

Programa de Curso

Código		Nombre		
DR 210B		TAI CHI II		
Nombre en Inglés				
TAI CHI 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 con la actividad física. Tai chi I aprobado			Electivo	
Competencias a la que tributa el curso para el área de Deportes				
<p>CGD1: Ejecutar actividades físicas y recreativas que potencian un equilibrio psicofísico, un bienestar personal y salud, mediante la sistematización de dichas prácticas como un hábito.</p> <p>CGD3: Actuar con respeto, disciplina, perseverancia, honestidad, dentro y fuera del contexto físico, deportivo, artístico, cultural; tanto en actividades recreativas, sistemáticas, individuales y grupales.</p>				
Propósito del curso				
<p>El curso DR 210 B, Tai Chi II, tiene como propósito que el estudiante sea capaz de ejecutar los 42 movimientos de la disciplina con agilidad, coordinación y equilibrio, imprescindibles para lograr una defensa personal efectiva.</p> <p>Se busca, además, que mediante la práctica de este arte marcial, el estudiante sea capaz de practicar la tolerancia y respeto hacia las personas como parte fundamental de su formación.</p>				
Resultados de Aprendizaje				
<p>CGD1 – RA1: Ejecuta los cuarenta y dos movimientos de Tai Chi, con nivel de coordinación fina, para incrementar su nivel de equilibrio, balance y coordinación.</p> <p>CGD1 – RA2: Aplica, de manera lógica y oportuna, veinte de los cuarenta y dos movimientos, a nivel de coordinación global como medio de defensa personal.</p> <p>CGD3 – RA3: Ejecuta las habilidades técnicas y físicas del Tai Chi, actuando con tolerancia y respeto frente a las personas, a fin de practicar de manera integral este arte marcial.</p>				

Metodología Docente	Evaluación General
<p>La metodología es de tipo principalmente reproductiva y productiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reproductiva: <ul style="list-style-type: none"> - Reproducción parcial, progresiva y constante de los 42 movimientos. • Productiva: <ul style="list-style-type: none"> - Resolución de problemas - Actividades de tipo lúdica 	<p>En el curso se aplica una evaluación individual de proceso.</p> <p>Se contempla</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluaciones de tipo práctica • Evaluaciones de algunas aplicaciones marciales <p>La ponderación de la nota final del curso corresponde 60% a la asistencia y 40% al rendimiento.</p>

Vigencia desde:	Primavera 2016
Elaborado por:	JAIME CACERES PALMA
Validado por:	Gisel Rodiño
Revisado por:	Área de Gestión Curricular, SGD