Guía pedagógica y didáctica

SECRETARIA DE CULTURA CIUDADANA – SUBS. DE ARTE Y CULTURA
RED DE PRÁCTICAS ARTÍSTICAS Y CULTURALES – FORMACIÓN CULTURAL

Laboratorio o Actividad de Formación Cultural: LABORATORIO EL SALADO – COMUNA 13.

Red: CREACIÓN ESCÉNICA **Énfasis (del proceso o lote):** LOTE UNO (1) – CIRCO SOCIAL. LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICA.

Participantes (Comuna, Barrio, etc.): COMUNA 13 – SAN JAVIER PARTA ALTA.

Fecha: 06-06-2026 **Horario:** 9:00am – 1:00pm **Lugar:** PLACA DEL BARRIO

Propósito del proceso: Implementar un proceso integral de educación para la paz, formación artística y oferta cultural, fundamentado en la metodología de Circo Social, dirigido a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y familias de las comunas 2, 4, 7 y 13 del Distrito Especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín, con el propósito de fortalecer la sana convivencia, el desarrollo humano integral y la participación ciudadana. Lo anterior mediante el desarrollo de habilidades para la vida, la promoción de la creatividad, el empoderamiento individual y colectivo, y la generación de prácticas colaborativas que contribuyan al reconocimiento de la diversidad, la construcción de tejido social y la transformación de los territorios.

Propósito de la jornada: Iniciar y consolidar el proceso de construcción de secuencias acrobáticas individuales, fortaleciendo la conciencia corporal, la coordinación, la fuerza y el control del movimiento, articulando el trabajo técnico con los principios del Circo Social y la metáfora de Sociedades utópicas, promoviendo la participación activa, el cuidado colectivo y la apropiación del espacio de práctica en el encuentro.

Tiempo	Momentos	Descripción de las actividades	Responsable y recursos
30 min	**1. Momento para el encuentro – contextualización de la jornada y afiliación**	El encuentro inicia con la organización del espacio de práctica en la placa del barrio. Las y los participantes participan en la adecuación del lugar,	**Responsable: Alexander Orozco** **Materiales:**

		limpieza básica del área y disposición de las colchonetas, garantizando condiciones seguras para el desarrollo de la acrobacia. Este momento se asume como parte del aprendizaje colectivo, fortaleciendo la responsabilidad compartida sobre el espacio. Posteriormente se realiza un círculo de bienvenida, donde se socializa el propósito de la jornada, centrado en la construcción de secuencias acrobáticas individuales. Se retoman acuerdos de cuidado corporal, seguridad en la práctica y escucha activa dentro del laboratorio. Se realiza un breve ejercicio de respiración y activación corporal suave para disponer el cuerpo al trabajo físico.	Colchonetas
30 min	**2. Recuperación de conocimientos y experiencias previas**	Se abre un espacio de conversación guiada donde las y los participantes comparten experiencias previas relacionadas con la acrobacia individual, reconociendo movimientos que ya dominan, dificultades encontradas y sensaciones corporales durante la práctica. El artista formador orienta preguntas que permitan identificar niveles de control corporal, equilibrio, fuerza y coordinación, conectando estas experiencias con la construcción progresiva de secuencias. Este momento permite reconocer saberes previos como base para el desarrollo técnico del encuentro.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

70 min	**3. Ampliación conceptual y experiencial**	Se realiza un calentamiento integral enfocado en movilidad articular, activación muscular, fuerza básica y conciencia corporal. Se incluyen ejercicios de coordinación, equilibrio y control del centro del cuerpo. Posteriormente se inicia el trabajo técnico de acrobacia individual, donde cada participante construye pequeñas secuencias a partir de movimientos básicos previamente explorados. Se orienta la articulación de desplazamientos, niveles (alto, medio, bajo), cambios de dirección y control del ritmo corporal. El artista formador realiza acompañamiento constante, ajustando posturas, reforzando principios de seguridad y promoviendo la fluidez del movimiento. Se enfatiza la calidad del gesto, la respiración y la continuidad entre acciones.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas
DESCANSO (sugerido en el intermedio de las actividades. Depende del tipo de población, de la extensión de la jornada y tipo de técnicas empleadas)			
70 min	**4. Reflexión - acción (afianzar el aprendizaje y planear la proyección en la acción)**	Se retoma el trabajo técnico con la construcción y repetición de las secuencias individuales. Las y los participantes integran los ajustes realizados en el primer bloque, buscando mayor fluidez, continuidad y control corporal. Se propone la exploración de pequeñas variaciones dentro de las secuencias, permitiendo el desarrollo de la creatividad individual dentro del	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		marco técnico. Se refuerzan aspectos de seguridad, conciencia del espacio y respeto por el cuerpo propio y el de las demás. El artista formador acompaña de manera individualizada los procesos, promoviendo la autonomía progresiva en la ejecución.	
20 min	**5. Valoración**	Se realiza un cierre en círculo donde las y los participantes comparten aprendizajes, dificultades y sensaciones del encuentro. Se identifican avances en el control corporal y en la construcción de secuencias individuales. Se finaliza con ejercicios de estiramiento guiado y respiración consciente para la recuperación del cuerpo. Se refuerza la importancia del cuidado, la constancia y la responsabilidad en el proceso acrobático. Es el momento de volver a la calma.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas

Guía pedagógica y didáctica

SECRETARIA DE CULTURA CIUDADANA – SUBS. DE ARTE Y CULTURA
RED DE PRÁCTICAS ARTÍSTICAS Y CULTURALES – FORMACIÓN CULTURAL

Laboratorio o Actividad de Formación Cultural: LABORATORIO EL SALADO – COMUNA 13.

Red: CREACIÓN ESCÉNICA **Énfasis (del proceso o lote):** LOTE UNO (1) – CIRCO SOCIAL. LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICA.

Participantes (Comuna, Barrio, etc.): COMUNA 13 – SAN JAVIER PARTA ALTA.

Fecha: 13-06-2026 **Horario:** 9:00am – 1:00pm **Lugar:** PLACA DEL BARRIO

Propósito del proceso: Implementar un proceso integral de educación para la paz, formación artística y oferta cultural, fundamentado en la metodología de Circo Social, dirigido a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y familias de las comunas 2, 4, 7 y 13 del Distrito Especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín, con el propósito de fortalecer la sana convivencia, el desarrollo humano integral y la participación ciudadana. Lo anterior mediante el desarrollo de habilidades para la vida, la promoción de la creatividad, el empoderamiento individual y colectivo, y la generación de prácticas colaborativas que contribuyan al reconocimiento de la diversidad, la construcción de tejido social y la transformación de los territorios.

Propósito de la jornada: Fortalecer la construcción de secuencias acrobáticas individuales incorporando el arco de espalda como principio técnico de extensión, movilidad y control corporal, promoviendo la conciencia vertebral, la fluidez del movimiento y la seguridad en la práctica, dentro de un proceso de Aprendizaje Basado en Proyectos que continúa en análisis del problema y lluvia de ideas, consolidando además el uso responsable del espacio y las colchonetas como parte del cuidado colectivo.

Tiempo	Momentos	Descripción de las actividades	Responsable y recursos

30 min	**1. Momento para el encuentro – contextualización de la jornada y afiliación**	Se inicia el encuentro con la organización del espacio en la placa del barrio. Las y los participantes realizan la adecuación del área de trabajo, limpieza básica y disposición estratégica de las colchonetas, garantizando condiciones seguras para la práctica del arco de espalda y las secuencias acrobáticas. Posteriormente se realiza el círculo de bienvenida, donde se socializa el propósito de la jornada, centrado en la incorporación del arco de espalda dentro de las secuencias individuales. Se retoman acuerdos de seguridad, especialmente en relación con la extensión de columna, el respeto por los límites corporales y el uso adecuado de las colchonetas. Se realiza activación suave con movilidad articular y respiración consciente, enfocando la atención en la columna vertebral.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas
30 min	**2. Recuperación de conocimientos y experiencias previas**	Se abre un espacio de exploración guiada donde las y los participantes reconocen experiencias previas relacionadas con extensiones, flexiones y apoyos en el suelo. El artista formador indaga sobre sensaciones corporales al trabajar la espalda, identificando niveles de flexibilidad, control, tensión y confianza. Se realizan ejercicios cortos de exploración del movimiento	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas

		de la columna: ondulación, apertura torácica y conexión con la respiración. Este momento permite establecer bases conscientes para el trabajo del arco de espalda dentro de la secuencia.	
70 min	**3. Ampliación conceptual y experiencial**	Se inicia con un calentamiento específico enfocado en: Movilidad de columna (cervical, dorsal, lumbar) Activación de hombros y cadera Fortalecimiento de zona media Ejercicios de extensión progresiva Luego se introduce el arco de espalda como elemento técnico central. Se trabaja de manera progresiva: 1. Activación en el suelo (apoyos controlados) 2. Elevación progresiva de cadera 3. Apertura de pecho con control de manos y pies 4. Salida segura del arco Se enfatiza en: Distribución del peso Activación abdominal para protección lumbar Alineación de manos y pies Respiración en el punto de extensión Posteriormente, cada participante comienza a integrar el arco dentro de pequeñas secuencias individuales ya trabajadas en el encuentro anterior,	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		explorando transiciones suaves entre posiciones.	
DESCANSO (sugerido en el intermedio de las actividades. Depende del tipo de población, de la extensión de la jornada y tipo de técnicas empleadas)			
70 min	**4. Reflexión - acción (afianzar el aprendizaje y planear la proyección en la acción)**	Se retoman las secuencias individuales incorporando el arco de espalda como punto de transición o elemento estructural dentro del movimiento. En este encuentro se aborda: Integración del arco en desplazamientos. Continuidad entre niveles (suelo–medio–alto). Fluidez en la entrada y salida del arco. Control del ritmo corporal. El artista formador acompaña de manera personalizada corrigiendo: Sobrecarga lumbar Mala distribución del peso Falta de activación en abdomen y brazos Se promueve la exploración creativa de secuencias, permitiendo que cada participante defina cómo y dónde incorpora el arco dentro de su composición.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas
20 min	**5. Valoración**	Se realiza cierre en círculo donde las y los participantes comparten sensaciones del trabajo con el arco de espalda, identificando avances, dificultades y aprendizajes.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas

		Se hace énfasis en el cuidado del cuerpo, especialmente la espalda, y en la importancia de la progresión técnica segura. Se finaliza con estiramiento guiado, respiración profunda y relajación progresiva.	

Guía pedagógica y didáctica

SECRETARIA DE CULTURA CIUDADANA – SUBS. DE ARTE Y CULTURA
RED DE PRÁCTICAS ARTÍSTICAS Y CULTURALES – FORMACIÓN CULTURAL

Laboratorio o Actividad de Formación Cultural: LABORATORIO EL SALADO – COMUNA 13.

Red: CREACIÓN ESCÉNICA **Énfasis (del proceso o lote):** LOTE UNO (1) – CIRCO SOCIAL. LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICA.

Participantes (Comuna, Barrio, etc.): COMUNA 13 – SAN JAVIER PARTA ALTA.

Fecha: 20-06-2026 **Horario:** 9:00am – 1:00pm **Lugar:** PLACA DEL BARRIO

Propósito del proceso: Implementar un proceso integral de educación para la paz, formación artística y oferta cultural, fundamentado en la metodología de Circo Social, dirigido a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y familias de las comunas 2, 4, 7 y 13 del Distrito Especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín, con el propósito de fortalecer la sana convivencia, el desarrollo humano integral y la participación ciudadana. Lo anterior mediante el desarrollo de habilidades para la vida, la promoción de la creatividad, el empoderamiento individual y colectivo, y la generación de prácticas colaborativas que contribuyan al reconocimiento de la diversidad, la construcción de tejido social y la transformación de los territorios.

Propósito de la jornada: Consolidar las secuencias acrobáticas individuales mediante la integración fluida del arco de espalda como recurso técnico y expresivo, fortaleciendo la continuidad del movimiento, la coordinación corporal y la seguridad en la ejecución en cada movimiento o posturas.

Tiempo	Momentos	Descripción de las actividades	Responsable y recursos
30 min	**1. Momento para el encuentro – contextualización de la jornada y afiliación**	El encuentro inicia con la organización del espacio en la placa del barrio. Las y los participantes realizan la adecuación del área de trabajo, ubicación de colchonetas y	**Responsable: Alexander Orozco** **Materiales:** Colchonetas

