



Programa de estudio

1.-Área académica

Cualquiera

2.-Programa educativo

Cualquiera

3.-Dependencia académica

Dirección de Actividades Deportivas (DADUV)

4.-Código

5.-Nombre de la Experiencia educativa

6.-Área de formación

		principal	secundaria
	Taekwondo	Electiva	

7.-Valores de la experiencia educativa

Créditos	Teoría	Práctica	Total horas	Equivalencia (s)
5	1	3	60	Ninguna

8.-Modalidad

9.-Oportunidades de evaluación

Curso Taller	AGJ= Cursativa
--------------	----------------

10.-Requisitos

Pre-requisitos	Co-requisitos
Ninguno	Ninguno

11.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje

Individual / Grupal	Máximo	Mínimo
Grupal	25	10

12.-Agrupación natural de la Experiencia educativa (áreas de conocimiento, academia, ejes, módulos, departamentos)

Ninguno	Ninguno
---------	---------

14.-Fecha

Elaboración	Modificación	Aprobación
Setiembre 2010	3 de Julio 2010	

15.-Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación

M.C. Martín Ricardo Pineda López

16.-Perfil del docente

Licenciatura en Educación Física y/o Lic. En Entrenamiento Deportivo con Cinta Negra 2do Dan, con dos cursos de actualización sobre3 integración de grupos y dos años de experiencia competitiva y uno como docente de nivel superior.

17.-Espacio

18.-Relación disciplinaria

Institucional e Interinstitucional	Multidisciplinar
------------------------------------	------------------

19.-Descripción

Esta experiencia educativa se ofrece en el Área de formación de elección libre (AFEL) del Modelo educativo integral y flexible (MEIF), con la finalidad de que el estudiante, pueda desarrollar los valores de voluntad, disciplina y carácter que a través del Taekwondo se consiguen, además de dominar físicamente su técnica básica como son golpes y patadas, con un método que va de lo simple a lo complejo. Finaliza con una evaluación, donde el estudiante demuestra el dominio de esta disciplina de manera básica, en su aspecto marcial y competitivo.

20.-Justificación

El Taekwondo posibilita al estudiante a enfrentarse a cualquier actividad académica posterior y de insertarse de manera más fácil a la sociedad donde se desenvuelva, ya que le proporciona seguridad en si mismo y le garantiza el logro de las metas que se proponga. Debido a la disciplina que en ella misma impera, desde el inicio de su primera clase, ayuda a desarrollar la fortaleza necesaria para no claudicar, ya que amalgama y fortalece su carácter, además de dotarlo de una excelente condición física, necesaria para su formación integral.

21.-Unidad de competencia

El estudiante aplica las técnicas básicas y básicas deportivas del taekwondo en sus dos enfoques, marcial y competitivo, a través de los diferentes ejercicios básicos que comprenden las diferentes secuencias marciales y de competencia, en un ambiente de disciplina, con espíritu de competitividad, y valores como respeto, lealtad, voluntad y moral entre los compañeros, con la finalidad de promover un estilo de vida saludable, además de contar con herramientas para integrarse tanto en la universidad como en la sociedad.

22.-Articulación de los ejes

Los saberes que se abordan en esta experiencia educativa se relacionan con la aplicación de las distintas técnicas de pateo y golpeo, el combate deportivo, la forma Kicho 1, entre otros (eje heurístico), a través de la integración de valores como la humildad, respeto, tolerancia a la frustración, disciplina, voluntad y templanza (eje axiológico), al comprender el origen, historia y técnica del Taekwondo como arte y deporte (eje teórico).

23.-Saberes

Teóricos	Heurísticos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> • Histórica del Taekwondo • Historia de Moo Duk Kwan en México. • Biografía del Prof. Dai Won Moon (padre del tkd en México) • Que es la Kukiwon de Corea • Que es la WTF (Federación Mundial de Taekwondo) • Preparación física básica especial (fuerza, rapidez de pateo, y resistencia a la rapidez de pateo, durante todo el curso) • Forma básica de Taekowondo (Pumse Kicho Chodan) 	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas en español e inglés • Manejo de paquetería básica de Office (Word, PowerPoint, navegador) • Habilidades básicas y analíticas de pensamiento • Uso de la forma básica de Taekowondo (Pumse Kicho Chodan) • Análisis de la información • Aplicación de la cohesión, coherencia, adecuación y corrección en la escritura 	<ul style="list-style-type: none"> • Interés cognitivo • Colaboración • Disposición al trabajo • Compromiso • Cooperación • Honestidad • Responsabilidad • Interacción individual y grupal. • Tolerancia a la frustración • Disciplina • Constancia • Confianza • Perseverancia • Respeto • Tenacidad

<ul style="list-style-type: none"> • Técnica de combate de competencia con equipo de protección • Reglas básicas del Taekwondo. • Técnica de fundamentos básicos marciales de defensas, golpes y patadas con avances y aplicación con compañero.. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación en el pateo y golpeo • Precisión en el pateo y golpeo • Resolver el Test físico de inicio • Desarrollo de sus capacidades físicas condicionales. • Desarrollo de destrezas psicomotoras. • Desarrollo de habilidades de los fundamentos. • Análisis de movimiento. • Manejo de pateo con el pie de atrás al plexo y cara (pi chagui y toliap chagui) • Manejo de pateo con pie delantero al plexo y cara (pucho y atbal) • Manejo de los avances y retrocesos (desplazamiento, paso, cruce y tong/dui). • Manejo de los 3 tiempos en el combate, Estrategia del ataque y Contraataque (al frente, espera, atrás) 	<ul style="list-style-type: none"> • Voluntad • Carácter
--	---	--

