

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: OPERATIVA, ITI, FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS/IDRD.	DD	MM	AA
ACTA No.		4	2	2025

LUGAR:	RECTORIA IED.	HORA DE INICIO:	12:00 m.	HORA FIN:	14:30 p.m.
---------------	---------------	------------------------	----------	------------------	------------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Heriberto Niño	Gestor IED	Deportes - JEC
Edyson Javier Lopez Velásquez	Formador - Fútbol	Deportes - JEC
Sergio Antonio Gil Orjuela	Formador - Escalada	Deportes - JEC
William Duarte Cocunubo	Formador - Atletismo	Deportes - JEC
Juan Pablo Castro Fernández	Formador - Fútbol	Deportes - JEC
Rafael Antonio Castaño	Formador - Fútbol	Deportes - JEC
Diana Catalina Munévar Fernández	Formadora - Gimnasia	Deportes - JEC
Olga Marina Páez Palacios	Docente de Enlace IED.	SED.
Jair Andrés Mahecha Farfán	Rector IED	SED.

ORDEN DEL DIA	
1. Bienvenida.	4. Estaregias a Implementar.
2. Directrices de la Rectoría.	5. Propuestas.
3. Proyección Interinstitucional 2025.	6.

TEMAS TRATADOS
1. Bienvenida por parte del Rector de la IED, ITI., Francisco José de Caldas Jair Andrés Mahecha Farfán y la Docente de Enlace Licenciada Olga Marina Páez Palacios.
2. Según comunicado expreso de la Rectoría se confirman los nuevos horarios de atención para los Centros de Interés que operan en le IED, para tal efecto los horarios se dan de la siguiente manera de 08:30/10:30 a.m. y 12:30/14:30 p.m. En los mismos días de Martes a Miércoles.
3. Ratificación de la Licenciada Olga Marina Páez Palacios como Docente de Enlace para el Período 2025.
4. Para efecto de entrada de implementación deportiva del IDRD, esta debe ser registrada en la minuta de seguridad con el fin de cuando sea retirada de la IED no se tenga ninguna novedad con el retiro de la misma. Además se debe aportar por parte de los FORMADORES el inventario con que se cuente en la IED.
5. A solicitud de la RECTORIA el reporte de ACCIDENTALIDAD se deber dar sin mediar la gravedad del incidente que se de con el estudiante, a su vez la RECTORIA solicita que el trato y el vocabulario utilizado dentro de las sesiones de clase sea el adecuado buscando salvaguardar la integridad de todos los estudiantes.
6. Los acompañamientos por parte de la IED en cuanto a los docentes designados para tal fin cambia en el #.
7. Se solicita por parte de la Docente de Enlace que los escenarios de práctica de los Centros de Interés sean los más cercanos a la Institución en virtud a que no se cuenta con el acompañamiento necesario de docentes autorizados por SED
8. Por parde del IDRD, el Gestor IED, Heriberto Niño, hace el ofrecimiento y presentación de los CENTROS DE INTERÉS de BMX, DEPORTES ALTERNATIVOS, ELECTRONICOS, quedando a consideración y estudio de la IED.

9. El Gestor IED, manifiesta a la Docente de Enlace que de acuerdo al CONVENIO INTERINSTITUCIONAL entre el IDRD y la SED, se cuentan con todos los avales para la llegada de todos los Centros de Interés a las IED de Bogotá.	
10. Se plantea por parte del Gestor IED y los Formadores de los Centros de Interés los mecanismos que se van a utilizar para motivar la vinculación de los estudiantes a las actividades generadas desde la jornada Escolar Complement.	
11. En virtud a lo anteriormente expuesto se hará presencia en las Reuniones de Padres de Familia en todas las Sedes, se diseñará un video mostrando cada uno de los escenarios donde funcionan los Centros de Interés, como ejercicio previo al inicio de actividades se hará un POLIMOTOR con el objetivo de que los estudiantes pasen por todos los C.I., y se inscriba en el que se acomode a sus necesidades.	
12. Se solicita por parte del Gestor IED y los Formadores a la Docente de Enlace Olga Marina Páez Palacios el diseño de un formulario en el cual queden inmersos todos los datos del estudiante, formato que debe ser diligenciado por los PADRES, facilitando de gran manera el trabajo del formador y evitando los reprocesos que tienen que ver con la vinculación de los estudiantes al PROGRAMA DE LA JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA, JEC.	
13. El IDRD, en cabeza del Gestor IED, muestra claramente los sitios de práctica de los Centros de Interés quedando determinado este aspecto de la siguiente manera: Fútbol (3 formadores): Cancha (3) tres, en la IED, Coliseo el "SALITRE", Gimnasia (1) un, Formador, Lucha (1) un, Formador, "UDS", Escalada, Muro de Escalada (1) un, Formador, Cancha de Fútbol de Salón (1) un, Formador, BMX (1) un, Formador, Atletismo, Estadio de Atletismo (1) un, Formador.	
14. Los listados de los estudiantes que hacen parte de los Centros de Interés deben ser aportados oportunamente con el fin de ser entregados a los diferentes coordinadores de la IED.	
15. Los FORMADORES de los Centros de Interés deberán hacer ajuste en los horarios de finalización de las jornadas de práctica deportiva, debiendo permanecer 30 minutos después de finalizada dicha jornada con la finalidad de entregar los estudiantes a a los padres, acudientes y/o cuidadores. Solicitud expresa de la Docente de Enlace Olga Marina Páez.	
16. La entrega de notas a nivel de la IED será TRIMESTRAL.	
17. El Gestor IED, Heriberto Niño le confirma a la Docente de Enlace Olga Marina Páez Palacios que las valoraciones CUALITATIVAS, realizadas por el IDRD, ahora serán cada (6) seis meses, es decir dos (2) al año-	
* Heriberto Niño.	GESTOE IED.
* Diana Catalina Munévar Fernández	FORMADORA
* Edyson Javier López Velásquez	FORMADOR
* Rafael Antonio Castañeda Riaño	FORMADOR
* Sergio Antonio Gil Orjuela	FORMADOR
* Juan Pablo Castro Fernández	FORMADOR
* William Duarte Cocunubo	FORMADOR
* Cristian Jhoan Arroyo Manosalva	FORMADOR
* Olga Marina Páez Palacios	DOCENTE DE ENLACE, IED., ITI., FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS.
* Jair Andrés Mahecha Farfán	RECTOR, IED., ITI., FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS.



LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Reunion Operativa Institucional

RESPONSABLE DEL EVENTO

Hesiberto Niño

FECHA

04/02/2025

HORA INICIAL

12:00 m.

HORA FINAL

14:00 p.m.

LUGAR

Rectoría Francisco José de Caldas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TÉLEFONO
1	JUAN ASTRO	8005230	FORMADOR	IDRD	[Firma]	N/A	N/A	N/A
2	William Duarte Caunubo	79346989	FORMADOR	IDRD-JEC	[Firma]	N/A	N/A	N/A
3	Elyson Javier Lopez VELASQUEZ	1023914414	FORMADOR	IDRD-JEC	[Firma]	N/A	N/A	N/A
4	Cristian Jhon Arcezo Mancosalva	1012407921	Formador	IDRD-Jec	[Firma]	N/A	N/A	N/A
5	Sergio Antonio Gil Ojeda	1072642910	formador	IDRD-JEC	[Firma]	N/A	N/A	N/A
6	Diana Catalina Pineda F	52794058	Formadora	IDRD-JEC	[Firma]	N/A	N/A	N/A
7	Rafael Antonio Castano Riano	105396858	Formador	IDRD-JEC	[Firma]	N/A	N/A	N/A
8	Heidero Niño Garcia	191623890	Cejera	Deportes	[Firma]	N/A	N/A	N/A
9	Olga Marina Pérez Palacios	24133753	DOC-ENLACE	"ITE FdeC"	[Firma]	ITE FdeC	operez@educacionbogo.gov.co	3112162267
10	Jair Andres Mahecha	8038236	Rector	ITT FdeC	[Firma]	SED	jamahecha@educacionbogo.gov.co	314478061
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. Las Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: PRESENTACION GRUPO DE TRABAJO	DD	MM	AA
ACTA No.		7-10 Y 11	2	2025

LUGAR:	COLEGIO MAGDALENA ORTEGA DE NARIÑO IED	HORA DE INICIO:	10AM	HORA FIN:	11AM
---------------	--	------------------------	------	------------------	------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
HERIBERTO NIÑO	GESTOR IED	DEPORTES - JEC
WILLIAM DUARTE COCUNUBO	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC
SERGIO GIL ORJUELA	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC
JUAN PABLO CASTRO	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC
CRISTIAN ARROYO	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC
JAVIER LOPEZ	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC
RAFAEL CASTAÑO	FORMADOR - JEC	DEPORTES - JEC

ORDEN DEL DIA	
1. Presentacion grupo de trabajo	4.
2. Planificacion de apoyo	5.
3.	6.

