



IDRD



OBLIGACIÓN 1

EVIDENCIA 1



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD



IDRD



REPORTE SIM IDRD

GRUPO 1



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

Jornada escolar complementaria

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
2026-02-17	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-19	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-24	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-26	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-03	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-05	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-10	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-12	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-17	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-19	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-24	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-26	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-04-07	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-04-09	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
							psicosociales
2026-04-14	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-16	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-21	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-23	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-28	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-30	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-05	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-07	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-12	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-14	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-19	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-21	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-26	Martes,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-28	Jueves,09:30:00,11:30:00	Presencial	5		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales



IDRD



REPORTE SIM IDRD

GRUPO 2



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

Jornada escolar complementaria

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
2026-02-17	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-19	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-24	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-02-26	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-03	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-05	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-10	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-12	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-17	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-19	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-24	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-03-26	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-04-07	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos psicosociales
2026-04-09	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientosNo existen acompañamientos

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
							psicosociales
2026-04-14	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-16	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-21	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-23	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-28	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-30	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-05	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-07	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-12	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-14	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-19	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-21	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-26	Martes,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-28	Jueves,12:30:00,14:30:00	Presencial	14		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales



IDRD



REPORTE SIM IDRD

GRUPO 3



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

Jornada escolar complementaria

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
2026-02-18	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-20	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-25	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-27	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-04	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-06	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-11	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-13	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-18	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-20	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-25	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-27	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-08	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-10	Viernes, 09:30:00, 10:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -	CARLOS MESA	No existen acompañamientos psicosociales

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
2026-04-15	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-17	Viernes,09: 30:00,10: 30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-22	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-29	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-06	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-08	Viernes,09: 30:00,10: 30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-13	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-15	Viernes,09: 30:00,10: 30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-20	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-22	Viernes,09: 30:00,10: 30:00	Presencial	8		Asistencia Registrada - Corregir asistencia		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-27	Miercoles, 09:30:00, 11:30:00	Presencial	8		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales



IDRD



REPORTE SIM IDRD

GRUPO 4



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

Jornada escolar complementaria

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
2026-02-18	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-20	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-25	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-02-27	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-04	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-06	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-11	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-13	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-18	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-20	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-25	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-03-27	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-08	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-10	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales

Fecha	Horario	Editar	# estudiantes	Pdf	Registro Asistencia	Comentarios	Aprobación acompañamiento
							psicosociales
2026-04-15	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-17	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-22	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-04-29	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-06	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-08	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-13	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-15	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-20	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada -		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-22	Viernes, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		Asistencia Registrada - Corregir asistencia		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales
2026-05-27	Miercoles, 12:10:00, 14:10:00	Presencial	22		No ha pasado Fecha Sesión		No existen acompañamientos No existen acompañamientos psicosociales



IDRD



OBLIGACIÓN 1

EVIDENCIA 2



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD



IDRD



PLAN PEDAGÓGICO

CENTRO DE INTERES

TAEKWONDO



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD



PLAN PEDAGÓGICO

TAEKWONDO
2024 - 2027

Comité directivo

Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte
Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRD
Comité Directivo y Asesor

Director General

- Daniel García Cañón

Secretario General

- Gabriel Lagos Medina

Subdirector Administrativo y Financiero

- Juan Carlos Rodríguez Waltero

Subdirector Técnico de Recreación y Deportes

- Iván Darío Morales

Subdirectora de Contratación

- Erika Daniela Barrera Pedraza

Subdirectora Técnica de Construcciones

- Katherin Amaya Roa

Subdirector Técnico de Parques

- Rodrigo Alberto Manrique Forero

Nivel asesor

**Asesor Código 105 Grado 01 de la Dirección
y Coordinación del Proyecto**

Jornada Escolar Complementaria.

- William René Torres Agudelo

**Versión 3. Plan Pedagógico del Centro de Interés
TAEKWONDO - IDRD 2026**



Realizadores

Componente pedagógico Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Heidy Martínez Triana
- Percy Emerson Espinosa
- Natalia Bermeo Berrío
- Elizabeth Obando
- Diego Sabogal Gómez
- Sandra Valencia
- Lelybeth Hernández Ramos

Componente psicosocial Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Paula Sofia Peña Ruiz
- Sorely Nayid Aguilera López
- Rocío Joanna Quiroga Ramírez
- Angela Viviana Galvis Bernal
- Diego Alejandro Villamil Salamanca
- Angie Catherin Gómez Buitrago
- Luigui André Castro Huérfano

Componente operativo Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

- Eddy Yubelny Rojas Abello

Formadores

- Castillo González Lady Sofia
- Ruiz Torres Carlos Albeiro
- Fernández Rojas Hernán Camilo

Diseño y diagramación del documento

- Natalia Cristina García Medina
- Gerardo Andrés Acero Castillo



TABLA DE CONTENIDO



1. Presentación
2. Introducción
3. Marco Normativo
4. Contexto
5. Componentes y objetivos del programa JEC
6. Fundamento pedagógico y psicosocial del programa
7. Propuesta pedagógica
Jornada Escolar Complementaria
8. Nociones y lineamientos pedagógicos
9. Metodología de atención
10. Rol del formador



- 
11. Valoración formativa
 12. Aporte de la valoración formativa al fortalecimiento curricular en las IED
 13. Microdiseño curricular
 14. Justificación
 15. Propósitos del centro de interés
 16. Concepto del deporte
 17. ¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés?
 18. Normas del centro de interés
 19. Metodología de enseñanza
 20. Referencias



Presentación



El programa Jornada Escolar Complementaria (JEC) del proyecto de inversión 8159 Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación mediante el juego y el deporte en Bogotá D.C., es una propuesta pedagógica y social del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), que busca fortalecer la formación integral de los estudiantes como sujetos de derechos, siendo protagonistas en el desarrollo de sus capacidades motrices, lúdicas, cognitivas y psicosociales. Este programa, enmarcado en el Plan de Desarrollo Distrital (PDD) 2024-2027 “Bogotá Camina Segura”, se articula con el programa de gobierno “Bogotá deportiva, recreativa, artística, patrimonial e intercultural”, a través de actividades complementarias a la jornada escolar regular desarrolladas en las distintas Instituciones Educativas Distritales (IED) de la ciudad de Bogotá, que buscan promover el desarrollo personal y social de los estudiantes, brindándoles oportunidades para participar en espacios seguros que fomenten su bienestar, creatividad y compromiso ciudadano.

El proyecto tiene como propósito principal consolidar una educación integral que trascienda las aulas escolares, integrando el deporte como pilar fundamental del aprendizaje; los participantes tienen la oportunidad de explorar y desarrollar sus habilidades en los Centros de Interés (CI), además de participar en actividades recreativas que fortalezcan su creatividad, identidad cultural y sentido de comunidad. Así mismo, este enfoque procura formar mejores ciudadanos, contribuyendo a reducir la deserción escolar y a consolidar entornos de aprendizaje atractivos e inclusivos.

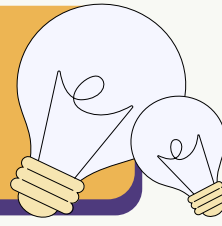
El impacto del Proyecto JEC trasciende el ámbito educativo, pues busca fortalecer la cohesión social, promover la convivencia intercultural y consolidar una ciudad más segura e inclusiva. A través de esta propuesta, el IDRD promueve la formación de una generación de ciudadanos conscientes,

responsables y activos, capaces de construir una sociedad más equitativa y recíproca. Este programa representa una apuesta integral por el futuro de los Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ), donde el deporte, la recreación y el respeto por el medio ambiente se convierten en motores de transformación social.

Igualmente, el proyecto JEC contempla como una de sus “estrategias”, la creación de “Equipos Semilleros” en todas las disciplinas deportivas, los cuales se consideran dentro de la estructura del deporte Capitalino, como la primera “Etapa de Transición” al proceso de “Rendimiento Deportivo de Bogotá” y que tiene como propósito fortalecer en un futuro próximo la base deportiva de nuestra ciudad.



Introducción



Este documento ofrece una guía pedagógica incluyente detallada del "Proyecto 8159", con el cual se busca articular los procesos de formación integral de los diferentes centros de interés del IDRD con los de las Instituciones Educativas Distritales, permitiendo a los estudiantes desarrollar habilidades motrices, cognitivas, lúdicas y psicosociales en ambientes seguros y motivadores.

Además, se presenta el contexto histórico de la JEC en donde se ilustra el recorrido del proyecto a través del tiempo, el marco teórico y normativo que sustenta este proyecto de inversión ciudadana, resaltando sus antecedentes y su

impacto a nivel nacional como internacional, nociones y lineamientos pedagógicos, procesos de valoración formativa, y también, da muestra de las nociones y corrientes pedagógicas junto con el microdiseño curricular de cada centro de interés como guía del proceso pedagógico desarrollado en la Jornada Escolar Complementaria.

Paralelamente, incluye la posibilidad de orientar un posible "proyecto de vida" a través, de la detección de talentos bajo la dinámica metodológica de "Aprender a Entrenar y Competir" por medio de los "Semilleros JEC".



Marco normativo



El deporte como derecho y aporte a la Sostenibilidad

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2018), reconoció al deporte y la educación física como un derecho fundamental para todo el mundo a través de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte en su primer artículo:

- “Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física, la actividad física y el deporte sin discriminación alguna, ya sea basada en criterios étnicos, el sexo, la orientación sexual, el idioma, la religión, la opinión política o de cualquier otra índole, el origen nacional o social, la posición económica o cualquier otro factor”.
- La Jornada Escolar Complementaria en Colombia tiene un desarrollo histórico legal que se remonta a la Ley 115 de

1994, que estableció la obligatoriedad de la educación básica y media. Desde entonces, se han implementado leyes y decretos que han fortalecido la JEC, entre los que se destacan la Ley 633 del 2000, que formaliza las fuentes de financiación de las jornadas escolares complementarias, el Decreto 5012 de 2009, que creó el Programa de Jornada Escolar Complementaria, y el Decreto 1278 de 2018, que reglamentó la implementación de la JEC en instituciones educativas oficiales y privadas, y de otros que se referencian más adelante.

Entre los antecedentes legales que han contribuido al desarrollo de la JEC en Colombia, se encuentran: (Fig.1)



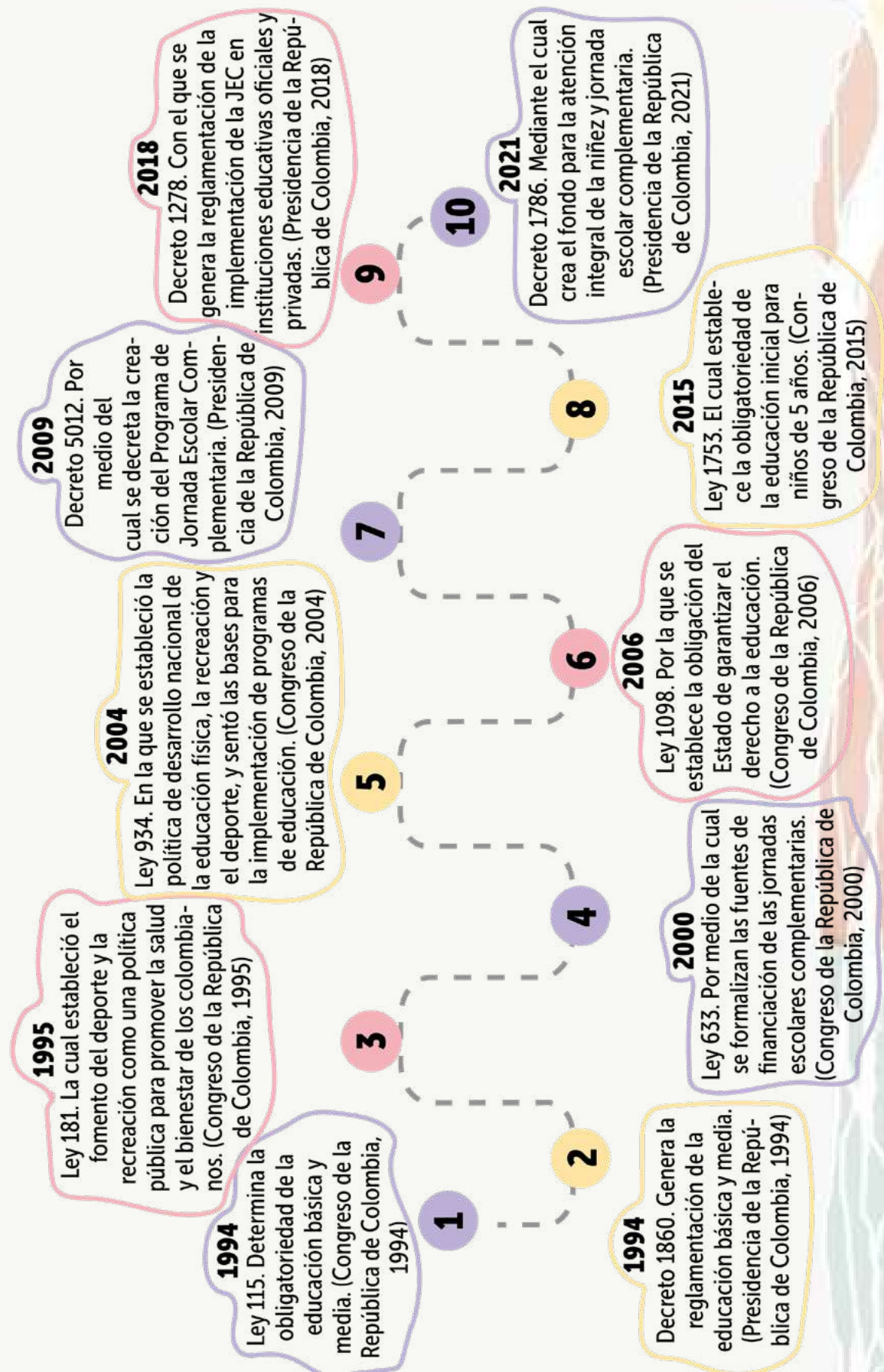


Fig 1: Línea de tiempo Antecedentes legales del desarrollo de JEC en Colombia

De acuerdo con lo anterior, el IDRD entiende su papel e incidencia para promover el desarrollo del bienestar, las capacidades físicas, formativas y psicosociales a través de la práctica deportiva en el contexto educativo.

En el artículo quinto de la carta se refleja que los encargados de la promoción de la educación física, actividad física y deporte deben tomar en consideración el principio global de sostenibilidad, tanto económica como social, medioambiental y deportiva.

De acuerdo con este principio, el IDRD acoge la Agenda 2030 y define estrategias para la contribución a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), entendiendo al deporte como una herramienta, donde, a través de un modelo pedagógico adecuado, éste resulta ser un generador de valores sociales y personales positivos, y su práctica contribuye a la formación integral del ser humano consciente, de derechos, deberes y responsable sobre su entorno, con base en esto, los programas de iniciación y Formación Deportivas identifican cuáles son los objetivos donde su accionar refleja un impacto, de la siguiente manera:

El deporte y la actividad física brindan un gran aporte a la salud y el bienestar de las personas, gracias a la promoción de los hábitos y estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades, principalmente aquellas crónicas no transmisibles, disminuye el sedentarismo y sus efectos, fortalece la gestión emocional, los factores motivacionales contribuyendo directamente a la salud mental, así como factores interpersonales como la identidad y la socialización. Los programas de Iniciación y Formación Deportiva se ejecutan en cumplimiento de:

- **La Constitución Nacional en su artículo N°52 donde se determina que:**
- El deporte y sus manifestaciones como una función de la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.
- El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

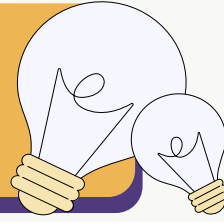
- El derecho de todas las personas a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.
- El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

La Ley 181 de 1995 (Ley del deporte) que define:

- **Deporte formativo.** Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.
- Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.
- Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo del Ministerio del Deporte impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.



Contexto



Antecedentes internacionales, nacionales y distritales

Antecedentes internacionales

Se resalta que la JEC en Colombia se inspira en antecedentes mundiales que también han buscado fortalecer la educación integral de los estudiantes en sus respectivos países, como lo son: el Programa "After-School" (1990) de Estados Unidos, que busca apoyar el desarrollo integral de niños, al proporcionarles un entorno seguro que estimule su crecimiento y aprendizaje después de la jornada escolar. El Programa "Jornada Ampliada" (2008) de Chile, el cual se implementó con el objetivo de ampliar el tiempo pedagógico y ofrecer una educación más completa a los estudiantes del país austral, el Programa "Aprendizaje Extendido" (2010) de Reino Unido y el Programa "Educación Integral" (2013) de Brasil, que fue una iniciativa del gobierno brasileño, implementada con el objeto de ofrecer una educación más completa e integral a los estudiantes de educación básica.

- **Santander:** En este departamento la caja de compensación Comfenalco Santander, desde hace 24 años ha implementado el programa "Talentos que brillan", el cual, hace varios años, hace parte de la JEC, beneficiando a niños y jóvenes del Departamento (Alfaro Torres, 2024). Es importante destacar nuevamente que la JEC es un proyecto que busca contribuir al desarrollo integral de los NNAJ en Colombia, y su implementación puede variar dependiendo de las necesidades y contextos específicos de cada región.

Antecedentes Distritales.

El programa de Jornada Escolar Complementaria en Bogotá inició con el proyecto 40x40, el cual se creó como estrategia para ampliar la jornada educativa en las IED Distritales, combinando la ampliación de jornadas únicas y la ampliación de la jornada a 40 horas semanales en colegios con doble jornada escolar. A continuación, se presenta una infografía relacionando la línea de tiempo del Proyecto Jornada Escolar Complementaria, teniendo en cuenta los objetivos, antecedentes, evolución, impacto y beneficios del Proyecto desde el IDRD.

Antecedentes nacionales

A nivel nacional se puede resaltar que la Jornada Escolar Complementaria (JEC) ha sido implementada en los diferentes departamentos del país. Algunos de ellos son:

- **Cauca:** Cauca: En donde gracias a la alianza con el Ministerio de Educación Nacional (MEN), la Fundación Carvajal, desde el año 2011, ha apoyado la implementación de la JEC en este departamento (FundaciónCarvajal-MEN, 2014, p. 6).

