ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

IDRD

BOGOTÁ

OBLIGACIÓN 8

EVIDENCIA 1

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA IDRD

INFORME MENSUAL – MARZO 2026

Centro de Interés: Porras
Tema del mes: Gestión y expresión emocional
Grupos intervenidos: Niños, niñas, jóvenes y adolescentes
Docente: Jersson Torrado

---

1. Enfoque del componente psicosocial

Durante el mes de marzo, el trabajo psicosocial se orientó al desarrollo de la gestión y expresión emocional, entendida como la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones dentro de los espacios pedagógicos y deportivos, favoreciendo el desarrollo integral de los participantes.

Tal como lo plantea la Caja de Herramientas, las emociones no deben ser vistas como un elemento aislado del proceso formativo, sino como un componente central del aprendizaje, la convivencia y la construcción de relaciones. En este sentido, se asume un rol clave como mediador emocional, promoviendo espacios seguros donde los estudiantes puedan expresar lo que sienten y aprender a gestionarlo adecuadamente.

---

2. Actividad desarrollada: "Mesa redonda de las emociones"

Descripción de la actividad

Se desarrolló la actividad denominada "Mesa redonda de las emociones", en la cual los estudiantes participaron inicialmente en un ejercicio individual de expresión gráfica, donde plasmaron diferentes emociones a través del dibujo y la escritura.

Posteriormente, como se evidencia en las imágenes adjuntas, se realizó una socialización grupal en formato de mesa redonda, donde cada estudiante compartió su producción, explicando:

- Qué emoción representó
- En qué situaciones suele sentirla
- Cómo reacciona frente a ella
- Qué estrategias podría usar para gestionarla

El espacio se desarrolló en un ambiente de respeto, escucha y participación activa, permitiendo que todos los estudiantes tuvieran la oportunidad de expresarse.

---

3. Lectura pedagógica de la actividad

Aquí hay algo importante: esto no fue solo “dibujar emociones”. Lo que realmente ocurrió es un proceso de conciencia emocional guiada.

a. Reconocimiento emocional

Los estudiantes lograron identificar emociones propias, lo cual es el primer paso de la inteligencia emocional. No todos lo hicieron con la misma profundidad (y eso es normal), pero sí se evidenció:

- Reconocimiento de emociones básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo)
- Asociación de emociones con experiencias personales

b. Externalización segura

El dibujo funcionó como mediador. Esto es clave:
Muchos niños y adolescentes no hablan fácilmente, pero sí dibujan.
Eso reduce resistencia emocional.

Aquí hay un acierto pedagógico fuerte.

c. Socialización y validación emocional

En la mesa redonda ocurrió algo más importante que la actividad en sí:

- Los estudiantes escucharon emociones de otros
- Se generó identificación (“a mí también me pasa”)
- Se disminuye el juicio y aumenta la empatía

Esto fortalece la convivencia.

d. Inicio de regulación emocional

Aunque no fue una actividad explícita de control emocional, sí permitió:

- Reflexionar sobre cómo reaccionan
- Pensar alternativas de respuesta
- Introducir la idea de que las emociones se pueden gestionar

---

4. Evidencias observadas

- Organización en mesa redonda → favorece igualdad, participación y horizontalidad
- Estudiantes concentrados en su producción → hay implicación cognitiva y emocional
- Uso de material gráfico → facilita la expresión simbólica
- Posturas corporales de escucha → indica un ambiente de respeto y atención
- Algunos estudiantes están más desconectados o pasivos → eso indica que no todos están en el mismo nivel de apertura emocional

---

5. Justificación desde la dimensión psicosocial

La actividad respondió directamente a los principios del módulo:

- Las emociones hacen parte del aprendizaje
- El formador actúa como modelo emocional
- El clima del grupo es responsabilidad del formador
- La intervención debe ser breve pero significativa

Además, permitió trabajar:

- Autoconocimiento
- Expresión emocional
- Empatía
- Comunicación emocional
- Convivencia

Y algo clave:
previene conflictos futuros, porque un niño que reconoce lo que siente tiene más posibilidades de regularse.

---

6. Resultados del proceso

- Participación activa de la mayoría de los estudiantes
- Expresión emocional a través del dibujo y la palabra
- Generación de espacios de escucha y respeto
- Identificación de emociones asociadas a experiencias reales
- Inicio de procesos de reflexión sobre el manejo emocional

---

7. Dificultades identificadas

- Todos los estudiantes logran verbalizar sus emociones con facilidad
- Algunos presentan baja disposición para compartir en público
- Se requiere mayor continuidad para consolidar procesos de regulación emocional

---

8. Conclusiones

1. La actividad permitió fortalecer el reconocimiento y la expresión emocional en los estudiantes.
2. El uso del dibujo facilitó la participación, especialmente en aquellos con mayor dificultad para expresarse verbalmente.
3. La mesa redonda promovió la escucha activa, la empatía y la validación emocional entre pares.
4. Se evidenció la necesidad de dar continuidad a este tipo de intervenciones para fortalecer la regulación emocional.
5. El componente psicosocial se consolida como un eje fundamental en la formación integral dentro del Centro de Interés de Porras.







