

PROGRAMA DE CURSO

Código	Nombre			
DR 200 B	Taekwondo II			
Nombre en Inglés				
Taekwondo II				
SCT	Unidades Docentes	Horas de Cátedra	Horas Docencia Auxiliar	Horas de Trabajo Personal
3	5	3	0	2
Requisitos			Carácter del Curso	
Salud compatible para la actividad física			Electivo	
Resultados de Aprendizaje				
<p>El estudiante al término del curso demuestra que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta de forma eficiente las técnicas del Taekwondo competitivo y defensa personal con y sin armas. • Participa activamente en el campeonato a fin de año. • Mejora sus cualidades físicas con respecto al nivel logrado en el curso de Taekwondo I. • Adhiere a valores éticos y morales para si mismos y compañeros, tales como respeto, compañerismo, honradez etc. 				

Metodología Docente	Evaluación General
<p>Los métodos de enseñanza serán:</p> <p>1.- Reproductivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mando Directo • Auto Evaluación • Enseñanza basada en la tarea • Enseñanza Reciproca <p>2.- Productivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolución de Problemas • Descubrimiento Guiado • Estilo de Auto enseñanza 	<p>Las propuestas de evaluación son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auto evaluación • Co Evaluación • Evaluación Individual de Proceso

Unidades Temáticas

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas
1	Técnica Básica	4
Contenidos	Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
<ul style="list-style-type: none"> • Ap chagi • Tolio Chagui • Nerio Chagui • An Furigui • Bakat Furigui • Tuit Chagui • Tuit furigui • Yop chagui • Yop furigui 	<p>El estudiante demuestra que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta todas patadas básicas al aire con y sin apoyo a nivel de estabilidad del movimiento • Mejora en la condición física. 	1 cap 5, 7

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas
2	Desplazamientos Básicos	2
Contenidos	Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
<ol style="list-style-type: none"> 1. Paso Adelante 2. Paso atrás 3. Corriendo 4. Paso Cangrejo 5. Cambio de Guardia 6. Paso de amague Amague con salto 	<p>El estudiante demuestra que:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta los pasos básicos necesarios para la movilidad en el combate con y sin patadas a nivel de estabilización del movimiento. • Ejecuta los desplazamientos pateando con compañero a nivel de estabilización del movimiento. • Mejora en la condición física. 	1 cap 5, 7

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas
3	Golpes	4
Contenidos	Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
1. Patadas básicas al escudo 2. Patadas básicas a la paleta 3. Defensa personal básica de pie	El estudiante demuestra que: <ul style="list-style-type: none"> Ejecuta las patadas básicas, golpeando los diferentes materiales. Realiza tanto las patadas, como los desplazamientos mientras golpea un objeto a nivel de coordinación fina Ejecuta defensa personal viendo salidas de tomas y agarres. Mejora en la condición física. 	1 cap 5, 7 2 lección 51 Pág. 105,110

Número	Nombre de la Unidad	Duración en Semanas
4	Defensa Personal	5
Contenidos	Resultados de Aprendizajes de la Unidad	Referencias a la Bibliografía
1. Finalizaciones de pie 2. Finalizaciones en el piso 3. Golpes y defensa personal 4. Trabaja valores éticos	El estudiante demuestra que: <ul style="list-style-type: none"> Realiza las tomas y agarres básicos tanto de pie como en el piso. Ejecuta salidas de diferentes tomas y situaciones tanto de pie como en el piso. Ejecuta y aplica las diferentes finalizaciones a articulaciones en el piso a nivel de 	2 Lección 12, Pág. 52,53 Lección 44 Pág. 95, 96 Lección 49 Pág. 102, 103 Lección 51 Pág. 105, 110

	<p>estabilización del movimiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta golpes al rival, llevándolo al piso y finalizándolo en este. 	
--	--	--

Bibliografía General	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Alejandro Brito de la Fuente, Diciembre 2005, "Manual de Capacitación Deportiva en taekwondo, Chiledeportes. 2. G. Barlet, 1975, Curso Básico de Judo y Autodefensa, editorial Glem, Cuarta Edición, Argentina. 	

Vigencia desde:	Marzo 2012
Elaborado por:	Alejandro Allende
Revisado por:	Gisel Rodiño