TEMAS TRATADOS
1. SE DA INICIO PÓR PARTE DE LA COODINADORA DE LA INSTITUCION EN DONDE SE PRESENTA Y NOS
DA LAS DINAMICAS DE LA INSTITUCION EN DONDE HACE ENFASIS EN EL TRATO QUE SE DEBE TENER
CON LAS NIÑAS, YA QUE ALGUNAS SON MUY CARIÑOSAS Y SE DEBE TENER MUCHO CUIDADO Y MANEJAR
SIEMPRE LAS DISTANVIUAS ENTRE ALUMNAS Y FORMADORES.
DESPUES HIZO EL SALUDO EL GESTOR HERIBERTO NIÑO EN DONDE REALIZO LA PRESENTACION DEL GRUPO
DE TRABAJO FORMADOR POR FORMADOR DE LOS QUE ESTAREMOS A DISPOSICION PARA EL APOYO EN LAS
DIFERENTES ACTIVIDADES DENTRO DE LA INSTITUCION Y BUSCANDO QUE SE CUMPLA CON LAS DINAMICAS
ESTABLECIDAS DENTRO DE LA PLANIFICACION PREVIAMENTE DISEÑADA POR LOS FORMADORES.
2. PARA LOS DIAS 10 Y 11 DE FEBRERO LOS 6 FORMADORES SE DIVIDEN DE ACUERDO A LOS GRUPOS QUE
SE TIENEN PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES PREDEPORTIVAS DE ACUERDO A LA JORNADA, EN LA MAÑANA
EL HORARIO QUE SE MANEJARA SERA DE 10AM A 12PM Y EN LA TARDE DE 12:20PM HASTA LAS 2PM,
SE TENDRAN QUE ATENDER DOS CURSOS EN DONDE SE TRABAJARA DE A TRES FORMADORES, EN LA TARDE
SE ATENDERAN 3 CURSOS ENTONCES SE DIVIDIRAN POR PAREJAS DE FORMADORES EN DONDE ESTARAN
CON CADA CURSO, LAS ACTIVIDADES QUE SE TENDRAN PARA REALIZAR SERAN DE RELEVOS, DE TRABAJO
EN EQUIPO Y CON DINAMICAS HACIENDO ENFASIS EN LOS VALOIRES Y EL TRABAJO PSICOSOCIAL.

[illegible]

[illegible]

EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN

¿Se logró el objetivo?

SI

NO


Observaciones

La presente acta es firmada y aprobada **por (Rector, Docente enlace, o representante del la IED)**

Nombre, firma y cargo:

Se anexa listado de asistentes.

Siendo las 11:00 a.m. se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.		
FIRMA		FIRMA		
NOMBRE	HERIBERTO NIÑO	NOMBRE		
CARGO	GESTOR IED	CARGO		

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA:

RAFAEL ANTONIO CASTAÑO RIAÑO

LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: Presentación Grupo de Trabajo para apoyo RESPONSABLE DEL EVENTO: Heriberto Niño

FECHA: 07-02-2025 HORA INICIAL: 10 am HORA FINAL: 11 am LUGAR: Colegio Magdalena Ortega de Nariño IED.

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRD		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	JUAN GARCIA	80015230	Formador	JEC		N/A	N/A	N/A
2	Christian Juan Arroya Manosalva	1012607971	Formador	JEC		N/A	N/A	N/A
3	Saúl Antonio Gil O	1.072.694.40	Formador	JEC		N/A	N/A	N/A
4	William Duarte Loconubo	79.346.989	Formador	JEC		N/A	N/A	N/A
5	Foyson Javier Lopez Velasquez	1023914414	Formador	JEC		N/A	N/A	N/A
6	Rafael Antonio Castaño Riaño	1015396858	Formador	Deportes-JEC		N/A	N/A	N/A
7	Heriberto Niño G.	19483890	Gerente JEC	Deportes		N/A	N/A	N/A
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades en ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: <https://www.idrd.gov.co/transparencia-acceso-informacion-publica/normativa/politicas-lineamientos-manuales>

GESTION DOCUMENTAL- V.5

Si no maneja consecutivo coloque N.A.	COMITÉ/REUNIÓN: REUNIÓN OPERATIVA IED I.T.I. FRANCISCO JOSE DE CALDAS.	DD	MM	AA
ACTA No.		11-12-13-14	2	2025

LUGAR:	COLEGIO I.T.I. FRANCISCO JOSE DE CALDAS.	HORA DE INICIO:	9:30 a.m.	HORA FIN:	12:00 p.m.
--------	--	-----------------	-----------	-----------	------------

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Heriberto Niño	Gestor IED	Deportes - JEC
Edyson Javier Lopez Velasquez	Formador - Fútbol	Deportes - JEC
Sergio Antonio Gil Orjuela	Formador - Escalada	Deportes - JEC
William Duarte Cocunubo	Formador - Atletismo	Deportes - JEC
Juan Pablo Castro Fernandez	Formador - Futsal	Deportes - JEC
Rafael Antonio Castaño	Formador - Fútbol	Deportes - JEC
Cristian Jhoan Arroyo Manosalva	Formador - Fútbol	Deportes - JEC

ORDEN DEL DIA	
1. Saludo Docente enlace.	4. Reunión de Padres de Familia en la IED.
2. Actividades en la IED Recreodeportivos.	5.
3. Festivales Escolares Intramural 2025.	6.

TEMAS TRATADOS
1. Bienvenida y saludo cordial de la Docente Enlace Olga Paez al proyecto de Inversión 8159 de Jornada Escolar Complementaria - IDRD, donde la 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. 2. Donde explico y presento la propuesta para el día 12 de febrero del 2025 en la IED del Colegio I.T.I. FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS de la Actividad RECREO-DEPORTIVA en Jornada Mañana fueron los Cursos de grado 7º y 9º que son 23 cursos y la Jornada Tarde de 6º y 8º que son 23 cursos en la SEDE A, donde se presento la propuesta para los centros de interés y los horarios que se manejarán de Martes a Viernes de 8:30 a 10:30 a.m. en la mañana y en la tarde de 12:30 a 14:30 p.m., donde se ubicaron 6 estaciones con Actividades Recreodeportivas que disfrutaron los estudiantes de la IED en el campo # 3.
3. Donde el GESTOR HERIBERTO NIÑO presento la propuesta para el Festival de Escolares Intramural 2025. Para los estudiantes de la SEDE B para los grados de 3º, 4º y 5º Jornada Mañana y Tarde. La Docente Enlace Olga Paez nos saca cita con la rectora de la SEDE B y nos dio permiso de realizar la Actividad de la prevención y sensibilización de la salud física y mental de Festivales Escolares Intramural 2025 en la SEDE B el jueves 13 de febrero del 2025 donde se ejecutaran 5 pruebas las cuales son: 1. Estación carreras obstáculos, 2. Estación prueba de agilidad, 3. Lanzamientos, 4. Recepción de balón, 5. Carreras de relevos. Donde se presento la propuesta para los centros de interés y los horarios que se manejarán de Martes a Viernes de 8:30 a 10:30 a.m. en la mañana y en la tarde de 12:30 a 14:30 p.m., en la SEDE B.

[illegible]

COMPROMISOS		
TEMA	RESPONSABLE	FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN

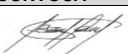
EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN		
¿Se logró el objetivo?	SI <input checked="" type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Observaciones		

La presente acta es firmada y aprobada **por (Docente enlace, o representnte del la IED):**

Nombre, firma y cargo:

Se anexa listado de asistentes.

Siendo las 12:00 p.m. se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se maneja esta delegación coloque N.A.	
FIRMA		FIRMA	
NOMBRE	Heriberto Niño	NOMBRE	
CARGO	Gestor IED	CARGO	

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA:	EDYSON JAVIER LOPEZ VELASQUEZ
---	-------------------------------

LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO REUNION OPERATIVA ECOTI. FOMENTO DE LA CIBER

RESPONSABLE DEL EVENTO

HERNANDEZ GARCIAFECHA 11-02-2025HORA INICIAL 9:30AMHORA FINAL 12 PM

LUGAR

Colegio III FOMENTO DE CACAS

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACION	CARGO	DEPENDENCIA	MUNA	ORDENAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL SEAO		
						ENTRADA	EXITUS ELECTRONICO	TELEFONO
1	Dora Mary Caldas C	20774454	Coord. B	sede B	Dina Plata	312623789		
2	Fanny Rivero 1977 VELASQUEZ	1623914114	Formadora	DEPORTES-JEC	N/A	N/A		
3	Hernandez Wido Garcia	194663890	GESOR	DEPORTES	N/A	N/A		
4	Algo Marina Perez Salazar	241337953	Doc. Enlace	ITI F.I de C	opore@educacionbocota.edu.co	312623789		
5	William Dorte Caamaño	79346989	Formador	DEPORTES	N/A	N/A		
6	Sesio Anibal Gil Orjuela	1021044410	Formador	DEPORTES	N/A	N/A		
7	Andrés Patricia Lopez Rodriguez	89695474	Formadora	DEPORTES	N/A	N/A		
8	Jorge Jandabur Julio	19363968	Formador	JEC	N/A	N/A		
9	Guillermo Juan Amaro Hernandez	1011401994	Formador	JEC	N/A	N/A		
10	Juan GARCIA	8005230	Formador	JEC	N/A	N/A		
11	Andrés Riquelme Duzle	103873914	Formador	JEC	N/A	N/A		
12	Wily Marcela Bruna Ferrera	101824987	Formadora	JEC	N/A	N/A		
13	Rafael Antonio Castaño Pizarro	105566856	Formador	DEPORTES-JEC	N/A	N/A		

Con la manipulación del presente formulario, se declara al ECOTI por escrito a cualquier dependencia y/o área en cualquier momento, a cualquier hora, a cualquier lugar, a cualquier persona con respecto a la información en sus archivos de Promoción de Ciudadanía, asistencia a los eventos en otros eventos en la página web del ECOTI, información que se encuentra en los archivos de Promoción de Ciudadanía, asistencia a los eventos en otros eventos en la página web del ECOTI, información que se encuentra en los archivos de Promoción de Ciudadanía, asistencia a los eventos en otros eventos en la página web del ECOTI.

