

## Programa de Asignatura

### 1. Identificación Asignatura

|                  |                                     |                              |                    |                     |         |   |
|------------------|-------------------------------------|------------------------------|--------------------|---------------------|---------|---|
| Nombre:          | Artes Marciales: <i>Tang Soo Do</i> |                              |                    |                     | Código: |   |
| Carrera:         |                                     |                              | Unidad Académica:  | Dirección Académica |         |   |
| Ciclo Formativo: | Ciclo Inicial                       |                              | Línea formativa:   | Básica              |         |   |
| Semestre         |                                     |                              | Tipo de actividad: | Obligatoria         |         |   |
| N° SCT:          | 6                                   | Horas Cronológicas Semanales |                    |                     |         |   |
|                  |                                     | Presenciales:                | 3                  | Trabajo Autónomo:   |         | 3 |
| Pre-requisitos   | Salud compatible                    |                              |                    |                     |         |   |
|                  |                                     |                              |                    |                     |         |   |

### 2. Propósito formativo

La asignatura “Artes Marciales: *Tang Soo Do*” tiene como propósito promover, a través de la práctica sistemática, una vida saludable que integre el bienestar físico, mental y emocional. Se propone que los y las estudiantes se aproximen de manera integral a esta disciplina, mediante la apropiación reflexiva de sus fundamentos técnicos, filosóficos y culturales.

A través del entrenamiento en técnicas de defensa personal, combate concertado y formas individuales y grupales, la asignatura favorece el desarrollo de competencias motrices, así como de habilidades relacionadas con el autocuidado, la autorregulación emocional y el fortalecimiento del autoconcepto. El enfoque formativo del *Tang Soo Do*, en tanto arte marcial tradicional de autodefensa sin armas, incorpora valores éticos como la autodisciplina, el respeto por la diversidad, la cooperación y el compromiso con la libertad individual y colectiva.

Desde el punto de vista metodológico, se privilegia una aproximación experiencial basada en la demostración técnica, la ejercitación progresiva, el trabajo colaborativo y la resolución de situaciones prácticas. Adicionalmente, se incorpora el uso de terminología técnica en idioma inglés traducción estandarizada del coreano, conforme a las normas establecidas por la *International Tang Soo Do Federation*, organismo regulador de la disciplina a nivel internacional.

### 3. Contribución al perfil de egreso

Compromiso con la realidad social, cultural y medioambiental de la Región de Aysén: Mediante el estudio y práctica de una disciplina culturalmente diversa como el *Tang So Do*, el estudiante desarrolla una actitud respetuosa hacia expresiones culturales distintas, promoviendo la valoración de la diversidad y el fortalecimiento del sentido de pertenencia a contextos territoriales diversos.

Formación ético-profesional: La asignatura refuerza principios éticos fundamentales como la autodisciplina, el respeto, la responsabilidad y la autorregulación emocional, los cuales son coherentes con el enfoque ético del perfil de egreso.

| Resultado de Aprendizaje                                                                                                              | Criterios de Evaluación                                                                                                                                                                                                                                                           | Evidencia                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>RA1. Valora y Respeta la Diversidad Cultural</b>                                                                                   | <p><b>1.1.</b> Relaciona los principios de la filosofía Tang Soo Do con los valores culturales de la Región de Aysén</p> <p><b>1.2.</b> Ejecuta la totalidad de los saludos y sigue las normas con la postura y seriedad requerida en el Dojang, mostrando respeto constante.</p> | <b>Evaluación Práctica Supervisada:</b><br>Observación con lista de cotejo del desempeño en los protocolos de inicio/término de clase.                                                                                                                                                                    |
| <b>RA2. Aplica Principios de Disciplina Personal y Ética en el entrenamiento.</b>                                                     | <p><b>2.1.</b> Demuestra autocontrol físico y verbal, manteniendo un enfoque respetuoso y responsable durante todos los ejercicios.</p> <p><b>2.2.</b> Cumple rigurosamente con las normas de seguridad del <i>Dojang</i>, las pautas técnicas establecidas.</p>                  | <p><b>Demostración Práctica Evaluada con Rúbrica:</b> Puntualidad, indumentaria, y comportamiento en la clase.</p> <p><b>Aplicación de técnicas de control en combate concertado</b></p>                                                                                                                  |
| <b>RA3. Fortalece habilidades de trabajo colaborativo y control emocional en contextos prácticos y simulados de defensa personal.</b> | <p><b>3.1.</b> Contribuye activamente al éxito de los ejercicios grupales, apoyando a sus compañeros.</p> <p><b>3.2.</b> Maneja la frustración o el estrés, ejecutando decisiones técnicas apropiadas.</p>                                                                        | <p><b>Observación Directa con Lista de Cotejo:</b> Participación proactiva y rol de apoyo en actividades grupales.</p> <p><b>Simulación Práctica de Defensa Personal</b> Evaluación con rúbrica del control emocional, la elección y la efectividad de la técnica aplicada en un escenario de defensa</p> |

