



ACTUALIZACIÓN
CURRICULAR

BASES CURRICULARES

EDUCACIÓN

FÍSICA Y SALUD

1° BÁSICO A 2° MEDIO

PROPUESTA DE ACTUALIZACIÓN
PARA CONSULTA PÚBLICA
2024



PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA

La asignatura de Educación Física y Salud constituye un campo de estudio multidisciplinario fundamental en los procesos educativos, dado su contribución a la formación integral del estudiantado. Esta integra áreas biológicas, sociales y humanista, centrada en el desarrollo multidimensional de la persona, sus acciones y su interacción con el entorno. En el campo de la educación física se identifican tres perspectivas clave en su construcción disciplinar. Primero, la perspectiva cuantitativa, arraigada en las ciencias exactas, enfatiza la medición y objetividad en el análisis del desarrollo humano. Segundo, la perspectiva humanista, que se centra en el desarrollo integral del individuo, considerando las emociones, experiencias personales y la autorrealización. Tercero, la perspectiva social, derivada de las ciencias sociales, examina cómo los aspectos sociales y culturales influyen en las prácticas y teorías de la educación física. Estos enfoques promueven una visión integral que permite explorar fenómenos tales como manifestaciones deportivas, expresivas y recreativas no solo como actividades físicas sino también como medios de desarrollo personal y social. Asimismo, se analiza la salud y el bienestar humano desde perspectivas biológicas y sociales, la corporeidad, que abarca tanto las dimensiones físicas como simbólicas del cuerpo, y el ocio, concebido como un ámbito crucial para el crecimiento humano. El aprendizaje en esta disciplina se enriquece a través del análisis de cómo la vivencia del movimiento y su propósito contribuyen a la comprensión personal y social. Este campo de estudio se desarrolla en un contexto cultural, social y político dinámico, subrayando la importancia de adaptarse y responder a las cambiantes demandas y realidades.

Esta actualización de la asignatura mantiene los aprendizajes fundamentales en prácticas motrices, desarrollo de habilidades motrices, estilos de vida saludables, y responsabilidad personal y social, atendiendo así al momento y necesidades del país. Se pone un énfasis particular en las manifestaciones deportivas, recreativas y expresivas de la motricidad, resaltando su oportunidad de implementación en diferentes contextos y su papel en el tiempo libre como una alternativa para un estilo de vida saludable y el bienestar. Además, se añade la recreación y el ocio, junto con la integración de las personas con sus entornos, lo que amplía las posibilidades de un aprendizaje integral y el desarrollo diario de las y los estudiantes. Asimismo, se profundiza en la expresión corporal, fomentando la creatividad y la exploración de identidades culturales desde los intereses personales, promoviendo su reconocimiento y apreciación. Estos cambios buscan enriquecer la experiencia educativa de las y los estudiantes y promover un aprendizaje holístico en el área de Educación Física y Salud.

La asignatura de Educación Física y Salud enfatiza la importancia de aprendizajes que se puedan transferir a diversos contextos de la vida diaria. Este enfoque se distingue por su naturaleza experiencial y práctica, que reconoce y valora la individualidad y la diversidad de intereses del estudiantado, estableciéndose como el pilar fundamental para la adquisición de dichos aprendizajes. Se considera esencial proporcionar espacios que faciliten a las y los estudiantes la integración de sus propias experiencias e intereses, lo que promueve la generación de aprendizajes significativos vinculados con los contenidos específicos de la asignatura. Además, se procura ofrecer experiencias en entornos tanto próximos como distantes, permitiendo así que las y los estudiantes sitúen y transfieran estos aprendizajes en su vida cotidiana.