BOGOTÁ DOCUMENTOS V-2









































FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 301 MANANA		32 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Juan Portavell	7:49	18:36	1	2	5:92
2.	Juan Almon	6:44	13:91	0	1	5:97
3.	Austin Alarcon	7:48	15:31	2	2	5:92
4.	Valdez Luna	5:96	13:39	0	1	5:92
5.	Sil Ruiz	6:86	14:45	2	3	5:92
6.	Martín Rodríguez	4:24	21:18	0	1	5:92
7.	Thomas Gaurie	8:89	18:81	1	3	5:92
8.	Nicolas Giron	6:54	15:29	2	1	5:92
9.	Nicolas Gonzalez	7:25	14:96	0	2	5:92
10.	Dilan Contreras	7:38	16:01	2	2	6:83
11.	Andres Porras	9:00	14:44	1	1	6:83
12.	elvan Chabarro	8:25	23:72	0	2	6:83
13.	Joel Sandoz	7:13	14:01	0	0	6:83
14.	Juan Vargas	7:63	15:02	0	1	6:83
15.	Daniel Torres	7:69	17:97	3	3	6:83
16.	Juan Beltran	6:61	13:86	1	1	6:83
17.	Christopher Florez	6:09	12:89	0	1	6:83
18.	Adrian Cantor	7:25	14:83	2	2	6:83
19.	John Moreno	7:46	16:61	0	3	6:83
20.	David Cardozo	7:39	14:00	1	2	8:12
21.	Manana Escobar	8:38	15:40	0	2	8:12
22.	Nicol Arevalo	8:36	17:06	0	2	8:12
23.	Asly Vonnara	7:73	16:58	2	1	8:12
24.	Manuela Oviedo	9:74	17:26	3	3	8:12
25.	Natalia Ospina	8:00	16:09	0	1	8:12
26.	Alz Ochoa	7:40	17:20	1	2	8:12

59.20

68.30

97.45

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 301 MAÑANA			PRUEBAS			
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Sony Espitia.	7:48	18:90	2	2	8:12
2.	Isabela Ganez.	8:60	17:60	0	3	8:12
3.	Ang Hanojalva.	8:57	18:16	1	1	8:12
4.	Paula Roveca.	7:40.	16:17	1	2	8:12
5.	Maria Rodriguez.	8:31	16:29	2	2	8:12
6.	Nirel Candela.	6:69.	15:93	0	2	8:12
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						

97:45

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 302 Mañana		33 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Lker Garabito	08.51	15:35	2	3	6:11
2.	Jalibador Paia	01.74.	17:20	1	2	6:11
3.	Santiago Diaz	02.25	16:42	0	1	6:11
4.	Luis Vasquez	07.62	17:09	1	2	6:11
5.	Sara Mancuer	08.36	18:00	2	2	6:11
6.	Milan Rodriguez	09.13	17:05	3	1	6:11
7.	Maria Valenzuela	01.25	16:22	1	1	6:11
8.	Samuel Manabarez	06.09	16:35	2	2	6:11
9.	Marta Acosta	09.44	16:43	1	3	6:11
10.	Joshay Castro	06.43	17:20	1	2	6:11
11.	Asteria Nakedor	10.20	17:09	2	3	6:37
12.	Shannon Martinez	07.64	16:83	2	2	6:37
13.	Salome Lanza	09.55	17:42	3	1	6:37
14.	Isabella Castiblanco	08.07	17:25	0	2	6:37
15.	Angel Ortiz	06.37	17:18	1	2	6:37
16.	Tiago Salamea	03.05	16:30	2	3	6:37
17.	Catalia Moreno	08.20	16:42	2	1	6:37
18.	Salmea Alvarez	06.30	16:59	1	2	6:37
19.	Diego Molina	01.01	16:20	2	3	6:37
20.	Maria Sumner	07.20	17:00	1	1	6:37
21.	Alvaro Ortiz	09.36	17:15	1	1	4:61
22.	Josely Sierra	04.55.	16:52	0	2	4:61
23.	Juan Silva	08.32	16:59	0	3	4:61
24.	Diego Nieto	08.63	16:32	0	1	4:61
25.	Samuel Hernandez	08.82	16:30	1	2	4:61
26.	David Gonzalez	06.43	16:89	2	3	4:61

61:15

63:72

59:96

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 302 Mañana			PRUEBAS			
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Ala Ortega	06:02	17:32	2	2	4:61
2.	Valentina Sacha	07:40	16:20	1	3	4:61
3.	Luciana Pacheco	07:17	17:46	0	1	4:61
4.	Erica Huertas	08:07	17:32	0	2	4:61
5.	Juan Hernandez	06:37	17:14	1	3	4:61
6.	Jerónimo Arita	07:89	17:63	2	2	4:61
7.	Francisco Ariza	06:30	16:20	3	1	4:61
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						

59:96.

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITL, FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 301 TADE		30 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Juan Santos.	8:18	14:27	2	2	5:00
2.	Carlos Contreras	9:49	15:04	1	3	5:00
3.	Jesús Reyes	8:90	13:07	0	1	5:00
4.	José Iván	8:67	14:37	1	1	5:00
5.	Andrés Herrera	7:64	13:42	2	2	5:00
6.	Fabian Antis	7:17	12:58	1	1	5:00
7.	Thiago Gutierrez	7:01	13:21	1	3	5:00
8.	Fabio Varela	9:49	13:98	2	1	5:00
9.	Elías Medina	7:30	13:16	0	1	5:00
10.	Matteo Candiani	7:20	18:00	0	2	5:00
11.	Dante Quintero	7:98	11:91	1	3	5:00
12.	Jesús Cano	7:51	12:90	2	2	5:00
13.	Leonardo Bermudez	7:33	12:30	3	2	5:00
14.	Diego Vargas	7:77	12:36	1	2	5:00
15.	Daniel Herrera	9:34	16:05	0	1	5:00
16.	Felix Pacheco	11:07	16:07	0	1	5:00
17.	Matias Parada	7:39	13:33	2	1	5:00
18.	Santiago Saramon	7:08	11:90	1	3	5:00
19.	Angel Rincon	8:01	12:50	1	1	5:00
20.	Sebastian Vega	7:19	16:21	1	1	5:00
21.	Sara Castiblanco	8:13	13:66	2	2	5:00
22.	Samara Salcedo	7:74	15:42	0	3	5:00
23.	Marcelo Maza	8:16	13:15	1	1	5:00
24.	Sara Maria Santolana	7:43	13:19	0	2	5:00
25.	Maxwell Rodriguez	6:90	17:64	1	2	5:00
26.	Laura Gomez	7:40	13:34	1	2	5:00

150 sq.
÷
30.
5:00 sq

150 sq
÷
30
5:00 sq

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 301 PADE		PRUEBAS				
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Iris Norta.	7:38	14:45	2	3	5:00
2.	Saret Paez	7:26	13:33	0	2	5:00
3.	Sara Rodriguez	7:21	13:38	1	1	5:00
4.	Melany Verano.	7:20	14:20	1	2	5:00
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						

1505g
 $\frac{5}{30}$
 5.005g

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITL, FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 302 TARDE.	20 Estudiantes	PRUEBAS				
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Cante Santiago.	8:43	15:43	2	3	5:35
2.	Rodriguez Matias.	9:55	18:88	0	2	5:35
3.	Salazar Gerardo	7:11	16:60	1	1	5:35
4.	Ovalle Ivan.	8:12	13:02	2	2	5:35
5.	Castro Juan	2:46	13:41	1	1	5:35
6.	Mosquera Miguel.	7:65	13:18	1	2	5:35
7.	Hurtado Dylan.	7:83	15:26	1	2	5:35
8.	Veloz Antony	9:30	15:42	0	2	5:35
9.	Riveron Alon.	8:22	12:56	1	1	5:35
10.	Martinez Sebastian	7:42	16:20	1	2	5:35
11.	Pera Patias.	9:50	14:26	1	2	5:35
12.	Suarez Diego.	7:84	12:67	2	3	5:35
13.	Gil Cesar.	7:00	12:55	3	3	5:35
14.	Parreno Alejandro	8:74	14:19	0	1	5:35
15.	Hernandez Any	8:89	15:49	1	0	5:35
16.	Bernal Norma.	6:15	16:66	0	1	5:35
17.	Cristina Velandia.	8:77	15:15	1	2	5:35
18.	Cuellar Maxi.	8:24	16:86	1	1	5:35
19.	Espinosa Valentin	8:70	13:57	1	1	5:35
20.	Suarez Saary.	8:72	16:08	2	2	5:35
21.	Durango Kabbia	8:56	15:21	2	1	5:35
22.	Palma Mayam.	8:61	17:44	1	2	5:35
23.	Menendez Solis.	9:44	15:49	2	3	5:35
24.	Rodriguez Mariana.	9:50	14:57	1	2	5:35
25.	Camacho Abigail.	8:69	13:57	0	1	5:35
26.	Medina Sara.	9:09	14:62	1	3	5:35
27.	Arias Setra	7:57	16:49	1	2	5:35
28.	Sanchez Melany	7:40.	15:30	1	1	5:35

190.5g
-
28
= 5:35.5g

150.5g
-
28
5:35.5g

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 303 JT		PRUEBAS				
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/A.SIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	VALERIO RODRIGUEZ	7:61	14:23	1	2	11:48
2.	SABRIG JIMENEZ	6:56	14:15	0	4	11:48
3.	MICHAEL UMBIA	7:53	15:26	0	4	11:48
4.	HELLEN VIVAS	7:17	13:15	2	3	11:48
5.	ANA NACURAY	8:26	14:27	1	3	11:48
6.	LUNA SANDOVAL	7:37	14:26	0	2	11:48
7.	AMY ORTIZ	9:44	13:46	0	1	11:48
8.	CESTAS VALLEJO	7:41	15:12	1	2	11:48
9.	CECILE PALOMINO	9:05	15:08	0	2	11:48
10.	JOAN FERNANDEZ	8:27	14:46	0	3	11:48
11.	JOSÉ RUIZ	9:15	13:32	2	2	11:43
12.	JOAN RODRIGUEZ	7:57	13:41	0	1	11:43
13.	SANTIAGO ARIZA	6:65	14:31	1	4	11:43
14.	DAVID ARANGO	9:18	13:26	2	4	11:43
15.	JOAN RODRIGUEZ	6:38	15:06	0	3	11:43
16.	DANIEL ACELO	8:46	14:33	0	4	11:50
17.	GABRIEL RUIZ	6:22	14:67	3	3	11:50
18.	LAS GARCIA	8:63	14:12	0	2	11:50
19.	ERICK CAMARCA	6:23	13:15	0	1	11:50
20.	JOSÉ ROSS	6:20	15:25	0	2	11:50
21.	GERARDO SANTANA	8:66	12:45	1	2	11:58
22.	JOSÉ GONZALEZ	7:41	13:55	0	3	11:58
23.	JOSÉ PAREJO	6:58	13:10	0	3	11:58
24.	DANIEL GARCIA	7:27	14:67	2	4	11:58
25.	GERARDO SANTANA	6:33	15:21	0	1	11:58
26.	LIAH VASQUEZ	6:57	14:08	1	2	11:56

