EVIDENCIA 1

Jornada escolar complementaria

# Grupo	Centro Interés	Ied (Sedes)	Dias Horarios	Escenario	Transporte	Estado
1	PORRAS	COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID (IED) - COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID IED) A	Lunes: 10:00:00-12:00:00 Miercoles: 10:00:00-12:00:00	Institución Educativa	No	InhabilitarEditarEditar sedesSubir planeador
2	PORRAS	COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID (IED) - COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID IED) A	Lunes: 12:00:00-14:00:00 Miercoles: 12:00:00-14:00:00	Institución Educativa	No	InhabilitarEditarEditar sedesSubir planeador
3	PORRAS	COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID (IED) - COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID IED) A	Martes: 10:00:00-12:00:00 Jueves: 10:00:00-12:00:00	Institución Educativa	No	InhabilitarEditarEditar sedesSubir planeador
4	PORRAS	COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID (IED) - COLEGIO ESMERALDA ARBOLEDA CADAVID IED) A	Martes: 12:00:00-14:00:00 Jueves: 12:00:00-14:00:00	Institución Educativa	No	InhabilitarEditarEditar sedesSubir planeador

EVIDENCIA 2

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PORRISMO							
MALLA CURRICULAR CICLO 1							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Favorecer en los escolares el reconocimiento de su cuerpo, el desarrollo de destrezas motorices básicas y la vivencia de experiencias lúdicas que estimulen su creatividad, socialización y acercamiento a la iniciacion del deporte, forjando bases para procesos de formación más estructurados en el porrismo.	
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Fortalecer en los estudiantes las capacidades motrices básicas (coordinación, equilibrio, agilidad, flexibilidad y control postural) a través de actividades lúdicas y progresivas propias del porrismo, favoreiendo en desarrollo corporal*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Promover por mediante actividades lúdicas que integren el juego, la exploración y la creatividad, favoreciendo el disfrute, la motivación y la participación activa de los estudiantes*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Favorecer en los estudiantes la comprensión básica de los conceptos, normas y fundamentos esenciales del porrismo, llevando a cabo la implemetacion de roles dentro del grupo (base, flyer, spotter), la importancia de la seguridad en cada práctica y la apropiación de valores como la disciplina y el respeto entre ellos.*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
1	1	**UNA VIA PARA LA ESPERANZA Y LA SUPERACION PERSONAL:** 1.En entornos donde las oportunidades de proyección deportiva y recreativa suelen ser limitadas, el porrismo se convierte en una fuente significativa de motivación y sentido de propósito. 2.Promueve una motivación intrínseca, basada en la superación personal y en el deseo de representar con orgullo a su colegio y a su comunidad. 3. La participación en entrenamientos y eventos fortalece la autoestima y el sentido de logro, ayudando a	**CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD , RESILIENCIA Y DISCIPLINA:** 1. el porrismo trasciende la práctica física: se convierte en un espacio de crecimiento emocional y social. 2. Al aprender técnicas, rutinas y roles, los niños y adolescentes desarrollan autoconfianza y sentido de identidad, reconociéndose como capaces y valiosos. 3. Las exigencias del entrenamiento fortalecen la disciplina, la constancia y la responsabilidad	**FORMACION EN VALORES, RESPONSABILIDAD Y SENTIDO COMUNITARIO:** 1. Enseña el respeto por las normas, el trabajo colaborativo y la equidad de género, valores que son esenciales para una convivencia democrática. 2. Los roles dentro del equipo (base, flyer, spotter, capitán) promueven la corresponsabilidad y la participación equitativa, fortaleciendo la comprensión del “nosotros” sobre el “yo”. 3. el porrismo	**EMPATIA, COOPERACION Y CONSTRUCCION DE VINCULOS:** 1. Además, el porrismo estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común. 2. Las dinámicas grupales y las rutinas fomentan la comunicación asertiva y la confianza mutua. Cada integrante depende del otro, lo que reduce actitudes de rivalidad o exclusión. 3. Este ambiente positivo de convivencia fortalece los lazos afectivos entre compañeros y mejora el clima escolar, favoreciendo la	Reconocimiento del cuerpo y sus segmentos	Identifica y nombra partes principales del cuerpo.
							Ejecuta juegos de imitación para reconocer funciones del cuerpo.
	2					Juegos motores para desarrollar equilibrio, lateralidad y coordinación	Mantiene posturas de equilibrio en diferentes posiciones.
							Coordina desplazamientos básicos en circuitos lúdicos.
2	3					Movimientos básicos (correr, saltar, girar, rodar)	Integra saltos, giros y rodadas en juegos recreativos.
							Demuestra fluidez y seguridad en movimientos locomotores.
	4					Desplazamientos en diferentes direcciones y niveles	Realiza desplazamientos en zigzag, curvas y diagonales.
							Varía la altura (alto, medio, bajo) en recorridos.
3	5					Equilibrio dinámico y estático	Mantiene posturas de equilibrio en un pie o con apoyo.
							Realiza desplazamientos sobre líneas o superficies estrechas.
	6					Juegos con ritmo, palmoteos y movimientos con música	Reproduce patrones rítmicos sencillos con palmas o pasos.
							Coordina movimientos básicos siguiendo un estímulo musical.
4	7					Introducción a motions (brazos básicos del porrismo)	Ejecuta motions básicos con la técnica indicada.
							Mantiene postura corporal adecuada durante la ejecución.
	8					Actividades de expresión corporal y secuencias de movimientos	Representa emociones y acciones mediante gestos y movimientos.
							Combina movimientos en secuencias cortas.
5	9					Uso de implementos con ritmo (panderetas, cintas, pañuelos)	Combina desplazamientos y giros con implementos.
							Participa activamente en coreografías simples con materiales.
	10					Exploración de ritmos	Propone variaciones de ritmos en juegos musicales.
							Integra pasos simples en dinámicas rítmicas grupales.
6	11					Juegos cooperativos para fortalecer la confianza	Colabora con sus compañeros en actividades grupales.
							Reconoce la importancia del trabajo en equipo.
	12					Actividades de liderazgo y roles dentro del grupo	Asume pequeños roles de liderazgo en dinámicas sencillas.
							Respeta y sigue instrucciones dadas por compañeros o docentes.
7	13					Valores del deporte: respeto, disciplina y solidaridad	Demuestra respeto hacia sus compañeros y docentes.
							Cumple con las normas básicas de las actividades.
	14					Coordinación óculo-manual (pelotas, pañuelos, objetos)	Coordina movimientos de manos y ojos en juegos.
							Integra lanzamientos en dinámicas grupales.
8	15					Secuencias de palmas y pisadas	Coordina palmas y pasos en grupo.
							Propone variaciones de ritmos en juegos musicales.
	16					Dinámicas de confianza por parejas	Participa en juegos de confianza con seguridad.
							Coopera con el compañero para cumplir consignas.
	17						Se comunica asertivamente con el grupo.

9		ayudando a contrarrestar realidades de desmotivación o desinterés escolar. 4. la exposición a rutinas colectivas y presentaciones fomenta el orgullo institucional, generando una conexión afectiva con la escuela.	responsabilidad, cualidades que también impactan el rendimiento académico. 4. El trabajo en equipo enseña resiliencia ante la frustración y la importancia del esfuerzo colectivo.	estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común.	favoreciendo la integración y la participación activa. 4. al ofrecer una alternativa estructurada de uso del tiempo libre, el porrismo reduce riesgos de comportamientos negativos (violencia, deserción, consumo, apatía).	Resolución de retos grupales	Cumple con su rol para superar el reto.
	18					Juegos tradicionales en equipo	Coopera en la dinámica del juego.
							Disfruta de la práctica compartida con sus compañeros.
10	19					Posiciones básicas y formación de líneas	Realiza posiciones básicas del porrismo con corrección.
							Participa en la organización de formaciones simples en grupo.
	20					Introducción a gimnasia base	Ejecuta posturas corporales basicas de gimnasia
							Integra destrezas bases de la gimansia invertida en difernetes apoyos
11	21					Ejercicios de flexibilidad y fuerza adaptados	Realiza estiramientos básicos con autonomía.
							Ejecuta ejercicios de fuerza acordes a su nivel.
	22					Pequeñas coreografías con integración de movimientos aprendidos	Participa en la construcción de pequeñas rutinas coreográficas.
							Ejecuta secuencias combinando motions, saltos y desplazamientos.
12	23					Posturas básicas de brazos (high V, low V, T, diagonales)	Realiza correctamente posturas básicas de brazos.
							Mantiene alineación corporal en la ejecución.
	24					Saltos con variaciones de brazos	Coordina brazos y piernas en saltos sencillos.
							Mantiene ritmo y postura en el aire.
13	25					Transiciones en formaciones (cambios de lugar)	Mantiene sincronía con el grupo en transiciones.
							Reconoce su ubicación y rol dentro de la formación.
	26					Pequeños stunts básicos (con apoyo del docente)	Participa en stunts adaptados de bajo riesgo.
							Mantiene firmeza en su rol (base, flyer o apoyo).
14	27					Entrenamiento básico de resistencia	Corre distancias cortas manteniendo ritmo.
							Participa en juegos que exigen resistencia aeróbica.
	28					Rutinas integradas (saludos, motions y cierres)	Ejecuta saludos iniciales y finales de rutina.
							Integra movimientos aprendidos en una secuencia.

ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Consolidar en los escolares las habilidades fisicas,motrices y tecnicas basicas del porrismo,favoreciendo la apropiación de elementos de gimnasia ,stunt,saltos y coreografia,en un ambiente lúdico-pedagógico que estimule el aprendizaje,la seguridad y la cohesión grupal.	
TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**				**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**	*Desarrollar la coordinación,el equilibrio y la agilidad en secuencias motrices y tecnicas,asegurando el control corporal en la ejecución de movimientos basicos de gimnasia y stunts.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Promover la participación activa y creativa en actividades recreativas y coreograficas,que potencien la motivación,el disfrute y la cohesión grupal.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Fortalecer la compresión de reglas,la memoria motirz y la capacidad de analisis en la construcción de secuencias técnicas,favoreciendo el aprendizaje autónomo y significativo.*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
15	29	**UNA VIA PARA LA ESPERANZA Y LA SUPERACION PERSONAL:** 1.En entornos donde las oportunidades de proyección deportiva y recreativa suelen ser limitadas, el	**CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD , RESILIENCIA Y DISCIPLINA:** 1. el porrismo trasciende la práctica física; se	**FORMACION EN VALORES, RESPONSABILIDAD Y**	**EMPATIA, COOPERACION Y CONSTRUCCION DE VINCULOS:** 1. Además, el porrismo estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes	*Resistencia básica en juegos y rutinas cortas*	Participa en juegos que exigen movimiento continuo.
							Mantiene actividad física en pequeñas secuencias.
	30					Fuerza general mediante juegos motores	Realiza empujes y cargas con su propio peso.
							Demuestra control en ejercicios de arrastre y apoyo.
16	31					Flexibilidad inicial en tren inferior	Ejecuta ejercicios de extensión de brazos y espalda.
							Aplica estiramientos en la preparación de la rutina.
	32					Flexibilidad de tronco y brazos	Ejecuta ejercicios de extensión de brazos y espalda.
							Aplica estiramientos en la preparación de la rutina.
17	33					Coordinación gruesa en juegos rítmicos	Coordina brazos y piernas en juegos con música.
							Mantiene ritmo en secuencias de movimientos básicos.
	34					Equilibrio básico estático	Se sostiene en un pie durante varios segundos.
							Mantiene posturas sencillas de balance.
18	35					Equilibrio dinámico en desplazamientos	Realiza caminatas sobre líneas o bancos bajos.□
							Ajusta su postura al desplazarse.
	36					Agilidad en juegos de reacción	Responde rápidamente a cambios de señal.
							Se desplaza con rapidez en diferentes direcciones.
19	37					Coordinación simple en movimientos de grupo	Realiza movimientos imitando al docente o compañeros.
							Coordina movimientos básicos en equipo.
	38					front roll	Ejecuta el FR con apoyo de manos y cabeza.

	38	porrismo se convierte en una fuente significativa de motivación y sentido de propósito. 2.Promueve una motivación intrínseca, basada en la superación personal y en el deseo de representar con orgullo a su colegio y a su comunidad. 3. La participación en entrenamientos y eventos fortalece la autoestima y el sentido de logro, ayudando a contrarrestar realidades de desmotivación o desinterés escolar. 4. la exposición a rutinas colectivas y presentaciones fomenta el orgullo institucional, generando una conexión afectiva con la escuela.	convierte en un espacio de crecimiento emocional y social. 2. Al aprender técnicas, rutinas y roles, los niños y adolescentes desarrollan autoconfianza y sentido de identidad, reconociéndose como capaces y valiosos. 3. Las exigencias del entrenamiento fortalecen la disciplina, la constancia y la responsabilidad, cualidades que también impactan el rendimiento académico. 4. El trabajo en equipo enseña resiliencia ante la frustración y la importancia del esfuerzo colectivo.	**SENTIDO COMUNITARIO:** 1. Enseña el respeto por las normas, el trabajo colaborativo y la equidad de género, valores que son esenciales para una convivencia democrática. 2. Los roles dentro del equipo (base, flyer, spotter, capitán) promueven la corresponsabilidad y la participación equitativa, fortaleciendo la comprensión del “nosotros” sobre el “yo”. 3. el porrismo estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común.	con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común. 2. Las dinámicas grupales y las rutinas fomentan la comunicación asertiva y la confianza mutua. Cada integrante depende del otro, lo que reduce actitudes de rivalidad o exclusión. 3. Este ambiente positivo de convivencia fortalece los lazos afectivos entre compañeros y mejora el clima escolar, favoreciendo la integración y la participación activa. 4. al ofrecer una alternativa estructurada de uso del tiempo libre, el porrismo reduce riesgos de comportamientos negativos (violencia, deserción, consumo, apatía).	front roll	Controla las 3 fases del FR
20	39					back roll	Realiza las 3 fases del BR con ayuda del docente.
	40						Mantiene la alineación del cuerpo durante el ejercicio y ejecuta el BR sin asistencia
						handstand	Se sostiene en posición invertida con apoyo en manos y cabeza.
21	41						Conserva estabilidad con ayuda.
						cartwheel - backbend	Intenta CW y BB con asistencia
	42						Mantiene piernas extendidas en el movimiento.
						conexiones basicas (HANDSTAND-FR,BR-HANDSTAND,FR-CW)	Encadena dos movimientos simples.
22	43						Finaliza la secuencia de pie con control.
						Stunt básico de doble base (prep y side en suelo)	Participa como base o flyer en posiciones básicas.
	44						Mantiene postura firme en la ejecución.
						Stunt de shoulder sit asistido	Realiza la subida con ayuda.
23	45						Mantiene postura estable sentado sobre hombros.
						Roles iniciales de base y flyer	Reconoce la importancia de cada rol.
	46						Cumple su función con responsabilidad.
						Desmontes básicos con seguridad	Ejecuta bajadas asistidas.
24	47						Controla su postura en el aterrizaje.
						saltos tou touch	Realiza el salto con apertura simple de piernas.
	48						Mantiene brazos coordinados en el movimiento.
						Salto grupal sincronizado	Sincroniza su salto con compañeros.
25	49						Respeta tiempos de ejecución en el grupo.
						Motions básicos de porrismo	Realiza motions de “high V” y “low V”entre otros.
	50						Mantiene brazos firmes y controlados.
						Secuencia básica de motions y desplazamientos	Integra motions con pequeños pasos.
26	51						Respeta direcciones y niveles básicos.
						Mini coreografía de 30 segundos	Participa en la construcción de una rutina corta.
	52						Recuerda y repite la secuencia con sus compañeros.
						Respeto de normas en la práctica	Sigue las instrucciones del docente en el entrenamiento.
27	53						Cumple las reglas básicas de seguridad.
						Trabajo en equipo inicial	Coopera en juegos y actividades grupales.
	54						Apoya a sus compañeros en pequeños retos.
						Autonomía en la práctica guiada	Repite ejercicios conocidos sin necesidad de recordatorio.
28	55						Propone movimientos sencillos dentro de la rutina.
						Expresión corporal básica	Expresa emociones con gestos durante la coreografía.
	56						Acompaña movimientos con actitud alegre.
						Valoración del esfuerzo propio y de los demás	Reconoce el logro de compañeros en la práctica.
							Se esfuerza en mejorar sus propios movimientos.

ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						*Consolidar en los estudiantes las capacidades físicas, motrices, técnicas y pedagógicas propias del porrismo, desarrollando el dominio corporal, la ejecución técnica avanzada en gimnasia, stunts, saltos y coreografía, favoreciendo además valores pedagógicos como liderazgo, autonomía y trabajo en equipo.*	
TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**				**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**	*Desarrollar la coordinación motriz gruesa y fina, el equilibrio dinámico y la agilidad a través de actividades lúdicas y progresivas, que favorezcan el control corporal, la conciencia del movimiento y la preparación física básica, como fundamentos esenciales para el aprendizaje técnico*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Favorecer el disfrute y la motivación a través de la creación y implementacion de rutinas sencillas y progresivas, integrando el juego, la expresión artística y el trabajo colectivo como medios de aprendizaje que fortalezcan la creatividad, la confianza y la cooperación entre los estudiantes.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Desarrollar la capacidad de atención, memoria motriz y toma de decisiones simples durante la construcción y ejecución de secuencias básicas del porrismo, promoviendo la autonomía y la reflexión sobre su proceso de aprendizaje, con base en experiencias significativas y motivadoras.*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
29	57					Resistencia aeróbica aplicada a rutinas largas	Mantiene la intensidad en rutinas de 2 y 2:30 minutos.
							Regula la respiración durante la ejecución.

29	58	**UNA VIA PARA LA ESPERANZA Y LA SUPERACION PERSONAL:** 1.En entornos donde las oportunidades de proyección deportiva y recreativa suelen ser limitadas, el porrismo se convierte en una fuente significativa de motivación y sentido de propósito. 2.Promueve una motivación intrínseca, basada en la superación personal y en el deseo de representar con orgullo a su colegio y a su comunidad. 3. La participación en entrenamientos y eventos fortalece la autoestima y el sentido de logro, ayudando a contrarrestar realidades de desmotivación o desinterés escolar. 4. la exposición a rutinas colectivas y presentaciones fomenta el orgullo institucional, generando una conexión afectiva con la escuela.	**CONSTRUCCION DE LA IDENTIDAD , RESILIENCIA Y DISCIPLINA:** 1. el porrismo trasciende la práctica física: se convierte en un espacio de crecimiento emocional y social. 2. Al aprender técnicas, rutinas y roles, los niños y adolescentes desarrollan autoconfianza y sentido de identidad, reconociéndose como capaces y valiosos. 3. Las exigencias del entrenamiento fortalecen la disciplina, la constancia y la responsabilidad, cualidades que también impactan el rendimiento académico. 4. El trabajo en equipo enseña resiliencia ante la frustración y la importancia del esfuerzo colectivo.	**FORMACION EN VALORES, RESPONSABILIDAD Y SENTIDO COMUNITARIO:** 1. Enseña el respeto por las normas, el trabajo colaborativo y la equidad de género, valores que son esenciales para una convivencia democrática. 2. Los roles dentro del equipo (base, flyer, spotter, capitán) promueven la corresponsabilidad y la participación equitativa, fortaleciendo la comprensión del “nosotros” sobre el “yo”. 3. el porrismo estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común.	**EMPATIA, COOPERACION Y CONSTRUCCION DE VINCULOS:** 1. Además, el porrismo estimula el respeto por la diversidad, al integrar estudiantes con diferentes capacidades y orígenes en un mismo propósito común. 2. Las dinámicas grupales y las rutinas fomentan la comunicación asertiva y la confianza mutua. Cada integrante depende del otro, lo que reduce actitudes de rivalidad o exclusión. 3. Este ambiente positivo de convivencia fortalece los lazos afectivos entre compañeros y mejora el clima escolar, favoreciendo la integración y la participación activa. 4. al ofrecer una alternativa estructurada de uso del tiempo libre, el porrismo reduce riesgos de comportamientos negativos (violencia, deserción, consumo, apatía).	Fuerza de tren superior e inferior	Realiza cargas controladas con su propio cuerpo.
							Aplica la fuerza en stunts y saltos.
30	59					Velocidad de reacción en formaciones	Responde rápidamente a cambios de señal.
							Se ubica en su lugar con precisión.
	60					Flexibilidad avanzada de piernas	Ejecuta aperturas de 180°.
							Mantiene elasticidad en saltos y estiramientos.
31	61					Coordinación fina en motions	Coordina brazos con precisión.
							Mantiene uniformidad en movimientos grupales.
	62					Agilidad en transiciones de formaciones	Cambia de formación rápidamente.
							Mantiene sincronía con el grupo.
32	63					Equilibrio dinámico en acrobacias	Mantiene control en desplazamientos aéreos.
							Recupera estabilidad en recepciones.
	64					Dominio del esquema corporal	Identifica sus apoyos y ejes de movimiento.
							Aplica control postural en acrobacias.
33	65					handstand sin asistencia	Se sostiene en posición invertida sin apoyo.
							Mantiene alineación corporal.
	66					back-walkover y front-walkover	Ejecuta el movimiento con ayuda.
							Controla la caída con seguridad.
34	67					cartwheel	Mantiene la técnica correcta.
							Finaliza en postura erguida.
	68					conexiones del nivel	Integra FW-CW-BWO
							Ejecución fluida de la serie.
35	69					salto front derecho e izquierdo	Ejecuta el movimiento con apoyo de brazos.
							Mantiene la dirección en la salida.
	70					elevaciones al nivel de side y prep	Participa en doble base con control.
							Mantiene estabilidad de flyer.
36	71					elevaciones a un pie en suelo (lib-strecth,arabesque) nivel 1	elevaciones a un pie - PC
							Mantiene equilibrio y firmeza.
	72					elevaciones a un pie (lib-strecth,arabesque) nivel 1- con braced	Ejecuta la PC con su braced haciendo legal las habilidades
							Mantiene postura correcta del flyer.
37	73					Desmontes del nivel (directos,cunas rectas etc)	Aplica técnicas de desmontes seguros.
							Protege al flyer en la bajada.
	74					Roles de base, backspot y flyer	Reconoce su rol en la ejecución.
							Cumple funciones técnicas con precisión.
38	75					salto pike	Ejecuta el salto con piernas extendidas.
							Mantiene sincronía grupal.
	76					conexión saltos tou touch	Coordina brazos y piernas correctamente.
							Mantiene postura firme en el aire.
39	77					conexión de saltos diferentes	Realiza dos o más saltos consecutivos.
							Mantiene ritmo y control.
	78					Construcción de coreografía de 1 minuto	Participa en la creación grupal.
							Recuerda y repite la secuencia completa.
40	79					Expresión escénica en la rutina	Expresa emociones durante la coreografía.
							Mantiene energía y actitud positiva.
	80					Trabajo en equipo avanzado	Colabora en la planificación de la rutina.
							Respeta los aportes de sus compañeros.
41	81					Autonomía en la práctica	Practica de forma independiente ejercicios conocidos.
							Busca mejorar sus habilidades técnicas.
	82					Liderazgo en el grupo	Guía a compañeros en actividades.
							Apoya en la organización del equipo.
42	83					Respeto por normas y seguridad	Cumple reglas establecidas en los entrenamientos.
							Promueve prácticas seguras en su grupo.
	84					Valoración del esfuerzo y logro colectivo	Reconoce avances del grupo.
							Aporta con compromiso en cada práctica.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PORRISMO							
MALLA CURRICULAR CICLO 2							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						*Fortalecer las habilidades técnicas y motrices del porrismo en los estudiantes, promoviendo el trabajo en equipo, la disciplina y la expresión corporal, mediante actividades lúdico–formativas que fomenten la coordinación, la confianza y el respeto por los demás.*	
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Desarrollar la fuerza, flexibilidad, equilibrio y coordinación a través de la práctica progresiva de habilidades básicas del porrismo como saltos, acrobacias simples y movimientos coreográficos.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Fomentar la participación activa, la creatividad y la diversión mediante juegos dinamicos y dinámicas cooperativas que fortalezcan la confianza, la empatía y el trabajo en equipo dentro del grupo.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Reconocer los fundamentos básicos del porrismo, sus elementos técnicos, normas de seguridad, reglas de la practica y la importancia del trabajo colaborativo en la ejecución de rutinas*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
1	1	Fortalecer la motivación intrínseca de los estudiantes mediante la práctica del porrismo, promoviendo la superación personal, el sentido de logro y la conexión positiva	El porrismo se convierte en un espacio formativo que trasciende la práctica física, promoviendo el crecimiento emocional y social de los estudiantes. A través de la adquisición de técnicas, rutinas y roles, los niños y adolescentes fortalecen su autoconfianza y construyen una identidad positiva al	El porrismo favorece la formación en valores ciudadanos al promover el respeto por las normas, la colaboración y la equidad de género como pilares para la convivencia democrática. Los distintos roles que se asumen dentro del equipo —como base, flyer y spotter— fortalecen la	Fortalecer la cohesión grupal, la empatía y la capacidad de resolver problemas con madurez. El equipo debe funcionar de manera sincronizada y	Introducción al porrismo y normas de seguridad	Reconozco las normas básicas de seguridad y su importancia al momento de la clase
							Demuestro disposición y respeto hacia el trabajo cooperativo
	2					Exploración corporal: “lo que puede ejecutar con el cuerpo”	Identifico movimientos de brazos, piernas y torso explorando sus habilidades motrices
							Control corporal al ejecutar desplazamientos y giros basicos
2	3					Movilidad articular y conciencia corporal	Realizo ejercicios de movilidad enfocada en el control y ejecucion de habilidades
							Comprendo la importancia del calentamiento previo y la prevension de lesiones
	4					Desarrollo de flexibilidad activa y pasiva	Mantiene posturas de estiramiento con tecnica y respiracion controlada
							Mejoro el rango de movimiento de manera progresiva y segura
3	5					Coordinacion eneral y ritmo	Coordino brazos y piernas, siguiendo secuencias ritmicas
							Mantengo el control corporal durante movimientos continuos
	6					Desplazamientos y control espacial	Realizo desplazamientos manteniendo el equilibrio y alineacion corporal
							Rconoco su espacio y el de sus compañeros al ejecutar habilidades
4	7					Saltos Basicos I (Tuck and spread eagle)	Ejecuto saltos basicos aplicando tecnica de impulso y aterrizaje
							Controlo el cuerpo en el aire y mantiene la postura al caer
	8					Saltos basicos II (Toe touch, pike and front)	Aplico el control de piernas y brazos durante los saltos
							Mejoro la fuerza y coordinacion en la ejecucion del movimiento
5	9					Introduccion a los basic cheer motions	Reconoco los motions básicos y los ejecuta correctamente
							Mantengo una postura adecuada y alineación corporal durante la práctica
	10					Ejercicios de fuerza del tren inferior	Aplico la fuerza de piernas y glúteos para mejorar estabilidad
							Realizo ejercicios de fortalecimiento con técnica adecuada
6	11					Motions intermedios	Coordino motions intermedios con precisión y ritmo
							Mantengo alineación corporal durante la ejecución
	12					Transiciones entre motions y desplazamientos simples	Combino motions y desplazamientos con fluidez
							Sincronizo movimientos con el grupo manteniendo ritmo
7	13					Roles dentro del porrismo (bases, flyers, spotters)	Identifico los roles del equipo y sus responsabilidades
							Asumo, comprendo e interpreto su rol con actitud de compromiso y seguridad

