

TAEKWONDO

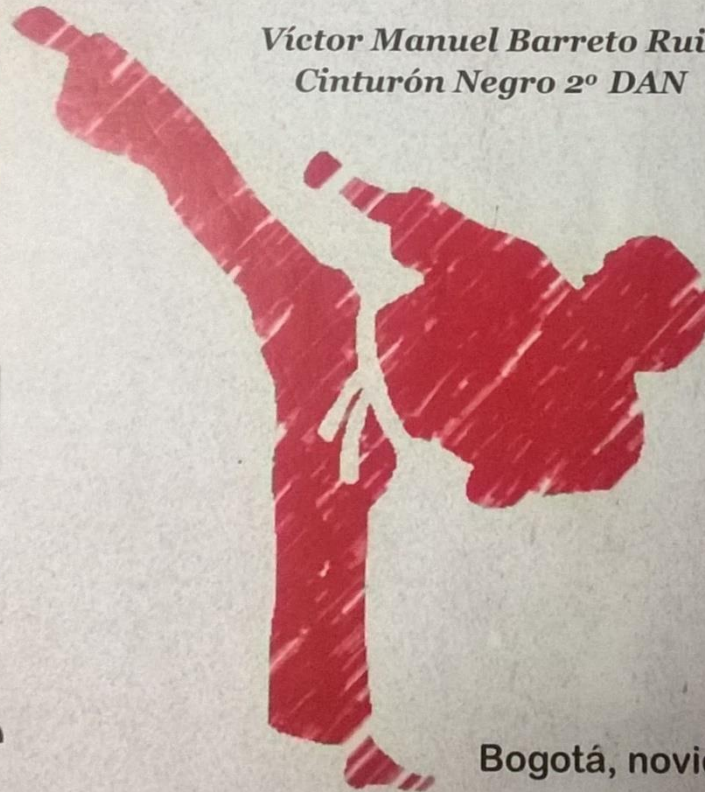
태권도

TAEKWONDO, JEET KUNE DO
& COACHING

Harvey Villalobos

ACADEMIA
TEKKION

Víctor Manuel Barreto Ruiz
Cinturón Negro 2º DAN



Bogotá, noviembre 2014

TABLA DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS.....	6
INTRODUCCIÓN.....	8
TAEKWONDO.....	9
Historia.....	9
Las Sociedades Primitivas	9
La dinastía koguryo.....	10
El hwarangdo de la dinastía shilla	11
El subak en el periodo de las dinastías koryo y yi	12
Taekwondo en el mundo moderno.....	13
Inicios del siglo XX	13
Historia en Colombia	14
Filosofía y espíritu del taekwondo.....	15
Ideal filosófico del taekwondo	15
Ideal artístico del taekwondo.....	15
Ideal técnico del taekwondo	16
Taekwondo dentro de la educación física.....	16
Taekwondo como competición	16
Significado del espíritu del taekwondo.....	17
Aspectos técnicos del taekwondo	18
Dobok.....	18
El cinturón (Ti)	19
La teoría en el club Tekkion	20

Poomses	21
Origen.....	22
Taeguk.....	22
Palgwe	24
Posiciones, movimientos y figuras en el club tekkion	26
JEET KUNE DO	37
Introducción	37
El tao del jeet kune do	39
Entrenamiento.....	43
Programa de preparación física	43
Calentamiento.....	44
Cualidades.....	44
COACHING	47
RAÍCES etimológicas de la palabra coaching.....	47
historia corta del coaching.....	48
proceso de coaching y sus ramas actuales.....	50
Principios del coaching.....	51
Proceso metodológico.....	52
EXPERIENCIA PERSONAL	54
Mi vinculación	54
Mi cercanía a las artes marciales.....	55
El proceso	56
Los niveles	57
La verdadera prueba.....	58
avanzando	60
Cinturón amarillo.....	60

Cinturón verde	61
Cinturón Azul, Púrpura y Rojo	63
Cinturón Negro	64
Rompimientos.....	65
Nuevos amigos	65
Filosofía.....	66
COACHING EMPRESARIAL Y PERSONAL	67
COACHING Y TAEKWONDO.....	68
Correlación	68
Modelo Taekwondo y coaching.....	69
BIBLIOGRAFÍA.....	78