La actualización curricular de la asignatura corresponde a un proceso técnico curricular mandatado por el marco normativo vigente e impulsado por los hallazgos y recomendaciones de distintas instancias de levantamiento de información. En primer lugar, análisis documentales y de currículum comparado, que incluyen estado del arte, análisis curriculares, análisis de resultados de evaluaciones estandarizadas, sistematización de diversas fuentes documentales relacionadas, estudios de currículum comparado, y recomendaciones de la Mesa de Desarrollo Curricular (2016). En segundo lugar, se consideran las evidencias de los estudios de seguimiento y monitoreo curricular (2015, 2017, 2022 y 2024), acerca de usos y valoraciones de las Bases Curriculares vigentes en el sistema educativo. Por último, los procesos participativos, que incorporan mesas técnicas generales sobre distintos ámbitos del desarrollo curricular y mesas técnicas específicas en cada asignatura, encuentros interministeriales e intersectoriales de retroalimentación, hallazgos del Congreso Pedagógico y Curricular (2024), y la consulta pública de la propuesta de nuevas Bases Curriculares.

Considerando los procesos de levantamiento de información, los ajustes y propuesta de actualización de la asignatura de Educación Física y Salud ha sido impulsada por varios hallazgos clave. Primero, se reconoce la necesidad de diversificar las experiencias de aprendizaje, particularmente en actividades deportivas, promoviendo el desarrollo continuo de habilidades motrices desde un enfoque inclusivo. Segundo, es fundamental atender tanto la salud física como la mental, así como el desarrollo socioemocional, elementos cruciales del componente de salud en la asignatura. Tercero, se resalta la importancia de enriquecer los aprendizajes que brinden herramientas a las y los estudiantes para la vida diaria, lo cual incluye dar sentido a sus experiencias cotidianas y aprovechar diversos espacios urbanos y naturales. Cuarto, se subraya la necesidad de abordar la asignatura desde una perspectiva integral que contemple la multidimensionalidad del estudiante. Quinto, se destaca la urgencia de estructurar claramente las secuencias de aprendizaje para asegurar una progresión eficaz en las dimensiones procedimentales, conceptuales y actitudinales.

Finalmente, se resalta la evidencia que subraya la necesidad de enfocarse en la formación de estudiantes que no solo sean físicamente activos, sino que también tomen decisiones acertada sobre su estilo de vida, promoviendo así salud y bienestar general.

Respecto a la arquitectura curricular de la asignatura de Educación Física y Salud, se reconoce y valora la importancia de los aprendizajes establecidos en el currículum vigente. En este contexto, el Propósito Formativo no solo retoma y refuerza los aprendizajes que promueven la adopción de conductas para la realización regular de actividad física y la extensión de estas prácticas fuera del entorno escolar, sino que también fomenta conductas saludables. Adicionalmente, se innova expandiendo el currículo para incluir nuevas dimensiones como la corporeidad y las actividades recreativas de ocio.

Respecto a la estructura curricular de la asignatura se reflejan en lo que ahora se denomina énfasis temáticos, que anteriormente se centraban en profundizar aprendizajes disciplinares. En la actual propuesta, este componente curricular ha sido redefinido y ampliado a Enfoques de la asignatura, la que incluye dos enfoques principales y seis énfasis. Esta estructura proporciona una comprensión más detallada de cómo abordar los conocimientos de la asignatura, alineándose con una visión integral de persona y disciplina misma.

En cuanto a los ejes formativos, estos han sido actualizados para alinearse con el propósito formativo. La estructura de los ejes asegura que los aprendizajes sean progresivos, secuenciales y de fácil integración desde el primero básico hasta segundo medio, proporcionando a las y los estudiantes una base sólida y diversa que brinde herramientas para enfrentar los desafíos de la sociedad actual y futura. Estas trayectorias educativas están diseñadas para ofrecer tanto amplitud como profundidad en los aprendizajes, garantizando una educación integral y adaptativa.

Respecto a los Objetivos de Aprendizaje, se han mantenido sin cambios, excepto en primero y segundo básico, donde se han concentrado objetivos para garantizar un desarrollo más profundo e introducir aprendizajes disciplinares a las y los estudiantes provenientes del nivel de párvulos. Estos objetivos se han diseñado de manera que consolidan los aprendizajes de la Educación Parvularia y proporcionan las bases necesarias para su progresión, profundización y diversificación en los niveles educativos posteriores.