	14	con su institución educativa. Esta disciplina incentiva una motivación intrínseca basada en la superación progresiva, el esfuerzo constante y la satisfacción de mejorar técnica y físicamente, fortaleciendo la identidad deportiva del estudiante.	reconocerse como capaces y valiosos. Las exigencias propias del entrenamiento desarrollan disciplina, constancia y responsabilidad, habilidades que inciden directamente en su compromiso académico. Asimismo, el trabajo colaborativo los enfrenta a retos que requieren resiliencia, ayudándolos a manejar la frustración y a comprender la importancia del esfuerzo colectivo para alcanzar metas comunes.	fortalecen la responsabilidad y la participación equitativa, consolidando una comprensión del "nosotros" por encima del individualismo. Asimismo, esta práctica deportiva fomenta el respeto por la diversidad al integrar estudiantes con distintas capacidades, ritmos de aprendizaje y contextos en torno a un propósito común, desarrollando sentido comunitario y valoración por las diferencias.	manera sincronizada y unida para ejecutar stunts, transiciones y rutinas complejas. Se promueve la comunicación asertiva y positiva, el apoyo emocional entre compañeros y adres de familia y la confianza para lograr los objetivos trazados	Ejercicios de confianza y cooperación	Participo activamente en dinámicas de confianza grupal
							Demuestro empatía y comunicación con sus compañeros
8	15					Introducción a stunts en suelo (sin elevaciones)	Practico posiciones de base y flyer en tierra con técnica
	16						Aplico medidas de seguridad al trabajar por parejas y grupo
						Sincronización grupal con motions y saltos básicos	Coordino movimientos grupales manteniendo ritmo y uniformidad
							Ajusto la ejecución y coordino los tiempo del grupo.
9	17					Fortalecimiento del core (zona media)	Realizo ejercicios de fuerza abdominal manteniendo postura
	18						Controlo el cuerpo en movimientos que exigen estabilidad
						Posturas y alineación corporal en stunts en tierra	Mantengo alineación y postura en posiciones grupales básicas
							Identifico errores posturales y los corrige con apoyo del formador
10	19					Saltos combinados con motions	Combino saltos y motions con técnica y sincronizacion
	20						Coordino brazos y piernas en secuencias dinámicas
						Aterrizajes seguros y control del cuerpo	Realizo aterrizajes controlados evitando desequilibrios
							Aplico principios de seguridad al finalizar cada salto
11	21					Ejercicios técnicos con material de apoyo (Bandas, conos, cuerdas)	Utilizo materiales auxiliares para mejorar fuerza y coordinación
	22						Control corporal al integrar material en la rutina técnica
						Equilibrio sobre bases inestables y control corporal	Controlo el equilibrio en superficies inestables con precisión
							Desarrollo estabilidad y concentración durante los ejercicios
12	23					Expresión corporal y presencia escénica	Expreso emociones y energía mediante el cuerpo
	24						Mantengo una actitud y proyección durante la ejecución
						Juegos rítmicos y dinámicas de coordinación grupal	Participo activamente en juegos que fortalecen el ritmo y la cooperación
							Demuestro disposición y trabajo en equipo
13	25					Revisión técnica de motions y saltos	Identifico avances técnicos en motions y saltos
	26						Corrige errores posturales y mejora su ejecución
						Ejercicios de reacción y control motor	Reacciono ante estímulos visuales y auditivos con rapidez
							Mantiene el control corporal al responder a diferentes situaciones
14	27					Integración de habilidades aprendidas en secuencias simples	Combino saltos, motions y desplazamientos con coordinación
	28						Ejecuto pequeñas secuencias manteniendo ritmo y control
						Autoevaluación y reflexión sobre el proceso	Evalúo su progreso técnico y actitudinal
							Recozco fortalezas y aspectos a mejorar para etapas posteriores
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						*Afianzar las destrezas técnicas del porrismo mediante la práctica coordinada de secuencias grupales, promoviendo la precisión, la sincronización y la conciencia corporal, así como el fortalecimiento del trabajo en equipo, la comunicación y la expresión.*	
TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**				**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**	*Mejorar la fuerza, flexibilidad, equilibrio y control corporal a través del desarrollo de ejercicios gimnásticos y acrobáticos aplicados*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Fomentar la motivación y el trabajo colaborativo mediante actividades dinámicas que integren movimientos gimnásticos y técnicos de porrismo de manera creativa y divertida*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Comprender la función de la gimnasia y la acrobacia en el porrismo, aplicando conceptos de seguridad, alineación corporal y sincronización para lograr ejecuciones limpias y coordinadas*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**

15	**29**	Fortalecer la constancia y el compromiso frente al aprendizaje técnico. Los estudiantes ya tienen bases y ahora se enfrentan a retos mayores. Aquí la motivación se trabaja desde metas progresivas, autoevaluación y la satisfacción de mejorar la calidad de ejecución. Se promueve una actitud de perseverancia.	Consolidar la autonomía en el entrenamiento, la capacidad de autorregulación y la responsabilidad sobre su propio progreso. El estudiante aprende a identificar sus errores, corregirlos, gestionar frustraciones técnicas y reconocer sus capacidades. Se fortalece la disciplina personal y la toma de decisiones dentro de su rol.	Aumentar el compromiso con las normas del grupo, los roles específicos, y el cumplimiento de las reglas de seguridad en actividades grupales. Se profundiza en el respeto por las funciones del equipo y la responsabilidad ética dentro del entrenamiento, entendiendo que sus acciones afectan directamente a sus compañeros.	Desarrollar la comunicación asertiva, la cooperación activa y la confianza entre compañeros, especialmente en el trabajo de stunts y secuencias acrobáticas. Los estudiantes aprenden a coordinarse, corregirse con respeto, apoyar al compañero y resolver dificultades sin conflictos, fortaleciendo la cohesión grupal.	Revisión de fundamentos técnicos	Ejecuto y reconoce los fundamentos tecnicos del deporte
							Identifico la función de cada ejercicio en la mejora técnica
	30					Ejercicios de flexibilidad y fuerza básica (piernas, brazos y abdomen)	Aplico ejercicios de estiramiento y fuerza sin perder alineación corporal
							Mantengo la postura correcta durante las secuencias
16	**31**					Ruedas laterales y rodadas hacia adelante	Realizo rodadas manteniendo la cabeza protegida y alineada
							Mejoro su coordinación y equilibrio corporal
	32					Ejercicios de equilibrio, planchas, apoyos frontales y posturas estáticas	Mantengo equilibrio en planchas y posiciones de apoyo
							Controlo su respiración y tensión muscular durante la postura
17	**33**					Fortalecimiento del core y control corporal para acrobacias básicas	Demuestro estabilidad en planchas y abdominales dinámicos.
							Reconoco la importancia del abdomen en la ejecución técnica
	34					Transiciones entre rodadas y apoyos	Ejecuto combinaciones simples con fluidez
							Controlo su cuerpo al pasar de una postura a otra
18	**35**					Práctica del arco (puentes y extensiones dorsales)	Mejoro la flexibilidad de espalda y hombros
							Mantengo la postura controlada en el arco
	36					Transiciones seguras en stunts y trabajo en equipo	Colaboro en elevaciones simples controlando el equilibrio
							Demuestro comunicación y confianza grupal
19	**37**					Progresión de medialuna hacia arco (union de elementos)	Realizo extensiones laterales controladas
							Mejoro la alineación corporal y confianza
	38					Trabajo técnico del rondoff con apoyo (fase inicial)	Aplico la técnica de impulso y recepción del rondoff con asistencia.
							Controlo la dirección y fuerza del salto
20	**39**					Integración de acrobacias con motions básicos	Combino acrobacias simples con movimientos técnicos de brazos
							Coordino tiempos al ritmo del conteo 8x8
	40					Transiciones gimnásticas entre rodadas y saltos	Realizo combinaciones con fluidez y control
							Demuestro precisión en cada movimiento
21	**41**					Corrección técnica de medialuna y rondoff asistido	Ajusto la dirección, impulso y postura de su acrobacia
							Mejoro la coordinación lateral y seguridad
	42					Secuencias de Gimnasia y acrobacias	Integro movimientos gimnásticos y de porrismo en secuencias cortas
							Ejecuto con ritmo y control
22	**43**					Series gimnásticas con conteo musical	Coordino sus acrobacias al ritmo del conteo
							Mantengo precisión y ritmo grupal
	44					Giros simples y desplazamientos gimnásticos controlados	Ejecuto giros con postura firme
							Coordino desplazamientos cortos con fluidez
23	**45**					Circuito gimnástico (rodadas, medialuna, arco, saltos)	Aplico técnica en estaciones variadas
							Mantengo energía y concentración en cada ejecución
	46					Ejercicios acrobáticos en pareja (medialuna asistida, rondoff guiado)	Coopero con su compañero en movimientos asistidos.
							Refuerzo la confianza y comunicación
24	**47**					Stunts con variaciones de altura baja y control corporal	Aplico técnica básica en elevaciones cortas.
							Mantengo estabilidad en su rol
	48					Fortalecimiento de hombros y espalda para el arco y medialuna	Mejoro su fuerza postural mediante ejercicios localizados
							Controlo la alineación durante la práctica
25	**49**					Coordinación grupal en secuencias con transiciones gimnásticas	Coordino acrobacias simples en equipo.
							Ajusto su tiempo y espacio en el grupo
	50					Corrección técnica general y práctica	Aplico las correcciones recibidas en su ejecución

	50					de fluidez	Mejoro continuidad y control de movimiento
26	51					Desmontes basicos	Ejecuto desmontes correctamente
							Controlo la postura, tanto de bases como de flyer
	52					Montaje de rutina de stuns	Ejecuto buenas acrobacias, iniciando desde lo mas basico, hasta la ejecucion de 2 habilidades apropiadas
							Control postural en las diferentes ejecuciones de stuns
27	53					Implementacion de duplas	Manejo el concepto y tiene claridad en la ejecucion
							Perfecciono la habilidad, evidenciando la tecnica en las subidas y en los desmontes
	54					Montaje de rutina de gimnasia	Aplico la gimnasia desde los mas basico, hasta lo mas avanzado, mostrando asi la tecnica y la habilidad
							Mejoro la tecnica en habilidades de gimnasia
28	55					Rutina: implementa gimnasia, acrobacia, saltos y baile	Me evidencio el conocimiento al momento de ejecutar la rutina
							Ejecuto la rutina sin dificultad, evidenciando asi la apropiacion en cada habilidad
	56					Evaluación final de apropiación técnica	Demuestro buena ejecucion en acrobacias básicas (medialuna, arco y rondoff asistido)
							Participo activamente en la evaluación grupal con actitud positiva
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						*Consolidar el dominio integral del porrismo mediante la ejecución precisa, segura y expresiva de rutinas coreográficas que integren elementos técnicos de gimnasia, acrobacia, motions, saltos y stunts, promoviendo la coordinación grupal, el control corporal y la proyección escénica*	
TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**				**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**	*Mejorar la ejecución de habilidades gimnásticas, acrobáticas y coreográficas, logrando precisión, control y sincronización grupal durante la rutina final*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Demostrar disfrute, compromiso y liderazgo durante los ensayos y presentaciones, participando activamente en dinámicas de cohesión y expresión grupal*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Analizar y aplicar los elementos técnicos, rítmicos y espaciales del porrismo dentro de una estructura coreográfica completa, comprendiendo su rol individual y colectivo*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
29	57					Repaso general de habilidades técnicas (gimnasia, acrobacia y motions)	Ejecuto los fundamentos técnicos con seguridad y precisión
							Reconoco sus fortalezas y aspectos por mejorar
	58					Coordinación rítmica y trabajo grupal sincronizado	Mantengo el ritmo y tiempo de ejecución en conjunto
							Me adapto al ritmo musical del equipo
30	59					Ejercicios de control corporal y estabilidad en stunts avanzados	Mantengo buena alineación y equilibrio durante la elevación
							Aplico técnica correcta al subir o sostener
	60					Desmontes seguros y controlados en stunts	Realizo desmontes con técnica adecuada
							Aplico medidas de seguridad en cada transición
31	61					Integración de acrobacias intermedias	Ejecuto acrobacias con fluidez y control
							Conecto los movimientos en secuencias completas
	62					Aterrizajes técnicos y combinaciones en desplazamiento	Realizo desplazamientos con buena precisión espacial
							Controlo el impulso y la recepción en saltos
32	63					Creación de secuencias coreográficas cortas	Creo y ensayo fragmentos coreográficos en grupo
							Integro elementos gimnásticos con motions coordinados
	64					Trabajo en sincronización grupal y expresión corporal	Ejecuto secuencias con expresión y energía
			Fortalecer el				Mantengo uniformidad y ritmo con sus compañeros

33	**65**	Promover una motivación profunda basada en la disciplina, el propósito y el deseo de superación técnica. Los estudiantes ya profundizan la mayoría de habilidades y se enfrentan a rutinas complejas; por eso la motivación se orienta hacia el autocontrol, manejo de emociones, la autogestión y la proyeccion a un logro obtenido.	liderazgo, la resiliencia y la autoconfianza para asumir desafíos avanzados, presentaciones públicas y mayor exigencia técnica. El estudiante aprende a gestionar emociones bajo presión, a mantener el enfoque y a reconocer el valor de su esfuerzo y dedicación constante. Se busca formar escolares seguros, responsables y capaces.	Consolidar el sentido profundo de responsabilidad colectiva, ética y compromiso con el rol individual dentro del equipo. Los estudiantes deben asumir que cada error o acierto afecta al equipo. Por lo tanto, se trabaja la puntualidad, el respeto por el proceso del grupo, la honestidad en la ejecución y el cumplimiento estricto de las normas de seguridad y competencia.	Fortalecer la cohesión grupal, la empatía y la capacidad de resolver problemas con madurez. El equipo debe funcionar de manera sincronizada y unida para ejecutar stunts, transiciones y rutinas complejas. Se promueve la comunicación asertiva y positiva, el apoyo emocional entre compañeros y adres de familia y la confianza para lograr los objetivos trazados	Estructura de una rutina completa (inicio, desarrollo y cierre)	Reconoco las fases de una rutina de porrismo
							Participo en la creación del orden coreográfico
	66					Montaje tecnico de la rutina I	Memorizo y ejecuta la primera parte con ritmo y precisión
							Mantengo la coordinación grupal
34	**67**					Montaje tecnico de la rutina II	Integro acrobacias y stunts dentro del bloque intermedio
							Mejoro su sincronización en transiciones.
	68					Corrección técnica de la rutina parcial	Aplico retroalimentación para ajustar su ejecución
							Mejoro la expresión y control postural
35	**69**					Union de la rutina completa con music	Ejecuto todos los segmentos coreográficos en secuencia
							Controlo los tiempos y conteos musicales
	70					Transiciones entre grupos y cambios de formación	Me desplazo en el espacio escénico con fluidez
							Coordino los cambios de posición sin romper el ritmo
36	**71**					Ensayo técnico con énfasis en precisión y energía	Ejecuto la rutina con energía constante
							Mantengo alineación y control corporal.
	72					Stunts y desmontes dentro de la rutina	Aplico seguridad y control en los stunts integrados
							Sincronizo sus movimientos con el conteo grupal
37	**73**					Práctica de expresión escénica y proyección corporal	Expreso confianza y actitud positiva durante la ejecución
							Utilizo gestos y posturas acordes al trabajo ejecutado
	74					Ensayo general de la rutina completa	Ejecuto la rutina completa con dominio técnico
							Mantengo ritmo, energía y precisión grupal
38	**75**					Retroalimentación y ajuste técnico individual	Corrijo errores detectados durante la práctica, en cada uno de los estudiantes
							Muestro disposición para mejorar
	76					Rutina completa con énfasis en sincronización y expresión	Mantengo uniformidad con el grupo
							Proyecto energía y seguridad escénica
39	**77**					Simulación de presentación ante público	Ejecuto la rutina completa con confianza y actitud
							Demuestro dominio escénico y control emocional
	78					Evaluacion del desempeño	Reconoco sus avances personales y grupales
							Expreso opiniones constructivas sobre su desempeño
40	**79**					Presentación final de la rutina coreográfica	Ejecuto la rutina final demostrando dominio técnico y expresivo
							Mantengo la sincronización grupal y proyección escénica
	80					Flexion sobre el proceso y aspectos a mejorar	Reflexiono sobre su evolución técnica y emocional
							Muestro sentido de pertenencia y compromiso con el equipo

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025

CENTRO DE INTERÉS PORRISMO

MALLA CURRICULAR CICLO 3

ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN

OBJETIVO GENERAL	*Favorecer el reconocimiento corporal y el acercamiento inicial a los fundamentos técnicos del porrismo, mediante actividades variadas que permitan explorar movimientos, ritmos, posturas y habilidades básicas de forma segura, creativa y motivante.*
TIEMPO / **DIMENSION PSICOSOCIAL**	
OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Desarrollar las habilidades motrices básicas (coordinación, equilibrio, control postural, desplazamientos y fuerza inicial) necesarias para la aproximacion a motions, saltos simples, roles y apoyo en elementos gimnásticos de nivel requerido.*
OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Promover la exploración del movimiento a través del juego, la experimentación y actividades creativas que faciliten la apropiación natural de las habilidades iniciales del porrismo.*
OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Comprender los conceptos fundamentales del porrismo, el reconocimiento de las posiciones básicas, los comandos, la noción de espacio seguro y la importancia de la técnica en cada habilidad*

SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Fomentar el interés por el porrismo a través de retos alcanzables y actividades que generen curiosidad, disfrute y participación activa.	Impulsar el reconocimiento del propio cuerpo, la seguridad en el movimiento y la autoestima motriz. El estudiante comienza a descubrir qué puede hacer, qué le gusta y en qué se siente fuerte, por lo que se promueve la confianza en sí mismo, la valoración del progreso inicial y la aceptación de procesos que requieren práctica, evitando comparaciones.	Introducir hábitos básicos de respeto por el espacio, los materiales y las normas que garantizan la seguridad colectiva. Desde esta etapa, el estudiante aprende que el porrismo requiere disciplina, orden y cuidado mutuo. Así mismo, se fomenta el sentido de pertenencia al grupo y el respeto por las reglas básicas del entrenamiento.	Promover interacciones positivas a través de juegos cooperativos y actividades en parejas o grupos pequeños que demanden escucha, comunicación simple y apoyo mutuo. En esta primera etapa se busca que el estudiante entienda que el porrismo es un deporte colaborativo donde el trabajo conjunto es esencial.	Cuerpo en movimiento	Reconozco las posibilidades de movimiento mediante ejercicios básicos de desplazamiento.
	2						Exploro cambios de dirección, niveles y velocidades con control inicial.
						Introduccion a los basic cheer motions	Identifico y ejecuto motions fundamentales (High V, Low V, T, broken T, Ponch, Towch down).
							Mantengo alineaciones bascicas de brazos y postura general
2	3					*Preparacion postural*	*Ejecuto la posición previa con alineación básica.*
							Controlo brazos y tronco al realizar saltos simples sin impacto excesivo
	4					*Coordinacion y ritmo basico*	*Sigo patrones rítmicos simples usando palmas y movimientos.*
							Coordino brazos y piernas en secuencias básicas.
3	5					Movilidad articular y flexibilidad inicial	Realizo rutinas de movilidad para cadera, hombros y columna.
							Mejora su amplitud de movimiento en estiramientos básicos.
	6					Desplazamientos tecnicos	Ejecuto desplazamientos marcados con postura firme y brazos controlados.
							Coordino desplazamientos con tiempos musicales básicos.
4	7					Entradas basicas a los saltos	Realizo entradas técnicas con control de brazos y rodillas.
							Mantengo equilibrio durante la fase inicial del salto.
	8					Introduccion a la gimnasia basica	Ejecuto rodadas frontales de manera segura y fluida.
							Mantengo control del cuerpo durante la postura inicial y final.
5	9					Desarrollo de fuerza muscular (core y brazo)	Realizo ejercicios básicos de fortalecimiento para sostener motions.
							Mantengo posturas estables en planchas y ejercicios de estabilidad.
	10					Saltos básicos: Toe touch preparatorio	Realizo progresiones de toe touch con postura correcta.
							Controlo las piernas en elevación baja sin perder alineación.
6	11					Introduccion a formaciones simples	Me ubico adecuadamente en líneas y diagonales básicas.
							Respeto el espacio grupal y mantengo la formacion durante los despalazamientos
	12					Acondicionamiento general y resistencia	Completo rutinas cortas de resistencia aeróbica
							Mantengo ritmo estable sin detenerme
7	13					Movimientos de brazos (motions) con desplazamientos simples	Coordino motions basicos mientras camino o marco tiempos
							Mantengo brazos firmes durante una secuencia
	14					Gimnasia basica: Roles y Giros simples	Ejecuto roles frontales con mejor control
							Realizo giros de baja complejidad sin perder equilibrio
8	15					Preparacion para saltos con impacto minimo	Aterrizo con correcta flexion de rodillas y control del tronco
							Corrijo errores basicos en pie y brazos
	16					Introduccion a la ejecucion de acrobacia basica	Realizo progesiones iniciales hacia medialuna con apoyo
							Comprendo la mecanica basica del movimineto lateral
9	17					Secuencias cortas de motions y transiciones simples	Integro motions con 2–3 pasos en una mini secuencia.
							Mantengo coordinacion y ritmo simple
	18					Bases de equilibrio corporal	Mantengo equilibrio en posiciones unipodales basicas
							Control brazos y tronco asl sostener la postura
10	19					Introduccion a elevaciones en piso (trabajo sin) carga	Practico tecnicas de agarre y postura segura para stuns basicos sin elevaciones
							Respeto normas de sequridad en cada stund
	20					Coordinacion dinamica	Realizo ejercicios con rebotes, cambios de direccion y ritmos variados
							Mantengo fluidez en desplazamientos
11	21					Desplazamientos tecnicos y motions	Ejecuto secuencias cortas integando brazos y desplazamientos firmes
							Mantengo alineacion corporal de hombros y postura del tronco
	22					Saltos basicos: Tuck preparatorio	Realizo la prparacion correcta para la ejecucion del salto sin ejecucion completa
							Controla el impulso inicial y la postura del tronco
12	23					Flexibilidad dirigida (piernas y espalda)	Mejoro rango de movimiento en apertura de piernas
							Mantengo posturas de estiramiento con tecnica adecuada
	24					Gimnasia basica: Progresion de arco	Ejecuto ejercicios preparatorios para arco con apoyo
							Controlo la extension de tronco sin forzar la zona lumbar
13	25					Coordinacion grupal en mini secuencias	Sincronizo movimineto simples con un grupo pequeño
							Mantengo una posicion dentro de la formacion
	26					Posturas basicas	Adopto posiciones corporales correctas: pies juntos, brazos firmes, mirada frontal.
							Mantengo la postura por tiempos cortos sin perder alineación.
14	27					Revision general de habildades	Muestro avances en motions, posturas y desplazamientos basicos
							Identifico qe habilidades debo sequir reforzando
	28					Mini rutina final	Intengro una secuencia simple de motions, pasos y un salto básico
							Realizo la secuencia con actitud, ritmo y control general del cuerpo.

ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN

OBJETIVO GENERAL	*Consolidar las habilidades adquiridas, mediante la práctica guiada, estructurada y progresiva de elementos técnicos del porrismo, integrando mayor precisión, control corporal y capacidad de ejecución.*
TIEMPO / **DIMENSION PSICOSOCIAL**	
OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Afianzar la coordinación, fuerza, flexibilidad y control postural para ejecutar movimientos técnicos con mayor calidad: motions definidos, saltos intermedios, elementos gimnásticos nivel 1–2, secuencias acrobáticas y stunts básicos.*
OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Incorporar actividades lúdicas funcionales que permitan fortalecer habilidades técnicas a través de dinámicas retadoras, creativas y de superación progresiva.*
OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Comprender la lógica técnica detrás de las ejecuciones, identificar errores y autocorregir, además de reconocer conceptos como rutina, niveles, sincronización y seguridad colectiva.*

SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	29	Fortalecer la constancia y el compromiso frente al aprendizaje técnico. Los estudiantes ya	Consolidar la autonomía en el entrenamiento, la capacidad de autorregulación y la	Aumentar el compromiso con las normas del grupo, los roles específicos, y el cumplimiento de las	Desarrollar la comunicación asertiva, la cooperación activa y la confianza entre	Ejecucion de motions	Ejecuto motions con mayor precisión en ángulos y fuerza.
							Mantengo postura firme durante secuencias de 8 tiempos.
	30					Saltos: Toe Touch nivel intermedio	Mejoro la elevación y alineación de piernas en el salto.
							Controlo ejor la caída y la amortiguación.
16	31					Progresión de gimnasia: rodadas laterales y roles avanzados	Realizo rodadas laterales con control corporal.
							Mnatengo continuidad entre rol y postura final.
	32					Acondicionamiento específico para saltos	Ejecuto ejercicios de fuerza para mejorar altura.
							Mantengo postura en ejercicios pliométricos básicos.
17	33					Introducción a medialuna asistida	Realizo progresiones con apoyo manteniendo alineación lateral.
							Controlo brazos y tronco durante el movimiento.
	34					Movilidad avanzada para piernas y cadera	Mejoro la movilidad para mejorar amplitud de saltos.
							Mantengo estiramientos con técnica correcta.
18	35					Secuencias de motions con cambios de nivel	Intengro subidas y bajadas fluidas en la secuencia.
							Mantengo precisión rítmica en los 8 tiempos.
	36					Gimnasia: progresión técnica hacia arco (nivel 1–2)	Realizo arqueo con mejor extensión sin forzar lumbar.
							Mantengo ontrol en entrada y salida del movimiento.
19	37					Técnica de stunts: posición de base y spotter	Aplico agarres correctos y firmeza en postura.
							Comprendo y respeto los roles del stunt.
	38					Trabajo de equilibrio: entradas al liberty básico	Ejecuto entradas asistidas al liberty con control.
							Mantengo equilibrio inicial en postura elevada.
20	39					Saltos: Tuck básico (ejecución parcial)	Aplico tecnica y ejecucion parcial de movimiento
							Controlo el impulso sin perder postura
	40					Secuencias cortas de saltos (Toe touch + Tuck parcial)	Encadeno dos saltos manteniendo ritmo.
							Mantengo alineación general durante la secuencia.
	41					Gimnasia nivel 1–2: progresión a	Realizo rondoff asistido con técnica inicial.

21		tienen bases y ahora se enfrentan a retos mayores. Aquí la motivación se trabaja desde metas progresivas, autoevaluación y la satisfacción de mejorar la calidad de ejecución. Se promueve una actitud de perseverancia.	responsabilidad sobre su propio progreso. El estudiante aprende a identificar sus errores, corregirlos, gestionar frustraciones técnicas y reconocer sus capacidades. Se fortalece la disciplina personal y la toma de decisiones dentro de su rol.	reglas de seguridad en actividades grupales. Se profundiza en el respeto por las funciones del equipo y la responsabilidad ética dentro del entrenamiento, entendiendo que sus acciones afectan directamente a sus compañeros.	compañeros, especialmente en el trabajo de stunts y secuencias acrobáticas. Los estudiantes aprenden a coordinarse, corregirse con respeto, apoyar al compañero y resolver dificultades sin conflictos, fortaleciendo la cohesión grupal.	rondoff	Mnatengo impulso y dirección controlada.
	42					Gimnasia combinada: rol + medialuna asistida	Combino secuencias manteniendo continuidad.
22	43						Controlo la transición entre elementos.
						Formaciones intermedias: diagonales, líneas y bloques	Me ubico correctamente en formaciones más complejas.
	44						Sincronizo la entrada y salida de formaciones.
23	45					Motions con desplazamientos intermedios	Mantengo firmeza de brazos en desplazamientos rápidos.
							Coordino movimientos con el grupo sin perder la forma.
	46					Saltos: Pike básico y drills de técnica	Ejecuto pike básico con buena línea de piernas.
24	47						Mantengo torso hacia adelante en amplitud segura.
						Pliometría técnica para saltos intermedios	Realizo pliometría enfocada en potencia controlada.
	48						Mantengo técnica en aterrizajes.
25	49					Trabajo técnico de stunts: elevaciones en piso	Aplico bases técnicas de agarre y postura en elevaciones sin carga.
							Sincronizo acciones grupales de subidas y desmontes
	50					Coordinación grupal: mini secuencia motions + salto	Ejecuto mini rutina de 16 tiempos fluida.
26	51						Mantengo la sincronizacion con el grupo acrobatico
						Gimnasia: medialuna sin asistencia	Realizo medialuna con independencia creciente.
	52						Mantengo piernas extendidas y alineación lateral.
27	53					Gimnasia: arco completo supervisado	Ejecuto arco con mejor técnica y control.
							Mantengo estabilidad al regresar a la posición neutra.
	54					Secuencias técnicas combinadas (gimnasia + motions)	Uno movimientos sin detenerme entre elementos.
28	55						Mantengo ritmo estable en la secuencia.
						Saltos intermedios encadenados	Ejecuto 2–3 saltos consecutivos con control.
	56						Mantengo postura en el aterrizaje de cada salto.
						Trabajo de roles: base, flyer y spotter en stunts	Dmuestro comprensión y ejecución del rol asignado.
							Aplico normas de seguridad en elevaciones.
						Ejecucion de secuencias tecnicas de rutina	Combino motions, salto y formación en una secuencia breve.
							Mantengo precisión y energía en la ejecución.
						Revisión técnica general	identifico fortalezas y aspectos por mejorar.
							Muestro avances en saltos, motions y gimnasia del nivel
						Prueba de una rutina intermedia	Ejecuto una secuencia de 6–8 en tiempos con fluidez.
							Mantengo control corporal y ritmo constante

ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO

OBJETIVO GENERAL						*Consolidar e integrar las habilidades adquiridas del porrismo mediante la ejecución precisa, segura y expresiva de rutinas coreográficas, que integren elementos técnicos avanzados de gimnasia, acrobacia, motions, saltos y stunts, demostrando control corporal, sincronizacion grupal y proyección escénica.*	
TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**				**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**	*Implementar la técnica de movimientos complejos: gimnasia nivel 1–2, habilidades, rondoff con variantes, saltos compuestos, secuencias acrobáticas fluidas, stunts progresivos y transiciones coreográficas de alto control y precisión.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Fomentar el disfrute y la expresión artística a través de la creación, montaje y perfeccionamiento de rutinas que integren creatividad, musicalidad y ejecución técnica.*
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Desarrollar el pensamiento estratégico aplicado a la rutina: análisis técnico, memoria coreográfica avanzada, toma de decisiones y capacidad de corregir y mejorar en tiempo real.*
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
29	57	Promover una motivación profunda basada en la disciplina, el propósito y el deseo de superación técnica. Los estudiantes ya profundizan la mayoría de habilidades y se enfrentan a rutinas complejas; por eso la motivación se orienta hacia el autocontrol, manejo de emociones, la autogestión y la proyeccion a un logro obtenido.	Fortalecer el liderazgo, la resiliencia y la autoconfianza para asumir desafíos avanzados, presentaciones públicas y mayor exigencia técnica. El estudiante aprende a gestionar emociones bajo presión, a mantener el enfoque y a reconocer el valor de su esfuerzo y dedicación constante. Se busca formar escolares seguros, responsables y capaces.	Consolidar el sentido profundo de responsabilidad colectiva, ética y compromiso con el rol individual dentro del equipo. Los estudiantes deben asumir que cada error o acierto afecta al equipo. Por lo tanto, se trabaja la puntualidad, el respeto por el proceso del grupo, la honestidad en la ejecución y el cumplimiento estricto de las normas de seguridad y competencia.	Fortalecer la cohesión grupal, la empatía y la capacidad de resolver problemas con madurez. El equipo debe funcionar de manera sincronizada y unida para ejecutar stunts, transiciones y rutinas complejas. Se promueve la comunicación asertiva y positiva, el apoyo emocional entre compañeros y adres de familia y la confianza para lograr los objetivos trazados	Equilibrio dinamico en desplazamiento	Mantengo alineación corporal en desplazamientos largos de puntas y talones.
	58						Realizo cambios de dirección con control y estabilidad.
30	59					Ejecucion de gimnasia : rol hacia adelante	Ejecuto el rol adelante manteniendo rodillas juntas y entrada controlada.
							Finalizo el rol adelante con postura extendida sin pérdida de equilibrio.
	60					Ejecucion de gimnasia : rol hacia atras	Controlo la entrada del rol atrás desde cuclillas sin desplome.
31	61						Finalizo el rol atrás en equilibrio y alineación corporal.
						Ejecucion de gimnasia: Arco	Mantengo arco con extensión sostenida sin colapsar en hombros.
	62						Controlo respiración y activa abdomen y glúteos durante el arco.
32	63					Transiciones entre roles (adelante–atrás)	Realizo secuencia rol adelante + rol atrás sin pausas.
							Mantengo fluidez, control respiratorio y cadena de movimiento estable.
	64					Arco con desplazamiento (caminar en puente asistido)	Mantengo la posición de puente mientras avanza apoyos lentamente.
33	65						Coordino manos y pies manteniendo cadera elevada.
						Ejecucion tecnica de medialuna	Realizo entradas laterales con apoyo de manos en línea correcta.
	66						Mantengo piernas extendidas durante la fase aérea asistida.
34	67					Control del balance invertido asistido (parada de manos)	Sostengo alineación invertida por 3 segundos con asistencia.
							Activo abdomen y hombros correctamente durante la inversión.
	68					Medialuna — coordinación y aterrizaje	Ingreso y salgo de la medialuna manteniendo alineación de cadera.
35	69						Completo rotación lateral sin perder extensión de piernas.
						Arco desde el suelo con empuje de brazo	Elevo el tronco desde posición supina empujando con brazos y piernas.
	70						Mantengo el arco por 5–8 segundos sin colapsar.
36	71					Control en giros y rotaciones básicas	Mantengo equilibrio durante giro de 360° en un apoyo.
							Controlo velocidad y postura en la rotación.
	72					Arco a puente con asistencia	Inicio el descenso al arco manteniendo cadera alineada.
37	73						Completo el apoyo al piso sin caída brusca.
						Union de salto y medialuna	Realizo saltos con extensión marcada y aterrizaje suave.Medialuna extendida
	74						Mantengo ritmo y coordinación entre brazos y piernas.
38	75					Técnica básica del rondoff — fase previa	Ejecuto carrera corta + entrada correctamente y ejecucion del elemento
							Mantengo línea de manos para el giro hacia la posición frontal.
	76					Secuencias: medialuna + rol adelante	Ejecuto la transición sin pausas ni pérdida de equilibrio.
39	77						Mantengo orientación del cuerpo y control del impulso.
						Rondoff asistido — impulso y giro final	Realizo la inversión con apoyo correcto de manos en diagonal.
	78						Finalizo el rondoff con pies juntos y dirección frontal.
40	79					Secuencia: medialuna + rondoff	Encadeno medialuna y ejecucion a rondoff
							Mantengo una ejecucion correcta en el elemento
	80					Arco con mayor apertura y resistencia	Amplio apertura de hombros y cadera manteniendo alineación.
							Mantengo el arco por tiempo prolongado con respiración estable.
						Acrobacias del nivel 1	Mantengo el equilibrio al momento de ejecutar la habilidad
							Ejecuto con buena tecnica las habilidades
						Montaje acrobático nivel 1	Realizo un montaje corto combinando habilidades aprendidas.
							Mantengo fluidez, postura y control del inicio al final.
						Montaje de una rutina de presentacion 1	Evidencio el montaje de la rutina y los roles estipulados
							Realizo las habilidades aprendidas tanto en gimnasia como en acrobacia
						Montaje de una rutina de presentacion 2	Mantengo los tiempos de la rutina
							Ejecuto con fluides los movimientos
						Revisión técnica general	Identifico aspectos de mejora
							Evidencio avances significativos
						Evaluación final	Presento habilidades con técnica consolidada y seguridad.
							Demuestro autonomía en autocuidado, calentamiento y ejecución.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025

CENTRO DE INTERÉS PORRISMO

MALLA CURRICULAR CICLO 4

ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN

OBJETIVO GENERAL	*Promover el descubrimiento y la experiencia del porrismo mediante la exploración libre y segura de las habilidades propias, favoreciendo el reconocimiento corporal, la curiosidad por el deporte, la participación activa y la comprensión de conceptos fundamentales para continuar un proceso técnico estructurado.*
TIEMPO / **DIMENSION PSICOSOCIAL**	**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**: *Desarrollar una base motriz amplia mediante la exploración de habilidades fundamentales del porrismo como los son equilibrio, coordinación, saltos y control corporal; permitiendo que los estudiantes reconozcan sus capacidades de movimiento a través de actividades seguras y progresivas.*
	OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA: *Escribir un objetivo del centro de interés desde la diemnsión "lúdica"Favorecer el interés y la participación activa en el entrenamiento mediante actividades recreativas, juegos de cooperación y desafíos simples que incentiven la curiosidad y el disfrute del movimiento dentro del porrismo.*
	OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA: *Escribir un objetivo del centro de interés desde la diemnsión "cognitiva"Comprender conceptos básicos del porrismo como roles, posturas iniciales, normas de seguridad y conteos rítmicos, facilitando la adquisición de conocimientos esenciales para avanzar hacia procesos técnicos más estructurados.*

SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Fortalecer la motivación intrínseca de los estudiantes mediante experiencias de logro progresivo, reconocimiento positivo y participación activa en tareas cooperativas del porrismo, promoviendo que los jóvenes perseveren, se reten a sí mismos y encuentren en el entrenamiento un espacio significativo para su desarrollo deportivo y personal.	Potenciar habilidades de autoconfianza, autorregulación emocional y sentido de logro a través de la práctica técnica del porrismo, permitiendo que los estudiantes reconozcan sus capacidades, superen miedos asociados al movimiento y fortalezcan su proyecto personal en un entorno seguro y guiado.	Promover actitudes de responsabilidad, cumplimiento de normas, respeto por los roles del equipo y participación democrática en la toma de decisiones dentro del porrismo, formando estudiantes capaces de actuar como ciudadanos responsables y solidarios en su entorno escolar y comunitario.	Fomentar interacciones respetuosas, cooperativas y de apoyo mutuo durante la ejecución de stunts, pirámides y actividades grupales, para construir un ambiente de confianza, comunicación asertiva y seguridad colectiva que mejore la convivencia dentro del equipo y en el entorno escolar.	Conocimiento del equipo y roles básicos	Me identifico con un rol básico del porrismo y explico para qué sirve.
	2						Sigo instrucciones simples mientras trabajo en equipo.
						Posturas fundamentales	Mantengo postura firme (tight body) durante ejercicios simples.
							Reconozco cuándo debo corregir mi alineación corporal.
2	3					Control corporal y equilibrio inicial	Sostengo posiciones básicas de equilibrio por varios segundos.
							Me coordino con mis compañeros en ejercicios grupales sencillos.
	4					Saltos iniciales (jump basics)	Ejecuto saltos básicos con buena postura y aterrizaje seguro.
							Corrijo mis errores en los saltos cuando el entrenador me lo indica.
3	5					Movilidad general y flexibilidad básica	Me esfuerzo por mejorar mi rango de movimiento en cada ejercicio.
							Identifico qué estiramientos necesito para facilitar mi avance en la practica del porrismo
	6					Introducción a los agarres y grips	Utilizo agarres seguros y firmes en ejercicios asistidos.
							Trabajo con mi compañero respetando el ritmo y la seguridad.
4	7					Trabajo en parejas: confianza y soporte	Me comunico claramente con mi pareja durante los ejercicios.
							Sostengo y recibo a mi compañero con responsabilidad.
	8					Caminatas y desplazamientos técnicos	Me desplazo siguiendo conteos simples sin perder el ritmo.
							Coordino mis movimientos con el grupo en líneas y diagonales.
5	9					Introducción al ritmo y conteo musical	Reconozco los conteos de 8 tiempos en actividades básicas.
							Sigo el ritmo del entrenador o la música sin interrumpir la secuencia.
	10					inversiones gimnasticas	Realizo movimientos de inversiones como rollos, para de manos entre otros de manera segura y controlada.
							Identifico las fases del movmiento y qué debo mejorar para hacer el movimiento más fluido.
6	11					inversiones atrás asistidas	Ejecuto inversiones atrás con la ayuda del entrenador o compañeros
							Mantengo mi cuerpo apretado y seguro durante el movimiento.
	12					Introducción a medialunas y rond off	intento ejecutar medialunas y rond off siguiendo la técnica básica.
							Pierdo el miedo progresivamente al invertir mi cuerpo.
7	13					Trabajo cooperativo: mini cadenas de movimiento	Conecto dos o tres movimientos simples sin detenerme.
							Coopero con mi grupo para mantener la sincronía.
	14					Bases y flyers: exploración inicial de roles	Pruebo el rol de base y/o flyer respetando las normas de seguridad.
							Entiendo por qué ambos roles son importante
8	15					Entradas simples a stunts	Ejecuto entradas de piso con postura firme.
							Trabajo en equipo para mantener la estabilidad del stunt básico.
	16					Introducción al thigh stand	Apoyo y sostengo a mi compañero en posiciones muy básicas.
							Me comunico claramente para saber cuándo subir o bajar.
9	17					Seguridad en stunts: caídas y amortiguación	Practico técnicas de caída segura para evitar lesiones.
							Protejo a mis compañeros durante ejercicios grupales.
	18					desplazamientos coreográficos	Sigo rutas marcadas en el espacio sin perder la orientación.
							Coordino mis tiempos con el grupo en desplazamientos.
10	19					Expresión corporal	Acompaño mis movimientos con actitud y energía.
							Me siento más seguro expresándome frente al grupo.
	20					secuencias de saltos y giros	Conecto un salto y un giro básico con buena técnica.
							Aterrizo de forma controlada y segura.
11	21					Trabajo por estaciones	Cumplo cada estación con disposición y esfuerzo.
							Identifico cuál habilidad del circuito se me facilita más.
	22					Juegos de reacción y sincronización	Respondo rápido a señales rítmicas o visuales del entrenador.
							Me mantengo concentrado durante juegos de coordinación.
12	23					Ensamble de una mini-rutina básica	Memorizo una secuencia breve de porrismo.
							Mantengo mi posición y postura durante la coreografía.
	24					Revisión de habilidades aprendidas	Identifico qué habilidades me salieron mejor durante la sesión.
							Reconozco en qué debo seguir trabajando.
13	25					presentación interna	Presento mi secuencia con seguridad frente al grupo.
							Trabajo en equipo para mostrar lo aprendido con orden y respeto.
	26					Integración y creatividad grupal	Creo junto a mi grupo una pequeña combinación de movimientos.
							Dialogo con mis compañeros para tomar desisiones frente a la organizacion en las presentaciones.
14	27					Técnica de Elevaciones Preps y Half	Me posiciono correctamente como base o flyer aplicando la técnica adecuada en cada elevación.
							Mantengo el control corporal durante la subida y bajada, asegurando estabilidad al equipo.
	28					transiciones en stunts	Coordino mis movimientos con el equipo para ejecutar transiciones seguras y fluidas.
							Mantengo tensión corporal para no afectar el equilibrio del stunt.

ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN

OBJETIVO GENERAL	*Consolidar las habilidades técnicas básicas adquiridas, fortaleciendo la coordinación, el control postural, la comunicación grupal y la correcta aplicación de normas de seguridad, para que los estudiantes ejecuten stunts y secuencias con mayor precisión y responsabilidad dentro del entrenamiento.*
TIEMPO / **DIMENSION PSICOSOCIAL**	**OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ**: *Consolidar habilidades técnicas básicas del porrismo entradas simples, stunts de los primeros niveles de porrismo, pirámides y acrobacias garantizando la corrección postural, la coordinación grupal y la eficiencia en la ejecución.*
	OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA: *Potenciar el compromiso y la motivación mediante desafíos cooperativos y actividades que integren objetivos técnicos y lúdicos, promoviendo el esfuerzo, la superación personal y el sentido de logro dentro del entrenamiento.*
	OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA: *Comprender y aplicar principios técnicos, conteos, estrategias de comunicación y normas de seguridad requeridas para ejecutar secuencias de mayor complejidad, fortaleciendo la toma de decisiones en movimiento.*

SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	29					Técnicas de Elevación	Mantengo mi postura firme aplicando la técnica adecuada de base o flyer.
							Ejecuto la subida y bajada con control y estabilidad.
	30					Montajes en pirámide de dos niveles	Aplico la técnica correcta para subir o asistir en la pirámide.
							Uso comunicación clara para coordinar tiempos de entrada y salida.
16	31					Saltos técnicos	Extiendo piernas y brazos correctamente durante el salto.
							Mantengo el ritmo y sincronía con el grupo.
	32					Gimnasia y combinaciones	Realizo elementos gimnasticos con alineación correcta.
							Me esfuerzo por ejecutar movimientos más fluidos y seguros.
17	33					Partner Stunt Thigh Stand estable	Mantengo tensión corporal para dar estabilidad al stunt.
							Me coordino con mi base o flyer usando comandos claros.
	34					Saltos combinados	Realizo la combinación manteniendo la técnica en ambos saltos.
							Mantengo resistencia y ritmo durante la serie.
18	35					Equilibrio y control del core en flyers	Activo mi zona media para mejorar mi equilibrio en posiciones altas.
							Sostengo mis posturas sin perder tensión.
	36					Frases coreográficas con visuales	Memorizo y ejecuto movimientos con precisión y energía.
							Sigo conteos y transiciones sin perder sincronía
19	37					Técnica de montaje con impulso controlado	Realizo entradas con técnica, evitando saltos bruscos.
							Conservo estabilidad en la posición final del stunt.
	38					Pirámides con conectores técnicos	Me desplazo hacia mi posición sin desestabilizar la estructura.
							Conecto manos y brazos manteniendo fuerza y control.
20	39	Fortalecer la motivación intrínseca	Potenciar habilidades			Saltos combinados Toe Touch + Tuck Jump	Realizo la combinación manteniendo la técnica en ambos saltos.
							Mantengo resistencia y ritmo durante la serie.