GERARDO RAMIREZ

DAVID FERRERO

6:52

5:43

13:80

13:45

0

0

3

2

11:56

11:56

59,94

59,10

58,67

59,54

57,93

34,65

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 3CA JT	30 Estudiantes		PRUEBAS			
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	CAMILLO MARTINEZ	10:29	14:43	0	3	15:44
2.	JOSHUA TRIANA	7:48	12:35	0	2	15:44
3.	MARCUS CASTILLO	7:46	13:46	0	4	15:44
4.	TIAGO ARCEDELA	6:88	14:65	1	2	11:14
5.	JOSHUA FABIAN	7:08	15:15	2	2	15:44
6.	SERGIO ARIAS	8:92	14:37	0	3	11:74
7.	RAFAEL RODRIGUEZ	6:65	13:58	1	2	11:74
8.	JUAN CRISTIAN LO	6:24	13:15	2	2	11:74
9.	JOSE NEINA	7:73	14:28	0	4	11:74
10.	RODOLFO RODRIGUEZ	8:31	15:16	1	3	11:74
11.	DANIEL SANCHEZ	6:92	12:43	1	3	11:94
12.	ANDRES OLIVERO	6:72	14:77	1	1	11:74
13.	BETHANY CANABARCO	7:05	15:12	0	2	11:94
14.	VALENTINA ALVAREZ	7:20	12:89	0	4	11:94
15.	VALENTIA DELGADO	9:10	13:57	0	1	11:49
16.	DANIEL PEREZ	7:05	14:67	2	2	11:73
17.	MARIA RINCO	7:20	14:32	1	2	11:73
18.	MARIA DIAZ	9:11	13:38	0	3	11:73
19.	MARIA IZABARDO	7:05	14:73	0	4	11:73
20.	LUCIANA RODRIGUEZ	7:01	15:23	3	1	11:73
21.	VIVIANA SANCHEZ	6:94	16:10	1	2	11:93
22.	SAMUEL DIAZ	8:73	15:45	2	3	11:93
23.	ANGEL RINCO	8:16	14:23	2	3	11:93
24.	MARIA TORO	7:46	13:58	1	2	11:93
25.	GABRIEL CAMARGO	6:57	14:23	0	2	11:93
26.	JUAN BELTRAN	7:35	15:01	0	4	11:95
27.	LUIS BARRIOS	5:63	14:46	1	2	11:95
28.	DANIEL RONDON	6:67	14:56	0	3	11:95
29.	Erick SANCHEZ	8:43	13:78	1	2	11:95
30.	EMANUEL BARRON	7:42	15:01	0	2	11:95

77.2

58.73

59.62

58.74

59.88

47.80

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 4 ^{ta} MANAÑA		32 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Andri Mariana Morada P	6:50	15:30	0	2	5:40
2.	Lia Rivera Lopez	7:29	17:26	1	3	5:40
3.	Maria Castellanos Castiblanco	8:15	16:12	2	1	5:40
4.	Valery Jotele Lacer	7:30	17:30	1	2	5:40
5.	Sicel Alexandra Marquez	6:45	18:20	1	3	5:40
6.	Paula Pina Gaitan	7:20	15:25	2	1	5:40
7.	Marta Jose Uribe	7:57	18:00	0	2	5:40
8.	Maria Jose Lopez Uribe	6:32	15:58	0	3	5:40
9.	Ana Sofia Garcia	5:29	16:22	0	1	5:40
10.	Isabella Vergara	7:53	15:81	0	2	5:40
11.	Maria del Pilar Porcra M	6:26	14:89	0	3	5:86
12.	Emy Julieth Estrada P	7:25	16:22	1	1	5:86
13.	Yan David Sanchez Sanchez	7:15	13:20	0	2	5:86
14.	Josel Stuen Lopez Alvarado	8:65	13:50	0	2	5:86
15.	Pablo Alejandro Pello	8:23	15:29	0	1	5:86
16.	Samuel Bedoya Romero	8:68	19:20	0	1	5:86
17.	Daniel Uzcanga	6:22	16:45	1	2	5:86
18.	Santiago Piliro	6:29	18:05	3	3	5:86
19.	Juan Jose Gonzalez	6:56	17:36	0	3	5:86
20.	Samuel Mauricio Torres	6:40	19:20	1	2	5:86
21.	Adrian Martinez	6:36	15:62	0	1	5:86
22.	Juan Sebastian Lozano	6:36	17:13	1	3	6:86
23.	Miguel Angel Silva Guerrero	7:05	16:20	1	2	6:86
24.	Juan Jose Gutierrez	7:35	14:29	0	1	6:86
25.	Yaneth Torres	7:52	15:25	1	2	6:86
26.	Gerardo Diaz Medina	7:00	15:30	2	1	6:86

54:00

58:60

82:35

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 401 Mañana		PRUEBAS				
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Santiago Carra	6:76	15:35	0	2	6:86
2.	Jerónimo Castro	7:15	17:62	0	3	6:86
3.	Van Joseph Calzo	8:99	16:29	0	1	6:86
4.	Van Gerardo Perez	5:07	17:15	2	2	6:86
5.	Santiago Andres de la Peña	7:45	18:00	4	2	6:86
6.	Kevin Andres Sierra Daga	7:64	17:09	1	3	6:86
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						

82.35

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 407 JM		28 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	GABRIEL DUQUE	6:48	15:35	1	3	11:59
2.	ISABELLA ALGECOA	7:26	15:39	2	4	11:59
3.	SARA JIMENEZ	8:19	19:19	0	2	11:58
4.	GABRIEL ARIZA	7:42	13:04	3	3	11:57
5.	DULCE PADILLA	7:59	15:11	1	3	11:59
6.	JUAN MARTINEZ	5:39	15:44	0	2	10:62
7.	VALERIA RODRIGUEZ	8:24	15:12	0	1	10:62
8.	THOMAS DIAS	7:83	13:39	1	3	10:62
9.	VALERI HERNANDEZ	7:26	13:39	2	4	10:62
10.	DANIELA PERERA	9:21	13:49	3	1	10:62
11.	ZAYLA RODRIGUEZ	6:66	13:36	0	2	13:18
12.	THOMAS RUERA	6:15	15:26	0	0	13:18
13.	ALAN ALOPICO	7:38	14:45	1	1	13:18
14.	JUAN SANTOS	6:53	15:29	1	3	13:18
15.	ALLISON BELTRAN	7:15	16:40	2	2	18:18
16.	JUAN RAMOS	8:65	18:03	0	4	11:80
17.	LAURA BAUTISTA	6:43	18:00	3	3	11:80
18.	DONIC PIREN	8:23	15:88	1	2	11:80
19.	MARIA MENDOZA	6:56	15:81	3	3	11:80
20.	CESAR BERNAL	6:37	16:42	2	1	11:80
21.	LUCIANA VARELA	6:39	14:99	0	2	11:80
22.	SANTIAGO ZABALINO	6:35	15:62	0	3	11:80
23.	DAVID PARRA	6:40	14:42	1	1	10:05
24.	JOSE TORRES	5:46	13:21	0	2	10:05
25.	THOMAS GARCIA	6:36	16:56	0	1	10:05
26.	IAN MARTINEZ	6:35	13:13	1	1	10:05

27. CRISTIAN PALAZO

28. MARTIN QUIROGA

6:29

7:05

14:56

14:35

2

0

1

0

10:05

10:05

Scanned with

CS CamScanner

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 403 Mañanor		28 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Luciana Nava	06.29	15:35	2	2	5:81
2.	Dagoberto Cordoba	05.55	17:52	1	3	5:81
3.	José Rentería	04:62	17:09	0	1	5:81
4.	Martín Linares	08:91	18:00	1	1	5:81
5.	Sara Guevara	01.35	16:25	2	2	5:81
6.	Michael Alzate	05.18	16:32	0	2	5:81
7.	Alan Salamanca	07.72	16:65	1	2	5:81
8.	Sara Ortiz	07.42	17:02	1	2	5:81
9.	Leonardo Marras	07.53	17:00	2	3	5:81
10.	Luciana Cepeda	08.46	16:12	3	2	5:81
11.	Juan González	07.88	15:02	1	1	5:97
12.	José Rentería	07.77	15:49	2	1	5:97
13.	Juan Aguilera	05.73	15:65	0	2	5:97
14.	Silvia Rojas	07.57	17:35	0	3	5:97
15.	Daniela Velazquez	05.83	17:22	0	3	5:97
16.	Camila Velazquez	06.70	17:48	1	1	5:97
17.	Lyan Gutiérrez	10.40	16:37	2	2	5:97
18.	Yolanda Pinzon	06.80	15:14	1	3	5:97
19.	Dylan Carrillo	07.07	15:02	1	1	5:97
20.	Daniela Velazquez	07.73	15:28	0	2	5:97
21.	Tiago Teller	06.43	17:30	0	2	6:21
22.	Laura Gutiérrez	07.53	16:42	0	2	6:21
23.	Bonni Coliz	06.07	16:83	1	1	6:21
24.	Maria Sánchez	07.86	16:80	2	3	6:21
25.	Georgina Teller	06.74	17:09	3	2	6:21
26.	Leah Aguilar	05.70	15:26	1	1	6:21

