



**IDRD**



# **OBLIGACIÓN 2**

## **EVIDENCIAS**



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

# IED VILLEMAR EL CARMEN SEDE A





**IDRD**



# **OBLIGACIÓN 2**

## **EVIDENCIA 1**



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**



## REGISTRO FOTOGRAFICO SESION DE CLASE MAYO 2026





**IDRD**



# **OBLIGACIÓN 2**

## **EVIDENCIA 2**



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**



# SESIONES DE CLASE EJECUTADAS SIM MAYO 2026

1.RELACIÓN SESIONES							
NOMBRE	JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE		COORDINADOR	ELKIN ALEJANDRO FAJARDO RIVERA			
FECHA REVISIÓN	2026-05-25 16:12:39		Mes	Mayo			
IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN	VILLEMAR EL CARMEN, SANTA CECILIA, GIMNASIO ACADEMICO,	1	Martes,10:00:00,12:00:00 5-12-19-26 Jueves,10:00:00,12:00:00 7-14-21-28	5-7-12-14-19-21		32	23
	VILLEMAR EL CARMEN, SANTA CECILIA, GIMNASIO ACADEMICO,	2	Martes,12:15:00,14:15:00 5-12-19-26 Jueves,12:15:00,14:15:00 7-14-21-28	5-7-12-14-19-21			
	VILLEMAR EL CARMEN, SANTA CECILIA, GIMNASIO ACADEMICO,	3	Miercoles,10:00:00,12:00:00 6-13-20-27 Viernes,10:00:00,12:00:00 8-15-22-29	6-8-13-15-20-22			
	VILLEMAR EL CARMEN, SANTA CECILIA, GIMNASIO ACADEMICO,	4	Miercoles,12:15:00,14:15:00 6-13-20-27 Viernes,12:15:00,14:15:00 8-15-22-29	6-13-15-20-22	8		
FECHA - HORARIO	2026-05-08 (10:00:00 - 11:00:00)		TEMA	REUNIÓN OPERATIVA CON FORMADORES DEL COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN IED E INSTITUTO TÉCNICO INTERNACIONAL			
FECHA - HORARIO	2026-05-08 (08:00:00 - 09:00:00)		TEMA	Cualificación mallas y planes pedagógicos			
FECHA - HORARIO	2026-05-08 (09:00:00 - 10:00:00)		TEMA	CUALIFICACIÓN TEMA MOTIVACIÓN			

ELKIN ALEJANDRO FAJARDO RIVERA  
CC.80818953  
GESTOR IED

JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE  
CC. 79324405  
FORMADOR JUNIOR



**IDRD**



# **OBLIGACIÓN 2**

## **EVIDENCIA 3**



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

# PLAN DE CLASE GRUPO 1

## PLAN DE CLASE

### PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN (IED) (VILLEMAR EL CARMEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE
3. FECHA:	2026-05-21	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Fontibón	8. N° DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

#### DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Fortalecer las habilidades motrices básicas y específicas del Taekwondo mediante la exploración, coordinación y control corporal en acciones de equilibrio, desplazamiento, giro y golpeo, favoreciendo la autonomía motriz, la conciencia del movimiento y la adquisición progresiva de técnicas fundamentales del arte marcial.

**COGNITIVA :**  
Analizar la lógica y el significado de la secuencia de movimientos dentro del Poomsae, mejorando la memoria procedimental y la concentración sostenida en tareas complejas.

**PSICOSOCIAL :**  
Brindar a los NNA conocimientos y estrategias para mantener la motivación en el desarrollo de todas las actividades que deben desarrollar a nivel personal, familiar y escolar para su formación integral.

**LUDICA :**  
Fomentar la participación activa, creativa y cooperativa de los estudiantes en actividades lúdicas relacionadas con el Taekwondo, utilizando el juego como medio para desarrollar el disfrute del movimiento, la socialización, la expresión corporal y la interiorización de valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia.

