"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

LINEAMIENTOS DEPARTAMENTAL EDUCACIÓN FÍSICA 2025

El siguiente documento informativo tiene como objetivo describir los lineamientos del departamento de Educación Física, con el fin de demostrar compromiso y adhesión a nuestro quehacer pedagógico.
Los Lineamientos Departamentales se amparan en lo consignado en el Reglamento de Evaluación, Calificación y Promoción Escolar 2024, fundamentado en el decreto N°67/2018 del Ministerio de Educación.

Coordinadora Departamental:

Srta. Camila Constanza Donoso Meneses.
Licenciada en Educación.
Profesora de Educación Física y Salud.

Equipo Docente:

NOMBRE	CARGO
Alejandro Sotelo Moreno	Profesor de Educación Física y Salud
Constanza Díaz Guerrero	Profesora de Educación Física y Salud
Jorge Videla Torres	Profesor de Educación Física y Salud
Camila Donoso Meneses	Profesora Educación Física y Salud
Gabriela Becerra Silva	Profesora Educación Física y Salud

1. Plan de Estudio

Asignatura	Profesor	Cursos
Educación Física	CAMILA DONOSO	1° Básico A y B 2° Básico A y B 8° Básico B III° Medio A Electivo Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo III° y IV° Medio
	CONSTANZA DÍAZ	7° Básico A y B 8° Básico A
	GABRIELA BECERRA	Corporalidad y movimiento Educación parvularia
	ALEJANDRO SOTELO	4° Básico A y B 5° Básico A y B 6° Básico A y B III Medio B IV° Medio A
	JORGE VIDELA	3° Básico A y B I° Medio A y B II° Medio A y B IV Medio B

I. EJES

a. Educación Parvularia:

Corporalidad y movimiento	● Conocimiento y valoración del cuerpo. ● Coordinación y control motor. ● Expresión corporal y creatividad. ● Exploración y dominio del espacio. ● Relaciones sociales a través del movimiento. ● Vida activa y hábitos saludables.

b. Primer Ciclo Básico

Educación Física	• Habilidades motrices. • Vida activa y saludable. • Seguridad, juego limpio y liderazgo.

c. Segundo Ciclo Básico

Educación Física	• Habilidades motrices. • Vida activa y saludable. • Seguridad, juego limpio y liderazgo.

d. Enseñanza Media

Educación Física	• Habilidades motrices. • Vida activa y saludable. • Responsabilidad personal y social en el deporte y la actividad física.

Electivo Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo	• Adaptaciones fisiológicas provocadas por la práctica de ejercicio físico. • Implementación de planes de entrenamiento a partir de la evaluación de aptitud física. • Sistemas de entrenamiento para la salud y el deporte. • Ayudas ergogénicas y nutricionales en el entrenamiento deportivo.

II. METODOLOGÍA

Durante el desarrollo de la clase se utilizan diferentes estrategias para atender a los diversos estilos de aprendizaje, tales como:

Educación Física	- Introducción teórica: Preparar cognitivamente a los estudiantes, explicando los objetivos y contenidos de la clase. Contextualización, preguntas y aclaraciones, motivación. - Actividades prácticas: Calentamiento, desarrollo, corrección, elongación (vuelta a la calma), higiene personal. - Retroalimentación (sala de clases): Feedback.

III. ESTRUCTURA DE LA CLASE:

Las clases realizadas por el departamento de educación física, se enmarcan en los tres momentos principales de una experiencia educativa. La estructura de la clase comprende las siguientes etapas:

Inicio: Motivación, presentación objetivo de la clase, activación conocimientos previos.

Desarrollo: Aplicación de diversas estrategias y actividades pedagógicas para abordar y lograr el objetivo propuesto.

Cierre: Evaluación del o los objetivos propuestos mediante preguntas, revisión de tareas y actividades.

Asignatura	Inicio	Desarrollo	Cierre
Educación Física	• 10-15 minutos. • Saludo y registro de asistencia. • Retroalimentación de la clase anterior. • Entrega del objetivo y se da a conocer pauta para trabajar durante la clase. • Demostración visual. • Resolución de dudas	• 45 - 60 minutos. • Calentamiento. • Se llevan a cabo las actividades planificadas. • Hábitos de higiene.	• Vuelta la calma: es donde se comienza a bajar la intensidad del trabajo en clase, en este momento se realizan los ejercicios de estiramiento. • Feedback, se corrigen errores y se potencian las conductas positivas.

