



QUILMES, 31 de octubre de 2007

VISTO el Expediente N° 827-0620/07, y

CONSIDERANDO:

Que la Secretaría de Extensión Universitaria considera importante promover las actividades deportivas competitivas y recreativas.

Que a las mismas asisten numerosos interesados de la comunidad y se encuentran en pleno crecimiento.

Que el cobro de arancel a la comunidad "no universitaria" aportaría recursos para el mejor desarrollo de esta oferta.

Que dicha recaudación se destinaría al mantenimiento y desarrollo de las actividades deportivas.

Que la Comisión de Extensión Universitaria del Consejo Superior, ha emitido despacho favorable.

Que la presente se dicta en ejercicio de las atribuciones que el Art. 62°, Inc. i) del Estatuto Universitario le confiere al Consejo Superior.

Por ello,

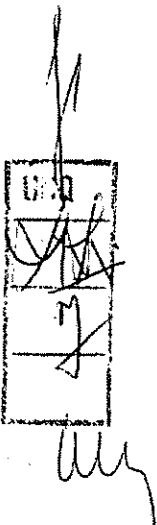
EL CONSEJO SUPERIOR DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE QUILMES

RESUELVE:

ARTICULO 1º: Aprobar el curso de Taekwon-do de acuerdo al Anexo que forma parte integrante de la presente Resolución.

ARTICULO 2º: Autorizar el cobro por las clases y práctica de deportes dictados por profesores de la Universidad a los asistentes de la comunidad que no sean alumnos, graduados, docentes y no-docentes de la UNQ.

ARTICULO 3º: Facultar a la Secretaría de Extensión Universitaria a determinar la oferta deportiva y los niveles de cada curso y práctica.





Universidad
Nacional
de Quilmes

ARTICULO 4º: Facultar a la Secretaría de Extensión para determinar el arancel por dicha práctica y para autorizar los pagos correspondientes en concepto de honorarios docentes, gastos administrativos y compra de materiales e insumos para dichas prácticas con la siguiente restricción:

El total de erogaciones correspondientes a los cursos de extensión no podrá exceder el 80% de lo recaudado en concepto de aranceles y otros ingresos con fines específicos.

ARTÍCULO 5º: Regístrese, practíquense las comunicaciones de estilo y archívese.

RESOLUCIÓN (CS) N°: 293/07



Arq. Juan Luis Merega
Secretario General
UNIVERSIDAD NACIONAL DE QUILMES

Jorge Flores
Vicecorrector
UNIVERSIDAD NACIONAL DE QUILMES
A/C RECTORADO



ANEXO

Curso: Taekwon-do

Nivel: Cinturón blanco (novatos) hasta III DAN.

Docente/s: Pustetto, Damián Pablo

Asistencia requerida: 75%

Carga horaria: 2 horas semanales de clases, más 1 hora de práctica.

Cantidad de alumnos/as: Mínimo 2, máximo 70

Requisitos de Inscripción: Ninguno

Fundamentación: El Taekwon-do es un arte marcial moderno de defensa personal basado en aspectos científicos, permitirá al practicante lograr un nivel mayor de autocontrol y de confianza, además de aprender a manejar un arte de defensa personal.

Objetivos:

El Taekwon-do pretende inculcar los siguientes valores:

Cortesía:

Para construir un carácter noble y conducir el crecimiento de una forma ordenada.

Para ser amable con el prójimo.

Para estimular el sentido de justicia y humanidad.

Para distinguir al instructor del estudiante, a la graduación mayor de la menor y al adulto del niño.

Integridad:

Un individuo debe ser capaz de distinguir lo correcto de lo incorrecto, sabiendo aceptar sus errores.

Ser coherente entre lo que se dice y se hace.

Perseverancia:

Este es un viejo proverbio oriental, "La paciencia es la entrada a la virtud o al mérito".

La felicidad y la prosperidad están ligadas a la perseverancia.



Handwritten signature.



Confucio dijo "Si uno es impaciente en problemas triviales, puede rara vez alcanzar el éxito en problemas de gran importancia".

