

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 1

**SESIONES DE CLASE SIM, MALLA CURRICULAR
Y PLAN PEDAGOGICO TAEKWONDO.**

IDRD-STRD-CPS-1524-2025

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (LAS MANITAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-12	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	6
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Controlo variedad de movimientos de lateralidad y orientación por medio de desplazamientos

COGNITIVA :

Comprendo las diferentes técnicas y terminología de desplazamiento aplicadas en el pateo

PSICOSOCIAL :

Comunicación asertiva

LUDICA :

Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial dentro del Taekwondo

TEMA :

DESARROLLO LA COMBINACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN DE COMBATE APLICANDO TÉCNICAS DE PIERNA Y BRAZO PROPIAS DE COMPETENCIA.

SUBTEMAS :

Realizo combate olímpico en presencia de adversario a modo de estudio

IMPLEMENTACION :

implementos de protección, platillos.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES

Saludo en formación de 4 filas, llamado a lista, sello en cuaderno, explicación del tema a trabajar, movilidad articular (de pies a cabeza 1.ROTACION DE PIES EN CIRCULOS inicio por izquierdo con 10 repeticiones, derecho con 10 repeticiones, y cambiando de lado en la rotación. 2. BALANCEO DE PIES se realiza movimiento de pies y talones en el cual estudiante lleva su peso adelante y atrás en el puesto realizando 10 repeticiones 3.BALANCEO DE RODILLA EN EL AIRE ALTURA CADERA el estudiantes manteniendo el equilibrio balance al parte inferior de la pierna adelante y atrás 10 veces con cada una de las piernas 4.ROTACIONDE CADERA. el estudiante gira la cadera en circulos al lado derecho e izquierdo 10 veces correspondientemente. 5.GIRO DE TRONCO deber girar a un lado y al otro manteniendo la postura de las piernas intactas realizando 20 repeticiones 6. ROTACION DE HOMBROS 7. ROTACION DE CABEZA. JUEGO: LA LLEVA . PREGUNTA ORIENTADORA ¿ cual es mi rol dentro del grupo de taekwondo?

TIEMPO

30 min

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES

Los estudiantes se ubican en la formación para desarrollar las actividades planteadas por parejas en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces 3. los estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante sin cambio de guardia y complementan con la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 vecesos estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante con cambio de guardia y complementan con la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces ejecutando tecnicas en la protección del compañero

TIEMPO

40 min

RETO :

ACTIVIDADES

Los estudiantes se ubicaran en un circulo en el cual saldran uno por uno y ejecutar la patada a la altura del pecho de cada uno de sus compañeros golpeando al compañero, saldra un estudiante solo hasta que el compañero anterior este en su lugar de salida

TIEMPO

10 min

 FASE FINAL : ACTIVIDADES Vuelta a la calma con respiración en cruz, los estudiantes desde la formación inhalan por la nariz manteniendo la respiración 5 segundos y exhalando por la boca. se realiza estiramiento, con la espalda erguida. Entrelaza las manos por detrás de la cabeza, cerca de la coronilla, y tira de la cabeza hacia abajo con el cuello estirado, Entrelaza las manos, con las palmas sobre la frente, y tira de la cabeza hacia atrás de modo que la nariz quede dirigida hacia arriba y la barbilla atrás, con las piernas separadas a la anchura de los hombros. Cruzan el brazo izquierdo por delante de tu cuerpo, llevando la mano hacia la cadera contraria. Con la mano derecha agarra el brazo izquierdo a la altura del codo y tira hacia la derecha y hacia abajo. con el brazo izquierdo detrás de la espalda y el codo flexionado unos 90°. Abre las piernas a la anchura de los hombros con los pies hacia delante. Agarran el codo izquierdo con la mano derecha y tira cruzando la espalda y hacia arriba, en dirección al hombro derecho y cambia de lateral. Elevan el brazo hasta que el codo quede a la altura de la oreja izquierda y la mano cerca del omoplato derecho. Agarra el codo izquierdo con la mano derecha y tira hacia el suelo por detrás de la cabeza y cambia de lateral. Flexiona el codo en un ángulo en el que estés cómodo (unos 90°) y extiende la muñeca tanto como te sea posible. Dirige los dedos hacia arriba y con la otra mano empuja los dedos hacia el codo. boca arriba con las piernas extendidas. Flexiona las rodillas y las caderas, llevando las rodillas hacia el pecho. Entrecruza los pies por los tobillos y separa las rodillas al menos a la anchura de los hombros. Agarra los muslos por la cara interna de las rodillas y tira de las piernas hacia abajo y hacia el pecho, sin despegar los glúteos del suelo. Sentados Flexionando la cadera derecha unos 90° y colocando los pies juntos por la planta del pie descansando sobre su cara externa, con la rodilla tan estirada como te sea posible. Baja el tronco hacia los pies tanto como se pueda sin curvar la espalda, manteniendo la rodilla lo más estirada posible Sentados en el suelo, con las rodillas estiradas y las piernas tan abiertas como te sea posible. Pon ambas manos en el suelo, cerca de los muslos. Mantén las rodillas estiradas y tan cerca del suelo como puedas. Desliza las manos hacia el frente, tratando de echar el tronco tan adelante como te sea posible. . conversatorio Autoconcepto y Autoestima cómo proceso de construcción diaria , formación despedida juramento del taekwondo. PREGUNTA ORIENTADORA: ¿Cómo me identifico con respecto a mi papel dentro de la clase? autoconcepto
 TIEMPO 30 min
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAS MANITAS			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-12	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 5	9. N° de Semana: 6	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1024585826	EMILY SOFIA BOCANEGRA			Asistio
1024588624	JUAN DAVID PIZA			Asistio
1025552571	DERLY RUBIANO			No asistio
1025557150	SAMUEL DAVID QUIÑONEZ			Asistio
1027536538	DYLAN SANTIAGO LOPEZ			Asistio
1029293923	ANNY SOFIA MORENO			Asistio
1029293924	ANGELA VALERIA MORENO			Asistio
1033796892	DIEGO ALEXANDER ATARA			Asistio
1033797227	JOSSIE STIVEN CASTRO			Asistio
1073248659	DOMINIC LEON			Asistio
1074531808	GABRIELA ALEXANDRA PARDO			Asistio
1074531809	JUAN PABLO PARDO			Asistio
1077648868	ROWINER MEMBACHE			Asistio
1123414748	KLEYRA ELOYSA BENITEZ			Asistio
1140930270	JOSMAR YAMITH MENESES			Asistio
1146130797	KIMBERLY PAOLA CORREA			Asistio
1215713145	JUAN DAVID JOVEL			Asistio
5759722	DANGERLY DASNEIDY GONZALEZ			Asistio
N37664598813	GABRIEL ALEJANDRO LINAREZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (LAS MANITAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-07	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	3	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo			
COGNITIVA : Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo			
PSICOSOCIAL : comunicacion asertiva			
LUDICA : Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo			
TEMA : DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO DESDE SECUENCIAS			
SUBTEMAS : Exploro la técnica de pateo Furry Chagui (patada gancho), partiendo de secuencias con diferentes distancias o alturas			
IMPLEMENTACION : salon taekwondo , paletas de pateo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES hombros hacia adelante y hacia atrás, 10 veces en cada dirección. • Subo y bajo los hombros lentamente, manteniendo la espalda recta. Repito 10 veces. 3. Brazos: • Extiendo los brazos hacia los lados y hago círculos pequeños con las muñecas en ambos sentidos. 10 repeticiones por cada sentido. • Flexiono y extiendo los codos, 10 veces. 4. Caderas: • Coloco las manos en las caderas y realizo círculos con las caderas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 veces en cada dirección. 5. Rodillas: • Junto los pies y flexiono ligeramente las rodillas, haciendo pequeños círculos con ellas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 repeticiones por lado. 6. Tobillos: • Apoyo un pie en el suelo y hago círculos con el tobillo del otro pie, 10 repeticiones por sentido, luego cambio de pie. Calentamiento: 1. Marcha en el sitio: • Empiezo marchando en el sitio, levantando bien las rodillas y moviendo los brazos. Mantengo un ritmo suave durante 1 minuto. 2. Saltos de tijera: • Hago saltos de tijera, abriendo y cerrando piernas y brazos al mismo tiempo. Realizo 30 segundos de saltos. 3. Sentadillas: • Realizo 10 sentadillas, bajando lentamente con la espalda recta y subiendo de manera controlada. 4. Skipping: • Hago skipping (correr en el sitio levantando las rodillas) durante 30 segundos, aumentando la velocidad poco a poco. 5. Desplantes: • Hago 10 desplantes alternando las piernas, manteniendo el equilibrio y la postura correcta. JUEGO CALENTAMIENTO Divido a los estudiantes en grupos de 4-5 personas. • Coloco 5 estaciones en línea recta, cada una a unos 10 metros de distancia. • En cada estación habrá una pregunta sobre inclusión. 2. Instrucciones: • El objetivo es que cada grupo complete el recorrido hasta la última estación respondiendo correctamente las preguntas de inclusión. • Un estudiante de cada equipo corre hasta la primera estación, toma la tarjeta y regresa al grupo. • El equipo discute la respuesta a la pregunta. • Una vez que tienen la respuesta correcta, otro estudiante corre a la siguiente estación, donde se encuentra una nueva tarjeta con otra pregunta. • El proceso se repite hasta que el equipo haya completado todas las estaciones. • Al llegar a la última estación, el grupo corre de vuelta a la línea de salida. 3. Preguntas de Inclusión: • ¿Qué es la inclusión y por qué es importante en el deporte? • Nombra dos maneras de apoyar a un compañero que tiene dificultades en una actividad física. • ¿Cómo puedes asegurarte de que todos se sientan parte del equipo, independientemente de sus habilidades? • ¿Qué podemos hacer si vemos que alguien se siente excluido en un juego o actividad? • ¿Qué significa “juego limpio” y cómo lo aplicamos para que todos puedan participar?			
TIEMPO 30 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES La Preparación: Levanten la rodilla frontal, como si fueran a hacer un Ap Chagi o un Dollyo Chagi. El Giro (Simulado): Giren el cuerpo 180 ? sobre el pie de apoyo. La pierna que pateo ahora apunta hacia la pared de atrás. El Gancho: Extiendan la pierna y, en lugar de golpear de lado, enganchen la pierna lateralmente. El objetivo es que el talón o la planta del pie golpee el objetivo. La patada se ejecuta como un látigo horizontal que viene desde atrás. La Retracción: Retraigan rápidamente a la guardia. Momtong (Medio): Ejecuten el gancho apuntando al abdomen. El tronco debe permanecer relativamente recto. Olgul (Alto): Ejecuten el gancho apuntando a la cabeza. Aquí, se permite una ligera inclinación del tronco hacia adelante para ganar altura, pero la pierna de apoyo debe permanecer firme y girada. El Cebo (Gancho Frontal): Estoy en mi guardia. Lanzo un Ap Chagi (Patada Frontal) rápido con mi pierna delantera al peto del oponente. No tiene que ser fuerte, solo para que se cubra. La Retracción Rápida: Retraigo la pierna delantera rápidamente, pero no la bajo al suelo. El Gancho Sorpresa: Uso la inercia del cuerpo que se ha movido ligeramente hacia atrás, giro y ejecuto la Furryeo Chagi con esa misma pierna, apuntando a la cabeza.			
TIEMPO 40 min			

RETO : ACTIVIDADES Pónganse en guardia a un pie de distancia de una pared (o compañero que sostenga un pad o escudo de forma estable). El pie trasero debe estar mirando a la pared. La Ejecución: Ejecuten la Furryeo Chagi (Patada de Gancho) con su pierna trasera al objetivo (pared/pad). La Regla de Oro: Inmediatamente después del impacto, deben retraer la pierna y volver a la posición de guardia sin: Tocar la pared con la mano para apoyarse. Dar un paso extra después de bajar la pierna. El Castigo (Autocorrección): Si tienen que poner la mano en la pared o dan un paso para recuperar el equilibrio después de la patada, significa que perdieron el control del centro de gravedad durante el giro. Deben hacer 10 saltos explosivos (Jumps) inmediatamente.
TIEMPO 10 min
FASE FINAL : ACTIVIDADES 1. Respiración y Relajación Inicial Comienzo de pie, con los pies ligeramente separados y las rodillas relajadas. Realizo respiraciones profundas: inhalo por la nariz durante 4 segundos, mantengo el aire por 2 segundos, y exhalo lentamente por la boca durante 6 segundos. repito 5-6 veces para bajar la frecuencia cardíaca y entrar en un estado de calma. 2. Estiramiento de Cuádriceps Postura: Me coloco de pie, apoyándome en una pared o en un compañero si es necesario para mantener el equilibrio. Ejercicio: Doblo una pierna hacia atrás, sujetando el tobillo con la mano correspondiente. Mantengo las rodillas juntas, evitando que la rodilla se abra hacia los lados. Duración: Mantengo el estiramiento durante 30 segundos en cada pierna. Repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en la parte frontal del muslo y los flexores de la cadera. 3. Estiramiento de Isquiotibiales Postura: Me siento en el suelo con las piernas extendidas frente a mí. Ejercicio: Me inclino hacia adelante desde las caderas, intentando alcanzar los dedos de los pies o lo más lejos posible sin forzar. Mantengo la espalda recta y los pies flexionados. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos. Relajo, descanso 10 segundos y repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en la parte posterior de los muslos (isquiotibiales) y la parte baja de la espalda. 4. Estiramiento de Aductores Postura: Me siento con las plantas de los pies juntas, dejando caer las rodillas hacia los lados en posición de mariposa. Ejercicio: Uso los codos para presionar suavemente hacia abajo las rodillas, buscando abrir las caderas lo más posible. Duración: Mantengo la posición durante 30- 40 segundos. Relajo y repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en los aductores (parte interna de los muslos) y las caderas. 5. Estiramiento de Gemelos Postura: De pie, coloco las manos contra una pared y adelanto un pie, dejando la pierna trasera estirada. Ejercicio: Empujo la cadera hacia adelante manteniendo el talón trasero en el suelo, sintiendo el estiramiento en el gemelo de la pierna estirada. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos por cada pierna. Repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en los músculos gemelos y el tendón de Aquiles. 6. Estiramiento de Glúteos y Cadera (Postura: Me siento en el suelo con una pierna estirada y la otra cruzada sobre la rodilla, colocando el pie en el suelo. Ejercicio: Giro el torso hacia la pierna cruzada, usando el brazo opuesto para apoyar el giro, y siento el estiramiento en los glúteos y la parte baja de la espalda. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos en cada lado. Repito 2 veces. Enfoque: Estiro los glúteos y la cadera, lo cual es crucial para la flexibilidad en patadas. 7. Relajación Final Me coloco tumbado boca arriba, con los brazos y las piernas extendidos, cerrando los ojos. Hago respiraciones profundas y sueltas, dejando que todo el cuerpo se relaje por completo. Visualizo los movimientos realizados durante la clase, sintiendo cómo los músculos se relajan y el cuerpo se recupera.
TIEMPO 30 min
Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAS MANITAS			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-07	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 5	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1024585826	EMILY SOFIA BOCANEGRA			Asistio
1024588624	JUAN DAVID PIZA			Asistio
1025552571	DERLY RUBIANO			Asistio
1025557150	SAMUEL DAVID QUIÑONEZ			No asistio
1027536538	DYLAN SANTIAGO LOPEZ			Asistio
1029293923	ANNY SOFIA MORENO			No asistio
1029293924	ANGELA VALERIA MORENO			No asistio
1033796892	DIEGO ALEXANDER ATARA			Asistio
1033797227	JOSSIE STIVEN CASTRO			Asistio
1073248659	DOMINIC LEON			No asistio
1074531808	GABRIELA ALEXANDRA PARDO			Asistio
1074531809	JUAN PABLO PARDO			Asistio
1077648868	ROWINER MEMBACHE			No asistio
1123414748	KLEYRA ELOYSA BENITEZ			No asistio
1140930270	JOSMAR YAMITH MENESES			Asistio
1146130797	KIMBERLY PAOLA CORREA			No asistio
1215713145	JUAN DAVID JOVEL			Asistio
5759722	DANGERLY DASNEIDY GONZALEZ			Asistio
N37664598813	GABRIEL ALEJANDRO LINAREZ			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (LAS MANITAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-05	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	37
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	37
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO
MOTRÍZ : Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo
COGNITIVA : Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo
PSICOSOCIAL : comunicacion asertiva.
LUDICA : Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo
TEMA : ASIMILO LOS DIFERENTES EJERCICIOS BASICOS DE GIMNASIA
SUBTEMAS : DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO DESDE SECUENCIAS
IMPLEMENTACION : salon taekwondo, colchonetas
FASES
FASE INICIAL : ACTIVIDADES hombros hacia adelante y hacia atrás, 10 veces en cada dirección. • Subo y bajo los hombros lentamente, manteniendo la espalda recta. Repito 10 veces. 3. Brazos: • Extiendo los brazos hacia los lados y hago círculos pequeños con las muñecas en ambos sentidos. 10 repeticiones por cada sentido. • Flexiono y extiendo los codos, 10 veces. 4. Caderas: • Coloco las manos en las caderas y realizo círculos con las caderas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 veces en cada dirección. 5. Rodillas: • Junto los pies y flexiono ligeramente las rodillas, haciendo pequeños círculos con ellas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 repeticiones por lado. 6. Tobillos: • Apoyo un pie en el suelo y hago círculos con el tobillo del otro pie, 10 repeticiones por sentido, luego cambio de pie. Calentamiento: 1. Marcha en el sitio: • Empiezo marchando en el sitio, levantando bien las rodillas y moviendo los brazos. Mantengo un ritmo suave durante 1 minuto. 2. Saltos de tijera: • Hago saltos de tijera, abriendo y cerrando piernas y brazos al mismo tiempo. Realizo 30 segundos de saltos. 3. Sentadillas: • Realizo 10 sentadillas, bajando lentamente con la espalda recta y subiendo de manera controlada. 4. Skipping: • Hago skipping (correr en el sitio levantando las rodillas) durante 30 segundos, aumentando la velocidad poco a poco. 5. Desplantes: • Hago 10 desplantes alternando las piernas, manteniendo el equilibrio y la postura correcta. JUEGO CALENTAMIENTO Divido a los estudiantes en grupos de 4-5 personas. • Coloco 5 estaciones en línea recta, cada una a unos 10 metros de distancia. • En cada estación habrá una pregunta sobre inclusión. 2. Instrucciones: • El objetivo es que cada grupo complete el recorrido hasta la última estación respondiendo correctamente las preguntas de inclusión. • Un estudiante de cada equipo corre hasta la primera estación, toma la tarjeta y regresa al grupo. • El equipo discute la respuesta a la pregunta. • Una vez que tienen la respuesta correcta, otro estudiante corre a la siguiente estación, donde se encuentra una nueva tarjeta con otra pregunta. • El proceso se repite hasta que el equipo haya completado todas las estaciones. • Al llegar a la última estación, el grupo corre de vuelta a la línea de salida. 3. Preguntas de Inclusión: • ¿Qué es la inclusión y por qué es importante en el deporte? • Nombra dos maneras de apoyar a un compañero que tiene dificultades en una actividad física. • ¿Cómo puedes asegurarte de que todos se sientan parte del equipo, independientemente de sus habilidades? • ¿Qué podemos hacer si vemos que alguien se siente excluido en un juego o actividad? • ¿Qué significa “juego limpio” y cómo lo aplicamos para que todos puedan participar?
TIEMPO 30 min
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Posición inicial: Siéntate con una pierna extendida y la otra doblada (como si te fueras a acostar de lado). Mano de golpeo: El brazo del lado al que vas a caer debe estar estirado, con la mano abierta (dedos juntos) y golpeará el suelo. IMPORTANTE: La palma mira hacia abajo y el golpe se da con todo el antebrazo. Movimiento: Deja caer tu cuerpo hacia ese lado. En el momento del impacto, golpea el suelo con el brazo estirado desde el hombro hasta la muñeca. Haz un sonido "¡Hap!" (un grito corto y seco) para soltar el aire. Protección: La pierna del lado de la caída debe quedar estirada y la otra, doblada, con la planta del pie cerca de la rodilla de la pierna estirada. La cabeza no debe tocar el suelo; tu barbilla siempre pegada al pecho (mirando hacia el ombligo). Progresión: Repite varias veces, alternando lados. Una vez que te sientas cómodo sentado, hazlo de pie: da un paso lateral y déjate caer inmediatamente en la posición de caída lateral, golpeando el suelo. l rodaje se usa cuando el impulso te lleva hacia adelante, como en una patada fallida o un derribo. Posición de inicio: Empieza en cuclillas o de rodillas. Protección de la cabeza: Mete tu barbilla al pecho. ¡Esto es crucial! Nunca golpees la cabeza o el cuello. Rodaje: Extiende tu mano dominante hacia adelante. El contacto inicial debe ser la parte superior del hombro, cruzando en diagonal por la espalda hasta la cadera opuesta (hombro derecho a cadera izquierda, por ejemplo). No ruedes sobre la columna vertebral. Movimiento: Empuja con tus pies, rueda por el hombro, la espalda redondeada y termina de pie (si es posible) o de rodillas en el otro lado. Progresión: Practica primero desde cuclillas, luego de rodillas, y finalmente desde una postura de combate (de pie). Asegúrate de que el contacto con el suelo sea siempre una línea curva.
TIEMPO 40 min

RETO : ACTIVIDADES Tu reto de hoy es realizar la secuencia del Guerrero Rodante (¡lo acabo de inventar!): Empieza de pie, en guardia. Realiza una Caída Lateral a tu lado dominante. Levántate rápidamente. Da un paso adelante con impulso. Ejecuta un Rodaje Hacia Adelante sobre el hombro que no usaste en la caída lateral. Al terminar el rodaje, ¡levántate inmediatamente a tu guardia de combate!
TIEMPO 10 min
FASE FINAL : ACTIVIDADES r la secuencia del Guerrero Rodante (¡lo acabo de inventar!): Empieza de pie, en guardia. Realiza una Caída Lateral a tu lado dominante. Levántate rápidamente. Da un paso adelante con impulso. Ejecuta un Rodaje Hacia Adelante sobre el hombro que no usaste en la caída lateral. Al terminar el rodaje, ¡levántate inmediatamente a tu guardia de combate!
TIEMPO 30 min
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAS MANITAS			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-05	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 37	9. N° de Semana: 37	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1024585826	EMILY SOFIA BOCANEGRA			Asistio
1024588624	JUAN DAVID PIZA			No asistio
1025552571	DERLY RUBIANO			Asistio
1025557150	SAMUEL DAVID QUIÑONEZ			Asistio
1027536538	DYLAN SANTIAGO LOPEZ			Asistio
1029293923	ANNY SOFIA MORENO			Asistio
1029293924	ANGELA VALERIA MORENO			Asistio
1033796892	DIEGO ALEXANDER ATARA			No asistio
1033797227	JOSSIE STIVEN CASTRO			No asistio
1073248659	DOMINIC LEON			Asistio
1074531808	GABRIELA ALEXANDRA PARDO			No asistio
1074531809	JUAN PABLO PARDO			Asistio
1077648868	ROWINER MEMBACHE			No asistio
1123414748	KLEYRA ELOYSA BENITEZ			Asistio
1140930270	JOSMAR YAMITH MENESES			Asistio
1146130797	KIMBERLY PAOLA CORREA			No asistio
1215713145	JUAN DAVID JOVEL			Asistio
5759722	DANGERLY DASNEIDY GONZALEZ			Asistio
N37664598813	GABRIEL ALEJANDRO LINAREZ			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (CONFEDERACION SUIZA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-13	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	3	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo			
COGNITIVA : Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo			
PSICOSOCIAL : Autoconcepto, autoestima y autocontrol			
LUDICA : Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo			
TEMA : EJECUTAR TECNICAS BASICAS DESDE POSTURAS ESTATICAS			
SUBTEMAS : Realizo técnica de pateo NERYO CHAGUI - Patada descendente			
IMPLEMENTACION : platillos silbato espacio amplio			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo, llamado a lista, conversatorio y analisis de riesgos para evitar accidentes, formacion saludo de taekwondo, movilidad articular (1 rotacion de tobillos izq 10 veces der 10 veces) 2 (puntas y talones en balanceo 10 repeticiones) 3 (elevación de rodilla y balanceo en el aire de la pierna adelante y atras izq 10 veces der 10 veces) 4(rotacion de cintura con piernas abiertas ancho de los hombros con manos en la cadera iaq 10 veces der 10 veces) 5 (cn piernas estáticas rotación de tranco impulsando con los brazos al tiempo 10 veces por izq y der) 6 (rotacion de brazios adelante y atras 10 veces) 7 (rotacion de muñecas 10 veces y rotacion de cabeza en circulos 20 veces 10 para cada lado. Calentamiento: juego de congelados con el pie TIEMPO 30 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Los estudiantes se ubican en la formación para desarrollar las actividades planteadas por parejas en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran la patada neryo chagui (patada frente de empuje descendente con talon) turnandos en alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces 3. los estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante sin cambio de guardia y complementan con la patada patada neryo chagui (patada frente de empuje descendente con talon)) turnandos en alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces 4. los estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante con cambio de guardia y complementan con la patada neryo chagui (patada frente de empuje descendente con talon) turnándose alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces TIEMPO 40 min			
RETO : ACTIVIDADES ejecucion de mayor cantidad de patadas neryo chagui cambiando de pie en 40 segundos con compañero TIEMPO 10 min			