#### 4. Unidades de Aprendizaje

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <p><b>Unidad I Semana 01 a Semana 06</b><br/><b>Filosofía, preparación física y fundamentos básicos</b></p> <p>1.1 Filosofía de la disciplina, Acondicionamiento Físico y posiciones básicas</p> <p>1.2 Historia y desarrollo del Tang Soo do</p> <p>1.3 Principios y códigos de ética y juramento del practicante.</p> <p>1.4 Técnicas básicas</p> <p>1.5 Rutina de Acondicionamiento físico</p> |
| 2. | <p><b>Unidad II Semana 07 a semana 12</b><br/><b>Formas básicas y Técnicas de bloqueo</b></p> <p>2.1 Formas de mano Vacía: 10 Gup - Kicho Hyung.</p> <p>2.2 Bloqueos, patadas y técnicas de puño.</p> <p>2.3 Relación de las formas aplicada en la defensa personal</p> <p>2.4 Practica controlada de secuencias de ataque y defensa</p> <p>2.5 Rutina de Acondicionamiento físico.</p>           |

|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>3.</b> | <b>Unidad III Semana 13 a Semana 17</b><br><b>Defensa personal y técnicas de ataque</b><br>3.1 Técnicas de Defensa personal Ho sin Sul (técnica 1 y 2)<br>3.3 Practica controlada de secuencias de ataque y defensa<br>3.4 Combates.<br>3.5 Rutina de Acondicionamiento físico y repaso de formas |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 5. Recursos de Aprendizaje

### Bibliografía

- Obligatoria:** ITF, ATA, WTSDA, SHTSD, MTSDA (2011) Manual Tang Soo Do, 1ª edición.
- Complementaria:** La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI 2001. Devís, José

## 6. Comportamiento y ética académica:

Se espera que los estudiantes actúen en sus diversas actividades académicas y estudiantiles en concordancia con los principios de comportamiento ético y honestidad académica propios de todo espacio universitario y que están estipulados en el *Reglamento de Estudiantes de la Universidad de Aysén*, especialmente aquéllos dispuestos en los artículos 23°, 24° y 26°.

Todo acto contrario a la honestidad académica realizado durante el desarrollo, presentación o entrega de una actividad académica del curso sujeta a evaluación, será sancionado con la suspensión inmediata de la actividad y con la aplicación de la nota mínima (1.0).

## Planificación del curso

## 7. Responsables

|                                         |                                                                          |                                        |                   |  |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|--|
| <b>Académico (s)</b>                    | Claudio Levicán Jaque                                                    |                                        |                   |  |
| <b>Responsable (s) y equipo docente</b> |                                                                          |                                        |                   |  |
| <b>Contacto</b>                         | claudio.levican@uaysen.cl                                                |                                        |                   |  |
| <b>Año</b>                              | 2025                                                                     | <b>Periodo Académico</b>               | II semestre       |  |
| <b>Horario clases</b>                   | Lunes 17:00 a 18:00,<br>miércoles 18:00 a 19:00<br>viernes 18:00 a 19:00 | <b>Horario de atención estudiantes</b> | Lunes 18.00-19:00 |  |
| <b>Sala / Campus</b>                    | Escuela de Artes Marciales en Carrera N°555                              |                                        |                   |  |