**TEMA :**  
Coordinación entre brazos y piernas.

**SUBTEMAS :**  
Golpes y bloqueos combinados.

**IMPLEMENTACION :**  
Cronometro, Conos, Plátanos, Pito, Escalera, Balón, Lazos, Pedana, Cinta de enmascarar, Bombas, Papel, Pao, Paletas.

#### FASES

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
SALUDO MARCIAL: Chumbi: Parte inicial del saludo marcial (Preparado) Chariot: Segunda parte del saludo (firme) Kyonye: Venia de respeto ante sus maestros y compañeros. Exploro Principios del Taekwondo: Cortesía, Integridad, Perseverancia, Autocontrol, Espíritu Indomable. Trote suave alrededor del espacio. Movilidad articular: tobillos, rodillas, cadera, hombros de lo distal a lo proximal. Saltos pequeños en el lugar para activar el equilibrio. Activación específica Taekwondo. Ejercicio: Pies inteligentes: El formador nombra direcciones: adelante, atrás, izquierda, derecha, los estudiantes responden con pasos cortos, controlados, sin perder alineación, se hace énfasis en los pies siempre en contacto con el piso, cadera estable. Ejercicio: Congelados técnicos: Caminan libremente a la señal, adoptan una postura: Ap Seogi, Ap Kubi, Duit Kubi; Mantienen 5 segundos sin moverse corregir rodillas, cadera, peso, mirada.

TIEMPO  
20 Minutos.

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Afianzo KIORUGUI SOGUI: Estaciones de posturas : Organiza por estaciones, 1 postura por estación. Cada grupo permanece 45 segundos y rota. Posturas sugeridas: Ap Seogi, Ap Kubi, Duit Kubi. Transiciones guiadas: Ejercicio: Líneas de transición. Se marcan líneas rectas en el piso, los estudiantes deben pasar de una postura a otra sin salirse de la línea. Secuencias sugeridas: Ap kubi a Duit Kubi - Ap kubi a Ap Seogui - Ap Seogui a Duit Kubi. Transición en cámara lenta: Los estudiantes realizan las mismas secuencias, pero muy lentamente, se enfatiza en el control del abdomen, cadera estable, pies pegados al piso, mirada fija en un punto. Juego el Reino de las Posturas, reforzar posturas y transiciones de forma recreativa. Dinámica: El espacio se divide en territorios, cada uno con una postura, los estudiantes se desplazan libremente, cuando nombras un territorio, corren hacia él y adoptan la postura correspondiente. Variaciones: Señales rápidas o dobles, señales solo visuales, territorio en peligro: cambiar de postura sin moverse. Rey/Reina del Reino: un estudiante dirige una ronda.

TIEMPO  
60 Minutos.

**RETO :**  
ACTIVIDADES  
Cada estudiante sostiene un objeto liviano (libro pequeño, almohadilla, pelota suave) sobre la cabeza o en las manos, deben ejecutar una secuencia de 4 posturas sin que el objeto caiga o se mueva demasiado. Variación avanzada: Realizar la secuencia con ojos semi cerrados para aumentar la propiocepción.

TIEMPO  
20 Minutos.



<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Vuelta a la calma: Respiración profunda, movilidad suave, estiramientos de piernas y espalda baja. Juego: El Puente del Acuerdo. Objetivo: practicar comunicación asertiva y escucha activa. Cómo se juega: Se dibuja un “río” en el piso y dos orillas, en cada orilla se ubican dos estudiantes que tuvieron un “conflicto ficticio” (tú lo asignas), para cruzar el puente, deben: expresar su punto de vista sin gritar, escuchar al otro sin interrumpir, proponer una solución que beneficie a ambos, cuando llegan a un acuerdo, cruzan el puente y chocan manos. Juegos predeportivos libres: individuales o grupales.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 Minutos.</div></div>
---

