



IDRD



OBLIGACIÓN 8

EVIDENCIA 1



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

FORMATO DE EVIDENCIAS PSICOSOCIALES REPORTE MENSUAL

Informe de Intervención Psicosocial y Herramientas de Gestión Emocional

Mes reportado: Marzo

Fecha de diligenciamiento: 20 de marzo de 2026

Nombre del formador(a): CARLOS ENRIQUE NOVOA AGUDELO

1. Información del Lugar de Intervención

- **Institución Educativa (Colegio):** LA GAITANA
- **Zona:** 1
- **Localidad:** SUBA
- **Dirección del colegio:** Transversal 126 # 134 - 88

2. Información de la Actividad Psicosocial

- **Tema trabajado:** Emociones y su gestión en el deporte.
 - **Objetivo de la actividad:**
 - Fortalecer en los formadores deportivos del proyecto JEC habilidades para reconocer, comprender y gestionar las emociones dentro de las sesiones deportivas y pedagógicas, favoreciendo el desarrollo integral de los Niños, Niñas y Jóvenes (NNAJ).
 - Promover en los formadores la importancia de integrar los valores en la práctica deportiva, fortaleciendo su rol como modelos de conducta y formadores integrales que contribuyen al desarrollo social y ciudadano.
 - Sensibilizar al formador como referente emocional, educativo y social de los NNAJ, integrando el componente psicosocial en cada sesión deportiva para su desarrollo integral.
 - **Población participante:**
 - Niños, niñas, jóvenes y adolescentes que participan en la Jornada Escolar Complementaria (JEC).
 - Formadores deportivos del proyecto JEC.
 - **Número aproximado de participantes:** 86 estudiantes por centro de interés.
3. Marco Teórico: Gestión y Expresión Emocional en el Deporte
- La "Caja de Herramientas Expresión Emocional" del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD) para la Jornada Escolar Complementaria (JEC) en Bogotá (2026) subraya la importancia de la gestión y expresión emocional como un pilar fundamental en el desarrollo integral de los NNAJ. Se parte de la premisa de que el entrenador es un modelo emocional para el grupo y que las emociones son parte intrínseca del aprendizaje.
- Conceptos Clave:

- Inteligencia Emocional: Se define como la capacidad de percibir, utilizar, comprender y regular las emociones de manera efectiva para facilitar el pensamiento, la toma de decisiones y las relaciones interpersonales. Es un conjunto de habilidades que se pueden desarrollar.
- Principios para el desarrollo de la inteligencia emocional en el C.I. (Centro de Interés):
 - El entrenador es un modelo emocional.
 - Las emociones también hacen parte del aprendizaje.
 - La formación debe ser formativa, no solo correctiva.
 - El clima del grupo es responsabilidad del formador.
 - La intervención debe ser breve y pertinente.

4. Metodología Desarrollada e Integración de Herramientas

La metodología se centró en que los formadores actúen como modelos de conducta, promoviendo la convivencia, la responsabilidad y el desarrollo personal y social. Se enfatizó la importancia de la vocación, la responsabilidad, la creación de clases cautivadoras y la empatía.

Se integraron herramientas y metodologías específicas para la gestión emocional, tanto para el formador como para los NNAJ:

Para el Formador:

- Actividad: “Así Llego hoy”: Ejercicio de introspección para que el formador reconozca su estado emocional antes de iniciar la sesión, generando mayor disposición y empatía. Se reflexiona sobre cómo las emociones influyen en la enseñanza y el acompañamiento.
- Rol del formador: No solo enseña técnica deportiva, sino que modela la gestión de las emociones.

Para los NNAJ:

- Actividad 1: El Semáforo Emocional: Herramienta transversal para identificar cómo se sienten (Rojo: alterado/molesto, Amarillo: nervioso/inquieto, Verde: tranquilo/dispuesto). Permite la pausa, identificación, regulación y emisión de conductas adecuadas.
 - Códigos de regulación: Respirar profundo, tomar una pausa, hablar con el formador, expresar lo que siente, etc.
- Actividad Lúdica: “La Ruta de las Emociones” (6-12 años): Juego dinámico con estaciones que representan emociones (Alegría, Enojo, Nervios/Miedo, Calma). Los NNAJ identifican, expresan y practican acciones sencillas de regulación jugando.
- Actividad: “Zona de Decisión Emocional” (13-17 años): Dinámica donde los adolescentes identifican su emoción, analizan el pensamiento asociado y deciden cómo actuar (Zona Impulso, Reflexión, Equipo, Regulación). Se enfoca en la toma de decisiones conscientes.