**2013
2015**

Proyecto 40x40

Objetivo: Actividades deportivas y recreativas para 40.000 estudiantes.

Logros: Benefició a mas de 40.000 estudiantes.



Tiempo Escolar Complementario

Objetivo: Ampliar cobertura a 60.000 estudiantes.

Logros: Consolidó formación integral.

**2016
2019**

**2020
2023**

Jornada Escolar Complementaria

Objetivo: Educación integral para 100.000 estudiantes

Logros: Fortaleció infraestructura deportiva.



Nueva administración JEC

Objetivo: Consolidar y expandir el proyecto.

Retos: Abordar desafíos educativos y sociales.

**2024
2027**

Componentes y objetivos del programa JEC



Objetivo general.

El Proyecto de inversión Formación Integral 8159, bajo el Plan de desarrollo "Bogotá Camina Segura" 2024-2027, promueve mediante la Jornada Escolar Complementaria la Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud (con y sin discapacidad) a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación en Bogotá D.C.

Objetivos específicos

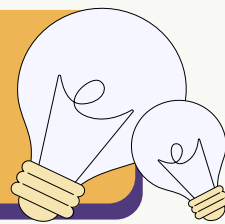
- Diseñar, aplicar y valorar procesos pedagógicos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva formativa para NNAJ con y sin discapacidad que involucren aspectos formativos y psicosociales.
- Favorecer el adecuado aprovechamiento del tiempo libre en los NNAJ a través de los centros de interés, incidiendo de manera significativa en la promoción de hábitos de vida saludables y la práctica deportiva intencionada

- Contribuir a la disminución de contextos de vulnerabilidad que predominan en determinados sectores de la ciudad por medio de la implementación y fortalecimiento del programa JEC.

Objetivos específicos- Componente semilleros

- Diseñar e implementar unidades didácticas de entrenamiento deportivo que integren métodos de enseñanza adaptados a los procesos de maduración biológica y psicológica de los NNJA, asegurando la inclusión efectiva de estudiantes con discapacidad en las sesiones.
- Garantizar el cumplimiento de los requisitos administrativos y técnicos deportivos para la inscripción de los NNAJ seleccionados, asegurando su presencia efectiva en el calendario de competencias desde la fase intramural, zonal hasta la final nacional de los Juegos Intercolegiados.

Componentes del proyecto:



1. Componente Psicosocial:

Tiene como objetivo promover el bienestar mental, emocional y social de los escolares y su entorno; por medio de una metodología teórico-práctica que aporte a la formación integral y a los procesos psicosociales dentro del contexto de la Jornada Escolar Complementaria. Se orienta hacia la formación de NNAJ ciudadanos conscientes, comprometidos con el respeto a los derechos humanos, capaces de contribuir activamente a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y pacífica.

2. Componente Pedagógico:

El componente pedagógico promueve la formación integral de los NNAJ mediante el fortalecimiento de las dimensiones del

desarrollo humano a través del deporte escolar, fomentando habilidades para la vida, pensamiento crítico, autonomía, liderazgo y valores en las Instituciones Educativas Distritales, así como el fortalecimiento curricular en las IED mediante el proceso de articulación y armonización de la SED.

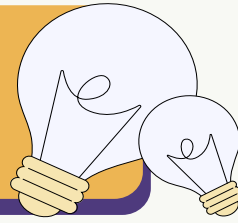
3. Componente de Semilleros:

Busca identificar y potenciar promesas deportivas en diversas áreas, como el deporte.

4. Componente Operativo:

Se encarga de la logística y la organización de las actividades, asegurando que se desarrollen de manera eficiente y efectiva.

Objetivos del plan pedagógico

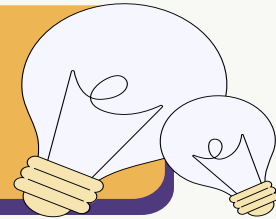


El propósito del Plan Pedagógico (P.P.) es el de brindar los lineamientos y orientaciones necesarios para el pleno desarrollo de los centros de interés de en el marco de la formación integral y la promoción del deporte escolar: aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo.

El P.P. se construye como una guía para la elaboración de las planeaciones de las sesiones de clase, estableciendo unos parámetros pedagógicos y psicosociales, que contribuyan al qué hacer del formador, a la reflexión sobre su ejercicio

y a la identificación de necesidades reales de los NNAJ con y sin discapacidad que participan en los diferentes centros de interés. Este documento incluye los objetivos, modelo pedagógico, valoración formativa, contexto histórico, lineamientos pedagógicos, estrategias didácticas, entre otros, con los cuales el formador(a) podrá diseñar, implementar y hacer seguimiento a las sesiones de clase acorde con el desarrollo y etapa en la que se encuentre el escolar, logrando con ello respetar los procesos evolutivos y biológicos de cada ser, para su formación integral.

Fundamento pedagógico y psicosocial del programa



Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar

La propuesta pedagógica de la JEC del IDRD se centra en la formación integral de NNAJ, a través de la práctica deportiva escolar en diversos ciclos e Instituciones Educativas Distritales. Este enfoque busca desarrollar dimensiones del desarrollo: motriz, lúdica, psicosocial y cognitiva, promoviendo un proceso continuo y dinámico.

La práctica deportiva se estructura en tres instancias:

1. **Instrumento de formación:** Se considera un medio para el diálogo, el desarrollo personal y la inclusión social, facilitando el autoconocimiento y la gestión emocional, centrándose más en promover escenarios de formación que de entrenamiento y técnica deportiva.
2. **Práctica intencionada:** Para los NNAJ que participan en los diferentes centros de interés, se promueve el desarrollo personal y social a través del fortalecimiento de la cultura de la práctica de las disciplinas específicas, orientadas al fortalecimiento de las dimensiones del desarrollo humano.
3. **Opción de vida:** Para aquellos NNAJ que buscan un proyecto de vida, la incorporación del deporte implica

una serie de elementos clave que abarcan el desarrollo físico, mental y social, garantizando así que los centros de interés y el deporte escolar, se conviertan en un estilo de vida y hagan parte de su futuro.

4. La propuesta también fomenta la creatividad y el pensamiento crítico, promoviendo valores éticos y juego limpio, así como el desarrollo de un proyecto de vida colectivo; se enfatiza un enfoque diferencial, al tiempo que se desafían estereotipos sociales.

El objetivo es facilitar la convivencia y construir ciudadanía, donde los NNAJ se convierten en actores activos en sus comunidades, participando en transformaciones sociales y apropiándose de espacios públicos como parques y escenarios deportivos, que son vistos como ambientes de aprendizaje y convivencia. En este contexto, los centros de interés van más allá de la competencia, promoviendo la amistad, la solidaridad y el respeto por la otredad, así como aspectos relacionados con la formación integral.

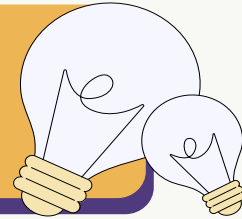
De este modo, el trabajo pedagógico y psicosocial realizado por los formadores y formadoras se fortalece al incorporar un enfoque práctico que permita a NNAJ comprender el

centro de interés y su práctica como un medio para fortalecer la participación ciudadana.

Esto no solo fomenta un sentido de comunidad y responsabilidad, sino que también actúa como una estrategia de prevención ante situaciones que podrían poner en riesgo

su bienestar. Al entender el centro de interés como un espacio de aprendizaje y desarrollo personal, se contribuye a formar individuos más conscientes y comprometidos con su entorno.

Componente Psicosocial



El componente psicosocial brinda orientaciones y lineamientos en este ámbito a través del fortalecimiento de los adultos significativos que acompañan a los NNAJ: formadores, gestores LED, zonales y familias, con el propósito de favorecer su desarrollo integral. Se orienta sobre cómo fortalecer procesos de desarrollo personal en los NNAJ como la autoestima, la gestión emocional y la motivación,

así como consolidar procesos sociales fundamentales para la vida en comunidad, entre ellos la comunicación, la empatía, los valores, el trabajo en equipo y la ciudadanía. La implementación de acciones en el ámbito psicosocial se basa en el Modelo Holístico de la carrera deportiva, en la etapa de formación:



Nivel	Elementos Clave	Aplicación en el deporte de formación	Objetivos Psicosociales / Indicadores
 Nivel Deportivo	Desarrollo / Formación	El deporte como medio para la formación integral. Se consolidan las habilidades técnicas y tácticas específicas del deporte.	Mejora del compromiso deportivo, perseverancia y disciplina.
 Nivel Psicológico	Niñez Adolescencia	Se fortalece la identidad personal y deportiva, importancia de la identificación de emociones y la regulación emocional.	Autoestima, regulación emocional, resiliencia, motivación intrínseca. 
 Nivel Psicosocial	Compañeros - Formador - Padres	El entorno de entrenamiento (centro de interés, compañeros, formador) se convierte en el principal grupo de referencia. Los padres ofrecen apoyo emocional y logístico.	Comunicación asertiva, cooperación, comunicación, trabajo en equipo, manejo de la rivalidad.
 Nivel Académico / Vocacional	Educación primaria-Secundaria	Compatibilización de estudios con la práctica deportiva. Desarrollo de habilidades organizativas y de planificación.	Responsabilidad académica, gestión del tiempo, orientación vocacional deportiva. 
 Nivel Financiero	Familia	Dependencia económica de la familia.	Valoración del esfuerzo, responsabilidad en el uso de recursos.
 Nivel Legal	Menores / transición a mayoría de edad	El joven deportista se encuentra protegido legalmente por tutores o padres, pero empieza a asumir responsabilidades propias.	Conocimiento de derechos y deberes, conducta ética y responsable.

Adaptación Modelo Holístico de Carrera deportiva Wylleman Reints & Knopp a JEC.

Desde el componente se busca transversalizar contenidos teórico-prácticos dirigidos a formadores, gestores IED y zonales mediante el “Proceso Modular”, documento que contiene la propuesta teórico-práctica que orienta la implementación de los contenidos psicosociales en los centros de interés. Este proceso incluye módulos temáticos anuales, dentro de los cuales se desarrollan capítulos relacionados con las temáticas psicosociales.

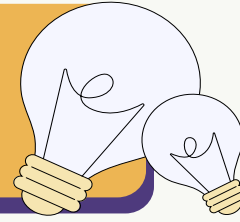
El Proceso Modular 2024–2027 se articula con el Plan de Desarrollo Distrital “Bogotá Camina Segura”. Esta estrategia inició en 2024, y ha implementado los módulos “Las relaciones interpersonales en el marco de la práctica deportiva” y “Habilidades socioemocionales”.

De acuerdo con estos contenidos, los formadores realizan actividades que propenden por el fortalecimiento de dinámicas psicosociales con los NNAJ, para que puedan gozar de espacios de formación seguros, armónicos, y que a su vez estas mismas dinámicas puedan impactar positivamente sus relaciones interpersonales en su familia, barrio, colegio y comunidad.

El componente también implementa la caracterización psicosocial y mapeo de riesgos psicosociales, mediante la cual se indaga en las condiciones, necesidades y características de los NNAJ, así como los riesgos psicosociales a los que están potencialmente expuestos. Esta actividad permite generar estrategias oportunas, efectivas y contextualizadas para fortalecer las redes de apoyo, sensibilizar y prevenir los riesgos identificados.



Semilleros



Bajo el marco del Sistema Deportivo Olímpico y Paralímpico de Bogotá D.C., el proyecto JEC y su estrategia de "Semilleros" actúan como el puente hacia las etapas de Talento y Rendimiento. Su enfoque se centra en la construcción de una base deportiva sólida, fundamentada en el respeto por los procesos de maduración de NNAJ. Para ello, implementa una metodología rigurosa de evaluación y seguimiento en los componentes físico, técnico, táctico, psicosocial y educativo. El objetivo principal es consolidar procesos de formación deportiva incluyente (de escolares con y sin discapacidad) en los diferentes colegios. A través de la detección temprana de talentos, el programa busca nutrir las etapas subsiguientes de la "Bogotá Competitiva", fortaleciendo así el ecosistema deportivo de la ciudad.

Dicha estrategia se fundamenta en la "detección de un posible talento" visto desde la teoría según diferentes autores como:

- Según Gabler y Ruoff 1979, como se citó en (Baur, 1993, p. 6), "un talento deportivo es aquel que, en un determinado estado de la evolución, se caracteriza por determinadas condiciones y presupuestos físicos y psíquicos, los cuales, con mucha probabilidad, le llevarán, en un momento sucesivo, a alcanzar prestaciones de alto nivel en un determinado tipo de deporte".
- Zatsiorski (1989, p. 283). Por otro lado, confirma que "el talento deportivo se caracteriza por determinada combinación de las capacidades motoras y psicológicas, así como de las aptitudes anatomofisiológicas que crean, en conjunto, la posibilidad potencial para el logro de altos resultados deportivos en un deporte concreto"

- López (2000: 9), expresa que: "Talento consiste "en una aptitud natural o adquirida para hacer algo. El talento depende de la capacidad individual, de las motivaciones del sujeto y del medio social; es expresión de la interacción de estas condiciones. El talento tiene que ser no sólo descubierto sino también estimulado y formado".
- Hahn (1988: 9), el talento es una aptitud acentuada en una dirección que supera la medida normal, que todavía no está desarrollada completamente. Por talento deportivo se entiende la disposición en el caso normal de que pueda y quiera lograr los rendimientos altos en el campo del deporte.

Más allá del deporte, Semilleros enseña a vivir. Al aprender a entrenar y competir, los menores —con y sin discapacidad— transitan por el éxito y el fracaso, el esfuerzo y el descanso. En ese equilibrio de risas, lágrimas y logros, es donde realmente se construye el carácter de un gran ser humano.

Proceso de articulación y armonización curricular

Los colegios que cuentan con un Proyecto Educativo Institucional (PEI) cimentado, respaldado por una dirección activa y una trayectoria pedagógica abierta a la innovación y la 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.

Por lo anterior, la Jornada Escolar Complementaria cuenta con un proceso donde el IDRD se armoniza con el PEI y se

articula con el currículo de las IED. Este proceso presenta una serie de niveles y acciones orientados al diálogo entre el IDR y las IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta del programa JEC y el componente pedagógico del PEI. La ejecución de este proceso busca robustecer los diseños curriculares de los Proyectos Educativos Institucionales.

De acuerdo con lo anterior, la SED estipula 2 procesos: Armonización y articulación.

 ARMONIZACIÓN PEI	 ARTICULACIÓN CURRICULAR
la armonización de las estrategias pedagógicas para la ampliación del tiempo escolar tiene lugar especialmente en el macro currículo, con alcance a nivel meso y micro curricular. La armonización implica la identificación y puesta en común de puntos de coincidencia entre la propuesta pedagógica de los diferentes actores que implementan las EATE, en relación con el horizonte de sentido de la institución educativa, para lo cual se tiene como nodo central el PEI.	La articulación de las estrategias pedagógicas para ampliación del tiempo escolar tiene su alcance en el meso currículo o desarrollo curricular y en el micro currículo o gestión curricular, y por lo tanto, se deben insertar en diferentes aspectos o elementos del componente pedagógico y curricular del PEI.

Tabla 2. Armonización y articulación curricular - Fuente: Estrategias de Ampliación del Tiempo Escolar - Articulación con el Currículo y Armonización con el PEI - Secretaría de Educación Distrital – DEPB - 2025

Así mismo, la SED propone una serie de Niveles de Articulación con el currículo y Armonización con el PEI:

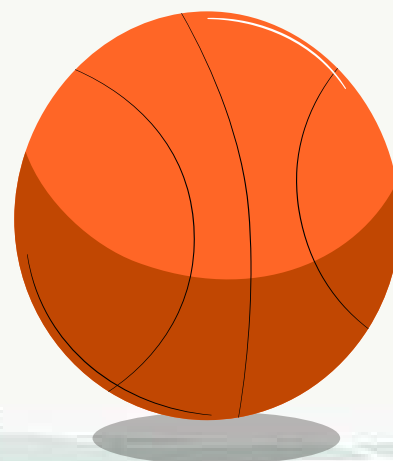




Fig. 3. Diseño de estructura componente pedagógico- Fuente: Estrategias de Ampliación del Tiempo Escolar - Articulación con el Currículo y Armonización con el PEI - Secretaría de Educación Distrital - DEPB - 2025

Si bien la SED propone un nivel inicial y 7 niveles principales de articulación y armonización, en el año 2024, en una mesa interdisciplinar llevada a cabo entre la SED y el IDRD, se concertó que, como entidad aliada, el IDRD priorizará y desarrollará las siguientes acciones orientadoras y niveles:

Nivel 0: Armonización con el PEI

En esta fase se identifican posibles escenarios de armonización y articulación con docentes y entidades aliadas, considerando las estrategias pedagógicas implementadas o por implementar.

Orientaciones clave:

- Acciones orientadas al diálogo entre actores del IDRD y docentes y directivos docentes de las IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta de las entidades aliadas y el componente curricular del PEI.
- Sugerir en el marco de la implementación de los centros de interés deportivos y las mesas de trabajo entre las partes, estrategias pedagógicas pertinentes basadas en el PEI.
- Concertación de cronograma de acciones pedagógicas: Se proyectan las reuniones que se desarrollarán desde la gestión de las acciones pedagógicas de armonización curricular, con el fin, de garantizar los espacios programados que apoyen el proceso de la siguiente fase. (Según calendario institucional).
- Intercambio y análisis documental de las partes.

Nivel 1: Acuerdos para la Armonización y Articulación con el Currículo

Se generan acuerdos con los actores escolares para articular las estrategias pedagógicas con el currículo.

Orientaciones clave:

- Concertar con la dirección y docentes sobre la articulación de la EATE (fortalecimiento del elemento curricular).
- Crear espacios de diálogo para concertar el estado de articulación.
- Formular un plan de acción y asistencia técnica (SED) para fortalecer la articulación.

Nivel 2: Análisis de la Relación entre la EATE y el Currículo

Se examina la pertinencia de la EATE dentro del componente pedagógico y curricular.

Orientaciones clave:

- Determinar la contribución al desarrollo de aprendizajes priorizados definidos en los acuerdos de armonización y articulación entre las partes.
- Identificar aportes al elemento curricular acordado.
- Construcción colectiva del documento borrador interinstitucional, según los acuerdos y aval.