IV. EVALUACIÓN

Durante cada semestre los alumnos tienen diferentes tipos de evaluaciones (formativas, sumativas y de proceso), los instrumentos de medición son los siguientes:

Educación Física	• Rúbrica • Autoevaluaciones. • Presentaciones orales. • Escrita (Evaluación o trabajo)

1. **Rúbrica:** es una herramienta que se utiliza para valorar de manera objetiva y estructurada el desempeño de los estudiantes en actividades o tareas específicas. Consiste en una tabla o matriz que establece criterios claros de evaluación, define niveles de logro y describe las características de cada nivel para cada criterio.
2. **Autoevaluación**: evaluación o valoración de los propios conocimientos, medibles por medio de listas de cotejo, rúbricas u otros similares.
3. **Presentaciones orales:** corresponde a un tipo de evaluación de carácter individual o grupal, donde se enfatiza el desarrollo de las habilidades de comunicación oral enfocadas en temáticas específicas.
4. **Evaluación escrita:** es una herramienta utilizada para valorar el nivel de conocimiento, comprensión, análisis o síntesis de un tema a través de una actividad escrita.
5. **Trabajo escrito:** este instrumento evalúa aspectos como la claridad, la organización de las ideas, la argumentación, la originalidad y el uso adecuado de las fuentes de información.

CANTIDAD DE EVALUACIONES

ASIGNATURA	CANTIDAD DE EVALUACIONES SEMESTRALES
Educación Física 1°a 6° Básico - I y II Medio	4
Electivo Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo	4

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI 1ros. y 2dos. Básicos

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Habilidades Motrices			**Unidad 2: Vida activa y saludable Mini Básquetbol/ Gimnasia Artística**			**Unidad 3: Vida activa y saludable. Folclore**			**Unidad 4: Seguridad, juego limpio y liderazgo. Mini atletismo/ Mini hándbol**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Desplazamiento y estabilidad	35%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Fundamentos básicos/ Viga	35%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Baile nacional	35%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Carrera/ Fundamentos básicos	35%	CALIF 7 (70% de la unidad)
	Manipulación de un implemento	65%		Fundamentos técnicos/ Saltos	65%		Juegos típicos	65%		Lanzamiento/ Fundamentos tácticos	65%	
Evaluación Sumativa de Resultado	H.M.B en un circuito motriz	CALIF 2 (30% de la unidad)		Realidad de juego/ Secuencia Gimnasia Artística	CALIF 4 (30% de la unidad)		Muestra folclórica	CALIF 6 (30% de la unidad)		Mini olimpiadas atletismo/ Realidad de juego	CALIF 8 (30% de la unidad)	
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)	CALIF 2 (10%)		CALIF 3 (15%)	CALIF 4 (10%)		CALIF 5 (15%)	CALIF 6 (10%)		CALIF 7 (15%)	CALIF 8 (10%)	
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI 3ros. y 4tos. Básicos

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Habilidades Motrices			**Unidad 2: Vida activa y saludable. Fútbol/ Hándbol**			**Unidad 3: Vida activa y saludable. Folclore**			**Unidad 4: Seguridad, juego limpio y liderazgo. Atletismo/ gimnasia artística**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Locomoción	35%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Fundamentos básicos	35%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Baile Nacional	35%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Carrera/ Suelo	35%	CALIF 7 (70% de la unidad)
	Manipulación	65%		Fundamentos técnicos	65%		Juegos Típicos	65%		Lanzamiento/ Equlibrio	65%	
Evaluación Sumativa de Resultado	H.M.B en un circuito motriz	CALIF 2 (30% de la unidad)		Realidad de juego	CALIF 4 (30% de la unidad)		Muestra folclórica	CALIF 6 (30% de la unidad)		Lanzamiento y carrera/ Secuencia	CALIF 8 (30% de la unidad)	
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)	CALIF 2 (10%)		CALIF 3 (15%)	CALIF 4 (10%)		CALIF 5 (15%)	CALIF 6 (10%)		CALIF 7 (15%)	CALIF 8 (10%)	
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI 5° y 6°. Básicos