58:75

59:75

49:68

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITI., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 403 <i>Matana</i>						
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	PRUEBAS		
				3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	<i>Andrés Ballesteros</i>	<i>07.55</i>	<i>15:69</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>6:27</i>
2.	<i>Linda Largo</i>	<i>07.21</i>	<i>16:30</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>6:21</i>
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						

49:68

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO:	29 Estudiantes	PRUEBAS				
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	ANDRES ANAYA	7:09	15:43	1	3	11:63
2.	ALAN GARCIA	7:13	14:10	0	2	11:63
3.	EDWIN VARGAS	7:40	13:15	0	4	11:63
4.	JUAN ESCOBAR	6:43	14:60	2	4	11:63
5.	ETHAN ALFONSO	6:88	14:57	3	3	11:63
6.	MARCO AROSA	6:88	15:23	1	2	11:42
7.	LEONAR RINCON	7:28	15:11	2	4	11:45
8.	ANGEL JIMENEZ	6:15	16:05	3	1	11:42
9.	JOSE RICO	6:32	14:23	0	3	11:42
10.	JUAN PIMENTA	6:02	13:12	0	2	11:42
11.	GERARDINO SIEMACHA	7:07	14:37	0	1	11:84
12.	SAMUEL DUTTO	5:71	14:42	1	4	11:84
13.	MATIAS HERNANDEZ	6:07	15:05	1	3	11:84
14.	JUAN GARCIA	6:54	13:84	2	2	11:84
15.	DOMINIC DIAZ	6:67	14:02	1	4	11:84
16.	ANDRES PEREZ	7:57	14:06	3	3	11:22
17.	EMANUEL PATIÑO	8:47	14:77	3	1	11:22
18.	LUCIANA SIEMACHA	7:75	15:05	2	2	11:22
19.	LUCIANA GALINDO	6:33	15:13	0	3	11:22
20.	SARA GRANADOS	6:44	15:26	3	3	11:22
21.	LUCIANA GUTIERREZ	6:60	14:10	1	3	10:47
22.	LUCIANA MARLANA	7:00	13:85	1	4	10:47
23.	SARA PAEZ	6:36	14:26	2	2	10:47
24.	JULIANA GILES	7:06	15:05	0	1	10:47
25.	GISELL MARTINEZ	7:13	14:25	3	3	10:47
26.	MARIA ARZATE	7:28	14:17	1	4	10:47

27. ANTONIA ZARCE

7:10

15:11

0

3

10:47

28. SUSAN HUMBLE

6:85

13:65

1

2

10:47

29. MILDRED OJA.

7:35

14:36

0

1

10:47

58.17

57.13

59.20

56.10

94.23

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ, IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 4 ^{to} T/ARDE		24 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Mateo Moreno	08:00	73.70	2	2	5:83
2.	Diana Ramos	07:48	71.68	1	3	5:83
3.	Levi Sebastian Lozano	06:56	72.27	2	1	5:83
4.	Salome Torres	07:20	77.26	1	2	5:83
5.	Isaac Marco Rincon P	08:42	74.25	2	3	5:85
6.	Shanny Rojas	07:42	73.69	1	2	5:83
7.	Micaela Esteban Mender	07:41	72.37	0	2	5:83
8.	Nelery Torrez	07:47	74.77	0	1	5:83
9.	Esquivel Teller	06:55	72.93	1	3	5:83
10.	Rut Gaitan	08:22	74.01	2	1	5:83
11.	Jose Jimenez	05:81	72.32	1	1	5:83
12.	Jamanta Castillo	08:06	74.30	2	2	5:83
13.	Juan Avila	07:61	70.90	1	2	5:83
14.	Jamanta Vivas	05:97	70.83	2	2	5:83
15.	Juan Felipe Jimenez	06:30	71.07	1	3	5:83
16.	Ana Medina	09:61	72.57	2	2	5:83
17.	Jon Arana	07:30	70.76	1	1	5:83
18.	Natalia Valencia	07:22	70.88	0	1	5:83
19.	Cristian Paron Rivera	06:25	75.34	0	2	5:83
20.	Felipe Arango	07:24	74.10	1	2	5:83
21.	Demian Gonzalez	08:33	78.00	1	1	5:83
22.	Martin Valencia	06:40	72.00	2	2	5:83
23.	Jon Diego Jimenez	07:82	77.09	1	1	5:83
24.	Martin Yanfen	07:71	70.64	1	2	5:83
25.						
26.						

1.40 sg
÷
24

5.83sg

140 sg
÷

24

5.83sg

FESTIVALES INTERCOLEGIADOS BOGOTÁ., IED., ITL., FRANCISCO JOSE DE CALDAS						
CURSO: 402 TARDE		29 Estudiantes		PRUEBAS		
N.	APELLIDOS Y NOMBRES	1RA/OBST/TIEM.	2DA/AGIL/TIEM.	3RA/LANZAM.	4TA/RECEPC.	5TA/REL/TIEM.
1.	Diana Fernandez	06: 86	17: 69	1	2	5: 86
2.	Frahaniz Josea Valenzuela	06: 43	10: 43	2	2	5: 86
3.	Natery Flores	09: 30	15: 87	0	2	5: 86
4.	Jorge Landeros	08: 99	14: 99	0	1	5: 86
5.	David Diaz Cisneros	06: 77	14: 67	1	3	5: 86
6.	Jorge Santiago Rodriguez	05: 76	12: 72	2	2	5: 86
7.	Mariona Arau	02: 85	15: 20	1	1	5: 86
8.	Laura Catherine Torres Rubio	09: 92	12: 34	0	2	5: 86
9.	Ami Castro	07: 62	12: 81	2	2	5: 86
10.	Davies Arguello	07: 38	18: 86	3	2	5: 86
11.	Emily Hernandez	08: 92	15: 40	2	3	6: 00
12.	Samuel Castano	06: 56	11: 87	0	2	6: 00
13.	Celen Munoz	07: 03	12: 19	1	2	6: 00
14.	Xan Jose Sarmas	06: 62	12: 57	1	3	6: 00
15.	Gabriela Moreno	08: 73	13: 79	1	2	6: 00
16.	Alison Cambariza	02: 35	17: 49	2	1	6: 00
17.	Isabella Echean	07: 27	16: 00	1	3	6: 00
18.	Dennis Tamara	07: 27	16: 23	1	2	6: 00
19.	Sofia Sorta Romero	11: 42	16: 12	0	2	6: 00
20.	Helen Rodriguez	07: 42	13: 70	0	2	6: 00
21.	Samuel Peña	07: 99	12: 00	2	3	6: 37
22.	Melany Lemus Vargas	07: 32	14: 44	1	2	6: 37
23.	Carolina Carrillo	07: 47	12: 90	3	1	6: 37
24.	Veronica Ariza	08: 72	15: 42	1	1	6: 37
25.	Isabella Barriga	07: 52	13: 37	1	1	6: 37
26.	Melany Castillo	07: 45	17: 65	1	1	6: 37
27.	Picol Herrera	07: 27	12: 60	0	2	6: 37
28.	Samuel Suarez	07: 54	12: 50	0	2	6: 37
29.	Jean Pau Ardila	08: 25	12: 66	1	2	6: 37