Nivel 3: Integración de la EATE al Plan de Estudios y Organización Escolar

Se fortalece la inserción de la EATE en la estructura escolar y pedagógica.

Orientaciones clave:

- Integrar la EATE en la planeación, de proyectos transversales o áreas, así como las sesiones de clase de los CI de deporte escolar.

- Articular las EATE en el SIEE teniendo en cuenta la circular 004 del 2015 donde se evalúan los centros de interés de manera cualitativa sin afectar la promoción de los estudiantes.
- Seguimiento permanente a los acuerdos establecidos en los acuerdos establecidos entre las partes.
- Seguimiento, acompañamiento y análisis de resultados.

Estos son los niveles y acciones proyectadas desde el convenio entre la SED y el IDRD en las IED donde se implementa estrategias de ampliación del tiempo escolar con CI de deporte escolar, las cuales están consideradas en el documento de orientaciones técnicas, pedagógicas y administrativas.

Dimensiones del desarrollo humano

Desde una perspectiva formativa, para el proyecto de JEC, el desarrollo humano abarca procesos que integran aspectos motrices, cognitivos, lúdicos y psicosociales, los cuales fortalecen la interacción y el cambio que experimentan los NNAJ con y sin discapacidad a lo largo de sus vidas fomentando la formación integral, orientando su proyecto de vida.

Dimensión lúdica

Dentro de la estrategia JEC, resulta esencial la lúdica, dado que facilita a los NNAJ la oportunidad de experimentar el goce y disfrute mediante el juego, fomentando la interacción con sus pares y su entorno, creando un espacio propicio para la exploración de sus intereses personales y el desarrollo de competencias sociales en relación con los compañeros y compañeras con quienes juega y despliega las otras dimensiones que pretende impactar la estrategia.

Dimensión motriz

Desde JEC, se desarrollan los centros de interés por medio de procesos educativos y pedagógicos, logrando satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la

práctica formativa y deportiva mediante la utilización del tiempo libre, orientando a la promoción de actividades físicas y habilidades motoras, mediante la implementación de métodos educativos adaptados a las necesidades e intereses específicos de los NNAJ con y sin discapacidad. A través de estas actividades, se pretende fomentar una cultura de práctica deportiva que no sólo optimice el desarrollo físico, sino que también promueva la relevancia de un uso saludable y productivo del tiempo libre.

Dimensión cognitiva

Los procesos de pensamiento desde la estrategia JEC, 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 cómo esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.

La práctica deportiva escolar juega un papel crucial en este proceso, ya que, ofrece un contexto en el que los estudiantes pueden reflexionar sobre sus vivencias y cómo estas influyen en su percepción del mundo. Al involucrarse en el deporte y otras actividades, los escolares no solo aprenden habilidades técnicas, también desarrollan competencias críticas y creativas que les ayudarán a abordar problemas y desafíos de manera efectiva. De esta manera, la dimensión cognitiva contribuye a una educación integral, orientando a los NNAJ para que sean agentes de cambio en su entorno.

Dimensión Psicosocial

Implica la interacción entre factores psicológicos y sociales que impactan el desarrollo del NNAJ a lo largo de su ciclo vital. En esta dimensión convergen procesos individuales como emociones, pensamientos e identidad, y procesos sociales como las relaciones interpersonales, habilidades sociales y la cultura.



Dimensiones transversales en semilleros:



Dimensión lúdica / competitiva

La interrelación entre lo lúdico y lo competitivo, son un hilo invisible que hace la que los NNAJ con y sin Discapacidad, logren respetar las normas del deporte en sí y decantan en la experimentación de todas sus potencialidades físicas, técnicas, como las tácticas y estrategias.

Dimensión Motriz / Biológica

Con respecto a lo biológico, el respeto por los procesos de crecimiento y maduración; acá los NNJA con y sin discapacidad no solo afrontan y reconocen su cuerpo, sino que, a su vez, le dan vida, lo reestructuran continuamente y lo valoran.

Propuesta pedagógica Jornada Escolar Complementaria



La propuesta pedagógica de Jornada Escolar Complementaria – IDR D contempla dentro de sus lineamientos, una serie de aspectos fundamentales que inciden y aportan en el proceso formativo de los NNAJ por medio unos momentos trascendentales que transversalizan orientaciones, componentes, acciones, procesos y dimensiones en el marco de la formación integral. Este proceso transversal, pretende fortalecer el desarrollo integral de los NNAJ participantes de los centros de interés desde un enfoque formativo, por ello, el componente pedagógico de JEC del IDR D, diseñó un esquema que resume y fundamenta dicha propuesta pedagógica.

Teniendo en cuenta lo anterior, la propuesta pedagógica tiene en cuenta 5 aspectos que, en su respectivo orden, aportan de manera significativa a los propósitos y misionalidad del Proyecto, de este modo, en primer lugar, se resalta la importancia de los lineamientos pedagógicos de JEC del IDR D y los centros de interés, seguidamente, la incidencia de los componentes de cultura ciudadana y

enfoque diferencial como aspectos que fundamentan las actividades, conceptos y nociones que se desarrollan en el proyecto, contemplando a su vez, como ejes transversales, la construcción ciudadana, apropiación del espacio público, identidad de género e inclusión.

Seguidamente, se resalta la importancia de la implementación del proceso de articulación y armonización curricular propuesta por la SED y que, desde la línea de deporte escolar, orienta los procesos de fortalecimiento curricular y la formación integral, la cual, a través de sus fases y acciones, pretende fortalecer los PEI de las IED. En este sentido, lo anterior permite conocer la incidencia del proyecto en la formación de NNAJ a través de la implementación de los centros de interés en diversos ambientes de aprendizaje, desplegando a su vez, como último aspecto a fortalecer, las dimensiones del desarrollo, las cuales, reconocen la formación integral desde lo motriz, lo cognitivo, lo lúdico y lo psicosocial.

PROYECTO JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA



Figura 4. Esquema propuesta Jornada Escolar Complementaria

Nociones y lineamientos pedagógicos



Modelo pedagógico

El modelo pedagógico de la JEC-IDRD se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado en la formación integral de los NNAJ.

Por ello, 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 permite que quienes participan en los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva, si no que se formen como ciudadanos y ciudadanas; en este sentido, es posible que algunos NNAJ, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construir su proyecto de vida; otros, encontrarán en el centro de interés escenarios de formación para fortalecer sus dimensiones motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial, así como potenciar habilidades para la vida.

El deporte, como fenómeno cultural y humano, ofrece diversas oportunidades para el desarrollo de los NNAJ, favoreciendo la construcción de relaciones que fortalecen tanto su capacidad de interacción social como su creatividad. A través del proyecto JEC, se abre la posibilidad de vivir una experiencia deportiva, la cual no solo contribuye a la calidad de vida, sino que brinda herramientas para afrontar sus propias realidades.

En este orden, el modelo pedagógico de JEC, se alimenta de diversas fuentes, especialmente las corrientes sociocríticas de América Latina que se han consolidado con fuerza, promoviendo el reconocimiento de un saber propio que se encuentra, según De Souza (2008), en un lugar que ha sido históricamente marginado por el conocimiento eurocéntrico. Estas corrientes se enfocan en reivindicar y valorar las formas de conocimiento autóctonas, al tiempo que proponen un enfoque metodológico que, en el ámbito territorial, se basa en un ciclo de tres momentos clave: acción, reflexión

y acción. Este enfoque permite una relación dinámica y constante entre la práctica y el pensamiento crítico, esencial para el desarrollo de las comunidades en su contexto.

Enfoque metodológico

Según De Souza (2008), el enfoque de "acción-reflexión-acción" es un ciclo metodológico que se utiliza en los procesos educativos y de transformación social. Este enfoque implica un proceso continuo y dinámico en el que los participantes no solo realizan acciones (la parte activa), sino que también reflexionan sobre esas acciones para comprender su impacto y efectividad. Esta reflexión permite ajustar y redefinir las siguientes acciones, lo que genera un proceso de aprendizaje y mejora constante.

- **Acción:** Se refiere a la práctica inicial, la intervención o el acto concreto que se lleva a cabo en un determinado contexto. En este momento, los sujetos se involucran activamente en la realidad que desean transformar o comprender.
- **Reflexión:** Después de la acción, se toma un espacio para la reflexión crítica, en la que los individuos analizan los resultados, las experiencias y los significados de lo que han hecho. Este paso permite evaluar lo aprendido y entender las implicaciones de la acción.
- **Acción:** A partir de la reflexión, se replantean y ajustan las próximas acciones, que se basan en los aprendizajes obtenidos. Este ciclo permite una mejora continua y la adaptación del proceso a las necesidades y realidades del contexto.

Este enfoque, que busca la integración entre la práctica y la reflexión, es fundamental en las metodologías sociocríticas, ya que permite que los sujetos no sólo actúen sobre la realidad, sino que también se conviertan en sujetos críticos y reflexivos sobre su propia acción.

Secuencia didáctica

La secuencia didáctica se divide en tres fases que son, inicial, central, y final (retroalimentación y vuelta a la calma), cada una cumple funciones distintas en el proceso de enseñanza-aprendizaje y, por consiguiente, tiene características diferentes. Estas fases son cíclicas ya que una vez preparado, desarrollado y valorado un tema, una unidad didáctica o una sesión de clase, se planifica otra nueva que debe tener en cuenta los aspectos más significativos de la que se acaba de culminar.

1. Fase inicial:

Acción: Persigue el propósito de activar la atención, establecer el objetivo de la sesión, incrementar el interés y la motivación de los NNAJ, dar una visión preliminar del tema

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

Los centros de interés son una estrategia pedagógica orientada a la formación integral de los estudiantes, que articula diversas áreas de conocimiento en torno a temáticas relevantes y significativas para ellos. Su propósito principal es promover un aprendizaje activo, participativo y crítico, situando al estudiante en el centro del proceso formativo.

Mediante los centros de interés, se fomenta la construcción de saberes interdisciplinarios a partir de experiencias prácticas y reflexivas, en las que los estudiantes participan de forma activa, colaborativa y creativa. Este enfoque no solo facilita la integración de conocimientos académicos, sino que también estimula habilidades críticas, valores sociales y actitudes proactivas ante el aprendizaje. (Sánchez, 2025).

o contenido, conocer los criterios de seguimiento/valoración y rescatar conocimientos previos.

2. Fase central:

Reflexión: El formador/a ayuda a los NNAJ a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo de las actividades, temáticas, técnicas y demás aspectos dentro y fuera de los centros de interés. En esta fase, los NNAJ construyen y fortalecen ambientes de cooperación y colaboración en el centro de interés y fuera de él, deben integrar y ejercitar competencias y experiencias para aplicarlas, en situaciones reales, se debe aplicar la valoración continua (formativa) para verificar y retroalimentar el desempeño y los logros de los participantes de los centros de interés.

3. Fase final (retroalimentación y vuelta a la calma):

Acción: Los formadores/as, junto con los NNAJ, deben verificar el cumplimiento de los objetivos de la sesión, los aprendizajes adquiridos, la apropiación de conceptos y temáticas, propiciar la retroalimentación, identificando la pertinencia de las actividades y los recursos didácticos empleados; lo anterior, en aras de realizar los ajustes necesarios a la sesión de clase del centro de interés.

Teniendo en cuenta lo anterior, los centros de interés permiten dinamizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, conectando los intereses del estudiante con objetivos educativos que favorecen su desarrollo cognitivo, motriz, lúdico y psicosocial, por ello, desde el proyecto JEC, se pretende incidir significativamente al desarrollo y la formación integral de los NNAJ por medio de 6 modalidades deportivas y sus respectivas disciplinas descritas a continuación

1. De pelota: Fútbol, baloncesto, sóftbol, futsal, voleibol, béisbol, fútbol de salón, balonmano, rugby.
2. De combate: Judo, lucha, taekwondo, boxeo, esgrima, karate.

3. Deportes alternativos: Ultimate, capoeira, ESPORTS, flag football.
4. De tiempo y marca: Atletismo, ciclismo, patinaje, levantamiento de pesas, escalada, BMX, natación.
5. Deportes de arte y precisión: Porras, gimnasia, skateboarding, ajedrez, actividad física, baile deportivo.
6. Raqueta: Tenis de mesa, tenis, bádminton, pádel, squash.

Metodología de atención NNAJ



Justificación Metodología de atención a NNAJ

Los procesos de enseñanza-aprendizaje en el contexto del deporte escolar, están influenciados por múltiples variables, incluyendo los conocimientos específicos del formador con respecto a la modalidad deportiva que desarrolla, sus estrategias metodológicas y didácticas, así como la capacidad de gestión de grupo. No obstante, otras variables relacionadas con la organización de la sesión de clase también influyen, como, por ejemplo, el tamaño del grupo (número de escolares por clase), lo cual se ha documentado en la literatura de manera consistente (Retamal-Valderrama et al., 2019). De hecho, se ha establecido que mientras más reducido sea el número de estudiantes por clase, se puede beneficiar el aprendizaje y el rendimiento académico en la educación general (Filges et al., 2018).

Dada la importancia de los centros de interés en el fortalecimiento de la autonomía de los escolares, el trabajo colaborativo y la formación integral (Gaviria y Devia, 2025), se hace necesario asegurar que estos espacios se lleven a cabo de la manera óptima posible, lo que incluye el tamaño de los grupos. En el contexto específico de la educación física y el deporte escolar, habitualmente se recomienda tener grupos con un número de escolares reducidos, con el

fin de optimizar el tiempo de participación y el compromiso en las actividades propuestas durante la clase (Mayorga-Vega et al., 2020).

También se ha documentado que, las clases de educación física con tamaños pequeños se asocian con un tiempo mayor de actividad durante las mismas (Kirkham-King et al., 2017; Zhou et al., 2025), lo que puede favorecer el aprendizaje a largo plazo. En ese sentido, tener una menor cantidad de NNAJ con y sin discapacidad por grupo en los centros de interés, puede facilitar la atención del formador sobre el grupo, el seguimiento cercano al progreso de cada estudiante y un ambiente de aprendizaje colaborativo, íntegro e inclusivo. Esto también puede favorecer la identificación oportuna de los intereses y necesidades de los NNAJ, lo que beneficia el aprendizaje de competencias que contribuyen a su bienestar y fortalecen las cuatro dimensiones del desarrollo dentro del proyecto JEC-IDRD. Por tanto, un adecuado número de escolares por grupo puede optimizar la aplicación de los lineamientos pedagógicos, los enfoques metodológicos, las estrategias didácticas y de valoración formativa. Adicionalmente, puede favorecer la gestión del grupo, mejorar el control del formador y docentes acompañantes sobre el comportamiento de los escolares y su interacción con el espacio y demás agentes externos a la clase, sobre todo, pero no exclusivamente,

cuando se lleva a cabo en el espacio público, fuera de la institución educativa.

Todo lo anterior, resalta la importancia del tamaño del grupo en el adecuado desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje del deporte y la formación integral de los NNAJ, y su papel como una variable moderadora en la aplicación de estrategias pedagógicas, en la organización de los grupos y en la seguridad de los escolares. De esa manera, existe la necesidad de que los grupos en los centros de interés estén compuestos por un número moderado de escolares, los cuales pueden variar en un rango de 10 a 30 (este número dependerá además de la convocatoria realizada, procesos de inscripción, seguimiento a la cobertura, oferta de centros de interés, e incluso, dinámicas internas de cada colegio), en concordancia con algunos datos de evidencia científica relacionada (Kirkham-King et al., 2017), de modo que se favorezcan los procesos pedagógicos y metodológicos antes expuestos.

Esto puede ser especialmente aplicable a los deportes de conjunto, debido a las dinámicas internas de las modalidades deportivas, donde se requiere un número determinado de participantes, para la adecuada práctica del deporte. No así, en deportes individuales, donde el formador requiere de un enfoque de atención y control más particularizado del proceso de formación del escolar, dadas las trayectorias del aprendizaje marcadamente singulares en estos contextos deportivos.

En ese sentido, la determinación de un número moderado de escolares por grupo en los centros de interés se sustenta en la importancia de garantizar procesos formativos de calidad, participación y acompañamiento individualizado, recomendando así, contar con grupos de escolares reducidos por sesión de clase.

Estrategias didácticas

Implica la concepción teórico-práctica de la implementación del proceso pedagógico para la formación: condiciona el sistema de acciones para alcanzar los objetivos tanto de enseñanza como de aprendizaje.

Las estrategias didácticas son una serie acciones metodológicas y estratégicas que realiza el formador/a, las cuales facilitan la formación y el aprendizaje de los NNAJ con y sin discapacidad; su implementación fortalece la adquisición de conocimientos, habilidades, competencias y saberes las cuales conllevan al desarrollo integral, la adquisición de competencias para la vida y el cumplimiento de objetivos.

