La Capoeira, una rica expresión cultural que fusiona danza, arte marcial, música y acrobacias, tiene sus raíces en Brasil y ha trascendido fronteras para convertirse en un símbolo de identidad y resistencia. Su práctica no solo es un arte marcial, sino también un medio para promover la creatividad, el trabajo en equipo y el respeto por la diversidad cultural. En un contexto educativo, la incorporación de la Capoeira en los colegios representa una oportunidad valiosa para el desarrollo integral de los estudiantes, reconociendo su potencial para fomentar un estilo de vida activo y saludable.

Por medio de actividades dinámicas participativas, los estudiantes podrán mejorar su condición física, desarrollar habilidades motoras y fortalecer su autoestima. Además, la Capoeira ofrece un espacio para cultivar valores como la disciplina, cooperación, honestidad, la solidaridad y la empatía, valores fundamentales en la formación de ciudadanos responsables.

De esta manera, ayuda a promover la actividad física regular, incentivar el trabajo en equipo y la colaboración entre los estudiantes y proporciona un escenario para la expresión artística y cultural. Las actividades incluirán clases teóricas sobre la historia, cultura y la música de la Capoeira, así como sesiones prácticas que permitirán a los estudiantes experimentar y disfrutar de esta tradición, por medio del juego aprovechando los movimientos propios de Capoeira.

Con lo anterior mencionado se busca desde la capoeira fomenta propósitos de los semilleros deportivos propiciando la participación de los escolares que estén interesados y que cumplan con las competencias pertinentes en las dimensiones cognitiva, motriz y lúdica para pertenecer a los procesos de semilleros, lo que se busca es ofrecer una plataforma de formación inicial para niños, niñas y jóvenes, permitiéndoles adentrarse en el mundo del deporte de una manera progresiva y estructurada. A través de la capoeira, los estudiantes no solo desarrollan habilidades motrices y físicas, sino que también cultivan valores fundamentales como la disciplina, el respeto y la cooperación. Este enfoque integral garantiza una base sólida para su futuro en el deporte, proyectando estos escolares a competencias, eventos y muestras deportivas propiciando su evolución hacia niveles competitivos y promoviendo un desarrollo integral tanto en el ámbito físico potenciando sus capacidades físicas y en ámbito social promoviendo valores cívicos.

Desde el centro de interés se proyecta un plan pedagógico basado en el desarrollo de Semilleros Deportivos de Capoeira a través de un enfoque activo y holístico, para tal fin, este plan pedagógico se propone bajo un modelo innovador para el desarrollo del mismo, con el objetivo de captar, desarrollar y consolidar talentos en esta disciplina ancestral. Inspirado en el Modelo JDEC del Ministerio del Deporte, este enfoque busca fomentar una formación integral del deportista, combinando el aprendizaje técnico de la capoeira con el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas.

**El plan pedagógico** propone una formación integral de los deportistas, que vaya más allá de una sola práctica deportiva, este plan pedagógico está adaptado a los principios del JDEC a través del contexto del centro de interés de capoeira, enfatizando en los cinco principales aspectos:

1. **Formación integral:** Se trabajarán aspectos físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y sociales de un capoeirista.
2. **Disfrute corporal:** Se promoverá el movimiento libre y espontáneo, fomentando el placer por la actividad física.
3. **Salud y educación:** Se abordarán temas relacionados con la salud, la nutrición y la prevención de lesiones.
4. **Valores:** Se inculcarán valores como el respeto, la solidaridad, la disciplina y el trabajo en equipo.
5. **Articulación con la educación:** Se buscará integrar las actividades del semillero con el currículo escolar.

Así mismo, se establece para el desarrollo del plan una **estrategia basada en la enseñanza de la pedagogía activa** colocando al estudiante como el centro del proceso de aprendizaje, promoviendo su participación activa y constructiva en el desarrollo autóctono de su proceso de formación, permitiendo que los estudiantes, no solo aprenderán los movimientos de la capoeira, sino que también participen en la creación de sus propios conocimientos, resolviendo problemas y tomando decisiones, como herramienta formadora para la vida.

> *"Capoeira é luta de bailarinos. É dança de gladiadores. É duelo de camaradas. É jogo, é bailado, é disputa – simbiose perfeita de força e ritmo, poesia e agilidade. Única em que os movimentos são comandados pela música e pelo canto. A submissão da força ao ritmo. Da violência à melodia. A sublimação dos antagonismos.*
> *Na Capoeira, os contendores não são adversários, são 'camaradas'. Não lutam, fingem lutar. Procuram – genialmente – dar a visão artística de um combate. Acima do espírito de competição, há neles um sentido de beleza. O capoeira é um artista e um atleta, um jogador e um poeta."*
>
> ***Dias Gomes***

De modo que: el **modelo propuesto para el desarrollo del plan pedagógico** para la enseñanza de capoeira va de la mano con el modelo de la jornada escolar complementaria, propuesto desde el desarrollo de una experiencia de aprendizaje significativa y enriquecedora para los NNAJ que participen en los semilleros deportivos de capoeira, permitiendo de este modo combinar a través del desarrollo de la práctica de la capoeira una pedagogía activa con los principios del modelo JDEC, formando deportistas completos y ciudadanos responsables, basados en los siguientes criterios:

Los semilleros deportivos para el centro de interés de capoeira constituyen un componente esencial del Plan Pedagógico a desarrollar, proporcionando un lugar para la formación inicial de NNAJ, y facilitando una transición gradual hacia niveles de desempeño más elevados, tales como habilidades deportivas y competencias. Estos semilleros constituyen el primer encuentro organizado de los alumnos con el deporte, promoviendo destrezas fundamentales y principios deportivos.