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Mini voleibol/ Voleibol			**Unidad 2: Vida activa y saludable. Básquetbol/ Gimnasia artística**			**Unidad 3: Vida activa y saludable**			**Unidad 4: Seguridad, juego limpio y liderazgo. Béisbol/ Fútbol**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Fundamentos básicos	35%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Fundamentos básicos/ Suelo	35%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Baile nacional	35%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Fundamentos básicos	35%	CALIF 7 (70% de la unidad)
	Saque	65%		Fundamentos básicos/ Saltos	65%		Juegos típicos	65%		Fundamentos técnicos	65%	
Evaluación Sumativa de Resultado	Realidad de juego		CALIF 2 (30% de la unidad)	Mini campeonato/ Secuencia suelo		CALIF 4 (30% de la unidad)	Muestra folclórica		CALIF 6 (30% de la unidad)	Realidad de juego		CALIF 8 (30% de la unidad)
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)		CALIF 2 (10%)	CALIF 3 (15%)		CALIF 4 (10%)	CALIF 5 (15%)		CALIF 6 (10%)	CALIF 7 (15%)		CALIF 8 (10%)
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI 7° y 8°. Básicos

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Habilidades motrices. Básquetbol/ Voleibol			**Unidad 2: Vida activa y saludable. Hándbol/ Béisbol**			**Unidad 3: Vida activa y saludable. Folclore**			**Unidad 4: Responsabilidad personal y social en el deporte y la actividad física. Atletismo/ Fútbol**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Fundamentos técnicos		CALIF 1 (30% de la unidad)	Fundamentos técnicos		CALIF 3 (30% de la unidad)	Baile nacional		CALIF 5 (30% de la unidad)	Carrera/ Fundamentos técnicos		CALIF 7 (30% de la unidad)
Evaluación Sumativa de Resultado	Realidad de juego		CALIF 2 (70% de la unidad)	Realidad de juego		CALIF 4 (70% de la unidad)	Juegos típicos		CALIF 6 (70% de la unidad)	Lanzamiento/ Realidad de juego		CALIF 8 (70% de la unidad)
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)		CALIF 2 (10%)	CALIF 3 (15%)		CALIF 4 (10%)	CALIF 5 (15%)		CALIF 6 (10%)	CALIF 7 (15%)		CALIF 8 (10%)
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI I y II Medio

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Habilidades motrices. Básquetbol/ Gimnasia artística			**Unidad 2: Vida activa y saludable. Fútbol/ Voleibol**			**Unidad 3: Vida activa y saludable. Folclore**			**Unidad 4: Responsabilidad personal y social en el deporte y la actividad física. Acrossport/ Fútbol**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Fundamentos técnicos/ Suelo	50%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Fundamentos básicos	50%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Baile nacional	50%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Figuras acrobáticas/ Fundamentos técnicos	50%	CALIF 7 (70% de la unidad)
	Fundamentos tácticos/ Suelo	50%		Fundamentos tácticos	50%		Juegos típicos	50%		Figuras acrobáticas/ Fundamentos tácticos	50%	
Evaluación Sumativa de Resultado	Realidad de juego/ Salto	CALIF 2 (30% de la unidad)		Realidad de juego	CALIF 4 (30% de la unidad)		Muestra folclórica (baile a elección)	CALIF 6 (30% de la unidad)		Presentación grupal/ Realidad de juego	CALIF 8 (30% de la unidad)	
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)	CALIF 2 (10%)		CALIF 3 (15%)	CALIF 4 (10%)		CALIF 5 (15%)	CALIF 6 (10%)		CALIF 7 (15%)	CALIF 8 (10%)	
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

