

VACACIONES ÚTILES – VERANO 2026 KARATE

DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

La actividad de karate se desarrolla en forma teórico-práctica; permite al alumno aprender movimientos, golpes y técnicas.

OBJETIVOS:

- Contribuye a la formación del niño como persona y cultiva en él principios de respeto, disciplina, esfuerzo, deseo de superación y de progreso.

DIRIGIDO A:

G1: Niños de 6 a 8 años

G2: Niños de 9 a 11 años

METODOLOGÍA:

- La metodología de curso está orientada al logro de los objetivos y desarrollo de:

Ejercicios de destreza; posiciones, técnicas de mano, técnicas de pies, técnicas de bloqueo, combate básico y kata





TABLA DE CONTENIDO:

SESION	TEMAS
01	Tema 1: Técnicas básicas de bloqueo y ataque sobre el sitio
02	Tema 2: Técnicas básicas - posición zenkutsu dachi
03	Tema 3: Técnicas básicas – desplazamiento - geris
04	Tema 4: Técnicas básicas – desplazamiento ataque y bloqueo
05	Tema 5: Técnicas básicas – desplazamiento kihon kumite
06	Tema 6: Técnicas básicas – desplazamiento Gohon kumite
07	Tema 7: Técnicas básicas – desplazamiento - Gohon kumite
08	Tema 8: Técnicas básicas – desplazamiento 4 pasos Kata – Kumite
09	Tema 9: Técnicas básicas – desplazamiento 8 pasos Kata - Kumite
10	Tema 10: Técnicas básicas – desplazamiento 16 pasos Kata - Kumite
11	Tema 11: Técnicas básicas – desplazamiento kata Taikioku Shodan



USMP
UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES

Facultad de
Ingeniería y
Arquitectura

FRECUENCIA:

Martes y jueves:

De 09:00 a 10:20 horas G1 (Niños de 6 a 8 años)

De 10:30 a 11:50 horas G2 (Niños de 9 a 11 años)

DURACIÓN:

Del 07 de enero al 12 de febrero

PROFESOR:

Ivan Blanco Zuñiga

Campeón Nacional

Campeón Bolivariano

Campeón Sudamericano

Campeón Panamericano

Tercer lugar en el mundo

Premiado con los Laureles Deportivos del Perú.