**Torneos**

Hoy en día, debido a su diversificación y práctica a nivel global, existen varios torneos que se llevan a cabo en cada uno de los grupos e invitan a otras escuelas a participar. Actualmente principalmente se identifican los siguientes campeonatos y festivales a nivel local, nacional e internacional:

**Torneos Nacionales**

- Grand Slam
- Copa Navidad
- Torneo Sementes da Capoeira
- Torneo vem cámara
- Capoeira é Bamba
- Mulher pra valher
- Gp de Muzenza

**Torneos Internacionales**

- VMB Volta do Mundo
- Redbull Paranaue
- World Capoeira Federation

**Formato de evaluación sugerido**

**Rubrica de evaluación por dimensión (Ejemplo):**

| Dimensión | Criterio Evaluado | Nivel Alto | Nivel Medio | Nivel Bajo |
|---|---|---|---|---|
| Lúdica | Participación activa | Siempre participa | Participa ocasionalmente | Muestra poco interés |
| Motora | Coordinación en circuitos | Muy coordinado | Algo coordinado | Necesita mejorar |
| Cognitiva | Comprensión de reglas | Explica con claridad | Comprende parcialmente | No comprende bien |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Motriz** | **exploración** | **1** | **Movimientos Fundamentales de Capoeira**<br>Ginga<br>Au<br>Esquivas | **Indicador:** El niño muestra habilidad para realizar movimientos coordinados, como saltar, correr y girar. | **ACTIVIDAD: El niño puede realizar una secuencia de movimientos (ginga, au) de manera fluida y coordinada.** | **Circuito de Habilidades Motrices:**<br>**Descripción: Se Diseña un circuito que incluya diferentes estaciones donde los niños realicen tareas específicas (saltar, girar, caminar en equilibrio).**<br>**Evaluación: Observar y registrar el desempeño de cada niño en cada estación, evaluando su coordinación, equilibrio y agilidad.** |
| | | | **Coordinación y Equilibrio**<br><br>Ejercicios<br>que desarrollen la estabilidad y control corporal. | **indicador: El niño es capaz de mantener el equilibrio en diferentes posiciones y al realizar movimientos.** | **ACTIVIDAD:** El niño puede caminar sobre una línea recta o un banco sin perder el equilibrio. | **Desafío de Equilibrio**<br>**Descripción: Se crea un desafío donde los niños deben caminar sobre una línea o un banco sin caerse.**<br>**Evaluación: Registrar cuántas veces logran mantener el equilibrio y el tiempo que pueden sostener la posición.** |
| | | | **Ritmo y Musicalidad**<br><br>Introducción a los instrumentos de capoeira y su papel en la práctica | **indicador:** El niño se mueve en sincronía con la música y muestra comprensión del ritmo. | **ACTIVIDAD:** El niño puede seguir el ritmo de una canción de capoeira con movimientos adecuados (Ginga,Esquivas, roles) | **Ritmo y Música**<br>**Descripción: Se Realiza una actividad donde los niños deben moverse al ritmo de la música de capoeira, siguiendo patrones rítmicos.**<br>**Evaluación: Observa la sincronización y el ritmo de cada niño, así como su capacidad para seguir el compás de la música.** |
| | | | **Espacio y Orientación**<br>Comprender el espacio personal y general, y cómo moverse dentro de él. | **indicador:** El niño demuestra que sabe ubicarse dentro de la roda de capoeira con sus movimientos con relación al tiempo y al espacio | **ACTIVIDAD:** El niño puede crear una secuencia de movimientos imitando un animal o inventando un paso nuevo dentro de la roda de capoeira teniendo como referencia el jogo. | **ubicación espacial:**<br>**Descripción: Se pide a los niños que presenten una secuencia de movimientos (por ejemplo, ginga, au) ante sus compañeros. dentro de la roda de capoeira** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | **Evaluación: Evalúa la fluidez, la coordinación y el tiempo exacto al ejecutar los movimientos de ataque y defensa** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Cognitivo** | **Exploración** | **1** | **Conocimiento de Movimientos Básicos: Aprender los movimientos fundamentales de la capoeira (como ginga, esquivas y patadas).** | **indicador:**<br>**El niño identifica y reproduce correctamente los movimientos básicos de capoeira.** | **Actividad: Exploración de Movimientos**<br>**Descripción: Realizar una serie de estaciones donde los niños practiquen diferentes movimientos básicos de capoeira, guiados por el instructor.**<br>**Objetivo: Fomentar la comprensión y ejecución de los movimientos.** | **Actividad: Demostración de Movimientos**<br>**Descripción: Pedir a los niños que realicen una serie de movimientos básicos en parejas o grupos y observar su ejecución.**<br>**Evaluación: Evaluar la precisión y comprensión de los movimientos.** |
| | | | **Comprensión de la Música y el Ritmo: Introducir la música de capoeira y su relación con los movimientos.** | **indicador: El niño muestra comprensión del ritmo y la música durante la práctica.** | **Actividad: Juego de Memoria Musical**<br>**Descripción:** Escuchar diferentes canciones de capoeira y asociarlas con movimientos específicos. Los niños deben reproducir el movimiento correspondiente cuando escuchen la música.<br>**Objetivo:** Desarrollar la relación entre la música y el movimiento. | **Presentaciones de Reflexión: Los estudiantes comparten sus reflexiones sobre su aprendizaje y experiencias en grupo con relación a la música de capoeira** |
