PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

I. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	NIVEL	DEPARTAMENTO / COORDINADOR
Educación física y salud	Enseñanza básica	Depto. Ciencias / Lesly Bullón
CURSO	**AÑO**	**SEMESTRE**
7° básico	2026	1°
NOMBRE(S) DOCENTE(S)	**CORREO(S) DOCENTE (S)**	**DISPONIBLE EN**
Matías Avendaño Ponce	mavendano@colegiochillan.cl	WWW.COLEGIOCHILLAN.CL Carpeta Drive

II. PROPÓSITO FORMATIVO

La unidad tiene dos propósitos principales. Primero, se espera que los estudiantes apliquen, combinan y ajustan sus habilidades motrices específicas en, al menos, un deporte individual y uno de oposición. Segundo, que apliquen una variedad de estrategias y tácticas para resolver un problema durante la práctica de algún juego o deporte. A lo largo de este proceso, se pretende que identifiquen y manejen los principios de frecuencia, intensidad, duración y tipo de ejercicio para desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la flexibilidad y la velocidad, lo que tendrá efectos positivos en su condición física. Asimismo, se busca que practiquen actividad física de forma segura y responsable. Esto implica usar ropa adecuada, hidratarse, realizar un calentamiento, efectuar actividad física acompañados, entre otros. Por último, se espera que demuestren disposición a practicar y promover la actividad física en su comunidad y en su entorno.

III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

ACTIVIDAD A EVALUAR	PONDERACIÓN	FECHA ESTIMADA (*)
Calentamiento específico grupal	30%	Abril
Juegos colaborativos	40%	Mayo
Juegos pre deportivos	30%	Junio
NOTA FINAL	**100%** **(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

- Bonnefoy, G., Né, R. & Lahuppe, H. (2000). Enseñar balonmano para jugar en equipo. Barcelona.
- Bonnefoy, G., Lahuppe, H. & Né, R. (2000). Enseñar vóleibol para jugar en equipo. Barcelona.
- Hornillos, I. (2000). Atletismo. Barcelona.
- Batalla, A. & Martínez, P. (2002). *Deportes individuales*. Barcelona.
- Callegari, M. (2010). *Stretching: el arte de estirar y elongar los músculos*. Buenos Aires.
- Devís, J. (2007). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona.
- Wernicke, L. (2012). *Historias insólitas de los Juegos Olímpicos.*
- TERCEDOR, P. (2001). *Actividad física, condición física y salud*. Sevilla: Wanceulen.

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026