Algunas estrategias didácticas en el deporte escolar son:

Secuencias didácticas: Son las diferentes actividades que debemos de crear para encadenar y articular una unidad didáctica:

- **Sesión cerrada:** Son actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicial, desarrollo y final. Predomina el mando directo y poca participación sugerente de los escolares.
- **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 de los escolares.
- **Unidad didáctica:** Son unidades de programación de enseñanza con un tiempo determinado. La Unidad Didáctica es una propuesta de trabajo relativa a un proceso de enseñanza aprendizaje completo. Este modelo didáctico aparece muy ligado a las teorías constructivistas.
- **Actividades alternativas:** Actividades que se utilizan cuando no es posible desarrollar las actividades programadas y por ende, éstas deben adaptarse o flexibilizarse, aplicando actividades de manera alternativa.
- **Circuitos de acción motriz:** recreativo, patrón de movimiento, fundamentos deportivos. El circuito de acción motriz es una forma de trabajo en la cual se realizan 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.
- **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.
- **Juegos cooperativos:** Pueden definirse como aquellos en los que los participantes dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez, 2004)

- **Juegos con reglas:** El juego de reglas da acceso a la realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro, 2010)
- **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.
- **Fábula motora:** La fábula es un relato breve escrito en prosa o verso, donde los protagonistas son animales que hablan. Las fábulas se hacen con la finalidad de educar, lo cual es la moraleja, esta normalmente aparece al final, al principio o no aparece porque se encuentra en el mismo contenido del escrito.
- **Cuento motor:** Es un relato que nos remite a un escenario imaginario dentro de un contexto de reto y aventura, con el fin de lograr que los niños y niñas se puedan sentir identificados desde la actividad motriz, emulando a los personajes del propio cuento. Pone en juego aspectos de índole afectivo y cognitivo con lo cual se desarrolla la creatividad, la imaginación, educación en valores, pensamiento estratégico y trabajo cooperativo propiciando un proceso de reflexión y diálogo entre los participantes. El cuento motor cobra mayor sentido dentro de un ámbito interdisciplinario.
- **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 juegos naturales (no reglados).
- **Los juegos naturales:** Son actividades que los niños practican en forma cotidiana dentro y fuera de la escuela que cumplen una función importante para su desarrollo y que constituyen un instrumento de afirmación individual. Su característica básica consiste en que permiten establecer y aceptar normas mínimas, generalmente propuestas por los mismos niños.
- **Juego simbólico:** El juego simbólico introduce al niño en el terreno de la simbolización, o acción del pensamiento de representar en la mente una idea atribuida a una cosa. Para acceder a la simbolización, o utilización de símbolos, es necesario manipular algo; es decir, el uso de alguna idea u objeto, no solo manejarlas físicamente; en cualquiera de estas opciones hay simbolización. Al ser el símbolo una atribución, supone la separación entre pensamiento y acción, ya no es acción por la acción, sino símbolo para la acción, o acción por el símbolo. (Navarro 2010).
- **Iniciación deportiva:** Proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.
- **Dramatización:** Actividades donde el NNAJ expresa con su cuerpo alguna situación de la vida cotidiana o realiza alguna acción de representación indicada por el formador/a.
- **Gymkhana:** Actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica de juegos recreativos, cuyo origen proviene de la india y significa "fiesta al aire libre". La gymkhana es una serie de juegos que involucran fundamentalmente habilidades motrices, se pueden ordenar a manera de estaciones o como circuitos, sin embargo, cada uno de ellos exigirá a los participantes el cumplimiento de una tarea. De acuerdo con la organización, las estaciones, los grupos podrán participar de forma simultánea o con intervalos de tiempo. Para designar al equipo ganador se podrá tomar el tiempo que cada equipo emplee iniciando con el primer competidor que realice la prueba y parando el cronómetro al llegar el último. Otra manera será asignando puntos a cada prueba en este caso los lugares se asignarán tomando en cuenta la puntuación obtenida por cada grupo. Una particularidad de esta actividad es que se pueden utilizar; claves, códigos, señales, los cuales al descifrarlos indican pistas, tareas o lugares, la creatividad de los organizadores permite diferentes combinaciones de estos elementos, ya sea en el orden de los mismos o exigiendo tareas en cada clave y pista.
- **Taller:** Es una metodología de trabajo en la que se integran la teoría y la práctica. Se caracteriza por la investigación, el descubrimiento y el trabajo en equipo que se distingue por el acopio (en forma sistematizada) de material especializado acorde con el tema tratado teniendo como fin la elaboración de un producto. Se

enfatisa en la solución de problemas, el fortalecimiento de habilidades, y requiere la participación activa de los asistentes.

- **Deporte educativo:** Actividad física, individual o de conjunto, cuya reglamentación, instalaciones y equipo son adaptados a las características de niños y jóvenes en edad escolar, de carácter eminentemente formativo, favorecedor de aprendizajes psicomotrices, afectivos, lúdicos, cognitivos y sociales. El deporte educativo se refiere a la manera de cómo abordarlo con los escolares para que su enseñanza configure la formación de la persona a través de conductas motrices donde lo importante es que todos los alumnos mejoren y participen en las actividades.
- **Rally:** Actividad que se encuentra dentro de la clasificación de la estrategia didáctica de juegos recreativos. En esta actividad a diferencia de la Gymkhana las tareas a cumplir serán de carácter socio motriz, pudiendo ser estas cognoscitivas, si se utilizan estas últimas se procurará relacionarlas con la actividad física, es decir que las claves, señales o códigos se referirán a aspectos vistos en la clase de educación física, pudiendo ser ejercicios, formas jugadas, pre-deportes o deportes. Aunque existen diversas definiciones sobre lo que es un rally para objeto de diferenciar esta actividad de la gymkhana se procurará conservar la definición anterior. Los puntos descritos para la gymkhana podrán servir para la organización del rally, cabe mencionar que en ambos casos la organización tiene diferentes variantes, pudiendo ser en la forma de llevar la puntuación, o en la cantidad de jueces, cada una de las características de estos juegos aceptan las variantes que a experiencia y creatividad de los organizadores les proporcionen o de las características de los grupos, de los espacios utilizados y de los recursos empleados.

Cabe resaltar que, las anteriores, son sólo algunas de las estrategias didácticas que se pueden implementar en las sesiones de clase de los centros de interés, así mismo, dentro del quehacer pedagógico, se pueden planear y desarrollar otras estrategias, dinámicas o actividades que incidan en la formación integral del NNAJ y que promuevan la participación de estos en los diferentes centros de interés.

Rol de Formador (a)

En el marco del proyecto 8159 "Formación integral de la primera infancia, infancia, adolescencia y juventud a través de procesos de exploración, apropiación e iniciación mediante el juego y el deporte en Bogotá D.C.", el rol de formador(a) es clave para implementar los centros de interés desde la línea del deporte escolar, mediante estrategias pedagógicas, didácticas y metodológicas que promuevan el desarrollo integral de los NNAJ (niños, niñas, adolescentes y jóvenes). El acceso a actividades deportivas y recreativas favorece el rendimiento académico, el bienestar socioemocional, el desarrollo psicomotriz y las habilidades deportivas, contribuyendo a una formación más equitativa y enriquecedora.

Para cumplir con este propósito, el formador debe ser un profesional íntegro, con liderazgo, responsabilidad, honestidad y respeto, además de contar con competencias y habilidades relacionadas con:

- Comunicación asertiva.
- Manejo de grupo
- Habilidades de diseño y ejecución de sesiones de clase (objetivos, metodología, estrategias, etc.)
- Metodología de trabajo con niñez y adolescencia
- Capacidad de motivar e innovar dentro del centro de interés.
- Resolución de problemas.
- Empatía.
- Trabajo colaborativo con equipos interdisciplinarios (componente operativo, pedagógico, psicosocial y semilleros).

Desde su rol pedagógico, debe fomentar ambientes participativos y significativos que fortalezcan habilidades motrices, lúdicas, cognitivas y psicosociales, articulando sus conocimientos en deporte, educación física y recreación con un enfoque formativo, ético y de derechos.

Así mismo, debe dominar el enfoque de garantía de derechos de niñez, infancia y adolescencia, estrategias de iniciación deportiva, normativa educativa vigente en Bogotá y herramientas de seguimiento pedagógico para los procesos de valoración formativa cualitativa.

En este sentido, el rol del formador tiene una importancia crucial, ya que es un adulto significativo que transmite

conocimientos y enseña habilidades a los NNAJ. Gracias a sus enseñanzas, lecciones, reflexiones y ejemplo, los NNAJ se inspiran a reconocer sus fortalezas y las de los demás, a apoyar y escuchar a sus compañeros cuando lo necesitan y a seguir luchando por sus propósitos en la vida. De esta manera el formador se convierte en un referente y un modelo a seguir para los NNAJ que participan en estos espacios, y su presencia y acompañamiento es crucial para que se sigan formando como seres humanos íntegros, 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.

Con base a lo anterior, los aprendizajes y habilidades que desarrolla el NNAJ en el centro de interés no solamente tienen un impacto en su ser individual, sino en sus demás contextos de desarrollo: familiar, escolar, comunitario y ciudadano.

Finalmente, el formador debe promover la práctica deportiva en las Instituciones Educativas Distritales, implementando los centros de interés como espacios que potencien las cuatro dimensiones del desarrollo, reconociendo los lineamientos operativos, pedagógicos y psicosociales de manera transversal en su ejercicio como articulador y promotor de procesos tanto técnicos como pedagógicos para la promoción de experiencias significativas que incidan en la formación integral de los NNAJ.

Valoración formativa

La Valoración Formativa Cualitativa en la Jornada Escolar Complementaria del IDRD tiene como propósito valorar el progreso y el proceso de aprendizaje de los NNAJ con y sin discapacidad; esta valoración se centra en los resultados obtenidos a partir de la dinámica de enseñanza-aprendizaje en las actividades desarrolladas en los diferentes centros de interés, los cuales integran de manera transversal las dimensiones del desarrollo humano.

La valoración adopta un enfoque integrador y reflexivo que pone en consideración los siguientes aspectos clave en pro del reconocimiento y fortalecimiento de la formación integral:

- Lo que los NNAJ logran, más no lo que les falta: Este aspecto hace referencia a reconocer y destacar lo que cada participante logra durante su proceso formativo, priorizando sus avances, capacidades y fortalezas en lugar de enfocarse únicamente en aquellos aspectos de su desarrollo en los que presenta un menor avance.

- El interés, dedicación y esfuerzo: Valora el compromiso que demuestra cada escolar al desarrollar las actividades propuestas, subrayando su esfuerzo y perseverancia ante las adversidades y su actitud positiva frente a los desafíos.
- Entender el contexto de cada escolar: Es importante reconocer y comprender el entorno particular de cada NNAJ, ya sea su hogar, el escenario deportivo o la Institución Educativa Distrital (IED), entendiendo cómo estos factores influyen en su proceso de aprendizaje y desarrollo integral.

El proceso de valoración se realiza de manera continua y reflexiva durante cada sesión de clase, permitiendo al formador observar, documentar y analizar los avances individuales y colectivos de los participantes. Es por esto, que, para evidenciar estos procesos de manera estructurada y efectiva, el formador ha de realizar un proceso de observación crítica y significativa que, desde una intencionalidad pedagógica y psicosocial, le permita conocer aquellas particularidades y aspectos más relevantes encontrados en cada uno de los NNAJ.

Lo anterior, permite que el formador/a pueda registrar de manera pertinente y coherente cada uno de los procesos formativos de los escolares teniendo en cuenta los lineamientos y orientaciones establecidas por el componente pedagógico, de esta manera, la información obtenida será registrada y cargada en una herramienta de seguimiento y valoración diseñada por el equipo pedagógico y psicosocial del proyecto, garantizando su coherencia y alineación con los objetivos de formación integral. Esta herramienta estará disponible en el Sistema de Información Misional (SIM), facilitando el acceso, consulta y seguimiento de las valoraciones realizadas por los formadores, compartiendo el respectivo reporte a cada IED y permitiendo a su vez la realización del análisis de los resultados de la formación integral.

En este sentido, se busca promover la formación integral de NNAJ desde las dimensiones cognitiva, motriz, lúdica y psicosocial a través de la práctica de centros de interés deportivos en ambientes de aprendizaje experienciales no aularios como escenarios y parques de la ciudad.

Garantizar un proceso formativo efectivo implica la implementación de un conjunto de acciones e interacciones planificadas que se generan entre diversos agentes educativos, tales como estudiantes, docentes de las IED, formadores, ambientes no aularios y recursos educativos. Estas acciones están diseñadas con el propósito de alcanzar

los resultados de aprendizaje propuestos y se desarrollan dentro de un marco teórico-práctico que orienta los procesos pedagógicos en los centros de interés.

A continuación, se describen los elementos fundamentales de este enfoque:

- **Aprendizaje experiencial:** Este enfoque se promueve cuando los estudiantes enfrentan situaciones reales que les permiten construir un conocimiento significativo, contextualizado, transferible y funcional. El aprendizaje experiencial fomenta la capacidad de aplicar lo aprendido en diversos contextos, consolidando habilidades prácticas y teóricas. En el caso específico de la práctica deportiva escolar, esta dinámica contribuye al desarrollo y la formación integral de los NNAJ al impactar sus diferentes dimensiones del desarrollo (cognitiva, motriz, lúdica y psicosocial).
- **Seguimiento y valoración formativa:** Los formadores son responsables de realizar un seguimiento continuo al proceso de formación de los NNAJ. Este seguimiento se evidencia y consolida con la elaboración de la Valoración Formativa Cualitativa, donde se resaltan los logros, aprendizajes y avances en la formación de cada escolar, reconociendo el progreso individual y grupal en sus diferentes etapas del desarrollo.
- **Participación en mesas de trabajo y fortalecimiento curricular:** Los formadores y formadoras participan activamente en mesas de cualificación lideradas por los componentes pedagógico y psicosocial. Durante estas jornadas, se construyen, analizan y revisan las propuestas de fortalecimiento a las mallas curriculares de los centros de interés, así como a los planes pedagógicos correspondientes. Este proceso colaborativo es guiado por un profesional en enseñanza y tiene como objetivo fortalecer y ajustar los contenidos, metodologías, desempeños y estrategias pedagógicas en función de las necesidades detectadas en el proceso formativo, así como de los propósitos de cada centro de interés.

Valoración en semilleros

Históricamente, la evaluación de la condición física en niños y adolescentes ha sido un eje central para docentes de educación física, entrenadores y científicos del ejercicio (Cureton & Warren, 1990; Ruiz et al., 2011). Hoy, factores como las altas tasas de inactividad, la aparición temprana

de enfermedades, las deficiencias nutricionales y los bajos estándares de aptitud física en la población joven —con y sin discapacidad— cumplen un papel determinante en la prevención de riesgos para la salud.

En este contexto, la valoración mediante “Test Físicos” en el entorno educativo no solo es conveniente, sino imprescindible. Los resultados de estas evaluaciones permiten orientar procesos didácticos y metodológicos diseñados para reducir el sedentarismo, el riesgo de lesiones y la prevalencia de enfermedades cardiometabólicas como la obesidad.

La bibliografía científica distingue dos dimensiones clave en este ámbito: la condición física relacionada con el **rendimiento** y la condición física relacionada con **la salud**. Respecto a la dimensión de la salud, esta se define como el estado que permite realizar las actividades cotidianas con vigor, asociado a rasgos y capacidades que reducen el riesgo de enfermedades crónicas y muerte prematura (Pate, 1988). En esta categoría se priorizan las valoraciones de la composición corporal-morfológica y las capacidades físicas básicas orientadas al bienestar integral.

Por otro lado, la condición física relacionada con el rendimiento se enfoca en el desarrollo de cualidades específicas y habilidades necesarias para la alta competencia. Según Bouchard et al. (2012), esta dimensión depende de factores como la velocidad, la fuerza muscular, la potencia, la capacidad aeróbica y el estado nutricional, así como de las proporciones corporales y la motivación. Es aquí donde se integran los gestos técnicos y los sistemas de entrenamiento orientados a alcanzar el éxito deportivo.

En ambas dimensiones, se resalta la importancia de la aplicación de tests, ya que proporcionan un juicio de valor tanto cuantitativo como cualitativo. Estas mediciones permiten comparar los procesos de crecimiento y maduración, visibilizar los niveles de desarrollo deportivo y, fundamentalmente, obtener datos objetivos para la identificación de posibles talentos.

En conclusión, la valoración de las condiciones físicas en la Jornada Escolar Complementaria trasciende la simple medición. Desde un enfoque pedagógico, se convierte en una herramienta de motivación y autosuperación que despierta el interés por el deporte; desde la perspectiva de la salud, la aplicación de test físicos proporciona una hoja de ruta clara sobre la relación entre el desarrollo corporal y los procesos de crecimiento y maduración de NNAJ.

Etapas de iniciación y formación deportiva

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 del mundo desde las cuales se producen. Es por esto que, desde los aspectos pedagógicos, la valoración se desarrollará de la planeación de cada malla curricular desde las dimensiones del desarrollo, desde lo cognitivo, motriz, lúdico y psicosocial.

Etapas de formación

Las etapas de formación son concebidas como una serie de momentos y niveles formativos que permiten categorizar el alcance, desempeño, aprendizajes y habilidades de los NNAJ de acuerdo con sus niveles de desarrollo en las dimensiones motriz, lúdica, y cognitiva. Estas etapas representan, cada una, unos aspectos específicos propios de un nivel de complejidad secuenciales, empezando con una etapa de formación inicial denominada "exploración", seguida de "apropiación" y una etapa avanzada "dominio", así como una etapa de "transición" a semilleros de iniciación en deporte.

A) Exploración: Se caracteriza por el desarrollo e irradiación de las capacidades perceptivo-motrices desde lo deportivo, integrando actividades en cada centro de interés donde se trabaja el esquema corporal, la estructuración temporo espacial, el equilibrio, la manipulación de objetos, la coordinación dinámica general y la coordinación sensomotora. De este modo, las formas básicas del movimiento como correr, saltar, trepar, recibir, arrojar y variadas experiencias motrices se incorporan dentro de un marco formativo-lúdico que favorece la imaginación la resolución de problemas simples, el trabajo colaborativo y la interacción por medio de juegos, retos y actividades experienciales. Esta etapa permite promover la curiosidad natural y la familiarización con el contexto del centro de interés y los elementos que éste contemple.

B) Apropiación: Representa un nivel intermedio en la formación integral, donde convergen las dimensiones motriz, lúdica y cognitiva para consolidar habilidades y conocimientos. En esta etapa, se profundiza en el desarrollo de diversas formas de coordinación, familiarización con distintos elementos y contextos, y el pensamiento táctico general. Se caracteriza por la capacidad de realizar movimientos combinados de manera global, aunque sin

alcanzar aún una inhibición precisa de los mismos; lo anterior, permite fortalecer capacidades físicas como resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad y coordinación, abordándolas de manera integral. En el ámbito cognitivo, se fomenta la comprensión de conceptos tácticos, las reglas y la idea central de los intereses trabajados, promoviendo el análisis la toma de decisiones y la resolución de problemas. Todo esto se enriquece y se afianza con un enfoque lúdico que promueve la motivación en los NNAJ, así como el aprendizaje dinámico y el desarrollo integral en un entorno que combina el goce y disfrute en los diferentes centros de interés.