| | | | **Ritmo y Musicalidad**<br><br>Introducción a los instrumentos de capoeira y su papel en la práctica | **indicador:** El puede explicar brevemente la historia y los elementos culturales de la capoeira. | **Actividad: Cuento sobre la Capoeira**<br>**Descripción: Contar una historia que explique el origen y la cultura de la capoeira, utilizando imágenes o videos. Luego, discutir en grupo lo aprendido.**<br>**Objetivo: Ampliar el conocimiento cultural y contextual de la capoeira.** | **actividad: Cuestionario Breve**<br>**Descripción: Realizar un breve cuestionario oral o escrito sobre la música de capoeira y su relación con los movimientos, así como sobre la historia de la capoeira.**<br>**Evaluación: Evaluar la comprensión y retención de la información.** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | **Movimientos Fundamentales de Capoeira**<br>Ginga<br>Au<br>Esquivas | **Indicador:** El niño muestra habilidad para realizar movimientos coordinados, como saltar, correr y girar. | **ACTIVIDAD: El niño puede realizar una secuencia de movimientos (ginga, au) de manera fluida y coordinada.** | **Circuito de Habilidades Motrices:**<br>**Descripción: Se Diseña un circuito que incluya diferentes estaciones donde los niños realicen tareas específicas (saltar, girar, caminar en equilibrio).**<br>**Evaluación: Observar y registrar el desempeño de cada niño en cada estación, evaluando su coordinación, equilibrio y agilidad.** |
| | | | **Coordinación y Equilibrio**<br><br>Ejercicios<br>que desarrollen la estabilidad y control corporal. | **indicador: El niño es capaz de mantener el equilibrio en diferentes posiciones y al realizar movimientos.** | **ACTIVIDAD:** El niño puede caminar sobre una línea recta o un banco sin perder el equilibrio. | **Desafío de Equilibrio**<br>**Descripción: Se crea un desafío donde los niños deben caminar sobre una línea o un banco sin caerse.**<br>**Evaluación: Registrar cuántas veces logran mantener el equilibrio y el tiempo que pueden sostener la posición.** |
| | | | **Ritmo y Musicalidad**<br><br>Introducción a los instrumentos de capoeira y su papel en la práctica | **indicador:** El niño se mueve en sincronía con la música y muestra comprensión del ritmo. | **ACTIVIDAD:** El niño puede seguir el ritmo de una canción de capoeira con movimientos adecuados (Ginga,Esquivas, roles) | **Ritmo y Música**<br>**Descripción: Se Realiza una actividad donde los niños deben moverse al ritmo de la música de capoeira, siguiendo patrones rítmicos.**<br>**Evaluación: Observa la sincronización y el ritmo de cada niño, así como su capacidad para seguir el compás de la música.** |
| | | | **Espacio y Orientación**<br>Comprender el espacio personal y general, y cómo moverse dentro de él. | **indicador:** El niño demuestra que sabe ubicarse dentro de la roda de capoeira con sus movimientos con relación al tiempo y al espacio | **ACTIVIDAD:** El niño puede crear una secuencia de movimientos imitando un animal o inventando un paso nuevo | **ubicación espacial:**<br>**Descripción: Se pide a los niños que presenten una secuencia de movimientos (por ejemplo, ginga, au)** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | dentro de la roda de capoeira teniendo como referencia el jogo. | **ante sus compañeros. dentro de la roda de capoeira**<br>**Evaluación: Evalúa la fluidez, la coordinación y el tiempo exacto al ejecutar los movimientos de ataque y defensa** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Motriz** | **APROPIACION** | **2** | 1, Habilidades motrices de la ginga y sus desplazamientos.<br>(paralela, ginga, pulos laterales) | Realiza con una adecuada postura la ginga y desplazamientos básicos. | **Técnica de ginga:** se ubicarán en el espacio en parejas y realizarán el gesto básico de ginga frente a su compañero e irán cambiando cada 30 sg.<br><br>**Objetivo:** apropiar movimiento básico de la ginga con diferentes compañeros | **Se realizará un círculo done pasaran con su pareja y realizaran el ejercicio frente a frente se evaluará.**<br><br>**1, ejecución del movimiento en su totalidad**<br>**2, Fluidez y coordinación en los movimientos** |
| | | | | Desarrolla sus capacidades físicas mediante las bases de ginga | **Acondicionamiento físico en bases de ginga:** se realizan ejercicios con bases de ginga ejecutando un fortalecimiento de los principales grupos musculares. (paralela + sentadillas-guardia Baixa-zancada frontales).<br><br>**Objetivo**: acondicionamiento físico y ganar fuerza en las bases de la ginga | **Rutina de acondicionamiento física alrededor de 4 o 5 ejercicios enfocados al tren inferior.**<br><br>**1, calidad de la ejecución del ejercicio**<br>**2, condición física de los practicantes** |
| | | | | Ejecuta de manera adecuada los diferentes desplazamientos de ginga | **Secuencias grupales:** se dispondrán secuencias repetitivas grupales donde ejecuten desplazamientos laterales, frontales y diagonales adoptando técnicas bases de capoeira para mejorar su ejecución.<br><br>**Objetivo**: coordinar los diferentes desplazamientos desde movimiento básico de la ginga. | **Secuencias ejecutando los desplazamientos a trabajar se observará.**<br>**1, fluidez y coordinación general al ejecutar desplazamientos.**<br>**2, ejecución correcta de las técnicas de desplazamiento.**<br>**3, ubicación tempo espacial y lateralidad.** |
