

Formació 4: Taekwondo al centre educatiu

- Data: 17 des
- Horari: 9h a 14h
- Duració: 5h
- Lloc: Escola Sant Josep (Sant Vicenç dels Horts)
- Adreçat a: professorat de primària i secundària
- Inscripcions màximes: 30
- Docent: Alicia Martínez Arenas

INSCRIPCIONS

Introducció:

Formació adreçada a conèixer el Taekwondo i la utilitat del seu treball dins les classes d'educació física. A més, es pretén donar eines per a realitzar situacions d'aprenentatge, en les quals es treballin les arts marcial.

Objectius:

- Conèixer els aspectes bàsics del Taekwondo
- Vivenciar una pràctica de les tècniques bàsiques per a poder ensenyar-les a l'alumnat.
- Saber identificar les utilitats del treball d'un art marcial en les classes d'educació física
- Ser capaços i capaces de crear material reciclat per a una classe de Taekwondo

Continguts:

- Part teòrica: es treballaran els següents continguts sobre el Taekwondo:
 - Origen
 - Modalitats
 - Competicions
 - Referents
 - Qualitats físiques i valors
 - Utilitat per a l'alumnat
 - Creació de material
 - Proposta de situació d'aprenentatge
- Part pràctica: es duran a terme les següents activitats
 - Tècniques bàsiques
 - Jocs basats en el Taekwondo
 - Simulació d'un combat, adaptant al nivell

Metodologia:

S'impartiran continguts teòrics bàsics sobre el Taekwondo, amb la intenció de donar material d'utilitat al professorat d'educació física. A més, la intenció d'aquesta part teòrica serà resoldre inquietuds dels i les assistents, per tal de donar resposta a les necessitats existents.

Posteriorment, es realitzarà la simulació d'una sessió de Taekwondo a l'educació física. Es posaran en pràctica algunes tècniques bàsiques d'aquest art marcial i es proposaran activitats lúdiques per al treball d'aquest. Posteriorment, es realitzarà un combat de Taekwondo, adaptant-nos al nivell que podem trobar al centre educatiu. Cal destacar que, s'emfatitzarà en la seguretat dels i les participants, durant tota la sessió.

Material necessari per al professorat d'EF: roba esportiva, aigua i esmorzar.

Docent: Alicia Martínez Arenas

Graduada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport a l'INEFC Barcelona. Actual cursant del Màster de Formació del Professorat a l'INEFC Barcelona. Cinturó negre de Taekwondo, representant de la selecció Balear i subcampiona d'Espanya Júnior.

Lloc:

Escola Sant Josep: Travessera de Barcelona, 78, 82, 08620 Sant Vicenç dels Horts, Barcelona.