COLEGIO CHILLÁN
"Por una educación laica, pluralista y de calidad"
Unidad Técnica Pedagógica 2026

PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

I. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	NIVEL	DEPARTAMENTO / COORDINADOR
Educación física y salud	Enseñanza básica	Ciencias / Lesly Bullón
CURSO	**AÑO**	**SEMESTRE**
4° básico	2026	2°
NOMBRE(S) DOCENTE(S)	**CORREO(S) DOCENTE (S)**	**DISPONIBLE EN**
Marina Riquelme Vejar	mriquelme@colegiochillan.cl	WWW.COLEGIOCHILLAN.CL Carpeta Drive

II. PROPÓSITOS FORMATIVOS

La unidad tiene tres propósitos principales. Primero, que los estudiantes practiquen juegos pre-deportivos en espacios especialmente adaptados; deberán aplicar reglas y utilizar el campo de juego adecuadamente. Segundo, que ejecuten movimientos de danzas tradicionales, de manera coordinada y por medio de actividades rítmicas y lúdicas. En tercer lugar, se espera que practiquen de forma regular actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa. También se pretende que practiquen juegos fuera de la jornada escolar y que apliquen principios generales en los juegos y actividades que realicen. Asimismo, se busca que apliquen normas de higiene, prevención y seguridad, y que sean capaces de realizar un calentamiento antes del ejercicio físico; que ejecuten actividades físicas que desarrollen la resistencia, la fuerza, la flexibilidad y la velocidad, y que midan y registren las respuestas corporales provocadas por el ejercicio físico por medio de la frecuencia cardiaca o escalas de percepción de esfuerzo.

III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

ACTIVIDAD A EVALUAR	PONDERACIÓN	FECHA ESTIMADA (*)
Práctico de habilidades motrices	30%	Agosto
Práctico de habilidades motrices	40%	Septiembre
Práctico Vida activa y saludable	30%	Noviembre
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

- Habilidades motoras básicas: https://www.youtube.com/watch?v=RHAPx0pP1yo
- https://www.youtube.com/watch?v=TvqSBfDF1ZI
- https://www.youtube.com/watch?v=vPBFLmLe2gA
- Pasos básicos de la cueca: https://www.youtube.com/watch?v=X8cT5idq-I8&t=90s

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026