| | | | 2, Esquivas y Pateos lineales y rodados básicos | Ejecuta esquivas y salidas manejando su lateralidad coordinación general.<br>(guarda Baixa, guardia lateral, cocorinha) | **Esquivas y lateralidad:**<br><br>En formación de capoeira realizar la mecanización y practica de las principales esquivas de capoeira (guarda lateral, guardia Baixa, cocorina, etc) | **Mediante la realización de los ejercicios se observará la ejecución de manera individual y en parejas donde se evaluará.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | frente al compañero buscara uno de los participantes simulara golpear con algún elemento (paleta de pateo, churro este). o golpe con la mano, ejecutara algunas de las esquivas realizadas dentro de la clase para evitar el golpe.<br><br>Objetivo: logar esquivar de manera adecuada y apropiar las técnicas de defensa | **1, Ejecución de las esquivas con su adecuada técnica**<br>**2, Manejo de la lateralidad y espacio.**<br>**3, Puntos negativos en el juego (cada golpe no esquivado).** |
| | | | | Realiza pateos lineales y rodados comprendiendo la técnica adecuada.<br><br>Lineales:(martelo, benção, punteira, joelhada).<br><br>Rodados: (meia lua de frente, armada, queixada). | **Técnica de pateos:** explicación de pateos lineales y rodados, dividiendo el movimiento en ejercicios de mejoramiento que al sumar cada uno de ellos llevaran a la realización de la técnica de pateo en su totalidad.<br><br>**Pateo y foco:** dependiendo la técnica de pateo lograr golpear el foco o paleta de pateo puesta para realizar el pateo.<br><br>Objetivo: perfeccionar la técnica de pateos básicos de capoeira. | **Marcas y retos de pateos:**<br><br>**Lograr en 10 sg la mayor cantidad de pateos golpeando el foco o obstáculo con cada una de las técnicas de pateo evaluando:**<br><br>**1, ejecución de la técnica apropiada.**<br>**2, cantidad de patadas realizadas.**<br>**3, las veces que impacto el foco** |
| | | | | Apropia secuencias en pareja e individuales combinando esquivas y pateos | **Secuencias en Duplas:** secuencias de movimientos en pareja de pregunta y respuesta, puede ser ataque y defensa o ataque y contraataque, fortaleciendo la táctica y técnica en la simulación de situaciones reales en la roda de Capoeira y que preparan a los estudiantes física y psicológicamente**.**<br><br>**Objetivo:** Lograr asumir las técnicas de defensa y ataque para una situación de jogo en roda | **Mediante la realización de los ejercicios se observará la ejecución de manera individual y en parejas donde se evaluará.**<br><br>**1, Ejecución de las esquivas y pateos con su adecuada técnica**<br>**2, Manejo de la lateralidad, espacio. y como se desenvuelve con su compañero**<br>**3, Reflejos y tiempo de ejecución en cada técnica.** |
| | | | 3, Ejecución de secuencias básicas individuales y grupales de derrumbes y entradas básicas.<br><br>Derribos y entradas (Rasteira, vingativa, banda lateral). | Adopta de manera adecuada el seguimiento de secuencias grupales e individuales. | **Secuencias grupales:** se dispondrán secuencias repetitivas grupales donde ejecuten diferentes técnicas de capoeira para mejorar su ejecución en derribos y entradas.<br><br>**Objetivo**: entender la técnica de derribos y entradas. | **1, Ejecución y coordinación básica de manera grupal.**<br>**2, Realización adecuada de la técnica o movimiento establecido.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Entiende los tiempos de ejecución momento correcto para realizar las entradas y derribos | **Entradas dinámicas y estáticas: s**e realiza dinámicas de rol uno será el que apropia la técnica y el compañero apropia como responder a estas.<br><br>**Estáticas:** en base de ginga o paralela se realizará la ejecución de las diferentes técnicas de derribos procurando ejecutarlas lo mejor posible.<br><br>**Dinámicas:** el compañero realizara técnicas de pateo o defensa y el compañero realizara la técnica mencionada por el docente.<br><br>**Objetivo:** lograr apropiar de manera correcta y sin tener lesiones los derribos propios de capoeira. | **Se dispondrá una secuencia a realizar con el compañero adoptando los dos roles.**<br><br>**1, realización de la técnica a evaluar.**<br>**2, momento y tiempo de la ejecución que responda a la técnica que realice el compañero.**<br>**2, adaptación de los dos roles.** |
| | | | 4, capacidad física de la flexibilidad y elementos acrobáticos | Apropia de manera adecuada las acrobacias básicas de capoeira (au,ponte, bananeira, bananeira de cabeza, roll frontal y atrás, pescado) | **Explicación y segmentación de acrobacias:**<br>Se explicarán de forma segmentada cada una de las fases de las acrobacias básicas explicando la ejecución adecuada y dando ejercicios que faciliten la apropiación de las acrobacias.<br><br>**Circuitos acrobáticos:** diferentes actividades de forma secuencial en estaciones de trabajo. Donde se practiquen las acrobacias y trabajadas.<br><br>**Objetivo: mejorar acrobacias adaptando de manera correcta su técnica.** | **se pedirá un elemento acrobático específico y se evaluará.**<br><br>**1, ejecución del movimiento.**<br>**2, totalidad de las fases realizadas.**<br>**3, coordinación general de tren inferior y superior.** |
| | | | | Mejora capacidad física de la flexibilidad. | **Estiramientos dirigidos:** se realizaran estiramientos dinámicos y estáticos, para mejorar la flexibilidad en las principales articulaciones, flexibilidad de cadera ( Split, spagat) hombros y espalda (arcos, amplitud de hombros, etc.)<br><br>Objetivo: mejorar la capacidad fisica de la flexibilidad en diferentes articulaciones. | **Test de valoración de capacidad física de la flexibilidad.**<br><br>**1, Wells**<br>**2, test de flop**<br>**3, spagat**<br>**4, Split**<br>**5 amplitud de hombros y rotación de hombros con bastón.** |
