PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

I. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	NIVEL	DEPARTAMENTO / COORDINADOR
Educación Física y Salud	Enseñanza media	Depto. Ciencias / Darling Troncoso
CURSO	**AÑO**	**SEMESTRE**
4° medios (A-B-C)	2025	1°
NOMBRE(S) DOCENTE(S)	**CORREO(S) DOCENTE (S)**	**DISPONIBLE EN**
Héctor Miranda Marco Llanos	hmiranda@colegiochillan.cl mllanos@colegiochillan.cl	WWW.COLEGIOCHILLAN.CL Carpeta Drive

II. PROPÓSITOS FORMATIVOS

Las asignaturas de Educación Física y Salud buscan proporcionar oportunidades para que los estudiantes desarrollen conocimientos, habilidades, actitudes que les permitan mantener un estilo de vida activo y saludable. En esta asignatura se otorgan oportunidades de aprendizaje para todos los estudiantes de tal manera que puedan mejorar, mediante la práctica regular de actividad física, su calidad de vida y la de su comunidad. También, se propone incentivar la práctica regular de actividad física a partir de sus gustos, intereses, motivaciones personales y colectivas, utilizando los espacios públicos para el desarrollo de diversos tipos de ejercicio físico, usando distintas aplicaciones tecnológicas que favorezcan su desempeño motriz, con la finalidad de promover un estilo de vida activa y saludable en su curso, en su familia y en su comunidad. Se espera que en estas instancias, momentos y procesos de aprendizaje los estudiantes tomen decisiones informadas de manera autónoma y situada, considerando la inclusión, la diversidad, la participación y el valor del bienestar humano para adherirse a un estilo de vida activo, asumiendo diversos roles y acciones, para el desarrollo de sus habilidades sociales y su autocuidado.

Finalmente, se busca que los estudiantes sean capaces de promover el bienestar, el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable en su comunidad, aplicando y liderando programas y proyectos deportivos, recreativo y socioculturales en el medio natural, haciendo uso responsable de los espacios públicos y asumiendo compromisos para contribuir al bienestar personal y social en su comunidad.

III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

ACTIVIDAD A EVALUAR	PONDERACIÓN	FECHA ESTIMADA (*)
Habilidades motrices específicas en un deporte de colaboración/oposición	10%	Abril
Habilidades motrices específicas en un deporte de colaboración/oposición en realidad de juego	10%	abril
Habilidades motrices específicas en un deporte de colaboración/oposición en realidad de juego	40%	mayo
Plan de entrenamiento deportivo	40%	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

- **Rodriguez, I., & Gatica, D.** (2016). Percepción de esfuerzo durante el ejercicio: ¿Es válida su medición en la población infantil? *Revista chilena de enfermedades respiratorias*, *32*(1), 25-33.
- **Franco, E., Coterón, J., & Gómez, V.** (2017). Promoción de la actividad física en adolescentes:

rol de la motivación y autoestima. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, *9*(2), 1-15.

- **Reloba, S., Chirosa, L. J., & Reigal, R. E**. (2016). Relación entre actividad física, procesos cognitivos y rendimiento académico de escolares: revisión de la literatura actual. *Revista andaluza de medicina del deporte*, *9*(4), 166-172.

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2024