C) Dominio: La etapa de dominio representa un nivel avanzado en la formación integral, donde se perfeccionan y potencian las habilidades motrices, lúdicas y cognitivas. Esta etapa propende por el desarrollo de destrezas específicas y el pensamiento táctico detallado, permitiendo al NNAJ ejecutar técnicas de forma precisa y automatizada. A través de la práctica constante y consciente del centro de interés, se optimiza el rendimiento físico, alcanzando una ejecución fluida y eficiente que facilita la adaptación a diversas habilidades motrices. Además, en esta etapa, se profundiza en la comprensión y aplicación de las reglas y principios del deporte, favoreciendo la toma de decisiones rápidas y efectivas. Aunque se mantiene el disfrute y la motivación desde la dimensión lúdica, la competencia se vuelve esencial para favorecer el dominio de las habilidades motrices, cognitivas y lúdicas. De este modo, el NNAJ fortalece su capacidad de actuar de manera autónoma, enfrentando desafíos complejos con un alto grado de dominio técnico y estratégico específico del centro de interés.

D) Transición: Dicha etapa se caracteriza por la orientación hacia el desarrollo de habilidades y capacidades técnicas específicas de las disciplinas deportivas, cuyo fin se ajusta al aprendizaje de modelos y sistemas de entrenamiento deportivo para aprender a entrenar y a competir. Tiene como fundamento, desde la dimensión motriz, el fortalecimiento de las cualidades físicas, el esquema corporal y las estructuras temporo-espaciales; desde lo lúdico/competitivo el conocer, comprender y aplicar el reglamento básico de competencia de la disciplina deportiva, desde cognitivo el fortalecer el rendimiento deportivo bajo situaciones de juego y presión; desde lo psicosocial el contar con el apoyo familiar bajo la expectativa de gusto por la práctica de su deporte y desde lo biológico conocer, auto reconocer y cuidar los procesos de crecimiento y maduración. De esta manera las NNJA con y sin discapacidad tienen la posibilidad de orientar un posible proyecto de vida y/o mejorar su calidad de vida.

Escala de valoración cualitativa:

La presente escala tiene como propósito facilitar el proceso de valoración formativa, resaltando los aprendizajes y habilidades adquiridos por los NNAJ con y sin discapacidad participantes de los centros de interés, promoviendo una categorización y retroalimentación constante que oriente los procesos de formación integral. Dicha escala se encuentra estructurada en cuatro niveles: por fortalecer, básico, alto y superior.

Cada nivel contempla un grado progresivo de avance y logro, lo cual, permite al formador identificar fortalezas y oportunidades de mejora, para otorgar una categoría a los resultados formativos en cada una de las dimensiones del desarrollo humano, de modo que, los NNAJ puedan alcanzar su máximo potencial de acuerdo con el nivel alcanzado.



Fig. 5 Fuente: Diseño propio – Escala de valoración formativa cualitativa JEC-IDRD

Cabe resaltar que la escala de valoración cualitativa (por fortalecer, básico, alto y superior) alcanzada por los NNAJ en los diferentes centros de interés se refleja en el reporte individual de valoración formativa de acuerdo con los resultados de la formación integral según corresponda. Así mismo, se destaca que esta escala es tenida en cuenta por algunas IED como un aporte e incentivo para los escolares en el marco del proceso de articulación y armonización curricular, de este modo, las IED adoptan la escala de valoración cualitativa y la convierten o adaptan a una escala numérica o sumativa según los acuerdos establecidos en el proceso de armonización curricular y su respectivo SIEE, cumpliendo así con los aportes pertinentes al fortalecimiento curricular correspondientes.

Aporte de la valoración formativa al fortalecimiento curricular en las IED

La valoración formativa cualitativa no sólo permite conocer el progreso y el desempeño de los NNAJ con y sin discapacidad, sino que contribuye a la transformación del currículo en un instrumento dinámico, flexible y adaptable a las necesidades y particularidades de la comunidad educativa, reforzando así el enfoque y la misionalidad del PEI (desde su componente académico), reconociendo así el horizonte institucional y los acuerdos de armonización establecidos. Este proceso busca fortalecer el PEI, mediante los procesos de articulación y armonización curricular establecidos con las diferentes IED en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria para la formación integral de los NNAJ participantes de los centros de interés.

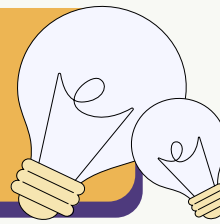
Teniendo en cuenta lo anterior, la valoración formativa puede verse como una herramienta clave para el fortalecimiento curricular del PEI en cuanto a que fomenta la retroalimentación continua al proporcionar información valiosa para ajustar y fortalecer estrategias pedagógicas que

permitan guardar coherencia entre los propósitos del PEI y los acuerdos de armonización curricular, así mismo, promueve un aprendizaje significativo al enfocar sus esfuerzos en el proceso más no en los resultados, identificando y atendiendo las necesidades de los NNAJ y alineándose a su vez con los objetivos formativos del PEI de la IED.

Del mismo modo, la implementación de dicho proceso, favorece la lectura del currículo al reconocer las particularidades de la IED, permitiendo procesos de adaptación de actividades, contenidos, y ejes transversales que dan respuesta a su contexto; este enfoque también impulsa el desarrollo y la formación integral de los NNAJ al valorar no sólo aspectos formativos, sino también las dimensiones del desarrollo (motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial), las cuales, son concebidas, desde el proyecto, como elementos esenciales para el fortalecimiento de la formación integral; así pues, desde JEC-IDRD se promueve el fortalecimiento curricular mediante la implementación del proceso de armonización y articulación fundamentado por la SED en el marco de las EATE.



Plan pedagógico de Deporte



Microdiseño curricular

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

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA			
Proyecto 8159 Jornada Escolar Complementaria			
Ubicación curricular del centro de interés en el plan pedagógico			
Modalidad	Centro de Interés	Línea pedagógica	Área
Combate	Taekwondo	Deporte Escolar	Subdirección Técnica de Recreación y deporte
Período Académico: Semestral	Horas de cada sesión	Componente	Sesiones de clase calendario académico
Ciclos: 1,2,3 y 4	2 horas	Pedagógico	80

Tabla. 3. Fuente: Diseño propio - Microdiseño curricular

Desde el proyecto Jornada Escolar complementaria se prioriza al Taekwondo como un deporte que constituye una herramienta pedagógica y educativa de alto impacto en la comunidad educativa distrital, ya que, tiene una amplia y variada acogida como interés de práctica en muchos de los escolares que pertenecen a diferentes Instituciones Educativas Distritales. En este sentido, el centro de interés, su proyección a los semilleros escolares y futuro tránsito a Talento y reserva se convierten en un camino de vida para la mayoría de los actores del proceso educativo.

Justificación

Retomando los planteamientos en apartados anteriores, el reto formativo está en la carencia de concordancia entre los diferentes procesos formativos que se llevan a cabo en la escuela con sus dinámicas, la sociedad y el potencial de las actividades extracurriculares deportivas que brindan

elementos educativos de alto valor para el desarrollo integral de los individuos, como seres necesariamente sociales. Por ello, se mencionan algunos de estos elementos: las experiencias educativas de juego, los intereses educativos y las habilidades que poseen los actores educativos, como pilar formativo y educativo, permitiendo minimizar, en alguna medida, la desmotivación, bajos niveles de aprendizaje, deserción escolar; entre otros retos y brechas educativas (Jaimes, 2024).

En consecuencia, en tanto formación integral en educación, la práctica del taekwondo constituye un aliado imprescindible, ya que, educar para la vida representa un gran reto para la escuela; convirtiéndose en una forma tangible de garantizar el derecho a la educación con calidad de niños, niñas, jóvenes y adolescentes, como lo manifiesta la Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las ciencias y la Educación UNESCO (2021).

Sumado a lo anterior, la transformación social sucede cuando se detecta la necesidad de cambio de concepciones, acciones y patrones socialmente aceptados, que, a todas luces, tienen implícita la reflexión crítica de lo urgente y necesario para el contexto de acción. En ese sentido, el Taekwondo es considerado como una práctica deportiva que contribuye al estímulo de la atención selectiva, la concentración, la memoria motriz y la orientación espacial, componentes cognitivos de alta trascendencia en y para el individuo en su cotidianidad (Espinoza, et al., 2020).

A raíz de ello, el ser social está relacionado con el componente filosófico del arte marcial desde su origen y evolución. Teniendo presente que, ante todo, el Taekwondo es una disciplina práctica, en donde convergen elementos constitutivos personales y sociales de forma dinámica e interdependientes. Gracias a ello, se convierte en una forma de vida, al combinar condición física, autodisciplina, autoestima, formación del carácter, fomento de valores, la personalidad, desarrollo del pensamiento creativo y reflexivo y el control de emociones.

Para concluir, se practica bajo sus componentes filosóficos de base: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu indomable; siendo la base formativa y educativa que contribuye al aporte de la formación integral del individuo (Alcántara, 2019).

Propósitos del centro de interés

Objetivo general

Aportar a la formación integral de NNAJ pertenecientes a las Instituciones Educativas Distritales (IED), a través de estrategias educativas adaptadas a los diferentes contextos de acción, para mejorar las experiencias de vida impresas en su corporeidad.

Objetivos Específicos

- Conocer el Plan Educativo Institucional (PEI) de la Institución Educativa Distrital (IED) asignada, en un acercamiento inicial a las dinámicas educativas del contexto, para la correcta planeación, ejecución y valoración del proceso formativo.
- Fomentar la articulación entre los procesos formativos de las IED y la propuesta pedagógica del proyecto

JEC, en la socialización de la apuesta educativa entre entidades, para la claridad y convergencia del horizonte formativo en el área de la Educación Física.

- Orientar los procesos formativos con la incorporación y adaptación de temáticas educativas, acordes a las necesidades identificadas en el contexto educativo, para responder a la demanda educativa desde el centro de interés.

Concepto del deporte

El Taekwondo desde una perspectiva pedagógica, sociocultural y deportiva se define como una disciplina deportiva integral que combina el desarrollo físico, técnico y



formativo, orientada al crecimiento personal y competitivo de quienes lo practican. Además de promover habilidades motrices y técnicas de combate, promueve valores formativos como la disciplina, el respeto, la responsabilidad y la perseverancia; siendo accesible para personas de todas las edades (Zapata, 2023). Asignando un carácter inclusivo y educativo que implica un alto gasto energético y el desarrollo de cualidades físicas como la coordinación, la fuerza, la flexibilidad y la velocidad. En palabras de Guapi (2021) con su visión etnográfica “el Taekwondo no solo se aprende, se vive, se transmite y se resignifica en cada contexto social”.

Desde una perspectiva histórica y filosófica, MasTKD (2025) plantea que el Taekwondo constituye una construcción cultural moderna que refleja la evolución de Corea y su influencia global, manteniendo su esencia filosófica incluso en su transformación como deporte olímpico.

La llegada del Taekwondo a Colombia se remonta a 1964, cuando el maestro coreano Sahn Young Han comenzó a impartir clases en Bogotá y Medellín, marcando el inicio de su expansión en el país. Uno de los hitos más importantes en la historia del Taekwondo colombiano fue la llegada del Gran Maestro Kyong Duk Lee en 1967, proveniente de Corea. Invitado por la Universidad de América, Lee fundó la primera academia de Taekwondo del país, comenzando con apenas cuatro discípulos que entrenaban en su apartamento. Su labor pedagógica y cultural fue decisiva para la expansión de esta disciplina, que hoy cuenta con más de 40,000 practicantes en Colombia. Lee impartió clases en instituciones educativas, organizaciones sociales y academias privadas, convirtiéndose en una figura emblemática del deporte nacional. Desde el año 2000 es reconocido como deporte olímpico.

Colombia ha tenido logros destacados en el ámbito internacional, como la medalla de bronce obtenida por Óscar Muñoz en los Juegos Olímpicos de Londres 2012, y los cinco campeonatos mundiales de Jhormary Rojas en para-taekwondo. Actualmente, existen 32 ligas regionales de Taekwondo en el país, con Bogotá, Boyacá, Medellín y Atlántico como principales focos de desarrollo.

El Taekwondo se centra en el uso de las piernas como principal herramienta ofensiva, con patadas altas, giros, saltos y bloqueos. También incluye golpes de puño y técnicas de defensa personal. Los practicantes progresan a través de cinturones de colores que indican su nivel técnico y

formativo, desde blanco hasta negro y sus respectivos danes. En su modalidad deportiva, los combates se realizan en un área acolchada (tatami), bajo reglas específicas que regulan el contacto, la puntuación y el uso de equipamiento protector. Se otorgan puntos por golpes válidos con precisión y fuerza.

Las modalidades de competencia en Taekwondo incluyen combate (kyorugi), formas (poomsae), rompimiento (kyokpa), exhibición y defensa personal. Cada una evalúa habilidades distintas dentro del arte marcial:

Kyorugi (Combate): enfrentamiento directo entre dos competidores, su objetivo es acumular puntos mediante golpes válidos con patadas y puños al peto y la cabeza del oponente, el equipamiento utilizado es peto electrónico, casco, guantes, espinilleras, bucal. En las reglas se aplican penalizaciones por conductas antideportivas o técnicas ilegales.

Poomsae (Formas): ejecución de secuencias técnicas predeterminadas que simulan combate contra oponentes imaginarios. Se califica precisión, fuerza, ritmo, equilibrio y expresión. Las categorías son individual, pareja, equipo, freestyle (con música y acrobacias).

Kyokpa (Rompimiento): demostración de fuerza y técnica al romper tablas con golpes específicos. Las técnicas comunes, patadas giratorias, golpes de puño, codo o rodilla. El objetivo es mostrar potencia, precisión y control. Ha sido creciente en campeonatos mundiales y juveniles.

Exhibición (Demostración): presentaciones coreografiadas que combinan técnicas de combate, acrobacias y rompimientos. Generalmente en equipo, con música y sincronización. Su propósito es promover el arte marcial y su estética.

Hosinsul (Defensa personal): aplicación de técnicas para neutralizar ataques reales como agarres, empujones o amenazas con armas. Se evalúa la eficacia, realismo, control y variedad técnica. Uso común en contextos formativos que en competencia oficial.

Estas modalidades permiten que el Taekwondo se practique y evalúe desde múltiples dimensiones: técnica, física, artística y funcional. En Colombia, todas estas formas están presentes en ligas regionales, torneos Intercolegiados y campeonatos nacionales.

¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés?

Con la práctica del Taekwondo en el ámbito escolar se espera que el sujeto que lo practica construya su formación integral con bases cimentadas en lo cierto, sus saberes impregnados en el desarrollo personal; fortaleciendo sus dimensiones

motriz, cognitiva, lúdica y psicosocial. Preparándose para la toma de decisiones asertivas, mejorando su accionar en cada uno de sus ambientes de vida como la familia, la escuela y la ciudad; aplicando los principios y valores recibidos en el centro de interés de Taekwondo.

Aportes del Taekwondo a la formación integral de los NNAJ

Dimensión	Aportes del Taekwondo
Motriz	- Mejora la coordinación viso- motriz y la lateralidad. - Desarrolla fuerza explosiva, velocidad de reacción y equilibrio dinámico. - Estimula el control postural, la precisión técnica y la planificación motriz en secuencias complejas.
Cognitiva	- Fomenta la atención sostenida y la toma de decisiones rápidas en situaciones de combate. - Refuerza la memoria secuencial mediante el aprendizaje de poomsaes. - Estimula el pensamiento estratégico, la anticipación y el análisis de patrones motores.
Lúdica	- Promueve el juego simbólico y la creatividad en entrenamientos. - Genera disfrute y motivación mediante retos progresivos y dinámicas grupales. - Favorece la expresión corporal, el sentido del logro y la exploración del movimiento.
Psicosocial	- Fortalece la autoestima, la empatía y el autocontrol emocional. - Desarrolla habilidades sociales como la cooperación, la escucha activa y el respeto por el otro. - Facilita la integración social, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos

Tabla 4. Fuente: Diseño propio - Aportes del taekwondo a la formación integral



Normas del centro de interés.

Las normas para la práctica del Taekwondo en el ámbito escolar se centran en garantizar la seguridad, la formación integral y el respeto por los valores del arte marcial, adaptadas a las edades y niveles de los estudiantes.

Normas básicas de comportamiento en el dojang (lugar de entrenamiento):

El dojang es más que un lugar físico: es un espacio de respeto, disciplina y crecimiento personal. En el contexto escolar, estas normas ayudan a formar hábitos positivos y a preservar el espíritu del Taekwondo.

Conducta general:

- Saludo obligatorio: Al entrar y salir del dojang, se realiza un saludo como muestra de respeto.
- Puntualidad: Los estudiantes deben llegar a tiempo y preparados para la clase.
- Vestimenta adecuada: Se debe usar el dobok limpio y completo, con el cinturón correctamente colocado.
- Higiene personal: Uñas cortas, cabello recogido, sin accesorios que puedan causar lesiones.

Actitud y lenguaje:

- Respeto al maestro (sabomnim): Se escucha con atención y se sigue cada instrucción sin interrupciones.
- Silencio durante la instrucción: Se evita hablar innecesariamente o distraer a otros.
- Lenguaje respetuoso: No se permiten burlas, gritos ni expresiones ofensivas.

Relación con compañeros:

- Empatía y cooperación: Se ayuda al compañero en el aprendizaje, sin competir de forma agresiva.
- Control en el combate: Se practica con cuidado, evitando golpes innecesarios o peligrosos.
- Solidaridad: Se fomenta el trabajo en equipo y el apoyo mutuo.

Valores en acción:

- Disciplina: Se cumple con las normas sin necesidad de corrección constante.
- Perseverancia: Se enfrenta el entrenamiento con esfuerzo y constancia.

- Cortesía: Se saluda, agradece y reconoce el esfuerzo de los demás.

Normas generales para la práctica escolar del Taekwondo:

Categorías por edad y sexo:

- Prejuvenil: Nacidos entre 2010 y 2012.
- Juvenil: Nacidos entre 2007 y 2009.
- Separación por sexo: Masculino y femenino, con categorías específicas de peso.

Modalidades permitidas:

- Kyorugi (combate): Bajo reglas adaptadas para escolares, con contacto controlado.
- Poomsae (formas): Enfocadas en técnica, coordinación y expresión corporal.
- Exhibición: Opcional en eventos escolares, con énfasis en creatividad y valores.
- Equipamiento obligatorio
- Peto electrónico, casco, guantes, espinilleras, protector bucal.
- Supervisión constante por parte de entrenadores certificados.

