# PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

## I. IDENTIFICACIÓN

| NOMBRE DE LA ASIGNATURA | NIVEL | DEPARTAMENTO / COORDINADOR |
|---|---|---|
| Educación física y salud | Enseñanza básica | Ciencias/Darling Troncoso. |
| **CURSO** | **AÑO** | **SEMESTRE** |
| 3° básico | 2026 | 1° |
| **NOMBRE(S) DOCENTE(S)** | **CORREO(S) DOCENTE (S)** | **DISPONIBLE EN** |
| Marina Riquelme Vejar | mriquelme@colegiochillan.cl | WWW.COLEGIOCHILLAN.CL<br>Carpeta Drive |

## II. PROPÓSITOS FORMATIVOS

La unidad tiene dos propósitos principales. Primero, que los estudiantes combinen habilidades motrices de locomoción, manipulación y estabilidad. Esto incluye, por ejemplo, atrapar objetos mientras corren, desplazarse boteando un balón, saltar y caminar sobre una base a pequeña altura. Segundo, se espera que ejecuten juegos colectivos. Con el apoyo del docente, deberán aplicar diversas estrategias para resolver problemas con relación al espacio, el tiempo y el número de personas.

De forma simultánea, se pretende que incorporen normas de higiene, prevención y seguridad y que sean capaces de realizar un calentamiento antes del esfuerzo físico.

Asimismo, se espera que ejecuten actividades físicas que desarrollen la resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, y que describan y registren las respuestas corporales provocadas por el ejercicio físico.

## III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

| ACTIVIDAD A EVALUAR | PONDERACIÓN | FECHA ESTIMADA (*) |
|---|---|---|
| Práctico de habilidades motrices | 30% | Marzo |
| Práctico Vida activa y saludable | 40% | Abril |
| Práctico Vida activa y saludable | 30% | Mayo |
| **NOTA FINAL** | **100%**<br>**(nota final)** | |

(*Cabe mencionar que las fechas declaradas pueden sufrir modificaciones, las cuales serán informadas oportunamente mediante comunicación escrita. De la misma manera, el detalle de las evaluaciones estará contenido en el Calendario de Evaluaciones que se envía a los correos institucionales de forma mensual.

## IV. RECURSOS COMPLEMENTARIOS

- Habilidades motoras básicas: https://www.youtube.com/watch?v=RHAPx0pP1yo
- Habilidades Motoras Básicas: https://www.youtube.com/watch?v=TvqSBfDF1ZI
- Habilidades motrices básicas: https://www.youtube.com/watch?v=vPBFLmLe2gA

*Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026*

*Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026*