| | | | | Apropia los floreios y los pone en práctica en secuencias básicas | **Ejecución de floreios**: realizara una secuencia donde realizara la combinación de dos o tres floreios y técnicas de pateo o defensa | **Secuencias ejecutando los floreios**<br><br>**1, fluidez y coordinación general.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Objetivo: combinar y poner en practica los floreios aprendidos en clase | **2, ejecución correcta de las técnicas de acrobacia.**<br>**3, ubicación tempo espacial y lateralidad.** |
| **DIMENSIONES** | **NIVEL** | **CICLO** | **CONTENIDOS** | **INDICADORES DE DESEMPEÑO** | **ACTIVIDADES PROPUESTAS** | **ACTIVIDADES EVALUATIVAS** |
| **Cognitiva** | **APROPIACION** | **2** | Historia de la capoeira orígenes, evolución y estilos | **Reconoce los aspectos básicos de historia de capoeira con la cultura y su ancestralidad.** | **Bate papo(conversatorio):** se realizará un conversatorio sobre temas de historia de capoeira viendo su origen, evolución y estilos<br><br>Objetivo: conocer el origen de la capoeira y un sentido ancestral y cultual | **Conversatorio evaluativo y cuaderno de capoeira con las principales historias.**<br><br>**1, investigación sobre las temáticas tratadas.**<br>**2, preguntas abiertas.**<br>**3, interés por parte de los estudiantes** |
| | | | | Comprende la evolución de la capoeira desde sus inicios | **Investigación y tareas escritas:** se abordarán temas de investigación sobre temas básicos de como a evolucionado la capoeira a lo largo de los años realizando una socialización.<br><br>**Línea de tiempo:** con los conocimientos ya adquiridos crear una línea de tiempo en desde su origen hasta ahora con los hechos más importantes para la capoeira.<br><br>Objetivo: conocer la evolución y la transición de los tiempos en capoeira. | **Revisión de tareas asignadas a los escolares.**<br>**1, acordes al tema.**<br>**2 participación en la actividad.** |
| | | | | Distingue los diferentes estilos de capoeira en la actualidad<br>Angola regional y contemporánea | **Narrativas y ejemplos:** Se dispondrán de charlas para explicar los diferentes estilos con ejemplos de video para aprender sus características y diferencias entre ellos.<br><br>Objetivo: que los participantes comprendan los diferentes estilos de capoeira con ejemplos lúdicos | **Observación comportamental de los escolares rente a la actividad**<br><br>**1, compromiso por aprender.**<br>**2, preguntas abiertas sobre la temática.** |
| | | | Musicalidad, tipos de canciones, ritmos y significado de las canciones | Respondo canciones básicas de capoeira con su adecuada pronunciación. | **Canto individual y en grupo:** se postula una canción sencilla cada dos semanas que se reforzará en clase, teniendo en cuenta la pronunciación y significado<br><br>Objetivo: | **1, pronunciación adecuada de las canciones.**<br>**2, Capacidad para cantar y explicar la historia de la canción.**<br>**3, memorizar la mayoría de la canción** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Comprendiendo las letras de las canciones su significado y pronunciación. | **Estudio de canciones:** se escoge una canción larga con un a buena historia para desglosara la explicando cada una de las palabras y su pronunciación.<br><br>**Objetivo** | **Cancionero de capoeira:**<br>**Un cuadernillo con las canciones anotadas trabajadas durante la clase**<br><br>**1, canciones escritas y traducidas**<br>**2, saber coros de las canciones.** |
| | | | | Combinoa las palmas de capoeira con coros básicos de las canciones trabajadas | **Cantoría en roda:** se realizará un círculo con todos los participantes comenzando con un ritmo suave de sao bento grande, los estudiantes llevaran el ritmo con las palmas e intentaran responder el coro básico cantado por el docente<br><br>**Objetivo: que todos los participantes intenten cantar y tener un momento de liderazgo en la roda** | **Se evidenciará la participación de los escolares rente a la actividad evaluando**<br><br>**1, pronunciación de las letras**<br>**2 coordinación y disociación en el momento de cantar y seguir las palmas**<br>**3, ir acorde al ritmo predispuesto.** |
| | | | frases básicas en portugués, comandos básicos | Conoce los nombres de las diferentes técnicas de capoeira | **Nombrar y ejecutar:** se ejecutará una ronda de capoeira donde cada palabra pronunciada continuará con una acción de una técnica propia de capoeira.<br><br>Objetivo: memorizar los movimientos básicos con su pronunciación. | **1, ejecución de movimientos acorde a lo indicado en la ronda.**<br>**2, cantidad de aciertos y errores.**<br>**3, continuidad y fluidez en la ejecución.** |
| | | | | Identifica los números en portugués pronunciándolos adecuadamente | **Repetición de conteo:** Se realiza durante los ejercicios realizados dentro de la sesión de clase incorporar el siempre contar en portugués.<br><br>**Objetivo:** naturalizar el idioma portugués en las sesiones de clase**.** | **Durante todas las sesiones de clase se indicará que alguno de los participantes cuente en portugués evaluando su pronunciación.** |