 FASE FINAL : ACTIVIDADES Vuelta a la calma con respiración en cruz, los estudiantes desde la formación inhalan por la nariz manteniendo la respiración 5 segundos y exhalando por la boca. se realiza estiramiento, con la espalda erguida. Entrelaza las manos por detrás de la cabeza, cerca de la coronilla, y tira de la cabeza hacia abajo con el cuello estirado, Entrelaza las manos, con las palmas sobre la frente, y tira de la cabeza hacia atrás de modo que la nariz quede dirigida hacia arriba y la barbilla atrás, con las piernas separadas a la anchura de los hombros. Cruzan el brazo izquierdo por delante de tu cuerpo, llevando la mano hacia la cadera contraria. Con la mano derecha agarra el brazo izquierdo a la altura del codo y tira hacia la derecha y hacia abajo. con el brazo izquierdo detrás de la espalda y el codo flexionado unos 90°. Abre las piernas a la anchura de los hombros con los pies hacia delante. Agarran el codo izquierdo con la mano derecha y tira cruzando la espalda y hacia arriba, en dirección al hombro derecho y cambia de lateral. Elevan el brazo hasta que el codo quede a la altura de la oreja izquierda y la mano cerca del omoplato derecho. Agarra el codo izquierdo con la mano derecha y tira hacia el suelo por detrás de la cabeza y cambia de lateral. Flexiona el codo en un ángulo en el que estés cómodo (unos 90°) y extiende la muñeca tanto como te sea posible. Dirige los dedos hacia arriba y con la otra mano empuja los dedos hacia el codo. boca arriba con las piernas extendidas. Flexiona las rodillas y las caderas, llevando las rodillas hacia el pecho. Entrecruza los pies por los tobillos y separa las rodillas al menos a la anchura de los hombros. Agarra los muslos por la cara interna de las rodillas y tira de las piernas hacia abajo y hacia el pecho, sin despegar los glúteos del suelo. Sentados Flexionando la cadera derecha unos 90° y colocando los pies juntos por la planta del pie descansando sobre su cara externa, con la rodilla tan estirada como te sea posible. Baja el tronco hacia los pies tanto como se pueda sin curvar la espalda, manteniendo la rodilla lo más estirada posible Sentados en el suelo, con las rodillas estiradas y las piernas tan abiertas como te sea posible. Pon ambas manos en el suelo, cerca de los muslos. Mantén las rodillas estiradas y tan cerca del suelo como puedas. Desliza las manos hacia el frente, tratando de echar el tronco tan adelante como te sea posible. . conversatorio Autoconcepto y Autoestima cómo proceso de construcción diaria , formación despedida juramento del taekwondo. PREGUNTA ORIENTADORA: ¿Cómo me identifico con respecto a mi papel dentro de la clase? autoconcepto
 TIEMPO 30 min
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CONFEDERACION SUIZA			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-13	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 5	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6465416	ENMANUEL JESUS RENGEL			Asistio
6858267	ISABEL CRISTINA URDANETA			Asistio
1012413428	DANNA SOFIA MENDOZA			No asistio
1012423506	JUAN DAVID MARTIN			Asistio
1024557169	MELANI LUCIANA MENDOZA			No asistio
1024562578	LISETH CAMILA MUÑOZ			No asistio
1025541221	MIGUEL ANGEL MARIN			No asistio
1027533573	MARIA FERNANDA SOTOMAYOR			No asistio
1031170330	ALEJANDRO LOAIZA			No asistio
1033766542	LAURA VALENTINA AMAYA			No asistio
1033781409	DIEGO ALEJANDRO RODRIGUEZ			No asistio
1034305507	DAKSON SMITH BERNAL			Asistio
1035980938	KAREN SAMANTHA MUÑOZ			Asistio
1043695321	EMITH JHOHAN CHARRIS			Asistio
1123411995	SHAIRETH DARIANIS REDONDO			Asistio
1137726488	YAJAIRA ANDREA DE LA ROSA			Asistio
1152939055	EVANGELINE GIL			No asistio
1194970090	DANEIBIS ROSA MENA			Asistio
1206218141	MICHEL ANGELICA ARIAS			Asistio
1012420327	SANTIAGO QUIÑONEZ			No asistio
1077470340	YASNEI SANTOS			Asistio
1029289394	HEMANUEL ALFONSO BOJACA			Asistio
1028789866	FIDEL SANTIAGO RUEDA			Asistio
1085112855	SAMIR JOSE ORTIZ			Asistio
1149442773	YADIRIS CHAMARRA			No asistio
1151197764	YANDI HURTADO			Asistio
1031836159	MIGUEL ANGEL SANABRIA			Asistio
1023400002	DANA VALENTINA BAQUERO			Asistio
1032487278	LINDA LUCIANA VARGAS			Asistio
1023398285	SARA VALENTINA LOPEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (CONFEDERACION SUIZA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-11	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	235
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	32
8. ZONA:	3	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Controlo variedad de movimientos de lateralidad y orientación por medio de desplazamientos			
COGNITIVA : Comprendo las diferentes técnicas y terminología de desplazamiento aplicadas en el pateo			
PSICOSOCIAL : Comunicación asertiva			
LUDICA : Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial dentro del Taekwondo			
TEMA : DESARROLLO LA COMBINACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN DE COMBATE APLICANDO TÉCNICAS DE PIERNA Y BRAZO PROPIAS DE COMPETENCIA.			
SUBTEMAS : Realizo combate olímpico en presencia de adversario a modo de estudio			
IMPLEMENTACION : implementos de protección, platillos.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo en formación de 4 filas, llamado a lista, sello en cuaderno, explicación del tema a trabajar, movilidad articular (de pies a cabeza 1.ROTACION DE PIES EN CIRCULOS inicio por izquierdo con 10 repeticiones, derecho con 10 repeticiones, y cambiando de lado en la rotación. 2. BALANCEO DE PIES se realiza movimiento de pies y talones en el cual estudiante lleva su peso adelante y atrás en el puesto realizando 10 repeticiones 3.BALANCEO DE RODILLA EN EL AIRE ALTURA CADERA el estudiantes manteniendo el equilibrio balance al parte inferior de la pierna adelante y atrás 10 veces con cada una de las piernas 4.ROTACIONDE CADERA. el estudiante gira la cadera en circulos al lado derecho e izquierdo 10 veces correspondientemente. 5.GIRO DE TRONCO deber girar a un lado y al otro manteniendo la postura de las piernas intactas realizando 20 repeticiones 6. ROTACION DE HOMBROS 7. ROTACION DE CABEZA. JUEGO: LA LLEVA . PREGUNTA ORIENTADORA ¿ cual es mi rol dentro del grupo de taekwondo?			
TIEMPO 30 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Los estudiantes se ubican en la formación para desarrollar las actividades planteadas por parejas en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces 3. los estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante sin cambio de guardia y complementan con la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 vecesos estudiantes se ubican en posición de combate frente a un compañero y ejecutaran el desplazamiento atras y adelante con cambio de guardia y complementan con la patada ap chagui (patada frente de empuje con la planta) turnandosen alternando una pierna cada uno esta actividad se repetira 15 veces ejecutando tecnicas en la protección del compañero			
TIEMPO 40 min			
RETO : ACTIVIDADES Los estudiantes se ubicaran en un circulo en el cual saldran uno por uno y ejecutar la patada a la altura del pecho de cada uno de sus compañeros golpeando al compañero, saldra un estudiante solo hasta que el compañero anterior este en su lugar de salida			
TIEMPO 10 min			

FASE FINAL : ACTIVIDADES Vuelta a la calma con respiración en cruz, los estudiantes desde la formación inhalan por la nariz manteniendo la respiración 5 segundos y exhalando por la boca. se realiza estiramiento, con la espalda erguida. Entrelaza las manos por detrás de la cabeza, cerca de la coronilla, y tira de la cabeza hacia abajo con el cuello estirado, Entrelaza las manos, con las palmas sobre la frente, y tira de la cabeza hacia atrás de modo que la nariz quede dirigida hacia arriba y la barbilla atrás, con las piernas separadas a la anchura de los hombros. Cruzan el brazo izquierdo por delante de tu cuerpo, llevando la mano hacia la cadera contraria. Con la mano derecha agarra el brazo izquierdo a la altura del codo y tira hacia la derecha y hacia abajo. con el brazo izquierdo detrás de la espalda y el codo flexionado unos 90°. Abre las piernas a la anchura de los hombros con los pies hacia delante. Agarran el codo izquierdo con la mano derecha y tira cruzando la espalda y hacia arriba, en dirección al hombro derecho y cambia de lateral. Elevan el brazo hasta que el codo quede a la altura de la oreja izquierda y la mano cerca del omoplato derecho. Agarra el codo izquierdo con la mano derecha y tira hacia el suelo por detrás de la cabeza y cambia de lateral. Flexiona el codo en un ángulo en el que estés cómodo (unos 90°) y extiende la muñeca tanto como te sea posible. Dirige los dedos hacia arriba y con la otra mano empuja los dedos hacia el codo. boca arriba con las piernas extendidas. Flexiona las rodillas y las caderas, llevando las rodillas hacia el pecho. Entrecruza los pies por los tobillos y separa las rodillas al menos a la anchura de los hombros. Agarra los muslos por la cara interna de las rodillas y tira de las piernas hacia abajo y hacia el pecho, sin despegar los glúteos del suelo. Sentados Flexionando la cadera derecha unos 90° y colocando los pies juntos por la planta del pie descansando sobre su cara externa, con la rodilla tan estirada como te sea posible. Baja el tronco hacia los pies tanto como se pueda sin curvar la espalda, manteniendo la rodilla lo más estirada posible Sentados en el suelo, con las rodillas estiradas y las piernas tan abiertas como te sea posible. Pon ambas manos en el suelo, cerca de los muslos. Mantén las rodillas estiradas y tan cerca del suelo como puedas. Desliza las manos hacia el frente, tratando de echar el tronco tan adelante como te sea posible. . conversatorio Autoconcepto y Autoestima cómo proceso de construcción diaria , formación despedida juramento del taekwondo. PREGUNTA ORIENTADORA: ¿Cómo me identifico con respecto a mi papel dentro de la clase? autoconcepto
TIEMPO 30 min
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CONFEDERACION SUIZA			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-11	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 235	9. N° de Semana: 32	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6465416	ENMANUEL JESUS RENGEL			Asistio
6858267	ISABEL CRISTINA URDANETA			Asistio
1012413428	DANNA SOFIA MENDOZA			No asistio
1012423506	JUAN DAVID MARTIN			No asistio
1024557169	MELANI LUCIANA MENDOZA			No asistio
1024562578	LISETH CAMILA MUÑOZ			Asistio
1025541221	MIGUEL ANGEL MARIN			Asistio
1027533573	MARIA FERNANDA SOTOMAYOR			No asistio
1031170330	ALEJANDRO LOAIZA			Asistio
1033766542	LAURA VALENTINA AMAYA			Asistio
1033781409	DIEGO ALEJANDRO RODRIGUEZ			No asistio
1034305507	DAKSON SMITH BERNAL			No asistio
1035980938	KAREN SAMANTHA MUÑOZ			No asistio
1043695321	EMITH JHOHAN CHARRIS			No asistio
1123411995	SHAIRETH DARIANIS REDONDO			No asistio
1137726488	YAJAIRA ANDREA DE LA ROSA			No asistio
1152939055	EVANGELINE GIL			No asistio
1194970090	DANEIBIS ROSA MENA			No asistio
1206218141	MICHEL ANGELICA ARIAS			Asistio
1012420327	SANTIAGO QUIÑONEZ			Asistio
1077470340	YASNEI SANTOS			No asistio
1029289394	HEMANUEL ALFONSO BOJACA			No asistio
1028789866	FIDEL SANTIAGO RUEDA			Asistio
1085112855	SAMIR JOSE ORTIZ			Asistio
1149442773	YADIRIS CHAMARRA			No asistio
1151197764	YANDI HURTADO			Asistio
1031836159	MIGUEL ANGEL SANABRIA			Asistio
1023400002	DANA VALENTINA BAQUERO			Asistio
1032487278	LINDA LUCIANA VARGAS			Asistio
1023398285	SARA VALENTINA LOPEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (CONFEDERACION SUIZA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-06	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	232
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	42
8. ZONA:	3	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo			
COGNITIVA : Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo			
PSICOSOCIAL : comunicacion asertiva			
LUDICA : Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo			
TEMA : DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO DESDE SECUENCIAS			
SUBTEMAS : Exploro la técnica de pateo Furyo Chagui (patada gancho), partiendo de secuencias con diferentes distancias o alturas			
IMPLEMENTACION : salon taekwondo , paletas de pateo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES hombros hacia adelante y hacia atrás, 10 veces en cada dirección. • Subo y bajo los hombros lentamente, manteniendo la espalda recta. Repito 10 veces. 3. Brazos: • Extiendo los brazos hacia los lados y hago círculos pequeños con las muñecas en ambos sentidos. 10 repeticiones por cada sentido. • Flexiono y extiendo los codos, 10 veces. 4. Caderas: • Coloco las manos en las caderas y realizo círculos con las caderas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 veces en cada dirección. 5. Rodillas: • Junto los pies y flexiono ligeramente las rodillas, haciendo pequeños círculos con ellas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 repeticiones por lado. 6. Tobillos: • Apoyo un pie en el suelo y hago círculos con el tobillo del otro pie, 10 repeticiones por sentido, luego cambio de pie. Calentamiento: 1. Marcha en el sitio: • Empiezo marchando en el sitio, levantando bien las rodillas y moviendo los brazos. Mantengo un ritmo suave durante 1 minuto. 2. Saltos de tijera: • Hago saltos de tijera, abriendo y cerrando piernas y brazos al mismo tiempo. Realizo 30 segundos de saltos. 3. Sentadillas: • Realizo 10 sentadillas, bajando lentamente con la espalda recta y subiendo de manera controlada. 4. Skipping: • Hago skipping (correr en el sitio levantando las rodillas) durante 30 segundos, aumentando la velocidad poco a poco. 5. Desplantes: • Hago 10 desplantes alternando las piernas, manteniendo el equilibrio y la postura correcta. JUEGO CALENTAMIENTO Divido a los estudiantes en grupos de 4-5 personas. • Coloco 5 estaciones en línea recta, cada una a unos 10 metros de distancia. • En cada estación habrá una pregunta sobre inclusión. 2. Instrucciones: • El objetivo es que cada grupo complete el recorrido hasta la última estación respondiendo correctamente las preguntas de inclusión. • Un estudiante de cada equipo corre hasta la primera estación, toma la tarjeta y regresa al grupo. • El equipo discute la respuesta a la pregunta. • Una vez que tienen la respuesta correcta, otro estudiante corre a la siguiente estación, donde se encuentra una nueva tarjeta con otra pregunta. • El proceso se repite hasta que el equipo haya completado todas las estaciones. • Al llegar a la última estación, el grupo corre de vuelta a la línea de salida. 3. Preguntas de Inclusión: • ¿Qué es la inclusión y por qué es importante en el deporte? • Nombra dos maneras de apoyar a un compañero que tiene dificultades en una actividad física. • ¿Cómo puedes asegurarte de que todos se sientan parte del equipo, independientemente de sus habilidades? • ¿Qué podemos hacer si vemos que alguien se siente excluido en un juego o actividad? • ¿Qué significa “juego limpio” y cómo lo aplicamos para que todos puedan participar?			
TIEMPO 30 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES La Preparación: Levanten la rodilla frontal, como si fueran a hacer un Ap Chagi o un Dollyo Chagi. El Giro (Simulado): Giren el cuerpo 180 ? sobre el pie de apoyo. La pierna que pateo ahora apunta hacia la pared de atrás. El Gancho: Extiendan la pierna y, en lugar de golpear de lado, enganchen la pierna lateralmente. El objetivo es que el talón o la planta del pie golpee el objetivo. La patada se ejecuta como un látigo horizontal que viene desde atrás. La Retracción: Retraigan rápidamente a la guardia. Momtong (Medio): Ejecuten el gancho apuntando al abdomen. El tronco debe permanecer relativamente recto. Olgul (Alto): Ejecuten el gancho apuntando a la cabeza. Aquí, se permite una ligera inclinación del tronco hacia adelante para ganar altura, pero la pierna de apoyo debe permanecer firme y girada. El Cebo (Gancho Frontal): Estoy en mi guardia. Lanzo un Ap Chagi (Patada Frontal) rápido con mi pierna delantera al peto del oponente. No tiene que ser fuerte, solo para que se cubra. La Retracción Rápida: Retraigo la pierna delantera rápidamente, pero no la bajo al suelo. El Gancho Sorpresa: Uso la inercia del cuerpo que se ha movido ligeramente hacia atrás, giro y ejecuto la Furryeo Chagi con esa misma pierna, apuntando a la cabeza.			
TIEMPO 40 min			

RETO :
ACTIVIDADES

Pónganse en guardia a un pie de distancia de una pared (o compañero que sostenga un pad o escudo de forma estable). El pie trasero debe estar mirando a la pared. La Ejecución: Ejecuten la Furryeo Chagi (Patada de Gancho) con su pierna trasera al objetivo (pared/pad). La Regla de Oro: Inmediatamente después del impacto, deben retraer la pierna y volver a la posición de guardia sin: Tocar la pared con la mano para apoyarse. Dar un paso extra después de bajar la pierna. El Castigo (Autocorrección): Si tienen que poner la mano en la pared o dan un paso para recuperar el equilibrio después de la patada, significa que perdieron el control del centro de gravedad durante el giro. Deben hacer 10 saltos explosivos (Jumps) inmediatamente.

ACTIVIDADES

Pónganse en guardia a un pie de distancia de una pared (o compañero que sostenga un pad o escudo de forma estable). El pie trasero debe estar mirando a la pared. La Ejecución: Ejecuten la Furryeo Chagi (Patada de Gancho) con su pierna trasera al objetivo (pared/pad). La Regla de Oro: Inmediatamente después del impacto, deben retraer la pierna y volver a la posición de guardia sin: Tocar la pared con la mano para apoyarse. Dar un paso extra después de bajar la pierna. El Castigo (Autocorrección): Si tienen que poner la mano en la pared o dan un paso para recuperar el equilibrio después de la patada, significa que perdieron el control del centro de gravedad durante el giro. Deben hacer 10 saltos explosivos (Jumps) inmediatamente.

Pónganse en guardia a un pie de distancia de una pared (o compañero que sostenga un pad o escudo de forma estable). El pie trasero debe estar mirando a la pared. La Ejecución: Ejecuten la Furryeo Chagi (Patada de Gancho) con su pierna trasera al objetivo (pared/pad). La Regla de Oro: Inmediatamente después del impacto, deben retraer la pierna y volver a la posición de guardia sin: Tocar la pared con la mano para apoyarse. Dar un paso extra después de bajar la pierna. El Castigo (Autocorrección): Si tienen que poner la mano en la pared o dan un paso para recuperar el equilibrio después de la patada, significa que perdieron el control del centro de gravedad durante el giro. Deben hacer 10 saltos explosivos (Jumps) inmediatamente.

FASE FINAL :
ACTIVIDADES

FASE FINAL :
ACTIVIDADES

1. Respiración y Relajación Inicial Comienzo de pie, con los pies ligeramente separados y las rodillas relajadas. Realizo respiraciones profundas: inhalo por la nariz durante 4 segundos, mantengo el aire por 2 segundos, y exhalo lentamente por la boca durante 6 segundos. repito 5-6 veces para bajar la frecuencia cardíaca y entrar en un estado de calma. 2. Estiramiento de Cuádriceps Postura: Me coloco de pie, apoyándome en una pared o en un compañero si es necesario para mantener el equilibrio. Ejercicio: Doblo una pierna hacia atrás, sujetando el tobillo con la mano correspondiente. Mantengo las rodillas juntas, evitando que la rodilla se abra hacia los lados. Duración: Mantengo el estiramiento durante 30 segundos en cada pierna. Repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en la parte frontal del muslo y los flexores de la cadera. 3. Estiramiento de Isquiotibiales Postura: Me siento en el suelo con las piernas extendidas frente a mí. Ejercicio: Me inclino hacia adelante desde las caderas, intentando alcanzar los dedos de los pies o lo más lejos posible sin forzar. Mantengo la espalda recta y los pies flexionados. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos. Relajo, descanso 10 segundos y repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en la parte posterior de los muslos (isquiotibiales) y la parte baja de la espalda. 4. Estiramiento de Aductores Postura: Me siento con las plantas de los pies juntas, dejando caer las rodillas hacia los lados en posición de mariposa. Ejercicio: Uso los codos para presionar suavemente hacia abajo las rodillas, buscando abrir las caderas lo más posible. Duración: Mantengo la posición durante 30- 40 segundos. Relajo y repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en los aductores (parte interna de los muslos) y las caderas. 5. Estiramiento de Gemelos Postura: De pie, coloco las manos contra una pared y adelanto un pie, dejando la pierna trasera estirada. Ejercicio: Empujo la cadera hacia adelante manteniendo el talón trasero en el suelo, sintiendo el estiramiento en el gemelo de la pierna estirada. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos por cada pierna. Repito 2 veces. Enfoque: Siento el estiramiento en los músculos gemelos y el tendón de Aquiles. 6. Estiramiento de Glúteos y Cadera (Postura: Me siento en el suelo con una pierna estirada y la otra cruzada sobre la rodilla, colocando el pie en el suelo. Ejercicio: Giro el torso hacia la pierna cruzada, usando el brazo opuesto para apoyar el giro, y siento el estiramiento en los glúteos y la parte baja de la espalda. Duración: Mantengo la posición durante 30 segundos en cada lado. Repito 2 veces. Enfoque: Estiro los glúteos y la cadera, lo cual es crucial para la flexibilidad en patadas. 7. Relajación Final Me coloco tumbado boca arriba, con los brazos y las piernas extendidos, cerrando los ojos. Hago respiraciones profundas y sueltas, dejando que todo el cuerpo se relaje por completo. Visualizo los movimientos realizados durante la clase, sintiendo cómo los músculos se relajan y el cuerpo se recupera.

