PROGRAMACIÓN SEMESTRAL

I. IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA	NIVEL	DEPARTAMENTO / COORDINADOR
Ciencias del ejercicio físico y deportivo	Enseñanza Media	Artístico Cultural / Matías Avendaño
CURSO	**AÑO**	**SEMESTRE**
4° medio	2023	2°
NOMBRE(S) DOCENTE(S)	**CORREO(S) DOCENTE (S)**	**DISPONIBLE EN**
Maco Llanos Sandoval	mllanos@colegiochillan.cl	WWW.COLEGIOCHILLAN.CL Carpeta Drive

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	50%	Agosto
Rúbrica	50%	Octubre
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

- Barbany, J. (2006). Fisiología del ejercicio físico y el entrenamiento.
- Badalona: Paidotribo. Coffey, V. G. & Hawley, Test Course Navette de 20 metros con etapas de un minuto.
- Una idea original que perdura hace 30 años. (2008). Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio. Madrid: Panamericana. Hernández, L. (2016).
- Factores psicológicos en la actividad física y el deporte. Revista de Postgrado FaCE-UC.. doi: 10.1007/s40279-014-0187-5. Luna, P., (2012).
- El deporte y la ergogenia: Una mirada desde la bioética. Rev. Med. Clín. Las Condes; 23(3), pp. 349-3RODRÍGUEZ GARCÍA, P. LUIS. (2006).
- *Educación Física y Salud en Primaria. Capítulo III: Modificaciones fisiológicas, posturales y psicosociales por la práctica de actividad físico-deportiva*. Barcelona: Inde.
- CASIMIRO, A. J. (2001). Efectos fisiológicos del ejercicio físico. En *Actas del II Congreso Internacional de Educación Física y Diversidad* (pp. 185-199). Murcia: Consejería de Educación y Universidades.
- GÁLVEZ, A.; RODRÍGUEZ, P.L.; Y VELANDRINO, A. (2009). La percepción de competencia motriz y su repercusión en los niveles de práctica de actividad física escolar. *Tandem, 31,* 62-70.

Propiedad intelectual Colegio Chillán 2023