION EN ELEMENTOS DE FLEXIBILIDAD	Ejecuto salto Ruso
								Ejecuto salto Front hurdler
								Ejecuto saltoEagle
								Ejecuto salto Herkie
39	77					DESARROLLAR EL ESQUEMA CORPORAL	SECUENCIA DE RUTINA	Reconozco las posiciones corporales básicas utilizadas en el deporte
								Identifico cada posición a trabajar y su correcta ejecución
								Realizo los ejercicios y posiciones con fuerza y buen ajuste corporal
								Desarrollo ejercicios que mejoran le expresión corporal
	78					DESARROLLAR TECNICAS COORPORALES	ACOPLE COREOGRAFICO DEL BAILE	Identificó las diferentes Articulación es que intervienen en la construcción de motions por octavas
								Reconozco y los diferentes Desplazamientos y los controlo en base a los ritmos propuestos
								Relaciono el movimiento a las diferentes estructuras métricas de conteo usadas en coreografía de porrismo
								Exploró diferentes formas de expresión corporal en base a la construcción del Show propio de las rutinas de porrismo
40	79					DESARROLLAR FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL PORRISMO	EJECUCION DE ELEMENTOS Y CONEXIONES	Ejecuto de manera técnica las posturas básicas de gimnasia
								Desarrollo habilidades para el perfeccionamiento de las distintas posiciones
								Reconozco las posiciones básicas: mesa, plancha y vela
								Realizo ejercicios de fortalecimiento para la correcta ejecución de las diferentes posturas
	80					DESARROLLO ELEMENTOS DE FLEXIBILIDAD A NIVEL DE CINTURA	ACROBACIA DIFERENTES AMARRES Y MONTES L1	Comprende la importancia de su participación en la Construcción de grupos acrobáticos y sus diferentes roles
								Entiende la importancia de realizar correctamente las diferentes posiciones y amarres acrobáticos
								Realiza movimientos grupales acrobáticos de manera segura
								Realiza ejercicios de fortalecimiento de tren superior según las indicaciones planteadas por el formador deportivo