		verificación de condiciones de seguridad, reconociendo el espacio como parte activa del proceso de aprendizaje. Se realiza el círculo de bienvenida, donde se contextualiza el objetivo de la jornada: consolidar secuencias individuales integrando el arco de espalda con mayor fluidez y continuidad. Se refuerzan acuerdos de cuidado corporal, especialmente en transiciones dinámicas y apoyos prolongados. Se genera espacio de conversación para reconocer en las y los participantes sobre los momentos que atravesaron durante la semana: el colegio, actividades familiares u otros. Además, es el momento para reconocer cómo llegó cada participante y su disposición para el encuentro. Se realiza activación corporal con énfasis en movilidad de columna, coordinación general y preparación para el trabajo de secuencias.	
30 min	**2. Recuperación de conocimientos y experiencias previas**	Se realiza un espacio de reconocimiento donde las y los participantes comparten lo aprendido en los encuentros anteriores, especialmente en relación con el arco de espalda y su integración en el movimiento. Se guían preguntas orientadas a identificar:	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		• qué partes de la secuencia dominan mejor • dónde sienten mayor dificultad • cómo ha cambiado su control corporal • qué sienten al enlazar movimientos Se realiza una exploración breve de secuencias ya construidas, identificando puntos de mejora y continuidad.	
70 min	**3. Ampliación conceptual y experiencial**	Se inicia con calentamiento técnico enfocado en: movilidad integral de columna, activación de cadena posterior, coordinación de apoyos en manos y pies, y control del centro corporal Posteriormente se trabaja la integración del arco de espalda dentro de secuencias completas, priorizando: Entrada al movimiento con preparación corporal Ejecución del arco como transición o figura central Salida fluida hacia otro nivel o desplazamiento Continuidad sin pausas rígidas Se busca que el arco deje de ser un elemento aislado y se convierta en parte orgánica de la secuencia. El acompañamiento del artista formador se centra en: Fluidez del movimiento Reducción de bloqueos técnicos	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		Alineación corporal Respiración en transición	
DESCANSO (sugerido en el intermedio de las actividades. Depende del tipo de población, de la extensión de la jornada y tipo de técnicas empleadas)			
70 min	**4. Reflexión - acción (afianzar el aprendizaje y planear la proyección en la acción)**	Se realiza trabajo de repetición y refinamiento de secuencias completas. Las y los participantes ejecutan sus secuencias individuales integrando: arco de espalda, desplazamientos, cambios de nivel y transiciones más limpias. Se introduce el concepto de fluidez escénica, entendida como la continuidad del movimiento sin interrupciones innecesarias. Se promueve la observación entre pares para identificar avances en la seguridad, el ritmo, el manejo corporal y la relación con el movimiento. El artista formador realiza ajustes técnicos finos y acompaña procesos individuales según necesidad. Se dan espacios para la pausa, la respiración y la hidratación.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas
20 min	**5. Valoración**	Se realiza cierre en círculo donde las y los participantes expresan cómo ha evolucionado su secuencia desde el primer encuentro hasta este punto. Se identifican aprendizajes clave:	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		Mayor control del cuerpo Mejor integración del arco de espalda Aumento de confianza en la ejecución Se finaliza con estiramiento guiado y respiración consciente, enfocando la recuperación de la columna vertebral y la relajación muscular.	

Guía pedagógica y didáctica

SECRETARIA DE CULTURA CIUDADANA – SUBS. DE ARTE Y CULTURA
RED DE PRÁCTICAS ARTÍSTICAS Y CULTURALES – FORMACIÓN CULTURAL

Laboratorio o Actividad de Formación Cultural: LABORATORIO EL SALADO – COMUNA 13.

Red: CREACIÓN ESCÉNICA **Énfasis (del proceso o lote):** LOTE UNO (1) – CIRCO SOCIAL. LABORATORIO DE CREACIÓN ESCÉNICA.

Participantes (Comuna, Barrio, etc.): COMUNA 13 – SAN JAVIER PARTA ALTA.

Fecha: 27-06-2026 **Horario:** 9:00am – 1:00pm **Lugar:** PLACA DEL BARRIO

Propósito del proceso: Implementar un proceso integral de educación para la paz, formación artística y oferta cultural, fundamentado en la metodología de Circo Social, dirigido a niñas, niños, adolescentes, jóvenes y familias de las comunas 2, 4, 7 y 13 del Distrito Especial de Ciencia, Tecnología e Innovación de Medellín, con el propósito de fortalecer la sana convivencia, el desarrollo humano integral y la participación ciudadana. Lo anterior mediante el desarrollo de habilidades para la vida, la promoción de la creatividad, el empoderamiento individual y colectivo, y la generación de prácticas colaborativas que contribuyan al reconocimiento de la diversidad, la construcción de tejido social y la transformación de los territorios.