TAEKWONDO

Por: Juan Nicolás Sepúlveda Rojas

Para: Víctor Manuel Barreto

CLUB TEKKION

BOGOTA D.C DICIEMBRE 2014

ÍNDICE

DEDICATORIA

1. MODERNISMO Y TRADICIONALISMO EN LAS ARTES MARCIALES ORIENTALES Y OCCIDENTALES

1.1 INTRODUCCIÓN AL MODERNISMO Y TRADICIONALISMO

1.2 CULTURA

1.3 CONTRASTES Y TECNOLOGÍAS

1.4 KARATE

1.5 KRAV MAGA

1.6 KAJUKENBO

1.7 NINJUTSU

1.8 TAEKWONDO

1.1 FILOSOFÍA

1.2 MODERNISMO Y TRADICIONALISMO DESDE EL YO

2. EXPERIENCIA PERSONAL

TAEKWONDO



Kelly Joahna Saenz

EL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA
FORMACIÓN DE LAS PERSONAS
CLUB TEKKION

TESIS DE GRADO ASPIRANTE CINTURÓN NEGRO

Presentado por:

KELLY JOHANA SÁENZ

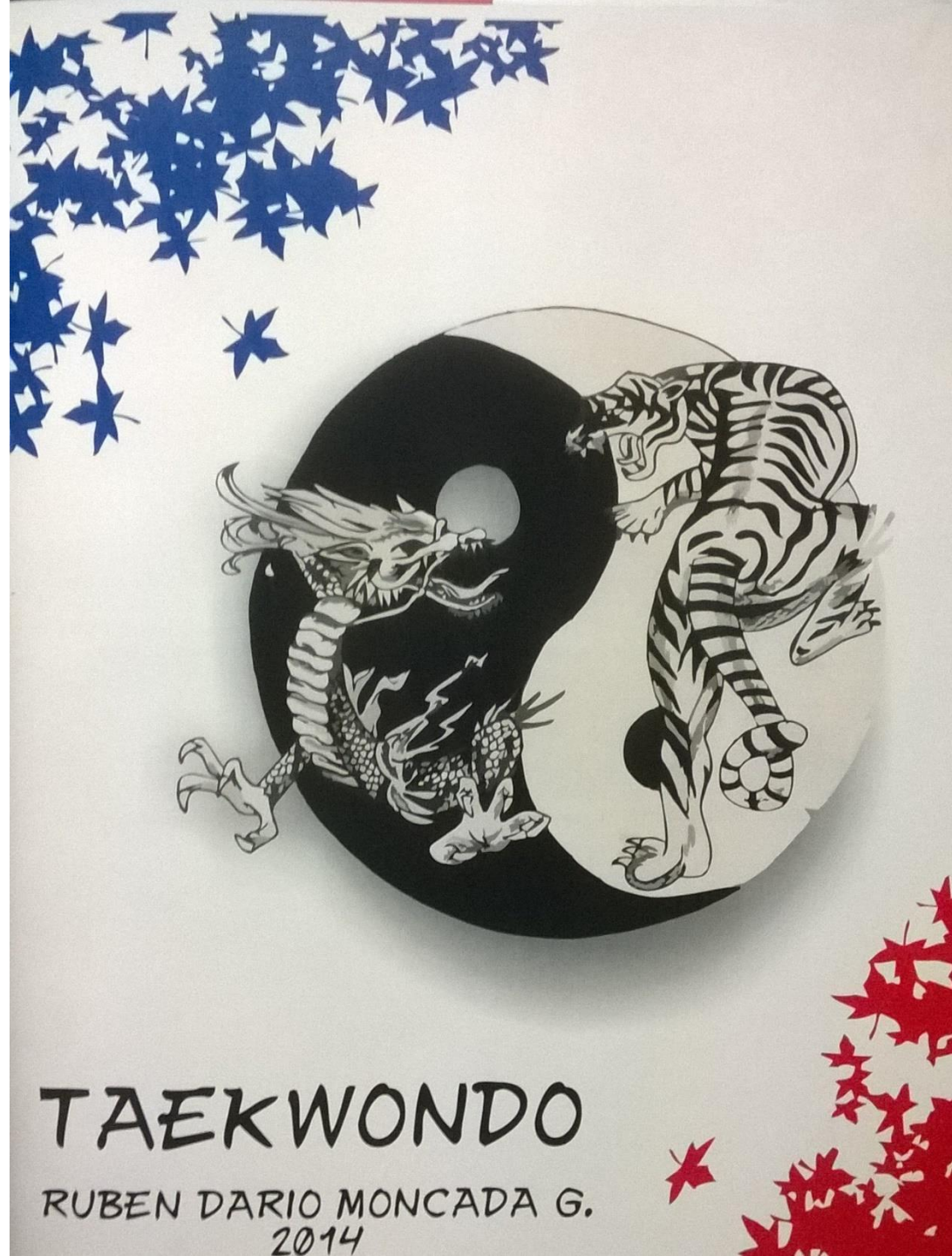
Profesor:

VÍCTOR MANUEL BARRETO
CINTURÓN NEGRO 2do DAN

EL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LA FORMACIÓN DE LAS PERSONAS
CLUB TEKKION
TESIS PARA CINTURÓN NEGRO
BOGOTÁ - COLOMBIA
2014

TABLA DE CONTENIDO

1.	INTRODUCCIÓN	4
2.	RESEÑA HISTÓRICA	6
3.1.	Origen.	6
2.1	Historia.....	6
3.	MARCO	
CONCEPTUAL.....		9
3.1	¿Qué es el taekwondo?	9
3.2	Significado color de cinturón	9
3.3	Danes	10
3.4	TAE-GUK	10
3.5	Filosofía del Taekwondo	11
3.6	Bandera de Corea del Sur	12
3.7	Técnicas	13
4.	EL TAEKWONDO Y SU INFLUENCIA EN LAS PERSONAS	14
4.1	Beneficios del Taekwondo para los niños	14
4.2.	Contribución del Taekwondo en el proceso formativo de los niños y niñas	15
4.3.	Normas del Taekwondo para los niños en casa	15
5.	Comentarios ex integrantes del club TEKKION.	17
6.	EXPERIENCIA PERSONAL	27
7.	WEB-GRAFÍA	43
8.	RECOMENDACIONES DEL JURADO	44



TAEKWONDO

RUBEN DARIO MONCADA G.
2014

TABLA DE CONTENIDO

Introducción

Todo comenzó así.....	1
Taekwondo, significado.....	2
2. Estilos del Taekwondo.....	3
2.1 Las formas	
2.2 Los grados	
3. Equipos para practicar el Taekwondo.....	3
4. Filosofía del Taekwondo.....	4
5. Patadas básicas.....	5
5.1 Ap chagui	
5.2 Yop chagui	
5.3 Pit tolia chagui	

MEMORIA FOTOGRÁFICA

5.4 T chigo chagui o acha.....	8
5.5 Jepchu o Gancho con giro.....	8
6. Desplazamientos.....	9
7. Posiciones básicas del Taekwondo.....	10
7.1 Explicación posiciones básicas.....	11
* Charyot sogui	
* Narani sogui	
* Gunnun sogui	
* Niun ja sogui	
* Annun sogui	
* Gojung sogui	
* Koycha sogui	
* D witbal sogui	
* Moa sogui	
* Soojik sogui	
8. Combate.....	13
8.1 Sambo mat sogi	
8.2 Ibo mat sogi	
8.3 Ilbo mat sogi	
8.4 Mobum matsogi	
8.5 Ban jayu matsogi	
8.6 Jayu matsogi	

EL TAEKWONDO
UN DEPORTE PARA DAMAS



NATALIA ANDREA LEON RODRIGUEZ

2014

TABLA DE CONTENIDO

I. ¿Qué es Taekwondo?	6
II. Historia del Taekwondo.	8
III. El taekwondo en la edad media y moderna.	12
IV. El taekwondo en el presente.	15
V. El taekwondo y las mujeres.	17
VI. Ventajas de la practica del Taekwondo en las mujeres.	18
VII. Mujeres que son reconocidas por practicar este deporte.	20
VIII. Mi experiencia personal.	23
IX. Bibliografía.	30

EL TAE KWON DO Y EL PENCAK SILAT:
DOS GRANDES ESTILOS DE VIDA

TESIS PRESENTADA POR EL ASPIRANTE A CINTURÓN NEGRO PRIMER
DAN:

JOHAN ESTEBAN MELLIZO BUITRÓN

CLUB TEKKION

Bogotá D.C.

30/11/2014

Tabla de contenido

- INTRODUCCIÓN PAG. 4
- HISTORIA DEL TAE KWON DO PAG. 5
- ¿QUÉ ES EL TAE KWON DO? PAG. 10
- HISTORIA DEL PENCAK SILAT PAG. 22
- ¿QUÉ ES EL PENCAK SILAT PAG. 24
- EXPERIENCIA PERSONAL PAG. 33
- CALIFICACIONES Y OBSERVACIONES PAG. 42