## 8 Metodología de Trabajo:

| La asignatura contiene:                 |                                                                                                                                                            |                                                         |                   |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------|
| Actividades de vinculación con el medio | No                                                                                                                                                         | Actividades relacionadas con proyectos de investigación | No                |
| Actividad docente                       | Descripción                                                                                                                                                | Intervención del profesor                               | Requerimiento     |
| <b>Exposición conceptual</b>            | El profesor introduce la historia, filosofía, principios y códigos del Tang Soo Do de forma expositiva. Se apoya con material visual.                      | Alta                                                    | Dojang equipado   |
| <b>Demostración técnica</b>             | El profesor muestra técnicas básicas (posturas, bloqueos, golpes, formas) explicando su correcta ejecución y aplicación.                                   | Alta                                                    | Dojang equipado   |
| <b>Práctica guiada</b>                  | Los estudiantes practican técnicas observadas, siguiendo instrucciones paso a paso. El profesor corrige posturas y movimientos durante la ejecución.       | Media                                                   | Dojang equipado / |
| <b>Práctica autónoma supervisada</b>    | Los estudiantes repasan formas, técnicas y secuencias de defensa personal de forma autónoma, recibiendo retroalimentación puntual del profesor o ayudante. | Baja/Media                                              | Dojang equipado / |

### Evaluaciones posibles durante el semestre:

**Demostración práctica individual o grupal:** Evaluación de ejecución de técnicas o formas.

**Guía de conceptos:** Sobre historia, principios y términos técnicos.

**evaluación:** Evaluación combinada (teórica y práctica-combates) en horario de clases.

**Examen de Grado:** Demostración de una secuencia completa de defensa personal aplicando lo aprendido.

## 9. Evaluaciones:

| Evaluación                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Ponderación | Fecha      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|
| <b>Demostración Práctica Unidad 1 (P1):</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | 30%         | 2/10//2025 |
| <b>Demostración Práctica Unidad 2 (P2):</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | 30%         | 30/10/2025 |
| <b>Examen En seminario oficial de la ITF 3 (P3):</b>                                                                                                                                                                                                                                                       | 40%         | 27/12/2025 |
| <b>Calificación final:</b><br><br>-Nota de presentación: 70%<br>-Examen Final: 30 %<br><br><b>Condiciones de eximición:</b> Todos dan Examen de grado para cambio de cinturón que es la evaluación final.<br><br><b>Requisito de Aprobación</b><br>Asistencia: 70%<br>Nota final = Aprobar Examen de Grado |             |            |

## 10. Otros aspectos asociados al funcionamiento del curso:

El Alumno comprende y acepta que la Disciplina del Tang Soo Do es un arte marcial de contacto y que debe participar en todas las actividades acondicionamiento físico, clases y en la realización combates como parte del normal desarrollo de un curso de Artes Marciales.

Toda la coordinación del curso (comunicaciones, actualización de notas, material, etc.) será realizada a través de UCampus. El estudiante deberá informar con tiempo suficiente si presenta dificultades de conexión para trasladar el requerimiento a la coordinación de programa. Adicionalmente los estudiantes deberán acceder al material disponible en el Google sites que el profesor preparó para este propósito.

**Es deber del estudiante mantenerse informado de las noticias, avisos y material entregado por el profesor a través de estos medios, se sugiere instalar en su dispositivo móvil la aplicación de UCampus.**