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CONFEDERACION SUIZA			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-06	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 232	9. N° de Semana: 42	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6465416	ENMANUEL JESUS RENGEL			Asistio
6858267	ISABEL CRISTINA URDANETA			No asistio
1012413428	DANNA SOFIA MENDOZA			Asistio
1012423506	JUAN DAVID MARTIN			Asistio
1024557169	MELANI LUCIANA MENDOZA			No asistio
1024562578	LISETH CAMILA MUÑOZ			Asistio
1025541221	MIGUEL ANGEL MARIN			No asistio
1027533573	MARIA FERNANDA SOTOMAYOR			Asistio
1031170330	ALEJANDRO LOAIZA			Asistio
1033766542	LAURA VALENTINA AMAYA			Asistio
1033781409	DIEGO ALEJANDRO RODRIGUEZ			Asistio
1034305507	DAKSON SMITH BERNAL			No asistio
1035980938	KAREN SAMANTHA MUÑOZ			Asistio
1043695321	EMITH JHOHAN CHARRIS			Asistio
1123411995	SHAIRETH DARIANIS REDONDO			No asistio
1137726488	YAJAIRA ANDREA DE LA ROSA			Asistio
1152939055	EVANGELINE GIL			No asistio
1194970090	DANEIBIS ROSA MENA			Asistio
1206218141	MICHEL ANGELICA ARIAS			No asistio
1012420327	SANTIAGO QUIÑONEZ			Asistio
1077470340	YASNEI SANTOS			No asistio
1029289394	HEMANUEL ALFONSO BOJACA			Asistio
1028789866	FIDEL SANTIAGO RUEDA			No asistio
1085112855	SAMIR JOSE ORTIZ			No asistio
1149442773	YADIRIS CHAMARRA			No asistio
1151197764	YANDI HURTADO			No asistio
1031836159	MIGUEL ANGEL SANABRIA			No asistio
1023400002	DANA VALENTINA BAQUERO			No asistio
1032487278	LINDA LUCIANA VARGAS			No asistio
1023398285	SARA VALENTINA LOPEZ			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE (IED) (CONFEDERACION SUIZA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ
3. FECHA:	2025-11-04	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	35
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	35
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO
MOTRÍZ : Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo
COGNITIVA : Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo
PSICOSOCIAL : comunicacion asertiva.
LUDICA : Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo
TEMA : ASIMILO LOS DIFERENTES EJERCICIOS BASICOS DE GIMNASIA
SUBTEMAS : DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO DESDE SECUENCIAS
IMPLEMENTACION : salon taekwondo, colchonetas
FASES
FASE INICIAL : ACTIVIDADES hombros hacia adelante y hacia atrás, 10 veces en cada dirección. • Subo y bajo los hombros lentamente, manteniendo la espalda recta. Repito 10 veces. 3. Brazos: • Extiendo los brazos hacia los lados y hago círculos pequeños con las muñecas en ambos sentidos. 10 repeticiones por cada sentido. • Flexiono y extiendo los codos, 10 veces. 4. Caderas: • Coloco las manos en las caderas y realizo círculos con las caderas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 veces en cada dirección. 5. Rodillas: • Junto los pies y flexiono ligeramente las rodillas, haciendo pequeños círculos con ellas, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. 10 repeticiones por lado. 6. Tobillos: • Apoyo un pie en el suelo y hago círculos con el tobillo del otro pie, 10 repeticiones por sentido, luego cambio de pie. Calentamiento: 1. Marcha en el sitio: • Empiezo marchando en el sitio, levantando bien las rodillas y moviendo los brazos. Mantengo un ritmo suave durante 1 minuto. 2. Saltos de tijera: • Hago saltos de tijera, abriendo y cerrando piernas y brazos al mismo tiempo. Realizo 30 segundos de saltos. 3. Sentadillas: • Realizo 10 sentadillas, bajando lentamente con la espalda recta y subiendo de manera controlada. 4. Skipping: • Hago skipping (correr en el sitio levantando las rodillas) durante 30 segundos, aumentando la velocidad poco a poco. 5. Desplantes: • Hago 10 desplantes alternando las piernas, manteniendo el equilibrio y la postura correcta. JUEGO CALENTAMIENTO Divido a los estudiantes en grupos de 4-5 personas. • Coloco 5 estaciones en línea recta, cada una a unos 10 metros de distancia. • En cada estación habrá una pregunta sobre inclusión. 2. Instrucciones: • El objetivo es que cada grupo complete el recorrido hasta la última estación respondiendo correctamente las preguntas de inclusión. • Un estudiante de cada equipo corre hasta la primera estación, toma la tarjeta y regresa al grupo. • El equipo discute la respuesta a la pregunta. • Una vez que tienen la respuesta correcta, otro estudiante corre a la siguiente estación, donde se encuentra una nueva tarjeta con otra pregunta. • El proceso se repite hasta que el equipo haya completado todas las estaciones. • Al llegar a la última estación, el grupo corre de vuelta a la línea de salida. 3. Preguntas de Inclusión: • ¿Qué es la inclusión y por qué es importante en el deporte? • Nombra dos maneras de apoyar a un compañero que tiene dificultades en una actividad física. • ¿Cómo puedes asegurarte de que todos se sientan parte del equipo, independientemente de sus habilidades? • ¿Qué podemos hacer si vemos que alguien se siente excluido en un juego o actividad? • ¿Qué significa “juego limpio” y cómo lo aplicamos para que todos puedan participar?
TIEMPO 30 min
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Posición inicial: Siéntate con una pierna extendida y la otra doblada (como si te fueras a acostar de lado). Mano de golpeo: El brazo del lado al que vas a caer debe estar estirado, con la mano abierta (dedos juntos) y golpeará el suelo. IMPORTANTE: La palma mira hacia abajo y el golpe se da con todo el antebrazo. Movimiento: Deja caer tu cuerpo hacia ese lado. En el momento del impacto, golpea el suelo con el brazo estirado desde el hombro hasta la muñeca. Haz un sonido "¡Hap!" (un grito corto y seco) para soltar el aire. Protección: La pierna del lado de la caída debe quedar estirada y la otra, doblada, con la planta del pie cerca de la rodilla de la pierna estirada. La cabeza no debe tocar el suelo; tu barbilla siempre pegada al pecho (mirando hacia el ombligo). Progresión: Repite varias veces, alternando lados. Una vez que te sientas cómodo sentado, hazlo de pie: da un paso lateral y déjate caer inmediatamente en la posición de caída lateral, golpeando el suelo. l rodaje se usa cuando el impulso te lleva hacia adelante, como en una patada fallida o un derribo. Posición de inicio: Empieza en cuclillas o de rodillas. Protección de la cabeza: Mete tu barbilla al pecho. ¡Esto es crucial! Nunca golpees la cabeza o el cuello. Rodaje: Extiende tu mano dominante hacia adelante. El contacto inicial debe ser la parte superior del hombro, cruzando en diagonal por la espalda hasta la cadera opuesta (hombro derecho a cadera izquierda, por ejemplo). No ruedes sobre la columna vertebral. Movimiento: Empuja con tus pies, rueda por el hombro, la espalda redondeada y termina de pie (si es posible) o de rodillas en el otro lado. Progresión: Practica primero desde cuclillas, luego de rodillas, y finalmente desde una postura de combate (de pie). Asegúrate de que el contacto con el suelo sea siempre una línea curva.
TIEMPO 40 min

RETO : ACTIVIDADES Tu reto de hoy es realizar la secuencia del Guerrero Rodante (¡lo acabo de inventar!): Empieza de pie, en guardia. Realiza una Caída Lateral a tu lado dominante. Levántate rápidamente. Da un paso adelante con impulso. Ejecuta un Rodaje Hacia Adelante sobre el hombro que no usaste en la caída lateral. Al terminar el rodaje, ¡levántate inmediatamente a tu guardia de combate!
TIEMPO 10 min
FASE FINAL : ACTIVIDADES r la secuencia del Guerrero Rodante (¡lo acabo de inventar!): Empieza de pie, en guardia. Realiza una Caída Lateral a tu lado dominante. Levántate rápidamente. Da un paso adelante con impulso. Ejecuta un Rodaje Hacia Adelante sobre el hombro que no usaste en la caída lateral. Al terminar el rodaje, ¡levántate inmediatamente a tu guardia de combate!
TIEMPO 30 min
Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CONFEDERACION SUIZA			Nombre Instructor: SHERLEY STEFANNIA MONTA?A MU?OZ	
2. Fecha:	2025-11-04	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 35	9. N° de Semana: 35	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
6465416	ENMANUEL JESUS RENGEL			Asistio
6858267	ISABEL CRISTINA URDANETA			Asistio
1012413428	DANNA SOFIA MENDOZA			Asistio
1012423506	JUAN DAVID MARTIN			Asistio
1024557169	MELANI LUCIANA MENDOZA			Asistio
1024562578	LISETH CAMILA MUÑOZ			Asistio
1025541221	MIGUEL ANGEL MARIN			Asistio
1027533573	MARIA FERNANDA SOTOMAYOR			Asistio
1031170330	ALEJANDRO LOAIZA			Asistio
1033766542	LAURA VALENTINA AMAYA			Asistio
1033781409	DIEGO ALEJANDRO RODRIGUEZ			Asistio
1034305507	DAKSON SMITH BERNAL			Asistio
1035980938	KAREN SAMANTHA MUÑOZ			Asistio
1043695321	EMITH JHOHAN CHARRIS			Asistio
1123411995	SHAIRETH DARIANIS REDONDO			Asistio
1137726488	YAJAIRA ANDREA DE LA ROSA			Asistio
1152939055	EVANGELINE GIL			Asistio
1194970090	DANEIBIS ROSA MENA			Asistio
1206218141	MICHEL ANGELICA ARIAS			Asistio
1012420327	SANTIAGO QUIÑONEZ			Asistio
1077470340	YASNEI SANTOS			Asistio
1029289394	HEMANUEL ALFONSO BOJACA			Asistio
1028789866	FIDEL SANTIAGO RUEDA			Asistio
1085112855	SAMIR JOSE ORTIZ			Asistio
1149442773	YADIRIS CHAMARRA			Asistio
1151197764	YANDI HURTADO			Asistio
1031836159	MIGUEL ANGEL SANABRIA			Asistio
1023400002	DANA VALENTINA BAQUERO			Asistio
1032487278	LINDA LUCIANA VARGAS			Asistio
1023398285	SARA VALENTINA LOPEZ			Asistio

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA								
CENTRO DE INTERÉS TAEKWONDO								
MALLA CURRICULAR CICLO 3								
EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL						Ofrecer a nuestros estudiantes, nuevas actividades deportivas que sean seguras y atractivas, siguiendo las tendencias actuales de nuestra sociedad.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Identifico mi cuerpo y el movimiento como medio de exploración, descubrimiento y disfrute de sus posibilidades motoras.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Interpreto situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Conozco la información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje, o a la experiencia.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	El niño o la niña es acompañado por su familia, se muestra interesado en la actividad deportiva y participa activamente de las actividades que propone el formador	El niño y la niña muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes	Explora los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés	El NNA en la clase desde su centro de interés, identifica los conceptos relacionados con valores, derechos, ciudadanía y género, entre otros, presentando interés en reconocer su aplicabilidad en la vida cotidiana.	IDENTIFICAR LAS POSICIONES BÁSICAS DEL TAEKWONDO	EXPLORO GENERALIDADES FUNDAMENTALES PROPIAS DEL DEPORTE	Asocio el SALUDO MARCIAL- Chumbi. Parte inicial del saludo marcial Exploro Principios del Taekwondo Exploro KIORUGUI SOGUI: POSICIÓN DE COMBATE Ejecuto AP CHAGUI – Patada al frente
	2					EXPLORAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS	ASOCIO PATEO BASICO DEL TAEKWONDO	Ejecuto KIORUGUI SOGUI: POSICION DE COMBATE - Cambios de guardia Identifico AP CHAGUI – Patada al frente Ejecuto BANDAL CHAGUI – Patada semicircular baja Identifico NERYO CHAGUI: Patada descendente con proyección
2	3					ASIMILAR LOS PATRONES DE DESPLAZAMIENTO	ASOCIO ACCIONES CON DESPLAZAMIENTO SIN ADVERSARIO CON PATEO	Exploro KIORUGUI SOGUI: POSICION DE COMBATE - Desplazamiento adelante, atrás Ejecuto BANDAL CHAGUI – Patada semicircular baja Identifico Combinación patada Bandal chagui y Ap chagui, en avance Ejecuto Desplazamiento hacia atrás con patada Bandal chagui
	4					ASIMILAR LAS POSICIONES BÁSICAS	ASIMILO POSTURAS BASICAS DEL TAEKWONDO (SOGUI SUL)	Identifico AP SOGUI: Posición corta Identifico AP KUBI SOGUI: Posición larga Identifico DUIT KUBI SOGUI: Posición L Identifico CHUCHUM SOGUI: Posición jinete
3	5					EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE BRAZO	EJECUTO DEFENSAS BASICAS DEL TAEKWONDO	Ejecuto ARE MAKI - Defensa abajo Ejecuto MONTONG MAKI - Defensa al medio Ejecuto OLGUL MAKI - Defensa arriba
	6					ASIMILAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS BRAZO	ASIMILO ATAQUES BASICOS DEL TAEKWONDO	Ejecuto Combinación defensas básicas Ejecuto CHUMOK JIRUGUI - Puño al frente Ejecuto SONNAL MOK CHIGUI: Ataque al cuello con el canto de la mano Identifico BATANG SON TOK CHIGUI: Ataque al mentón con la base de la palma.
4	7					IDENTIFICAR LOS PATRONES DE DESPLAZAMIENTO	EJECUTO FUNDAMENTACION BASE POOMSAE: COMBINACION DESPLAZAMIENTOS EN POSICIONES BASICAS CON DEFENSAS Y ATAQUES.	Identifico combinación ataques básicos Refuerzo combinación ataques básicos Ejecuto Respiración en cruz Ejecuto Cruz básica
	8					REFORZAR LAS POSICIONES BÁSICAS	ASOCIO TÉCNICAS QUE SE EJECUTAN CON EL TREN INFERIOR PROPIAS DE LA DISCIPLINA	Identifico Kibon cuadrado Identifico Naranji sogui Identifico Mea sogui Identifico Uien sogui Identifico Orun sogui
5	9	El niño o la niña es acompañado por su familia, se muestra interesado en la actividad deportiva y participa activamente de las actividades que propone el formador	El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes	Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés	El NNA en la clase desde su centro de interés, tiene dificultad en la identificación de los conceptos relacionados con valores, derechos, ciudadanía y género, entre otros, presentando dificultad en reconocer su aplicabilidad en la vida cotidiana.	EJECUTAR TÉCNICAS DE DEFENSA CON BRAZOS	ASIMILO TÉCNICAS QUE SE REALIZAN CON LOS BRAZOS PROPIAS DEL TAEKWONDO EN LA DEFENSA (MAKI)	Refuerzo Are maki Refuerzo Montmok maki Refuerzo Montmok Ap maki Refuerzo Montmok Bakkan maki
	10					EJECUTAR TÉCNICAS DE PATEO BASICO	ASOCIO TÉCNICAS DE PATEO BASICOS DEL TAEKWONDO	Identifico Ap chagui técnica y fundamentación. Refuerzo BANDAL CHAGUI – Patada semicircular baja
6	11					COMBINAR TÉCNICAS DE ATAQUE Y DESPLAZAMIENTOS	EJECUTO TÉCNICAS QUE SE EJECUTAN CON EL TREN INFERIOR PROPIAS DE LA DISCIPLINA	Refuerzo Chuchum sogui corrección de postura. Refuerzo AP SOGUI – corrección de postura Refuerzo Ap cubi sogui – corrección de postura
	12					IDENTIFICAR LAS DIFERENTES TÉCNICAS DE DEFENSA DE BRAZO	EJECUTO TÉCNICAS QUE SE REALIZAN CON LOS BRAZOS PROPIAS DEL TAEKWONDO EN LA DEFENSA (MAKI)- POMMSAE	Identifico Montmok kuduroe maki: es como realizar una guardia de combate, el brazo frontal defiende la parte media del cuerpo con baka maki, el de atrás va a la altura del pecho las manos siempre empuñadas. Identifico la técnica Sobal maki: es parecido a montmok kuduroe maki, la diferencia en esta posición es que las manos están abiertas dedos unidos o juntos, el brazo de adelante no puede sobre pasar el hombro, la mano de atrás va a la altura del flexo solar. Identifico la técnica Olgul maki: es una defensa alta, se defiende con el borde cubital del antebrazo este se ubica por encima de la cabeza dejando una distancia de un puño entre cabeza y brazo.
7	13	El niño o la niña es acompañado por su familia, se muestra interesado en la actividad deportiva y participa activamente de las actividades que propone el formador	El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes	Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés	El NNA en la clase desde su centro de interés, tiene dificultad en la identificación de los conceptos relacionados con valores, derechos, ciudadanía y género, entre otros, presentando dificultad en reconocer su aplicabilidad en la vida cotidiana.	ASIMILAR LAS DIFERENTES TÉCNICAS DE PATEO BASICO	ASIMILOTÉCNICAS DE PATEO BASICOS DEL TAEKWONDO	Identifico Yop chagui: se ejecuta con la pierna de atrás golpeando el objetivo con el borde externo del pie, esta técnica se puede hacer en tres posiciones (baja, media y alta, al patear hay que girar el cuerpo más el pie de apoyo para evitar lesión en la rodilla, siempre hay que estar mirando el objetivo. Identifico la técnica de pierna Dollo chagui: similar a la técnica yop chagui, la diferencia es que se golpea con el empeine del pie al objetivo, se puede realizar en tres o más direcciones bajas, medias y altas.
	14					EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS ENTRE POSICIONES Y ATAQUES	EJECUTO POSICIONES VERTICALES Y ORIZANTALES, SE UTILIZA TERMINOLOGIA HAMGUL IDIOMA DE COREA.	Identifico Cruz Básica: con esta forma se desarrolla y fortalece las lateralidades con los estudiantes, de manera en general.
8	15					REALIZAR LAS POSICIONES BÁSICAS Y ATAQUES DEL GIBON CUADRADO	EJECUTO POSICIONES VERTICALES Y ORIZANTALES	Refuerzo Gibón cuadrado: Se pone en escena las técnicas de brazo aprendidas en las sesiones de clase. Refuerzo técnicas de brazo are maki, montong maki, olgul maki Refuerzo técnica de puño
	16					IDENTIFICAR LOS DIFERENTES PATRONES DE DESPLAZAMIENTO	EJECUTO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN TÉCNICA DE LA PATADA CIRCULAR MEDIA-ALTA, DOLLYO CHAGUI	Desarrollo los pasos a seguir para la ejecución técnica Desarrollo la ejecución técnica sin implementos de pateo Desarrollo la ejecución técnica sin implementos de pateo en circuito
9	17	El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación	El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia pero se le dificulta ponerlos en práctica	Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral	El NNA reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.	REALIZAR LOS PATRONES DE DESPLAZAMIENTO DENTRO DE UN PUMSAE	EJECUTO BÁSICOS PROPIOS DE LA DISCIPLINA GIBON 1	Identifico Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución de la poomsae Coordino los movimientos, memorizando los patrones de desplazamiento Analizo la organización adecuada del espacio con respecto a sí mismo manejando la lateralidad
	18					EJECUTAR POSTURAS BÁSICAS, A DIFERENTES RITMOS, CON O SIN IMPLEMENTOS Y CON O SIN	ASOCIO DOLLYO CHAGUI – PATADA CIRCULAR	Exploro los pasos a seguir para la ejecución técnica desde posturas básicas Desarrollo la ejecución técnica con implementos de pateo desde posturas básicas Desarrollo la ejecución técnica con implementos de pateo y con obstáculos en circuito desde posturas básicas
10	19					EJECUTAR ACCIONES DESDE POSTURAS BÁSICAS, A DIFERENTES RITMOS, CON O SIN IMPLEMENTOS Y	EJECUTO NERYO CHAGUI – PATADA DESCENDENTE	Desarrollo movilidad fina y gruesa en segmentos corporales propios para el desarrollo de los gestos técnico- tácticos del taekwondo Exploro los pasos a seguir para la ejecución de la poomsae Coordino sus movimientos, memorizando los patrones de desplazamiento Analizo la organización adecuada del espacio con respecto a sí mismo manejando la lateralidad
	20					DESARROLLAR ACCIONES CON DESPLAZAMIENTO SIN ADVERSARIO	DESARROLLO LA ARMONÍA EN DESPLAZAMIENTOS COMBINANDO POSTURAS VERTICALES Y TÉCNICAS DE BRAZO GIBON 2	Desarrollo los pasos a seguir para la ejecución de la poomsae Coordino sus movimientos, memorizando los patrones de desplazamiento Analizo la organización adecuada del espacio con respecto a sí mismo manejando la lateralidad Reconozco su corporalidad en la realización de técnicas y combinaciones de las mismas
APROPIACIÓN								
OBJETIVO GENERAL							Apropio y refuerzo los movimientos básicos del TAEKWONDO	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Controlo variedad de movimientos de lateralidad y orientación por medio de desplazamientos	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial dentro del Taekwondo.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprendo las diferentes técnicas y terminología de desplazamiento aplicadas en el pateo	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS

11	21	El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación	El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia pero se le dificulta ponerlos en práctica	Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral	El NNA reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.	DESARROLLAR ACCIONES CON DESPLAZAMIENTO SIN ADVERSARIO	DESARROLLO LA ARMONÍA EN DESPLAZAMIENTOS COMBINANDO POSTURAS VERTICALES Y TÉCNICAS DE BRAZO GIBON 3	Desarrollo los pasos a seguir para la ejecución de la poomsae
	22					EXPLORAR DESPLAZAMIENTOS LATERALES Y SU APLICACIÓN EN DINÁMICAS DE COMBATE	ASIMILO TEORÍA BÁSICA DEL TAEKWONDO EXPLORO DESPLAZAMIENTOS LATERALES DE COMBATE DERECHA- IZQUIERDA	Coordino mis movimientos, memorizando los patrones de desplazamiento
	23					EXPLORAR DESPLAZAMIENTOS EN DIAGONAL Y SU APLICACIÓN EN DINÁMICAS DE COMBATE	INDAGO SOBRE TEORÍA BÁSICA DEL TAEKWONDO EXPLORO DESPLAZAMIENTO DE COMBATE EN DIAGONAL ADELANTE - ATRAS.	Análizo la organización adecuada del espacio con respecto a sí mismo manteniendo la lateralidad
	24					DESPLAZAMIENTO EN RETROCESO Y SU APLICACIÓN EN DINÁMICAS DE COMBATE	INDAGO SOBRE TEORÍA BÁSICA DEL TAEKWONDO EXPLORO DESPLAZAMIENTO DE COMBATE EN RETROCESO	Desarrollo desplazamiento de pierna anterior desplazándola en diagonal hacia adelante
13	25	El niño o la niña presenta relaciones armónicas con los demás y se muestra motivado con el trabajo en equipo	El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar	Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros	El NNA conceptualiza las orientaciones brindadas por el formador en el centro de interés, referentes a los valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, además, las materializa a través de su relación con sus pares y entorno.	EXPLORAR EL DESPLAZAMIENTO EN SUSTITUCIÓN HACIA ADELANTE PATEANDO EN AP - DOLYOP CHAGUI	INVESTIGO SOBRE VOCABULARIO DE NÚMEROS EN IDIOMA COREANO. EXPLORO EL DESPLAZAMIENTO EN SUSTITUCIÓN HACIA ADELANTE CON PATADA AP - DOLYOP CHAGUI	Reconozco teoría del saludo en Coreano
	26					EXPLORAR EL DESPLAZAMIENTO EN SUSTITUCIÓN EN RETROCESO PATEANDO EN AP - DOLYOP CHAGUI	INVESTIGO SOBRE VOCABULARIO DE NÚMEROS EN IDIOMA COREANO. EXPLORO EL DESPLAZAMIENTO HACIA ATRÁS CON SUSTITUCIÓN EJECUTANDO PATADA AP - DOLYOP CHAGUI	Vivencio desplazamientos laterales derecha-izquierda.
	27					EXPLORAR LA TÉCNICA DE DESPLAZAMIENTO A 45° Y PATEAR CON AP - DOLYOP CHAGUI	INDAGO SOBRE LA NUMEROLOGÍA DEL IDIOMA COREANO EXPLORO EL DESPLAZAMIENTO A 45° REACCIONANDO CON PATEO EN AP - DOLYOP CHAGUI	Ejecuto juegos de evasión poniendo en practica los desplazamientos laterales.
	28					EXPLORAR LA TÉCNICA DE DESPLAZAMIENTO ADELANTE CON PATADA NERYO - YOP CHAGUI	INDAGO SOBRE LA NUMEROLOGÍA DEL IDIOMA COREANO EXPLORO LA TÉCNICA DE DESPLAZAMIENTO EN SUSTITUCIÓN HACIA ADELANTE CON LA PATADA NERYO - YOP CHAGUI	Relaciono códigos de conducta- principios del Taekwondo desde la interacción con el entorno familiar.
15	29	El niño o la niña presenta relaciones armónicas con los demás y se muestra motivado con el trabajo en equipo	El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar	Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros	El NNA conceptualiza las orientaciones brindadas por el formador en el centro de interés, referentes a los valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, además, las materializa a través de su relación con sus pares y entorno.	EJECUTAR DESPLAZAMIENTO DE DEFENSA Y ATAQUE SIN EL ADVERSARIO	REALIZO AJUSTES APROPIADOS DEL TAEKUG 1	Indago e interactúo con los números Cardinales en Coreano 1 al 10
	30					REALIZAR LA TÉCNICA DE PATEO YOP CHAGUI.	DESARROLLO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN TÉCNICA DE LA PATADA LATERAL YOP CHAGUI	Experimento desplazamiento de pierna anterior desplazándola en diagonal hacia adelante
	31					EXPERIMENTAR COMBATE OLÍMPICO	EJECUTO COMBINACIONES DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN DE COMBATE APLICANDO TÉCNICAS DE PIERNA Y BRAZO PROPIAS DE COMPETENCIA	Exploro mediante juegos de evasión desplazamiento en diagonal adelante
	32					EJECUTAR DESPLAZAMIENTO DE DEFENSA Y ATAQUE SIN EL ADVERSARIO	REALIZO AJUSTES APROPIADOS DEL TAEKUG 2	Vivencio códigos de conducta- Principios del Taekwondo desde la interacción con el entorno Educativo.
17	33	El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación	El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia pero se le dificulta ponerlos en práctica	Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral	El NNA reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.	DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO MONDOLIO DOLIO CHAGUI- PATADA CIRCULAR CON GIRO	DESARROLLO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN DE LA TÉCNICA DE LA PATADA CIRCULAR CON GIRO, PATADA MONDOLIO DOLIO CHAGUI	Indago e interactúo con los números Cardinales en Coreano 11 al 20
	34					EJECUTAR ACCIONES CON PRESENCIA DE ADVERSARIO EN UN COMBATE OLÍMPICO	DESARROLLO LA COMBINACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN DE COMBATE APLICANDO TÉCNICAS DE PIERNA Y BRAZO PROPIAS DE COMPETENCIA.	Desarrollo desplazamiento de pierna anterior desplazándola en diagonal hacia adelante
	35					EJECUTAR ROMPIENTO CON TÉCNICA DE PIE Y MANO	DESARROLLA LAS TÉCNICAS DE PIERNA Y BRAZO PARA EL CORRECTO ROMPIENTO DE TABLA	Exploro mediante juegos de evasión los desplazamiento en retroceso
	36					REFORZAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL TAEKUG 1.	Refuerzo los principios básicos del Taekug 1.	Relaciono códigos de conducta- Principios del Taekwondo desde la interacción con el entorno de barrio.
19	37	El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación	El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia pero se le dificulta ponerlos en práctica	Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral	El NNA reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.	APLICAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS ENFOCADOS A LOS DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS	REFUERZO LOS PRINCIPIOS BÁSICOS DEL TAEKUG 1.	Exploro y aprendo los números cardinales en coreano 31 al 40
	38					EJECUTAR CORRECTAMENTE LAS POSTURAS Y TÉCNICAS PROPIAS DEL TAEKWONDO	IDENTIFICO LAS POSTURAS BÁSICAS Y TÉCNICAS DEL TAEKWONDO	Exploro el desplazamiento lateral usando la técnica de pateo Ap Chagui
	39					REFORZAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL COMBATE OLÍMPICO	APLICO LOS DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS EN EL COMBATE OLÍMPICO	Realizo desplazamiento lateral y usando la técnica de pateo Dolyo Chagui
	40					EXPLORAR LAS DIFERENTES TÉCNICAS Y TÁCTICAS BÁSICAS DEL COMBATE OLÍMPICO	COMPRENDO LAS TÉCNICAS QUE PUEDO REALIZAR EN UN COMBATE OLÍMPICO	Indago y práctico los códigos de conducta adaptables al taekwondo
DOMINIO								
OBJETIVO GENERAL						Integrar la actividad Física y Deportiva como formación integral fortaleciendo valores como: la disciplina, la sana competencia, la honestidad, el espíritu de equipo.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSION MOTRIZ	Realizo movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud mental y física del ser humano, por medio de actividades de taekwondo.	
						DIMENSION LUDICA	Tomo el tiempo de recreación de mi centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.	
						DIMENSION COGNITIVA	Aplico ejercicios cognitivos que estimulan y aumentan las capacidades del cerebro como la memoria, la percepción, la representación y la capacidad auditiva.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA

21	41	El niño o la niña presenta relaciones armónicas con los demás y se muestra motivado con el trabajo en equipo	El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar	Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros	El NNA conceptualiza las orientaciones brindadas por el formador en el centro de interés, referentes a los valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, además, las materializa a través de su relación con sus pares y entorno.	DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO DESDE SECUENCIAS	EJECUTO TÉCNICAS DE PATEO EN EL PISO MEDIANTE OBSTÁCULOS	Vivencio la técnica de pateo Ap. Chagui (patada al frente), con aros como obstáculos. Vivencio la técnica de pateo Dollyo Chagui (patada giro), con conos como obstáculos. Exploro la técnica de pateo Furyo Chagui (patada gancho), partiendo de secuencias con diferentes distancias o alturas
	42					INTEGRAR TÉCNICAS DE BRAZO DESDE LAS EXPRESIONES COREOGRÁFICAS	DEMUESTRA DIVERSOS POOMSAE (FIGURAS), ESTABLECIDOS O CREADOS	Expreso técnicas de defensa are maki (defensa baja), olgul maki (defensa alta), montong maki (defensa media), olgul maki (defensa alta), montong maki (defensa media) en figuras ya establecidas (kukkiwon de brazos 1-2-3)
22	43					DOMINAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS PRESENTES DESDE EL COMBATE A UNO O DOS PASOS	APLICO LOS PRINCIPIOS TÉCNICOS DESDE EL COMBATE A UNO O DOS PASOS	Identifico las principales técnicas de ataque y contra ataque del combate con extremidades superiores. Asocio técnicas de ataque y contra ataque del combate con extremidades inferiores.
	44					ARTICULAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS O TÁCTICOS PRESENTES EN EL COMBATE PACTADO	ADAPTO TÉCNICAS DE PATEO Y/O DEFENSA EN EL COMBATE PACTADO OLÍMPICO	Manifiesto expresiones de combate pactado en semi contacto Combino diversas formas de pateo desde el combate en contacto
23	45					DESARROLLAR LAS TÉCNICAS DE PATEO BÁSICO EN MOVIMIENTO	EJECUTO LAS PATADAS CON DESPLAZAMIENTOS ENCADENANDO VARIOS MOVIMIENTOS.	Demuestro conocimiento respecto al reglamento de competencia Aplico el reglamento de competencias partiendo del combate en contacto Realizo desplazamiento hacia adelante pateando con ap chagi y Dolly chagui (rápido) Realizo desplazamiento hacia adelante pateando con Bandal chagi y furyo chagui (ataque rápido) Realizo desplazamiento con paso adelante pateando con doble Bandal chagui
	46					EXPLORAR LAS TÉCNICAS DEFENSIVAS DE BRAZOS	EJECUTO POOMSSE DESDE VARIAS POSICIONES	Ejecuto la cruz básica N.1 a un paso en ap sogui combinando las defensas are maki y montong bakat maki Ejecuto cruz básica N.1 a un paso en ap sogui combinando las defensas aregi maki y montong an maki Realizo el kukkiwon de brazos N. 1 estático en chuchum sogui y en avance con ap sogui Realizo el kukkiwon de brazos N. 2 estático en chuchum sogui Realizo giros por detrás en piso como acondicionamiento para el giro con salto. Exploro mondolyo furyo chagui (girando el cuerpo por detrás y pateando) estático y avanzando Ejecuto patada saltada en Bandal (two Bandal chagi), ap chagi (two ap chagi) Ejecuto patada saltada en yop (two yop chagi) sin obstáculos y con obstáculos.
24	47					APRENDER LAS TÉCNICAS DE PATADA EN SALTO.	APRENDO Y EXPLORO LAS PATADAS EN SALTO Y CON GIROS	Realizo la primera parte de el 1er poomsae de la serie Chang (Taeguk il yang) hasta la posición n.10 y aprendo la segunda parte hasta la posición 18.
	48					EJECUTAR VARIAS TÉCNICAS DE BRAZOS	EXPLORO TÉCNICAS DE POIMSE BÁSICAS	Realizo la primera parte de el 1er poomsae de la serie Chang (Taeguk il yang) hasta la posición n.10 y aprendo la segunda parte hasta la posición 18. Realizo pateo a paletas en ataque y en contra- ataque Ejecuto pateo sostenido al peto y cabeza Domino el pateo en giro Muestro con el compañero combate olímpico en ataque y en contra- ataque Realizo mondolyo Bandal chagui – patada semicircular con giro al medio Ejecuto mondolyo dollyo chagui – patada semicircular con giro a la cabeza Domino mondolyo neryo chagui – patada descendente con giro a la cabeza Realizo mondolyo tui chagui – patada con giro al medio Muestro las posición ap sogui y ap kuby sogui en pasos Realizo los primeros cuatro pasos Taeguk il yang Realizo hasta el quinto paso de Taeguk il yang Realizo los primeros nueve pasos Taeguk il yang Realizo desplazamientos en línea adelante y atrás bande Bandal-dollyo chagui Realizo desplazamientos en 45° con bande Bandal-dollyo chagui Ejecuto desplazamientos en 45° con vop chagui – neryo chagui Realizo movimientos técnicos de desplazamientos en postura (ap sogui, ap kuby sogui) del Taeguk 1. Ejecuto movimientos de posiciones sogui (are maki /montong maki /olgul maki-chumok jinjagi) Combino las posiciones ap sogui, ap kuby sogui con desplazamiento y en estático. Desarrollo los pasos a seguir para la ejecución de la poomsae o Taeguk il yang completos. Aprendo el paso a paso de patada YOP CHAGUI. Ejecuto la técnica de yop chagui. Desarrollo la patada dollyo chagui sostenida en el aire durante 30 segundos.
25	49	El niño o la niña tiene buenas relaciones con niños y niñas, tiene habilidades para tramitar los conflictos que se presentan y es reconocido por su amistad, su cooperación y su comunicación asertiva.	El niño y la niña participa en propuestas de solución de situaciones problemáticas en su familia mostrando capacidad para transformar su realidad.	Construye espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva de la práctica deportiva a su contexto ciudadano	El NNA a partir de la interiorización conceptual (valores, derechos, ciudadanía, género) orientada en el Centro de interés, reconoce cuáles son sus fortalezas y aspectos por mejorar que le permiten adaptarse a su contexto ciudadano	REALIZAR LAS TÉCNICAS DE PIERNAS	EJECUTO PATADAS CON IMPLEMENTOS	Ejecuto posturas básicas de defensas en posición chuchum sogui- postura y sus correcciones la técnica. Ejecuto movimientos y posturas con defensas (are maki, montón maki y olgul maki) y patada de pulso chumok chingui. desarrollo el kukkiwon de brazos 1-2 corrigiendo su postura y ejecución de las técnicas dadas. Reconozco las técnicas de Sogui y maki en el poomsae. Realizo combate olímpico en presencia de adversario utilizando diversos desplazamientos. Aprendo el paso a paso de los desplazamiento en 45 grados, por lado izquierdo y derecho. Aprendo el paso a paso de los desplazamiento en 90 grados, por lado izquierdo y derecho. Identifico los momentos en los cuales puedo llevar a cabo los desplazamientos en el combate olímpico
	50					EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS	REALIZO LAS TÉCNICAS DE PATEO CON SALTOS Y GIROS	Realizo combinaciones de técnicas de pateo por medio del sparring Aplico las diferentes técnicas de patada en el combate olímpico Domino la correcta ejecución de Bandal Chagui
26	51					IDENTIFICAR LAS POSICIONES BÁSICAS	MUESTRO LOS SOGUIS AL REALIZAR LOS POOMSSES	Domino la correcta ejecución de Bandal Chagui Domino la correcta ejecución de Dollyo Chagui Realizo combinaciones de técnicas de pateo por medio del sparring Aplico las diferentes técnicas de patada en el combate olímpico Domino la correcta ejecución de Bandal Chagui Domino la correcta ejecución de Neryo Chagui
	52					EJECUTAR LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS	DEFINO LAS TÉCNICAS CON DESPLAZAMIENTO	Comprendo los diferentes momentos de llevar a cabo Bandal Chagui y Neryo Chagui en el combate olímpico Apropió la correcta ejecución de Mondolyo Dollyo Chagui Realizo Mondolyo Dollyo Chagui golpeando diferentes implementos del Taekwondo Identifico los momentos en los cuales puedo llevar a cabo Mondolyo Dollyo Chagui en el combate olímpico
27	53					EJECUTAR DESPLAZAMIENTO DE DEFENSA EN LOS POOMSSES	DESARROLLO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN TÉCNICA DE SOGUIS EN LOS POOMSSES	Realizo combinación de técnicas de pateo (ap chagi, dollyo chagi) para el korpae (combate) Refuerzo la técnica de pateo Bandal, Bandal, dollyo y dwuit chagi al material de apoyo. Refuerzo las técnicas de pateo dwuit chagi al material de apoyo. Ejecuto combinaciones de diferentes técnicas de pateo.
	54					DESARROLLAR TÉCNICAS DE PATEO SOSTENIDA	DESARROLLO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN DE LA TÉCNICA DE LA PATADAS SOSTENIDAS	Controlo la técnica de pateo mom dollyo chagi al material de apoyo. Controlo la secuencia, y la técnica de pateo mom dollyo chagi con ambas piernas avanzando y golpeando el material de apoyo. Apropió el paso a paso de la técnica de pateo dollyo chagi Manejo las técnicas de pateo dwuit chagi, dollyo chagi al material de apoyo.
28	55					EJECUTAR DESPLAZAMIENTOS DE DEFENSA EN LOS POOMSSES	EJECUTO COMBINACIONES DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN SOGUIS Y MAKIS	Desarrollo el poomsae Taeguk il jang aplicando correctamente el ap sogui y al ap cuby sogui en su ejecución. Realizo los poomsae cruz universal kukkiwon1 en los sentidos cardinales Realizo la ejecución del poomsae ante la presentación de un torneo Domino el poomsae Taeguk il jang en las mancuernas de I reloj y los ojos vendados para reafirmar la seguridad en la ejecución.
	56					EJECUTAR DESPLAZAMIENTO DE DEFENSA Y ATAQUE SIN EL ADVERSARIO	DESARROLLO LA COMBINACIÓN DE DESPLAZAMIENTOS EN POSICIÓN DE COMBATE APLICANDO TÉCNICAS DE PIERNAS CON GIRO Y DESPLAZAMIENTO	
29	57	Reflexiona acerca de las reglas de los juegos y del centro de interés, como medio formativo para empezar a entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad.	Experimenta diversas expresiones lúdicas, de juego y deportivas , que le permiten el desarrollo del cuerpo y sus funciones expresivas para comunicarse de manera verbal y no verbal.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.	EXPLORAR LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS Y TÉCNICAS DE LOS JUEGOS PRE DEPORTIVOS	MEJORO MIS HABILIDADES BÁSICAS MOTRICES ENFOCADAS HACIA JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Comprendo la ejecución de saltos y sus variantes aplicadas a diferentes juegos Reconozco las reglas básicas de los diferentes juegos dentro de la sesión. Apropió movimientos básicos de los juegos pre deportivo durante la sesión Comprendo los diferentes roles de los juegos pre deportivos Comprendo los beneficios de la velocidad aplicada en los relevos
	58					EJECUTAR CORRECTAMENTE LAS TÉCNICAS PROPIAS DEL TAEKWONDO	REALIZO LAS DIFERENTES ACCIONES DE DESPLAZAMIENTO Y TÉCNICAS DE PATADA	Domino la correcta ejecución de Bandal Chagui Domino la correcta ejecución de Dollyo Chagui Realizo combinaciones de técnicas de pateo por medio del sparring Aplico las diferentes técnicas de patada en el combate olímpico Domino la correcta ejecución de Bandal Chagui
	59					REFORZAR LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS DEL COMBATE OLÍMPICO	DOMINO LAS TÉCNICAS QUE PUEDO REALIZAR EN UN COMBATE OLÍMPICO	Domino la correcta ejecución de Neryo Chagui Comprendo los diferentes momentos de llevar a cabo Bandal Chagui y Neryo Chagui en el combate olímpico Apropió la correcta ejecución de Mondolyo Dollyo Chagui Realizo Mondolyo Dollyo Chagui golpeando diferentes implementos del Taekwondo Identifico los momentos en los cuales puedo llevar a cabo Mondolyo Dollyo Chagui en el combate olímpico
	60					EJECUTAR CORRECTAMENTE LAS TÉCNICAS PROPIAS DEL TAEKWONDO	EXPLORO LAS TÉCNICAS DE PATADA CON GIRO Y SU APLICACIÓN	Realizo combinación de técnicas de pateo (ap chagi, dollyo chagi) para el korpae (combate) Refuerzo la técnica de pateo Bandal, Bandal, dollyo y dwuit chagi al material de apoyo. Refuerzo las técnicas de pateo dwuit chagi al material de apoyo. Ejecuto combinaciones de diferentes técnicas de pateo.
31	61					REFUERZAR CORRECTAMENTE TÉCNICAS DE PATEO	REFUERZO LA COMBINACIÓN DE LAS DIFERENTES TÉCNICAS DE PATEO	Realizo combinación de técnicas de pateo (ap chagi, dollyo chagi) para el korpae (combate) Refuerzo la técnica de pateo Bandal, Bandal, dollyo y dwuit chagi al material de apoyo. Refuerzo las técnicas de pateo dwuit chagi al material de apoyo. Ejecuto combinaciones de diferentes técnicas de pateo.
	62					CONTOLAR EL DESARROLLO DE NUEVAS TÉCNICAS DE PATEO	CONTROLLO EL PASO A PASO PARA LA EJECUCIÓN DE LA TÉCNICA DE PATEO	Controlo la técnica de pateo mom dollyo chagi al material de apoyo. Controlo la secuencia, y la técnica de pateo mom dollyo chagi con ambas piernas avanzando y golpeando el material de apoyo. Apropió el paso a paso de la técnica de pateo dollyo chagi Manejo las técnicas de pateo dwuit chagi, dollyo chagi al material de apoyo.
32	63	El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros.	La familia se muestra motivada	Apropió los conocimientos	El NN interioriza los conceptos orientados en la	DOMINAR LAS POSTURAS BÁSICAS DEL TAEKWONDO EN EL POIMSSAE	DOMINO LOS POOMSSES APRENDIDOS MOSTRANDO DOMINIO DE LAS POSTURAS APRENDIDAS	Desarrollo el poomsae Taeguk il jang aplicando correctamente el ap sogui y al ap cuby sogui en su ejecución. Realizo los poomsae cruz universal kukkiwon1 en los sentidos cardinales Realizo la ejecución del poomsae ante la presentación de un torneo Domino el poomsae Taeguk il jang en las mancuernas de I reloj y los ojos vendados para reafirmar la seguridad en la ejecución.