Enfoque pedagógico

- Promoción de valores como respeto, disciplina, empatía y autocontrol.
- Integración del Taekwondo como herramienta para el desarrollo psicomotor y social.
- Evaluación formativa más que competitiva en niveles básicos.

Conductas prohibidas:

- Uso excesivo de fuerza o contacto no autorizado.
- Actitudes antideportivas, agresiones verbales o físicas.
- Desobedecer instrucciones del entrenador o juez.
- Inclusión y adaptación:
- Se promueve la participación de estudiantes con discapacidad en modalidades adaptadas.
- Se ajustan las exigencias técnicas según el nivel de desarrollo motor y cognitivo.

Estas normas buscan que el Taekwondo en el ámbito escolar sea una experiencia segura, formativa y enriquecedora para niños, niñas, jóvenes y adolescentes.

Metodología de enseñanza

El Taekwondo se consolida como una herramienta pedagógica multidimensional que trasciende lo técnico para convertirse en una experiencia transformadora y enriquecedora, puesto que, su enseñanza exige metodologías que integren el cuerpo, la mente, las emociones y la interacción social. En este sentido, el modelo pedagógico de participación y su estrategia pedagógica Acción – Reflexión –

Acción (ARA) ofrece una estructura coherente con las exigencias del siglo XXI, permitiendo vincular la práctica marcial con las dimensiones cognitiva, motriz, lúdica y psicosocial; convirtiéndose en una alternativa transformadora que articula la experiencia corporal con la conciencia crítica y la reconfiguración de la práctica.

De este modo, la primera fase Acción se centra en la vivencia directa del cuerpo en movimiento. Según Zapata (2023), en su revisión sistemática sobre métodos de enseñanza en Taekwondo, las estrategias activas como el juego y la exploración libre favorecen el aprendizaje significativo y la motivación inicial.

La segunda fase, Reflexión, permite al estudiante analizar lo vivido, comprender sus errores, emociones y aprendizajes. Herrera y Villafuerte (2023) destacan que la reflexión crítica sobre la acción fortalece la autonomía y el pensamiento complejo en contextos deportivos.

La tercera fase, nueva Acción, implica una reconfiguración de la práctica con mayor sentido, técnica y propósito. Cunia y García (2025) afirman que esta etapa permite integrar lo emocional, lo técnico y lo social en un solo gesto educativo, consolidando el aprendizaje desde una perspectiva integral. Esta visión permite ver el Taekwondo como una verdadera praxis educativa.

Estrategias didácticas en el centro de interés

Correlacionando las fases del modelo pedagógico con las estrategias didácticas del centro de interés, en la fase de Acción se activan las dimensiones motriz y lúdica, mediante estrategias como los juegos motores con propósito, técnicas básicas, realización de esquemas de técnicas básicas (Poomsaes) y simulaciones de combate donde el estudiante activa sus saberes previos y se involucra emocionalmente

con la práctica; desarrollando habilidades como la coordinación, el equilibrio y la reacción, mientras generan disfrute y motivación.

También se emplea la resolución de problemas motrices, donde se plantean desafíos técnicos o tácticos que estimulan el pensamiento creativo y la toma de decisiones, como: "¿cómo bloquear sin retroceder?". Manzano, Tulman et al. (2025) subrayan que este tipo de estrategia activa la dimensión cognitiva desde la experiencia.

Seguidamente, en la fase de Reflexión se fortalecen las dimensiones cognitiva y psicosocial, mediante estrategias como el análisis de video guiado, que promueve la metacognición y el diálogo técnico-emocional. Otra estrategia clave es el uso de diarios reflexivos de entrenamiento, donde el estudiante registra sus avances, emociones y metas, favoreciendo la conciencia emocional y el desarrollo ético. Cunia y García (2025) destacan que esta práctica fortalece la dimensión psicosocial al integrar valores como el respeto y la perseverancia.

Finalmente, en la fase de nueva Acción se integran todas las dimensiones mediante estrategias como los combates tácticos con objetivos específicos, que permiten aplicar lo aprendido en situaciones reales, estimulando la toma de decisiones estratégicas y el autocontrol. A su vez, los proyectos colaborativos, como diseñar una clase o exhibición comunitaria fomentan el trabajo en equipo, la empatía y el liderazgo. Espinoza y Naranjo (2025) señalan que estas estrategias consolidan el aprendizaje desde una perspectiva integral y participativa.

Otras estrategias complementarias incluyen el trabajo por estaciones temáticas, que permite abordar simultáneamente aspectos técnicos, físicos, tácticos y éticos; los círculos de diálogo ético, que promueven la reflexión colectiva sobre los valores del Taekwondo; la autoevaluación y coevaluación guiada, que estimulan la responsabilidad y la crítica constructiva; y las narrativas corporales, donde el cuerpo expresa historias, emociones y aprendizajes vividos.

En conclusión, la enseñanza del Taekwondo desde el modelo Acción – Reflexión - Acción permite una formación integral que articula la experiencia corporal con la conciencia crítica y la transformación social. Al vincularse con las dimensiones motriz, cognitiva, lúdica y psicosocial, esta propuesta convierte la práctica marcial en una verdadera escuela de vida.

Referencias



- Alcántara, D. (2019). Principios filosóficos del Taekwondo para la formación de la personalidad. Universidad de San Carlos de Guatemala. Recuperado de: <http://www.repositorio.usac.edu.gt/11758/1/Tesis%20201240786.pdf>
- Añon, G. (2023). Un enfoque del talento deportivo. <https://futbol-entrenadorgabrielanon.blogspot.com/2013/08/un-enfoque-del-concepto-del-talento.html>
- Baur, J. (1993). Entrenamiento juvenil y detección de talentos.
- Benítez, S. (2024). ¿Qué es un talento deportivo? <https://g-se.com/es/que-es-un-talento-deportivo>
- Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2012). Physical activity and health (2nd ed.). Human Kinetics.
- Cunia, G., & García, O. (2025). Estrategias didácticas: Un enfoque sistemático de la literatura reciente. Aula Virtual, 6(13), e457. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15442709>
- Cureton, K. J., & Warren, G. L. (1990). Criterion-referenced standards for youth health-related fitness tests. Quest, 42(1), 7–19.
- De Souza, J. F. (s.f.). Sistematización: Un instrumento pedagógico en los proyectos de desarrollo sustentable. <https://www.ecosad.org/laboratorio-virtual/phocadownloadpap/BIBLI-SISTEMATIZACION/de%20souza%20-%20sistematizacion%20instrumento%20pedagogico%20-%20proyectos%20desarrollo%20sostenible%203.pdf>
- E. Villa González; J. D. Secchi; G. C. García; C. R. Arcuri. Estrategias para la evaluación de la condición física de niños y adolescentes. Editorial Universidad Adventista del Plata.
- Espinoza, A., Sánchez, J., Mercado, C., & Muguerza. (2020). La estrategia del debate en lingüística, las competencias pragmáticas, paralenguaje y kinestesia. Opción: Revista de Ciencias Humanas y Sociales, (92), 900-913. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7626844>
- Espinoza, J., & Naranjo, E. (2025). Estrategias didácticas para contextos deportivos escolares. CID – Revista Ciencia Latina. <https://biblioteca.ciencialatina.org>
- Filges, T., Sonne-Schmidt, C. S., & Nielsen, B. C. V. (2018). Small class sizes for improving student achievement in primary and secondary schools: a systematic review. Campbell Systematic Reviews, 14(1), 1–107. <https://doi.org/10.4073/csr.2018.10>
- Fundación Carvajal. (2014). Enseñanza más allá del aula. <https://www.fundacioncarvajal.org.co/post/incauca-y-fundaci%C3%B3n-carvajal-consolidan-un-modelo-educativo-de-impacto-en-el-cauca>
- Gaviria-Ospina, M., & Devia-Narvaez, L. (2025). Centro de interés como estrategia pedagógica para el fortalecimiento en el aprendizaje de la multiplicación en estudiantes del grado quinto de la Escuela Normal Superior de Villahermosa [Tesis de grado]. Universidad Abierta y a Distancia. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/68507/Linayuranydevianarvaez.pdf>
- Guapi, D. (2021). Orígenes del taekwondo: un análisis etnográfico de su expansión en Ecuador. Podium, 16(1), 31-39. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000100031&lng=es&tlng=es
- Hahn, E. (1988). Entrenamiento con niños: Teoría, práctica, problemas específicos. Martínez Roca.
- Hernández. (2012). Ambientes de aprendizaje para el desarrollo humano. https://www.academia.edu/25649217/Ambientes_de_aprendizaje_para_el_desarrollo_humano
- Herrera, C., & Villafuerte, C. (2023). Estrategias didácticas en la educación. Horizontes, 7(28), 758-772. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.552>
- Jaimes, J. (2024). Percepción y exploración del talento en la Jornada Escolar Complementaria. Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa, 5(1), 155-174. <https://doi.org/10.51660/ripie51223>
- Kirkham-King, M., Brusseau, T. A., Hannon, J. C., Castelli, D. M., Hilton, K., & Burns, R. D. (2017). Elementary physical education. Preventive Medicine Reports, 8, 135–139. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.09.007>
- López, J. (2000). La selección de talentos deportivos. Red: Revista de entrenamiento deportivo.



- Mayorga-Vega, D., Parra-Saldias, M., & Viciania, J. (2020). Niveles objetivos de actividad física. *Retos*, 37, 123-128. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69238>
- Navarro, V. (2010). El afán de jugar. <https://mtcgam.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/01/el-afan-de-jugar.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2021). La educación transforma vidas. <https://es.unesco.org/themes/education>
- Pate, R. R. (1988). The evolving definition of physical fitness. *Quest*, 40(3), 174-179
- Reglamento Taekwondo Juegos Intercolegiados 2024 – IDRD.
- Retamal-Valderrama, C., Delgado Floody, P., Espinoza-Silva, M., & Jerez-Mayorga, D. (2019). Comportamiento del profesor. *RECYT*.
- Rosales, A. (2014). *EFDeportes.com*, Revista Digital. <http://www.efdeportes.com/>
- Sánchez Moreno, Y. (2025). Centros de interés como estrategia pedagógica. Universidad de Antioquia.
- Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Currículo para la excelencia académica. Bogotá.
- Secretaría de Educación Distrital. (2015). Protocolo para la armonización con el PEI.
- Secretaría de Educación Distrital. (2025). Estrategias de ampliación del tiempo escolar.
- Torres, A. (2024). Talentos que brillan. <https://www.comfenalcosantander.com.co/jornada-escolar-complementaria-24-anos-aportando-al-bienestar-de-la-ninez-de-santander/>
- Tulman, G., Guayasamín, P., Manzano, J., Soliz, D., & Guayasamín, E. (2025). Estrategias didácticas para la educación básica. https://doi.org/10.37811/cli_w1224
- UNESCO. (2018). Carta Internacional de la Educación física, la actividad física y el deporte. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa.locale=es
- Velázquez, C. (2024). La importancia de los juegos cooperativos en la educación. <https://www.efdeportes.com/efd205/importancia-de-los-juegos-cooperativos-en-educacion.htm>
- Zapata, K. (2023). Métodos de enseñanza-aprendizaje en el taekwondo. *GADE*.
- Zatsiorski, V. M. (1989). *Metrología deportiva*. Planeta.
- Zhou, Y., Wang, L., Chen, R., & Wang, B. (2025). Associations between class-level factors and student physical activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 22(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01703-6>



IDRD



OBLIGACIÓN 1

EVIDENCIA 3

ACTAS DE REUNIÓN



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD



IDRD



MALLA CURRICULAR

CENTRO DE INTERES

TAEKWONDO



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS TAEKWONDO							
MALLA CURRICULAR CICLO 2							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL					Desarrollar en los estudiantes las habilidades motrices básicas, la coordinación, el equilibrio y la conciencia corporal a través de la exploración de movimientos propios del Taekwondo, promoviendo el interés, la disciplina, el respeto y el trabajo en equipo como fundamentos esenciales para la práctica deportiva y la formación integral.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	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.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	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.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Fortalecer el conocimiento y la comprensión de los fundamentos básicos del Taekwondo, promoviendo la reflexión sobre sus reglas, principios, técnicas y valores, para que el estudiante reconozca el significado del arte marcial como una práctica deportiva, cultural y formativa que contribuye al desarrollo integral y al pensamiento estratégico en la acción motriz.	
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Generar estrategias motivacionales, por medio de la autoconfianza, de sus capacidades, sus habilidades que promuevan la motivación intrínseca (automotivación), que se manifiestan a través del juego y la práctica deportiva, propia de la disciplina siendo la motivación extrínseca en la	Estimular al practicante beneficiado del centro de interés, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento	La adopción de los valores y principios del arte marcial, que incluyen cortesía, integridad, perseverancia, auto control y espíritu indomable, actuando con principios éticos, promoviendo el pensamiento libre, la justicia y el respeto contribuyendo así a una sociedad ideal, enfocada en mejorar hábitos de vida	La convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del taekwondo, principios fundamentales que guían la conducta del practicante tanto dentro como fuera del dojang. Esto implica respeto por el profesor, los compañeros y demás seres que nos rodean, cuidar de los materiales y demás elementos que le ayudan al crecimiento personal y deportivo,	Conocimiento y control del cuerpo	Reconozco las partes del cuerpo mediante juegos de imitación y equilibrio. Demuestro conocimiento básico de la postura y control corporal.
	2					Posturas básicas y equilibrio corporal	Mantengo el equilibrio en una pierna y adopto posturas básicas frente al compañero. Mantengo equilibrio y postura en diferentes posiciones básicas.
2	3					Coordinación dinámica general (brazos y piernas)	Realizo ejercicios de coordinación con desplazamientos cruzados, laterales, cambios de guardia y deslizamientos. Demuestro coordinación al combinar movimientos simples.
	4					Desplazamientos en diferentes direcciones y niveles	Realizo recorridos con cambios de dirección y altura utilizando conos o líneas. Mantengo posición de guardia con estabilidad y enfoque.
3	5					Ejercicios de reacción y agilidad	Demuestro competencias lúdicas de velocidad y reacción a señales visuales o auditivas. Aplico la guardia correcta en ejercicios individuales.
	6					Juegos motrices con movimientos de Taekwondo	Practico juegos donde se imiten movimientos de animales combinados con técnicas básicas. Aplico correctamente las defensas básicas en ejercicios guiados.
4	7					Flexibilidad y estiramientos iniciales	Realizo movimientos de forma guiada de estiramientos antes y después de la práctica. Realizo estiramientos con buena técnica v autocuidado.
	8					Posiciones básicas del Taekwondo (Sogui)	Practico las posturas Sogui en parejas y corrijo posiciones. Ejecuto rítmica y secuencial de los pasos del poomsae.
5	9					Guardias y alineación corporal	Adapto guardias básicas en desplazamiento con control de postura. Realizo estiramientos con buena técnica v autocuidado.
	10					Bloqueos básicos (Makki)	Practico bloqueos Makki con compañero usando almohadillas suaves. Demuestro coordinación al combinar movimientos simples.
6	11					Golpes de puño básicos (Jireugi)	Ejecuto combinaciones de puños al frente con control del ritmo. Coordino respiración v fuerza en el golpe de puño.
	12					Patadas básicas (Chagi)	Practico Chagi con apoyo en barra o pared para mejorar la técnica. Ejecuto movimientos explosivos con rapidez y precisión.
7	13					Coordinación entre brazos y piernas	Aplico ejercicios de coordinación entre brazos y piernas en desplazamiento continuo. Incremento la amplitud de movimiento en articulaciones.
	14					Golpes y bloqueos combinados	Realizo secuencias combinadas de bloqueo y ataque con enfoque en ritmo y control. Relaciono movimientos oculares, manuales y de pies correctamente.
8	15					Juegos de reacción y defensa	Aplico juegos de defensa por parejas, evitando el contacto físico. Participo en juegos motrices mostrando trabajo cooperativo.
	16					Circuitos de agilidad con técnicas básicas	Realizo circuitos con obstáculos que combine desplazamientos, golpes y bloqueos. Promuevo hábitos saludables relacionados con el deporte.