Propósito de la jornada: Iniciar el aprendizaje del elemento acrobático de rollo en pareja, fortaleciendo la confianza, la comunicación corporal, la coordinación y el cuidado mutuo entre dos personas, articulando los saberes previos de acrobacia individual (secuencias y arco de espalda) con el trabajo colaborativo entre todas las personas participantes.

dentro del proceso de Aprendizaje Basado en Proyectos que continúa en fase de análisis del problema y lluvia de ideas, promoviendo el uso seguro del espacio y la adecuada disposición de colchonetas como condición fundamental para la práctica.

Tiempo	Momentos	Descripción de las actividades	Responsable y recursos

30 min	**1. Momento para el encuentro – contextualización de la jornada y afiliación**	Se inicia el encuentro con la organización del espacio en la placa del barrio. Las y los participantes realizan la adecuación del área de práctica, ubicando colchonetas en zonas seguras para el trabajo en pareja, verificando superficies y garantizando condiciones óptimas para la ejecución del rollo. Se realiza el círculo de bienvenida, donde se contextualiza el propósito del encuentro: introducir el trabajo acrobático en pareja a través del rollo entre dos personas. Se refuerzan acuerdos de seguridad, comunicación constante, respeto por los límites corporales y responsabilidad compartida. Se realiza activación corporal general con énfasis en confianza, coordinación y preparación del contacto físico progresivo.	**Responsable:** **Alexander Orozco** **Materiales:** Colchonetas
30 min	**2. Recuperación de conocimientos y experiencias previas**	Se desarrolla un espacio de diálogo y exploración donde las y los participantes comparten experiencias previas relacionadas con trabajo en pareja, apoyos, cargas, equilibrios y confianza corporal. Se orienta la reflexión hacia: qué significa confiar en otra persona con el cuerpo. Cómo se comunica el cuerpo sin palabras. Qué sensaciones genera sostener o ser sostenido. Qué acuerdos son necesarios para trabajar en pareja.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas

		Se realizan ejercicios simples de contacto progresivo (empuje, resistencia, balance) para reconocer niveles de confianza y control.	
70 min	**3. Ampliación conceptual y experiencial**	Se inicia con calentamiento específico enfocado en: Activación de core (zona media) Movilidad de cadera y hombros Estabilidad en apoyos Ejercicios de equilibrio en pareja Posteriormente se introduce el rollo en pareja como elemento técnico, trabajado de forma progresiva: 1. Reconocimiento del peso del compañero/a 2. Ejercicios de rodamiento asistido en colchoneta 3. Coordinación de entrada y salida del movimiento 4. Ejecución guiada del rollo entre dos personas 5. Ajustes de seguridad y repetición controlada Se brinda énfasis en: sincronización del movimiento; comunicación constante (verbal y corporal); distribución del peso; control de la caída y rodamiento y uso adecuado de colchonetas como protección. El artista formador acompaña de manera directa cada pareja, garantizando seguridad y correcta ejecución técnica.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas

		Se da un espacio para la pausa y la hidratación. Además, es el momento para generar la conversación sobre lo abordado durante lo que se lleva de realizado del encuentro.	
DESCANSO (sugerido en el intermedio de las actividades. Depende del tipo de población, de la extensión de la jornada y tipo de técnicas empleadas)			
70 min	**4. Reflexión - acción (afianzar el aprendizaje y planear la proyección en la acción)**	Se retoma el trabajo en parejas, integrando el rollo dentro de pequeñas secuencias acrobáticas básicas. Las y los participantes exploran: Entradas al elemento en pareja Salidas seguras del rollo Repetición con mayor fluidez Conexión con movimientos previos (individuales) Se busca ir generando autonomía progresiva de las parejas para organizar sus intentos, siempre bajo supervisión y cuidado del artista formador.	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** Colchonetas
20 min	**5. Valoración**	Se realiza cierre en círculo donde las y los participantes comparten experiencias del trabajo en pareja, destacando aprendizajes sobre confianza, comunicación y cuidado mutuo. Se finaliza con estiramiento guiado, respiración consciente y relajación, enfocando el cuidado del cuerpo después del trabajo en pareja. Se cierra el encuentro con el compartir del alimento del refrigerio a partir de la	**Responsable:** Alexander Orozco **Materiales:** colchonetas

		pregunta provocadora ¿Qué momentos fueron más agradables y en cuáles requiero de más apoyo? ¿Cómo se va mi cuerpo hoy?	