33	64	promueve estrategias que permitan generar empatía con los demás y promueve dinámicas colectivas de participación	para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés.	adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria	clase deportiva, reflejado en su socialización e interacción con sus pares, permeados por el respeto por si mismo y el otro.	COMPRENDER LA TEMATICA EN EL DESARROLLO DE PRESENTACION DE POMMSAE Y COMBATE EN LOS TORNEOS	FINALIZO CORRECTAMENTE LA FORMA DE PRESENTAR EL POMMSAE O EL KURUGUI CON LAS NORMAS DE UN TORNEO	Comprendo el paso a paso para ejecutar un poomsae en torneos Apropió la normas que se deben tener en cuenta al participar en un torneo para poomsae Comprendo las normas a seguir para participar en un torneo de kyorugi (combate). Ejecuto las técnicas aprendidas correctamente del poomsae como el kyorugi al participar en torneos.
	65					COMPRENDER LA COMPETENCIA DEL TAEKWONDO WTF	RECONOZCO LAS DIFERENTES COMPETENCIAS DEL TAEKWONDO	Aplico las modalidades del Taekwondo más desarrolladas en Colombia como así mismo su correcto desarrollo basado en los Reglamentos Oficiales dados por la WTF. Reconozco que hago parte activa del deporte asociado. Diferencio las modalidades competitivas en el Taekwondo. Apropió la importancia de la higiene en la utilización del material deportivo.
	66					APLICAR LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS DEL COMBATE	ADAPTO MI CUERPO A LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS EN EL COMBATE	Reconozco mis fortalezas y debilidades por segmentos corporales en función del Taekwondo Interpreto las indicaciones dadas por el formador durante el combate Aplico las indicaciones dadas por el formador durante el combate Ajusto mi cuerpo a los diferentes desplazamientos al ejecutar técnicas propias de la competencia Reconozco mis fortalezas y debilidades por segmentos corporales en función del Taekwondo
34	67					APLICAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL POMMSAE	ADAPTO MI CUERPO A LAS DIFERENTES TÉCNICAS EN EL POMMSAE	Interpreto las indicaciones dadas por el formador durante cada Poomsae Aplico las indicaciones dadas por el formador durante cada Poomsae Mejoro mi control físico - postural en la ejecución del Poomsae
	68					EJECUTAR CORRECTAMENTE EJERCICIOS GIMNÁSTICOS	ASIMULO LOS DIFERENTES EJERCICIOS BÁSICOS DE GIMNASIA	Ejecuto correctamente movimientos de apoyo con el tren superior Reconozco habilidades básicas del movimiento, como rodar y girar Potencio mi equilibrio y control corporal para desarrollar movimientos en diferentes planos y ejes
35	69					COMPRENDER LA TEMATICA DE LOS FESTIVOS DE LOS TAEKWONDO EXHIBICION Y COMPETENCIA	COMPREENDO LA TEMATICA ACERCA DE LOS POOMSES DE EXHIBICION	Ejecuto los poomsae kukkiwon de brazos 1, 2 y 3 Ejecuto los giones 1,2 y cuadrado Domino las patadas (chagu) de exhibición como Talón, Dollyo, dwuat y lado Practico poomsaes libres de creación propia para exhibición y competencia
	70					REFORZAR CHARLAS DE ESTRATEGIA DE COMBATE	PROFUNDIZO EN LAS TECNICAS DE CONTRATAQUE	Domino contrataque en desplazamiento con sustitución hacia adelante Mejoro la técnica de contrataque en bajada Domino la técnica de contrataque en anticipo Domino la técnica de contrataque en simultaneo.
36	71		Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades			REFORZAR LA EJECUCION CORRECTAMENTE DE LAS TÉCNICAS DE PATADA CON GIRO POR DETRÁS	REFUERZO LAS PATADAS CON GIRO POR DELANTE Y POR DETRÁS	Refuerzo la ejecución correctamente mondolyo Dwaet chagui Refuerzo la ejecución correctamente mondolyo luno chagui Refuerzo la ejecución correctamente mondolyo yoo chagui Refuerzo la ejecución correctamente mondolyo neryo chagui
	72	El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, promueve estrategias que permitan generar empatía con los demás y promueve dinámicas colectivas de participación		Apropió los conocimientos adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria	El NN identifica los contenidos expuestos en la clase deportiva, socializa e interactúa y cuida su entorno, reconociendo su rol en la clase.	REFORZAR LOS FUNDAMENTOS DE DEFENSAS Y CONTRATAQUE CON BRAZOS EN COMBATE OLÍMPICO	REFUERZO EL DOMINIO DE LAS TÉCNICAS QUE PUEDO REALIZAR DE DEFENSA EN UN COMBATE OLÍMPICO	Domino las diferentes técnicas de defensas en el combate olímpico Domino la correcta ejecución de defensas en are mali con chumok chinagui Domino la correcta ejecución de Neryo Chagui Ejecuto correctamente montong bakat maki con contrataque de chumok chinagui
37	73		La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés.			PEFECCIONAR LOS PATRONES DE DESPLAZAMIENTO Y CONTRA ATAQUE	PERFECCIONO LOS DESPLAZAMIENTOS PROGRESIVOS PARA CONTRATAQUE CON PUÑO O PATEO.	Perfecciono la postura de combate con desplazamiento adelante realizando técnica de puño. Realizo postura de combate con desplazamiento hacia adelante con técnica de puño y patada Bandal Chagui. Perfecciono la Simulación de Combate libre donde se evidencie ataque-contrataque simultaneo. Ejecuto combate libre sin contacto evidenciando las técnicas desarrolladas anteriormente.
	74					TECNIFICAR ATAQUES COMBINADOS CON DESPLAZAMIENTOS	TECNIFICO Y EJECUTO TÉCNICAS DE PATEO DESPUÉS DE UN DESPLAZAMIENTO	Ejecuto cambios de guardia y desplazamientos en línea, hacia adelante y atrás. Técnico cambios de guardia y desplazamientos a 45° (grados), ejecutando técnicas con pierna posterior. Comprendo cambios de guardia y desplazamientos a 90° (grados), ejecutando técnica con pierna anterior.
38	75					PERFECCIONAR LA EJECUCION DE LAS TÉCNICAS DOBLES DESPUES DE UN DESPLAZAMIENTO	MEJORO LAS TÉCNICAS DOBLES DE PATEO DESPUES DE UN DESPLAZAMIENTO	Mejoro desplazamientos en línea y combino doble técnica Bandal chagui. Ejecuto desplazamiento en 45° (grados) y combino doble técnica Bandal chagui. Mejoro desplazamiento a 90° y combino técnica Bandal Chagui . Dollyo Chagui con diferente pierna
	76					EJECUTAR ACCIONES CON DESPLAZAMIENTO	REALIZO TECNICAS EN SUSTITUCION DESPUES DE UN DESPLAZAMIENTO .	Mejoro desplazamientos en línea y realizo técnica dollyo chagui en sustitución. Ejecuto desplazamiento en 45° (grados) y realizo técnica dollyo chagui en sustitución. Mejoro desplazamiento en 90° (grados) y realizo técnica dollyo chagui en sustitución Ejecuto cambios de guardia y desplazamiento en 90° (grados) realiza técnica dollyo chagui en sustitución.
39	77		Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades	El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, reconoce los sentimientos de las otras personas y en el desarrollo de la práctica deportiva exige respeto cuando alguien sufre una exclusión o cuando alguien es discriminado.	El NN interioriza los conceptos orientados en la clase deportiva, reflejado en su socialización e interacción con sus pares, permeados por el respeto por si mismo y el otro.	TECNIFICAR LAS POSTURAS BASICAS DE PUMSAE	TECNIFICO Y CORRIJO LAS TÉCNICAS Y POSICIONES DE PUMSAES BÁSICOS	Realizo correcciones de defensas básicas desde posición Chuchum sogue Realizo correcciones de técnicas desde posición Ap Kubi Sogue tanto estática como avanzando
	78	El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, reconoce los sentimientos de las otras personas y en el desarrollo de la práctica deportiva exige respeto cuando alguien sufre una exclusión o cuando alguien es discriminado.				TECNIFICAR LA EJECUCION DEL PUMSAE TAEGUK 1	REFUERZO TECNICO EN LA EJECUCION DE PUMSAE TAEGUK 1	Realizo correcciones de defensas básicas desde posición Chuchum sogue Técnico la realización de pumsaes , de manera técnica a ritmo de competencia Realizo pumsae Taeguk 1 paso a paso de manera escalonada desde el inicio al final. Corrijo técnica Ap Chagui desde posición Ap Seogui, Ap Kubi Seogui, Dwit Kubi Seogui Realizo pumsae Taeguk 1 corregido desde el inicio hasta el final
40	79		La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés.	El niño dirige una actividad en equipo para su familia, con lo aprendido en el centro de interés, favoreciendo la interacción, el liderazgo y el aprovechamiento del tiempo libre	El NN identifica los contenidos expuestos en la clase deportiva, socializa e interactúa y cuida su entorno, reconociendo su rol en la clase.	REFORZAR Y CORREGIR LOS GESTOS TÉCNICOS DEL PATEO	REFUERZO Y CORREJO LAS TÉCNICAS DE PATEO EJECUTANDO UN ENCADENAMIENTO	Corrijo la postura corporal al momento de ejecutar patadas básicas (Ap Chagui, Bandal Chagui y Neryo chagui) Refuerzo la ejecución de encadenamientos tanto avanzando como retrocediendo Corrijo la línea de pateo al incorporar más de una técnica Corrijo las guardias y bloques frente a un adversario para la modalidad de combate.
	80					DOMINAR LA APROPIACION DE TÉCNICAS DE COMBATE	DOMINO Y APROPIO LAS TÉCNICAS DE PATEO FRENTE A LOS DESPLAZAMIENTO Y UBICACION EN EL COMBATE	Apropió el trabajo de la técnica Ap Chagui, identificando su inicio, recorrido y final, teniendo en cuenta la altura del objetivo Domino el trabajo de la técnica Bandal chagui, identificando su inicio, recorrido y final, teniendo en cuenta la altura del objetivo Domino el trabajo de la técnica dollyo chagui, identificando su inicio, recorrido y final, teniendo en cuenta la altura del objetivo

PLAN PEDAGÓGICO CENTRO DE INTERÉS TAEKWONDO

Modelo de participación reflexiva: El deporte escolar como medio de transformación ciudadana.

PROYECTO DE INVERSIÓN 7854: JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA

2020-2024

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE (IDRD)

BOGOTÁ

2021

Contenido

PRESENTACIÓN	5
INTRODUCCIÓN	6
1. CONTEXTO HISTÓRICO.....	7
1.1 Historia y desarrollo	7
3. ANTECEDENTES.....	8
3.1 Propuestas Internacionales	8
3.1.1 Propuestas en América Latina.....	8
3.1.2 Propuestas Locales	9
4. MARCO NORMATIVO	10
5. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA ACTUAL JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA.....	13
5.1. Modelo de participación activa: Para la formación integral Jornada Escolar Complementaria (2020-2024).	13
5.1.1 Objetivo General	13
5.1.2 Objetivos Específicos:	13
5.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana.	13
5.3 Apuesta de fortalecimiento al Currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD.....	16
5.3.1 Armonización	16
5.3.2 Articulación curricular	18
5.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa.	19
6. NOCIONES Y CORRIENTES PEDAGÓGICAS DE JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA.....	22

6.1 Corriente del modelo pedagógico social.....	22
6.2 Enfoque Metodológico	23
6.3 Secuencia didáctica	25
6.4 Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo integral.....	26
6.5 Valoración formativa (VAF).....	27
6.6 Seguimiento y monitoreo de las etapas de la iniciación deportiva del centro de interés.	28
8. MICRODISEÑO CURRICULAR.....	29
8.1. Ubicación curricular del centro de interés	29
8.2. Planteamiento del centro de interés.....	30
8.2.1. Justificación del centro de interés en el marco del proyecto jornada escolar complementaria	30
8.3 Propósitos del centro de interés.....	31
8.3.1 Objetivo general desde el centro de interés	31
8.3.2 Objetivos Específicos	31
8.4 Concepto de deporte	31
8.5. Que esperamos del escolar en el centro de interés de la jornada escolar complementaria	32
8.6 Políticas del centro de interés	33
8.6.1 En lo presencial	33
8.6.2. En sesiones sincrónicas remotas.....	33
8.7. Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias.....	34
8.8. Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acciòn-reflexiòn-acciòn	35

8.9. Competencia(s) desde el proyecto jornada escolar complementaria en la cual se enmarca el centro de interés desde la exploración apropiación y dominio.....	35
8.10. Ejes transversales al centro de interés indicadores de competencia.....	36
8.11. Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés.	37
8.12. Estrategia de valoración formativa	39
BIBLIOGRAFÍA.....	40
CIBERGRAFÍA	42

PRESENTACIÓN

El Instituto Distrital de Recreación y Deporte, presenta una propuesta pedagógica y social en el marco del “Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria articulado al Plan Distrital de Desarrollo 2020- 2024 *“Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI”* (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), 2020). Bajo el programa “Bogotá, referente en cultura, deporte, recreación y actividad física, con parques para el desarrollo y la salud”, en el cual se reconoce en el deporte escolar propuesto por 35 centros de interés integrado por disciplinas deportivas específicas donde los niños, las niñas y los adolescentes participantes pueden elegir con el fin de fortalecer y profundizar aspectos de orden social y pedagógico en el marco de la jornada única, completa y extendida de cada institución educativa distrital (IED), de manera que la atención a quienes participan se convierta en una posibilidad para construir una ciudadanía respetuosa de las diferencias, que habita el espacio público, lugares que cobran mayor relevancia por diversos motivos: por mencionar solamente dos, el primero tiene que ver con la predisposición natural que los niños y las niñas tienen al movimiento y el segundo la posibilidad de disfrute que les permite el acercamiento y reconocimiento de los otros y las otras con quienes construyen su espacio de vida.

Esta práctica deportiva escolar en la Jornada Escolar Complementaria se convierte para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes (NNAJ) participantes, en la posibilidad de reconocer y experimentar su corporeidad en la relación “cuerpo-sujeto-cultura”, en el cual experimentan sentimientos, emociones y diversas formas de pensar que ponen en movimiento no solamente su cuerpo si no las posibilidades de relacionamiento y construcción de acuerdos tan necesarios para su desarrollo y la vida en sociedad, en la medida que su autonomía se fortalece. El movimiento a su vez construye relaciones que se fortalecen con el otro y con el mundo que les rodea y que le permite cimentar los significados necesarios que van dando sentido a ser de ciudadano propositivo frente a la realidad que lo cobija. Por lo tanto, este planteamiento propone una apuesta pedagógica cercana a una corriente socio-crítica que busca el reconocimiento de los NNAJ como sujetos de derechos desde su corporeidad y corporalidad en la práctica deportiva escolar; en esta propuesta, el escolar no se concibe como un sujeto pasivo sino como protagonista que lleva a su vida cotidiana el aprendizaje adquirido fortaleciendo el desarrollo de las dimensiones del desarrollo motor, psicosocial, lúdico y cognitivo.

INTRODUCCIÓN

El presente documento, abarca las orientaciones pedagógicas del *“Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria”*, del IDRD articulado al nuevo plan de desarrollo distrital y que permite una mirada holística bajo unos elementos propios del proyecto que permite interpretar la práctica pedagógica como eje transversal de una transformación ciudadana en donde los NNAJ son los protagonistas activos en el proceso de formación integral, por medio de la enseñanza de centros de interés establecidos por 35 disciplinas deportivas ofertadas bajo pactos de formación a las Instituciones Educativas Distritales para fortalecer los procesos de transformación curricular en el marco de la jornada única, extendida y completa.

Inicialmente, se presenta una contextualización general reconociendo el marco legal del cual se rige el proyecto de inversión ciudadana, y algunos antecedentes a nivel internacional y nacional sobre las apuestas de construcción de la jornada escolar complementaria.

Igualmente, se describe y argumenta la intencionalidad Pedagógica y social desde el planteamiento de la Jornada Escolar Complementaria 2020-2024, con una propuesta que busca favorecer formación integral por medio de la práctica deportiva escolar en el cual se plantea el contenido del Plan Pedagógico con el micro diseño por centro de interés y las 35 mallas curriculares creadas bajo orientaciones del equipo pedagógico bajo acompañamiento de gestores pedagógicos y sociales, asimismo la construcción de orden temático fundamental estuvo a cargo de los formadores y formadoras pertenecientes a cada centro de interés, y en el cual los Gestores IED propenden para que estas acciones fueran desarrolladas en el tiempo establecido, que invita a desarrollar proceso de formación de enseñanza aprendizaje bajo una corriente socio-crítica que integral metodologías que permita a los NNAJ llevar los gestos técnicos y aspectos psicosociales, lúdicos, y cognitivos aprehendidos y comprendidos a la práctica deportiva y la vida misma en los diferentes entornos en los que cotidianamente están inmersos.

Este documento ha sido construido bajo los lineamientos del IDRD, liderado desde la gerencia del proyecto, y sirve como insumo a todos los componentes del proyecto con el fin de enaltecer y reconocer la importancia de una apuesta pedagógica que busca formar NNAJ en contextos educativos formales aumentando la permanencia académica de NNAJ motivados por los diferentes ambientes de aprendizaje propuestos en la Jornada Escolar Complementaria.

1. CONTEXTO HISTÓRICO

1.1 Historia y desarrollo

La apuesta del proyecto de inversión ciudadano surge bajo la denominación “**Jornada Escolar de 40 horas, para la formación integral y la excelencia académica (JE40h)**” (**Secretaría de Educación Distrital (SED), 2014**) que definió las estrategias de calidad educativa del Plan de Desarrollo “Bogotá Humana 2012-2016 en el ámbito de la equidad, la no discriminación social y el ejercicio de los derechos humanos. La propuesta buscaba ofrecer a los NNAJ alternativas para el buen uso del tiempo libre complementado la formación recibida en las diferentes Instituciones Educativas Distritales bajo diseños curriculares formales, favoreciendo la motivación intrínseca y extrínseca de escolares por permanecer en los procesos educativos a través de la práctica de actividades deportivas, recreativas, artísticas y culturales aumentando el gusto por la academia bajo estrategias que fortalezcan la formación escolar.

Al respecto, el IDRD se articuló como entidad aliada de la SED a través de una apuesta donde la oferta deportiva en el sector educativo formal aumentara, pues se identificó que era muy baja generando factores de riesgo como el sedentarismo en los NNAJ y la falta de oportunidad de los escolares para acceder a la práctica de una disciplina deportiva de su interés. Esta situación no contribuía a generar hábitos de vida saludable en términos de bienestar y convivencia ciudadana; como también el estrecho margen académico, deportivo y cultural que ofrecía el sistema educativo del distrito capital, que no alcanzaba las 30 horas semanales. Sumado a esta problemática, al interior de la institución educativa se evidenció una insuficiencia de docentes en educación física o entrenadores, una reducida infraestructura y en algunos casos el uso inadecuado de los que existen. Todo esto establecido en la (Instituto de Recreación y Deportes ficha EBI, Plan de desarrollo Bogotá Humana 2014, p 3-11) indica que : *“La Jornada Escolar 40x40 bajo el eje temático Deportes, Recreación y Actividad Física, se estableció como soporte para los centros de interés en las instituciones educativas del distrito, que ofrecían como alternativa para el disfrute de los escolares que por propia iniciativa lograran practicar una disciplina deportiva, realizar regularmente actividad física o recrearse, a través de procesos pedagógicos sistemáticos e integrados al PEI, con un carácter totalmente perspectivo, donde se distinguían etapas que van desde la Iniciación hasta el arribo a niveles de aprestamiento hacia el rendimiento deportivo la adquisición de hábitos saludables a lo largo de la vida”.*

A pesar de la implementación del proyecto durante el período 2016-2019 y de todos los esfuerzos para el desarrollo de esta estrategia y según la ficha EBI (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), 2020) identificó resultados que indican el bajo nivel de permanencia en los programas de formación deportiva integral de los niños, niñas, adolescentes que participaron del proyecto. De acuerdo a los datos de la población beneficiada por el proyecto Tiempo Escolar Complementario (TEC), mediante la enseñanza en deporte y actividad física, se evidenció que a pesar de tener alta cobertura de atención (181.958 NNAJ) en 123 Instituciones Educativas Distritales, manteniendo un bajo nivel de permanencia pues solo 8.586 NNAJ se mantuvieron de manera constante durante los 4 años, perdiendo el proceso formativo y de permanencia de los NNAJ, identificando así solo 50 niños, niñas y adolescentes como posibles talentos deportivos en el período mencionado.

Por esta razón, actualmente la apuesta en marcha denominada **Jornada Escolar Complementaria** busca robustecer aspectos pedagógicos y sociales que permitan aumentar la permanencia de NNAJ mediante un proceso integral de formación deportiva, que incluya aspectos psicosociales y ciudadanos, que a su vez contribuya al aumento de la base deportiva de Bogotá.

3. ANTECEDENTES

3.1 Propuestas Internacionales

En las últimas décadas las propuestas que amplían la jornada escolar se han convertido en un determinante importante que favorecen los cambios sociales y cambios de la dinámica de vida de escolares, en todo el mundo.

En efecto estas políticas de extender la jornada escolar de los estudiantes, donde se han desplegado políticas públicas modificando el tiempo escolar es España que en el 2000 gracias a los acontecimientos políticos, económicos y culturales le dio vida a la **“Nueva Jornada Escolar Continua”** en los Colegios públicos y algunos privados haciendo énfasis a la Educación Primaria, es a partir de este momento cuando surge la figura de **monitor de actividades formativas y complementarias** de una o varias modalidades deportivas, donde se busca ir más allá de impartir unos contenidos complementarios a las clases de Educación física, facilitando y promoviendo hábitos de vida óptimos minimizando el riesgo de una vida sedentaria en la comunidad escolar. (Velázquez Buendía, 2001)

En Alemania desde el 2003, crearon las escuelas de tiempo extendido denominados **(full-day schools)**; *el objetivo de la escolarización de todo el día es que la educación, como proceso, se considere una vez más como un todo, en lugar de dividirse en dos partes separadas: la enseñanza académica, por un lado, y la atención, por otro. Además de una comida caliente a la hora del almuerzo y ayuda con los deberes, las nuevas escuelas de jornada completa proponen una serie de actividades educativas como deportes, artes gráficas, literatura, teatro, danza, música y salidas a la naturaleza.* (OCDE Escolarización durante todo el día en Düsseldorf, Alemania).

Mientras tanto en Finlandia, el estado destina alrededor de una quinta parte de su presupuesto a todo lo relacionado con la educación y la extensión del tiempo de cuidado a cargo de las escuelas primarias durante la tarde en el que los niños y niñas también puede acudir a una escuela especializada en alguna materia concreta algunas de estas escuelas son privadas como artes plásticas, música, deportes, pedagogía especializada (por ejemplo, la pedagogía Waldorf) o hacer actividades que los haga felices y les estimule sus conocimientos.

3.1.1 Propuestas en América Latina

En América Latina, la preocupación por los rendimientos educativos en los años noventa resultó ser uno de los principales dinamizadores del debate educativo donde en distintas conferencias internacionales se planteó, con fuerza, que el crecimiento de la escolarización principalmente, en los niños en situación de pobreza, y sugería ampliar el calendario escolar aumentando los días de clase o la duración de la jornada en los países como Chile,

Uruguay y Venezuela, expresan que estos cuatro países parten de la idea de proteger a los niños y las niñas de sectores vulnerables frente a riesgos sociales. Por ejemplo, la propuesta de Escuelas de Tiempo Completo de México (Zorrilla Fierro, 2008) incorpora todas estas ideas a la vez, junto al objetivo de brindar mejores condiciones escolares para un aprendizaje de calidad con equidad.

En Chile, la jornada completa nace con el objetivo de aumentar el tiempo escolar, para mejorar la calidad de los aprendizajes, sin embargo, un estudio realizado en el 2006 generó una amplia discusión pública *“sobre el impacto que tiene la Jornada Escolar Extendida en la calidad de los procesos educativos y de los aprendizajes. Esta discusión relevó los problemas pedagógicos que tiene la implementación de la JEC y las dificultades que existen en la cultura escolar para organizar el tiempo y la pedagogía de modo más flexible e innovador”* Martinic, S., Huepe, D., & Madrid, Ángela. (2016).

En todas estas experiencias la extensión de la jornada no se presenta como una acción aislada para atender determinados factores para el mejoramiento de la calidad de la educación; se presenta como parte de un plan de reformas educativas que generalmente compromete asuntos como cobertura y reforma de la educación inicial, la evaluación de los aprendizajes, funcionamiento de los sistemas educativos, acciones en favor de la inclusión y la equidad (Tenti Fanfani, 2010).

3.1.2 Propuestas Locales

En Bogotá en el año 2008 la reorganización curricular por ciclos propone que los estudiantes tuvieran diversas actividades que pudieran mejorar los espacios de formación para favorecer el diseño de currículos que promovieran experiencias de aprendizaje significativas y la formación integral, en el proyecto de Colegios Públicos de excelencia se propuso organizar cuatro campos de pensamiento: pensamiento matemático, pensamiento científico, tecnológico, pensamiento histórico y pensamiento de comunicación, arte y expresión (Secretaría de Educación Distrital, Reorganización Curricular por ciclos, 2008,p 7-11).

Así se buscó superar la dispersión del conocimiento alrededor de múltiples asignaturas y generar núcleos integradores en los cuales se establecieran conexiones entre distintos saberes. Se esperaba entonces que el trabajo alrededor del currículo se orientara a plantear articulaciones entre las asignaturas para así llegar a la formulación de los campos de pensamiento, esto implicaba tiempos para el trabajo en conjunto de los maestros y maestras con el fin de que pudieran construir tales articulaciones y acompañamientos para que pudieran tener como recurso a la ciudad, ya que se consideró que esta ofrecía múltiples oportunidades para ser el contexto de aprendizaje de los estudiantes (Secretaría de Educación Distrital, Programa “Escuela, Ciudad, Escuela, 2008”), la ciudad como un libro abierto según (Muxi,2007), los espacios públicos significan un gran potencial educativo informal en las ciudades, así mismo en los parques y ambientes fuera de la escuela cada escenario con los que cuenta la ciudad.

Buscando transversalizar e integrar los aprendizajes, se establecen actividades predominantes para cada etapa de desarrollo humano (ejes de desarrollo), se definen prioridades de formación y estrategias pedagógicas, se establecen criterios y formas de evaluación de acuerdo con las características de cada ciclo y con los aprendizajes esenciales de la base común.

Se caracterizan por posibilitar a las niñas y niños oportunidades de desarrollo a través de experiencias significativas y por tener en su desarrollo un carácter abierto a la inclusión, la participación y el aprendizaje desde y con la diversidad. En este sentido la SED establece la estrategia de centro de interés como una enorme posibilidad para pensar los procesos de articulación curricular, rompiendo con la idea de contenidos como acumulación de información para pensar en procesos de desarrollo amplios que permitan abordar la integralidad rompiendo con la idea de dimensiones o áreas por separado. (Secretaría de Educación Distrital, (2014) Orientaciones Generales 40x40, p. 47-55)

4. MARCO NORMATIVO

Las Jornadas Escolares Complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: Cambio para construir la paz, y posteriormente las jornadas escolares complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: “Cambio para construir la paz”.