Metodología General de Intervención:

Se plantearon actividades prácticas para reforzar valores y la gestión emocional, tales como:

- Conversatorios sobre valores: Para promover el pensamiento crítico y la ética.
- El árbol de los valores: Para fortalecer cada valor y la reflexión de conductas positivas.
- Diario del valor: Para la autorreflexión y responsabilidad.
- Historias de vida: Para conectar valores con la vida real.
- Tarjetas o palabras de agradecimiento: Para fomentar la conciencia ética y la toma de decisiones responsables.

5. Descripción de la Jornada / Desarrollo de la Actividad

La jornada se centró en la integración de valores y la gestión emocional en las sesiones deportivas. Se buscó que los formadores fueran referentes emocionales y educativos, reconociendo su rol integral más allá del deporte. Se pretendió mejorar la planificación y seguimiento de actividades utilizando herramientas de clase y las estrategias psicosociales.

Se propusieron actividades prácticas como:

- Tarjetas o palabras de agradecimiento: Para trabajar en casa, donde los niños identifican valores presentes en acciones específicas y agradecen a familiares, amigos o compañeros.
- Reflexión sobre valores aplicados por otros: Comprendiendo su importancia en la vida diaria y fomentando la conciencia ética.

6. Evidencias Fotográficas

(Espacio para incluir descripciones o enlaces a las fotografías si estuvieran disponibles)

- **Fotografía 1:**



- **Fotografía 2:**



9. Firma:

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'CARLOS ENRIQUE NOVOA AGUDELO', is written over a light gray rectangular background.

Nombre del formador(a): CARLOS ENRIQUE NOVOA AGUDELO

Fecha: 24/02/2026



IDRD



OBLIGACIÓN 8

EVIDENCIA 2



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

FORMATO SEGUIMIENTO CENTROS DE INTERÉS JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025			
CENTRO DE INTERÉS	PATINAJE	FECHA	20/03/26
NOMBRE FORMADOR JUNIOR	CARLOS ENRIQUE NOVOA AGUDELO		
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 esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.		
COGNITIVA	Busca que los estudiantes desarrollen la capacidad de entender, analizar y transformar su realidad a través del conocimiento. La experiencia deportiva escolar es clave para cambiar su visión del mundo. ¡Es como darles un mapa para que exploren y comprendan todo a su alrededor!		
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	Se centra en satisfacer las necesidades e intereses de los estudiantes, promoviendo el deporte y el uso positivo del tiempo libre. Fomenta hábitos de vida saludables y el desarrollo físico necesario para enfrentar los retos de la vida. ¡Es como darles el combustible para que puedan moverse y crecer fuertes!		
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.		
LÚDICA	Promueve el goce y disfrute en las actividades, conectando a los estudiantes con sus intereses y su entorno. Favorece la construcción de un proyecto de vida basado en el disfrute y la alegría. ¡Es como recordarles que la vida es un juego que vale la pena disfrutar!		
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		
PSICOSOCIAL	Tiene como objetivo el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes (NNAJ), enfocándose en la ciudadanía, la convivencia, los derechos y el bienestar emocional y social. ¡Es como darles las herramientas para ser ciudadanos completos y felices!		
ASPECTOS SIGNIFICATIVOS			
En estas primeras semanas Promueve el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y ciudadanas. ¡Los chicos aprenden a relacionarse, a resolver conflictos y a defender sus derechos hacia la práctica en el centro de interés, mostrando interés y entusiasmo en cada sesión! Asimismo, se ha iniciado el proceso de adaptación a las normas de trabajo, promoviendo el respeto, la escucha y el cumplimiento de acuerdos básicos para una sana convivencia. De igual manera, se observa una integración progresiva entre los estudiantes, fortaleciendo poco a poco el trabajo en equipo y la construcción de un ambiente de confianza.			
ASPECTOS POR MEJORAR Y ESTRATEGIAS DE SOLUCIÓN			
El material deportivo y los balones no se encuentran en buen estado, lo cual dificulta en ocasiones el desarrollo óptimo de las sesiones y la calidad de las actividades Propuestas, A veces, los problemas psicosociales pueden ser complejos y difíciles de abordar. ¡Necesitamos contar con profesionales capacitados para brindar apoyo y orientación! Como alternativa de solución, en algunas oportunidades se ha solicitado el préstamo de material a los docentes de la IED, con el fin de garantizar una sesión más organizada, dinámica y acorde a los objetivos planteados, implementar programas de educación socioemocional en las escuelas, ofrecer servicios de consejería y apoyo psicológico a los estudiantes que lo necesiten, fomentar la participación de los estudiantes en actividades comunitarias y proyectos sociales.			
NOTA:		Tener en cuenta la malla curricular para poder evidenciar los avances si están acorde.	
INSTRUCCIONES DE DILIGENCIAMIENTO: TENER EN CUENTA MALLA CURRICULAR, PLAN PEDAGÓGICO, CICLO Y PERIODO DE FORMACIÓN			