20:34

58:60

60:03

57:35



















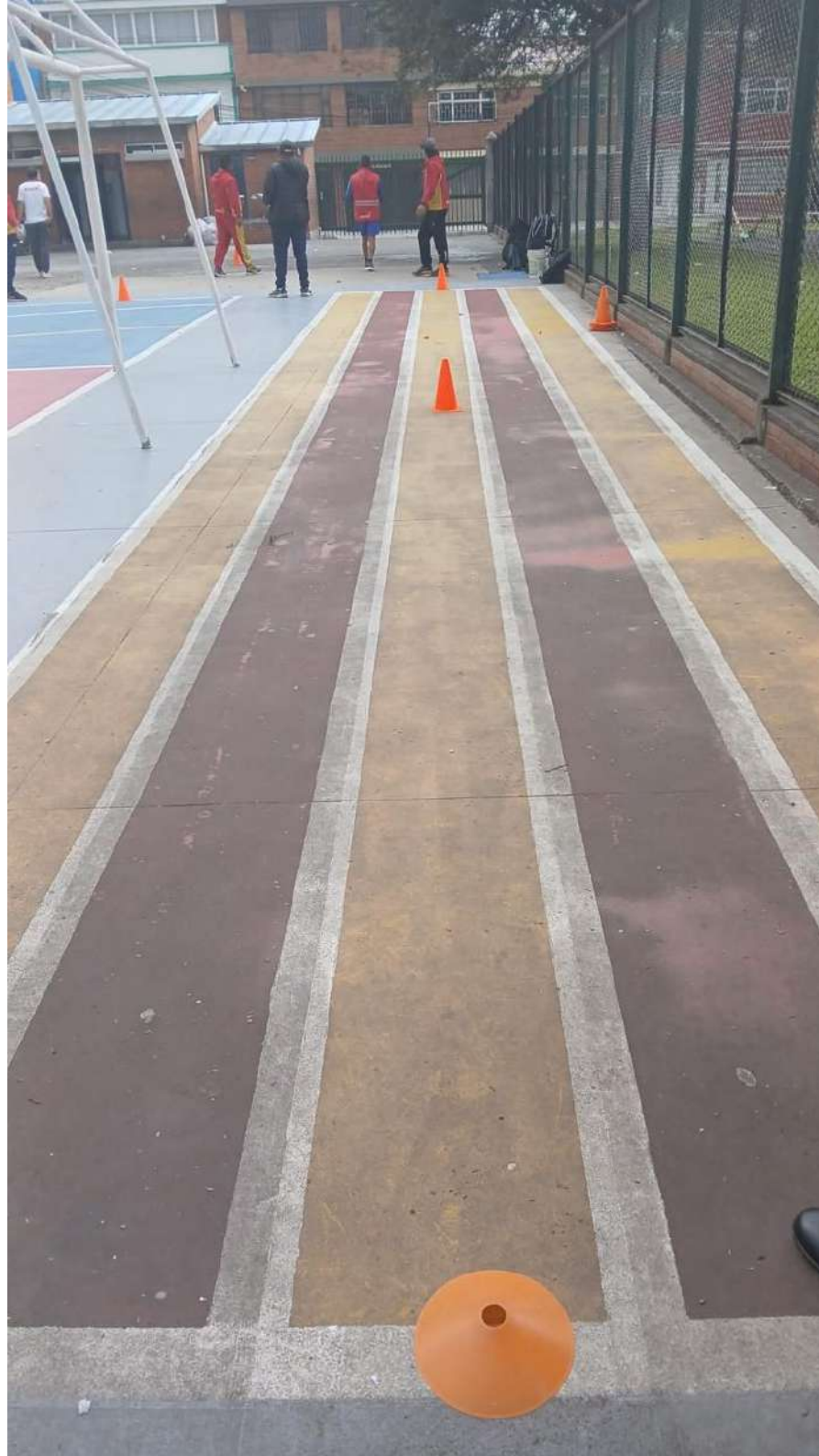




























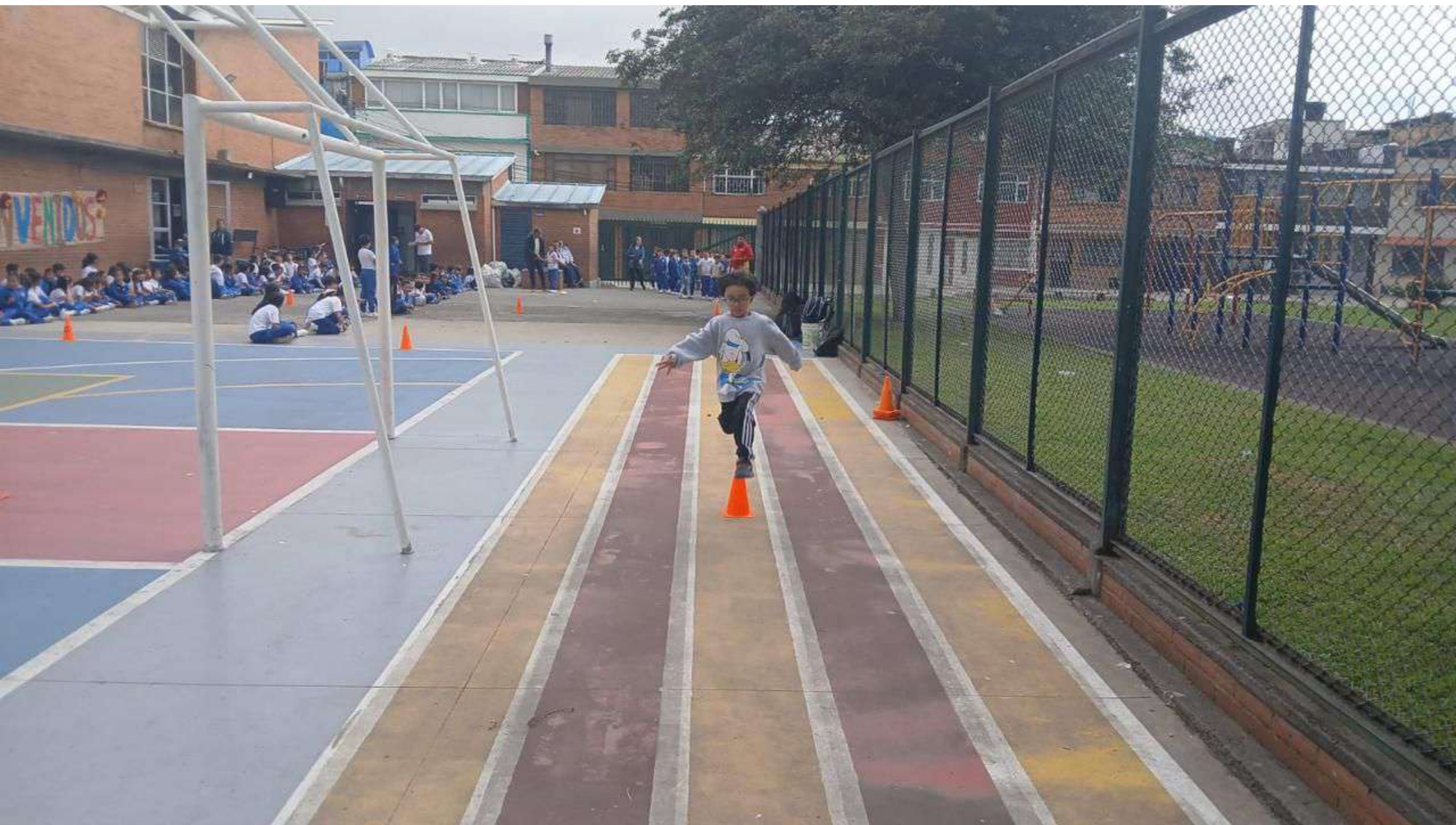




















BIENVENIDOS

























	Colegio Instituto Técnico Industrial FRANCISCO JOSÉ DE CALDAS PEI "Educación Integral de Líderes Industriales"	Código: FCP002 Versión: 01
	CIRCULAR A PADRES DE FAMILIA Y/O ACUDIENTES LEGALES	Revisó: COORDINACIÓN
		Aprobó: RECTORÍA
		Fecha de aprobación: 13/01/25

CIRCULAR No. 002 - 7 DE FEBRERO DE 2025

DE: RECTORÍA
PARA: PADRES DE FAMILIA DE TODAS LAS SEDES Y JORNADAS
ASUNTO: PRIMERA ASAMBLEA DE PADRES DE FAMILIA

Apreciados padres de familia y/o acudientes legales, reciban un saludo de paz y bien.
 De manera atenta me permito convocarlos a la **primera asamblea de padres de familia**, la cual se llevará a cabo el día **14 de febrero de 2025** en la **Sede A** de nuestra institución en los siguientes horarios:

SEDES Y JORNADA	HORARIO
SEDE A – JORNADA MAÑANA	10:00 AM. A 2:00 PM.
SEDE A – JORNADA TARDE	11:00 AM. A 3:00 PM.
SEDES B, C Y D JORNADA MAÑANA	6:30 AM A 9:30 AM.
SEDES B, C Y D JORNADA TARDE	2:00 PM. A 5:30 PM.

Durante esta asamblea se tratarán los siguientes aspectos:

- Orientaciones de la rectoría.
- Socialización ajustes al manual de convivencia.
- Socialización ajustes al sistema institucional de evaluación de los estudiantes.
- Socialización estrategia Jornada Escolar Complementaria (Centros de interés).
- Orientaciones de los directores de grupo.
- Elección de padres de familia al consejo de padres de familia y otras instancias de participación.
- Entrega de listas de útiles escolares.
- Socialización de convenio de fortalecimiento a la educación inicial. (Únicamente para preescolar – Jardín y transición).
- Orientaciones y normas de los talleres de formación técnica industrial (Únicamente para secundaria y media – 6° a 11°).

Dado lo anterior y teniendo en cuenta que los temas a tratar en la reunión son vitales en el propósito común de la formación integral de nuestros estudiantes es fundamental que se garantice su puntual asistencia y permanencia en toda la reunión.

Además, les informamos que no será posible prestar servicio de parqueadero y no está permitido el ingreso de mascotas.

Finalmente, recordamos que atendiendo el principio de corresponsabilidad establecida en la Ley 1098 de 2006 y lo señalado en el Decreto 459 de 2024 es deber de los padres de familia atender las citaciones convocadas por las Instituciones educativas.

Cordialmente,

_____Original Firmado_____

PhD. Jair Andrés Mahecha Farfán
 Rector







JEC

Jornada
Escolar
Complementaria

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

Población: Estudiantes de primero a noveno grado

Lugar: Sede A

Horario: Sábados 8:00 - 12:00

Actividades:

Robótica, Artes plásticas, Danzas, Teatro, Puentes, Ilustración,
Fútbol campo (masculino y femenino)

Actividad deportiva: Baloncesto

Horario: Martes a viernes 9:00 - 11:00 o 1:00 a 3:00 p.m.

Actividades:

Fútbol campo (masculino y femenino), Fútbol playa, Atletismo,
Gimnasia y Artes Marciales

Horario: Lunes a viernes 8:00 - 9:00 a 1:00 a 4:00 p.m. Según
disponibilidad

Actividades:

Voleibol, Ajedrez, Escacharareros al espacio, Juegos STEAM,
Oligopos, Leyenda, Comprensión y Escritura,
Cineasta y Coro de la CEC

Más información en:



<https://ec-afic.weebly.com/>



jec.afic@gmail.com



Módulo II

“Las habilidades socioemocionales” Capítulo I: “Las Emociones”

¿Qué son las Emociones?

Componente Cognitivo

Corresponde a la valoración que hacemos de una situación o estímulo, lo que activa la emoción, este proceso de evaluación puede ser consciente o inconsciente.

Componente Fisiológico:

Incluye las respuestas automáticas del cuerpo, como el aumento de la frecuencia cardíaca, la respiración acelerada o la activación de determinadas áreas cerebrales, que preparan al organismo para responder.