- 15 lineamientos para la implementación de la Jornada Escolar Complementaria a través de la Ley 633 de 2000 se formalizan las fuentes de financiación de las jornadas escolares complementarias, en el Artículo 64 que señala: Destinación de los recursos del FOVIS. Los recursos adicionales que se generen respecto de los establecidos con anterioridad a la presente ley se destinarán de la siguiente manera: a. No menos del cincuenta por ciento (50%) para vivienda de interés social; b. El porcentaje restante después de destinar el anterior, para la atención integral a la niñez de cero (0) a seis (6) años y la jornada escolar complementaria. Estos recursos podrán ser invertidos directamente en dichos programas abiertos a la comunidad, por las Cajas de compensación sin necesidad de trasladarlos al FOVIS. Parágrafo. En aquellos entes territoriales que cuentan con recursos para la cofinanciación de los Programas de Jornada Escolar Complementaria y atención a los niños de cero (0) a seis (6) años más pobres, las Cajas de Compensación Familiar podrán establecer convenios y alianzas con los gobiernos respectivos para tal fin.¹² Este artículo le permite a las cajas de compensación familiar ampliar sus líneas de acción, aunque para ese momento no se lograra contar con unas definiciones precisas sobre las implicaciones de una estrategia de este tipo, posteriormente los Decretos 2405 de 1999 y 348 de 2000, precisan aspectos concernientes a la implementación de las Jornadas Escolares Complementarias: El Decreto 2405 de 1999 amplía por medio del Artículo 6, la cantidad y el tipo de organizaciones que pueden celebrar de convenios de asociación para implementar la Jornada Complementaria (ICBF, cajas de compensación familiar, gobiernos departamentales, distritales, municipales y ONG), tomando en cuenta que estas personas públicas o privadas deben tener experiencia probada en programas de tipo educativo. El Decreto 348 de 2000 incorpora una nueva concepción sobre la población vulnerable y amplía el foco social de intervención de la JEC hasta el nivel III del Sisbén, además de que se incluyen también tácitamente la población en extra edad y participante de la educación básica. En 2002 se promulga la Ley 789, en la que se establecen las normas para apoyar el empleo y ampliar la protección social y se modifican algunos artículos del Código Sustantivo de Trabajo, además se incorpora al fondo especial Foníñez (Fondo para la atención integral a la

niñez y Jornadas Escolares Complementarias), que establece en el Capítulo V, en su Artículo 16 sobre las Funciones de las cajas de compensación, parágrafo

El proyecto de inversión planteado se enmarca jurídica y técnicamente en los siguientes artículos:

- La Constitución Política de Colombia define la educación como “un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura” (Artículo 67) y consagra en el Artículo 44, la educación como un derecho fundamental de los niños y niñas y la formación integral para los jóvenes (Artículo 45), estableciendo como función del Estado: “velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los y las estudiantes; garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo” (Artículo 67).

Por otro parte, la Ley 115 de 1994 establece que son fines y propósitos de la educación, entre otros,

- El pleno desarrollo de la personalidad (...) dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos (...) la formación en el respecto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad”, (...) la formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan, (...) el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica(...), la adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, la promoción en la persona.(Artículo 5)

En cumplimiento de este mandato constitucional y de las funciones establecidas en el Decreto 330 de 2008, la Secretaría de Educación del Distrito, orienta y lidera “la formulación y ejecución de políticas, planes y programas para garantizar el derecho a la educación y asegurar a la población el acceso al conocimiento y la formación integral” contribuyendo “a mejorar la calidad de la educación y desarrollar estrategias que garanticen el acceso y permanencia de los niños, niñas y jóvenes en el sistema educativo, así como la pertinencia, calidad y equidad de la educación en sus diferentes formas, niveles y modalidades” (Decreto 330 de 2008), de conformidad con las metas fijadas en el Plan de Desarrollo Distrital 2012 – 2016 Bogotá Humana que tiene como objetivo general “mejorar el desarrollo humano de la ciudad, dando prioridad a la infancia y adolescencia con énfasis en la primera infancia y aplicando un enfoque diferencial en todas sus políticas” (Artículo 2).

Para el logro de lo anterior, se organizan las directrices y políticas del Plan en tres ejes estratégicos:

1. Una ciudad que reduce la segregación y la discriminación: el ser humano en el centro de las preocupaciones del desarrollo.

2. Un territorio que enfrenta el cambio climático y se ordena alrededor del agua.

3. Una Bogotá en defensa y fortalecimiento de lo público (Artículo 3).

Dentro del eje estratégico número 1 se ubica el programa “construcción de saberes, educación incluyente, diversa y de calidad para disfrutar y aprender” (Artículo 9) y como uno de sus proyectos prioritarios la “jornada educativa única para la excelencia académica y la formación integral”, que busca “ampliar en forma progresiva la jornada educativa en los colegios distritales, mediante una estrategia que combina la implementación de jornadas únicas y la ampliación de la jornada académica a 40 horas semanales en colegios con doble jornada.

- El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre

- La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica del deporte. Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte, la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Art. 47 y 48); la elaboración del plan nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

- Acuerdo 4 de 1978 Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.

- Ley General de Educación, Artículo 85, que establece las jornadas en los establecimientos educativos, reglamenta que: “El servicio público educativo se prestará en las instituciones educativas en una sola jornada diurna.

- El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.

- La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica del deporte. Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte, la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Art. 47 y 48); la elaboración del plan nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

- Acuerdo 4 de 1978 Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.

- Ley General de Educación, Artículo 85, que establece las jornadas en los establecimientos educativos, reglamenta que: “El servicio público educativo se prestará en las instituciones educativas en una sola jornada diurna.

5. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA ACTUAL JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA

5.1. Modelo de participación activa: Para la formación integral Jornada Escolar Complementaria (2020-2024).

El proyecto Jornada Escolar Complementaria bajo el Plan de desarrollo “*Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI*” 2020 – 2024, promovió el “*Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la jornada escolar complementaria en Bogotá*”, que busca:

5.1.1 Objetivo General

- Aumentar los niveles de permanencia en los programas de formación deportiva complementaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de las Instituciones Educativas Distritales IED de Bogotá D.C.

5.1.2 Objetivos Específicos:

- Aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios como parte de la educación integral de los escolares.
- Realizar procesos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva para niños, niñas, adolescentes y jóvenes que involucren aspectos de orden psicosocial y ciudadano que acompañen la formación primaria, básica y media.
- Desarrollar planes pedagógicos de formación deportiva que incluyan aspectos de orden psicosocial y ciudadano que contribuyan a la formación integral.

Dentro de este marco el proyecto tiene como “alternativa de solución el desarrollo del proceso de formación integral de los escolares de las Instituciones Educativas Distritales (IED) a través de la práctica deportiva, a través de los siguientes componentes”:

1. Desarrollo de estrategias para aumentar la permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en los procesos de formación integral a través del deporte, con la realización de las siguientes actividades.
2. Desarrollo de estrategias para aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios para la formación integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, con la realización de las siguientes actividades.
3. Involucrar aspectos de orden psicosocial y ciudadano en los procesos de formación integral a través de la práctica deportiva, con la realización de las siguientes actividades.

5.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana.

De acuerdo a lo anterior, la propuesta pedagógica desde la Jornada Escolar Complementaria busca promover la formación integral, vista como el resultado de un proceso continuo,

dinámico, permanente, interactivo, que propende desarrollar y potencializar en los NNAJ las dimensiones del desarrollo humano desde lo motor, lúdico, psicosocial y cognitivo por medio de la práctica deportiva escolar en los ciclos educativos uno, dos, tres y cuatro de 85 Instituciones Educativas Distritales de jornada única, extendida y completa adscritas actualmente en el proyecto. La práctica deportiva en el proyecto tiene una dimensión abierta, participativa, solidaria, creativa y constructiva que permite ver la experiencia en tres instancias:

- La práctica deportiva es en principio (para todos los niños y niñas participantes) un instrumento para la formación, para el diálogo, para madurar la personalidad y para generar la inclusión social. Es un medio para encontrarse, conocer y conocerse a nivel personal y emocional
- El deporte en segunda instancia (para los NNAJ que participan en semillero) es una práctica intencionada para el desarrollo personal y social con una disciplina particular.
- El deporte es una opción de vida (hacia el alto rendimiento).

En este sentido, la Jornada Escolar Complementaria permite hacer de la práctica deportiva un medio para que la creatividad y el pensamiento crítico se conviertan en una dinámica cotidiana en los participantes desde una propuesta

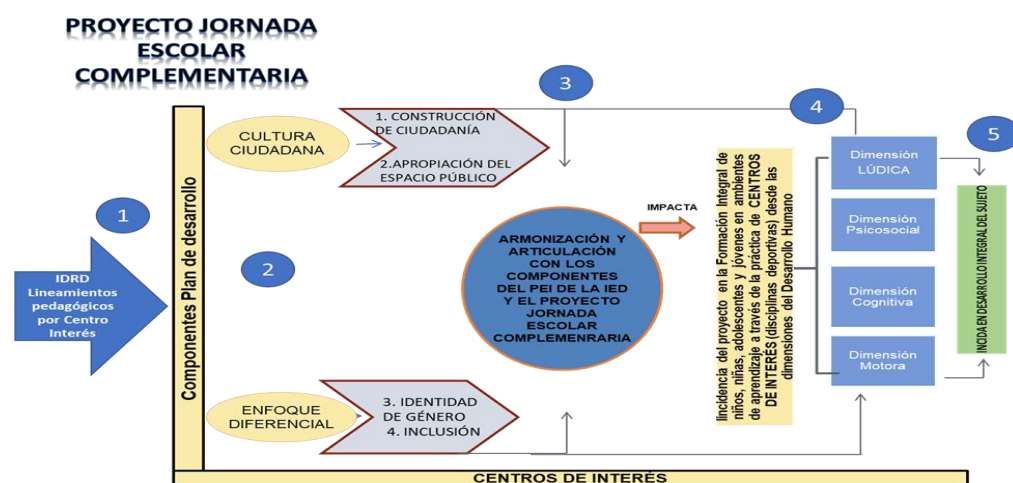


Figura 1. Esquema propuesta Jornada Escolar Complementaria

Este esquema toma ejes fundamentales de transversalización en la práctica pedagógica del deporte escolar como *Cultura Ciudadana* que busca desde el deporte escolar la promoción de valores y actitudes desde la sensibilidad humana en clave de la vida social, individual y colectiva que reconoce las diferencia, las valora, las defiende y las siente como propias para construirnos como seres humanos facilitando la convivencia a través de fundamentos que cimentan la *construcción de ciudadanía* donde los NNAJ son protagonistas activos en la sociedad, por su capacidad de participar de sus transformaciones y de incidir en el destino colectivo de la sociedad, que le permita *apropiarse del espacio público* de la ciudad (parques y escenarios deportivos) vistos

como ambiente de aprendizaje y de construcción con un sentido individual y colectivo puesto que son lugares de encuentro con si mismo y él y los otros donde se ejerce la vida en sociedad.

En tal sentido, el deporte, visto más allá de su sentido competitivo y sin lugar a duda importante, permite la promoción de y el sentido de la amistad, la solidaridad, la otredad, la alteridad y la ética, aplicado al juego limpio y a la construcción de subjetividad que favorece también la construcción de un proyecto de vida que expande las posibilidades del sujeto desde el disfrute, no solo reconociéndolos como elementos valiosos para la tramitación de los conflictos propios de la práctica deportiva como una forma que permite la toma de decisiones acordes a construir la vida de manera colectiva. Otro eje fundamental que se debe intencionar en este proceso, tiene que ver con el *Enfoque Diferencial* reconociendo y respetando las características particulares a partir del principio de la igualdad y equidad de oportunidades en relación a los derechos a partir de la *identidad de género*, propiciando espacios de inclusión, integración, disociando los estereotipos a partir de construcciones sociales y simbólicas de injusticia que se validan como naturales en contra de las mujeres y de las diferencias que nos constituyen sociales y simbólicas.

Aunado a lo anterior, la propuesta busca incidir en la formación integral de los NNAJ a partir de cuatro (4) dimensiones del desarrollo humano:

- *Dimensión lúdica:* En la estrategia Jornada Escolar Complementaria se comprende la dimensión lúdica, como la posibilidad y la capacidad de goce y disfrute que se expresa en la inserción en un centro de interés que lo conecta con los otros y con el entorno, favoreciendo la construcción de su proyecto de vida desde el disfrute, en relación con los compañeros y compañeras con quienes juega y despliega las otras dimensiones que pretende impactar la estrategia.
- *Dimensión motora:* Desde Jornada Escolar Complementaria, se trabajan aquellas actividades motrices y deportivas, mediante procesos educativos y pedagógicos en edad escolar, logrando satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre. Propiciando el desarrollo físico y hábitos de vida saludable que necesitan los escolares para enfrentar la vida.
- *Dimensión cognitiva:* Los procesos de pensamiento desde la estrategia Jornada Escolar Complementaria, 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 como esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.
- *Dimensión Psicosocial:* Aunque el deporte hace especial énfasis en el cuerpo y sus habilidades, la estrategia Jornada Escolar Complementaria trabaja el enfoque psicosocial como la oportunidad de entender al niño y a la niña como alguien relacional, afectivo, con derechos y en proceso de construcción en su dimensión subjetiva y social.

De esta manera, el quehacer pedagógico-social y metodológico que desarrollan los formadores y formadoras se robustece con una apuesta temática que permita entonces que niños, niñas y adolescentes puedan entender el deporte y su práctica como un ejemplo de promoción de actitudes ciudadanas y prevención de situaciones que los pongan en riesgo.

5.3 Apuesta de fortalecimiento al Currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD.

Los colegios que cuentan con un PEI cimentado, respaldado por una dirección activa y una trayectoria pedagógica, abiertos a la innovación y 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. Es por esto que se diseñó una ruta de armonización y articulación curricular que reconoce el contexto de cada IED y permite visualizar el alcance y resultados del proceso formativo de la Jornada Escolar Complementaria del IDRD como experiencia significativa en diferentes escenarios de aprendizaje que se puedan integrar a los elementos curriculares de la IED.

5.3.1 Armonización

Por lo anterior, la Jornada Escolar Complementaria establece define como el conjunto de procesos orientados a abrir espacios de diálogo entre los actores para generar acciones que posibiliten la construcción de un horizonte de sentido común de la IED (misión, visión, objetivos), teniendo como ejes el Plan de desarrollo distrital y la realidad, por tanto, la armonización según la (Secretaría de Educación Distrital SED, SED – DEPB – Proyecto 1005, p. 33 -35), implica que todos los esfuerzos del sistema educativo y de la IED se unen en torno al propósito de garantizar el derecho a la educación como un bien común a través de toda la trayectoria vital de los sujetos situada en los territorios y gestionando la diversidad de contextos y sujetos.

Estas fases robustecen los diseños curriculares de los Proyectos Educativos Institucionales (PEI), en el cual se propone una ruta del proceso de armonización teniendo en cuenta las siguientes fases:

PROTOCOLO DE ARMONIZACIÓN CON LAS IED 2021					
FASE DE CONTEXTUALIZACIÓN		Esta fase permite reconer el contexto de la IED y su dinámica curricular. Acá se puede visualizar como podemos armonizar con la IED.			
ACCIÓN	RESPONSABLES	OBJETIVO	INSTRUMENTO (recolección de información)	PROYECTADO PARA	% DE VALORACIÓN DE LOS AVANCES
Recopilación de Información (Formato de Identificación Institucional): reconocimiento de la IED y estado actual.	Gestotes IED Docente enlace IED Formadores	Identificar los aspectos fundamentales de los proyectos educativos institucionales para el diseño de un plan de trabajo que favorezca el desarrollo de aspectos comunes: los que traza la institución educativa a través del PEI y los propuestos en los lineamientos pedagógicos del proyecto Jornada Escolar Complementaria.	Formato de Identificación Institucional (elaboración Componente Pedagógico del IDRD)	2 meses	15%
Socialización de la propuesta Jornada Escolar Complementaria marco de la jornada única y jornada completa a la comunidad educativa. (para este mes algunas IED el resto al inicio 2020-2021).	Gestores Pedagógicos Gestores IED	Fundamentar la importancia del proyecto Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada completa, y su aporte a la formación integral de cada IED.	Acta de socialización y si hay observaciones o sugerencias	2 meses	10%
Recopilar información para la caracterización Psicosocial – Morfológica desde la virtualidad (edad-peso-talla); aspectos Sociodemográficos (localidad, upz, estrato), hábitos de vida saludable adquiridos.	Institución Educativa Distrital. SED	Caracterizar la población beneficiaria, con el fin de reconocer el estado de los escolares que permita realizar una comparación en los cambios de la población.	Matriz de aspectos de caracterización, diseñada por el componente pedagógico del IDRD.	Depende de la aprobación por parte de los responsables.	5%
Concertación de cronograma de acciones de conceptualización. Según calendario Institucional. Para el inicio de año 2021 marzo.	Gestores IED Docentes enlace IED	Proyectar las reuniones que se desarrollaran al inicio, con el fin de garantizar los espacios programados que apoyen el proceso de la siguiente fase.	Formato de cronograma	2 meses	10%
FASE DE CONCEPTUALIZACIÓN Y ACUERDOS INTERINSTITUCIONALES					
En esta fase, se desarrolla la descripción de los acuerdos en el formato de conceptualización y acuerdos interinstitucionales apoyado de actas que los especifiquen, con los documentos interinstitucionales sobre los que se desea fortalecer el proceso de formación, igualmente se debe realizar la ejecución a los acuerdos establecidos, la ejecución que realizaran los formadores y formadoras del proceso formativo.					
ELEMENTOS DEL COMPONENTE CURRICULAR IED/JORNADA ESCOLAR	PROCESOS DEL ACUERDO				
1. PLAN DE ESTUDIOS DE LA IED / PROPUESTA JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA ÁREA DEL PLAN DE ESTUDIOS (PROPUESTA JORNADA ESCOLAR) / PLAN DE ÁREA/ CARACTERIZACIÓN CENTROS DE INTERÉS.	Docente enlace, formador, Gestores IED, Coordinadores, DOCENTE DE ÁREA	Establecer el área del plan de estudios y/o el Proyecto Transversal de la IED que se quiere fortalecer con la propuesta de Jornada Escolar Complementaria especificando sobre qué aspectos específicamente se buscan fortalecer desde el centro de interés.	- Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico. - Documentos en el drive de plan de estudios de la IED y Plan Pedagógico de Jornada Escolar Complementaria en el drive. - Documentos Plan de área y caracterización del centro de interés. - Documentos: PEI de la IED (evidenciar las excepciones donde está en construcción o no se cuenta con el PEI). - Documento del Proyecto transversal de la IED - Acta institucional IDRD con los acuerdos		20% JULIO
2. PROYECTOS TRANSVERSALES / CENTROS DE INTERÉS	Docente enlace, formador, Gestores IED, Coordinadores, DOCENTE DE ÁREA	Establecer los acuerdos sobre los que se pretende fortalecer el proyecto transversal con la ejecución de los centros de interés.	- Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico. - Acta institucional IDRD con los acuerdos interinstitucionales. - Documento del Proyecto transversal de la IED		
3. MALLA CURRICULAR DE LA ASIGNATURA IED / MALLA VRRICULAR DE LOS CENTROS DE INTERÉS JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA.	Docente enlace, formador, Gestores IED, Coordinadores, DOCENTE DE ÁREA	Establecer acuerdos sobre los elementos de la malla curricular que la ejecución de los centros de interés y como se va a fortalecer el diseño curricular de la asignatura.	- Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico. - Documento en el drive: Malla Curricular de la asignatura de la IED y Malla curricular de los Centros de Interés Jornada Escolar Complementaria. - Acta institucional IDRD con los acuerdos interinstitucionales. - Se debe anexar la documentación sobre la que se desarrolle el acuerdo interinstitucional.		
3. AMBIENTES DE APRENDIZAJE DE LA IED / AMBIENTES DE APRENDIZAJE DESDE EL CENTRO DE INTERÉS	Docente enlace, formador, Gestores IED, Coordinadores, DOCENTE DE ÁREA	Determinar sobre que se quiere fortalecer desde la metodología, estrategias y didácticas en el desarrollo de las sesiones del centrode interés.	- Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico. - Documento que indique la metodología, métodos y estrategias de enseñanza de la IED y de la Jornada Escolar Complementaria. - Formatos Plan de clase de la disciplina deportiva y Formato Plan de aula de la IED. - Acta institucional IDRD con los acuerdos interinstitucionales. - Se debe anexar la documentación sobre la que se desarrolle el acuerdo interinstitucional.		
Esta fase de ejecución se da de forma simultánea a los acuerdos, la ejecución está a cargo de los formadores y formadoras en el proceso de formación, el seguimiento se desarrolla en las mesas de trabajo mensual con los gestores IED, docente enlace y formadores.					
FASE DE EJECUCIÓN Y SEGUIMIENTO					
Ejecucion de los acuerdos interinstitucionales	Gestores IED Docentes enlace IED Formadores Gestores Pedagógicos		Formato de conceptualización y acuerdos, describiendo el seguimiento de los acuerdos mes a mes. Resultado de la valoración formativa cada dos meses.		20% JULIO AGOSTO SEPTIEMBRE OCTUBRE NOVIEMBRE
ESTA FASE SE VA DANDO MES A MES EN EL SEGUIMIENTO DEL ACUERDO Y SE DEBE ESCRIBIR EN EL FORMATO DE CONCEPTUALIZACIÓN Recopilación de la información del desarrollo de cada fase con el fin de revisar la incidencia de la ejecución de la propuesta y efectividad de cada proceso que permita avanzar hacia la articulación curricular.					
Resultados del proceso. Semaforización del proceso	Gestores IED Formadores Gestores Pedagógicos Docente enlace	Registrar el seguimiento de las acciones desarrolladas en el proceso de formación de manera general a traves de las dimensiones del desarrollo humano y las competencias del siglo XXI relacionadas.	Semaforización de las IED, en relacion a los avances presentados. Formato de conceptualización y acuerdos con el avance desarrollado.		15% JULIO SEPTIEMBRE OCTUBRE

Figura 2. Diseño Componente Pedagógico IDRD Ruta del Proceso de armonización con las IED.

Este proceso de armonización con el Proyecto Educativo Institucional podríamos entenderla como el proceso de convergencia o compaginación de las acciones adelantadas por las entidades aliadas en implementación de los centros de interés, con el componente pedagógico del PEI de la Institución Educativa.

1. Contextualizar: Comprender la particularidad de la IED bajo un reconocimiento del horizonte institucional haciendo énfasis en los puntos de encuentro entre el PEI y la Propuesta de la Jornada Escolar Complementaria.
2. Conceptualización y acuerdos interinstitucionales: Permite conceptualizar los contenidos de la educación formal y los contenidos del proyecto de inversión, identificando los acuerdos bajo el diseño curricular interinstitucional, dónde se identifique cuáles son los contenidos curriculares que se quiere fortalecer por medio de la práctica deportiva escolar bajo la modalidad de disciplinas deportivas.
3. Ejecución de acuerdos: Evidencias de la ejecución de los acuerdos establecidos.
4. Seguimiento y resultados: Resultado de la experiencia del proceso.

5.3.2 Articulación curricular

Definida como, el proceso como el proceso dinamizador que pasa por lo psicosocial, histórico, curricular, por lo tanto, el proyecto espera un nivel de articulación transversal, que trascienda de un área de conocimiento específico y que aporte a la formación integral de niños y niñas que permita una reflexión y acción crítica de la práctica educativa, identificando principios organizativos comunes en diferentes disciplinas, determinado en las siguientes fases. Exige la unión coherente del plan de estudios, la didáctica, los procesos de valoración y evaluación, para garantizar la formación integral.

