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**
5° 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 deportes y juegos colectivos en que deban cumplir reglas y aplicar estrategias. Segundo, que demuestren responsabilidad, liderazgo y respeto por los demás compañeros al practicar ejercicio físico; se espera que sean capaces de plantear respetuosamente las discrepancias, aceptar las diferencias individuales y asumir hidalgamente los resultados de la competencia. En tercer lugar, que practiquen actividades físicas en diversos ambientes naturales, aplicando medidas para conservarlos limpios. También se pretende que ejecuten habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y equilibrio en distintos juegos deportivos. A medida que realizan estas actividades, deben intentar superarse continuamente para adquirir conciencia de sus posibilidades y limitaciones. Además, se espera que regulen autónomamente la intensidad del ejercicio físico y que vinculen las diferentes actividades físicas con sus respectivas respuestas corporales. Del mismo modo, se busca que empleen normas de higiene, prevención y seguridad durante la práctica de la actividad física. De este modo, podrán darse cuenta que esas normas son fundamentales para la prevención de accidentes. Una vez que lo aprendan, podrán dirigir un calentamiento. La unidad tiene tres propósitos principales. Primero, que los estudiantes practiquen deportes y juegos colectivos en que deban cumplir reglas y aplicar estrategias. Segundo, que demuestren responsabilidad, liderazgo y respeto por los demás compañeros al practicar ejercicio físico; se espera que sean capaces de plantear respetuosamente las discrepancias, aceptar las diferencias individuales y asumir hidalgamente los resultados de la competencia. En tercer lugar, que practiquen actividades físicas en diversos ambientes naturales, aplicando medidas para conservarlos limpios. También se pretende que ejecuten habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y equilibrio en distintos juegos deportivos. A medida que realizan estas actividades, deben intentar superarse continuamente para adquirir conciencia de sus posibilidades y limitaciones. Además, se espera que regulen autónomamente la intensidad del ejercicio físico y que vinculen las diferentes actividades físicas con sus respectivas respuestas corporales. Del mismo modo, se busca que empleen normas de higiene, prevención y seguridad durante la práctica de la actividad física. De este modo, podrán darse cuenta que esas normas son fundamentales para la prevención de accidentes. Una vez que lo aprendan, podrán dirigir un calentamiento.

III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

ACTIVIDAD A EVALUAR	PONDERACIÓN	FECHA ESTIMADA (*)
Práctico de habilidades motrices	30%	Agosto
Práctico Vida activa y saludable	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 motrices básicas: https://www.youtube.com/watch?v=vPBFLmLe2gA
- Pasos básicos de la cueca: https://www.youtube.com/watch?v=X8cT5idq-I8&t=90s
- Hábitos saludables: https://www.youtube.com/watch?v=YWGOThGG8-Y

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2026