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLEMAR EL CARMEN			Nombre Instructor: JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE	
2. Fecha:	2026-05-21	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Fontibón	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 26	9. N° de Semana: 13	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1063961555	WUENDI DAYANA VASQUEZ			Asistio
1011214890	NICOLE PATRICIA DIAZ			Asistio
1221463480	KAROL SOPHIA ACOSTA			Asistio
1027290338	MARIA ANGELICA CASTRO			Asistio
1016075065	MARIA JOSE BONELO			Asistio
1025069135	JULIANA VALENTINA VIRGUEZ			Asistio
1016048716	NICOL MARIANA OLAYA			Asistio
1027290025	JULIANA ESLAVA			Asistio
1028666771	DANNA ALEJANDRA PEREZ			Asistio
1016055911	MARIANA MONTOYA			Asistio
1188217895	JULIANA CORREA			Asistio
1024556812	SAMUEL ARIAS			Asistio
1016723818	LAURA VALENTINA FORERO			Asistio
1188217894	TALIANA CORREA			Asistio
1016075661	SHERIL NICKOL BERTEL			Asistio
1028901443	ZARA SOFIA GOMEZ			Asistio
1014995831	SARA NICOLLE GUTIERREZ			Asistio
1029522351	JOHAN SAID BERNAL			Asistio
1030647816	KAROLL VALENTINA RODRIGUEZ			Asistio
1016068192	MARIA JOSE RIVERA			Asistio
1019999420	ANA SOFIA GONZALEZ			Asistio
1054877914	DANNA PAOLA GONZALEZ			Asistio
1016048305	AARON ISAAC RODRIGUEZ			Asistio

# PLAN DE CLASE GRUPO 2

## PLAN DE CLASE

### PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN (IED) (VILLEMAR EL CARMEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE
3. FECHA:	2026-05-07	4. HORA:	Jueves,12:15:00,14:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Fontibón	8. N° DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

#### DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

<b>MOTRÍZ :</b> Fortalecer las habilidades motrices básicas y específicas del Taekwondo mediante la exploración, coordinación y control corporal en acciones de equilibrio, desplazamiento, giro y golpeo, favoreciendo la autonomía motriz, la conciencia del movimiento y la adquisición progresiva de técnicas fundamentales del arte marcial.
<b>COGNITIVA :</b> Analizar la lógica y el significado de la secuencia de movimientos dentro del Poomsae, mejorando la memoria procedimental y la concentración sostenida en tareas complejas.
<b>PSICOSOCIAL :</b> Brindar a los NNA conocimientos y estrategias para mantener la motivación en el desarrollo de todas las actividades que deben desarrollar a nivel personal, familiar y escolar para su formación integral.
<b>LUDICA :</b> Fomentar la participación activa, creativa y cooperativa de los estudiantes en actividades lúdicas relacionadas con el Taekwondo, utilizando el juego como medio para desarrollar el disfrute del movimiento, la socialización, la expresión corporal y la interiorización de valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia.
<b>TEMA :</b> Ejercicios de reacción y agilidad.
<b>SUBTEMAS :</b> Juegos motrices con movimientos de Taekwondo.
<b>IMPLEMENTACION :</b> Cronometro, Conos, Plátanos, Pito, Escalera, Balón, Lazos, Pedana, Cinta de enmascarar, Bombas, Papel, Pao, Paletas.
<b>FASES</b>
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Activación general. Trote suave alrededor del espacio. Movilidad articular: cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas y tobillos. Juego corto: El espejo flexible: En parejas, uno lidera movimientos amplios y el otro imita, realizar movimientos lentos, controlados y amplios. Estiramientos iniciales En secuencia guiada: Flexión de tronco adelante (isquiotibiales). Abertura lateral suave (aductores). Estiramiento de cuádriceps en equilibrio. Estiramiento de gemelos. Rotación de cadera con apoyo. Estiramiento de brazos y tronco. El puente humano: En parejas, uno forma un “puente” (posición de apertura suave). El compañero pasa por debajo realizando movimientos amplios (gateo, reptado, paso lateral). Cambian roles cada 45 segundos. Antes de iniciar, cada pareja acuerda una señal para avisar incomodidad o dolor. Se refuerza el respeto por los límites corporales del otro. Flexibilidad activa y pasiva: Activa: Elevaciones frontales de pierna (10 por lado). Elevaciones laterales controladas (10 por lado). Pasiva: Abertura lateral asistida por compañero (sin rebote). Estiramiento de isquiotibiales con banda o cuerda. Estiramiento de cuádriceps en pareja (controlando la cadera).  TIEMPO 20 Minutos.
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Introducción a las posiciones básicas – (Sogui) Explicación breve y demostración: Naranhi Sogui, Posición natural. Ap Sogui, Posición corta frontal. Chuchum Sogui, Posición del jinete. Ap Kubi Sogui – posición larga frontal. Dwitt Kubi Sogui – posición larga atrás. Charyot – atención. Kyongne – saludo Juego técnico: El semáforo de Sogui: Verde - desplazarse libremente por el espacio. Amarillo - caminar en guardia (kiorugui sogui). Rojo ? adoptar la postura que el profesor indique (Ap Sogui, Juchum Sogui, Ap Kubi Sogui, etc.). Si alguien se equivoca, realiza 5 segundos de equilibrio en una pierna. Desde cada postura, realizar un movimiento simple: Ap Sogui - Ap Chagui (patada frontal). Juchum Sogui - Montong Jirugui (golpe medio) Ap Kubi Sogui - Are Makki (defensa baja) Sogui Challenger Cooperativo: Se forman equipos de 4. Cada equipo recibe tarjetas con nombres de posturas. El docente dice una situación (ej.: “defensa frontal”, “ataque lateral”). El equipo debe acordar qué postura usar y ejecutarla al mismo tiempo. Aspecto psicosocial – Resolución de conflictos: Antes de cada ronda, el equipo debe decidir quién lidera. Si hay desacuerdo, deben usar la regla: “Propongo – Escucho – Acordamos”  TIEMPO 60 Minutos.
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El Maestro Coreano Dice: Propósito técnico: aprender terminología coreana. Propósito psicosocial: escucha activa y autocontrol. Cómo se juega: Similar a “Simón dice”, pero usando comandos coreanos: Ap Sogui! - Chuchum Sogui! - Charyot! - Kyongne. Si alguien se equivoca, realiza un estiramiento suave de 10 segundos (no castigo, sino regulación).  TIEMPO 20 Minutos.