20	40	Motivación intrínseca de los estudiantes mediante experiencias de logro progresivo, reconocimiento positivo y participación activa en tareas cooperativas del porrismo, promoviendo que los jóvenes perseveren, se reten a sí mismos y encuentren en el entrenamiento un espacio significativo para su desarrollo deportivo y personal.	Potenciar habilidades de autoconfianza, autorregulación emocional y sentido de logro a través de la práctica técnica del porrismo, permitiendo que los estudiantes reconozcan sus capacidades, superen miedos asociados al movimiento y fortalezcan su proyecto personal en un entorno seguro y guiado.	Promover actitudes de responsabilidad, cumplimiento de normas, respeto por los roles del equipo y participación democrática en la toma de decisiones dentro del porrismo, formando estudiantes capaces de actuar como ciudadanos responsables y solidarios en su entorno escolar y comunitario.	Fomentar interacciones respetuosas, cooperativas y de apoyo mutuo durante la ejecución de stunts, pirámides y actividades grupales, para construir un ambiente de confianza, comunicación asertiva y seguridad colectiva que mejore la convivencia dentro del equipo y en el entorno escolar.	Equilibrio y control del core en flyers	Activo mi zona media para mejorar mi equilibrio en posiciones altas.
							Sostengo mis posturas sin perder tensión.
21	41					Frases coreográficas con visuales	Memorizo y ejecuto movimientos con precisión y energía.
							Sigo conteos y transiciones sin perder sincronía.
	42					Técnica de elevaciones con impulso controlado	Realizo entradas con técnica, evitando saltos bruscos.
							Conservo estabilidad en la posición final del stunt
22	43					Pirámides con conectores técnicos	Me desplazo hacia mi posición sin desestabilizar la estructura.
							Conecto manos y brazos manteniendo fuerza y control.
	44					Gimnasia combinada	Conecto movimientos gimnasticos manteniendo fluidez.
							Me concentro en la técnica correcta en cada elemento.
23	45					Rutinas parciales (saltos + transiciones)	Ejecuto las combinaciones sin perder el ritmo.
							Mantengo concentración y energía durante toda la serie.
	46					Simulación parcial de rutina	Me mantengo seguro y estable en mi rol dentro del equipo.
							Transmito actitud positiva y compromiso en la ejecución.
24	47					Desarrollo de fuerza aplicada a stunts	Aplico fuerza funcional para mejorar mi rol como base o flyer.
							Mantengo alineación corporal para prevenir lesiones.
	48					ajuste de técnica en preps altos	Corrijo detalles de postura para mayor estabilidad.
							Sostengo mi posición sin perder control.
25	49					Pirámides con entradas dinámicas	Ejecuto la entrada con fluidez y técnica depurada.
							Coordino mis acciones con mi grupo en tiempos precisos.
	50					Saltos en serie	Mantengo potencia en cada salto sin perder técnica
							Sincronizo mi ejecución con el equipo de principio a fin.
26	51					Rutina de gimnasia: progresión	Realizo la progresión sin colapsar mi espalda o brazos.
							Mantengo control en la caída y finalización del movimiento.
	52					Partner Stunt progresivo	Me esfuerzo por mantener estabilidad en la transición.
							Coordino mi respiración y fuerza para sostener la postura.
27	53					Coreografía con desplazamientos	Ejecuto desplazamientos con fluidez y control del espacio.
							Me ubico correctamente en cada formación grupal.
	54					Trabajo de pirámides con cambios de nivel	Realizo cambios de nivel sin comprometer la estructura.
							Me comunico claramente para coordinar la secuencia.
28	55					Saltos con giros simples	Realizo el giro manteniendo técnica en brazos y piernas.
							Mantengo control en la caída del salto.
	56					Montajes encadenado elevacion, transicion, marcacion y desmonte	Conecto movimientos manteniendo control corporal.
							Trabajo de manera sincronizada con mi grupo en cada etapa.

ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO	
OBJETIVO GENERAL	*Perfeccionar la ejecución técnica y la comprensión táctica del porrismo, integrando habilidades motrices, cognitivas y de trabajo colaborativo para realizar secuencias más complejas con fluidez, seguridad y autonomía, avanzando hacia un nivel precompetitivo acorde con su etapa de desarrollo.*
OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Perfeccionar la ejecución técnica de habilidades del porrismo como lo son las transiciones, stunts avanzados , sincronización grupal y rutinas estructuradas; logrando precisión, fluidez y estabilidad en contextos de entrenamiento y presentaciones.*
OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	*Promover el disfrute del proceso de entrenamiento mediante actividades retadoras y creativas que mantengan la motivación, refuercen el trabajo en equipo y permitan vivenciar la preparación para presentaciones competitivas.*
OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Desarrollar la capacidad de analizar, corregir y mejorar la propia ejecución técnica, comprendiendo estrategias de entrenamiento, fases de una rutina, criterios de competencia y tácticas de organización grupal para el alto desempeño escolar.*

TIEMPO		**DIMENSION PSICOSOCIAL**					
SEMANA	**CLASE Nº**	**MOTIVACIÓN**	**DESARROLLO PERSONAL**	**CIUDADANÍA**	**CONVIVENCIA**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
29	57	Fortalecer la motivación intrínseca de los estudiantes mediante experiencias de logro progresivo, reconocimiento positivo y participación activa en tareas cooperativas del porrismo, promoviendo que los jóvenes perseveren, se reten a sí mismos y encuentren en el entrenamiento un espacio significativo para su desarrollo deportivo y personal.	Potenciar habilidades de autoconfianza, autorregulación emocional y sentido de logro a través de la práctica técnica del porrismo, permitiendo que los estudiantes reconozcan sus capacidades, superen miedos asociados al movimiento y fortalezcan su proyecto personal en un entorno seguro y guiado.	Promover actitudes de responsabilidad, cumplimiento de normas, respeto por los roles del equipo y participación democrática en la toma de decisiones dentro del porrismo, formando estudiantes capaces de actuar como ciudadanos responsables y solidarios en su entorno escolar y comunitario.	Fomentar interacciones respetuosas, cooperativas y de apoyo mutuo durante la ejecución de stunts, pirámides y actividades grupales, para construir un ambiente de confianza, comunicación asertiva y seguridad colectiva que mejore la convivencia dentro del equipo y en el entorno escolar.	Consolidación técnica de stunts	Mantengo mi postura correcta durante los stunts sin perder el equilibrio
							Me comunico claramente con mi grupo para coordinar cada levantamiento
	58					Fortalecimiento y control corporal	Ejecuto ejercicios de fuerza manteniendo la técnica adecuada
							Soy capaz de controlar mis movimientos al subir o sostener a un compañero.
30	59					Transiciones limpias entre stunts	Realizo transiciones sin pausas y mantengo el ritmo del equipo.
							Adopto rápidamente la posición correcta después de cada cambio.
	60					Perfeccionamiento de preps y shoulder sits	Subo y bajo del prep o shoulder sit con seguridad.
							Mantengo estabilidad y alineación durante todo el stunt.
31	61					prefecionamiento de la tecnica en ejecucion de piramides grupales	Sostengo mi posición en la pirámide sin perder firmeza
							Entro y salgo de la pirámide siguiendo los tiempos del equipo
	62					Flexibilidad aplicada a stunts	Mantengo estiramientos adecuados para mejorar mi rango de movimiento.
							Aplico mi flexibilidad para mejorar mis posiciones en el aire.
32	63					Jumps combinados con motions	Coordino mis brazos y piernas durante los jumps sin perder altura
							Mantengo un aterrizaje controlado y estable.
	64					Técnicas de motions avanzadas	Mantengo líneas limpias y brazos firmes en cada movimiento
							Sincronizo mis motions con el ritmo del equipo
33	65					Secuencias de tumbles	Ejecuto mis tumbles con control, respetando mi técnica
							Inicio mis tumbles cuando estoy listo y en el momento adecuado
	66					Combinaciones de stunts + motions	Realizo mis motions sin afectar la estabilidad del stunt
							Mantengo mi enfoque en dos tareas sin perder precisión
34	67					Elevación de confianza y seguridad	Identifico mis miedos y realizo técnicas para superarlos
							Aplico medidas de seguridad para sentirme confiado en cada intento
	68					Trabajo de sincronización grupal	Coordino mis tiempos con el grupo sin adelantarme ni atrasarme.
							Mantengo la misma energía y nivel de ejecución que mis compañeros
35	69					desarrollo de estabilidad y balance	Mantengo mi balance aun cuando el stunt se mueve ligeramente
							Ajusto mi postura para estabilizar al grupo
	70					Rutinas cortas de stunts encadenados	Uno diferentes stunts sin perder la técnica
							Me mantengo concentrado durante toda la secuencia.
36	71					secuencias coreográficas	Memorizo una secuencia corta sin confundir los pasos.
							Me muevo con energía y seguridad durante la coreografía
	72					Refinamiento de pirámides	Mantengo las posiciones exactas que mi rol requiere.
							Ayudo a que la pirámide suba y baje de forma fluida
37	73					Acrobacias en progresiones	Realizo mis acrobacias con confianza siguiendo el proceso de progresión
							Identifico mis errores técnicos y los corrijo en el momento.
	74					Stunts de resistencia	Mantengo mi postura bajo esfuerzo prolongado.
							No me rindo aunque la rutina sea físicamente exigente.
38	75					Entrenamiento de precisión musical	Realizo mis movimientos siguiendo el ritmo exacto de la música
							Inicio y termino cada movimiento a tiempo con el equipo.
	76					Conexión entre cheer dance y stunts	Ejecuto mis movimientos de baile sin perder alineación
							Integro pasos de baile dentro de stunts sin perder energía
39	77					Rutinas completas	Realizo la rutina completa sin detenerme.
							Mantengo mi técnica aunque esté cansado.
	78					Correcciónes y feed back de rutina	Aplico las correcciones del entrenador en la siguiente ejecución
							Me esfuerzo por mejorar pequeños detalles que elevan mi nivel
40	79					Ensayo general con montaje final	Realizo la rutina como si fuera una presentación real.
							Me mantengo concentrado y conectado con mi equipo todo el tiempo.
	80					Demostración final y autoevaluación	Identifico mis avances y reconozco mis fortalezas.
							Presento la rutina con actitud, seguridad y dominio técnico

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025			
SEMILLERO DE INTERÉS PORRISMO			
MALLA CURRICULAR			
ETAPA DE TRANSICIÓN			
OBJETIVO GENERAL		*Desarrollar en los niños y niñas las bases técnicas, físicas y actitudinales necesarias para el entrenamiento especifico del porrismo, fortaleciendo la disciplina, la responsabilidad y la comprensión del proceso deportivo, con el fin de prepararlos para una participación formativa y progresiva en el semillero de rendimiento.*	
TIEMPO	APRENDER A ENTRENAR	OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Desarrollar la ejecución técnica de habilidades fundamentales del porrismo (saltos, giros, elevaciones y acrobacias básicas piramidales y gminasticas) con control postural, coordinación y sincronización grupal, fortaleciendo la base motriz necesaria para un entrenamiento estructurado.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICO/COMPETITIVO	*Fomentar el gusto por el proceso de entrenamiento a través de dinámicas y retos cooperativos donde se promueva la superación personal y la mejora continua, integrando elementos de juego que estimulen la motivación y el trabajo en equipo.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Comprender los fundamentos técnicos y tácticos del porrismo —posiciones, conteos, zonas de seguridad y estructura de rutina—, reconociendo la importancia de la disciplina, la planificación y la autorregulación durante las sesiones de entrenamiento.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN PSICOSOCIAL	*Integrar al padre de familia con el escolar como vinculo fundamental e importante para la mejora y avance en la parte emocional, competitiva y que sea una fuente de apoyo, de forma positiva y constante durante el proceso*
		OBJETIVO BIOLÓGICO	*Favorecer el desarrollo integral de las capacidades físicas básicas —fuerza general, flexibilidad, coordinación, resistencia y equilibrio— mediante ejercicios adaptados a la edad biológica, promoviendo una maduración motora equilibrada y previniendo el riesgo de lesiones durante el proceso de iniciación al entrenamiento deportivo.*
MESOCICLO	**MARCA TÉCNICA JEC-IDRD**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
1	Preparación físico-técnica-roles	Ejercicios de fuerza,flexibilidad y resistencia	Mejoro la prepración especial ,soportando las diferentes cargas de especficidad para mi pico de rendimiento
			Aplico técnicas de elevaciones siguiendo los procesos de progresión de la simplicidad a la complejidad
2	Fundamentos técnicos de gimnasia	Saltos, gimnasia estatica y de carrera del nivel 1 y 2	Controlo las habilidades requeridas del nivel 1 y 2 (CW-BWO-FWO-BWO/SWICTH-BR-FR-BHS-FHS-BOUNDER-FLYSPRING-TOE TOUCH-PIKE-HURDLER)
			Controlo las posiciones corporales y aproximaciones adecuadas en cada habilidad
3	Fundamentos técnicos de acrobacias - stunts	Elevaciones del nivel 1 y 2 ,agarres,posiciones corporales y roles	Realizo elevaciones con técnica segura y trabajo colaborativo
			Desarrollo las habilidades técnicas en base a el equilíbrio, desequilíbrio y cambio de alturas aplicando normas de seguridad para evitar lesiones
4	Coordinación y ritmo musical	Secuencias rítmicas y bailes por tiempos	Sincronizo movimientos con el ritmo musical
			Expreso dinamismo,control corporal y performance en actividades grupales
5	Proyeccion de animacion y trabajo en equipo	Dinámica para liderar,comunicar y animar al público	Participo en actividades colectivas de manera activa y dinámica
			Asumo el rol con compromiso ,respeto y compromiso
6	Posiciones corporales	Tecnicas corporales	Aplico tecnicas apropiadas para la buena ejecucion de los elementos
			Rreconozco por medio de secuencias corporales una buena proyeccion
TIEMPO	APRENDER A COMPETIR	OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	*Perfeccionar la ejecución técnica y expresiva de las habilidades acrobáticas, coreográficas y de sincronización, aplicando precisión, ritmo y control emocional en situaciones de competencia.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICO/COMPETITIVO	*Estimular la vivencia positiva de la competencia mediante dinámicas que equilibren la exigencia deportiva con el disfrute del proceso, desarrollando actitudes de resiliencia, respeto al rival y búsqueda del rendimiento óptimo.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	*Analizar estrategias coreográficas, criterios de evaluación y reglamentaciones del porrismo competitivo, desarrollando pensamiento táctico, autocrítica constructiva y capacidad de ajuste en función del rendimiento grupal.*
		OBJETIVO DIMENSIÓN PSICOSOCIAL	*Integrar al padre de familia con el escolar como vinculo fundamental e importante para la mejora y avance en la parte emocional, competitiva y que sea una fuente de apoyo, de forma positiva y constante durante el proceso*
		OBJETIVO BIOLÓGICO	*Optimizar las capacidades físicas específicas del porrismo —fuerza explosiva, potencia, resistencia anaeróbica, agilidad y control postural— mediante una adaptación fisiológica segura a mayores demandas de entrenamiento, favoreciendo la eficiencia energética, la recuperación y el rendimiento competitivo sin comprometer el crecimiento ni la salud integral.*
MESOCICLO	**MARCA TÉCNICA JEC-IDRD**	**TEMA**	**DESEMPEÑOS**
1	Entrenamiento específico competitivo	Elevaciones y transiciones en stunt y pirámides	Ejecuto elevaciones con cadencia y precisión.
			Controlo las habilidades requeridas del nivel 1 y 2 (LIB-STRECHT-ARABESQUE-FULL-MEDIO GIROS-CUNAS RECTAS Y CON 1/5-SWHICTH UP-TIC TOC).
2	Rutinas competitivas	Estructuración : entradas,transiciones,sincronización y ubicación tiempo espacial	Integro todos los elementos técnicos para una rutina competitiva
			Mantengo la fluidez,el ritmo y cadencia durante la ejecución grupal
3	Expresión escénica y presentación	Showmanship (expresión corporal,energia,conexion con el público)	Muestro expresividad,energia y dominio escénico durante la presentación
			Reconozco la coherencia entre ritmo y gestualización
4	Estrategias y reglamento	Normas,roles y rúbricas de calificación	Reconozco todos los roles y normas dentro de una rutina según el nivel competitivo
			Comprendo y analizo los criterios de puntuación para mejorar el rendimiento
5	Proyeccion de animacion y trabajo en equipo	Dinámica para liderar,comunicar y animar al público	Participo en actividades colectivas de manera activa y dinámica
			Asumo el rol con compromiso ,respeto y compromiso
6	Evaluación y retroalimentación	Autoevaluación,análisis visual y feedback	Identifico fortalezas y aspectos por mejorar en mi desempeño físico,técnico y competitivo
			Propongo estrategias de mejora continua con actitud crítica y constructiva
EVALUACIÓN DE LA ETAPA DE TRANSICIÓN			
OBJETIVO GENERAL		*Consolidar un proceso integral que permita a los estudiantes pasar de la formación deportiva a la competencia,formando deportista con una base sólida en cuanto a la preparación física,técnica y mental,que les permita adaptarse a las exigencias del entrenamiento sistemático y competitivo del porrismo de alto rendimiento.*	

EVIDENCIA 3



PLAN **PEDAGÓGICO**

PORRISMO
2024 - 2027

BOGOTÁ

Comité directivo

Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte
Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRD
Comité Directivo y Asesor

Director General

- Daniel García Cañón

Secretario General

- Gabriel Lagos Medina

Subdirector Administrativo y Financiero

- Juan Carlos Rodríguez Waltero

Subdirector Técnico de Recreación y Deportes

- Iván Darío Morales

Subdirectora de Contratación

- Erika Daniela Barrera Pedraza

Subdirectora Técnica de Construcciones

- Katherin Amaya Roa

Subdirector Técnico de Parques

- Rodrigo Alberto Manrique Forero

Nivel asesor

Asesor Código 105 Grado 01 de la Dirección y Coordinación del Proyecto

Jornada Escolar Complementaria.

- William René Torres Agudelo

Versión 3. Plan Pedagógico del Centro de Interés de Porrismo- IDRD 2026

BOGOTÁ

Realizadores

Componente pedagógico Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Heidy Martínez Triana
- Percy Emerson Espinosa
- Natalia Bermeo Berrío
- Elizabeth Obando
- Diego Sabogal Gómez
- Sandra Valencia
- Lelybeth Hernández Ramos

Componente psicosocial Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Paula Sofia Peña Ruiz
- Sorely Nayid Aguilera López
- Rocío Joanna Quiroga Ramírez
- Angela Viviana Galvis Bernal
- Diego Alejandro Villamil Salamanca
- Angie Catherin Gómez Buitrago
- Luigui André Castro Huérfano

Componente operativo Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Eddy Yubelny Rojas Abello

Formadores Equipo de innovación

- Jeisson David Venegas Jaramillo
- Angie Tatiana Silva Rojas
- Davian Orlando Díaz Vargas

Diseño y diagramación del documento

- Natalia Cristina García Medina
- Gerardo Andrés Acero Castillo



BOGOTÁ

TABLA DE **CONTENIDO**

1. Presentación
2. Introducción
3. Marco Normativo
4. Contexto
5. Componentes y objetivos del programa JEC
6. Fundamento pedagógico y psicosocial del programa
7. Propuesta pedagógica Jornada Escolar Complementaria
8. Nociones y lineamientos pedagógicos
9. Metodología de atención
10. Rol del formador



11. Valoración formativa
12. Aporte de la valoración formativa al fortalecimiento curricular en las IED
13. Microdiseño curricular
14. Justificación
15. Propósitos del centro de interés
16. Concepto del deporte
17. ¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés?
18. Normas del centro de interés
19. Metodología de enseñanza
20. Referencias





Presentación



El programa Jornada Escolar Complementaria (JEC) del proyecto de inversión 8159 Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación mediante el juego y el deporte en Bogotá D.C., es una propuesta pedagógica y social del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), que busca fortalecer la formación integral de los estudiantes como sujetos de derechos, siendo protagonistas en el desarrollo de sus capacidades motrices, lúdicas, cognitivas y psicosociales. Este programa, enmarcado en el Plan de Desarrollo Distrital (PDD) 2024-2027 "Bogotá Camina Segura", se articula con el programa de gobierno "Bogotá deportiva, recreativa, artística, patrimonial e intercultural", a través de actividades complementarias a la jornada escolar regular desarrolladas en las distintas Instituciones Educativas Distritales (IED) de la ciudad de Bogotá, que buscan promover el desarrollo personal y social de los estudiantes, brindándoles oportunidades para participar en espacios seguros que fomenten su bienestar, creatividad y compromiso ciudadano.

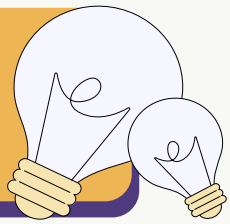
El proyecto tiene como propósito principal consolidar una educación integral que trascienda las aulas escolares, integrando el deporte como pilar fundamental del aprendizaje; los participantes tienen la oportunidad de explorar y desarrollar sus habilidades en los Centros de Interés (CI), además de participar en actividades recreativas que fortalezcan su creatividad, identidad cultural y sentido de comunidad. Así mismo, este enfoque procura formar mejores ciudadanos, contribuyendo a reducir la deserción escolar y a consolidar entornos de aprendizaje atractivos e inclusivos.

El impacto del Proyecto JEC trasciende el ámbito educativo, pues busca fortalecer la cohesión social, promover la convivencia intercultural y consolidar una ciudad más segura e inclusiva. A través de esta propuesta, el IDRD promueve la formación de una generación de ciudadanos conscientes, responsables y activos, capaces de construir una sociedad más equitativa y recíproca. Este programa representa una apuesta integral por el futuro de los Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ), donde el deporte, la recreación y el respeto por el medio ambiente se convierten en motores de transformación social.

Igualmente, el proyecto JEC contempla como una de sus "estrategias", la creación de "Equipos Semilleros" en todas las disciplinas deportivas, los cuales se consideran dentro de la estructura del deporte Capitalino, como la primera "Etapa de Transición" al proceso de "Rendimiento Deportivo de Bogotá" y que tiene como propósito fortalecer en un futuro próximo la base deportiva de nuestra ciudad.



Introducción



Este documento ofrece una guía pedagógica incluyente detallada del "Proyecto 8159", con el cual se busca articular los procesos de formación integral de los diferentes centros de interés del IDRD con los de las Instituciones Educativas Distritales, permitiendo a los estudiantes desarrollar habilidades motrices, cognitivas, lúdicas y psicosociales en ambientes seguros y motivadores.

Además, se presenta el contexto histórico de la JEC en donde se ilustra el recorrido del proyecto a través del tiempo, el marco teórico y normativo que sustenta este proyecto de inversión ciudadana, resaltando sus antecedentes y su impacto a nivel nacional como internacional, nociones y lineamientos pedagógicos, procesos de valoración formativa, y también, da muestra de las nociones y corrientes pedagógicas junto con el microdiseño curricular de cada centro de interés como guía del proceso pedagógico desarrollado en la Jornada Escolar Complementaria.