24.-Estrategias metodológicas

De aprendizaje	De enseñanza
<ul style="list-style-type: none"> • Exposición de motivos y metas • Análisis y discusión de momentos de competencia • Imitación de modelos • Repetición simple y acumulativa • Visualización de escenarios futuros • Consulta en fuentes de información • Ejecución de ejercicios y movimientos • Lectura, análisis e interpretación • Elaboración de bitácoras personales y grupales • Discusiones grupales • Relajación • Ejecución de movimientos para calentamiento y acondicionamiento del cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Encuadre • Evaluación diagnóstica • Discusión dirigida • Modelaje • Escenificación • Corrección de la técnica • Exposición con apoyo tecnológico variado • Organización de grupos colaborativos • Lectura comentada • Análisis de videos • Dirección de práctica de movimientos y simulaciones • Ilustraciones

25.-Apoyos educativos

Materiales didácticos	Recursos didácticos
-----------------------	---------------------

<ul style="list-style-type: none"> • Diversas Fuentes Bibliográficas. • Revistas especializadas • Videos de campeonatos mundiales. • Paginas electrónicas. • Apoyos didácticos visuales • 	<ul style="list-style-type: none"> • Área de combate. • Tabla de apoyo, formatos, programa, silbato, cronómetro, Cojín pequeño de pateo y golpeo (Manoplas), peto, casco, espinilleras, Cojín grande de golpeo y pateo (Domi). • Aula del Dochang (gimnasio de Taekwondo) • ,Cañón, y computadora
---	---

26.-Evaluación del desempeño

Evidencia (s) de desempeño	Criterios de desempeño	Campo (s) de aplicación	Porcentaje
<ul style="list-style-type: none"> • Demostración de las capacidades físicas: fuerza, rapidez de pateo, y resistencia a la rapidez de pateo, durante todo el curso) 	<ul style="list-style-type: none"> • Eficiencia en la comparación de la evaluación inicial y final. • Ejecución correcta de los ejercicios y movimientos 	Dochang Universitario (Gimnasio de Taekwondo)	30%
Demostración de las técnicas aplicadas en el programa de Taekwondo	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación en el pateo y golpeo • Precisión en el pateo y golpeo • Manejo de pateo con el pie de atrás al plexo y cara (pi chagui y toliap chagui) • Manejo de pateo con pie delantero al plexo y cara (pucho y atbal) • Manejo de los avances y retrocesos (desplazamiento, paso, cruce y tong/dui). • Manejo de los 3 tiempos en el combate, Estrategia del ataque y Contraataque (al frente, espera, atrás) 	Dochang Universitario (Gimnasio de Taekwondo)	30%
Ensayo escrito	<ul style="list-style-type: none"> • Suficiencia • Manejo del tema • Congruencia • Redacción coherente y congruente • Claridad. • Argumentación • Síntesis • Apego a las indicaciones 	Dochang Universitario (Gimnasio de Taekwondo)/extramuros	20%
Cuestionario	<ul style="list-style-type: none"> • Racionalidad en las bases teóricas • Suficiencia • Dominio del tema 	Dochang Universitario (Gimnasio de Taekwondo)/extramuros	20%
Total			100%

27.-Acreditación

El estudiante acreditará la experiencia educativa si obtiene al menos un 60% de cada una de las evidencias de desempeño y el 80% de las asistencias

28.-Fuentes de información

Básicas

Chun R. (1980) **Taekwondo México**, 1ra. Edición, Editorial Diana
Fargas I. (1993) **Taekwondo**, España, 1ra. Edición, Comité Olímpico Español
SICCED #3, (1997) **Taekwondo**, CONADE
SICCED #4 (1997) **Taekwondo**, CONADE
SICCED #6 (1997) **Taekwondo**, CONADE
es.wikipedia.org/wiki/Taekwondo –
www.femextkd.net/ -
www.monografias.com › Salud › Deportes –
www.sobretaekwondo.com/
www.wtf.org/wtf_spanish/site/...taekwondo/taekwondo.html
www.taekwondomexico.com/
koryo1.tripod.com/koryotaekwondo/id4.html –
es.wiktionary.org/wiki/taekwondo - En caché
mastaekwondo.com/.../grandes-leyendas-del-“taekwondo-coreano”/
www.taekwondova.com.ar/taekwondo-vocabulario.php - En caché - Similares

Complementarias

- Videos de campeonatos mundiales: 1) Campeonato Mundial, Hong Kong, Noviembre 1997 (formato VHS), 2) Copa del Mundo de Taekwondo, Tokio Japón, Julio 2002 (formato VHS), 3) 5to. Campeonato Mundial Juvenil de Taekwondo, Luncheon Corea, Junio 2004 (f. VHS)
- Revistas Especializadas: Reglamento de la Federación Mundial de Taekwondo. Documento exclusivo y editado solo para miembros afiliados a dicha Federación, sin venta al público general. Año 2003, Editorial: WTF.
- Antologías: 1er. Curso de Entrenadores Deportivos, CONADE.
- Programas Interactivos: CD. Interactivo, diferentes temas del Taekwondo
- MBC PRODUCTION CO, LTD.-----JEA SAM TECH MEDIA KOREAN/ENGLISH
- Jungwun-gu, Seoul, 151-181-, Korea