9	17	gestión emocional adecuada con las herramientas necesarias para la motivación.	El aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	saludable, fomentando la cultura ciudadana y contribuyendo a cambios de comportamientos en la población.	mantener una actitud humilde y justa, cultivando la disciplina para alcanzar un desarrollo integral como seres humanos para la vida.	Retos motrices cooperativos	Practico desafíos grupales para superar pruebas motrices cooperativas. Controlo la distancia y el contacto durante la práctica.				
	18					Simulaciones de combate sin contacto	Simulo combates sin contacto priorizando la distancia y control. Apoyo a compañeros en la corrección de técnicas.				
10	19					Ejercicios de precisión y control	Realizo ejercicios de golpeo en objetivo estático con control de fuerza. Controlo la distancia y el contacto durante la práctica.				
	20					Juegos tradicionales adaptados al Taekwondo	Adapto juegos tradicionales (como la cuerda o relevos) al Taekwondo. Aplico las reglas del juego y muestra espíritu deportivo.				
11	21					Significado del Taekwondo	Practico la exposición oral y visual sobre el origen y significado del Taekwondo. Reflexiono sobre su desempeño y propone mejoras.				
	22					Principios y valores (cortesía, perseverancia, autocontrol, integridad, espíritu indomable)	Reflexiono sobre los valores a través de dramatizaciones cortas. Interiorizo y práctica sobre los valores a través de dramatizaciones cortas.				
12	23					Normas de respeto y saludo	Practico el saludo formal y las normas de respeto antes y después de la clase. Muestro actitud respetuosa con maestros y compañeros.				
	24					Trabajo en equipo y cooperación	Realizo ejercicios en grupo destacando la cooperación y apoyo mutuo. Interacciono con el compañero respetando las normas del dojang.				
13	25					Cuidado del uniforme y material	Demuestro el cuidado del dobok y material deportivo como parte del respeto. Aplico las normas de saludo y respeto en cada práctica.				
	26					Preparación de una rutina grupal	Diseño una pequeña rutina grupal combinando técnicas aprendidas. Colaboro con sus compañeros promoviendo respeto y empatía.				
14	27					Demostración de técnicas básicas	Presento demostración individual o en parejas de movimientos básicos. Integro técnicas previas en secuencias más complejas.				
	28					Evaluación lúdica del proceso de aprendizaje	Participo en juegos de repaso y evaluación práctica final. Reconozco los logros alcanzados durante la formación.				
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN											
OBJETIVO GENERAL						Fortalecer en los estudiantes la ejecución técnica, la comprensión táctica y la aplicación de los valores del Taekwondo, mediante la práctica sistemática de movimientos, posturas, bloqueos, golpes y patadas, promoviendo el control corporal, la disciplina, el respeto y la autonomía en el desarrollo de su formación motriz y personal.					
TIEMPO						DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Consolidar las habilidades motrices específicas del Taekwondo mediante la práctica repetida, el control postural y la coordinación de técnicas de defensa, ataque y desplazamiento, fortaleciendo la fuerza, velocidad, equilibrio y precisión en los movimientos.
										OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Favorecer el aprendizaje significativo a través del juego y la creatividad, utilizando dinámicas lúdicas que refuercen la técnica, el trabajo cooperativo y la resolución de desafíos motrices propios del Taekwondo.
										OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender los principios técnicos, tácticos y reglamentarios del Taekwondo, aplicando el conocimiento adquirido en situaciones prácticas y reflexionando sobre el sentido estratégico, cultural y disciplinario del arte marcial.
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS				
15	29					Revisión y perfeccionamiento de posturas básicas (Sogui)	Realizo posturas frente al espejo y corregir la alineación corporal. Sostengo posturas sin perder equilibrio durante la práctica.				
	30					Práctica de bloqueos intermedios (Makki)	Practico bloqueos intermedios con compañero usando escudos suaves. Coordino respiración con ejecución técnica.				
16	31					Ejecución de golpes de puño combinados (Jireugi)	Ejecuto combinaciones de puños al ritmo de conteo guiado. Mantengo alineación corporal en desplazamientos.				
	32					Patadas frontales y laterales con control (Ap Chagi, Yop Chagi)	Practico patadas frontales y laterales controlando altura y precisión. Ejecuto secuencias coordinadas sin errores visibles.				
17	33					Coordinación de técnicas combinadas de ataque y defensa	Combino técnicas de ataque y defensa con desplazamiento lateral. Respondo a estímulos externos sin perder el control.				
	34					Desplazamientos con cambios de dirección y ritmo	Realizo circuitos con desplazamientos rápidos y cambios de ritmo. Aplico transiciones precisas entre técnicas.				
18	35					Trabajo de equilibrio y control corporal	Realizo ejercicios de equilibrio en una pierna con posiciones de guardia. Mantengo control postural al cambiar de dirección.				
	36					Introducción a las formas básicas (Poomsae inicial)	Aprendo los movimientos básicos del primer Poomsae (Taeguk 1). Coordino movimientos complejos con dominio corporal.				

19	37	Generar estrategias motivacionales, por medio de la autoconfianza, de sus capacidades, sus habilidades que promuevan la motivación intrínseca (automotivación), que se manifiestan a través del juego y la práctica deportiva, propia de la disciplina siendo la motivación extrínseca en la gestión emocional adecuada con las herramientas necesarias para la motivación.	Estimular al practicante beneficiado del centro de interes, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	a adopcion de los valores y principios del arte marcial, que incluyen cortesía, integridad, perseverancia, auto control y espíritu indomable, actuando con principios eticos, promoviendo el ppensamiento libre, la justicia y el respeto contribuyendo así a una socieda ideal, enfocada en mejorar habitos de vida saludable, fomentando la cultura ciudadana y contribuyendo a cambios de comportamientos en la poblacion.	convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del taekwondo, principios fundamentales que guian la conducta del practicante tanto dentro como fuera del doyang. Esto implica respeto por el profesor, los compañeros y demas seres que nos rodean, cuidar de los materiales y demas elementos que le ayudan al crecimiento personal y deportivo, mantener una actitud humilde y justa, cultivando la disciplina para alcanzar un desarrollo integral como seres humanos para la vida.	Ejercicios de precisión y distancia sin contacto	Practico golpes y bloqueos a distancia con objetivos marcados. Domino el espacio sin interferir con otros practicantes.				
	38					Simulaciones de combate controlado (Kyorugi sin contacto)	Simulo combates sin contacto priorizando técnica y respeto. Controlo la fuerza en bloqueos defensivos.				
20	39					Aplicación de bloqueos y contraataques simples	Practico bloqueos y contraataques por parejas con control. Realizo técnicas con precisión bajo presión.				
	40					Desarrollo de la fuerza y velocidad en técnicas básicas	Ejecuto ejercicios de velocidad con golpeo a blancos o almohadillas. Sincronizo ritmo propio con el del grupo.				
21	41					Estrategias básicas en juegos de combate sin contacto	Participo en juegos de táctica aplicando movimientos básicos. Ajusto la intensidad del movimiento según el objetivo.				
	42					Práctica del saludo, cortesía y etiqueta marcial	Practico el saludo formal y ejercicios de etiqueta marcial. Giro manteniendo eje corporal constante.				
22	43					Reconocimiento de las reglas básicas del Taekwondo	Identifico y aplico las reglas básicas del combate escolar. Combino defensa y ataque con dominio técnico.				
	44					Trabajo en pareja con control y cooperación	Trabajo por parejas intercambiando técnicas con control. Aplico los valores del Taekwondo, como respeto, disciplina y autocontrol, durante la práctica del tema 16.				
23	45					Refuerzo de la respiración y concentración durante la práctica	Realizo ejercicios de respiración y concentración al inicio y fin de clase. Mantengo control emocional en todas las fases de ejecución.				
	46					Aplicación del autocontrol en situaciones de competencia	Realizo simulaciones de combate aplicando autocontrol. Ajusto distancia y posición según el adversario.				
24	47					Trabajo de flexibilidad y calentamiento especializado	Practico sesiones guiadas de flexibilidad dinámica y estática. Equilibro el cuerpo en movimientos de pierna elevados.				
	48					Rutinas grupales de técnica básica (combinaciones)	Elaboro una rutina grupal con movimientos combinados. Aplico ritmo constante en la práctica controlada.				
25	49					Práctica de secuencias de defensa personal básica	Practico defensas personales ante agarres simples. Integro defensa y ataque sin descontrol.				
	50					Integración de valores del Taekwondo en la práctica diaria	Desarrollo dramatizaciones que reflejen los valores del Taekwondo. Controlo la aplicación de fuerza en cada técnica.				
26	51					Demostraciones de técnicas aprendidas	Realizo una demostración grupal ante compañeros. Autoevalúo su control corporal tras cada ejercicio.				
	52					Autoevaluación del progreso técnico y actitudinal	Completo guías de autoevaluación sobre progreso técnico. Evidencio dominio del eje vertical en cada técnica.				
27	53					Actividades lúdicas con enfoque técnico	Participo en juegos motrices aplicando técnicas aprendidas. Colaboro con control en ejercicios de pareja.				
	54					Preparación física general aplicada al Taekwondo	Ejecuto ejercicios de fuerza y resistencia orientados al Taekwondo. Aplico continuidad en técnicas enlazadas.				
28	55					Participación en encuentros o muestras internas	Participo en un encuentro o muestra interna sin competencia. Mantengo calma y precisión al corregir errores.				
	56					Evaluación final del proceso de apropiación	Realizo juegos evaluativo integrando técnicas, valores y autocontrol. Ejecuto movimientos simulados con autocontrol.				
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO											
OBJETIVO GENERAL						Consolidar el dominio técnico, táctico y actitudinal del Taekwondo, mediante la práctica consciente, precisa y disciplinada de sus técnicas y valores, promoviendo la autonomía, el control corporal, la autoconfianza y la aplicación integral de los principios del arte marcial en contextos deportivos y formativos.					
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Perfeccionar la ejecución técnica de las habilidades del Taekwondo a través de la práctica constante, el control del movimiento, la coordinación avanzada y la combinación fluida de técnicas de ataque, defensa y desplazamiento, demostrando dominio corporal y eficiencia motriz.				
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Fortalecer la creatividad, la participación activa y el disfrute en la práctica del Taekwondo mediante actividades lúdicas y retos cooperativos que integren técnica, estrategia y valores, promoviendo el aprendizaje significativo y la motivación personal.				
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender y aplicar de manera consciente los principios técnicos, tácticos y reglamentarios del Taekwondo, reflexionando sobre las estrategias de combate, los valores éticos y la importancia del autocontrol en la práctica deportiva y personal.				

SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
29	57	Generar estrategias motivacionales, por medio de la autoconfianza, de sus capacidades, sus habilidades que promuevan la motivación intrínseca (automotivación), que se manifiestan a través del juego y la práctica deportiva, propia de la disciplina siendo la motivación extrínseca en la gestión emocional adecuada con las herramientas necesarias para la motivación.	Estimular al practicante beneficiado del centro de interés, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	a adopción de los valores y principios del arte marcial, que incluyen cortesía, integridad, perseverancia, auto control y espíritu indomable, actuando con principios éticos, promoviendo el pensamiento libre, la justicia y el respeto contribuyendo así a una sociedad ideal, enfocada en mejorar hábitos de vida saludable, fomentando la cultura ciudadana y contribuyendo a cambios de comportamientos en la población.	convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del taekwondo, principios fundamentales que guían la conducta del practicante tanto dentro como fuera del dojang. Esto implica respeto por el profesor, los compañeros y demás seres que nos rodean, cuidar de los materiales y demás elementos que le ayudan al crecimiento personal y deportivo, mantener una actitud humilde y justa, cultivando la disciplina para alcanzar un desarrollo integral como seres humanos para la vida.	Perfeccionamiento de posturas y equilibrio avanzado	Mantengo equilibrio en posturas avanzadas Corrijo alineación corporal en guardias
	58					Bloqueos combinados con desplazamientos laterales	Aplico cambios de guardia con fluidez Adapto la guardia según el oponente
30	59					Combinaciones avanzadas de golpes de puño (Jireugi)	Aplico técnicas de puño con precisión Coordino golpes de puño en combinación
	60					Patadas circulares y descendentes (Dollyo Chagi, Naeryo Chagi)	Ejecuto patadas frontales con potencia Ajusto distancia y control del impacto
31	61					Aplicación táctica de ataque y defensa en secuencia	Ejecuto desplazamientos laterales controlados Coordino desplazamientos con ataques
	62					Trabajo de reacción ante estímulos visuales y auditivos	Respondo a estímulos visuales y auditivos Mejoro velocidad de reacción ante ataques
32	63					Dominio del ritmo y la precisión en los movimientos	Gestiono el ritmo de combate con estrategia Demuestro dominio de ataques y defensas
	64					Práctica del Poomsae Taeguk 1 y 2 con corrección técnica	Identifico errores en la ejecución Aplico mejoras según retroalimentación
33	65					Ejercicios de control de distancia y sincronización	Demuestro dominio de técnicas aprendidas Mantengo control emocional durante el combate
	66					Simulaciones de combate con control de contacto	Gestiono el ritmo de combate con estrategia Demuestro dominio de ataques y defensas
34	67					Contraataques y cambios de guardia durante el combate	Aplico cambios de guardia con fluidez Adapto la guardia según el oponente
	68					Incremento de la fuerza, potencia y velocidad en técnicas	Integro resistencia, fuerza y flexibilidad Demuestro condición física integral
35	69					Trabajo técnico-táctico con compañero (Kyorugi guiado)	Coordino bloqueos y contraataques Aplico defensas adaptadas al oponente
	70					Refuerzo del saludo, protocolo y etiqueta avanzada	Demuestro respeto y disciplina constante Aplico autocontrol en situaciones de presión
36	71					Aplicación práctica de las reglas del combate escolar	Demuestro dominio de técnicas aprendidas Mantengo control emocional durante el combate
	72					Estrategias básicas en enfrentamientos controlados	Demuestro respeto y disciplina constante Aplico autocontrol en situaciones de presión
37	73					Dominio del autocontrol y regulación emocional en combate	Aplico técnicas con compañero sin riesgo Evalúo y apoyo al compañero en la práctica
	74					Prácticas de defensa personal con técnicas intermedias	Integro brazos y piernas con precisión Ajusto movimientos a ritmos variables
38	75					Ejercicios de equilibrio dinámico con desplazamientos complejos	Sostengo posturas sin perder equilibrio durante la práctica. Demuestro equilibrio estable en posturas básicas.
	76					Combinaciones libres con fluidez técnica (creación individual)	Sincronizo respiración con movimientos Utilizo respiración para mantener calma
39	77					Desarrollo de rutinas para exhibición o muestra escolar	Participo en combate simulado aplicando control total. Ejecuto movimientos simulados con autocontrol.
	78					Interpretación del significado y valores del Taekwondo	Interiorizo y práctico sobre los valores a través de los principios de Taekwondo Conozco y pongo en práctica valores y principios durante su práctica deportiva.
40	79					Trabajo cooperativo para la mejora técnica grupal	Trabajo con mis compañeros respetando el control mutuo. Colaboro con control en ejercicios de pareja.
	80					Evaluación técnica de Poomsae y Kyorugi controlado	Demuestro dominio de técnicas aprendidas Mantengo el control emocional durante el combate

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS TAEKWONDO							
MALLA CURRICULAR CICLO 3							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Introducir el arte marcial, a través del desarrollo del control corporal básico y el fomento de la motivación inicial.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Desarrollar el esquema corporal y la coordinación óculo-pedal
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Explorar los límites del propio cuerpo, por medio de la adherencia y el aprendizaje de comandos de voz y reglas de movimiento.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Identificar y memorizar la terminología coreana básica (comandos, nombres de técnicas) y comprender la secuencia lógica del saludo y los rituales de clase.
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Estimular al practicante beneficiado del	Estimular al practicante beneficiado del	La adopción de los valores y principios del	La convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del	Observar la correcta distribución del peso entre la postura corta y una postura larga.	Demuestro una alineación vertical correcta del tronco al realizar la transición entre Ap Seogi y Ap Kubi, evitando inclinaciones laterales. Identifica y verbaliza la diferencia clave en cada postura.
	2					Explorar la sensación de equilibrio al pasar de una postura estática a otra, manteniendo la línea central.	Ejecuta la transición de posturas sin balanceo excesivo o necesidad de pasos correctivos. Describe la sensación corporal y el músculo que se activa para mantener la estabilidad durante la transición.
2	3					Descubre el rango de movimiento óptimo de la cadera al rotar entre posturas de ataque y defensa.	Muestra una rotación de cadera visible y completa al pasar de una postura frontal a una lateral, sin mover los pies. Explica por qué la rotación de la cadera es necesaria para dirigir la potencia hacia el objetivo.
	4					Reacciona a una señal auditiva (palmada) para ejecutar un desplazamiento lateral rápido.	Ejecuta el desplazamiento lateral (Yup Bal Deulgi) con una velocidad de reacción inferior a 1 segundo desde la señal. Anticipa la señal, manteniendo una actitud de guardia y enfoque visual antes de la acción.
3	5					Replica la secuencia de pasos del formador para avanzar y retroceder manteniendo la postura base.	Realiza el avance y retroceso en la postura Ap Seogi con el orden de pasos correcto. Recuerda y nombra la secuencia de desplazamiento sin necesidad de la guía visual del formador.
	6					Varía la velocidad del desplazamiento de ataque a ritmo lento, medio y rápido.	Ejecuta el desplazamiento de ataque manteniendo la forma correcta de la postura manejando los ritmos de movimiento. Identifica y describe la diferencia en el control muscular requerido para el ritmo lento versus el rápido.
4	7					Adapta el tamaño de su paso a la distancia de la pareja en un ejercicio simple de marcaje.	Ajusta la longitud de su paso de forma que su golpe o patada aterrice justo al alcance del objetivo. Demuestra conciencia espacial al reconocer si su paso fue "demasiado corto" o "demasiado largo" sin la corrección del formador.
	8					Observa la trayectoria circular del bloqueo medio y su punto final de fuerza.	Verbaliza la importancia del codo y el antebrazo como punto de contacto y palanca en el bloqueo. Ejecuta el bloqueo medio con una trayectoria de arco claro y un punto final a la altura del hombro opuesto.
5	9					Explora la relajación-tensión necesaria en el brazo para el bloqueo bajo al impactar una palma.	Muestra la contracción muscular máxima solo en el instante final del bloqueo (tensión), manteniendo la relajación previa. Describe la sensación de "latigazo" que genera la transición de relajación a tensión en el bloqueo.
	10					Descubre cómo la rotación de la muñeca genera potencia en el golpe de puño.	Ejecuta el golpe con una rotación completa de la muñeca (de nudillos hacia arriba a nudillos hacia abajo) al final del recorrido. Explica la rotación como un "atornillado" que focaliza la fuerza en los dos primeros nudillos.
	11					Reacciona al ataque de un compañero	Selecciona y ejecuta el bloqueo correcto a la zona atacada (cabeza, tronco o ingle) en el 80% de los intentos.