<b>FASE FINAL :</b>
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma: Respiración profunda. Estiramientos suaves de piernas y espalda. ¿Qué postura te resultó más fácil y por que? ¿Cómo ayuda la flexibilidad a mejorar las posiciones? ¿Qué postura te gustaría perfeccionar en la próxima sesión Flexibilidad asistida: Estiramientos activos y pasivos. Respeto por los límites corporales del compañero. Juegos Deportivos (Libre).
TIEMPO
20 Minutos.



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLEMAR EL CARMEN			Nombre Instructor: JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE	
2. Fecha:	2026-05-07	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Fontibón	
3. Hora:	Jueves,12:15:00,14:15:00	6. N° de Sesion: 22	9. N° de Semana: 11	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
N37664617483	BARBARA NAZARETH CHONA			Asistio
1087819319	AMY YELENA UZURIAGA			Asistio
1028901397	TANIA MICHELL RAMIREZ			Asistio
1016072311	DAVID SANTIAGO AGUIRRE			Asistio
1026575197	DIEGO ALEJANDRO LUNA			Asistio
1128802	KAROL ANAHIS MARTINEZ			Asistio
N37663905819	WUHANDA DANIELA ZAMBRANO			Asistio
1010842247	EMILEE GIANELLI DIAZ			Asistio
1016068138	ISABELLA MUÑOZ			Asistio
1220213792	ANDREA CAROLINA DEVIA			Asistio
1029996954	SARA MARIANA MONTAÑO			Asistio
1072700892	LUNA MARIANA BERNAL			Asistio
1016029686	CRISTIAN CAMILO CASTILLO			Asistio
1034298310	DANNA VALENTINA ARCHILA			Asistio
1024543403	MARIA DEL CARMEN MOLINA			Asistio
1011216462	ASHLEY SOFIA TORRES			Asistio
1031828270	LAURA ALEJANDRA CASTIBLANCO			Asistio
1020000366	LUCIANA BARRETO			Asistio
1020001266	JADE MARIANA VARGAS			Asistio
1011220995	JUAN MANUEL MORENO			Asistio
1121909881	ANDERSON SEBASTIAN MURCIA			Asistio
1116801193	VELU ISABELLA DALLEMAN			Asistio