Autocontrol:

Este principio es extremadamente importante, dentro o fuera del Dojang (lugar de práctica), ya sea dentro de una competencia o por una cuestión personal.

De acuerdo con Lao-tzu "Fuerte es la persona que gana sobre sí mismo, más que sobre otro".

Espíritu indomable:

Un estudiante de Taekwon-do debe comportarse honestamente en todo momento, lo que confronta con la idea de injusticia.

La historia nos demuestra que quien ha perseguido sus sueños con seriedad y espíritu indomable, siempre ha alcanzado los objetivos que se ha propuesto.

Objetivos a corto plazo:

Buscar el bienestar psicofísico a través del movimiento: Corrección postural, calmar ansiedad, mejoras corporales.

Colaborar en la formación del carácter y en el mejoramiento de la conducta.

Comenzar el trabajo sobre principios del Taekwon-do, utilizando actividades lúdicas en los más chicos.

Objetivos a mediano plazo:

Intensificar lo hasta ahora realizado.

Trasladar los principios aprendidos a situaciones cotidianas.

Realizar evaluaciones para determinar la comprensión de lo aprendido.

Objetivos a largo plazo:

Deportivos: La participación en competencias nacionales e internacionales representando a nuestro país.

Profesionales: Formación de instructores.

Personales: Seguir trabajando para mejorar día a día, para poder encontrar lo mejor de nosotros mismos.



Handwritten signature below the box.

Utilización científica del cuerpo mediante un método de autodefensa a través de un prolongado entrenamiento.

Contenidos:

Formas: Chon-Ji, Dan-Gun, Do-San, Won-Hyo, Yul-Gok, Joon-Gun, Toi-Gye, Hwa-Rang, Choong-Moo.

Posiciones básicas: Posición para comienzo con pies paralelos. Posición para caminar. Posición "L". Posición de jinete.

Defensas básicas: Defensa abajo con el antebrazo. Defensa de lado hacia adentro y fuera con el canto interno del antebrazo. Defensa de lado hacia adentro y fuera con el canto externo del antebrazo. Defensa con canto de mano a zona alta, media y baja.

Ataques básicos con miembro superior: Golpe de puño zona media y alta. Golpe con el canto de la mano. Golpe con la punta de los dedos. Reverso de puño. Codo frontal.

Ataques básicos con miembro inferior: Patada frontal zona alta, media y baja. Patada en abanico. Patada circular zona alta, media y baja, golpeando con empeine y metatarso. Patada lateral. Patada de talón. Giro lateral. Giro circular o de talón. Giro en abanico. Patadas con salto.

Contenidos teóricos: Principios del Taekwon-do, Historia del Taekwon-do, Teoría del poder. Principios de la Teoría del Poder. Nociones de fisonomía. Explicación y mecánica de cada movimiento.

Propuesta Didáctica: Trabajos con elementos: bolsa, escudos, palmetas. Trabajos en pareja. Media lucha y lucha con protectores. Formas. Ilbo-Matsocki. Elongación. Rotura de maderas. Clases magistrales.

Criterios de Evaluación: Evaluación de trabajo en clase. Exámenes para alcanzar un nivel superior.


Bibliografía:

Gen. Choi, H.I. (1983): *Enciclopedia del Taekwon-do*.

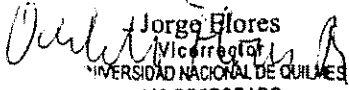
Marano, H.O. (1989): *Taekwon-Do Formas, Chon-Ji a Choong-Moo*.

Piris, C.A. Fernández, R.O. Martínez, L.A. (2005): *Cuadernillo Teórico de Enat..*

ANEXO RESOLUCION (CS) N°: 293/07



Arq. Juan Luis Merega
Secretario General
UNIVERSIDAD NACIONAL DE QUILMES



Jorge Flores
Vice Rector
UNIVERSIDAD NACIONAL DE QUILMES
VIC RECTORADO

