



# Taekwondo

## Nivel de transición 1 y 2

### Nombre Profesor Taller

Sr. Hans Wettling

### Correo Profesor Taller

[hans.wettling@jsantisima.com](mailto:hans.wettling@jsantisima.com)



### Reseña del Taller

El taller de Taekwondo Infantil está diseñado para introducir a los niños en el mundo de las artes marciales de una manera divertida, dinámica y segura. A través de juegos y actividades adaptadas a su edad, los pequeños aprenderán los principios fundamentales del taekwondo, desarrollando habilidades motoras, disciplina y trabajo en equipo. Este taller no solo busca enseñar técnicas de taekwondo, sino también promover valores como el respeto, la perseverancia y la autoconfianza. Cada clase está estructurada para que los niños se diviertan mientras aprenden, creando un ambiente positivo y de camaradería entre ellos.

### Objetivo General

Proveer a los niños del taller, una introducción al taekwondo, fomentando el desarrollo de habilidades físicas, sociales y emocionales en un ambiente lúdico y seguro.

### Objetivos Específicos

- **Desarrollar habilidades motoras y coordinación:** A través de ejercicios y juegos específicos, los niños mejorarán su coordinación, equilibrio y control corporal.
- **Fomentar el respeto y la disciplina:** Enseñar a los niños la importancia de escuchar, seguir instrucciones y respetar a los demás dentro del contexto de un deporte.
- **Promover el trabajo en equipo y la socialización:** A través de actividades grupales, los niños aprenderán a compartir, colaborar y apoyar a sus compañeros.
- **Impulsar la autoconfianza y la autoestima:** A través del progreso en las actividades y la superación de retos, los niños ganarán confianza en sus habilidades personales.



# Taekwondo

## Primero y Segundo básico

### Nombre Profesor Taller

Sr. Hans Wettling

### Correo Profesor Taller

[hans.wettling@jsantisima.com](mailto:hans.wettling@jsantisima.com)



### Reseña del Taller

El Taller de Taekwondo está pensado para niños de primero y segundo básico, con el objetivo de brindarles una introducción a las artes marciales de una forma segura, dinámica y entretenida. A lo largo de las clases, los participantes podrán mejorar su coordinación, fuerza, equilibrio y disciplina mediante actividades diseñadas específicamente para su edad. Además de aprender los aspectos técnicos del taekwondo, se les enseñará a incorporar valores fundamentales como el respeto, la perseverancia, el autocontrol y la solidaridad. Este taller se propone, en un ambiente positivo y estimulante, fortalecer el desarrollo físico y emocional de los niños, alentando su progreso personal y promoviendo un espíritu de compañerismo.

### Objetivo General

Brindar a los niños de primero y segundo básico una experiencia formativa en taekwondo, que favorezca el desarrollo de habilidades físicas y emocionales, promoviendo la responsabilidad, el respeto y el trabajo en equipo en un entorno educativo y lúdico.

### Objetivos Específicos

- Desarrollar habilidades motoras complejas: A través de ejercicios específicos, los niños mejorarán su control corporal, coordinación y fuerza, fortaleciendo su confianza y seguridad en sí mismos.
- Promover la disciplina y el respeto mutuo: Se incentivará el cumplimiento de normas, la escucha activa y el respeto hacia los demás, fomentando un ambiente de convivencia sana y ordenada.
- Fortalecer el trabajo en equipo: Mediante actividades colaborativas, los niños aprenderán a trabajar juntos, compartiendo esfuerzos y apoyándose mutuamente, desarrollando la importancia de la cooperación.
- Potenciar la autoconfianza y la perseverancia: Los participantes serán desafiados a superar pequeños obstáculos, lo que les permitirá experimentar el valor del esfuerzo y la constancia, mientras incrementan su autoestima.