Paralelamente, incluye la posibilidad de orientar un posible "proyecto de vida" a través, de la detección de talentos bajo la dinámica metodológica de "Aprender a Entrenar y Competir" por medio de los "Semilleros JEC".



Marco normativo

El deporte como derecho y aporte a la Sostenibilidad

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2018), reconoció al deporte y la educación física como un derecho fundamental para todo el mundo a través de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte en su primer artículo:

- "Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física, la actividad física y el deporte sin discriminación alguna, ya sea basada en criterios étnicos, el sexo, la orientación sexual, el idioma, la religión, la opinión política o de cualquier otra índole, el origen nacional o social, la posición económica o cualquier otro factor".

- La Jornada Escolar Complementaria en Colombia tiene un desarrollo histórico legal que se remonta a la Ley 115 de 1994, que estableció la obligatoriedad de la educación básica y media. Desde entonces, se han implementado leyes y decretos que han fortalecido la JEC, entre los que se destacan la Ley 633 del 2000, que formaliza las fuentes de financiación de las jornadas escolares complementarias, el Decreto 5012 de 2009, que creó el Programa de Jornada Escolar Complementaria, y el Decreto 1278 de 2018, que reglamentó la implementación de la JEC en instituciones educativas oficiales y privadas, y de otros que se referencian más adelante.

Entre los antecedentes legales que han contribuido al desarrollo de la JEC en Colombia, se encuentran: (Fig.1)



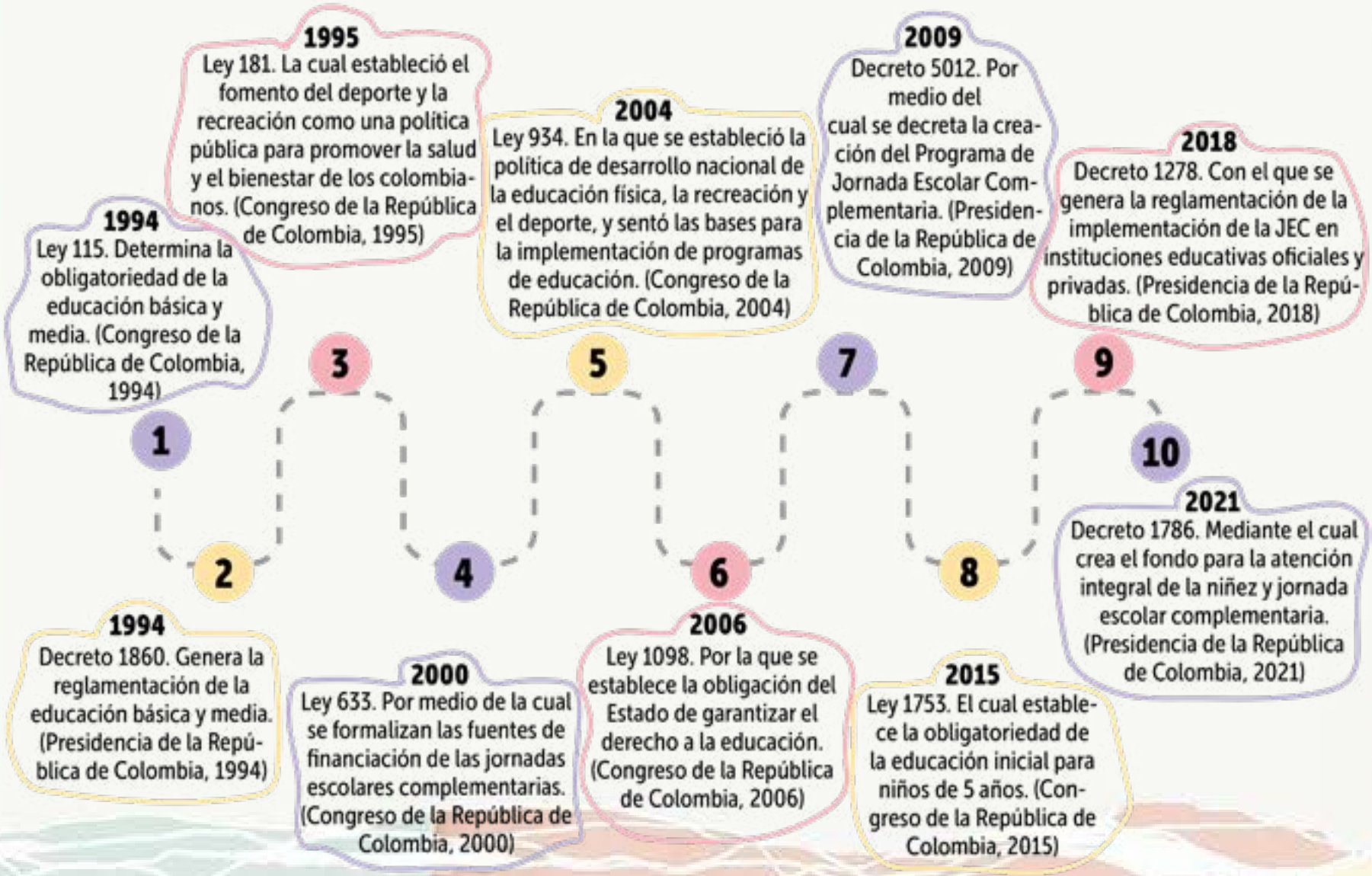


Fig 1: Linea de tiempo Antecedentes legales del desarrollo de JEC en Colombia

De acuerdo con lo anterior, el IDRD entiende su papel e incidencia para promover el desarrollo del bienestar, las capacidades físicas, formativas y psicosociales a través de la práctica deportiva en el contexto educativo.
En el artículo quinto de la carta se refleja que los encargados de la promoción de la educación física, actividad física y deporte deben tomar en consideración el principio global de sostenibilidad, tanto económica como social, medioambiental y deportiva.
De acuerdo con este principio, el IDRD acoge la Agenda 2030 y define estrategias para la contribución a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), entendiendo al deporte como una herramienta, donde, a través de un modelo pedagógico adecuado, éste resulta ser un generador de valores sociales y personales positivos, y su práctica contribuye a la formación integral del ser humano consciente, de derechos, deberes y responsable sobre su entorno, con base en esto, los programas de iniciación y Formación Deportivas identifican cuáles son los objetivos donde su accionar refleja un impacto, de la siguiente manera:

El deporte y la actividad física brindan un gran aporte a la salud y el bienestar de las personas, gracias a la promoción de los hábitos y estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades, principalmente aquellas crónicas no transmisibles, disminuye el sedentarismo y sus efectos, fortalece la gestión emocional, los factores motivacionales contribuyendo directamente a la salud mental, así como factores interpersonales como la identidad y la socialización. Los programas de Iniciación y Formación Deportiva se ejecutan en cumplimiento de:

- **La Constitución Nacional en su artículo N°52 donde se determina que:**

- El deporte y sus manifestaciones como una función de la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

- El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social.
- El derecho de todas las personas a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.
- El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

La Ley 181 de 1995 (Ley del deporte) que define:

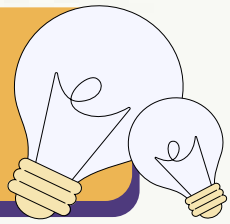
- Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

- Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.

- Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo del Ministerio del Deporte impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.



Contexto



Antecedentes internacionales, nacionales y distritales

Antecedentes internacionales

Se resalta que la JEC en Colombia se inspira en antecedentes mundiales que también han buscado fortalecer la educación integral de los estudiantes en sus respectivos países, como lo son: el Programa "After-School" (1990) de Estados Unidos, que busca apoyar el desarrollo integral de niños, al proporcionarles un entorno seguro que estimule su crecimiento y aprendizaje después de la jornada escolar. El Programa "Jornada Ampliada" (2008) de Chile, el cual se implementó con el objetivo de ampliar el tiempo pedagógico y ofrecer una educación más completa a los estudiantes del país austral, el Programa "Aprendizaje Extendido" (2010) de Reino Unido y el Programa "Educación Integral" (2013) de Brasil, que fue una iniciativa del gobierno brasileño, implementada con el objeto de ofrecer una educación más completa e integral a los estudiantes de educación básica.

Antecedentes nacionales

A nivel nacional se puede resaltar que la Jornada Escolar Complementaria (JEC) ha sido implementada en los diferentes departamentos del país. Algunos de ellos son:

- **Cauca:** Cauca: En donde gracias a la alianza con el Ministerio de Educación Nacional (MEN), la Fundación Carvajal, desde el año 2011, ha apoyado la implementación de la JEC en este departamento (FundaciónCarvajal-MEN, 2014, p. 6).

- **Santander:** En este departamento la caja de compensación Comfenalco Santander, desde hace 24 años ha implementado el programa "Talentos que brillan", el cual, hace varios años, hace parte de la JEC, beneficiando a niños y jóvenes del Departamento (Alfaro Torres, 2024). Es importante destacar nuevamente que la JEC es un proyecto que busca contribuir al desarrollo integral de los NNAJ en Colombia, y su implementación puede variar dependiendo de las necesidades y contextos específicos de cada región.

Antecedentes Distritales.

El programa de Jornada Escolar Complementaria en Bogotá inició con el proyecto 40x40, el cual se creó como estrategia para ampliar la jornada educativa en las IED Distritales, combinando la ampliación de jornadas únicas y la ampliación de la jornada a 40 horas semanales en colegios con doble jornada escolar. A continuación, se presenta una infografía relacionando la línea de tiempo del Proyecto Jornada Escolar Complementaria, teniendo en cuenta los objetivos, antecedentes, evolución, impacto y beneficios del Proyecto desde el IDRD.



1. Fig. 2. Línea de tiempo, JEC/IDRD - Fuente: Elaboración propia (2024) componente pedagógico JEC

Componentes y objetivos del programa JEC



Objetivo general.

El Proyecto de inversión Formación Integral 8159, bajo el Plan de desarrollo "Bogotá Camina Segura" 2024-2027, promueve mediante la Jornada Escolar Complementaria la Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud (con y sin discapacidad) a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación en Bogotá D.C.

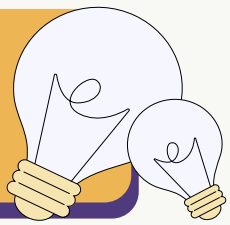
Objetivos específicos

- Diseñar, aplicar y valorar procesos pedagógicos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva formativa para NNAJ con y sin discapacidad que involucren aspectos formativos y psicosociales.
- Favorecer el adecuado aprovechamiento del tiempo libre en los NNAJ a través de los centros de interés, incidiendo de manera significativa en la promoción de hábitos de vida saludables y la práctica deportiva intencionada
- Contribuir a la disminución de contextos de vulnerabilidad que predominan en determinados sectores de la ciudad por medio de la implementación y fortalecimiento del programa JEC.

Objetivos específicos- Componente semilleros

- Diseñar e implementar unidades didácticas de entrenamiento deportivo que integren métodos de enseñanza adaptados a los procesos de maduración biológica y psicológica de los NNJA, asegurando la inclusión efectiva de estudiantes con discapacidad en las sesiones.
- Garantizar el cumplimiento de los requisitos administrativos y técnicos deportivos para la inscripción de los NNAJ seleccionados, asegurando su presencia efectiva en el calendario de competencias desde la fase intramural, zonal hasta la final nacional de los Juegos Intercolegiados.

Componentes del proyecto:



1. Componente Psicosocial:

Tiene como objetivo promover el bienestar mental, emocional y social de los escolares y su entorno; por medio de una metodología teórico-práctica que aporte a la formación integral y a los procesos psicosociales dentro del contexto de la Jornada Escolar Complementaria. Se orienta hacia la formación de NNAJ ciudadanos conscientes, comprometidos con el respeto a los derechos humanos, capaces de contribuir activamente a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y pacífica.

2. Componente Pedagógico:

El componente pedagógico promueve la formación integral de los NNAJ mediante el fortalecimiento de las dimensiones del desarrollo humano a través del deporte escolar, fomentando habilidades para la vida, pensamiento crítico, autonomía, liderazgo y valores en las Instituciones Educativas Distritales, así como el fortalecimiento curricular en las IED mediante el proceso de articulación y armonización de la SED.

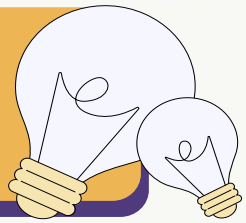
3. Componente de Semilleros:

Busca identificar y potenciar promesas deportivas en diversas áreas, como el deporte.

4. Componente Operativo:

Se encarga de la logística y la organización de las actividades, asegurando que se desarrollen de manera eficiente y efectiva.

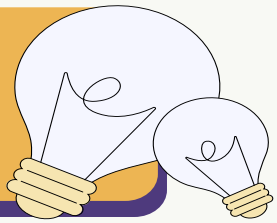
Objetivos del plan pedagógico



El propósito del Plan Pedagógico (P.P.) es el de brindar los lineamientos y orientaciones necesarios para el pleno desarrollo de los centros de interés de en el marco de la formación integral y la promoción del deporte escolar: aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo.

El P.P. se construye como una guía para la elaboración de las planeaciones de las sesiones de clase, estableciendo unos parámetros pedagógicos y psicosociales, que contribuyan al qué hacer del formador, a la reflexión sobre su ejercicio y a la identificación de necesidades reales de los NNAJ con y sin discapacidad que participan en los diferentes centros de interés. Este documento incluye los objetivos, modelo pedagógico, valoración formativa, contexto histórico, lineamientos pedagógicos, estrategias didácticas, entre otros, con los cuales el formador(a) podrá diseñar, implementar y hacer seguimiento a las sesiones de clase acorde con el desarrollo y etapa en la que se encuentre el escolar, logrando con ello respetar los procesos evolutivos y biológicos de cada ser, para su formación integral.

Fundamento pedagógico y psicosocial del programa



Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar

La propuesta pedagógica de la JEC del IDRD se centra en la formación integral de NNAJ, a través de la práctica deportiva escolar en diversos ciclos e Instituciones Educativas Distritales. Este enfoque busca desarrollar dimensiones del desarrollo: motriz, lúdica, psicosocial y cognitiva, promoviendo un proceso continuo y dinámico.

La práctica deportiva se estructura en tres instancias:

1. **Instrumento de formación:** Se considera un medio para el diálogo, el desarrollo personal y la inclusión social, facilitando el autoconocimiento y la gestión emocional, centrándose más en promover escenarios de formación que de entrenamiento y técnica deportiva.

2. **Práctica intencionada:** Para los NNAJ que participan en los diferentes centros de interés, se promueve el desarrollo personal y social a través del fortalecimiento de la cultura de la práctica de las disciplinas específicas, orientadas al fortalecimiento de las dimensiones del desarrollo humano.

3. **Opción de vida:** Para aquellos NNAJ que buscan un proyecto de vida, la incorporación del deporte implica una serie de elementos clave que abarcan el desarrollo físico, mental y social, garantizando así que los centros de interés y el deporte escolar, se conviertan en un estilo de vida y hagan parte de su futuro.

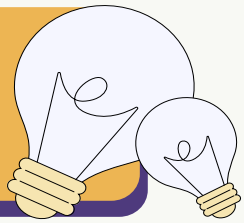
4. La propuesta también fomenta la creatividad y el pensamiento crítico, promoviendo valores éticos y juego limpio, así como el desarrollo de un proyecto de vida colectivo; se enfatiza un enfoque diferencial, al tiempo que se desafían estereotipos sociales.

El objetivo es facilitar la convivencia y construir ciudadanía, donde los NNAJ se convierten en actores activos en sus comunidades, participando en transformaciones sociales y apropiándose de espacios públicos como parques y escenarios deportivos, que son vistos como ambientes de aprendizaje y convivencia. En este contexto, los centros de interés van más allá de la competencia, promoviendo la amistad, la solidaridad y el respeto por la otredad, así como aspectos relacionados con la formación integral.

De este modo, el trabajo pedagógico y psicosocial realizado por los formadores y formadoras se fortalece al incorporar un enfoque práctico que permita a NNAJ comprender el centro de interés y su práctica como un medio para fortalecer

la participación ciudadana.
Esto no solo fomenta un sentido de comunidad y responsabilidad, sino que también actúa como una estrategia de prevención ante situaciones que podrían poner en riesgo su bienestar. Al entender el centro de interés como un espacio de aprendizaje y desarrollo personal, se contribuye a formar individuos más conscientes y comprometidos con su entorno.

Componente Psicosocial



El componente psicosocial brinda orientaciones y lineamientos en este ámbito a través del fortalecimiento de los adultos significativos que acompañan a los NNAJ: formadores, gestores IED, zonales y familias, con el propósito de favorecer su desarrollo integral. Se orienta sobre cómo fortalecer procesos de desarrollo personal en los NNAJ como la autoestima, la gestión emocional y la motivación, así como consolidar procesos sociales fundamentales para la vida en comunidad, entre ellos la comunicación, la empatía, los valores, el trabajo en equipo y la ciudadanía. La implementación de acciones en el ámbito psicosocial se basa en el Modelo Holístico de la carrera deportiva, en la etapa de formación:







Nivel	Elementos Clave	Aplicación en el deporte de formación	Objetivos Psicosociales / Indicadores
Nivel Deportivo	Desarrollo / Formación	El deporte como medio para la formación integral. Se consolidan las habilidades técnicas y tácticas especificas del deporte.	Mejora del compromiso deportivo, perseverancia y disciplina.
Nivel Psicológico	Niñez Adolescencia	Se fortalece la identidad personal y deportiva, Importancia de la identificación de emociones y la regulación emocional.	Autoestima, regulación emocional, resiliencia, motivación intrinseca.
Nivel Psicosocial	Compañeros – Formador – Padres	El entorno de entrenamiento (centro de interés, compañeros, formador) se convierte en el principal grupo de referencia. Los padres ofrecen apoyo emocional y logístico.	Comunicación asertiva, cooperación, comunicación, trabajo en equipo, manejo de la rivalidad.
Nivel Académico / Vocacional	Educación primaria-Secundaria	Compatibilización de estudios con la práctica deportiva. Desarrollo de habilidades organizativas y de planificación.	Responsabilidad académica, gestión del tiempo, orientación vocacional deportiva.
Nivel Financiero	Familia	Dependencia económica de la familia.	Valoración del esfuerzo, responsabilidad en el uso de recursos.
Nivel Legal	Menores / transición a mayoría de edad	El joven deportista se encuentra protegido legalmente por tutores o padres, pero empieza a asumir responsabilidades propias.	Conocimiento de derechos y deberes, conducta ética y responsable.

Adaptación Modelo Holístico de Carrera deportiva Wylleman Reints & Knopp a JEC.

Desde el componente se busca transversalizar contenidos teórico-prácticos dirigidos a formadores, gestores IED y zonales mediante el "Proceso Modular", documento que contiene la propuesta teórico-práctica que orienta la implementación de los contenidos psicosociales en los centros de interés. Este proceso incluye módulos temáticos anuales, dentro de los cuales se desarrollan capítulos relacionados con las temáticas psicosociales.

El Proceso Modular 2024–2027 se articula con el Plan de Desarrollo Distrital "Bogotá Camina Segura". Esta estrategia inició en 2024, y ha implementado los módulos "Las relaciones interpersonales en el marco de la práctica deportiva" y "Habilidades socioemocionales".

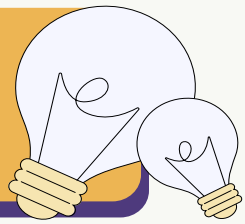
De acuerdo con estos contenidos, los formadores realizan actividades que propenden por el fortalecimiento de dinámicas psicosociales con los NNAJ, para que puedan gozar de espacios de formación seguros, armónicos, y que a su vez estas mismas dinámicas puedan impactar positivamente sus relaciones interpersonales en su familia, barrio, colegio y comunidad.

El componente también implementa la caracterización psicosocial y mapeo de riesgos psicosociales, mediante la cual se indaga en las condiciones, necesidades y características de los NNAJ, así como los riesgos psicosociales a los que están potencialmente expuestos. Esta actividad permite generar estrategias oportunas, efectivas y contextualizadas para fortalecer las redes de apoyo, sensibilizar y prevenir los riesgos identificados.





Semilleros



Bajo el marco del Sistema Deportivo Olímpico y Paralímpico de Bogotá D.C., el proyecto JEC y su estrategia de "Semilleros" actúan como el puente hacia las etapas de Talento y Rendimiento. Su enfoque se centra en la construcción de una base deportiva sólida, fundamentada en el respeto por los procesos de maduración de NNAJ. Para ello, implementa una metodología rigurosa de evaluación y seguimiento en los componentes físico, técnico, táctico, psicosocial y educativo. El objetivo principal es consolidar procesos de formación deportiva incluyente (de escolares con y sin discapacidad) en los diferentes colegios. A través de la detección temprana de talentos, el programa busca nutrir las etapas subsiguientes de la "Bogotá Competitiva", fortaleciendo así el ecosistema deportivo de la ciudad.

Dicha estrategia se fundamenta en la "detección de un posible talento" visto desde la teoría según diferentes autores como:

- Según Gabler y Ruoff 1979, como se citó en (Baur, 1993, p. 6), "un talento deportivo es aquel que, en un determinado estado de la evolución, se caracteriza por determinadas condiciones y presupuestos físicos y psíquicos, los cuales, con mucha probabilidad, le llevarán, en un momento sucesivo, a alcanzar prestaciones de alto nivel en un determinado tipo de deporte".

- Zatsiorski (1989, p. 283). Por otro lado, confirma que "el talento deportivo se caracteriza por determinada combinación de las capacidades motoras y psicológicas, así como de las aptitudes anatomofisiológicas que crean, en conjunto, la posibilidad potencial para el logro de altos resultados deportivos en un deporte concreto"

- López (2000: 9), expresa que: "Talento consiste "en una aptitud natural o adquirida para hacer algo. El talento depende de la capacidad individual, de las motivaciones del sujeto y del medio social; es expresión de la interacción de estas condiciones. El talento tiene que ser no sólo descubierto sino también estimulado y formado".

- Hahn (1988: 9), el talento es una aptitud acentuada en una dirección que supera la medida normal, que todavía no está desarrollada completamente. Por talento deportivo se entiende la disposición en el caso normal de que pueda y quiera lograr los rendimientos altos en el campo del deporte.

Más allá del deporte, Semilleros enseña a vivir. Al aprender a entrenar y competir, los menores —con y sin discapacidad— transitan por el éxito y el fracaso, el esfuerzo y el descanso. En ese equilibrio de risas, lágrimas y logros, es donde realmente se construye el carácter de un gran ser humano.

Proceso de articulación y armonización curricular

Los colegios que cuentan con un Proyecto Educativo Institucional (PEI) cimentado, respaldado por una dirección activa y una trayectoria pedagógica abierta a la innovación y la transformación de la escuela, son los más propicios para la organización e implementación de acciones que favorezcan el currículo. Desde la experiencia, existen modelos de organización escolar flexibles, participativos, democráticos, otros con una visión tecnológica, etc.

Por lo anterior, la Jornada Escolar Complementaria cuenta con un proceso donde el IDRD se armoniza con el PEI y se articula con el currículo de las IED. Este proceso presenta

una serie de niveles y acciones orientados al diálogo entre el IDRD y las IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta del programa JEC y el componente pedagógico del PEI. La ejecución de este proceso busca robustecer los diseños curriculares de los Proyectos Educativos Institucionales.

De acuerdo con lo anterior, la SED estipula 2 procesos: Armonización y articulación.

ARMONIZACIÓN PEI	ARTICULACIÓN CURRICULAR
la armonización de las estrategias pedagógicas para la ampliación del tiempo escolar tiene lugar especialmente en el **macro currículo**, con alcance a nivel meso y micro curricular. La armonización implica **la identificación y puesta en común de puntos de coincidencia** entre la propuesta pedagógica de los diferentes actores que implementan las EATE, en relación con el horizonte de sentido de la institución educativa, para lo cual se tiene como nodo central el PEI.	La articulación de las estrategias pedagógicas para ampliación del tiempo escolar tiene su alcance en el meso currículo o desarrollo curricular y en el micro currículo o gestión curricular, y por lo tanto, se deben insertar en diferentes aspectos o elementos del componente pedagógico y curricular del PEI.