Componente Conductual:

Se manifiesta a través de expresiones faciales, lenguaje corporal o acciones concretas que comunican la emoción experimentada

Componente Subjetivo:

Abarca la experiencia interna y personal de la emoción, es decir, cómo cada individuo la siente y la interpreta según sus vivencias previas

- *Estos componentes, en conjunto, permiten que las emociones actúen como un sistema adaptativo esencial para el desarrollo personal y social.*
- *Las emociones surgen a partir de una valoración que realizamos sobre un estímulo o situación, ya sea de forma consciente o inconsciente, y dicha valoración determina la naturaleza de la emoción experimentada.*
- *Las emociones no solo influyen en la vida individual, sino también en las relaciones interpersonales y los entornos educativos y sociales, subrayando la importancia de comprenderlas y gestionarlas para favorecer el bienestar integral y la convivencia armónica.*

Asco: Funciona como un mecanismo de rechazo ante lo que percibimos como nocivo.

Comprender esta emoción contribuye a establecer límites y cuidar nuestra salud física y emocional.

Sorpresa: Se activa ante un evento inesperado o fuera de lo común. Esta genera una reacción de asombro o desconcierto, y su función principal es alertar al individuo sobre la necesidad de ajustar su percepción o comprensión de la situación.

Ira: Es una reacción ante la frustración o la injusticia.

Su adecuada regulación permite canalizar esta energía hacia soluciones constructivas y asertivas.



Alegría: Representa el bienestar y la satisfacción, promoviendo actitudes positivas y motivación.

En un contexto pedagógico, aprender a identificar los momentos de alegría puede fortalecer el optimismo y la resiliencia.



Tristeza: Es una respuesta a la pérdida o el dolor, a pesar de su naturaleza incómoda, la tristeza fomenta la introspección y el aprendizaje emocional, permitiendo desarrollar empatía y compasión.



Miedo: Surge ante una amenaza y nos impulsa a buscar protección.

Enseñar a gestionar el miedo ayuda a superar obstáculos y enfrentarse a situaciones de incertidumbre.

La pedagogía emocional: aprender a gestionar las emociones

- La pedagogía emocional propone un enfoque educativo que va más allá de los contenidos académicos tradicionales, integrando el aprendizaje emocional en el desarrollo de las personas.
- Uno de los mayores logros de la educación emocional es la capacidad de alcanzar la autonomía emocional, entendida como la habilidad para gestionar nuestras emociones de manera independiente y saludable.

Conciencia emocional:

Es el punto de partida para identificar y comprender nuestras emociones y las de los demás.

Regulación emocional:

A través de la gestión adecuada, podemos transformar emociones negativas en aprendizajes positivos.



Habilidades para la vida y el bienestar:

Orientadas a fomentar conductas que impacten de forma positiva en nuestro entorno y nuestra salud emocional.

Competencia Social:

Se centra en establecer relaciones empáticas y efectivas, promoviendo una comunicación abierta y respetuosa.

Autonomía emocional:

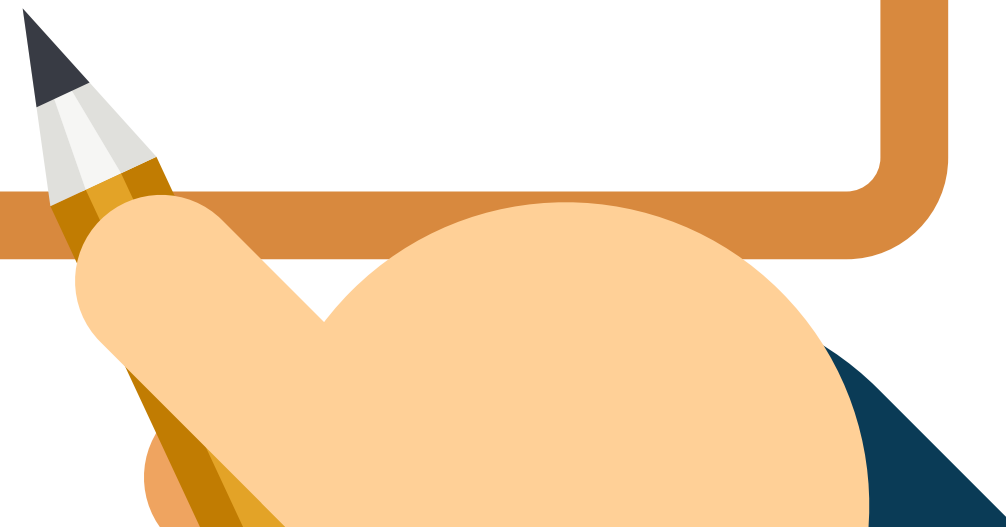
Implica desarrollar una actitud resiliente y positiva, logrando que nuestras emociones no dependan exclusivamente de los estímulos externos.

CAJA DE HERRAMIENTAS

- **Taller 1: CONCIENCIA EMOCIONAL**
- **Taller 2: Emoción “El Miedo”**
- **Taller 3: Emoción “LA IRA”**
- **Taller 4: Emoción “LA TRISTEZA”**
- **Presentación Capítulo 1**

PARA TENER EN CUENTA...

- **Los talleres se deben implimentar una vez por semana.**
- **Se debe evidenciar en la planeación de la sesión de clase**
- **En caso de presentar alguna dificultad, alzar la mano con su Profesional Psicosocial.**
- **En la siguiente sesión se recogerán las experiencias**
- **Para la entrega de evidencias se mantiene el formato que se viene trabajando.**



Taller 1: CONCIENCIA EMOCIONAL

Objetivo:

Fomentar la conciencia emocional en los NNAJ mediante una actividad física y dinámica que les permita identificar y experimentar las señales físicas que genera cada emoción, promoviendo la comprensión de las emociones en situaciones cotidianas.

“Actividad el círculo de las emociones”

Materiales:

- Conos, pelotas, cuerdas o cualquier material deportivo disponible para crear estaciones de actividad.
- Carteles o imágenes en hojas que representan diferentes emociones (pueden ser caras o expresiones faciales).

Desarrollo de la Actividad:

- Introducción (5-10 minutos): Explicar a los NNAJ que el objetivo de la actividad es conocer, reconocer y ser conscientes de las emociones a través de una serie de pruebas físicas. Destacando que todas las emociones son importantes y que saber cómo reconocerlas es esencial para nuestra salud emocional y el bienestar.

Formación de Grupos:

- Posteriormente se divide el grupo en grupos pequeños de 4-5 personas.
- Se organizan las diferentes estaciones con los elementos deportivos donde pondrán los carteles boca abajo al final de cada estación.
- A cada grupo se le asigna una "estación de emoción" en el círculo.
- Cada uno de los grupos deben pasar por cada una de las estaciones donde los NNAJ deben realizar ejercicios que les ayuden a identificar y trabajar con una emoción específica.
- En cada estación, los participantes tendrán que realizar una actividad física, pero también deberán reflexionar y expresar la emoción que les

corresponde la cual la identifican al final cuando se destape el cartel que esta boca abajo.

Estación 1: La Carrera de la Felicidad (Felicidad)

Al iniciar en esta estación se les dice a los NNAJ que deben cerrar los ojos y pensar en cosas que les gusten y los hagan sentir felices, posteriormente deben correr hasta una meta y regresar saltando en dos piernas, mientras se les pide que sigan pensando en ese momento de su vida que les haya hecho sentir felices. Al llegar a la meta, y voltear el cartel se les pregunta que expresen qué sienten físicamente que situaciones los hace sentir felices o les provocan felicidad.

Estación 2: El camino de la Tristeza (Tristeza)

En la presente estación de la misma manera se les solicita que cierren los ojos he imaginen una situación que les haya causado tristeza, posterior, deben caminar de manera lenta, con los hombros caídos y la cabeza abajo, sobre una ruta donde debe pasar por un camino en zigzag, mientras reflexionan sobre situaciones tristes. Cuando lleguen al final, destapan el cartel y comparten que sensaciones sintieron con la actividad.

Estación 3: El Laberinto del Miedo (Miedo)

Los NNAJ debe atravesar un pequeño laberinto de conos o cintas en un solo pie y con los ojos cerrados previamente memorizado he imaginado que al lado y lado del camino hay un abismo. Al final del laberinto y voltear el cartel, se solicita hablar sobre que sintieron al desconocer por donde van y al sentir que se iban a caer.

Estación 4: La Llama de la Ira (Ira)

En esta estación, los NNAJ deben hacer ejercicios de salto y movimientos rápidos (como saltar la cuerda o hacer pequeños sprints para adelante y para atrás) mientras piensan en una situación que les genere ira o enojo. Después de la actividad, deberá explicar cómo se sintieron físicamente al realizar ejercicios rápidos.

Estación 5: El Reloj de la Calma (Calma)

Con el grupo completo, los participantes deberán hacer una serie de estiramientos y respiraciones profundas. Mientras lo hacen, reflexionarán sobre qué actividades o pensamientos les ayudan a calmarse cuando se sienten estresados o agitados.

Reflexión final:

Después de completar el circuito, reúna a todos los grupos en un círculo, cada uno compartirá en qué estación se sintió más cómoda y cuál le resultó más difícil. Hablar de las emociones que experimentaron durante las actividades y cómo pueden aplicar lo aprendido en su vida diaria.

Preguntas orientadoras:

¿Cómo se sintieron al identificar y expresar sus emociones?

¿Qué aprendió sobre frente a las respuestas físicas en cada una de las estaciones imaginando cada uno de las emociones?

Cierre:

Finalizar la actividad con un breve recordatorio de la importancia de reconocer, las respuestas físicas al experimentar una emoción, teniendo en cuenta que las emociones no son ni buenas ni malas, sino que son señales que nos ayudan a entender lo que estamos viviendo.

Taller 2: Emoción “El Miedo”

Actividad: "El circuito del miedo"

Objetivo:

Promover el reconocimiento de la emoción del miedo en los NNAJ, mediante una actividad lúdica y deportiva que les permita experimentar esta emoción de forma controlada, reflexionar sobre sus sensaciones y aprender estrategias para afrontarla.