PROTOCOLO PARA LA ARTICULACIÓN CON LA IED 2021					
Fase 1: PROYECCIÓN ARTICULAR		Acorde los avances que se han visto con los acuerdos y con los resultados de formación, se encamina hacia el dialogo de saberes y como podriamos evidenciar nuestra propuesta en la documentación curricular de la IED.			
ACCIÓN	RESPONSABLES	OBJETIVO	INSTRUMENTO (recolección de información)	TIEMPO PROYECTADO PARA LA EJECUCIÓN	% DE VALORACIÓN
Socialización del resultado de la ejecución de los acuerdos mes a mes Socialización y dialogo de saberes del resultado de la ejecución en la formación de los acuerdos interinstitucionales de los aspectos curriculares y el afianzamiento en lo (lúdico, cognitivo, psicosocial y motor) y competencias del siglo XXI, que favorecen la formación integral.	Gestores IED Docente Enlace Formadores Gestor pedagógico	Socializar a la IED los avances mensuales del resultados del proceso se debe realizar en la primera semana del mes inicial	Seguimiento en el Formato de conceptualización y acuerdos mes a mes de los resultados. Semaforización porcentual de avances Resultado de valoración formativa	julio, septiembre, octubre,	15%
Acuerdos interinstitucionales de como se evidencia de manera documental en la IED nuestro aporte.	Docente enlace Gestor IED	Determinar en la que se evidencia en la documentación curricular nuestro aporte .		julio, septiembre, octubre	15
Documentación con los aportes escritos	Docente enlace	Evidenciar el aporte en los aspectos curriculares y documentación de la IED.			40
Fase: ESTADO DE LA ARTICULACIÓN		En esta fases se recopila la información del desarrollo de cada fase con el fin de revisar la incidencia de la ejecución de la propuesta y efectividad de cada proceso que permita establecer los planes de mejoramiento en cada fase.			
Presentación final de la documentación recopilada durante todo el proceso que determina el estado en el que esta cada IED desde la articulación curricular con la Jornada Escolar Complementaria.	Gestores IED Formadores Gestores Pedagógicos Docente enlace	Registrar el seguimiento de las acciones desarrolladas en el proceso de formación de manera general a través de las dimensiones del desarrollo humano y las competencias del siglo XXI relacionadas, que logre documentar la experiencia y los avances con las IED.	CRITERIOS DE SEMAFORIZACIÓN ARTICULAR Presentación final	noviembre	30%

Figura 2. Diseño Componente Pedagógico Ruta de articulación curricular

La ruta de articulación con el currículo es la expresión del PEI, en el entendido que parte de las necesidades sociales y hace parte integral de la cultura; como instrumento, permite la distribución social del conocimiento y como práctica, permite la reflexión y acción crítica de la práctica educativa. En ese sentido y retomando a Álvarez (2010), se entiende el currículo como traductor del PEI, como articulador del conjunto de elementos que dinamizan la práctica educativa y como proyectivo en la medida que permite proyectar al estudiante a otros ámbitos del desarrollo y de la comprensión del mundo. Por lo tanto, se presenta dos acciones:

1. Proyección Curricular: Se socializa los resultados del proceso formativo, con el fin de establecer la proyección curricular donde se plantee fortalecer el elemento curricular y que pueda quedar registrado en la documentación de la IED.
2. Estado de semaforización curricular: Los criterios de semaforización permite identificar los avances que se ha obtenido con el desarrollo de las acciones, y tomar decisiones que permita mejorar o afianzar cada vez la articulación curricular con la IED de la siguiente manera.

5.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa.

Entendiendo, que los procesos de las Instituciones Educativas son distintos y que esa particularidad es la que permite establecer diversas acciones respetando las dinámicas propias del contexto de la IED, la Jornada Escolar Complementaria propone un estado de semaforización con una escala de colores (naranja, verde, amarillo y rojo) que indican el avance en cada una de las fases de las acciones que permiten alcanzar la articulación curricular entre el proyecto de inversión y la IED, fortaleciendo la formación integral.

La escala de semaforización plantea unos factores que logran diversificar los avances en el desarrollo de la armonización y articulación curricular, por lo tanto, los cuatro estados de semaforización van a variar entre una IED y otra, dependiendo muchas veces de factores externos que impiden avances significativos, para lo cual es necesario que los Gestores Pedagógicos por zona realice una lectura de la descripción de cada estado y revisión exhaustiva de los avances y evidencias disponibles del proceso de cada fase establecida en el protocolo entregados por los Gestores IED, y así ubicar a la IED en un estado específico que permita desarrollar las acciones de fortalecimiento con el Gestor IED más adecuadas según sea el caso. (Secretaria de Educación Distrital (2015). Protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular).

SF	Si cumple DE 80% 100% MANERA SATISFACTORIA esta se debe tornar de color verde.
CA	Cumple de 51 al 79% manera aceptable
C	CRITICO, la MENOR AL celda se vuelve 50% roja
NA	NA (No Aplica), la celda queda con fondo blanco.

FACTORES QUE DEFINEN LA SEMAFORIZACIÓN

COLOR VERDE: Estado satisfactorio: La Institución Educativa Distrital ha avanzado de manera considerable y satisfactoria a partir del acuerdo en el componente curricular con la propuesta de Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada completa, se debe fortalecer el resultado de los aprendizajes en los NNAJ a través de la práctica del centro de interés de manera SATISFACTORIO DE

1. La IED consolidó, ejecuto de manera clara y coherente totalmente los acuerdos curriculares en alguno de los documentos institucionales, que se referencian a continuación:
 - Plan de estudios (área fundamental)
 - Proyecto Transversal y /o pedagógico.
 - Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos)
 - Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación
 - Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.
 - Los acuerdos interinstitucionales en el desarrollo de las fases de armonización y articulación curricular construidas en las mesas de trabajo, se incorporan en la planeación anual de la IED o en el Plan de Mejoramiento Institucional.
2. La IED y la Jornada Escolar Complementaria a partir de los acuerdos interinstitucionales lograron la articulación curricular con la propuesta de la Jornada Escolar complementaria por medio de los centros de interés, la cual se evidencia en alguno de los documentos institucionales.
3. La IED reconoce los resultados de la ejecución de los procesos de formación en NNAJ del centro de interés, permitiendo evidenciar la documentación institucional de una posible articulación curricular.
4. La IED permite acciones de seguimiento y retroalimentación, con el fin de analizar la relevancia de la implementación bimensual del proceso, planteando los ajustes pertinentes.
5. La IED establece la importancia de incorporar el proceso de armonización y articulación curricular en el POA y/o en el Plan de Mejoramiento.
6. La IED propone socializar el resultado del proceso de formación integral de la implementación de los centros de interés a docentes de área.
7. La IED valora los resultados de la experiencia de formación de los centros de interés socializando a la comunidad educativa, identificando la incidencia en las dimensiones del desarrollo desde práctica deportiva escolar en la vida de los NNAJ.

FACTORES QUE DEFINEN LA SEMAFORIZACIÓN

AMARILLO: Estado Aceptable: La IED ha tenido un avance mínimo en el desarrollo de acuerdos y el resultado ACEPTABLE. La institución requiere intensificar el mejoramiento de las prácticas en relación al proceso de armonización y articulación.

1. La IED cuenta con la disposición al desarrollo de la propuesta de la Jornada escolar complementaria, sin embargo, existen situaciones externas que afectan el desarrollo de la construcción de los acuerdos interinstitucionales claros y concretos en alguno de los siguientes elementos curriculares:
 - Plan de estudios (área fundamental)
 - Proyecto Transversal y /o pedagógico.
 - Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos)
 - Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación
 - Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.
2. La IED realiza el intercambio de documentos institucionales que permiten analizar y desarrollar acuerdos proyectando una posible ejecución en el proceso de armonización y articulación curricular.
3. Se plantean reuniones ocasionales por situaciones ajenas, que no permiten avanzar en el protocolo de armonización y articulación.
4. La propuesta de la Jornada Escolar Complementaria no se ha logrado vincular de manera clara y continua en la gestión curricular de la IED.

Se puede buscar acciones de mejora como:

Socialización del resultado del proceso de formación desde las dimensiones de desarrollo del centro de interés.

Intercambiar ideas a través de espacios donde el dialogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.

Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través la experiencia del deporte escolar.

FACTORES QUE DEFINEN LA SEMAFORIZACIÓN

ROJO: Estado crítico: La IED no alcanzo los mínimos esperados del proceso de armonización y articulación, por lo tanto, se requiere ser priorizada desde el nivel gerencial y/ o de la entidad aliada para mejorar la adopción y adherencia de la importancia del proceso de armonización y articulación.

1. La propuesta del protocolo de armonización y articulación curricular de la Jornada Escolar Complementaria no se ha logrado vincular en ninguno de los elementos curriculares de la IED.

2. Los Centros de Interés se desarrollan como actividades de manera aislada e independiente del proceso curricular integrando el proceso de armonización y articulación curricular.
3. El aporte valorativo desde el centro de interés, se incorpora en la evaluación de los estudiantes especialmente como estrategia para garantizar su permanencia en estos.
4. La relación entre los elementos curriculares y los centros de interés es mínima o inexistente.

NA (No aplica). NA se diligencia cuando el criterio evaluado no corresponde al nivel de complejidad de la institución evaluada.

Esto lo define el gestor pedagógico según el caso particular de la IED.

Definir qué clase de articulación tiene cada IED:

- ✓ Articulación vertical y descendente: Cuando se lleva a cabo entre la educación media, la básica y la inicial.
- ✓ Articulación interdisciplinar: Cuando se da entre los componentes de un campo disciplinar, centrada en un solo saber, se definen los objetos de conocimiento, los conceptos y las metodologías específicas. (educación física, mallas)
- ✓ Articulación multidisciplinaria: Esencialmente temática. Se apoya en los temas, ideas, proyectos, e implica la especificación de los aportes particulares de diferentes disciplinas.
- ✓ Articulación transversal: Se basa en la identificación de principios organizativos comunes a diferentes disciplinas (términos, conceptos, procedimientos, técnicas) y que luego se emplean de manera común en diferentes áreas o disciplinas del currículo.
- ✓ Articulación estructural: Supone lazos de complementariedad e igualdad entre las disciplinas; implica la definición de líneas de trabajo e investigación que apuntan a síntesis de procedimientos, conocimientos y estrategias mediante la adopción de un marco común.
- ✓ Articulación interdisciplinaria: Trata de garantizar la concurrencia de conocimientos provenientes de distintas disciplinas en torno al estudio de problemas: el objeto de estudio no es la disciplina, sino los problemas que resultan relevantes para los ciudadanos, en este caso, para la escuela.

6. NOCIONES Y CORRIENTES PEDAGÓGICAS DE JORNADA ESCOLAR

COMPLEMENTARIA

6.1 Corriente del modelo pedagógico social

El modelo pedagógico de la estrategia “*Jornada escolar complementaria*” se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado a la formación integral de los y las participantes. En suma, 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 se ancla en el movimiento como lugar de apoyo para

que quienes participan de los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva si no que se construyan como ciudadanos y ciudadanas; en este horizonte de sentido, es posible que algunos y algunas, por sus condiciones, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construirse su existencia; otros, la gran mayoría encontrarán en el deporte, no una forma de ganarse la vida como deportistas, pero si una posibilidad de constituirse como seres humanos más allá del deporte mismo.

El deporte como fenómeno cultural y humano, construye posibilidades para los sujetos que van desde las relaciones que fortalecen su capacidad de vinculación y creativa (Nussbaum, 2012), hasta el punto de construirse la vida desde una mirada placentera (Molina-Gallo y Sánchez-Londoño, 2016) de la misma que le permite ampliar su horizonte moral (Cahn y Sen, 2018). Este horizonte moral, no es otra cosa que la posibilidad de elegir la vida que cada uno cree que merece vivir (Cahn y Sen, 2018) y ello supone un deber del estado y sus instituciones y en este caso el IDRD para que los niños, las niñas los adolescentes y los jóvenes, cuenten con alternativas que desde su presente les permitan reconocer desde su cuerpo y las relaciones que construyen todos los días, la posibilidad de escoger aquello que creen que es beneficioso para su existir.

En este orden, el modelo pedagógico bebe de diversas fuentes como la praxeología de Parlebas (Saraví, 2000) y se articula con más fortaleza en las corrientes sociocríticas con mayor asiento y construcción en América latina; estas corrientes abogan por el reconocimiento de un saber propio desde el continente y se ubican de acuerdo con De Sousa en un lugar de la línea en el que el conocimiento es despreciado por el saber eurocéntrico (García-Chueca, 2014). En este orden, el enfoque socio crítico nos acerca a un quehacer metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción – reflexión – acción.

Desde las miradas críticas del quehacer pedagógico, estos tres momentos son cruciales para el desarrollo de las apuestas pedagógicas y didácticas, para ello es importante comprenderlas cada una por separado:

6.2 Enfoque Metodológico

El modelo pedagógico de la estrategia “*Jornada escolar complementaria*” se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado a la formación integral de los y las participantes. En suma, 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 se ancla en el movimiento como lugar de apoyo para que quienes participan de los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva si no que se construyan como ciudadanos y ciudadanas; en este horizonte de sentido, es posible que algunos y algunas, por sus condiciones, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construirse su existencia; otros, la gran mayoría encontrarán en el deporte, no una forma de ganarse la vida como deportistas, pero si una posibilidad de constituirse como seres humanos más allá del deporte mismo.

El deporte como fenómeno cultural y humano, construye posibilidades para los sujetos que van desde las relaciones que fortalecen su capacidad de vinculación y creativa (Nussbaum, 2012), hasta el punto de construirse la vida desde una mirada placentera (Molina-Gallo y

Sánchez-Londoño, 2016) de la misma que le permite ampliar su horizonte moral (Cahn y Sen, 2018).

Este horizonte moral, no es otra cosa que la posibilidad de elegir la vida que cada uno cree que merece vivir (Cahn y Sen, 2018) y ello supone un deber del estado y sus instituciones y en este caso el IDR para que los niños, las niñas los adolescentes y los jóvenes, cuenten con alternativas que desde su presente les permitan reconocer desde su cuerpo y las relaciones que construyen todos los días, la posibilidad de escoger aquello que creen que es beneficioso para su existir.

En este orden, el modelo pedagógico bebe de diversas fuentes como la praxeología de Parlebas (Saraví, 2000) y se articula con más fortaleza en las corrientes sociocríticas con mayor asiento y construcción en América latina; estas corrientes abogan por el reconocimiento de un saber propio desde el continente y se ubican de acuerdo con De Sousa en un lugar de la línea en el que el conocimiento es despreciado por el saber eurocéntrico (García-Chueca, 2014).

En este orden, el enfoque socio crítico nos acerca a un quehacer metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción – reflexión – acción que integra en módulos de aspectos psicosociales como:

- Niños y niñas como sujeto de derechos, en donde se busca un protagonismo activo de niños y niñas frente a sus derechos, dejando de lado la comprensión de la niñez como objeto de intervenciones tanto de instituciones como de programas de diferentes entidades.
- La familia como centro afectivo y de socialización, aspecto que permite generar acciones que buscan que, a partir de las reflexiones, las familias tengan un lugar más activo en el proceso de formación.
- El cuerpo como primer territorio de garantía de derechos, el cual tiene como objetivo complementar el concepto del cuerpo como fundamento de la práctica deportiva con una comprensión del cuerpo como centro de la comprensión de la ciudadanía, la participación y la existencia.
- El deporte como un espacio de encuentro con los y las otras
- Autoestima, autoconcepto y autoimagen, tres temas que permiten complementar los aspectos relacionados con la construcción de la personalidad y la autónoma de manera dinámica.

Desde las miradas críticas del quehacer pedagógico, estos tres momentos son cruciales para el desarrollo de las apuestas pedagógicas y didácticas, para ello es importante comprenderlas cada una por separado:

ACCIÓN: se refiere a la necesidad de que el formador reconozca la vida previa de los y las participantes, ello se centra en la necesidad de reconocer sus formas de movimiento, sus gestos técnicos, sus formas de relacionamiento; se trata de comprender al sujeto que se encuentra frente a mi como formador con todas sus características y condiciones morfofuncionales, así como sus condiciones sociales y culturales; quien llega a la práctica deportiva es un cuerpo dotado de subjetividad y por ello necesariamente un sujeto que debe reconocerse en todas sus dimensiones.

REFLEXIÓN: en este momento, el rol del formador se concibe como un papel fundamental, pues ha de favorecer las nuevas apropiaciones de los y las participantes a partir de lo reconocido en el momento inicial y de su espejo cultural como formador/a.

Su tarea no es menor, supone que sus acciones han de tener una triple entrada: lo primero es un trabajo motor que ayuda a cualificar los gestos deportivos de los y las participantes; lo segundo supone la necesidad de que los gestos técnicos sean comprendidos más que actuados, pero precisamente para que sean llevados a una práctica comprendida en relación con los otros y las otras que nos rodean; ello supone una comprensión amplia de los mismos y de su impacto en la vida humana para que sean acciones reflexionadas y no simplemente movimientos carentes de sentido que se olvidan en otros espacios y escenarios.

ACCIÓN: Finalmente y como el elemento central de este accionar metodológico, se encuentra el tercer paso o momento metodológico, la ACCIÓN que realizan los y las estudiantes, pensadas, reflexionadas, comprendidas que suponen, sin duda, una cualificación de sus acciones y gestos técnicos que se mejoran en el espacio deportivo y en la vida misma; se trata de una práctica o un conjunto de acciones que reconocen en su despliegue: la Cultura Ciudadana y la Construcción de Ciudadanía como eje del movimiento en tanto éstos se viven con otros para construirse colectivamente; la Apropiación del espacio público como lugar de vivencia y disfrute del deporte y del encuentro; el reconocimiento de las diferencias como posibilidades de construcción y no como limitantes de los movimientos o de la vida y la existencia misma; la Identidad de género como la necesidad de reconocer y respetarnos desde los movimientos que hacemos que nos identifican como diferentes pero no en la existencia de uno o varios géneros de menor valía que otros; por último, estas acciones han de considerar la inclusión como un principio fundamental de la vida en comunidad.

Se trata de tres pasos metodológicos que deben ayudar a:

- Un formador que se comprende como un sujeto que se actúa y se mueve, sintiendo y pensado y ello supone una interacción permanente en la sociedad, en una sociedad de diferentes y no de iguales y que reconoce su rol en la tarea de que los niños y las niñas participantes de la Jornada Escolar Complementaria construyan pensamiento, movimiento y sensaciones como una triada indisoluble; pues los cuerpos no se mueven sin sentir y sin pensar.
- Unos y unas escolares que comprenden el movimiento como parte de su existencia y el valor de este en las interacciones cotidianas, no se trata de tener seres humanos que se mueven muy bien en el desarrollo de sus deportes con gestos técnicos adecuados, sino que estos gestos técnicos y estas formas de despliegue de sus acciones se trasladan a su cotidianidad para reconocer la importancia de los otros, las otras y las diferencias que nos constituyen como seres humanos.

6.3 Secuencia didáctica

Definición fases sucesión de actividades que responden a una estructura secuencial que las encadena a lo largo de un periodo de tiempo definido como el necesario para que los estudiantes adquieran los aprendizajes y se acceda a los conocimientos que se han trazado como metas.

- **Fase Inicial: Acción:** preparación de la clase y momento inicial de ésta que reconoce la entrada de los niños y las niñas a ésta y a partir de ahí se proponen nuevos movimientos y gestos técnicos por parte del profesor.
- **Fase Central y Fase de retroalimentación: Reflexión:** El formador ayuda a los niños y a las niñas a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo del movimiento dentro y fuera de los escenarios deportivos. En este momento los niños y niñas deben comprender que movimiento, pensamiento y sensaciones son, como ya se mencionó, una triada indisoluble.
- **Fase de retroalimentación y vuelta a la calma: Acción:** los y las formadoras junto con los niños y las niñas proponen las compresiones logradas y se comprometen a la práctica de los movimientos aprehendidos en clase para trasladarlos a la vida cotidiana en las diferentes interacciones de su existir. Como se mencionó antes, este puede ser el momento más importante de la metodología en tanto los movimientos se trasladan a la construcción de una vida que se mueve, siente y piensa e interactúa reconociendo las diferencias y la igualdad en tanto sujetos de derechos.

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

La acción, reflexión y acción se traduce en un proceso metodológico que reconoce la vida y va a la clase y posteriormente regresa a la vida de los escolares; ello se traduce en tres pasos metodológicos para la clase desde el proceso de enseñanza- aprendizaje través de la formación de 35 centros de interés reorganizadas por modalidades deportivas de la siguiente manera:

Pelota: fútbol, baloncesto, sóftbol, futsal, tenis de campo, bádminton, voleibol, tenis de mesa, béisbol, fútbol de salón, balonmano, rugby y squash.

Combate: judo, lucha, taekwondo, boxeo, karate, esgrima.

Nuevas tendencias deportivas: escalada, BMX, ultimate, capoeira, skateboarding.

Tiempo y marca: natación, atletismo, patinaje, levantamiento de pesas, ciclismo.

Arte y precisión: porras, gimnasia, baile deportivo.

Disciplinas audiovisuales: ajedrez y actividad física.

Iniciación al Movimiento.

¿Qué es un centro de interés? Es una estrategia pedagógica que está centrada en la exploración, la investigación y la curiosidad innata de los niños, niñas y jóvenes, que permite la integración natural del conocimiento alrededor de los intereses y de las necesidades que se identifican en los espacios de aprendizaje, para convertirlos en ambientes de aprendizaje enriquecidos.

El centro de interés como estrategia pedagógica fortalece la formación integral, potenciando los aprendizajes esenciales partiendo del diálogo y de los consensos sobre los cuales se estructura el centro de interés, se formaliza y se definen los conceptos, las acciones, los

tiempos, los recursos y las relaciones curriculares y las formas de identificarlas con cada una de las áreas y ejes transversales para resolver las preguntas que surjan en el centro de interés.

6.5 Valoración formativa (VAF)

La valoración formativa y cualitativa (VAF), en la Jornada Escolar Complementaria busca valorar el progreso y proceso alcanzado por los NNAJ resultado de la dinámica de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de las actividades de los diferentes centros de interés transversalizando de las dimensiones del desarrollo humano, centrada en:

- Lo que el estudiante logra, mas no en lo que le falta.
- Resaltar el interés y dedicación que muestra el escolar al desarrollar las actividades propuestas y destacar el esfuerzo ante la adversidad.
- Entender el contexto (hogar, escenario deportivo, IED) de cada escolar.

Lo anterior sucede en cada sesión de clase y para evidenciar estos procesos el formador realizara y entregara a la IED cada dos meses la VAF a través de una herramienta de seguimiento y valoración diseñada por el componente pedagógico y social del proyecto que se encontrara en el Sistema de Información Misional SIM. Este proceso busca fortalecer el PEI, mediante las acciones de armonización y articulación curricular acordadas con las diferentes IED en el marco de los proyectos: Fortalecimiento a la formación integral de calidad en Jornada Única y Jornada Completa, para niñas, niños y adolescentes en colegios distritales de Bogotá DC, de la SED y Jornada Escolar Complementaria del IDRD. En este sentido se busca promover la formación integral de NNAJ desde su dimensión cognitiva, motora, lúdica y psicosocial, a través de la práctica de centros de interés deportivos en ambientes de aprendizaje remotos (sincrónico, asincrónico) mediados por las TIC, guías de aprendizaje y ambientes presenciales no aularios como escenarios y parques de la ciudad para aquellas instituciones que inician el proceso de alternancia. Garantizar un proceso formativo basado en el conjunto de acciones e interacciones que se generan, en forma planificada, entre diferentes agentes (escolares, docentes de las IED, formadores, ambiente no aularios, remoto, recursos educativos, guías de aprendizaje), para lograr los resultados de aprendizaje propuestos. Este conjunto de acciones e interacciones son intencionados dentro de un marco conceptual teórico y práctico, que orientan los procesos pedagógicos de los centros de interés, los cuales se relacionan a continuación:

- Aprendizaje orientado por competencias para la vida: desarrollo de conocimientos, procedimientos y actitudes, con un conjunto de acciones que los escolares pueden desarrollar en su vida cotidiana o en una situación de la vida particular.
- Aprendizaje experiencial: Ocurre cuando el escolar es capaz de enfrentar situaciones reales se consolida en él un conocimiento significativo, contextualizado, transferible, funcional, y se fomenta su capacidad de aplicar lo aprendido. En este caso por medio de la práctica deportiva escolar y lo que genera en sus dimensiones de desarrollo.

