PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

I. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	NIVEL	DEPARTAMENTO / COORDINADOR
Promoción de hábitos de vida saludable G2	Enseñanza Media	Artístico Cultural / Matías Avendaño
CURSO	**AÑO**	**SEMESTRE**
3° medio	2023	2°
NOMBRE(S) DOCENTE(S)	**CORREO(S) DOCENTE (S)**	**DISPONIBLE EN**
Maco Llanos Sandoval	mllanos@colegiochillan.cl	WWW.COLEGIOCHILLAN.CL

II. PROPÓSITOS FORMATIVOS

En esta asignatura se espera que los estudiantes, a partir de sus intereses y necesidades, sean capaces de participar en una variedad de actividades físico-deportivas de manera individual y colectiva, comprendiendo los efectos que produce el ejercicio para mejorar su rendimiento físico y deportivo, interpretando y evaluando las respuestas agudas y crónicas que provoca la aplicación de diferentes sistemas de entrenamiento, y respetando sus diferencias individuales.

III. EVALUACIÓN GENERAL DE LA ASIGNATURA

ACTIVIDAD A EVALUAR	PONDERACIÓN	FECHA ESTIMADA (*)
Rúbrica	20%	Agosto
Rúbrica	40%	Octubre
Rubrica	40%	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

Casimiro AJ (1997). Actividad Física y salud. Universidad de Almería.

Delgado M, Tercedor P (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. INDE: Barcelona.

Devís y cols (2000). Actividad Física, deporte y salud. INDE, Barcelona.

Gutiérrez M (2000). Actividad Física, estilos de vida y calidad de vida. Revista de Educación Física, 77: 5-16.

López Miñarro PA (2000). Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Detección y alternativas. INDE: Barcelona.

Salleras S (1985). Educación Sanitaria. Madrid: Editorial Díaz de Santos.

Sánchez Bañuelos F (1996). La actividad física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva, Madrid.

Valdeón E (1996). Marco para el estudio de la salud y la actividad física. Perspectivas, 18: 18-22

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2023