EFI III Medio y IV Medio

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: Habilidades motrices. Fútbol/ Voleibol			**Unidad 2: Vida activa y saludable. Básquetbol/ Hándbol**			**Unidad 3: Vida activa y saludable. Folclore**			**Unidad 4: Responsabilidad personal y social en el deporte y la actividad física. Atletismo**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**%Proceso**	**%Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Fundamentos técnicos y tácticos	50%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Fundamentos técnicos y tácticos	50%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Baile nacional	50%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Carrera	50%	CALIF 7 (70% de la unidad)
Evaluación Sumativa de Resultado	Realidad de juego	CALIF 2 (30% de la unidad)		Realidad de juego	CALIF 4 (30% de la unidad)		Muestra folclórica (baile a elección)	CALIF 6 (30% de la unidad)		Lanzamiento		CALIF 8 (30% de la unidad)
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)	CALIF 2 (10%)		CALIF 3 (15%)	CALIF 4 (10%)		CALIF 5 (15%)	CALIF 6 (10%)		CALIF 7 (15%)		CALIF 8 (10%)
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

"SER HOY MEJOR QUE AYER, MAÑANA MEJOR QUE HOY"

Formación diferenciada electivo "Ciencias del Ejercicio Físico y Deportivo" III° y IV° Medio

	Resumen Evaluaciones Sumativas											
	Unidad 1: "ADAPTACIONES FISIOLÓGICAS PROVOCADAS POR LA PRÁCTICA DE EJERCICIO FÍSICO "			**Unidad 2: "IMPLEMENTACIÓN DE PLANES DE ENTRENAMIENTO A PARTIR DE LA EVALUACIÓN DE LA APTITUD FÍSICA "**			**Unidad 3: "SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO PARA LA SALUD Y EL DEPORTE"**			**Unidad 4: "AYUDAS ERGOGÉNICAS Y NUTRICIONALES EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO"**		
	Evaluación	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**	**Evaluación**	**% Proceso**	**% Unidad**
Evaluaciones Sumativas de Proceso	Test de medición cardiovascular	35%	CALIF 1 (70% de la unidad)	Planes de entrenamiento para flexibilidad	35%	CALIF 3 (70% de la unidad)	Test de mejora para la condición física	35%	CALIF 5 (70% de la unidad)	Investigación/ presentación sobre nutrición	35%	CALIF 7 (70% de la unidad)
	Test de medición muscular	35%		Intervención grupo curso	35%		Sistema de entrenamiento aplicado a deportes	35%		Intervención sobre la alimentación	35%	
Evaluación Sumativa de Resultado	Test de resistencia cardiovascular	CALIF 2 (30% de la unidad)		Planes de entrenamiento aplicados a la comunidad	CALIF 4 (30% de la unidad)		Intervención en la comunidad	CALIF 6 (30% de la unidad)		Trekking/acampar	CALIF 8 (30% de la unidad)	
Ponderación para calificación anual	CALIF 1 (15%)	CALIF 2 (10%)		CALIF 3 (15%)	CALIF 4 (10%)		CALIF 5 (15%)	CALIF 6 (10%)		CALIF 7 (15%)	CALIF 8 (10%)	
	Tiempo aproximado para la Unidad: Marzo - Abril			Tiempo aproximado para la Unidad: Mayo - Junio			Tiempo aproximado para la Unidad: Julio - agosto - Septiembre			Tiempo aproximado para la Unidad: Octubre - Noviembre		

V. INCENTIVOS

Con el fin de estimular la participación, el compromiso y la responsabilidad hacia la asignatura los alumnos obtienen los siguientes incentivos:

- Destacar de forma verbal o por medio de una anotación positiva acciones que evidencien un avance o mejora en las conductas de entrada (respeto, esfuerzo, trabajo en equipo, compromiso).

VI. OBSERVACIONES

Se exigirá para la clase de Educación Física lo siguiente:

- Desde Niveles Medios a IV Medios deben traer una bolsa o bolso con: Toalla, botella (para el agua), gorro y bloqueador, polera de cambio, útiles de aseo. Todo debidamente marcado.

Para la asignatura de Educación Física se solicita:

- Damas: con calza institucional y polera de Educación Física. Las calzas deben ser de largo a elección.
- Varones: short institucional y polera de Educación Física.
  Además de **zapatillas deportivas**.

NOTA: Puede que se soliciten algunos materiales como cuerda, pelotas.