OBLIGACIÓN 8

EVIDENCIA 2

JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

FORMATO SEGUIMIENTO CENTROS DE INTERÉS JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2026			
CENTRO DE INTERÉS	Porras	FECHA	23 de marzo de 2026
NOMBRE FORMADOR JUNIOR	JERSSON TORRADO		
FORMADOR MÁSTER			
OBJETIVO DEL PROYECTO JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA	Fortalecer y profundizar aspectos de orden psicosocial y pedagógico en el marco de la jornada única, completa y extendida de cada institución educativa distrital (IED), por medio de la práctica deportiva escolar; El cual se plantea en el Modelo pedagógico, el contenido del Plan Pedagógico, con el micro diseño por centro de interés y las 36 mallas curriculares.		
MODELO PEDAGÓGICO	Fortalecer el desarrollo de las dimensiones del desarrollo motriz, psicosocial, lúdico y cognitivo, aprendizajes esenciales y competencias del siglo XXI a través de una formación integral mediada por el deporte escolar.		
PLAN PEDAGÓGICO	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, articulados con el PEI de cada IED.		
DIMENSIONES	DESCRIPCIÓN DEL PROCESO		
PROPÓSITO DIMENSIÓN COGNITIVA	Fortalecer en los escolares la capacidad de comprender, analizar, relacionarse, entender la realidad y transformarla; permitiendo la construcción de conocimiento basado en sus experiencias de vida y cómo ésta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.		
COGNITIVA	Desarrollo de la comprensión de secuencias coreográficas, estructuras rítmicas y nociones espaciales (direccionalidad, lateralidad y ubicación en el espacio). Se fortalece la memoria motriz mediante la repetición y construcción progresiva de rutinas, así como la atención y la capacidad de seguir instrucciones. Los participantes logran reconocer la relación entre música, movimiento y sincronización grupal.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN MOTRIZ	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.		
MOTRIZ	Fortalecimiento de las habilidades coordinativas (ritmo, equilibrio, coordinación general y segmentaria) a través de movimientos propios de las porras como desplazamientos, saltos, giros y secuencias coreográficas. Se trabaja la precisión, sincronización y control corporal, promoviendo la ejecución técnica de movimientos en conjunto. Se evidencia mejora en la coordinación grupal y en la ejecución de rutinas básicas.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN LÚDICA	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.		
LÙDICA	Se promueve el aprendizaje a través de actividades recreativas y dinámicas que integran el juego como estrategia pedagógica central en el proceso formativo. Mediante juegos rítmicos, dinámicas grupales y retos coreográficos, los participantes fortalecen la motivación, el disfrute y la participación activa durante la sesión. El componente lúdico facilita la apropiación de los movimientos de porras, favoreciendo un ambiente de confianza, creatividad y expresión corporal, donde el error es asumido como parte del aprendizaje.		
PROPÓSITO DIMENSIÓN PSICOSOCIAL	Tiene como objetivo promover el desarrollo integral de los NNAJ a través de un enfoque psicosocial centrado en la ciudadanía y la convivencia, el conocimiento y ejercicio de derechos, así como el fomento del bienestar emocional y social. Se orienta hacia la formación de ciudadanos conscientes, comprometidos con el respeto a los derechos humanos y la convivencia, capaces de contribuir activamente a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y pacífica. Por medio de la transversalización de contenidos conceptuales, que se desarrollan a través de módulos temáticos de manera anual. Este módulo se estructura por medio de capítulos que abarcan las temáticas contempladas.		

PSICOSOCIAL	Fortalecimiento del trabajo en equipo, la comunicación y la convivencia a través de actividades grupales y coreografías colectivas. Se integró el componente de gestión emocional, promoviendo el reconocimiento, expresión y regulación de emociones durante la práctica (frustración al equivocarse, nervios al presentarse, alegría por el logro grupal). A través de espacios de diálogo, retroalimentación y dinámicas grupales, los participantes desarrollan habilidades como la empatía, la escucha activa y el respeto por el otro, favoreciendo un ambiente de confianza y cohesión grupal.

ASPECTOS SIGNIFICATIVOS

Alta disposición y motivación hacia actividades rítmicas y coreográficas propias de las porras.
Participación activa en las dinámicas grupales, evidenciando interés por el trabajo colectivo.
Progresos en la coordinación y sincronización de movimientos básicos.
Capacidad de expresión corporal en relación con la música y las secuencias trabajadas.
Avances en la gestión emocional, especialmente en el reconocimiento de emociones como la frustración y la alegría durante la práctica.
Mejora en la interacción grupal, evidenciando mayor cooperación y apoyo entre compañeros.

ASPECTOS POR MEJORAR Y ESTRATEGIAS DE SOLUCIÒN

Fortalecer la disciplina y la atención sostenida durante toda la sesión, especialmente en momentos de transición.
Mejorar la escucha activa frente a las indicaciones del formador para optimizar el tiempo de trabajo.
Reducir conductas distractoras que afectan la concentración grupal.
Nivelar las habilidades motrices del grupo, ya que existen diferencias marcadas en coordinación y ritmo.
Continuar fortaleciendo la gestión emocional, especialmente en el manejo de la frustración ante el error.
Promover mayor compromiso y responsabilidad individual dentro del trabajo en equipo.

NOTA: Tener en cuenta la malla curricular para poder evidenciar los avance si están acorde.

INSTRUCCIONES DE DILIGENCIAMIENTO: TENER EN CUENTA MALLA CURRICULAR, PLAN PEDAGÓGICO, CICLO Y PERIODO DE FORMACIÓN