# Taekwondo

## 3°, 4° y 5° Básico

### Nombre Profesor Taller

Sr. Hans Wettling

### Correo Profesor Taller

[hans.wettling@jsantisima.com](mailto:hans.wettling@jsantisima.com)



### Reseña del Taller

El Taller de Taekwondo está dirigido a niños de tercero, cuarto y quinto año básico, con el fin de profundizar en los fundamentos del taekwondo, al mismo tiempo que se promueven valores como el respeto, la responsabilidad y el esfuerzo. Las clases están diseñadas para desarrollar tanto habilidades técnicas como físicas, mejorando la coordinación, la fuerza, la flexibilidad y la disciplina. Los niños aprenderán no solo a ejecutar técnicas específicas del taekwondo, sino también a comprender la importancia de la perseverancia, el autocontrol y la capacidad de superar retos. A través de un enfoque estructurado, pero motivante, el taller busca fomentar la autonomía, el trabajo en equipo y el desarrollo integral de cada niño.

### Objetivo General

Introducir y profundizar en los principios del taekwondo a los niños de tercero, cuarto y quinto año básico, favoreciendo su crecimiento físico, emocional y social, promoviendo una actitud responsable, respetuosa y perseverante en cada clase.

### Objetivos Específicos

- Fortalecer las habilidades técnicas y físicas: A través de ejercicios más avanzados, los niños perfeccionarán su control corporal, mejorarán la fuerza, la flexibilidad y la coordinación, y aprenderán nuevas técnicas propias del taekwondo.
- Fomentar la disciplina y el autocontrol: Se enfatizará la importancia de seguir reglas, mantener la concentración y actuar con responsabilidad, promoviendo la autorregulación y el respeto hacia uno mismo y los demás.
- Desarrollar el trabajo en equipo y la cooperación: Los niños serán parte de actividades grupales que requerirán colaboración, apoyo mutuo y comunicación efectiva, con el fin de reforzar los valores de camaradería y cooperación en el contexto deportivo.
- Impulsar la autoconfianza y la perseverancia: A través de desafíos técnicos y emocionales, los niños aprenderán a afrontar obstáculos y a valorar el esfuerzo como una herramienta clave para el crecimiento personal, mejorando su autoestima y confianza en sus capacidades.



# Taekwondo

## 6° Básico a 4° Medio

### Nombre Profesor Taller

Sr. Hans Wettling

### Correo Profesor Taller

[hans.wettling@jsantisima.com](mailto:hans.wettling@jsantisima.com)



### Reseña del Taller

El Taller de Taekwondo Juvenil está dirigido a estudiantes desde sexto año básico hasta cuarto año medio, con el objetivo de perfeccionar las habilidades técnicas y tácticas del taekwondo, promoviendo a su vez valores como la disciplina, el respeto, la perseverancia y la responsabilidad. Este taller busca no solo desarrollar competencias físicas, sino también fortalecer la mentalidad de los participantes, ayudándoles a superar desafíos y alcanzar metas personales. Las clases estarán orientadas a aprender técnicas avanzadas del taekwondo, aplicar estrategias de combate, mejorar la flexibilidad, la resistencia y la fuerza, y trabajar la capacidad de concentración y autocontrol.

### Objetivo General

Proporcionar a los estudiantes de sexto año básico a cuarto año medio una formación avanzada en taekwondo, favoreciendo el desarrollo físico, técnico y emocional, mientras se promueve la disciplina, el trabajo en equipo y el liderazgo dentro del contexto deportivo.

### Objetivos Específicos

- Perfeccionar las habilidades técnicas y de combate: Los participantes aprenderán y perfeccionarán técnicas avanzadas del taekwondo, tales como patadas, bloqueos, combinaciones y estrategias de combate, mejorando la coordinación y el control corporal.
- Fomentar la disciplina y el autocontrol mental: Se enfocará en desarrollar la capacidad de concentración, la autorregulación emocional y la perseverancia, ayudando a los estudiantes a gestionar situaciones de presión tanto en el ámbito deportivo como en su vida cotidiana.
- Desarrollar capacidades de liderazgo y trabajo en equipo: A través de actividades y entrenamientos grupales, se promoverá el trabajo en equipo, el apoyo mutuo y el liderazgo, incentivando a los participantes a asumir responsabilidades dentro de las dinámicas del taller.
- Fortalecer la confianza personal y la resiliencia: Los estudiantes enfrentarán desafíos que los llevarán a salir de su zona de confort, permitiéndoles trabajar la resiliencia y la confianza en sus propias habilidades para superar dificultades.