# PLAN DE CLASE GRUPO 3

## PLAN DE CLASE

### PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN (IED) (VILLEMAR EL CARMEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE
3. FECHA:	2026-05-13	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	23
7. LOCALIDAD:	Fontibón	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

#### DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Fortalecer las habilidades motrices básicas y específicas del Taekwondo mediante la exploración, coordinación y control corporal en acciones de equilibrio, desplazamiento, giro y golpeo, favoreciendo la autonomía motriz, la conciencia del movimiento y la adquisición progresiva de técnicas fundamentales del arte marcial.

**COGNITIVA :**  
Analizar la lógica y el significado de la secuencia de movimientos dentro del Poomsae, mejorando la memoria procedimental y la concentración sostenida en tareas complejas.

**PSICOSOCIAL :**  
Brindar a los NNA conocimientos y estrategias para mantener la motivación en el desarrollo de todas las actividades que deben desarrollar a nivel personal, familiar y escolar para su formación integral.

**LUDICA :**  
Fomentar la participación activa, creativa y cooperativa de los estudiantes en actividades lúdicas relacionadas con el Taekwondo, utilizando el juego como medio para desarrollar el disfrute del movimiento, la socialización, la expresión corporal y la interiorización de valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia.

**TEMA :**  
Flexibilidad y estiramientos iniciales.

**SUBTEMAS :**  
Posiciones básicas del Taekwondo (Sogui).

**IMPLEMENTACION :**  
Cronometro, Conos, Plátillos, Pito, Escalera, Balón, Lazos, Pedana, Cinta de enmascarar, Bombas, Papel, Pao, Paletas.

#### FASES

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
Desplazamientos en diferentes direcciones con el juego a que te cojo ratón a que no gato bufón. Semáforo marcial: los estudiantes se desplazan en guardia por el espacio. Verde: avanzan; amarillo: pasos laterales; rojo: se congelan en posición de combate. Variantes: adelante, atrás, diagonal y cambio de nivel (alto, medio, bajo). Espejo ninja por parejas: un estudiante lidera y el otro imita desplazamientos de brazos y piernas sin perder la distancia. Cada 30 segundos cambian roles. Caza de estaciones: por equipos, recorren conos cumpliendo retos cortos: 4 pasos al frente, 2 atrás, giro y regreso. Gana el equipo que complete el recorrido con mejor control técnico y respeto por las consignas.

TIEMPO  
20 Minutos.

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Desarrollar la coordinación dinámica general de brazos y piernas mediante desplazamientos técnicos del Taekwondo en situaciones de juego. Explicación de la ejecución de las posiciones: Ap kubi, Ap sogui, Dfensas: Are makqui, Montong makqui, Olgul makqui. Circuito de guerreros: estaciones con retos de avance, retroceso, lateralidad, diagonales y cambios de nivel. En cada estación realizan movimientos: paso y bloqueo, paso y golpe al aire, giro corto y salida. Rotan cada 3 minutos. Relevos tácticos: en equipos, cada estudiante completa un trayecto con desplazamientos específicos de defensas en diferentes direcciones y determina los movimientos al siguiente compañero. Se otorgan puntos por ejecución correcta, coordinación y trabajo colaborativo. Defiende tu territorio: se divide el espacio en zonas. Cada equipo debe cruzar de una zona a otra usando solo el patrón de desplazamiento indicado por el formador ejemplo defensa abajo (are makqui) en posición Ap sogui, Ap kubi, etc. Si cambian de nivel o dirección correctamente ganan “vidas” o puntos extra. Cierre breve con retroalimentación sobre equilibrio, postura y control corporal. Retroalimento las técnicas correctas de ejecución con coto el grupo, buscando coordinación, uniformidad y trabajo en equipo como motivación a una futura presentación.