| | | | | Comprende comandos básicos en portugués | **Juegos de acciones básicas: se realizarán juegos reglados intentando colocar acciones básicas y comandos en portugués intentado seguir y apropiar estas dinámicas en un lenguaje extranjero.**<br><br>**Dictar la clase en idioma portugués y traducir después lo anterior mencionada para que se acostumbren al nuevo lenguaje.**<br><br>**Objetivo: apropiar un nuevo lenguaje.** | **Durante todas las sesiones de clase se incorporarán comandos en portugués para adecuar el estudiante al nuevo idioma.** |
| | | | Toques de percusión básicos y palmas | Identificar los toques básicos de capoeira con solfeo | Clase musical: se realiza una clase explicando los instrumentos de percusión sus toques y los diferentes ritmos y toques básicos propios de estos ritmos. | **Ejecución de los toques cumpliendo con lo anteriormente explicado.**<br><br>**1, Cumple con todos los pasos,** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Realizar una apropiación de toques mediante el solfeo o tarareo de la imitación del sonido de los toques<br>Objetivo: conocer toques básicos de capoeira en percusión. | **2 lleva un tiempo adecuado.**<br>**3, saber el solfeo básico de los toques.** |
| | | | | Interioriza los ritmos básicos de la percusión en pandeiro y atabaque | **Explicación de sao bento grade:**<br>explicación de toque sencillo de capoeira 1, 2, 3 en el atabaque y el pandeiro**.**<br><br>Explicación de toques doblados o de mayor complejidad<br><br>Objetivo: conocer los diferentes toques para el ritmo básico de la capoeira sao bento grande de angola | **Ejecución de los toques cumpliendo con lo anteriormente explicado.**<br><br>**1, Cumple con todos los pasos,**<br>**2 lleva un tiempo adecuado.**<br>**3, saber el solfeo básico de los toques** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| LUDICO | APROPIACION | | Seguimiento de patrones rítmicos, rondas y secuencias, llevando una cadencia y ritmo al realizar movimientos corporales | Participa activamente de los diferentes juegos postulando soluciones a las actividades realizadas. | **Juego de relevos:** se realizará un juego de relevos pasando por estaciones donde cada estación tendrá un reto realizando técnicas de capoeira en cada una de las estaciones siendo pateos o esquivas. | **1, ejecución de las diferentes técnicas de capoeira.**<br>**2, rapidez en la realización de los retos**<br>**3, comportamiento dentro del juego cumplimiento de normas.** |
| | | | | Realiza movimientos controlados y adecuados según los diferentes ritmos. | **Juegos de estatuas**: El formador tocará a diferentes cadencias el instrumento musical propio capoeira (pandeiro) en el momento que el formador pare de tocar los niños se quedarán en posición de estatuas. Dependiendo la indicación o la postura que diga el formado los niños adoptarán está dicha postura. | **1, Ejecución de movimientos acorde al ritmo.**<br>**2, Eficiencia y control al momento de realizar dicha acción.**<br>**3, Comportamiento lúdico (disfrute y respeto por las reglas).** |
| | | | | Adopta los principales valores deportivos en los juegos propuestos. | **Juego de rol:** dentro del juego se ubicarán en parejas uno de los participantes solo podrá atacar al compañero y el otro defenderse al pasar 1 min cambiarán de rol. | **1, Comportamiento frente al ejercicio (disfrute y respeto por el compañero).**<br>**2, empatía hacia el otro.** |
| | | | Juegos que incorporen valores deportivos cumpliendo con las reglas, normas y cuidado propio, de mis pares y entorno | Comprende los valores deportivos dentro de las actividades propuestas | **Macaco:** juego de roll el que actúa como macaco tendrá el papel de atrapar los compañeros, los participantes para no dejarse atrapar realizaran posiciones de defensa quedándose en esa posición hasta que un compañero lo ayude realizando algún gesto de ataque.<br>• Defensa (negativa, queda de 4). Se saldrá en role<br>• Ataque (Galopanche, meia Lua de frente). | **Comprensión por los compañeros respetando los valores básicos del juego.** |
| | | | | Adapta las reglas y normas postuladas para los juegos realizados en clase | **Juego tradicional de congelados** acondicionado a capoeira, cuándo congelen al participante se quedará en guardia baja, para descongelarlo se realizará queixada. | **Evaluación: Evaluar la capacidad de los niños para reflexionar sobre su experiencia y aprendizaje a través del juego.** |
| | | | | Realiza acuerdos necesarios para el cuidado de sí mismo, de sus pares y el ambiente de aprendizaje | **Juegos de relevos:** con apropiación de técnica (pateos de queixada-armada y martelo-Esquivas lateral, cocorinha guardia Baixa, esquiva en la base) y táctica (defensa y ataque) | **Comportamiento y resolución de las situaciones presentadas dentro de los juegos.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Aplicar valores deportivos dentro de juegos adaptados a capoeira y juegos predeportivos. | identifica la necesidad de cuidar de sí mismo y de sus pares. | 5, juego de piedra papel y tijera, el participante que pierda realizara Split separando paulatinamente los pies hasta llegar al punto donde pueda aguantar más. | **Reflexión sobre los cuidados propios y de los compañeros siguiendo las reglas del juego y procurando estar al tanto de las capacidades del compañero** |
