|  |
| --- |
|  |
| **Curso** | **TAEKWONDO** | **Código** |  | Sección |  | **CRE**  |  |
| **Profesor** | **LUIS ORTIZ RAMIREZ** | **Semestre** | **OTOÑO** | **Año** | **2020** |
| **Horarios Cátedra** | **13:30 A 15:00 Lunes y Viernes** | **Horario Ayudantía** |  |

|  |
| --- |
| 1. OBJETIVOS GENERALES |
| 1. Habito participativo en sesiones deportivas 2 veces por semana
2. Responsabilidad social y compromiso ciudadano.
3. Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad.
4. Capacidad crítica y autocrítica.
 |
| 2. OBJETIVOS ESPECIFICOS |
| A) Conocer técnicas básicas de piernas y manos, así como desplazamientos y bloqueos del taekwondo.B) Lograr imitar movimientos y desarrollar una buena ejecución técnica. C) Desarrollo de la condición física general para el deporte. |

|  |
| --- |
| **3. METODOLOGIA** |
| La metodología de enseñanza será a través de mando en que el estudiante será capaz de imitar y practicar movimientos, así como explorar y experimentar sensaciones, emociones, a través de la practica y realización de distintos ejercicios especificos del deporte, nuevos en su formación.  |

|  |
| --- |
| **4. CONTENIDOS** |

|  |  |
| --- | --- |
| Unidad 1 | Enseñar al estudiante el protocolo marcial, posiciones y tecnicas basicas del Taekwondo. Acompañado de un plan de acondicionamiento fisico para el curso. |
| Unidad 2 | Acondicionamiento físico general para el taekwondo, y ejercicios de coordinación con distintos elementos tecnicos basicos sumados a tareas de desplazamientos espeficos. |
| Unidad 3 | Reforzar los aprendizajes de técnicas de patadas y golpes de puños en combinación con desplazamientos de combate, reglamento de competencia. Acompañado de un plan de acondicionamiento fisico para el curso. |
| Unidad 4 | Tecnicas de Taekwondo tradicional marcial en combinacion coordinada en diferentes posiciones. |
| Unidad 5 | Preparación para la evaluación final con los contenidos de las unidades anteriores. |

|  |
| --- |
| **5. BIBLIOGRAFIA** |
| Se entregará con el transcurso de semestre. |

|  |
| --- |
| **6. CRITERIOS Y FECHAS DE EVALUACIONES** |
| EVALUACIONES2) ACTITUD SOCIO-PROFESIONAL TIENE UNA PONDERACIÓN DEL 20 %(Responsabilidad, puntualidad, actitud, participación, etc.)3) ASISTENCIA TIENE UNA PONDERACIÓN DEL 80%Mínimo para aprobar 70 % de asistencia. (en este semestre no corre la asistencia mínima)Se puede faltar a un máximo de cinco clases sin justificar y hasta nueve con justificación (certificado médico, otras actividades académicas, etc.). |
| **CONDICION APROBACIÓN** | Nota mínima 4.0. Menos de seis inasistencias. |
| **CALCULO NOTA FINAL** | Promedio de notas de asistencia a entrenamientos |
|  |  |
| **NORMAS SOBRE INASISTENCIAS A LAS EXIGENCIAS.** | Deben ser con justificación medica |

|  |
| --- |
| 7. HORARIO ATENCION ALUMNOS |
| En horarios de clases o vía u-cursos |

|  |
| --- |
| 8. OBSERVACIONES IMPORTANTES |
| - Si no se cumple con la asistencia mínima del 70% se reprueba el curso, sin apelación,  |