OBJETIVO GENERAL						Consolidar la competencia técnica y la responsabilidad a través de la práctica sistemática	
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Perfeccionar la técnica fundamental y la transferencia de peso (momentum), logrando la ejecución eficiente y con potencia controlada de los primeros Poomsae.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Desarrollar la velocidad de reacción, aprendiendo a manejar la frustración ante la derrota o el error a partir de ejercicios lúdicos tácticos.
						OBJETIVO DIMENSIÓN 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.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	29	Estimular al practicante beneficiado del centro de interes, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad	Estimular al practicante beneficiado del centro de interes, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad	La adopcion de los valores y principios del arte marcial, que incluyen cortesía, integridad, perseverancia, auto control y espíritu indomable, actuando	La convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del taekwondo, principios fundamentales que guían la conducta del practicante tanto dentro como fuera del doyang.	Integra el equilibrio dinámico al pasar entre posturas (Ap Kubi a Dwit Kubi).	Realiza la transición de posturas con la cabeza manteniendo una altura constante (sin subir o bajar) y sin desplazamiento lateral del centro de gravedad. Demuestra conciencia propioceptiva al identificar el momento exacto en que la transición de peso está completa antes de ejecutar la siguiente técnica.
	30					Aplica el desplazamiento lateral para evadir un ataque simulado y contratacar de inmediato.	Ejecuta la evasión y el contrataque en una secuencia ininterrumpida que dura menos de 1.5 segundos. Selecciona el contrataque adecuado (ej. patada circular en lugar de golpe) basándose en la apertura que genera su evasión.
16	31					Incorpora la rotación del tronco en la postura larga para aumentar la potencia de los bloqueos.	Demuestra una rotación visible y fuerte del tronco en la ejecución de un bloqueo que termina en una posición frontal sólida. Verbaliza la importancia de la torsión como mecanismo para generar y transferir la potencia del suelo al bloqueo.
	32					Ajusta la distancia de su paso para que la patada impacte justo a la longitud del brazo de la pareja.	Logra el impacto óptimo (extensión completa de la rodilla) en el objetivo, ajustando la longitud de su patada antes de patear. Analiza visualmente la distancia de su oponente y corrige el paso de aproximación de forma autónoma.
17	33					Afina la posición del pie trasero para maximizar la estabilidad y la dirección de la fuerza.	Coloca el pie trasero con el ángulo correcto (45° a 70°), permitiendo la correcta flexión de la rodilla antes de patear. Autocorrige la posición del pie trasero cuando nota una pérdida de estabilidad o una falta de potencia en la técnica.
	34					Repite series de avances y retrocesos rápidos (ej. 20 repeticiones) para resistencia muscular.	Completa la serie manteniendo la forma correcta de la postura y el ritmo de la respiración a pesar de la fatiga. Muestra perseverancia al mantener la intensidad en la repetición y se anima a sí mismo o a sus pares.
18	35					Consolida las transiciones rápidas entre posturas de ataque y defensa para mejorar la fluidez.	Realiza el cambio de guardia de ataque a defensa (o viceversa) sin mirar los pies y sin perder la posición de las manos. Sintetiza mentalmente la transición, entendiéndola como un solo movimiento continuo y no como dos posturas separadas.
	36					Memoriza y ejecuta una secuencia táctica de tres desplazamientos (adelante, lateral, atrás) en respuesta a comandos.	Ejecuta la secuencia de tres pasos en el orden correcto y con la técnica adecuada en más del 90% de los intentos. Anticipa el siguiente paso de la secuencia basándose en la memoria de trabajo del patrón, sin dudar.
19	37					Coordina el movimiento de los brazos y el tronco durante los desplazamientos para mantener el equilibrio.	Mantiene los brazos en posición de guardia y el tronco centrado, sin movimientos compensatorios o aleteos, durante el desplazamiento rápido. Describe el movimiento de los brazos como un contrapeso que ayuda a estabilizar el centro de gravedad.
	38					Sintetiza la defensa con el paso de la postura corta a la larga, haciéndolos un movimiento único.	Ejecuta la defensa y el paso simultáneamente, de modo que el bloqueo termina al mismo tiempo que el pie aterriz. Identifica esta acción como un movimiento más rápido y eficiente que el paso y bloqueo secuencial.
20	39					Ejecuta desplazamientos con paso cruzado para ganar ángulo lateral en una simulación de combate.	Utiliza el paso cruzado para romper el ángulo de ataque del oponente y ganar una posición ventajosa lateral. Analiza la guardia del oponente para determinar si un ataque angular (paso cruzado) es la mejor opción táctica.
	40					Controla la fuerza de frenado al final del movimiento para evitar el temblor o la inestabilidad.	Demuestra un freno abrupto y controlado en el movimiento final, sin oscilación de la postura o temblor muscular. Explica el frenado como la activación consciente de los músculos antagonistas para estabilizar la técnica.
21	41					Analiza la forma más rápida de volver a la postura de inicio después de un ataque con desplazamiento.	Ejecuta la recuperación (ej. paso atrás) con mayor velocidad que la que tomó el avance del ataque. Maneja la presión del contraataque simulado del compañero, dando prioridad a la defensa/recuperación.

22	42	Mejorar su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	Mejorar su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	Informar, actuar con principios éticos, promoviendo el ppensamiento libre, la justicia y el respeto contribuyendo así a una sociedad ideal, enfocada en mejorar hábitos de vida saludable, fomentando la cultura ciudadana y contribuyendo a cambios de comportamientos en la poblacion.	Esto implica respeto por el profesor, los compañeros y demás seres que nos rodean, cuidar de los materiales y demás elementos que le ayudan al crecimiento personal y deportivo, mantener una actitud humilde y justa, cultivando la disciplina para alcanzar un desarrollo integral como seres humanos para la vida.	Corrige la alineación de la rodilla para proteger la articulación durante el impacto.	Mantiene la rodilla alineada con el segundo dedo del pie en las posturas largas, evitando que se colapse hacia adentro. <u>Interioriza la corrección como un principio de cuidado personal y seguridad articular.</u>
	43					Automatiza el cambio de guardia (Ap Seogi) en respuesta a un cambio de guardia del compañero.	Responde al cambio de guardia del compañero con su propio cambio de guardia en menos de medio segundo, <u>manteniendo la posición frontal.</u>
	44					Enfoca la mirada y la respiración al realizar secuencias complejas de desplazamiento y postura.	Mantiene la mirada fija en el objetivo y utiliza la exhalación coincidiendo con el momento de mayor esfuerzo en la secuencia. <u>Demuestra concentración al no distraerse con ruidos o movimientos periféricos durante la ejecución.</u>
23	45					Integra el bloqueo medio con una patada de contragolpe (Momtong Makki + Dollyo Chagi).	Ejecuta la combinación sin pausa entre el bloqueo y el inicio de la patada (la pierna de contragolpe se levanta <u>inmediatamente</u>). Reconoce la combinación como una respuesta táctica eficiente que capitaliza el desequilibrio del atacante.
	46					Aplica el golpe de puño en movimiento inmediatamente después de un avance.	Logra el golpe final con la máxima potencia posible, <u>aprovechando el momentum del avance.</u>
24	47					Incorpora la rotación del talón del pie de apoyo para maximizar el alcance de la patada circular.	Gira el talón del pie de apoyo 180 grados en la patada circular, permitiendo una completa extensión de la cadera. <u>Comprende que la rotación del talón es la fuente de alcance y potencia, no solo de equilibrio.</u>
	48					Ajusta la sincronización del golpe final al compañero, después de una combinación de bloqueo y avance.	Golpea al compañero con la fase de rotación de puño completa justo antes de que el compañero pueda recuperar su guardia. <u>Demuestra "timing" (sincronización) en la combinación, atacando en el instante de vulnerabilidad del oponente.</u>
25	49					Afina la recuperación de la pierna después de la patada para asegurar la guardia inmediata.	Retrae la pierna de patada más rápido de lo que la lanzó, volviendo a la postura de guardia sin perder el equilibrio. Prioriza la defensa al asegurar que la recuperación es la parte más rápida del movimiento, anticipando un contrataque.
	50					Repite una combinación preestablecida (defensa, patada, golpe) 20 veces por lado para resistencia muscular.	Mantiene la calidad técnica de los últimos 5 movimientos igual a la de los primeros 5 movimientos de la serie. <u>Supera la fatiga manteniendo el conteo mental y la concentración en la tarea hasta el final</u>
26	51					Memoriza la cadena de ataques y defensas más efectiva para una situación de ataque lateral simulado.	Ejecuta la cadena de 4-5 movimientos sin dudar y sin que el formador tenga que dar comandos intermedios. Verbaliza la lógica táctica de la cadena, explicando por qué esa secuencia es la mejor respuesta al ataque lateral.
	52					Coordina el impulso de la cadera con la extensión de la rodilla para mayor potencia en la patada circular.	Genera un sonido de impacto fuerte y seco en el pad o peto, producto de la correcta sincronización cadera-rodilla. <u>Siente y describe el "latigazo" de la cadera, entendiendo que el cuerpo entero genera la potencia.</u>
27	53					Ejecuta la combinación de tres movimientos (bloqueo, patada, golpe) con un solo paso de avance.	Realiza la secuencia de tres acciones enlazadas con un único desplazamiento del cuerpo. <u>Identifica la ventaja de eficiencia de esta técnica, que minimiza el tiempo de exposición al ataque.</u>
	54					Controla la fuerza de la patada para un ejercicio de marcaje al peto, demostrando autocontrol (Ética).	Lanza la patada con velocidad pero detiene la fuerza justo antes del impacto o con un toque ligero. <u>Demuestra respeto por la integridad física de su compañero y aplica la ética de autocontrol.</u>
28	55					Analiza la ventaja táctica de realizar una combinación rápida de dos movimientos frente a uno potente y lento.	Elige la combinación rápida cuando el oponente tiene una guardia fuerte y la opción lenta/potente cuando la apertura es mayor. Justifica su elección táctica con base en el principio de la velocidad sobre la potencia en ciertos momentos del combate.
	56					Corregir la alineación de los nudillos en el momento del impacto para prevenir lesiones.	Golpea con los dos primeros nudillos (índice y corazón) alineados y la muñeca recta, sin doblarse hacia arriba o abajo. <u>Prioriza la seguridad sobre la potencia, asegurándose de que la alineación es correcta antes de aplicar la fuerza total.</u>
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						Consolidar la Fidelidad a los valores del Taekwondo, demostrando liderazgo ético y un sentido de responsabilidad social al usar sus habilidades para la defensa propia y la promoción de la paz.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Lograr la automatización de las técnicas avanzadas	

TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Establecer la enseñanza del código de honor y las reglas básicas de forma efectiva a través de ejercicios lúdicos y grupales.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Desarrollar la flexibilidad cognitiva para la planificación estratégica abstracta en el combate.
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
29	57	Estimular al practicante beneficiado del centro de interés, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	Estimular al practicante beneficiado del centro de interés, fortaleciendo principios y valores propios del Taekwondo, mejorando su calidad de vida en su entorno con sus pares, siendo multiplicador del mensaje en su contexto diario, principios y valores del ser humano, en el aprovechamiento del tiempo libre, fortaleciéndolo en pautas de convivencia, compañerismo y respeto por los seres que le rodean.	ELa adopción de los valores y principios del arte marcial, que incluyen cortesía, integridad, perseverancia, auto control y espíritu indomable, actuando con principios éticos, promoviendo el pensamiento libre, la justicia y el respeto contribuyendo así a una sociedad ideal, enfocada en mejorar hábitos de vida saludable, fomentando la cultura ciudadana y contribuyendo a comportamientos en la población.	La convivencia se basa en el respeto mutuo, en los principios del taekwondo, principios fundamentales que guían la conducta del practicante tanto dentro como fuera del dojang. Esto implica respeto por el profesor, los compañeros y demás seres que nos rodean, cuidar de los materiales y demás elementos que le ayudan al crecimiento personal y deportivo, mantener una actitud humilde y justa, cultivando la disciplina para alcanzar un desarrollo integral como seres humanos para la vida.	Consolidar la estabilidad inamovible de la postura corta y larga.	Mantiene la postura firme y sin oscilación al recibir un empuje lateral de fuerza moderada por parte del compañero. Demuestra voluntad al resistir la desestabilización física y mental en ejercicios de presión.
	58					Refinar la alineación articular de todas las posturas para asegurar la máxima eficiencia biomecánica y prevenir lesiones.	Ejecuta todas las posturas con la alineación perfecta (rodilla sobre tobillo, columna recta) que minimiza el riesgo de lesión bajo impacto. Sirve como modelo para compañeros, identificando y explicando los riesgos biomecánicos de las posturas incorrectas.
30	59					Integrar el cambio de dirección 360° de forma fluida y rápida enlazando posturas largas y cortas.	Ejecuta la secuencia de giros con una fluidez y velocidad tal que el centro de gravedad nunca se eleva o cae perceptiblemente. Aplica el giro táctico en el combate libre para reposicionarse detrás del oponente o evitar ser acorralado.
	60					Coordinar la mirada y el centro de gravedad para mantener el equilibrio al realizar giros y cambios de guardia inesperados.	Mantiene el foco visual en el punto de destino (o en el oponente) mientras el cuerpo gira. Demuestra control mental al evitar la desorientación o el mareo durante giros rápidos y repentinos.
31	61					Automatizar la respuesta de evasión (desplazamiento lateral) a un ataque al rostro, sin necesidad de pensamiento consciente.	Realiza la evasión del rostro en respuesta refleja (tiempo de reacción inmediato) a un estímulo visual sin que la pierna de apoyo se mueva. Verbaliza que la acción fue ejecutada por "sentimiento" o "reflejo", indicando la automatización.
	62					Controlar el ruido y el impacto de los pies al desplazarse, haciendo el movimiento ligero y silencioso.	Ejecuta los desplazamientos y los cambios de postura con mínimo ruido de arrastre o impacto del pie, reflejando control muscular. Prioriza la "ligereza" y la "astucia" sobre la fuerza bruta en la aproximación al oponente (estrategia).
32	63					Expresar la intención de ataque o defensa únicamente a través de la postura	Adopta una postura de ataque (agresiva) o una postura de defensa (pasiva) que comunica su intención al formador o juez. Analiza y nombra la intención que la postura de su compañero comunica.
	64					Elevar la resistencia aeróbica para mantener los desplazamientos de combate durante ciclos largos de tiempo.	Mantiene un patrón de desplazamiento constante y activo (no estático) durante una ronda de combate simulado de 2 minutos. Demuestra fuerza de voluntad al no rendirse a la fatiga, manteniendo la concentración táctica a pesar del cansancio.
33	65					Controla la profundidad de la ejecución de la postura para adaptarla a su estilo de combate y/o distancia preferida.	Utiliza una profundidad de postura que consistentemente se ajusta a su alcance ideal para el ataque y la defensa. Justifica por qué su postura personalizada es más efectiva para su envergadura o estrategia particular.
	66					Ejecutar la secuencia de pasos de un patrón de combate avanzado de forma precisa y rítmica.	Ejecuta un patrón de combate complejo (ej. triple ataque con finta) con precisión técnica y timing (sincronización) en la aplicación. Lidera al grupo en la ejecución de la secuencia, contando los pasos y marcando el ritmo correcto.
34	67					Modular la velocidad de desplazamiento para crear fintas y engaños tácticos al oponente.	Alterna la velocidad de avance (rápido-lento-rápido) para provocar una reacción anticipada o tardía del compañero. Identifica y aprovecha el error de reacción del compañero (ej. si el compañero retrocede ante la finta).
	68					Expandir el rango de movimiento y estabilidad en posturas amplias como el pateo lateral.	Ejecuta las patadas lineales manteniendo la pierna de apoyo recta y firme con la cadera completamente abierta. Demuestra seguridad y confianza al realizar la patada con máxima amplitud sin temor a perder el equilibrio.
35	69					Transformar un error de postura en un movimiento de transición fluida, minimizando la pérdida de equilibrio.	Recupera el equilibrio en menos de un segundo después de un tropiezo o un golpe simulado, reanudando el combate. Maneja la frustración o la sorpresa del error con calma, demostrando inteligencia emocional bajo presión.
	70					Componer patrones de desplazamiento defensivos complejos con cambio de guardia y retroceso.	Crea y ejecuta un patrón de defensa de 3 a 4 pasos que culmina en una posición de contraataque ventajosa. Enseña y explica el patrón compuesto a un compañero, demostrando su comprensión cognitiva del mismo.
36	71					Sostener una postura baja y estable durante periodos prolongados para fortalecer la musculatura profunda.	Mantiene una postura baja durante más de 30 segundos sin colapsar la alineación. Asocia la resistencia muscular con la fuerza de carácter necesaria para la perseverancia y la disciplina.
	72					Innovar en la creación de una finta personal de desplazamiento para romper la guardia del compañero.	Diseña y aplica una táctica de engaño original (no aprendida) que logra romper la guardia del compañero en la práctica. Justifica la efectividad de su finta personal con base en la provocación de reacciones.
37	73					Trascender la postura como técnica, entendiéndola como una base ética de la inquebrantabilidad /Desarrollo	Relaciona la estabilidad física de la postura con la estabilidad moral ante las presiones sociales. Demuestra respeto por las reglas y el fair play incluso cuando está en una posición de clara ventaja.
	74					Refinar el contragolpe de puño/patada para que sea un acto reflejo y preciso	Lanza el contragolpe con un alto índice de precisión (impacto en la zona objetivo) y máxima velocidad después de un bloqueo.

						para que sea un auto tiempo y preciso ante una amenaza.	Identifica correctamente el momento de máxima vulnerabilidad del oponente después de que este ha atacado (timing).
38	75					Integrar el uso de patadas dobles a diferente altura	Ejecuta la secuencia de patadas dobles con la pierna elevada, logrando el cambio de altura efectivo con la misma pierna.
	76					Coordinar el movimiento del cuerpo entero para que la defensa y el contrataque sean simultáneos y eficientes	Calcula y ejecuta la patada alta sin sobreextender o perder la forma.
39	77					Automatizar la selección del bloqueo correcto (alto, medio, bajo) ante un ataque visual rápido	El bloqueo y el contragolpe se ejecutan como un solo movimiento donde la potencia del tronco impulsa ambas acciones.
	78					Controlar la fuerza y el punto de contacto en el combate libre para proteger la integridad del compañero.	Analiza el movimiento como una unidad de acción (sistema biomecánico único) y no como dos pasos separados.
40	79					Expresar disciplina y respeto al ejecutar patadas poderosas, demostrando autocontrol absoluto.	Responde a la señal visual con el bloqueo correcto en una secuencia rápida sin mostrar duda cognitiva.
	80					Elevar la velocidad de las manos y los pies en ejercicios de alta intensidad y corto tiempo.	Mantiene la calma durante la toma de decisiones ultra-rápida, demostrando autocontrol bajo estrés.
							Aplica la fuerza suficiente para marcar el golpe o la patada sin causar dolor o riesgo de lesión.
							Negocia y respeta los límites de contacto establecidos con el compañero antes y durante el ejercicio mostrando aspectos de convivencia demarcados en su acción marcial.
							Ejecuta la técnica más poderosa que puede ejecutar con la mayor velocidad y precisión, pero con el control total del impacto.
							Sirve de ejemplo de Autocontrol ante el grupo, demostrando que la habilidad va acompañada de la responsabilidad.
							Supera su récord personal de repeticiones en un ejercicio de alta velocidad, manteniendo la técnica aceptable.
							Demuestra autoconocimiento de sus límites y voluntad para superarlos a través del esfuerzo consciente.