



**COLEGIO  
CABO DE HORNOS**

---

# **PROYECTO CHEERLEADERS**

---

## Breve Descripción

Este taller pretende ser un espacio donde en cada entrenamiento se motive a los deportistas a cumplir una meta, por lo tanto, la programación del taller está basada en ayudar a que el estudiante tenga un progreso continuo en relación con sus propias capacidades, y que desde ese trabajo individual se sienta un aporte para el trabajo en equipo.

<b>Subsector</b>	Deportes y recreación		
<b>Profesores Responsables</b>	Verónica Jacqueline Calderón Pacheco – Nicolás Edgardo Quiroga Jiménez		
<b>Nombre del Proyecto</b>	Taller de Cheerleaders formativo - recreativo		
<b>Destinatarios</b>	Estudiantes de 1° básico hasta 8° Básico		
<b>Categorías</b>	La categoría dependerá de las inscripciones.		
<b>División/categoría</b>	<b>Nivel</b>	<b>Curso</b>	<b>Género</b>
MINI	1	1° BASICO - 4 BASICO	DAMAS
YOUTH	1 - 2	1° BASICO - 6° BASICO	DAMAS
JUNIOR	1 - 2 - 3	3° BASICO - 8° BASICO	DAMAS
<b>Número de participantes</b>	Mínimo 20 Máximo 30 estudiantes por categoría.		
<b>Horario</b>	Martes y jueves de 16:00 a 17:00 horas		
<b>Fundamentos del Proyecto</b>	<p>El Cheerleading es una actividad física, basada en rutinas organizadas que contienen los componentes de música, danza, elevaciones, animación (grito) y gimnasia, motivando a los espectadores para animar a los equipos deportivos o para participar en los campeonatos que incorporan diversos niveles de edades y dificultad. En el cual los estudiantes desarrollan el espíritu de sana participación, de camaradería y de amistad, a través de los entrenamientos, de las competencias y de los encuentros deportivos. Favoreciendo la identificación de los estudiantes con su colegio, además de optimizar la ocupación del tiempo libre.</p>		
<b>Descripción del Proyecto</b>	<p>Este taller pretende ser un espacio donde en cada entrenamiento se motive a los deportistas a cumplir una meta, por lo tanto, la programación del taller está basada en ayudar a que el estudiante tenga un progreso continuo en relación con sus propias capacidades, y que desde ese trabajo individual se sienta un aporte para el trabajo en equipo.</p> <p>Por este año se plantea como formativo-recreativo, dado que las fechas de campeonatos ya están en curso.</p>		
<b>Realización del proyecto</b>	<p>Taller de modalidad Anual.</p> <p>La realización del taller se realizará después de horario de clases, 2 veces por semana, según horarios del colegio.</p>		
<b>Objetivos</b>	<p><b>Ámbito Motor:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar y/o mejorar las capacidades coordinativas y condicionales (cualidades físicas básicas), las habilidades motrices y las habilidades técnico - tácticas propias de la actividad.</li> <li>- Promover un Estilo de Vida Activo y de Hábitos Saludables a través de la práctica de entrenamientos regulares y de actividades físicas</li> </ul>		

	<p>intensas, logrando la toma de conciencia por parte de los estudiantes, de la importancia de la práctica regular y de la participación en una actividad deportiva continua</p> <p><b>Ámbito social – actitudinal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Valorar la práctica regular de actividades físicas y/o deportivas como medios de crecimiento, bienestar y recreación personal y social</li> <li>- Fomentar del trabajo en equipo y la colaboración</li> <li>- Fomentar la disciplina y la responsabilidad, a través del compromiso con prácticas regulares y de mejora constante de habilidades al servicio del equipo.</li> <li>- Construir conexiones comunitarias a través de la participación como miembro de un equipo en representación de su colegio, creando lazos entre los participantes, y con otros colegios, favoreciendo, además, la identificación de los estudiantes con la institución.</li> </ul> <p><b>Ámbito Emocional:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar la autoestima brindando a los estudiantes un entorno donde pueden desarrollar relaciones positivas y de liderazgo.</li> </ul> <p><b>Ámbito cognitivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar Habilidades Cognitivas, mediante el aprendizaje y memorización de rutinas complejas, mejorando la concentración y la memoria al aprender y recordar.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<b>Uniformes:</b> el colegio aporta el 50%
<b>Metodología</b>	<p><b>Etapas de Inscripción y Audición:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dependiendo del número de estudiantes inscritas y de las habilidades demostradas en la audición, se crearán las categorías y se definirán los horarios.</li> </ul> <p><b>Etapas preparatoria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstico y nivelación de habilidades motrices y gimnásticas.</li> <li>- Aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos.</li> <li>- Desarrollo de capacidades coordinativas y condicionales.</li> <li>- Desarrollo de habilidades rítmicas.</li> </ul> <p><b>Etapas de entrenamiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sesiones de Gimnasia y Danza</li> <li>- Sesiones de técnicas de elevaciones y Pirámides.</li> <li>- Creación de grito representativo del colegio.</li> <li>- Definición del nivel según las habilidades logradas por el grupo de estudiantes.</li> </ul> <p><b>Etapas de presentación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación en el colegio y en Campeonato CheerClassic como invitados.</li> </ul>