

**TALLERES EXTRAPROGRAMÁTICOS**  
**COLEGIO INSTITUTO PRESIDENTE ERRÁZURIZ**



**Taller: Taekwondo WT**  
**Profesor/a: Carlos Valdebenito**

|                                                        |                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Niveles a los que está dirigido:</b> 3° a 8° Básico | <b>Día y hora:</b><br>Martes: 16:30 a 17:30 hrs. – 3° a 6° Básico<br>Viernes: 14:00 a 15:00 hrs. – 6° a 8° Básico |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Objetivos**

|                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Aprendizaje de Combate Deportivo</li><li>- Aprendizaje de habilidades motrices</li><li>- Aprendizaje del deporte como actividad física y salud</li><li>- Aprendizaje de Rompimiento de tablas</li></ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Contenidos más relevantes**

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Sistema Socioemocional con su entorno</li><li>- Autocontrol con sus padres, apoderados y autoridades</li><li>- Resiliencia ante las adversidades que se le presentan en el taller y eventos</li><li>- Mejorar su técnica cada vez que rinden su examen de ascensión de cinturón</li></ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Metodología**

|                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Trabajos de patadas y movimientos de brazos de bloqueo y golpes</li><li>- Trabajo técnico – táctico en patadas</li><li>- Trabajo de Propiocepción</li><li>- Trabajo de coordinación, flexibilidad, velocidad y reacción</li></ul> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| <b>Cupos</b> | <b>Cantidad</b> |
|--------------|-----------------|
| Mínimo       | 20              |
| Máximo       | 30              |

**¡IMPORTANTE!**

En primer lugar, se debe hacer la postulación al correo del profesor del taller, ingresando los datos del estudiante (nombre, curso y taller). Una vez enviada la postulación, deberá esperar la respuesta del profesor para confirmar la participación del estudiante y así efectuar el depósito correspondiente.

**Valor del taller por mes: \$10.000**

**Datos bancarios profesor de taller:**

Carlos Alfonso Valdebenito Salgado

RUT: 18.056.070-k

Banco: Scotiabank

Cuenta: Corriente N° 2652581506

E-mail: [maestrocarlosvaldebenito@gmail.com](mailto:maestrocarlosvaldebenito@gmail.com)

Al transferir debe informar el nombre del estudiante, curso, meses que paga (mayo-junio) y taller.