TIEMPO  
60 Minutos.

**RETO :**  
ACTIVIDADES  
Flexibilidad por parejas con insistencias y regulando la exigencia del rango de abertura y dominio del dolor. Frente a frente uno con pies adentro hala manos y pies a la vez, luego intercambian la posición. De espaldas se hace presión con el peso del compañero con pies cerrados, abiertos y con sostenidos por tiempos. juego el semáforo como motivación: Verde: hacen estiramientos dinámicos (balanceo de piernas, brazos arriba y abajo, giros suaves). Amarillo: mantienen una postura de flexibilidad por 5 segundos. Rojo: se quedan quietos en una posición de equilibrio o apertura.

TIEMPO  
20 Minutos.

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Respiración del guerrero: respiraciones guiadas con movimientos suaves de brazos y estiramientos básicos de pies. Estatuas del Taekwondo: a la señal, los estudiantes representan una postura o desplazamiento aprendido; el grupo identifica la dirección o nivel trabajado. Círculo de cierre: cada estudiante comparte qué desplazamiento le salió mejor, qué le costó más y cómo ayudó a su equipo. Se refuerzan valores de respeto, disciplina, perseverancia y disfrute del juego. Actividad Libre: Juegos predeportivos.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 Minutos.</div></div>
--

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. VILLEMAR EL CARMEN			Nombre Instructor: JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE	
2. Fecha:	2026-05-13	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Fontibón	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 23	9. N° de Semana: 12	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1222203650	MARIANA SANCHEZ			Asistio
1127606973	HELLEN MICHELL MACHADO			Asistio
1016063200	KEREN GABRIELA TORRES			Asistio
1020001076	VALERI NATALIA TRIANA			Asistio
1030705678	ANYELINA VALENTINA SOTO			Asistio
1150186799	MARIA JOSE APONTE			Asistio
1031543322	SIMON CAMELO			Asistio
1032462784	DANNA SOFIA GARZON			Asistio
1022406502	NAOMI GOMEZ			Asistio
1034784055	MARIA ISABELLA DUEÑAS			Asistio