- Tecnología al servicio del proceso formativo (procesos remotos): La virtualidad llega para quedarse, por lo tanto, fortalecer las estrategias y metodologías activas y centradas en el estudiante, a través del uso de herramientas tecnológicas acordadas con la IED. Igualmente, la Integración de la tecnología para el mejoramiento de la gestión pedagógica del formador y el seguimiento de los procesos de enseñanza – aprendizaje.

- El formador y formadora realizará el seguimiento al proceso de formación de los NNAJ y su respectiva valoración cualitativa VAF en la cual se resaltarán sus logros y aprendizajes.

- El formador y formadora participará en las mesas de trabajo de cualificación por parte de los gestores pedagógicos y sociales, posteriormente construyen, analizan y revisan las modificaciones a las mallas curriculares de su centro de interés liderado por un profesional de enseñanza.

6.6 Seguimiento y monitoreo de las etapas de la iniciación deportiva del centro de interés.

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 de mundo desde las cuales se producen, es por esto que desde los aspectos pedagógicos la VAF se desarrollará de la planeación de cada malla curricular desde las dimensiones del desarrollo humano desde lo cognitivo, motor y lúdico.

1. Etapa de formación perceptiva motora: Exploración

Esta etapa comienza con el nacimiento y se prolonga hasta los diez años aproximadamente. Se caracteriza por el desarrollo e irradiación de las capacidades perceptivo-motrices desde lo deportivo de cada centro de interés donde se desarrolla el esquema corporal, estructuración temporo-espacial, equilibrio, manipulación de objeto, coordinación dinámica general y coordinación sensorio motora. Por lo tanto, todas las formas básicas del movimiento como correr, saltar, trepar, recibir, arrojar y variadas experiencias motrices con la intención de que todo sea recreativo, pero sistemático, estimulando y desarrollando sus capacidades ya mencionadas.

2. Etapa de formación deportiva multilateral: Apropiación

Esta etapa abarca desde los once doce a trece años. El desarrollo de las más variadas formas de coordinación, y familiarización, con los más diversos elementos y el desarrollo del pensamiento táctico general. Esta etapa nos presenta una gran capacidad de las técnicas de movimientos combinados en forma global. No se consigue la inhibición de movimientos, por lo tanto, no hay precisión. Es posible el incremento de las capacidades físicas por medio del entrenamiento sistemático.

En cuanto a la Preparación Física se puede desarrollar sus capacidades físicas como la resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad, coordinación, en forma general. En cuanto a la preparación Mental permitirle conocer la idea central, las reglas del centro de

interés. Por supuesto que todo esto sin perder de vista el desarrollo de los 3 objetivos de la etapa: Desarrollo de los más variados patrones de la coordinación; familiarización con los más diversos elementos, desarrollo del pensamiento táctico general.

3. Etapa de formación específica deportiva: Dominio

También abarca de desde 13 hasta los 17 años. Sus objetivos son: El desarrollo de las destrezas y habilidades específicas, el desarrollo del pensamiento táctico específico, el aprendizaje de las técnicas específicas del deporte.

8. MICRODISEÑO CURRICULAR

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

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA			
Proyecto 7854 Jornada Escolar Complementaria			
8.1. Ubicación curricular del centro de interés			
MODALIDAD DEPORTIVA	CENTRO DE INTERÉS	LÍNEA PEDAGÓGICA	ÁREA
Individual	Taekwondo	Deporte Escolar	Subdirección Técnica de Recreación y deporte
PERIODO ACADÉMICO: I.II.III.IV		COMPONENTE: PEDAGÓGICO	
TIPO DE PERÍODO ACADÉMICO			
BIMENSUAL	HORAS DE CADA SESIÒN		120 minutos
CICLOS DE APLICACIÒN	Ciclo Inicial (6 años), Ciclo 1, Ciclo 2, Ciclo 3, Ciclo 4, Semillero		
SESIONES DE CLASE CALENDARIO ACADÈMICO	SESIONES DE CLASE MENSUAL	SESIONES DE CLASE SEMANAL	HORAS DE TRABAJO INDEPENDIENTE DEL ESCOLAR
80	8	2	2

8.2. Planteamiento del centro de interés

8.2.1. Justificación del centro de interés en el marco del proyecto jornada escolar complementaria

TAEKWONDO

Arte marcial de origen coreano difundido por el mundo, adaptado como deporte moderno y reconocida modalidad olímpica competitiva.

El taekwondo actualmente se erige como un elemento de transformación social y actividad física que estimula en sus practicantes, el desarrollo de las capacidades físicas básicas, perceptivo motrices y el fortalecimiento de habilidades blandas importantes para una sana convivencia y crecimiento humano, espiritual, intelectual y profesional.

En Colombia y específicamente en Bogotá, el Taekwondo se ha posesionado en el proyecto de inversión 7854 del IDRD de la jornada escolar complementaria JEC; como un centro de interés que aporta los valiosos saberes adquiridos por sus formadores, impactando positivamente a la comunidad participe de la disciplina.

La flexibilidad de la práctica y su contenido programático se amalgama de manera precisa con el proyecto educativo institucional de cada IED beneficiaria, reforzando los aspectos relevantes en la básica primaria y secundaria:

- Modelo acorde a cada ciclo etario y educativo
- Componentes sociales y convivenciales
- Autoconocimiento e inteligencia emocional
- Modelamiento de hábitos de vida saludables
- Adaptabilidad y competitividad solidaria
- Estímulo físico orgánico y adquisición de disciplina deportiva
- Detección de talentos deportivos desde los centros de interés, los cuales alimentarán los semilleros buscando reforzar las selecciones deportivas representativas de la localidad, municipio, departamento y país.
- Utilización de un lenguaje (idioma) característico, reforzando el interés y aprendizaje de nuevos idiomas

8.3 Propósitos del centro de interés

8.3.1 Objetivo general desde el centro de interés

Explorar por medio del centro de interés el desarrollo de experiencias motoras; que favorezca la adquisición de destrezas, habilidades y cambios comportamentales, utilizando un lenguaje acorde a su nivel de conocimiento a través de actividades lúdico-motrices enfocadas al desarrollo integral de los estudiantes del centro de interés en el proyecto de inversión 7854 Jornada Escolar Complementaria.

8.3.2 Objetivos Específicos

- Orientar a las IED y a la comunidad educativa del Centro de Interés de Taekwondo a tener una comunicación asertiva y constante en donde se genere una vinculación que aporte al óptimo funcionamiento y desarrollo del centro de interés.
- Propiciar y formar a los NNJA mediante la práctica del Taekwondo, teniendo como base sus principios marciales, hábitos saludables, valores y competencias ciudadanas que propendan la inclusión dentro de la sociedad.

8.4 Concepto de deporte

El Taekwondo es un estilo de vida para quien lo practica, es la versión moderna del antiguo y noble arte marcial coreano que busca la integración física y mental, donde se utiliza el cuerpo como sistema de ataque y defensa. Tae: representa el pie (saltar, golpear o romper con el pie). Kwon: representa el puño (golpear o romper con el puño). Do: es el arte o camino que se aprende al desarrollar la práctica con sabiduría. En los últimos años se ha incrementado notablemente la práctica de esta disciplina deportiva, ya que gracias a ella se trae consigo un sin número de ventajas entre las que destacamos:

- Permite mantenernos en forma.
- Reduce la posibilidad de sufrir de obesidad y problemas de tipo cardiovascular.
- Aumenta los reflejos.
- Adquirir hábitos de vida saludable
- Fomenta la formación en valores de niños niñas y adolescentes.

El Taekwondo como centro de interés, se adapta pedagógicamente para contribuir al alcance de la formación integral, donde cada acción técnica y/o táctica, afectará el desarrollo del escolar en sus ámbitos motriz, cognitivo, lúdico y psicosocial, fomentando el respeto y participación mesurada evitando demostrar exceso de rivalidad o menosprecio por el/los compañeros/s. Se busca lograr en los escolares cambios favorables de actitud con su entorno escolar, de autoconfianza, de cultura general y deportiva, de autocontrol. Motivar la disciplina, la perseverancia el

compromiso, como principios fundamentales de los contenidos de aprendizaje, permitiendo impactar favorablemente a toda la comunidad educativa.

8.5. Que esperamos del escolar en el centro de interés de la jornada escolar complementaria

Descubra como la práctica deportiva, le ayuda e incentiva a comprender la importancia de la participación activa en el proceso colectivo de su aprendizaje. Permitiéndole desarrollar sus habilidades sociales, reflexivas, críticas y motrices, a fin de construir un mejor conocimiento desde los diferentes saberes que coadyuven a transformar su realidad positivamente.

De esta manera, logre una buena preparación para la toma de decisiones asertivas, mejorando su accionar en cada uno de los ambientes vivenciales como lo son el familiar, el escolar y ciudadano, aplicando los principios y valores recibidos en el centro de interés de Taekwondo.

Se convierta así en un garante más de los derechos humanos, estableciendo relaciones participativas, solidarias, inclusivas y de equidad que hagan su diario vivir armonioso y pacífico.

Que aprecie como el aprendizaje del deporte olímpico del taekwondo le proporciona hábitos de vida saludable, mejorando el dominio de su cuerpo y de su mente, de manera lúdica y comprometida. Vivenciando cambios comportamentales y físicos durante la ejecución de los diferentes ejercicios enseñados por el formador deportivo.

El respeto por sí mismo y por los demás, su autoestima, autoconfianza y liderazgo son principios inherentes dentro de la práctica deportiva del Taekwondo, que como deporte olímpico de combate enseña que los valores crecen a la par del desarrollo físico.

En su actividad recreativa el escolar reconoce y fortalece los valores olímpicos aprendidos, como los son: la excelencia, el respeto, la amistad y juego limpio. Los cuales inspiran a los deportistas a tener determinación en sus metas, aprendiendo a trabajar en equipo, enseñando a los demás el respeto por las reglas, mientras se divierten sanamente practicando un deporte de combate como lo es el Taekwondo.

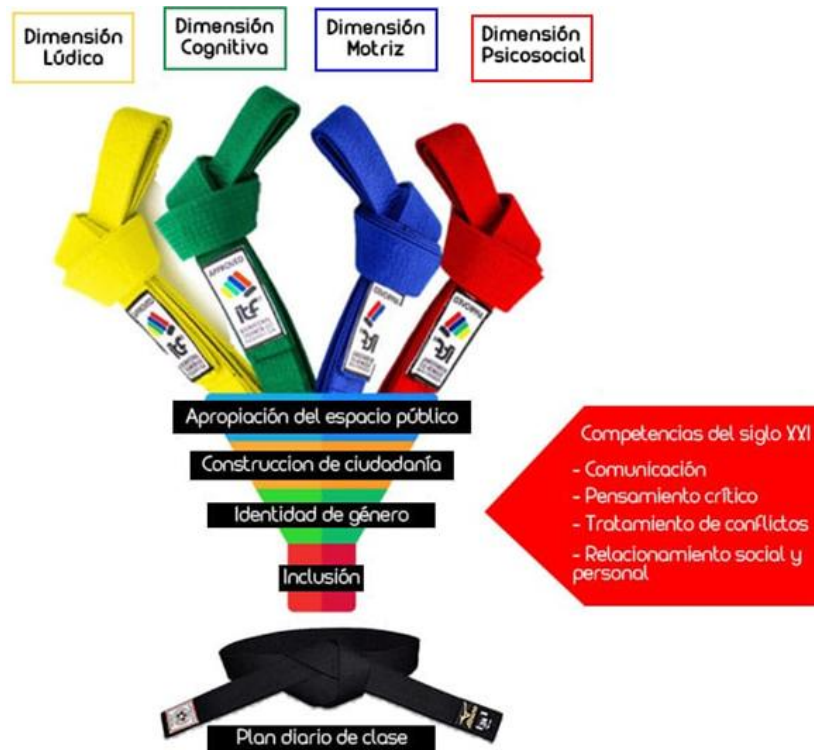
8.6 Políticas del centro de interés

8.6.1 En lo presencial

- Llevar ropa deportiva adecuada para la práctica del Taekwondo (sudadera).
- Usar bloqueador, gorra e hidratación, ya que se realizará al aire libre.
- Respetar y hacer cumplir las normas de los escenarios deportivos (parques IDRD- SED).
- Llegar puntualmente a las clases y actividades programadas por el (CI-Taekwondo).
- Entregar las planillas con los datos personales de cada uno de los alumnos antes de iniciar actividades en parque, con el fin de tener actualizada la base de datos en caso de cualquier eventualidad y por solicitud de la administración de cada parque. (IDRD)
- Garantizar la continuidad de las NNJA en (CI-Taekwondo) en cada año lectivo.
- Antes de iniciar clases en parque informar sobre los protocolos para casos de emergencia (SED) a la Coordinación del (CI-Taekwondo), para los fines correspondientes.
- Enviar a las NNJA con el/los uniforme/s que identifica a la IED.
- Garantizar la protección de los escolares participantes del (CI-Taekwondo), a través de Póliza de Seguros y/o convenio con la secretaria de Salud Distrital expedida para la IED - SED; entregar copia a la Coordinación Pedagógica del (CI-Taekwondo).
- Aportar ideas y ofrecer permanentemente apoyo y colaboración para el beneficio del (CI-Taekwondo).
- Conocer el funcionamiento y particularidades del centro de Interés de Taekwondo para hacer los acuerdos necesarios para la armonización y articulación con las IED.
- Acatar la Ruta de Convivencia para el desarrollo del Proyecto Jornada Escolar Complementaria del IDRD y del (CI - Taekwondo).
- Conocer el funcionamiento y particularidades del centro de Interés de Taekwondo para hacer los acuerdos necesarios para la armonización y articulación con las IED.
- Acatar la Ruta de Convivencia para el desarrollo del Proyecto Jornada Escolar Complementaria del IDRD y del (CI - Taekwondo).

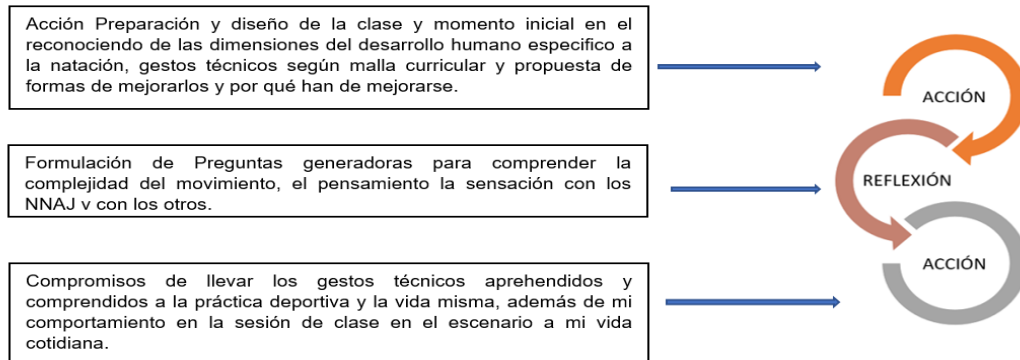
8.6.2. En sesiones sincrónicas remotas

8.7. Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias.



8.8. Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acción-reflexión-acción

El trabajo del centro de interés se relacionará de la siguiente manera.



8.9. Competencia(s) desde el proyecto jornada escolar complementaria en la cual se enmarca el centro de interés desde la exploración apropiación y dominio.

Fundamentación técnica del centro de interés



8.10. Ejes transversales al centro de interés indicadores de competencia

EJES TRANSVERSALES	DIMENSIONES-DESCRIPCIÓN	
	(Dimensiones)	Descripción de los indicadores
CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA	Cognitivo:	EXPLORACIÓN: Identifico los pasos para realizar las técnicas del taekwondo. APROPIACIÓN: Reconozco y utilizo técnicas de pateo y defensa siendo consciente de cada uno de mis movimientos y desplazamientos. DOMINIO: Aplico comandos y terminología propia del Taekwondo para la ejecución de patadas y defensas.
	MOTOR	EXPLORACIÓN: Exploro posibilidades de movimiento corporal a nivel global y segmentario. APROPIACIÓN: Realizo gestos técnicos básicos de defensa y patada de Taekwondo. DOMINIO: Utilizo las técnicas básicas de taekwondo para hacer combinaciones en posición estática o dinámica.
	LÚDICO	EXPLORACIÓN: Identifico el juego como medio de aprendizaje y potencializador de técnicas motrices básicas.

		APROPIACIÓN: Interpreto las emociones y momentos del juego. DOMINIO: Aplico juegos de forma conjunto o individual que aporten a el desarrollo técnico-táctico
	PSICOSOCIAL	EXPLORACIÓN: Identifico mis derechos y deberes para un bienestar físico, mental y social. APROPIACIÓN: Identifico la importancia de cuidar el espacio público para mi bienestar y el de los demás. DOMINIO Comprendo la importancia de participar y generar inclusión para la construcción de una mejor sociedad.

8.11. Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés.

Es una secuencia pedagógica fundamentada en la estructuración y periodización de procesos, cuya finalidad es encaminada al aprendizaje a partir de lo cognitivo, lo motriz, lo lúdico y lo psicosocial del estudiante. Permiten tener un enfoque diferencial acorde a la objetividad de acuerdo a la disciplina deportiva a desarrollar teniendo en cuenta la caracterización de la misma.

Para nuestro centro de interés podemos implementar las siguientes Estrategias

Secuencias didácticas. Son las diferentes actividades que debemos de crear para encadenar y articular una unidad didáctica. (Aplicable desde lo cognitivo y motriz como secuencialidad de un proceso o dinámica).

Sesión cerrada. Son actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicial, desarrollo y final. Predomina el mando directo y la escasa o nula participación sugerente de los alumnos. (Es importante ya que el docente muestra el gesto técnico a realizar y posterior a ello lo ejecuta el estudiante conocido como estímulo – respuesta)

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 activa de los alumnos. (Permite al estudiante generar diversas formas de hacer una actividad a partir de un movimiento)

Actividades alternativas. Actividades que se utilizan cuando no es posible salir al patio escolar. (Aplica en este momento actual, donde se enfoca a la virtualidad o espacios alternos a la jornada escolar permitiendo exploración y diversidad de recursos materiales).

Circuitos de acción motriz: recreativo, patrón de movimiento, fundamentos deportivos. El circuito de acción motriz es una forma de trabajo en la cual realizamos 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. (Aplicable al desarrollo de capacidades coordinativas)

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. (son de vital importancia ya que complementan el aprendizaje y son la forma directa de romper el hielo y realizar la interacción de los participantes).

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 (Aplicable como mando externo auditivo cuyos movimientos deben ser secuenciales y sincronizados por los participantes permite mejorar el ritmo de ejecución de un gesto técnico muy aplicable a los poomsae)

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 (Muy aplicable al desarrollo de la capacidad motriz individual permitiendo evidenciar fortalezas y debilidades)

Asignación de tareas. Permite la realización de actividades propuestas con la finalidad que puedan ser profundizadas. Mejorando el desarrollo motor atendiendo a necesidades individuales, con enfoque y proyección al perfeccionamiento de un gesto técnico.

Resolución de problemas. Es un proceso que permite despertar la creatividad a partir de lo cognitivo, la parte psicológica y principalmente adaptación al entorno social en que se desenvuelve cada persona allí se buscan alternativas de poder solucionar una situación de una forma bidireccional de lo micro a lo macro o de lo macro a lo micro.

Trabajo Colaborativo: “Es el empleo didáctico de grupos reducidos en que los alumnos trabajan juntos para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás” (Johnson et al., 2000, p. 5). Esta estrategia permite que cada estudiante tenga claro que los esfuerzos de cada uno de los compañeros no solo lo benefician a él sino también a los demás.

Método del caso: “Es el empleo didáctico del análisis de la situación descrita en un caso, donde los alumnos se colocan de manera figurada en la posición particular de un tomador de decisiones” (Dirección de Investigación y Desarrollo Educativo, s.f.b, p. 8). Por medio de esta estrategia cada estudiante puede llegar a mejorar la capacidad para el análisis en profundidad de temas específicos del Taekwondo y de igual forma el desarrollo de las habilidades de la comunicación.

Prácticas externas: Estrategia didáctica en que el desarrollo de competencias, ocurre a partir de un conjunto de desempeños que un estudiante realiza en un contexto real, controlado y propio del centro de interés de Taekwondo, que proporcionan al estudiante oportunidades de aprendizaje para fortalecer el logro de las competencias.

8.12. Estrategia de valoración formativa

Diagnóstica: Preguntas PROBLEMATIZADORAS que desarrollará reflexiones e interpretaciones del contexto.

Formativa: La autoevaluación en presencialidad

Valoración: Está relacionado a los productos como documentos escritos de guías, prácticas motrices y participación a través de la observación, creatividad.

BIBLIOGRAFÍA

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–5). Bogotá: IDRD.

Álvarez, María Gladys. Diseñar el currículo universitario: un proceso de suma complejidad la formación humana y curricular. Signo pensam. Vol.29 (Nº56). Bogotá.2010.

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–2). Bogotá: IDRD.

Martinic, S., Huepe, D., & Madrid, Ángela. (2016). Jornada Escolar Completa en Chile. Evaluación de Efectos y Conflictos en la Cultura Escolar. *Revista Iberoamericana De Evaluación Educativa*, 1(1). Recuperado a partir de <https://revistas.uam.es/riee/article/view/4686>

Muxí, Zaida. (2019). La co-creación del espacio público como estrategia para ciudades educadoras. (2019). vol. 6, nº11. Barcelona, España.

Ramírez Llorens, Fernando (2014), como se citó en Zorrilla Fierro (2008). Sobre la extensión de la jornada escolar en Uruguay: ocho supuestos de la política educativa en debate. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* (México), XLIV(2),13-38.[fecha de Consulta 3 de Agosto de 2021]. ISSN: 0185-1284. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27031268002>

Secretaria de Educación Distrital (SED). (208). Reorganización por ciclos: Transformación de la enseñanza y desarrollo de los aprendizajes comunes y esenciales de los niños, niñas y jóvenes, para la calidad de la educación (pp. 7-11). Bogotá: Imprenta Nacional.

Secretaria de Educación Distrital (SED). (2014). Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones generales (pp. 11–26). Bogotá: SED.

Secretaria de Educación Distrital (SED). (2014). Secretaria de Educación Distrital. Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones Generales 40x40. Bogotá.

Secretaria de Educación Distrital (SED). (2020). Bases para la construcción de orientaciones pedagógicas y el acompañamiento en el marco del plan de desarrollo distrital 2020 – 2024 “un nuevo contrato social y ambiental para Bogotá del siglo XXI”. SED – DEPB –Proyecto 1005.

Secretaria de Educación Distrital (2015). Protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular. SED.

Schnitter Mareike, (2010). Escolarización durante todo el día en Düsseldorf, Alemania. <https://www.oecd.org/germany/all-dayschoolingindusseldorfgermany.htm>. oecd.org.

Tenti Fanfani, E. (2010). Estado del arte: Escolaridad primaria y jornada escolar en el contexto internacional. Estudio de casos en Europa y América Latina. Buenos Aires: Secretaría de Educación Pública de México IIPE-UNESCO – Sede Regional Buenos Aires.

Velázquez Buendía, R. (2001). El deporte moderno. Consideraciones acerca de su génesis y de la evolución de su significado y funciones sociales. Recuperado 11 de marzo de 2021, de Revista Digital - Buenos Aires - Año 7 - N° 36 website: <http://www.efdeportes.com/>.

CIBERGRAFÍA

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/7622/CarrenoPadillaDanielAntonio2014.pdf?sequence=1>

<https://es.slideshare.net/LuisGarcia1376/61-estrategias-didacticas-en-educacion-fisica-83160450>

<https://mundoentrenamiento.com/claves-del-proceso-iniciacion-deportiva>

<https://psicologiaymente.com/psicologia/que-es-imaginación>

<file:///C:/Users/HOME/Downloads/19INICIACION%20AL%20MOVIMIER.pdf>