Materiales:

- Obstáculos (cajas, conos, cuerdas, aros).
- Pañoletas o cubre ojos de tela
- Carteles con mensajes motivadores.

Desarrollo de la actividad:

Introducción:

- Reunir al grupo y explicarles que van a participar en una actividad llamada "El circuito del miedo".
- Aclarar que el objetivo es experimentar el miedo de forma divertida y controlada, identificar cómo lo sienten físicamente y aprender cómo enfrentarlo y para ello es necesario utilizar toda la imaginación y creatividad.

Preparación:

- Crear un circuito que simule presentar muchos obstáculos, incluir zonas donde tengan que pasar gateando, saltar o caminar en equilibrio.
- En las instrucciones se debe mencionar a los NNAJ que los obstáculos son elementos que generen miedo como animales, abismos, etc.

Instrucciones:

- Dividir al grupo en equipos.
- El NNAJ que pase el circuito tiene que ir con los cubiertos y otro NNAJ del grupo debe ir indicándole por donde pasar, si toca alguno de los obstáculos debe cumplir una penitencia deportiva.

- Durante el recorrido, los participantes del grupo deben ir enviando mensajes motivadores como: "Eres valiente", "Tú puedes superar tus miedos", "Confía en ti mismo, etc."
- Después de terminar el recorrido, el participante se une con el demás integrante de su grupo y empieza a decir mensajes motivadores.

Adaptación para los primeros ciclos:

- Nivel de dificultad en el circuito

Preguntas guía para la reflexión:

- ¿Qué sentiste al estar en el circuito?
- ¿Cómo reaccionó tu cuerpo?
- ¿Qué te ayudó a seguir adelante?

Cierre:

Es importante explicar que sentir miedo es normal ya que es una emoción natural que nos permite enfrentarnos física y cognitivamente a situaciones externas que nos puedan vulnerar, y por eso es importante reconocerlo e identificar sus reacciones físicas y emocionales, y desarrollan estrategias para afrontarlo con confianza, además al relacionar lo aprendido con situaciones de la vida cotidiana, podemos establecer herramientas para hacer frente dichos acontecimientos.

Taller 3: Emoción "LA IRA"

Actividad: "El Reto de la Injusticia" (Ira)

Objetivo:

Trabajar la identificación de la ira generada por situaciones de injusticia en el contexto de trabajo en equipo, permitiendo a los participantes reconocer y expresar sus emociones, y reflexionar sobre las formas de gestionarlas adecuadamente.

Materiales:

- Conos o marcas para delimitar el área de juego (campo de ejercicio).
- Espacio amplio para realizar actividades deportivas.
- Cronómetro o reloj para controlar el tiempo de las penitencias.
- Música opcional para dinamizar la actividad.

Desarrollo de la Actividad:

Introducción:

Explique brevemente el propósito de la actividad, destacando que en esta ocasión van a trabajar sobre cómo se siente la ira cuando se enfrenta a situaciones que perciben como injustas. Asegúrese de que los participantes entiendan que el objetivo es reconocer la emoción, y no necesariamente generar conflicto.

Formación de Equipos:

- Dividir a los participantes en dos equipos iguales, asegurándose de que todos estén listos para participar activamente.
- Primera Ronda: A continuación, se les indicará que ambos equipos participarán en una actividad deportiva (puede ser un juego de carreras, juego de pelotas o cualquier actividad que implique trabajo en equipo). Sin embargo, el equipo "A" recibirá un beneficio adicional que hará la tarea más fácil para ellos, por ejemplo, puede contar con más tiempo, o tener un número mayor de jugadores en su equipo.

- El equipo "B" deberá enfrentarse a las mismas condiciones, pero sin el beneficio adicional. Cuando termine el ejercicio, el equipo "B" (el perdedor) deberá realizar una penitencia física, como dar 10 vueltas alrededor de la cancha, hacer 20 sentadillas, o cualquier otra tarea que implique esfuerzo físico.

Reglas de la actividad:

- El equipo "A" tiene más tiempo para completar su tarea o más jugadores.
- El equipo "B" tiene las condiciones normales de la actividad.
- El equipo "B" al perder, deberá pagar una penitencia deportiva.
- Segunda Ronda - Inversión de las Reglas: Después de que el equipo "B" haya cumplido su penitencia, se cambian las reglas para la siguiente ronda. Ahora, el equipo "B" recibirá los beneficios que el equipo "A" tuvo, mientras que el equipo "A" enfrentará las mismas dificultades del equipo "B" en la primera ronda.

Los equipos repiten la misma actividad deportiva, pero con los roles invertidos.

Reflexión final:

Al finalizar ambas rondas y las penitencias, reúna a los participantes en un círculo y realizar una retroalimentación grupal sobre cómo se sintieron en el momento en que les tocó pagar la penitencia, con las siguientes preguntas como guía:

Preguntas guía para la reflexión:

- ¿Cómo se sintieron cuando tuvieron que pagar la penitencia física?
- ¿Por qué creen que se sintieron de esa manera?
- ¿Qué emociones experimentaron durante la actividad, especialmente cuando la situación fue percibida como injusta?
- ¿Cómo manejaron esa frustración o ira durante el ejercicio?
- ¿Qué estrategias podrían utilizar para manejar la ira cuando se sienten tratados injustamente?

Cierre:

Se espera que los participantes expresen sentimientos de inconformidad o ira, lo cual será reconocido como parte de la actividad. El facilitador debe validar estas emociones, enfatizando que la ira es una emoción natural, pero que es importante aprender a gestionarla de manera efectiva.

Finalizar la actividad con una reflexión sobre cómo podemos reconocer cuando sentimos ira debido a situaciones de injusticia y qué herramientas podemos utilizar para canalizar esa emoción de forma constructiva. Reforzar la idea de que todas las emociones son válidas y que el objetivo es aprender a reconocerlas y gestionirlas de manera adecuada.

Taller 4: Emoción “LA TRISTEZA”

Actividad: "Estaciones de la Tristeza "

Objetivo:

Fomentar el reconocimiento y la gestión de la emoción de la tristeza NNAJ a través de una actividad lúdica y deportiva que promueva la reflexión sobre la respuesta emocional y las practicas inadecuadas para enfrentarlas.

Desarrollo de la Actividad:

Introducción:

Reunir a los NNAJ y contarles la historia para contextualizar donde cada uno debe imaginar con los ojos cerrados que es el protagonista:

“En el colegio organizan una competencia en bicicleta. Al salir, te das cuenta de que tu bicicleta está pinchada. Al pensar en posibles soluciones, sabes que esto te tomará tiempo y no podrás llegar a la competencia, lo que te genera tristeza y ganas de llorar. ¿Qué harías?”

Explicar que durante la actividad trabajarán las respuestas físicas y emocionales ante la tristeza y reflexionarán sobre la mejor manera de enfrentarlas.

Materiales:

- Espacio delimitado para cada estación.
- Elementos deportivos: aros, conos, cuerdas, etc.
- Un pito para marcar el cambio de estaciones.

Preparación:

- Dividir al grupo en cuatro equipos.
- Preparar un cuadrado de cuatro estaciones que representan unas respuestas inadecuadas asociadas a la tristeza:
 - Estación 1: Llanto prolongado.
 - Estación 2: Culpar a otros.

- Estación 3: Discutir.
- Estación 4: Aislarse.

Instrucciones:

- Cada equipo comienza en una estación diferente.
- En cada estación, los grupos deben decidir un ejercicio físico que represente la respuesta emocional asignada. Por ejemplo:
 - Llanto prolongado → 10 flexiones de pecho.
 - Culpar a otros → 15 saltos en el lugar.
 - Discutir → 10 abdominales.
 - Bloqueo → Gatear de un extremo al otro.
- Cuando suene el pito, cada equipo debe moverse hacia la estación de la derecha y realizar el ejercicio que el equipo anterior propuso.
- Una vez acabe todo el equipo deben gritar la acción que esta representando por ejemplo (llanto prolongado)
- El grupo que más tarde en completar el ejercicio y/o no grite la acción, deberá cumplir una penitencia deportiva, como dar una vuelta al circuito.

Repetición:

- Una vez que todos los equipos pasen por las estaciones, reorganizar los grupos y permitir que diseñen nuevos ejercicios para cada estación.
- Repita el recorrido con las nuevas propuestas.

Reflexión final:

- Reunir a los NNAJ y analizar cada estación, resaltando que las respuestas emocionales asociadas (llanto prolongado, culpar, discutir, aislarse) no son soluciones adecuadas para gestionar la tristeza.
- Explicar que no es malo sentir tristeza o miedo, pero lo importante es tomar decisiones que nos ayuden a afrontarlos positivamente.

Adaptación para los primeros ciclos:

- Brindar opciones claras de acciones adecuadas para manejar las emociones, como respirar profundamente, pedir ayuda o expresar lo que siente.
- Simplifica los ejercicios y acompaña la reflexión con ejemplos claros y sencillos.

Preguntas guía para la reflexión:

- ¿Cómo se sintieron al realizar los ejercicios?
- ¿Qué estrategias creen que podrían ayudar a manejar la tristeza o el miedo?
- ¿Qué acciones consideran adecuadas para afrontar esta emoción?

Cierre:

La tristeza es una emoción natural y necesaria que nos permite experimentar sensaciones que nos liberan de las presiones autoimpuestas y de las expectativas de la sociedad. Reconocer y aceptar esta emoción es clave para procesarla de manera saludable. Sin embargo, es indispensable identificar las respuestas emocionales poco adecuadas, ya que estas pueden dificultar su manejo. Evitar que la tristeza nos desborde es fundamental para prevenir que evolucione hacia estados emocionales más complejos, como la depresión. Por ello, aprender a gestionar esta emoción de forma asertiva y buscar apoyo cuando sea necesario es esencial para mantener el bienestar emocional.