## 12. planificaciónn de las actividades de enseñanza- aprendizaje y de evaluación

| Semana / Sesión | Resultado(s) de Aprendizaje                                                         | Tema (Unidades de Aprendizaje) y Actividades                                                                            | Recursos utilizados o lecturas                      | Actividad(es) de Trabajo Autónomo                                 |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>Semana 1</b> | RA1. Identifica los principios básicos y la filosofía de las artes marciales<br>RA2 | Filosofía del arte marcial, juramento del practicante, principios éticos, Acondicionamiento físico y posiciones básicas | Lectura de códigos éticos, presentación audiovisual | Reflexión escrita sobre los principios éticos del Tang Soo Do     |
| <b>Semana 2</b> | RA1.                                                                                | Historia y evolución del Tang So Do<br>Acondicionamiento físico y posiciones básicas                                    | Apuntes históricos, documental audiovisual          | Ensayo breve sobre los valores tradicionales y su vigencia actual |
| <b>Semana 3</b> | RA2. Ejecuta técnicas básicas de defensa y ataque con control y seguridad           | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Trabajo en parejas: ataque y defensa                                   | Rutina práctica guiada, espacios deportivos         | Práctica autónoma diaria de ejercicios básicos                    |
| <b>Semana 4</b> | RA2.                                                                                | Introducción a bloqueos y desplazamientos simples<br>Trabajo en parejas: ataque y defensa                               | Videos tutoriales, instrucción del docente          | Ejercitación de bloqueos en casa frente al espejo                 |
| <b>Semana 5</b> | RA2.                                                                                | Formas Kicho Hyung y técnicas de puño<br>Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>evaluación N° 1               | Manual técnico,                                     | Práctica autónoma                                                 |
| <b>Semana 6</b> | RA1.                                                                                | Practica guiada sobre técnica básica -ética en la disciplina<br>Combates                                                | Artículo sobre ética en disciplinas marciales       | Práctica autónoma                                                 |
| <b>Semana 7</b> | RA2                                                                                 | - Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>-Combinaciones de bloqueos, patadas y formas                         | Guía técnica, videos paso a paso                    | Registro escrito de secuencias aprendidas                         |

|                  |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                 |                                                 |                                                            |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Semana 8</b>  | RA11, RA3. Aplica estrategias de trabajo en equipo y disciplina durante la práctica | Trabajo en parejas: ataque y defensa<br>Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Combates                                                                                               | Supervisión del docente, colchonetas            | Practica de movimientos y respuestas                       |
| <b>Semana 9</b>  | RA2                                                                                 | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Rutinas específicas de fuerza, flexibilidad y reacción<br>Combates                                                                             | Videos de entrenamiento, instrucciones docentes | Entrenamiento físico complementario semanal                |
| <b>Semana 10</b> | RA2.                                                                                | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Presentación de formas individuales y en equipo<br>evaluación N° 2 Formas                                                                      | Grabación audiovisual, rúbrica de observación   | Practica autónoma                                          |
| <b>Semana 11</b> | RA2.                                                                                | Análisis de formas aplicadas a defensa personal<br>Acondicionamiento físico y posiciones básicas                                                                                                | Casos simulados, espacio de práctica            | Diseño de respuesta técnica ante una situación concreta    |
| <b>Semana 12</b> | RA3.                                                                                | Combate concertado y controlado, práctica de principios<br>Acondicionamiento físico y posiciones básicas                                                                                        | Supervisión docente, protección personal        | Análisis reflexivo sobre la experiencia del combate        |
| <b>Semana 13</b> | RA2.                                                                                | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Técnicas Ho Sin Sul (1 y 2), movimientos básicos                                                                                               | Manual técnico, indicaciones audiovisuales      | Práctica libre y estudio de cada técnica                   |
| <b>Semana 14</b> | RA2.                                                                                | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Combates supervisados con foco en autocontrol                                                                                                  | Registro audiovisual, retroalimentación         | Práctica individual frente a espejo y registro en bitácora |
| <b>Semana 15</b> | RA1,ra2,ra3                                                                         | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Evaluación grupal: secuencias de defensa personal<br>Combates                                                                                  | Rúbrica y observación docente                   | Practica y Revisión individual de errores y ajustes        |
| <b>Semana 16</b> | RA1.                                                                                | Acondicionamiento físico y posiciones básicas<br>Combates supervisados con foco en autocontrol                                                                                                  | Supervisión directa, normas éticas              | Reflexión escrita sobre disciplina y autocuidado           |
| <b>Semana 17</b> | RA2.                                                                                | Acondicionamiento físico posiciones y técnicas básicas<br>Repaso general de contenidos, simulación de evaluación                                                                                | Videos resumen, material de repaso              | práctica autónoma intensiva                                |
| <b>Semana 18</b> | RA2, RA3.                                                                           | <b>Acondicionamiento físico y posiciones básicas</b><br><b>Evaluación Final para cambio de Grado - realizada por director nacional de la ITF Tang Soo DO</b><br><b>Gimnasio Alianza Austral</b> | video de apoyo                                  | Práctica de sus formas y técnicas de manera individual     |

**Nota : Este programa y panificación están sujetos a cambios.**