Tabla 2. Armonización y articulación curricular - Fuente: Estrategias de Ampliación del Tiempo Escolar - Articulación con el Currículo y Armonización con el PEI - Secretaría de Educación Distrital – DEPB - 2025

Así mismo, la SED propone una serie de Niveles de Articulación con el currículo y Armonización con el PEI:

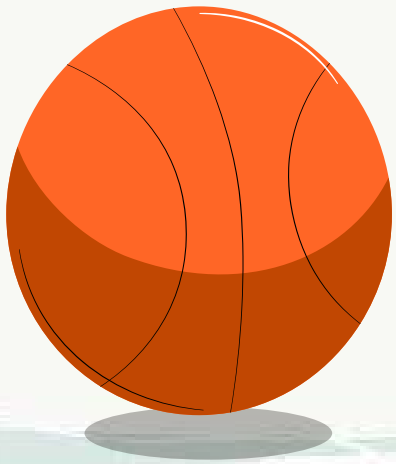




Fig. 3. Diseño de estructura componente pedagógico- Fuente: Estrategias de Ampliación del Tiempo Escolar - Articulación con el Currículo y Armonización con el PEI - Secretaría de Educación Distrital – DEPB - 2025

Si bien la SED propone un nivel inicial y 7 niveles principales de articulación y armonización, en el año 2024, en una mesa interdisciplinar llevada a cabo entre la SED y el IDRD, se concertó que, como entidad aliada, el IDRD priorizará y desarrollará las siguientes acciones orientadoras y niveles:

Nivel 0: Armonización con el PEI

En esta fase se identifican posibles escenarios de armonización y articulación con docentes y entidades aliadas, considerando las estrategias pedagógicas implementadas o por implementar.

Orientaciones clave:

- Acciones orientadas al diálogo entre actores del IDRD y docentes y directivos docentes de las IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta de las entidades aliadas y el componente curricular del PEI.
- Sugerir en el marco de la implementación de los centros de interés deportivos y las mesas de trabajo entre las partes, estrategias pedagógicas pertinentes basadas en el PEI.
- Concertación de cronograma de acciones pedagógicas: Se proyectan las reuniones que se desarrollarán desde la gestión de las acciones pedagógicas de armonización curricular, con el fin, de garantizar los espacios programados que apoyen el proceso de la siguiente fase. (Según calendario institucional).
- Intercambio y análisis documental de las partes.

Nivel 1: Acuerdos para la Armonización y Articulación con el Currículo

Se generan acuerdos con los actores escolares para articular las estrategias pedagógicas con el currículo.

Orientaciones clave:

- Concertar con la dirección y docentes sobre la articulación de la EATE (fortalecimiento del elemento curricular).
- Crear espacios de diálogo para concertar el estado de articulación.
- Formular un plan de acción y asistencia técnica (SED) para fortalecer la articulación.

Nivel 2: Análisis de la Relación entre la EATE y el Currículo

Se examina la pertinencia de la EATE dentro del componente pedagógico y curricular.

Orientaciones clave:

- Determinar la contribución al desarrollo de aprendizajes priorizados definidos en los acuerdos de armonización y articulación entre las partes.
- Identificar aportes al elemento curricular acordado.
- Construcción colectiva del documento borrador interinstitucional, según los acuerdos y aval.

Nivel 3: Integración de la EATE al Plan de Estudios y Organización Escolar

Se fortalece la inserción de la EATE en la estructura escolar y pedagógica.

Orientaciones clave:

- Integrar la EATE en la planeación, de proyectos transversales o áreas, así como las sesiones de clase de los CI de deporte escolar.

- Articular las EATE en el SIEE teniendo en cuenta la circular 004 del 2015 donde se evalúan los centros de interés de manera cualitativa sin afectar la promoción de los estudiantes.

- Seguimiento permanente a los acuerdos establecidos en los acuerdos establecidos entre las partes.

- Seguimiento, acompañamiento y análisis de resultados.

Estos son los niveles y acciones proyectadas desde el convenio entre la SED y el IDRD en las IED donde se implementa estrategias de ampliación del tiempo escolar con CI de deporte escolar, las cuales están consideradas en el documento de orientaciones técnicas, pedagógicas y administrativas.

Dimensiones del desarrollo humano

Desde una perspectiva formativa, para el proyecto de JEC, el desarrollo humano abarca procesos que integran aspectos motrices, cognitivos, lúdicos y psicosociales, los cuales fortalecen la interacción y el cambio que experimentan los NNAJ con y sin discapacidad a lo largo de sus vidas fomentando la formación integral, orientando su proyecto de vida.

Dimensión lúdica

Dentro de la estrategia JEC, resulta esencial la lúdica, dado que facilita a los NNAJ la oportunidad de experimentar el goce y disfrute mediante el juego, fomentando la interacción con sus pares y su entorno, creando un espacio propicio para la exploración de sus intereses personales y el desarrollo de competencias sociales en relación con los compañeros y compañeras con quienes juega y despliega las otras dimensiones que pretende impactar la estrategia.

Dimensión motriz

Desde JEC, se desarrollan los centros de interés por medio de procesos educativos y pedagógicos, logrando satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica formativa y deportiva mediante la utilización del tiempo libre, orientando a la promoción de actividades físicas y habilidades motoras, mediante la implementación de métodos educativos adaptados a las necesidades e intereses específicos de los NNAJ con y sin discapacidad. A través de estas actividades, se pretende fomentar una cultura de práctica deportiva que no sólo optimice el desarrollo físico, sino que también promueva la relevancia de un uso saludable y productivo del tiempo libre.

Dimensión cognitiva

Los procesos de pensamiento desde la estrategia JEC, buscan fortalecer en los escolares la capacidad de comprender, analizar, relacionarse, entender la realidad y transformarla; permitiendo la construcción de conocimiento basado en sus experiencias de vida y cómo esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.
La práctica deportiva escolar juega un papel crucial en este proceso, ya que, ofrece un contexto en el que los estudiantes pueden reflexionar sobre sus vivencias y cómo estas influyen en su percepción del mundo. Al involucrarse en el deporte y otras actividades, los escolares no solo aprenden habilidades técnicas, también desarrollan competencias críticas y creativas que les ayudarán a abordar problemas y desafíos de manera efectiva. De esta manera, la dimensión cognitiva contribuye a una educación integral, orientando a los NNAJ para que sean agentes de cambio en su entorno.

Dimensión Psicosocial

Implica la interacción entre factores psicológicos y sociales que impactan el desarrollo del NNAJ a lo largo de su ciclo vital. En esta dimensión convergen procesos individuales como emociones, pensamientos e identidad, y procesos sociales como las relaciones interpersonales, habilidades sociales y la cultura.



Dimensiones transversales en semilleros:



Dimensión lúdica / competitiva	Dimensión Motriz / Biológica
La interrelación entre lo lúdico y lo competitivo, son un hilo invisible que hace la que los NNAJ con y sin Discapacidad, logren respetar las normas del deporte en sí y decantan en la experimentación de todas sus potencialidades físicas, técnicas, como las tácticas y estratégicas.	Con respecto a lo biológico, el respeto por los procesos de crecimiento y maduración; acá los NNJA con y sin discapacidad no solo afrontan y reconocen su cuerpo, sino que, a su vez, le dan vida, lo reestructuran continuamente y lo valoran.

Propuesta pedagógica Jornada Escolar Complementaria



La propuesta pedagógica de Jornada Escolar Complementaria – IDRD contempla dentro de sus lineamientos, una serie de aspectos fundamentales que inciden y aportan en el proceso formativo de los NNAJ por medio unos momentos trascendentales que transversalizan orientaciones, componentes, acciones, procesos y dimensiones en el marco de la formación integral. Este proceso transversal, pretende fortalecer el desarrollo integral de los NNAJ participantes de los centros de interés desde un enfoque formativo, por ello, el componente pedagógico de JEC del IDRD, diseñó un esquema que resume y fundamenta dicha propuesta pedagógica.

Teniendo en cuenta lo anterior, la propuesta pedagógica tiene en cuenta 5 aspectos que, en su respectivo orden, aportan de manera significativa a los propósitos y misionalidad del Proyecto, de este modo, en primer lugar, se resalta la importancia de los lineamientos pedagógicos de JEC del IDRD y los centros de interés, seguidamente, la incidencia de los componentes de cultura ciudadana y enfoque diferencial como aspectos que fundamentan las actividades, conceptos y nociones que se desarrollan en el proyecto, contemplando a su vez, como ejes transversales, la construcción ciudadana, apropiación del espacio público, identidad de género e inclusión.

Seguidamente, se resalta la importancia de la implementación del proceso de articulación y armonización curricular propuesta por la SED y que, desde la línea de deporte escolar, orienta los procesos de fortalecimiento curricular y la formación integral, la cual, a través de sus fases y acciones, pretende fortalecer los PEI de las IED. En este sentido, lo anterior permite conocer la incidencia del proyecto en la formación de NNAJ a través de la implementación de los centros de interés en diversos ambientes de aprendizaje, desplegando a su vez, como último aspecto a fortalecer, las dimensiones del desarrollo, las cuales, reconocen la formación integral desde lo motriz, lo cognitivo, lo lúdico y lo psicosocial.

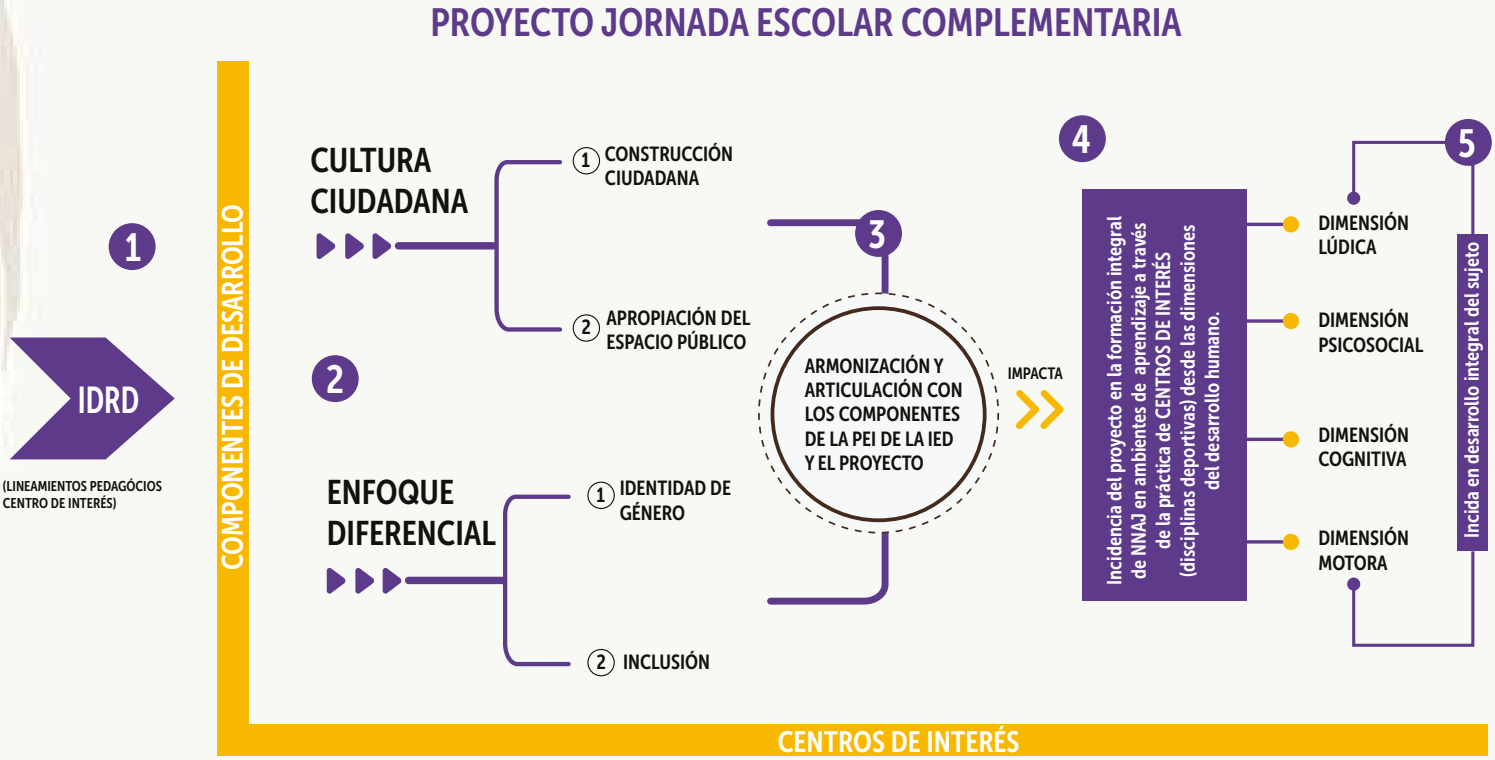


Figura 4. Esquema propuesta Jornada Escolar Complementaria

Nociones y lineamientos pedagógicos



Modelo pedagógico

El modelo pedagógico de la JEC-IDRD se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado en la formación integral de los NNAJ.

Por ello, no se trata de un proyecto deportivo per se, se trata de una apuesta de ciudad que desde el deporte como un fenómeno cultural y humano permite que quienes participan en los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva, si no que se formen como ciudadanos y ciudadanas; en este sentido, es posible que algunos NNAJ, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construir su proyecto de vida; otros, encontrarán en el centro de interés escenarios de formación para fortalecer sus dimensiones motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial, así como potenciar habilidades para la vida.

El deporte, como fenómeno cultural y humano, ofrece diversas oportunidades para el desarrollo de los NNAJ, favoreciendo la construcción de relaciones que fortalecen tanto su capacidad de interacción social como su creatividad. A través del proyecto JEC, se abre la posibilidad de vivir una experiencia deportiva, la cual no solo contribuye a la calidad de vida, sino que brinda herramientas para afrontar sus propias realidades.

En este orden, el modelo pedagógico de JEC, se alimenta de diversas fuentes, especialmente las corrientes sociocríticas de América Latina que se han consolidado con fuerza, promoviendo el reconocimiento de un saber propio que se encuentra, según De Souza (2008), en un lugar que ha sido históricamente marginado por el conocimiento eurocéntrico. Estas corrientes se enfocan en reivindicar y valorar las formas de conocimiento autóctonas, al tiempo que proponen un enfoque metodológico que, en el ámbito territorial, se basa en un ciclo de tres momentos clave: acción, reflexión y acción. Este enfoque permite una relación dinámica y constante entre la práctica y el pensamiento crítico, esencial para el desarrollo de las comunidades en su contexto.

Enfoque metodológico

Según De Souza (2008), el enfoque de "acción-reflexión-acción" es un ciclo metodológico que se utiliza en los procesos educativos y de transformación social. Este enfoque implica un proceso continuo y dinámico en el que los participantes no solo realizan acciones (la parte activa), sino que también reflexionan sobre esas acciones para comprender su impacto y efectividad. Esta reflexión permite ajustar y redefinir las siguientes acciones, lo que genera un proceso de aprendizaje y mejora constante.

- Acción: Se refiere a la práctica inicial, la intervención o el acto concreto que se lleva a cabo en un determinado contexto. En este momento, los sujetos se involucran activamente en la realidad que desean transformar o comprender.

- Reflexión: Después de la acción, se toma un espacio para la reflexión crítica, en la que los individuos analizan los resultados, las experiencias y los significados de lo que han hecho. Este paso permite evaluar lo aprendido y entender las implicaciones de la acción.

- Acción: A partir de la reflexión, se replantean y ajustan las próximas acciones, que se basan en los aprendizajes obtenidos. Este ciclo permite una mejora continua y la adaptación del proceso a las necesidades y realidades del contexto.

Este enfoque, que busca la integración entre la práctica y la reflexión, es fundamental en las metodologías sociocríticas, ya que permite que los sujetos no sólo actúen sobre la realidad, sino que también se conviertan en sujetos críticos y reflexivos sobre su propia acción.

Secuencia didáctica

La secuencia didáctica se divide en tres fases que son, inicial, central, y final (retroalimentación y vuelta a la calma), cada una cumple funciones distintas en el proceso de enseñanza-aprendizaje y, por consiguiente, tiene características diferentes. Estas fases son cíclicas ya que una vez preparado, desarrollado y valorado un tema, una unidad didáctica o una sesión de clase, se planifica otra nueva que debe tener en cuenta los aspectos más significativos de la que se acaba de culminar.

1. Fase inicial:

Acción: Persigue el propósito de activar la atención, establecer el objetivo de la sesión, incrementar el interés y la motivación de los NNAJ, dar una visión preliminar del tema o contenido, conocer los criterios de seguimiento/valoración y rescatar conocimientos previos.

2. Fase central:

Reflexión: El formador/a ayuda a los NNAJ a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo de las actividades, temáticas, técnicas y demás aspectos dentro y fuera de los centros de interés. En esta fase, los NNAJ construyen y fortalecen ambientes de cooperación y colaboración en el centro de interés y fuera de él, deben integrar y ejercitar competencias y experiencias para aplicarlas, en situaciones reales, se debe aplicar la valoración continua (formativa) para verificar y retroalimentar el desempeño y los logros de los participantes de los centros de interés.

3. Fase final (retroalimentación y vuelta a la calma):

Acción: Los formadores/as, junto con los NNAJ, deben verificar el cumplimento de los objetivos de la sesión, los aprendizajes adquiridos, la apropiación de conceptos y temáticas, propiciar la retroalimentación, identificando la pertinencia de las actividades y los recursos didácticos empleados; lo anterior, en aras de realizar los ajustes necesarios a la sesión de clase del centro de interés.

Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo y formación integral

Los centros de interés son una estrategia pedagógica orientada a la formación integral de los estudiantes, que articula diversas áreas de conocimiento en torno a temáticas relevantes y significativas para ellos. Su propósito principal es promover un aprendizaje activo, participativo y crítico, situando al estudiante en el centro del proceso formativo.
Mediante los centros de interés, se fomenta la construcción de saberes interdisciplinares a partir de experiencias prácticas y reflexivas, en las que los estudiantes participan de forma activa, colaborativa y creativa. Este enfoque no solo facilita la integración de conocimientos académicos, sino que también estimula habilidades críticas, valores sociales y actitudes proactivas ante el aprendizaje. (Sánchez, 2025).
Teniendo en cuenta lo anterior, los centros de interés permiten dinamizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, conectando los intereses del estudiante con objetivos educativos que favorecen su desarrollo cognitivo, motriz, lúdico y psicosocial, por ello, desde el proyecto JEC, se pretende incidir significativamente al desarrollo y la formación integral de los NNAJ por medio de 6 modalidades deportivas y sus respectivas disciplinas descritas a continuación

1. De pelota: Fútbol, baloncesto, sóftbol, futsal, voleibol, béisbol, fútbol de salón, balonmano, rugby.

2. De combate: Judo, lucha, taekwondo, boxeo, esgrima, karate.

3. Deportes alternativos: Ultimate, capoeira, ESPORTS, flag football.

4. De tiempo y marca: Atletismo, ciclismo, patinaje, levantamiento de pesas, escalada, BMX, natación.

5. Deportes de arte y precisión: Porras, gimnasia, skateboarding, ajedrez, actividad física, baile deportivo.

6. Raqueta: Tenis de mesa, tenis, bádminton, pádel, squash.

Metodología de atención NNAJ



Justificación Metodología de atención a NNAJ

Los procesos de enseñanza-aprendizaje en el contexto del deporte escolar, están influenciados por múltiples variables, incluyendo los conocimientos específicos del formador con respecto a la modalidad deportiva que desarrolla, sus estrategias metodológicas y didácticas, así como la capacidad de gestión de grupo. No obstante, otras variables relacionadas con la organización de la sesión de clase también influyen, como, por ejemplo, el tamaño del grupo (número de escolares por clase), lo cual se ha documentado en la literatura de manera consistente (Retamal-Valderrama et al., 2019). De hecho, se ha establecido que mientras más reducido sea el número de estudiantes por clase, se puede beneficiar el aprendizaje y el rendimiento académico en la educación general (Filges et al., 2018).

Dada la importancia de los centros de interés en el fortalecimiento de la autonomía de los escolares, el trabajo colaborativo y la formación integral (Gaviria y Devia, 2025), se hace necesario asegurar que estos espacios se lleven a cabo de la manera óptima posible, lo que incluye el tamaño de los grupos. En el contexto específico de la educación física y el deporte escolar, habitualmente se recomienda tener grupos con un número de escolares reducidos, con el fin de optimizar el tiempo de participación y el compromiso en las actividades propuestas durante la clase (Mayorga-Vega et al., 2020).

También se ha documentado que, las clases de educación física con tamaños pequeños se asocian con un tiempo mayor de actividad durante las mismas (Kirkham-King et al., 2017; Zhou et al., 2025), lo que puede favorecer el aprendizaje a largo plazo. En ese sentido, tener una menor cantidad de NNAJ con y sin discapacidad por grupo en los centros de interés, puede facilitar la atención del formador sobre el grupo, el seguimiento cercano al progreso de cada estudiante y un ambiente de aprendizaje colaborativo, íntegro e inclusivo. Esto también puede favorecer la identificación oportuna de los intereses y necesidades de los NNAJ, lo que beneficia el aprendizaje de competencias que contribuyen a su bienestar y fortalecen las cuatro dimensiones del desarrollo dentro del proyecto JEC-IDRD.

Por tanto, un adecuado número de escolares por grupo puede optimizar la aplicación de los lineamientos pedagógicos, los enfoques metodológicos, las estrategias didácticas y de valoración formativa. Adicionalmente, puede favorecer la gestión del grupo, mejorar el control del formador y docentes acompañantes sobre el comportamiento de los escolares y su interacción con el espacio y demás agentes externos a la clase, sobre todo, pero no exclusivamente,

cuando se lleva a cabo en el espacio público, fuera de la institución educativa.

Todo lo anterior, resalta la importancia del tamaño del grupo en el adecuado desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje del deporte y la formación integral de los NNAJ, y su papel como una variable moderadora en la aplicación de estrategias pedagógicas, en la organización de los grupos y en la seguridad de los escolares. De esa manera, existe la necesidad de que los grupos en los centros de interés estén compuestos por un número moderado de escolares, los cuales pueden variar en un rango de 10 a 30 (este número dependerá además de la convocatoria realizada, procesos de inscripción, seguimiento a la a cobertura, oferta de centros de interés, e incluso, dinámicas internas de cada colegio), en concordancia con algunos datos de evidencia científica relacionada (Kirkham-King et al., 2017), de modo que se favorezcan los procesos pedagógicos y metodológicos antes expuestos.

Esto puede ser especialmente aplicable a los deportes de conjunto, debido a las dinámicas internas de las modalidades deportivas, donde se requiere un número determinado de participantes, para la adecuada práctica del deporte. No así, en deportes individuales, donde el formador requiere de un enfoque de atención y control más particularizado del proceso de formación del escolar, dadas las trayectorias del aprendizaje marcadamente singulares en estos contextos deportivos.

En ese sentido, la determinación de un número moderado de escolares por grupo en los centros de interés se sustenta en la importancia de garantizar procesos formativos de calidad, participación y acompañamiento individualizado, recomendando así, contar con grupos de escolares reducidos por sesión de clase.

Estrategias didácticas

Implica la concepción teórico-práctica de la implementación del proceso pedagógico para la formación: condiciona el sistema de acciones para alcanzar los objetivos tanto de enseñanza como de aprendizaje.

Las estrategias didácticas son una serie acciones metodológicas y estratégicas que realiza el formador/a, las cuales facilitan la formación y el aprendizaje de los NNAJ con y sin discapacidad; su implementación fortalece la adquisición de conocimientos, habilidades, competencias y saberes las cuales conllevan al desarrollo integral, la adquisición de competencias para la vida y el cumplimiento de objetivos.

Algunas estrategias didácticas en el deporte escolar son:

Secuencias didácticas: Son las diferentes actividades que debemos de crear para encadenar y articular una unidad didáctica:

- **Sesión cerrada:** Son actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicial, desarrollo y final. Predomina el mando directo y poca participación sugerente de los escolares.