# PLAN DE CLASE GRUPO 4

## PLAN DE CLASE

### PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN (IED) (VILLEMAR EL CARMEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE
3. FECHA:	2026-05-15	4. HORA:	Viernes,12:15:00,14:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Fontibón	8. N° DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Fortalecer las habilidades motrices básicas y específicas del Taekwondo mediante la exploración, coordinación y control corporal en acciones de equilibrio, desplazamiento, giro y golpeo, favoreciendo la autonomía motriz, la conciencia del movimiento y la adquisición progresiva de técnicas fundamentales del arte marcial.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar la lógica y el significado de la secuencia de movimientos dentro del Poomsae, mejorando la memoria procedimental y la concentración sostenida en tareas complejas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Brindar a los NNA conocimientos y estrategias para mantener la motivación en el desarrollo de todas las actividades que deben desarrollar a nivel personal, familiar y escolar para su formación integral.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar la participación activa, creativa y cooperativa de los estudiantes en actividades lúdicas relacionadas con el Taekwondo, utilizando el juego como medio para desarrollar el disfrute del movimiento, la socialización, la expresión corporal y la interiorización de valores como el respeto, la disciplina y la perseverancia.			
<b>TEMA :</b> Guardias y alineación corporal.			
<b>SUBTEMAS :</b> Bloqueos básicos (Makki).			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Cronometro, Conos, Plátillos, Pito, Escalera, Balón, Lazos, Pedana, Cinta de enmascarar, Bombas, Papel, Pao, Paletas.			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Movilidad articular con énfasis en los brazos y el trabajo en la cadera. Actividad 1. Estatuas de guardia: los estudiantes se desplazan libremente y, a la señal, adoptan la guardia correcta. Se revisa ubicación de pies, flexión de rodillas, posición de manos y mirada al frente. Actividad 2. El espejo de la postura: por parejas, uno realiza ajustes posturales y pequeñas variaciones de guardia mientras el compañero lo imita como reflejo. Luego cambian roles. Actividad 3. Guardia correcta o incorrecta: el formador muestra posturas y el grupo identifica si están bien ejecutadas o qué aspecto debe corregirse. Actividad 4. Desplazamientos en zigzag, por debajo del compañero, por arriba con salto a dos pies con apoyo.  TIEMPO 20 Minutos.			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Retroalimentación de las defensas con el esquema básico de defensas. Actividad 1. Bloqueo al aire por comandos: el formador indica Are Makki, Momtong Makki, Ogul Makki y los estudiantes ejecutan el bloqueo correspondiente desde posición fija o con paso al frente. Actividad 2. Semáforo de bloqueos: se asigna un color a cada bloqueo; los estudiantes reaccionan rápido ejecutando el bloqueo correcto sin perder la postura ni la alineación corporal. Actividad 3. Parejas defensoras: por parejas, uno simula un ataque lento y controlado mientras el otro responde con el bloqueo adecuado. Luego cambian roles y reciben retroalimentación técnica. Actividad 4. Defiende tu territorio: se divide el espacio en zonas. Cada equipo debe cruzar de una zona a otra usando solo el patrón de desplazamiento indicado por el docente. Si cambian de nivel o dirección correctamente ganan “vidas” o puntos extra. Cierre breve con retroalimentación sobre equilibrio, postura y control corporal.  TIEMPO 60 Minutos.			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Desafío: Misión cinturón en movimiento. Se organiza una pista con 4 pruebas consecutivas: desplazamiento frontal, lateral, diagonal y cambio de nivel con salida rápida. Cada equipo debe superar la misión sin perder la postura de guardia. Reglas de juego: cada ejecución correcta suma 1 punto, cada ayuda respetuosa al compañero suma 1 punto extra y cada error técnico se corrige antes de continuar. Regla pedagógica: integrar coordinación, memoria motriz, atención y cooperación en una dinámica de juego con sentido técnico.  TIEMPO 20 Minutos.			

<div><div><b>FASE FINAL :</b></div><div>ACTIVIDADES</div><div>Actividad 1. Respiración en guardia: ejercicios suaves de respiración y movilidad de brazos manteniendo postura estable, en posición sentados piernas abiertas máxima extensión. Actividad 2. Estatuas Makki: a la señal, los estudiantes representan uno de los bloqueos aprendidos y el grupo nombra cuál es y qué corrige en la postura. En posición sentados piernas abiertas máxima extensión. Actividad 3. Círculo de cierre: comparten qué guardia o bloqueo ejecutaron mejor, qué dificultad encontraron y cómo apoyaron a sus compañeros, frente a frente con un compañero en posición sentados piernas abiertas máxima extensión. Actividad 4. Predeportivo libre.</div></div> <div><div>TIEMPO</div><div>20 Minutos.</div></div>
<b>Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</b>