| | | | | Reconoce acuerdos clase interiorizando valores deportivos durante la realización, destrezas y/o habilidades motrices básicas. | juego de atención y coordinación, se ubican en formación realizando skipin alto cada patada tendrá un número del uno al tres, dependiendo el número que diga el formador los estudiantes realzarán la ejecución del pateo (se harán combinaciones incluyendo más de 1 número<br><br>objetivo: evidenciar los valores deportivos dentro de los juegos básicos de clase | **Charla y observación de comportamientos de los escolares frente a las dinámicas y valores deportivos trabajados en la sesión de clase** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Motriz**<br>**Motriz**<br>**Motriz** | **Exploración**<br>**Apropiación**<br>**Dominio** | **3**<br>**3**<br>**3** | Secuencias individuales y grupales, de pateos rodados, lineales, esquivas y floreios básicos. | Realiza de manera adecuada con buena técnica las secuencias postuladas. | **Secuencias grupales:** se dispondrán secuencias repetitivas grupales donde ejecuten técnicas combinadas de ataque, defensa y floreios de capoeira para mejorar su ejecución. | **1, Ejecución y coordinación básica de manera grupal.**<br>**2, Realización adecuada de la técnica o movimiento establecido.**<br>**3, Fluidez y coordinación en los movimientos** |
| | | | Adaptar la normatividad siguiendo instrucciones para la ejecución de gestos técnicos y tácticas de la capoeira | Ejecuta los gestos técnicos de capoeira coordinando de manera global su cuerpo. | **Secuencias en parejas:** Se ejecutarán secuencias estructuradas en parejas, vivenciando entradas y derribos, desde la ginga o de algún pateo. | **1, Precisión y coordinación en cada uno de los elementos.**<br>**2, tiempo de ejecución frente a los derribos.**<br>**3, ejecución de la secuencia en su totalidad y con variantes.** |
| | | | Crear secuencias con pateos rodados y esquivas para la mejora de la coordinación general | Propone secuencias de capoeira de manera autónoma con estructuración de las técnicas de capoeira (pateos, esquivas y floerios). | **Secuencias autónomas:** el estudiante contará con todas las técnicas de capoeira para proponer una secuencia de mínimo 6 movimientos. | **1, ejecución de técnicas de capoeira (pateos, esquivas y floreios).**<br>**2 cantidad y calidad de los movimientos realizados.**<br>**3, creatividad y autonomía frente a la secuencia presentada.** |
| **Cognitivo** | **Dominio** | **3** | Reconozco la música su interpretación canto en roda e historias contadas en cada canto. | Identifica el significado de las canciones de capoeira e historias mencionadas. | **Estudio de canciones:** se postulará canciones con componentes de historia arraigada a la capoeira y cultura afro brasilera se realizará la traducción y correcta pronunciación. | **1, cancionero escribiendo las letras de las canciones.**<br>**2, cuestionario sobre las historias de las canciones.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Identifico los toques básicos percutivos y de birimbao para la roda de capoeira | Identifica correctamente los toques básicos de percusión y birimbao | **Ejecución de toques:** se practicarán los toques básicos en pandeiro y atabaque, secuenciando y separándolos en partes para facilitar su aprendizaje. | **1, cuestionario práctico evidenciando la ejecución del toque.**<br>**2,precisión y ritmo en la ejecución.** |
| | | | Reconozco la roda batería y manipulación de instrumentos | Comprendo el orden de la roda de capoeira su distribución y ubicación de instrumentos | **Roda:** realizar rodas simulaciones de roda acomodando los instrumentos que se tengan según lo investigado o ya antes mencionado por el formador | **1, preguntas abiertas y estructuradas previamente sobre la temática abordada**<br>**2, cómo se desenvuelven dentro de la organización.** |
| **Lúdico** | **Dominio** | **3** | Participar en juegos predeportivos, juegos tradicionales y juegos organizados con reglas definidas | Participa activamente de los diferentes juegos postulando soluciones a las actividades realizadas | **Congelados:** adaptación del juego tradicional de congelados, al ser congelado realizará una esquiva para descongelar podrá ser con un pateo. | **1, respeto por el compañero y seguimiento de normas.**<br>**2, ejecución de las técnicas de defensa y ataque postuladas.**<br>**3, disfrute y actitud hacia el trabajo en grupo.** |
| | | | Actividades lúdicas para mejorar el rendimiento en tareas específicas (equilibrio, pateos, esquivas y coordinación general). | Muestra progresos en las tareas realizadas dentro de los juegos postulados | **Circuitos de habilidad**: configuración diferentes estaciones donde pasará obstáculos o pasando retos para pasar al siguiente nivel ejemplo: 1 aro 5 cocorinhas, 2 cono 4 bananeiras (parada de manos), 3 cono pateos por encima del obstáculo. | **1,honestidad, cumplimiento de reglas y normas establecidas en el juego.**<br>**2, compromiso y participación dentro de la actividad.**<br>**3, ejecución frente a las técnicas realizadas.** |
| | | | **Jogo (juego) capoeira ejecutar y proponer movimientos propios de capoeira dentro de la roda** | Retroalimenta los movimientos técnicos ejecutados dentro de la roda como sus instrumentos y musicalidad e implementación en la roda | **Roda de capoeira**: espacio circular donde se practica la capoeira, un arte marcial brasileño que combina baile, música, acrobacias y expresión corporal con instrumentos propios de capoeira. | **1, Creatividad en la resolución de situaciones.**<br>**2, Ejecución de las diferentes técnicas de pateo, esquiva y floreios acorde al ritmo.**<br>**3, Cantar, tocar y jugar, evitando distracciones.** |