- **Sesión abierta:** Se integran con actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicio, desarrollo y fin. Se caracterizan por el predominio de la exploración libre y la participación de los escolares.

- **Unidad didáctica:** Son unidades de programación de enseñanza con un tiempo determinado. La Unidad Didáctica es una propuesta de trabajo relativa a un proceso de enseñanza aprendizaje completo Este modelo didáctico aparece muy ligado a las teorías constructivistas.

- **Actividades alternativas:** Actividades que se utilizan cuando no es posible desarrollar las actividades programadas y por ende, éstas deben adaptarse o flexibilizarse, aplicando actividades de manera alternativa.

- **Circuitos de acción motriz:** recreativo, patrón de movimiento, fundamentos deportivos. El circuito de acción motriz es una forma de trabajo en la cual se realizan diferentes actividades de forma secuencial en estaciones de trabajo. Sirve para realizar distintas actividades en diferentes momentos dentro de una misma sesión, además que facilita el trabajo simultáneo de los integrantes del grupo, permite la individualización del trabajo.

- **Juegos modificados:** Son juegos que mantienen en esencia la naturaleza problemática del juego deportivo estándar o deporte (por lo tanto, también su táctica). No pertenecen a ninguna institución deportiva ni están sujetos a la formalización y estandarización.

- **Juegos cooperativos:** Pueden definirse como aquellos en los que los participantes dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez, 2004)

- **Juegos con reglas:** El juego de reglas da acceso a la

realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro, 2010)

- **Itinerarios didácticos rítmicos:** Secuencia metodológica que orienta un proceso creativo a partir de la construcción de movimientos, a través de la utilización de elementos perceptivo- motrices (ritmo externo, ritmo interno, ubicación espacio-temporal entre otros) como resultado de estímulos externos.

- **Fábula motora:** La fábula es un relato breve escrito en prosa o verso, donde los protagonistas son animales que hablan. Las fábulas se hacen con la finalidad de educar, lo cual es la moraleja, esta normalmente aparece al final, al principio o no aparece porque se encuentra en el mismo contenido del escrito.

- **Cuento motor:** Es un relato que nos remite a un escenario imaginario dentro de un contexto de reto y aventura, con el fin de lograr que los niños y niñas se puedan sentir identificados desde la actividad motriz, emulando a los personajes del propio cuento. Pone en juego aspectos de índole afectivo y cognitivo con lo cual se desarrolla la creatividad, la imaginación, educación en valores, pensamiento estratégico y trabajo cooperativo propiciando un proceso de reflexión y diálogo entre los participantes. El cuento motor cobra mayor sentido dentro de un ámbito interdisciplinario.

- **Formas jugadas:** Son una estrategia didáctica que se pone a disposición de la práctica de actividades previas a la realización de un juego o deporte que permiten incursionar, conocer y practicar los distintos desempeños motrices que se exigen del mismo juegos naturales (no reglados).

- **Los juegos naturales:** Son actividades que los niños practican en forma cotidiana dentro y fuera de la escuela que cumplen una función importante para su desarrollo y que constituyen un instrumento de afirmación individual. Su característica básica consiste en que permiten establecer y aceptar normas mínimas, generalmente propuestas por los mismos niños.

- **Juego simbólico:** El juego simbólico introduce al niño en el terreno de la simbolización, o acción del pensamiento de representar en la mente una idea atribuida a una cosa. Para acceder a la simbolización, o utilización de símbolos, es necesario manipular algo; es decir, el uso de alguna idea u objeto, no solo manejarlas físicamente; en cualquiera de estas opciones hay simbolización. Al ser el símbolo una atribución, supone la separación entre pensamiento y acción, ya no es acción por la acción, sino símbolo para la acción, o acción por el símbolo. (Navarro 2010).

- **Iniciación deportiva:** Proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

- **Dramatización:** Actividades donde el NNAJ expresa con su cuerpo alguna situación de la vida cotidiana o realiza alguna acción de representación indicada por el formador/a.

- **Gymkhana:** Actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica de juegos recreativos, cuyo origen proviene de la india y significa "fiesta al aire libre". La gymkhana es una serie de juegos que involucran fundamentalmente habilidades motrices, se pueden ordenar a manera de estaciones o como circuitos, sin embargo, cada uno de ellos exigirá a los participantes el cumplimiento de una tarea. De acuerdo con la organización, las estaciones, los grupos podrán participar de forma simultánea o con intervalos de tiempo. Para designar al equipo ganador se podrá tomar el tiempo que cada equipo emplee iniciando con el primer competidor que realice la prueba y parando el cronómetro al llegar el último. Otra manera será asignando puntos a cada prueba en este caso los lugares se asignarán tomando en cuenta la puntuación obtenida por cada grupo. Una particularidad de esta actividad es que se pueden utilizar; claves, códigos, señales, los cuales al descifrarlos indican pistas, tareas o lugares, la creatividad de los organizadores permite diferentes combinaciones de estos elementos, ya sea en el orden de los mismos o exigiendo tareas en cada clave y pista.

- **Taller:** Es una metodología de trabajo en la que se integran la teoría y la práctica. Se caracteriza por la investigación, el descubrimiento y el trabajo en equipo que se distingue por el acopio (en forma sistematizada) de material especializado acorde con el tema tratado teniendo como fin la elaboración de un producto. Se enfatiza en la solución de problemas, el fortalecimiento

de habilidades, y requiere la participación activa de los asistentes.

- **Deporte educativo:** Actividad física, individual o de conjunto, cuya reglamentación, instalaciones y equipo son adaptados a las características de niños y jóvenes en edad escolar, de carácter eminentemente formativo, favorecedor de aprendizajes psicomotrices, afectivos, lúdicos, cognitivos y sociales. El deporte educativo se refiere a la manera de cómo abordarlo con los escolares para que su enseñanza configure la formación de la persona a través de conductas motrices donde lo importante es que todos los alumnos mejoren y participen en las actividades.

- **Rally:** Actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica de juegos recreativos. En esta actividad a diferencia de la Gymkhana las tareas a cumplir serán de carácter socio motriz, pudiendo ser estas cognoscitivas, si se utilizan estas últimas se procurará relacionarlas con la actividad física, es decir que las claves, señales o códigos se referirán a aspectos vistos en la clase de educación física, pudiendo ser ejercicios, formas jugadas, pre-deportes o deportes. Aunque existen diversas definiciones sobre lo que es un rally para objeto de diferenciar esta actividad de la gymkhana se procurará conservar la definición anterior. Los puntos descritos para la gymkhana podrán servir para la organización del rally, cabe mencionar que en ambos casos la organización tiene diferentes variantes, pudiendo ser en la forma de llevar la puntuación, o en la cantidad de jueces, cada una de las características de estos juegos aceptan las variantes que a experiencia y creatividad de los organizadores les proporcionen o de las características de los grupos, de los espacios utilizados y de los recursos empleados.

Cabe resaltar que, las anteriores, son sólo algunas de las estrategias didácticas que se pueden implementar en las sesiones de clase de los centros de interés, así mismo, dentro del quehacer pedagógico, se pueden planear y desarrollar otras estrategias, dinámicas o actividades que incidan en la formación integral del NNAJ y que promuevan la participación de estos en los diferentes centros de interés.

Rol de Formador (a)

En el marco del proyecto 8159 "Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación mediante el juego y el deporte en Bogotá D.C.", el rol de formador(a) es clave para implementar los centros de interés desde la línea del deporte escolar, mediante estrategias pedagógicas, didácticas y metodológicas que promuevan el desarrollo integral de los NNAJ (niños, niñas, adolescentes y jóvenes).
El acceso a actividades deportivas y recreativas favorece el rendimiento académico, el bienestar socioemocional, el desarrollo psicomotriz y las habilidades deportivas, contribuyendo a una formación más equitativa y enriquecedora.
Para cumplir con este propósito, el formador debe ser un profesional íntegro, con liderazgo, responsabilidad, honestidad y respeto, además de contar con competencias y habilidades relacionas con:

- Comunicación asertiva.
- Manejo de grupo
- Habilidades de diseño y ejecución de sesiones de clase (objetivos, metodología, estrategias, etc.)
- Metodología de trabajo con niñez y adolescencia
- Capacidad de motivar e innovar dentro del centro de interés.
- Resolución de problemas.
- Empatía.
- Trabajo colaborativo con equipos interdisciplinarios (componente operativo, pedagógico, psicosocial y semilleros).

Desde su rol pedagógico, debe fomentar ambientes participativos y significativos que fortalezcan habilidades motrices, lúdicas, cognitivas y psicosociales, articulando sus conocimientos en deporte, educación física y recreación con un enfoque formativo, ético y de derechos.
Así mismo, debe dominar el enfoque de garantía de derechos de niñez, infancia y adolescencia, estrategias de iniciación deportiva, normativa educativa vigente en Bogotá y herramientas de seguimiento pedagógico para los procesos de valoración formativa cualitativa.
En este sentido, el rol del formador tiene una importancia crucial, ya que es un adulto significativo que transmite

conocimientos y enseña habilidades a los NNAJ. Gracias a sus enseñanzas, lecciones, reflexiones y ejemplo, los NNAJ se inspiran a reconocer sus fortalezas y las de los demás, a apoyar y escuchar a sus compañeros cuando lo necesitan y a seguir luchando por sus propósitos en la vida. De esta manera el formador se convierte en un referente y un modelo a seguir para los NNAJ que participan en estos espacios, y su presencia y acompañamiento es crucial para que se sigan formando como seres humanos íntegros, comprometidos con el respeto a los derechos humanos y la convivencia, capaces de contribuir activamente a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y pacífica.

Con base a lo anterior, los aprendizajes y habilidades que desarrolla el NNAJ en el centro de interés no solamente tienen un impacto en su ser individual, sino en sus demás contextos de desarrollo: familiar, escolar, comunitario y ciudadano.

Finalmente, el formador debe promover la práctica deportiva en las Instituciones Educativas Distritales, implementando los centros de interés como espacios que potencien las cuatro dimensiones del desarrollo, reconociendo los lineamientos operativos, pedagógicos y psicosociales de manera transversal en su ejercicio como articulador y promotor de procesos tanto técnicos como pedagógicos para la promoción de experiencias significativas que incidan en la formación integral de los NNAJ.

Valoración formativa

La Valoración Formativa Cualitativa en la Jornada Escolar Complementaria del IDRD tiene como propósito valorar el progreso y el proceso de aprendizaje de los NNAJ con y sin discapacidad; esta valoración se centra en los resultados obtenidos a partir de la dinámica de enseñanza-aprendizaje en las actividades desarrolladas en los diferentes centros de interés, los cuales integran de manera transversal las dimensiones del desarrollo humano.

La valoración adopta un enfoque integrador y reflexivo que pone en consideración los siguientes aspectos clave en pro del reconocimiento y fortalecimiento de la formación integral:

- Lo que los NNAJ logran, más no lo que les falta: Este aspecto hace referencia a reconocer y destacar lo que cada participante logra durante su proceso formativo, priorizando sus avances, capacidades y fortalezas en lugar de enfocarse únicamente en aquellos aspectos de su desarrollo en los que presenta un menor avance.
- El interés, dedicación y esfuerzo: Valora el compromiso que demuestra cada escolar al desarrollar las actividades propuestas, subrayando su esfuerzo y perseverancia ante las adversidades y su actitud positiva frente a los desafíos.
- Entender el contexto de cada escolar: Es importante reconocer y comprender el entorno particular de cada NNAJ, ya sea su hogar, el escenario deportivo o la Institución Educativa Distrital (IED), entendiendo cómo estos factores influyen en su proceso de aprendizaje y desarrollo integral.

El proceso de valoración se realiza de manera continua y reflexiva durante cada sesión de clase, permitiendo al formador observar, documentar y analizar los avances individuales y colectivos de los participantes. Es por esto, que, para evidenciar estos procesos de manera estructurada y efectiva, el formador ha de realizar un proceso de observación crítica y significativa que, desde una intencionalidad pedagógica y psicosocial, le permita conocer aquellas particularidades y aspectos más relevantes encontrados en cada uno de los NNAJ.

Lo anterior, permite que el formador/a pueda registrar de manera pertinente y coherente cada uno de los procesos formativos de los escolares teniendo en cuenta los lineamientos y orientaciones establecidas por el componente pedagógico, de esta manera, la información obtenida será registrada y cargada en una herramienta de seguimiento y valoración diseñada por el equipo pedagógico y psicosocial del proyecto, garantizando su coherencia y alineación con los objetivos de formación integral. Esta herramienta estará disponible en el Sistema de Información Misional (SIM), facilitando el acceso, consulta y seguimiento de las valoraciones realizadas por los formadores, compartiendo el respectivo reporte a cada IED y permitiendo a su vez la realización del análisis de los resultados de la formación integral.

En este sentido, se busca promover la formación integral de NNAJ desde las dimensiones cognitiva, motriz, lúdica y psicosocial a través de la práctica de centros de interés deportivos en ambientes de aprendizaje experienciales no aularios como escenarios y parques de la ciudad.

Garantizar un proceso formativo efectivo implica la implementación de un conjunto de acciones e interacciones planificadas que se generan entre diversos agentes educativos, tales como estudiantes, docentes de las IED, formadores, ambientes no aularios y recursos educativos. Estas acciones están diseñadas con el propósito de alcanzar

los resultados de aprendizaje propuestos y se desarrollan dentro de un marco teórico-práctico que orienta los procesos pedagógicos en los centros de interés.
A continuación, se describen los elementos fundamentales de este enfoque:

- Aprendizaje experiencial: Este enfoque se promueve cuando los estudiantes enfrentan situaciones reales que les permiten construir un conocimiento significativo, contextualizado, transferible y funcional. El aprendizaje experiencial fomenta la capacidad de aplicar lo aprendido en diversos contextos, consolidando habilidades prácticas y teóricas. En el caso específico de la práctica deportiva escolar, esta dinámica contribuye al desarrollo y la formación integral de los NNAJ al impactar sus diferentes dimensiones del desarrollo (cognitiva, motriz, lúdica y psicosocial).

- Seguimiento y valoración formativa: Los formadores son responsables de realizar un seguimiento continuo al proceso de formación de los NNAJ. Este seguimiento se evidencia y consolida con la elaboración de la Valoración Formativa Cualitativa, donde se resaltan los logros, aprendizajes y avances en la formación de cada escolar, reconociendo el progreso individual y grupal en sus diferentes etapas del desarrollo.

- Participación en mesas de trabajo y fortalecimiento curricular: Los formadores y formadoras participan activamente en mesas de cualificación lideradas por los componentes pedagógico y psicosocial. Durante estas jornadas, se construyen, analizan y revisan las propuestas de fortalecimiento a las mallas curriculares de los centros de interés, así como a los planes pedagógicos correspondientes. Este proceso colaborativo es guiado por un profesional en enseñanza y tiene como objetivo fortalecer y ajustar los contenidos, metodologías, desempeños y estrategias pedagógicas en función de las necesidades detectadas en el proceso formativo, así como de los propósitos de cada centro de interés.

Valoración en semilleros

Históricamente, la evaluación de la condición física en niños y adolescentes ha sido un eje central para docentes de educación física, entrenadores y científicos del ejercicio (Cureton & Warren, 1990; Ruiz et al., 2011). Hoy, factores como las altas tasas de inactividad, la aparición temprana de enfermedades, las deficiencias nutricionales y los bajos estándares de aptitud física en la población joven —con y sin discapacidad— cumplen un papel determinante en la prevención de riesgos para la salud.
En este contexto, la valoración mediante "Test Físicos" en el entorno educativo no solo es conveniente, sino imprescindible. Los resultados de estas evaluaciones permiten orientar procesos didácticos y metodológicos diseñados para reducir el sedentarismo, el riesgo de lesiones y la prevalencia de enfermedades cardiometabólicas como la obesidad.
La bibliografía científica distingue dos dimensiones clave en este ámbito: la condición física relacionada con el **rendimiento** y la condición física relacionada con **la salud**
Respecto a la dimensión de la salud, esta se define como el estado que permite realizar las actividades cotidianas con vigor, asociado a rasgos y capacidades que reducen el riesgo de enfermedades crónicas y muerte prematura (Pate, 1988). En esta categoría se priorizan las valoraciones de la composición corporal-morfológica y las capacidades físicas básicas orientadas al bienestar integral.
Por otro lado, la condición física relacionada con el rendimiento se enfoca en el desarrollo de cualidades específicas y habilidades necesarias para la alta competencia. Según Bouchard et al. (2012), esta dimensión depende de factores como la velocidad, la fuerza muscular, la potencia, la capacidad aeróbica y el estado nutricional, así como de las proporciones corporales y la motivación. Es aquí donde se integran los gestos técnicos y los sistemas de entrenamiento orientados a alcanzar el éxito deportivo.
En ambas dimensiones, se resalta la importancia de la aplicación de tests, ya que proporcionan un juicio de valor tanto cuantitativo como cualitativo. Estas mediciones permiten comparar los procesos de crecimiento y maduración, visibilizar los niveles de desarrollo deportivo y, fundamentalmente, obtener datos objetivos para la identificación de posibles talentos.
En conclusión, la valoración de las condiciones físicas en la Jornada Escolar Complementaria trasciende la simple medición. Desde un enfoque pedagógico, se convierte en una herramienta de motivación y autosuperación que despierta el interés por el deporte; desde la perspectiva de la salud, la aplicación de test físicos proporciona una hoja de ruta clara sobre la relación entre el desarrollo corporal y los procesos de crecimiento y maduración de NNAJ.

Etapa de iniciación y formación deportiva

La evaluación formativa es una práctica de comprensión y una oportunidad de aprendizaje. "...Lo que se observa y valora

es la manera en que el estudiante ha recorrido el camino propuesto y el modo en que ha alcanzado los propósitos de aprendizaje" (Hernández, 2012).

No es suficiente adquirir conocimientos, es necesario comprender sus lógicas de producción, es decir, comprender las visiones del mundo desde las cuales se producen. Es por esto que, desde los aspectos pedagógicos, la valoración se desarrollará de la planeación de cada malla curricular desde las dimensiones del desarrollo, desde lo cognitivo, motriz, lúdico y psicosocial.

Etapas de formación

Las etapas de formación son concebidas como una serie de momentos y niveles formativos que permiten categorizar el alcance, desempeño, aprendizajes y habilidades de los NNAJ de acuerdo con sus niveles de desarrollo en las dimensiones motriz, lúdica, y cognitiva. Estas etapas representan, cada una, unos aspectos específicos propios de un nivel de complejidad secuenciales, empezando con una etapa de formación inicial denominada "exploración", seguida de "apropiación" y una etapa avanzada "dominio", así como una etapa de "transición" a semilleros de iniciación en deporte.

A) Exploración: Se caracteriza por el desarrollo e irradiación de las capacidades perceptivo-motrices desde lo deportivo, integrando actividades en cada centro de interés donde se trabaja el esquema corporal, la estructuración temporo espacial, el equilibrio, la manipulación de objetos, la coordinación dinámica general y la coordinación sensomotora. De este modo, las formas básicas del movimiento como correr, saltar, trepar, recibir, arrojar y variadas experiencias motrices se incorporan dentro de un marco formativo-lúdico que favorece la imaginación la resolución de problemas simples, el trabajo colaborativo y la interacción por medio de juegos, retos y actividades experienciales. Esta etapa permite promover la curiosidad natural y la familiarización con el contexto del centro de interés y los elementos que éste contemple.

B) Apropiación: Representa un nivel intermedio en la formación integral, donde convergen las dimensiones motriz, lúdica y cognitiva para consolidar habilidades y conocimientos. En esta etapa, se profundiza en el desarrollo de diversas formas de coordinación, familiarización con distintos elementos y contextos, y el pensamiento táctico general. Se caracteriza por la capacidad de realizar movimientos combinados de manera global, aunque sin alcanzar aún una inhibición precisa de los mismos; lo anterior, permite fortalecer capacidades físicas como resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad y coordinación, abordándolas de manera integral. En el ámbito cognitivo, se fomenta la comprensión de conceptos tácticos, las reglas y la idea central de los intereses trabajados, promoviendo el análisis la toma de decisiones y la resolución de problemas. Todo esto se enriquece y se afianza con un enfoque lúdico que promueve la motivación en los NNAJ, así como el aprendizaje dinámico y el desarrollo integral en un entorno que combina el goce y disfrute en los diferentes centros de interés.

C) Dominio: La etapa de dominio representa un nivel avanzado en la formación integral, donde se perfeccionan y potencian las habilidades motrices, lúdicas y cognitivas. Esta etapa propende por el desarrollo de destrezas específicas y el pensamiento táctico detallado, permitiendo al NNAJ ejecutar técnicas de forma precisa y automatizada. A través de la práctica constante y consciente del centro de interés, se optimiza el rendimiento físico, alcanzando una ejecución fluida y eficiente que facilita la adaptación a diversas habilidades motrices. Además, en esta etapa, se profundiza en la comprensión y aplicación de las reglas y principios del deporte, favoreciendo la toma de decisiones rápidas y efectivas. Aunque se mantiene el disfrute y la motivación desde la dimensión lúdica, la competencia se vuelve esencial para favorecer el dominio de las habilidades motrices, cognitivas y lúdicas. De este modo, el NNAJ fortalece su capacidad de actuar de manera autónoma, enfrentando desafíos complejos con un alto grado de dominio técnico y estratégico específico del centro de interés.

D) Transición: Dicha etapa se caracteriza por la orientación hacia el desarrollo de habilidades y capacidades técnicas específicas de las disciplinas deportivas, cuyo fin se ajusta al aprendizaje de modelos y sistemas de entrenamiento deportivo para aprender a entrenar y a competir. Tiene como fundamento, desde la dimensión motriz, el fortalecimiento de las cualidades físicas, el esquema corporal y las estructuras temporo-espaciales; desde lo lúdico/competitivo el conocer, comprender y aplicar el reglamento básico de competencia de la disciplina deportiva, desde cognitivo el fortalecer el rendimiento deportivo bajo situaciones de juego y presión; desde lo psicosocial el contar con el apoyo familiar bajo la expectativa de gusto por la práctica de su deporte y desde lo biológico conocer, auto reconocer y cuidar los procesos de crecimiento y maduración. De esta manera las NNJA con y sin discapacidad tienen la posibilidad de orientar un posible proyecto de vida y/o mejorar su calidad de vida.

Escala de valoración cualitativa:

La presente escala tiene como propósito facilitar el proceso de valoración formativa, resaltando los aprendizajes y habilidades adquiridos por los NNAJ con y sin discapacidad participantes de los centros de interés, promoviendo una categorización y retroalimentación constante que oriente los procesos de formación integral. Dicha escala se encuentra estructurada en cuatro niveles: por fortalecer, básico, alto y superior. Cada nivel contempla un grado progresivo de avance y logro, lo cual, permite al formador identificar fortalezas y oportunidades de mejora, para otorgar una categoría a los resultados formativos en cada una de las dimensiones del desarrollo humano, de modo que, los NNAJ puedan alcanzar su máximo potencial de acuerdo con el nivel alcanzado.



Fig. 5 Fuente: Diseño propio – Escala de valoración formativa cualitativa JEC-IDRD

Cabe resaltar que la escala de valoración cualitativa (por fortalecer, básico, alto y superior) alcanzada por los NNAJ en los diferentes centros de interés se refleja en el reporte individual de valoración formativa de acuerdo con los resultados de la formación integral según corresponda. Así mismo, se destaca que esta escala es tenida en cuenta por algunas IED como un aporte e incentivo para los escolares en el marco del proceso de articulación y armonización curricular, de este modo, las IED adoptan la escala de valoración cualitativa y la convierten o adaptan a una escala numérica o sumativa según los acuerdos establecidos en el proceso de armonización curricular y su respectivo SIEE, cumpliendo así con los aportes pertinentes al fortalecimiento curricular correspondientes.