**ASISTENCIA**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1. VILLEMAR EL CARMEN			Nombre Instructor: JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE	
2. Fecha:	2026-05-15	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Fontibón	
3. Hora:	Viernes,12:15:00,14:15:00	6. N° de Sesion: 24	9. N° de Semana: 12	
4. Grupo:	TAEKWONDO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
33729811	CAMILA VALENTINA ALCANTARA			Asistio
1028873844	BIANCA ALEJANDRA RODRIGUEZ			Asistio
N37664743937	RICHARD JESUS MARTINEZ			Asistio
1016065443	EMILY RAMIREZ			No asistio
1024555157	SEBASTIAN TIRIA			Asistio
1011211596	JORDAN SMITH NIÑO			No asistio
1012411666	EYLIN SOFIA RODAS			Asistio
1061772329	PAULA ISABELA AÑASCO			Asistio
1099745950	SARA SOFIA AVILA			Asistio
1046816240	VERONICA DE JESUS VILLA			No asistio
1016064943	NICOL VALERIA ZAMBRANO			Asistio
1220214574	SEBASTIAN HERNANDEZ			Asistio
1138082885	VALERIA DEL CARMEN SOLAR			Asistio
1019999146	JUAN MANUEL MARTINEZ			No asistio
1028949044	DAVID ESTEBAN MUÑOZ			Asistio
1122526555	MARIANA GONZALEZ			Asistio
1014995788	SARAH VALENTINA CASTAÑEDA			Asistio
1016060229	ALAN CAICEDO			Asistio
1028901147	DAVID SANTIAGO VALERO			Asistio
1016599697	DYLAN ALEJANDRO RINCON			Asistio
1028722681	ANGEL ESTEBAN GUZMAN			Asistio
1023084531	JOSE DAVID PORTACIO			No asistio
1027289699	DANIELA PERDOMO			No asistio
1141118706	MARIA FERNANDA BORDA			No asistio
1141121961	SOPHIE MELISSA SOTELO			No asistio
1056029729	JULIAN DAVID MARTINEZ			No asistio
1013647321	LUNA SOFIA FRANCO			Asistio
1140418173	THAIS DAMARA TAPASCO			Asistio
1016051030	KATERIN LIZETH BASTIDAS			No asistio
1145928759	LUCIANO CAÑON			Asistio
1020000579	GLORIA SOFIA RODRIGUEZ			Asistio
1014484654	MARIANA DIAZ			No asistio
1013139866	JUAN SEBASTIAN CASTRO			Asistio
1014876275	ANTHONY ALBERTO PINEDA			Asistio
1189715302	ISABELLA RAMIREZ			No asistio



**IDRD**



# **OBLIGACIÓN 2**

## **EVIDENCIA 4**



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**



# ACOMPANAMIENTO CLASE GESTOR IED

## ACOMPANAMIENTO AL FORMADOR

FECHA: 2026-05-13

LOCALIDAD: FONTIBON

IED/ESCUELA: COLEGIO VILLEMAR EL CARMEN (IED)

CENTRO DE INTERÉS/DEPORTE: TAEKWONDO

GRUPO: 3

HORARIO : Miercoles,10:00:00,12:00:00

ESCENARIO:

NOMBRE DEL INSTRUCTOR FORMADOR: JOSE DEMETRIO ORTIZ LATORRE

PERSONA QUE REALIZA EL ACOMPANAMIENTO: ELKIN ALEJANDRO FAJARDO RIVERA

1. ¿PORTA DE MANERA ADECUADA LAS PRENDAS INSTITUCIONALES Y CARNÉ?

Si

2. ¿DISPONE DE LA IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA Y/O MATERIAL REQUERIDO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD?

Si

3. ¿LLEVA A CABO EL CONTROL DE ASISTENCIA/ REGISTRO/ CONTEO DE LOS BENEFICIARIOS?

Si

4. ¿APLICA DE MANERA COHERENTE EL PLAN PEDAGÓGICO/PLAN DE ENTRENAMIENTO/ PLAN DE CLASE/ DOCUMENTO METODOLÓGICO?

Si

5. ¿PRESENTA DOMINIO DEL GRUPO O USUARIO?

Si

6. ¿EL LENGUAJE VERBAL Y/O CORPORAL UTILIZADO POR EL EJECUTOR DE LA ACTIVIDAD ES ADECUADO?

Si

7. ¿REALIZA SUGERENCIAS Y CORRECCIONES INDIVIDUALES O COLECTIVAS?

Si

8. ¿REALIZA RESUMEN Y/O RETROALIMENTACIÓN DE LA SESION / ENTRENAMIENTO/JORNADA?

Si

9. ¿CUMPLE CON LOS HORARIOS ESTABLECIDOS PARA LA ACTIVIDAD/SESION/ENTRENAMIENTO/JORNADA?

Si

10. OTRA
No
OBSERVACIONES
Formador cumple con el plan de clase y la ejecuta desde los tres componentes, operativo, pedagógico y psicosocial
ACOMPANIAMIENTO REVISADO: Si
OBSERVACIONES DE APROBACIÓN
Acompañamiento realizado, con una felicitacion por la evolución de los estudiantes.