| DIMENSIONES | NIVEL | CICLO | CONTENIDOS | INDICADORES DE DESEMPEÑO | ACTIVIDADES PROPUESTAS | ACTIVIDADES EVALUATIVAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **MOTORA** | **EXPLORACIÓN** | **4** | **1. R**econocer términos como: **precisión, fluidez y la creatividad en la ejecución de los movimientos.**<br>**2. Resolución de conflictos**<br>**3. Gestión de emociones** | • **Relaciona las técnicas con conceptos como el equilibrio, la armonía y la adaptación.**<br>• **Promueve el respeto por la diversidad y la valoración de las tradiciones.**<br>• **Canaliza las emociones de forma saludable y controlar la impulsividad.** | • **Desplazamientos básicos: Adelante, atrás, laterales, diagonales.**<br>• **Cambios de ritmo: Adaptación a diferentes ritmos musicales.**<br>• **Fintas y esquivas: Desarrollo de la agilidad y la capacidad de reacción.** | • **Pruebas prácticas: Realizar evaluaciones prácticas para evaluar el dominio de las técnicas y habilidades aprendidas.**<br>• **Participación en rodas: Evaluar la participación activa de los estudiantes en las rodas.** |
| **LUDICA** | **EXPLORACIÓN** | **4** | **1. Cooperación**<br>**2. Respeto** | • **Establece dialogos de manera clara y respetuosa con los compañeros y el instructor.** | • **Juegos cooperativos: Promover ejercicios que generen confianza, la comunicación y el trabajo en equipo.** | • **Evaluación de la resolución de problemas: Proponer situaciones problemáticas durante la clase y observar cómo los estudiantes las abordan y resuelven.** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | • Escucha activamente las indicaciones y las opiniones de los demás. | • Reflexiones grupales: Después de cada clase, dedicar unos minutos a compartir experiencias y emociones. | • Participación: Se evaluará la frecuencia y la calidad de la participación de los estudiantes en las actividades propuestas. |
| COGNITIVA | EXPLORACIÓN | 4 | 1. Historia<br>2. Filosofía<br>3. Exposiciones comunitarias | • Relaciona la historia de Brasil, los personajes relevantes, los instrumentos musicales, vestimenta tradicional, entre otros.<br>• Reconoce los principios básicos de la capoeira, juego, ginga, roda, respeto, humildad, comunidad.<br>• Relaciona los aspectos históricos, culturales y filosóficos de la capoeira con la práctica. | • Análisis de videos: Mostrar videos de capoeiristas profesionales y analizar sus técnicas, identificando los aspectos a mejorar.<br>• Introducir a los estudiantes a la historia, cultura y filosofía de la capoeira. | • Portafolio: Los estudiantes llevarán un portafolio donde registrarán su progreso, incluyendo videos, dibujos, reflexiones y comentarios del profesor. |
| MOTORA | APROPIACIÓN | 4 | 1. Establecimiento de metas<br>2. Celebraciones de logros<br>3. Juegos coperativos | • Participa de manera progresiva en el manejo de las técnicas y la participación activa en la roda.<br>• Ovaciona las necesidades individuales y colectivas.<br>• Adaptar las actividades a sus capacidades y ritmos de aprendizaje. | • Circuitos de movimientos básicos: Establecer circuitos de entrenamiento que incluyan los movimientos fundamentales de la capoeira (ginga, golpes, barridas, esquivas) con progresiva dificultad.<br>• Realizar combinaciones de movimientos con fluidez y coordinación.<br>• Demostrar la progresión de los educativos en la ejecución de acrobacias básicas. | • Evaluación de la participación en la roda: Observar la actitud de los estudiantes durante la roda, su capacidad para interactuar con los demás y su respeto por las reglas del juego.<br>• Evaluación de la creatividad: Pedir a los estudiantes que creen una coreografía individual o en grupo, utilizando los elementos aprendidos en clase. |
| LUDICA | APROPIACIÓN | 4 | 1. Participación<br>2. Actitud<br>3. Comunicación | • Muestra interés y entusiasmo por aprender capoeira.<br>• Adapta su comportamiento a las diferentes situaciones.<br>• Demuestra una actitud positiva hacia sí mismo y hacia los demás. | • Establecer metas: Cada estudiante puede establecer metas personales y realizar un seguimiento de su progreso.<br>• Celebración de los logros: Reconocer y aplaudir los logros individuales y grupales. | • |
| COGNITIVA | APROPIACIÓN | 4 | 1. Manejo de elementos<br>2. Gritos de guerra<br>3. Reflexiones grupales | • Introducción a los instrumentos musicales de la capoeira (berimbau, atabaque, pandeiro), ritmos básicos y canciones.<br>• Aprendizaje de gritos de guerra y canciones tradicionales. | • Fomentar el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto.<br>• Promover la expresión corporal y la creatividad a través del movimiento.<br>• Contribuir a la formación integral de los estudiantes, promoviendo valores como la solidaridad, la igualdad y la inclusión. | • Retroalimentación constructiva: La retroalimentación debe ser clara, específica y orientada al desarrollo de las habilidades de los estudiantes en capoeira. |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | • Establece diálogos de retroalimentación colectiva con sus compañeros para para las mejoras técnicas. | | |
| MOTORA | DOMINIO | 4 | 1. Observación directa<br>2. Adaptación a las necesidades individuales | • Evalúa su actitud durante las clases y las actividades.<br>• Persevera en la práctica, superando obstáculos. | • Combinaciones: Secuenciar los movimientos que integran golpes, barridas, esquivas, saltos simples y combinados.<br>• Juego de la rueda: Organizar rodas de entrenamiento donde los estudiantes puedan practicar los movimientos aprendidos en un ambiente lúdico y competitivo.<br>• Enseñar los educativos necesarios para el desarrollo de floreios, movimientos acrobáticos, estéticos y fluidos. | • Evaluación de la técnica: Pedir a los estudiantes que ejecuten una secuencia de movimientos específica, observando su precisión, fluidez y coordinación.<br>• Evaluación del acondicionamiento físico: Realizar un circuito de entrenamiento y medir el tiempo de ejecución y la frecuencia cardíaca. |
| LUDICA | DOMINIO | 4 | 1. Diario de reflexiones<br>2. Gestión de emociones | • Utiliza estrategias para resolver conflictos que surjan durante la práctica.<br>• Registra experiencias y progresos. | • Juegos cooperativos: Organizar juegos que promuevan la cooperación, la comunicación y el trabajo en equipo, como por ejemplo, construir una torre humana o pasar un objeto sin utilizar las manos.<br>• Simulaciones de situaciones reales: Crear escenarios donde los estudiantes deban resolver problemas o conflictos utilizando las habilidades aprendidas en la capoeira.<br>• | • Actitud: Se evaluará la disposición de los estudiantes para aprender y mejorar, así como su actitud positiva hacia la capoeira y hacia los demás.<br>• Comunicación: Se evaluará la capacidad de los estudiantes para comunicarse de manera clara y efectiva con sus compañeros y el profesor. |
| COGNITIVA | DOMINIO | 4 | 1. Integración de teoría<br>2. Práctica de roles<br>3. Proyectos grupales | • Desarrolla el juego de capoeira, bajo las reglas básicas, el respeto mutuo, la comunicación no verbal, entre otras.<br>• Utiliza juegos y actividades que considera divertidas de las elaboradas en clase o creadas para facilitar el aprendizaje y mantener la motivación.<br>• Fomenta el trabajo con sus pares mostrando el desarrollo de habilidades sociales y de cooperación. | • Presentaciones grupales: Los estudiantes presentarán coreografías o demostraciones de capoeira en grupo, evaluando su capacidad de trabajo en equipo y su creatividad.<br>• Propuestas de mejora: Invitar a los estudiantes a proponer ideas para mejorar las clases y el ambiente de aprendizaje.<br>• • Creación de coreografías grupales: Dividir a los estudiantes en grupos y pedirles que creen una coreografía que incluya los movimientos aprendidos, | • Autoevaluación: Los estudiantes completarán una autoevaluación para reflexionar sobre su propio progreso y establecer nuevas metas.<br>• Coevaluación: Los estudiantes se evaluarán entre sí, proporcionando retroalimentación constructiva sobre sus fortalezas y áreas de mejora. |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | **fomentando así la creatividad y el trabajo en equipo.** | |