Aporte de la valoración formativa al fortalecimiento curricular en las IED

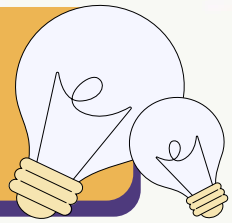
La valoración formativa cualitativa no sólo permite conocer el progreso y el desempeño de los NNAJ con y sin discapacidad, sino que contribuye a la transformación del currículo en un instrumento dinámico, flexible y adaptable a las necesidades y particularidades de la comunidad educativa, reforzando así el enfoque y la misionalidad del PEI (desde su componente académico), reconociendo así el horizonte institucional y los acuerdos de armonización establecidos. Este proceso busca fortalecer el PEI, mediante los procesos de articulación y armonización curricular establecidos con las diferentes IED en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria para la formación integral de los NNAJ participantes de los centros de interés.

Teniendo en cuenta lo anterior, la valoración formativa puede verse como una herramienta clave para el fortalecimiento curricular del PEI en cuanto a que fomenta la retroalimentación continua al proporcionar información valiosa para ajustar y fortalecer estrategias pedagógicas que permitan guardar coherencia entre los propósitos del PEI y los acuerdos de armonización curricular, así mismo, promueve un aprendizaje significativo al enfocar sus esfuerzos en el proceso más no en los resultados, identificando y atendiendo las necesidades de los NNAJ y alineándose a su vez con los objetivos formativos del PEI de la IED.

Del mismo modo, la implementación de dicho proceso, favorece la lectura del currículo al reconocer las particularidades de la IED, permitiendo procesos de adaptación de actividades, contenidos, y ejes transversales que dan respuesta a su contexto; este enfoque también impulsa el desarrollo y la formación integral de los NNAJ al valorar no sólo aspectos formativos, sino también las dimensiones del desarrollo (motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial), las cuales, son concebidas, desde el proyecto, como elementos esenciales para el fortalecimiento de la formación integral; así pues, desde JEC-IDRD se promueve el fortalecimiento curricular mediante la implementación del proceso de armonización y articulación fundamentado por la SED en el marco de las EATE.



Plan pedagógico de Porrismo



Microdiseño curricular

Este proceso de planeación micro curricular es una estrategia que permite orientar el proceso formativo del centro de interés de manera específica.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA			
Proyecto 8159 Jornada Escolar Complementaria			
Ubicación curricular del centro de interés en el plan pedagógico			
Modalidad	**Centro de Interés**	**Línea pedagógica**	**Área**
Arte y precisión	Porrismo	Deporte Escolar	Subdirección Técnica de Recreación y deporte
Período Académico: Semestral	Horas de cada sesión	Componente	Sesiones de clase calendario académico
Ciclos: 1,2,3 y 4	2 horas	Pedagógico	80

Tabla. 3. Fuente: Diseño propio - Microdiseño curricular

Justificación

El porrismo es un deporte de ARTE Y PRECISIÓN que integra la expresión corporal, el trabajo en equipo, la disciplina y valores como el liderazgo, respeto, solidaridad y espíritu positivo. A través del centro de interés, los estudiantes logran desarrollar competencias motrices, sociales y emocionales, las cuales permiten el desarrollo personal y la proyección hacia los semilleros deportivos, fomentado la continuidad de los procesos de formación.

Este micro diseño curricular está dirigido a estudiantes de las diferentes Instituciones Educativas (IED) vinculados al programa de Jornada Escolar Complementaria, garantizando un proceso de enseñanza-aprendizaje progresivo, que inicia desde lo más básico y sencillo hasta alcanzar niveles de mayor complejidad técnica, con proyección hacia los semilleros de profundización y competencia.

El porrismo proporciona los siguientes contenidos y ejes de formación:

1. Eje Físico – motriz

Este eje busca fortalecer las capacidades corporales necesarias que se utilizan para la buena práctica segura y eficiente del porrismo.

- Motricidad y preparación física general-especifica: desarrollo de las capacidades coordinativas y condicionales. (fuerza, flexibilidad, resistencia, velocidad, equilibrio, ritmo, sincronización, asimilación, adaptación y orientación), para el desarrollo de stunts, saltos y gimnasia.
- Esto aporta al estudiante, en la mejora de su condición física integral, brindando una base corporal para ejecutar movimientos seguros y eficientes, los cuales favorecen

la salud, resistencia y disciplina física, fortaleciendo la conciencia del cuidado de su propio cuerpo.

2. Eje Técnico – procedimental

Busca el aprendizaje progresivo de las técnicas específicas del porrismo, partiendo de lo más sencillo hasta alcanzar movimientos de mayor complejidad. Incluye movimientos gimnásticos, motions, saltos, acrobacias, stunts y pirámides, así como la integración de estas habilidades en rutinas coreográficas. Este eje enfatiza la precisión, la seguridad y la correcta ejecución técnica.

Teniendo en cuenta que dichas habilidades y aprendizajes se enfocaran inicialmente en habilidades de nivel 1, promoviendo así la disciplina y precisión en la ejecución de movimientos, implementando la seguridad y confianza en los estudiantes al momento de realizar acrobacias en equipo y realizando habilidades individuales, permitiendo así integrar todas las habilidades en la construcción de una rutina creativa, coordinada y sincronizada. Para llevarla a una rutina ganado

3. Eje cognitivo conceptual

Va orientado a la comprensión teórica y normativa del porrismo como disciplina deportiva y artística. En este eje se abordan la historia, evolución, reglamentación, funciones de los diferentes roles (bases, flyers, spotters) y principios de organización coreográfica. Su propósito es que el estudiante no solo practique, sino que comprenda y reflexione sobre el deporte en un marco lúdico y competitivo.

Este eje aporta al estudiante en el desarrollo de conocimiento, a que comprenda la importancia de la seguridad y la normatividad, a encontrar su rol dentro del equipo, al comprender esto ayuda a una mejor la cooperación al momento de implementar una habilidad o un montaje de rutina

4. Eje socioemocional y de valores

Por medio del porrismo se puede fortalecer las habilidades sociales y emocionales de los estudiantes, así como la formación en valores a través de la práctica del porrismo. Promueve el trabajo en equipo, el liderazgo, la disciplina, la confianza, la empatía y la responsabilidad, reconociendo que la cooperación y el respeto mutuo son fundamentales para lograr ejecuciones colectivas seguras y exitosas, teniendo en cuenta que esto es un trabajo en equipo.

- **Iniciación/acción :** desarrollo y trabajo de simplicidad con enfoques formativos hacia las destrezas del porrismo, integrar los conceptos básicos e identificar sus roles por medio de su biotipo y composición corporal, trabajo de todas las posturas básicas de gimnasia, gestos técnicos de una acrobacia, expresión corporal y movimientos básicos del porrismo, desarrollo de la flexibilidad de lo simple a lo complejo, brindar información técnica-cognitiva para así llegar a una complejidad en las ejecuciones motrices de cada destreza requerida para su proceso de formación.
- **Consolidación/reflexión:** combinación de gestos motrices más complejos, como desarrollo de destrezas en gimnasia del nivel de formación, trabajo de elevaciones con algunas transiciones básicas, posiciones corporales con enfoque en la flexibilidad, ejecución de los saltos y bailes coreográficos con cambios de posición en el espacio, trabajo de cohesión grupal y confianza.



- Proyección/acción: desarrollo de las destrezas con enfoque competitivo, trabajo de habilidades con complejidad en sus ejecuciones motrices, en cuanto a la gimnasia más avanzada, acrobacias con mayor dificultad y transiciones con más cadencia y ritmo, mejora de los saltos y composiciones de rutinas para brindarle al estudiante un entorno más real hacia la proyección que se tiene en los semilleros de porrismo de JEC.

Propósitos del centro de interés

Objetivo general

Promover la práctica del porrismo en los escolares de las diferentes IED, estableciendo procesos de formación integral que permitan el desarrollo de sus dimensiones cognitiva, lúdica, motriz y psicosocial, impactando positivamente en su estilo de vida y proyección hacia los semilleros, orientándolos en la construcción de una línea deportiva sólida que favorezca su participación en procesos recreativos y competitivos, y así mismo aportar en su proyecto de vida personal y académico, fomentando la disciplina, el liderazgo y la responsabilidad social.

Objetivos específicos

- Preparar a los NNAJ en las habilidades básicas motrices y técnicas fundamentales del porrismo, de acuerdo al nivel técnico en donde se ubiquen para posteriormente desarrollar habilidades de mayor dificultad acordes a su edad o categoría.

- Desarrollar destrezas motrices, gimnasticas, acrobáticas y coreográficas propias del porrismo, potenciando el rendimiento físico y coordinativo en contextos recreativos y competitivos.

- Fomentar en los NNAJ habilidades psicosociales, lúdicas y cognitivas a través de espacios de participación que les permitan compartir sus ideas y sentimientos con los demás, estimulando su interacción, su trabajo en equipo y fortaleciendo valores como la honestidad, solidaridad, cooperación, comprensión, respeto, liderazgo entre otros.

- Lograr mediante la práctica del porrismo, hábitos de aprovechamiento del tiempo libre, disciplina y mejora de la calidad de vida.

- Fomentar hábitos de vida saludable mediante la práctica sistemática del porrismo, fortaleciendo la disciplina, la autoconfianza y la responsabilidad en los escolares.

- Propiciar la convivencia, la cooperación y el sentido de pertenencia a través del trabajo en equipo y la comunicación asertiva, promoviendo relaciones sociales positivas entre los participantes dentro y fuera del grupo deportivo.

Concepto del deporte

El deporte puede definirse como una práctica sistemática y planificada de la actividad física que busca el desarrollo de capacidades condicionales (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) y coordinativas (equilibrio, ritmo, orientación, reacción y acoplamiento), orientadas al rendimiento, la salud y la formación integral de los escolares. El porrismo no solo implica la ejecución de movimientos o destrezas bajo reglas establecidas, sino también el seguimiento de procesos de entrenamiento estructurado que permiten la mejora progresiva del rendimiento físico, técnico, táctico y psicológico de los practicantes. Además, favorece la adquisición de hábitos de disciplina, autocontrol y superación personal, fundamentales tanto para la alta competencia como para el deporte escolar y recreativo.

En el caso del porrismo (cheerleading), este se reconoce como una disciplina autónoma que combina de manera estructurada elementos de la gimnasia, danza y acrobacia, pero no como ramas independientes, sino como componentes técnicos integrados en una misma práctica. El porrismo exige coordinación, fuerza, resistencia, flexibilidad, ritmo y trabajo colectivo, ya que su esencia está en la ejecución de stunts, pirámides, saltos y rutinas coreográficas que se presentan bajo parámetros internacionales de tiempo y dificultad. Este deporte, además de fomentar la condición física y el rendimiento deportivo, fortalece las habilidades psicosociales como el liderazgo, la cooperación, la disciplina y el sentido de pertenencia, convirtiéndose en un medio pedagógico que impulsa tanto la excelencia deportiva como la formación integral de los escolares.

El porrismo es una práctica que da la oportunidad a los estudiantes de manejar otro idioma ya que su de origen es norteamericano y usa terminología en inglés, por esta razón se hace más interesante y atractiva para los NNAJ de las IEDs. Adicional a esto sus dinámicas permiten una integración por parte de los padres de familia y comunidad

educativa en general fomentando espacios de sana convivencia. Es importante resaltar que el porrismo no es una práctica exclusiva de mujeres, la participación del género masculino permite socializar en diferentes formas generando espacios de inclusión y aceptación. Este deporte interviene directamente en la formación y educación de los NNAJ ya que, gracias a la práctica fomenta el auto reconocimiento, auto control y eleva la autoestima.

Por otro lado, contribuye al entrenamiento del cuerpo con miras a alcanzar un estado de bienestar físico y mental, así como, un completo equilibrio entre éstos; alcanzando una meta con esfuerzo propio, dominando las tendencias desordenadas de abandono y dejadez, vicios que van adormeciendo lentamente y llevan a un estado de inapetencia total. También beneficia a la sociedad, en virtud de que un cuerpo sano trabaja más y reclama menos que un cuerpo débil y enfermizo. Baile, gimnasia, coordinación, pero sobre todo compromiso y pasión. Estas palabras caracterizan al cheerleading (porrismo para nosotros) un deporte que nació hace 120 años y que con el tiempo se perfecciono y expandió a lo largo del mundo con representantes en casi todos los continentes y más de tres millones y medio de atletas.

Esta actividad precisamente nació en el año 1898 haciendo mención a la primera porra o cantico que realizo un estudiante de la Universidad de Princeton, en Nueva Jersey, Estados Unidos, para alentar a su equipo de Básquet e incentivar a los espectadores que también lo hagan, y esa fue su principal característica y función desde entonces, contagiar entusiasmo y alegría a espectadores durante los tiempos muertos de los partidos. El órgano rector mundial de este deporte es la "International Cheer Union" (ICU) establecida el 26 de abril de 2004 y, según su propia página, cheer union.com, es el organismo mundial reconocido de Cheerleading, se compone de 105 Federaciones Nacionales y 3,5 millones de atletas en todos los continentes. Recibe Campeonatos del Mundo, los cuales son televisados por ESPN en Estados Unidos, dando la bienvenida a más de 70 naciones. Para finalizar, hay que destacar el gran ascenso a nivel nacional y mundial que alcanzó este deporte el cual empezó hace 120 años y se encontraba asociado en un segundo plano después de los eventos deportivos de las instituciones educativas.

En la actualidad, el Cheerleading ha logrado romper esa barrera de ser solo un show de entretiempo, para desenvolverse como un deporte aparte y que, a partir de diciembre del 2016, fue reconocido por el Comité Olímpico Internacional (COI) encargado de promover el olimpismo en el mundo y coordinar las actividades del Movimiento Olímpico, como deporte bajo el nombre de "Cheer" teniendo un plazo de tres años para poder demostrar a los representantes que merece un lugar dentro del mayor evento deportivo internacional como son los Juegos Olímpicos.



¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés?

Se espera fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes mediante la práctica del porrismo, promoviendo la expresión corporal, el trabajo individual, la coordinación, la cohesión en equipo, la disciplina y la autoconfianza, integrando las diferentes dimensiones.

Desde la dimensión lúdica, se fomenta y fortalece el gusto, la pasión y la motivación a través de las coreografías, el juego y la música, estimulando así la creatividad en el diseño de rutinas y movimientos expresivos, la diversión, el sentido de pertenencia y la participación en actividades grupales y presentaciones.

En la dimensión cognitiva se busca fortalecer y comprender los aspectos y conceptos básicos del deporte, desarrollando así la capacidad de concentración, memorización y planificación para ejecutar secuencias de movimientos, por otro lado, se busca fortalecer el pensamiento estratégico para coordinar rutinas, sincronización y liderazgo.

Para la dimensión motriz se busca fortalecer las habilidades motrices básicas y específicas, así como también sus capacidades/cualidades físicas y coordinativas, mejorando su postura y control corporal en cada movimiento, ejecución y consciencia corporal en las diferentes habilidades impartidas, mejorando así sus movimientos, haciéndolos más seguros y precisos.

Por último, en la dimensión psicosocial se busca fomentar la cohesión grupal, la solidaridad y la comunicación efectiva entre los miembros del grupo, promoviendo los valores como el respeto, la responsabilidad y confianza mutua, se busca fortalecer su autoestima, autoconfianza y sentido de identidad a través de la expresión corporal y el sentido de pertenencia.

Normas del centro de interés

- Puntualidad y asistencia: llegar a tiempo a las sesiones de clase

- Presentación personal: uso adecuado de ropa cómoda y deportiva para las prácticas, evitar el uso de accesorios que puedan atentar contra la seguridad de los estudiantes, las niñas deberán tener su cabello recogido.

- Respeto y convivencia: mantener un trato respetuoso entre docente, compañeros y demás integrantes, escuchar atentamente siempre al formador, evitar burlas y agresiones dentro del equipo.

- Cuidado y seguridad: cumplir las normas de seguridad durante los ejercicios de acrobacia y gimnasia, seguir de manera adecuada los procesos de cada habilidad (progresión antes que dificultad), evitar que los estudiantes realicen habilidades sin supervisión, utilizar los materiales de manera adecuada, cuidando así la integridad de los estudiantes.

- Responsabilidad y compromiso: mostrar actitud positiva y disposición para aprender, cumplir con las tareas asignadas, representar con orgullo y respeto su institución.

- Cohesión grupal: colaborar con los compañeros en la organización y ejecución de las rutinas, valorar el esfuerzo de sus compañeros y del formador, promover siempre un ambiente sano, cooperativo, de apoyo y de confianza mutua.

Metodología de enseñanza

La metodología de enseñanza propuesta para la práctica del porrismo en jornada escolar complementaria del IDRD se fundamenta en un enfoque activo, progresivo y cooperativo, que promueve la participación constante, la construcción colectiva del aprendizaje y el desarrollo integral del estudiante.

A través de actividades lúdicas y de descubrimiento guiado, los niños y adolescentes aprenden de manera significativa, fortaleciendo tanto sus capacidades motrices y técnicas como sus habilidades sociales.

La enseñanza se organiza de forma progresiva, avanzando desde ejercicios básicos de coordinación, equilibrio y ritmo, hasta movimientos acrobáticos y coreográficos más complejos, garantizando la seguridad y confianza de los participantes. Esta metodología busca fomentar la autonomía, la responsabilidad, el trabajo en equipo y la creatividad, valores esenciales en la formación deportiva y

personal de los practicantes de porrismo.

Estrategias didácticas en el centro de interés

Usamos el juego, la cooperación y la experimentación activa como medios para favorecer el aprendizaje técnico, social y emocional.

A través de actividades lúdicas, progresivas y cooperativas, se promueve el desarrollo de habilidades motrices, la coordinación, la expresión corporal y el trabajo en equipo. Se emplean estrategias como la enseñanza por demostración, el descubrimiento guiado y la retroalimentación positiva, que permiten al estudiante participar de manera activa en la construcción de su aprendizaje, fomentando la autonomía y la creatividad.

Además, la progresión técnica por niveles asegura la seguridad y la confianza durante la ejecución de acrobacias y coreografías. En conjunto, estas estrategias fortalecen valores como la responsabilidad, la empatía y el respeto, contribuyendo a la formación integral del practicante dentro de un ambiente motivador y colaborativo.



Referencias



- Añon, g. (2023) Un enfoque del talento deportivo https://futbol-entrenadorgabrielanon.blogspot.com/2013/08/un-enfoque-del-concepto-del-talento.html
- Baur, J. (1993). Entrenamiento juvenil y detección de talentos.
- Benítez, S. (2024) ¿qué es un talento deportivo? https://g-se.com/es/que-es-un-talento-deportivo
- Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2012). Physical activity and health (2nd ed.). Human Kinetics
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2015). Periodización del entrenamiento deportivo: Teoría y metodología (6.ª ed.). Paidotribo.
- Contreras, O. R., De la Torre, E., & Velázquez, R. (2001). Iniciación deportiva. Un enfoque educativo. INDE.
- Cureton, K. J., & Warren, G. L. (1990). Criterion-referenced standards for youth health-related fitness tests. Quest, 42(1), 7–19.; Ruiz, J. R. Batería ALPHA-Fitness: test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. Nutrición Hospitalaria, 26(6), 1210-1214.
- De Souza, J.F. (s.f.) Sistematización: Un instrumento pedagógico en los proyectos de desarrollo sustentable https://www.ecosad.org/laboratorio-virtual/phocadownloadpap/BIBLI-SISTEMATIZACION/de%20souza%20-%20sistematizacion%20instrumento%20pedagogico%20%20proyectos%20desarrollo%20sostenible%203.pdf
- E. Villa González; J. D, Secchi; G.C. García; C.R. Arcuri. Editorial Universidad Adventista del Plata Estrategias para la Evaluación de la Condición Física de niños y adolescentes.
- Filges, T., Sonne-Schmidt, C. S., & Nielsen, B. C. V. (2018). Small class sizes for improving student achievement in primary and secondary schools: a systematic review. Campbell systematic reviews, 14(1), 1–107. https://doi.org/10.4073/csr.2018.10
- Fundación Carvajal (2014) Enseñanza más allá del aula https://www.fundacioncarvajal.org.co/post/incauca-y-fundaci%C3%B3n-carvajal-consolidan-un-modelo-educativo-de-impacto-en-el-cauca.
- García Ferrando, M., Puig, N., & Lagardera, F. (Eds.). (1998). Sociología del deporte. Alianza Editorial.
- Gaviria-Ospina, M., Devia-Narvaez, L. (2025). Centro de interés como estrategia pedagógica para el fortalecimiento en el aprendizaje de la multiplicación en estudiantes del grado quinto de la Escuela Normal Superior de Villahermosa [Tesis de grado, Universidad Abierta y a Distancia]. Archivo digital. https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/68507/Linayuranydevianarvaez.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hahn, E. (1988). Entrenamiento con niños: Teoría, práctica, problemas específicos. Martínez Roca
- Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte: Análisis de las estructuras del juego deportivo. INDE.
- Hernández (2012) Ambientes de aprendizaje para el desarrollo humano. https://www.academia.edu/25649217/Ambientes_de_aprendizaje_para_el_desarrollo_humano
- International Cheer Union. (s. f.). About ICU. International Cheer Union. https://cheerunion.org
- Kirkham-King, M., Brusseau, T. A., Hannon, J. C., Castelli, D. M., Hilton, K., & Burns, R. D. (2017). Elementary physical education: A focus on fitness activities and smaller class sizes are associated with higher levels of physical activity. Preventive medicine reports, 8, 135–139. https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.09.007
- López, J. (2000). La selección de talentos deportivos. Red: Revista de entrenamiento deportivo
- Mayorga-Vega, Daniel & Parra-Saldias, Maribel & Viciana, Jesús. (2020). Niveles objetivos de actividad física durante las clases de Educación Física en estudiantes chilenos usando acelerometría Objectively measured physical activity levels during Physical Education lessons in Chilean students using accelerometry. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. 37. 123-128. 10.47197/retos.v37i37.69238.
- Navarro, V. (2010) El afán de jugar https://mtcgam.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/01/el-afan-de-jugar.pdf
- Pate, R. R. (1988). The evolving definition of physical fitness. Quest, 40(3), 174–179
- https://cheerunion.org



- Pérez, L., & Rodríguez, M. (2018). El porrismo como disciplina deportiva escolar: Aportes al desarrollo motriz y socioemocional. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 13(2), 233–245.
- Retamal-Valderrama, C., Delgado Floody, P., Espinoza-Silva, M., & Jerez-Mayorga, D. (2019). Comportamiento del Profesor, Intensidad y Tiempo Efectivo de las Clases de Educación Física en una escuela pública: Un acercamiento a la realidad (Teacher\'s Behavior, Intensity and Effective Time in Physical Education Classes in a Public School: An Approach to Reality). RECYT (Repositorio Español de Ciencia y Tecnología). Se encuentra alojado en el portal de RECYT (Repositorio Español de Ciencia y Tecnología).
- Rosales, A. (2014) EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 190, Marzo de 2014. http://www.efdeportes.com/
- Sánchez Moreno, Y. (2025). Centros de Interés como estrategia pedagógica en los procesos de enseñanzas en niños, niñas y jóvenes del Club Científico en el Parque de la Conservación, Medellín. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones generales (pp. 11–26). Bogotá.
- Secretaría de Educación Distrital (2025) Estrategias de Ampliación del Tiempo Escolar - Articulación con el Currículo y Armonización con el PEI - Secretaría de Educación Distrital – DEPB
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Secretaría de Educación Distrital. Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones Generales 40x40. Bogotá. SED – DEPB –Proyecto 1005.
- Secretaría de Educación Distrital (2015). Protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular. SED
- Torres, A. (2024) Talentos que brillan https://www.comfenalcosantander.com.co/jornada-escolar-complementaria-24-anos-aportando-al-bienestar-de-la-ninez-de-santander/
- UNESCO (2018) Carta Internacional de la Educación física, la actividad física y el deporte- https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa.locale=es
- Velázquez, C. (2024) La importancia de los juegos cooperativos en la educación. https://www.efdeportes.com/efd205/importancia-de-los-juegos-cooperativos-en-educacion.htm
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). Foundations of sport and exercise psychology (6th ed.). Human Kinetics.
- Zhou, Y., Wang, L., Chen, R., & Wang, B. (2025). Associations between class-level factors and student physical activity during physical education lessons in China. The international journal of behavioral nutrition and physical activity, 22(1), 1. https://doi.org/10.1186/s12966-024-01703-6
- Zatsiorski, V. M. (1989). Metrología deportiva. Planeta.