La actualización curricular en Educación Física y Salud integra explícitamente los aprendizajes de la asignatura con los Objetivos de Aprendizaje Transversales (OAT), contribuyendo al desarrollo de aprendizajes socialmente relevantes desde la asignatura. Por ejemplo, se enfatiza el bienestar físico y emocional a través del cuidado orgánico y la importancia de utilizar el tiempo libre de manera saludable. Adicionalmente, resalta la educación ambiental, promoviendo una relación consciente entre las personas y su entorno. En el ámbito de la identidad y pertenencia, la asignatura ofrece espacios para el reconocimiento de intereses personales y cómo las manifestaciones motrices refuerzan la identidad social y personal. Asimismo, se fomenta el pensamiento crítico como una actitud esencial para el progreso educativo y la colaboración, que se presenta como fundamental en prácticas que involucran la interacción con otros, asegurando así una formación integral y efectiva.

PROPÓSITO FORMATIVO DE LA ASIGNATURA

El propósito formativo de la asignatura de Educación Física y Salud es promover el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes que permitan a las y los estudiantes adoptar y fomentar un estilo de vida saludable en su comunidad, colaborar en el reconocimiento de su propia corporeidad y la de los demás, su relación con ellos y con el entorno, además de fomentar trayectorias de ocio saludable.

En el contexto de la actualización curricular, la asignatura enfatiza la importancia de incorporar aprendizajes que promuevan un estilo de vida saludable y sostenible. Esto se logra mediante el fortalecimiento de los conocimientos actuales en el currículo, permitiendo que las y los estudiantes desarrollen estrategias autónomas que permita adquirir factores protectores para mejorar su salud y bienestar. De esta manera, pueden lograr una mejor calidad de vida personal y social, impactando significativamente su cotidianidad y su futuro.

Además, se propone ampliar la comprensión actual de las prácticas deportivas y expresivas, profundizando en la exploración de diversas manifestaciones motrices que enriquecen tanto el desarrollo motor como sociocultural. Este enriquecimiento surge del reconocimiento del aporte social de las prácticas motrices, promoviendo la inclusión social y el respeto mutuo mediante el encuentro entre personas de diversos orígenes, lo cual fortalece valores democráticos y sociales. Se valora tanto las prácticas deportivas locales como globales, funcionando como un puente para la comprensión y celebración cultural. Este enfoque busca no solo fomentar el interés en estas prácticas, sino también facilitar su integración en la vida cotidiana de las y los estudiantes.

Como parte de esta propuesta, se busca que las y los estudiantes valoren, a través de la práctica diaria de actividad física, el desarrollo de espacios de autodescubrimiento, recreación y ocio saludable en su tiempo libre. Estos encuentros consigo mismos, con otros y con su entorno se espera que se desarrollen en base al respeto, al reconocimiento y valoración de la diversidad.

Asimismo, en el enriquecimiento de aprendizajes que se buscan en la actualización, se espera que el reconocimiento de las actividades lúdicas, deportivas, expresivas y recreativas como espacios de desarrollo faciliten el encuentro y la transmisión de valores socioculturales y patrimoniales, así como el desarrollo social. Se fomenta la identificación de espacios cercanos donde puedan realizar estas actividades, estableciendo una relación ética y responsable con el entorno natural y urbano, y reconociendo una conexión simbiótica con este.

Finalmente, se promueve que el estudiantado adquiera aprendizajes que le permitan mantener un estilo de vida saludable tanto dentro como fuera del establecimiento educativo. Esto implica asumir un rol activo en la promoción y generación de acciones saludables en su comunidad y desarrollar competencias directamente relacionadas con la práctica física.

ENFOQUES DE LA ASIGNATURA

En este proceso de Actualización Curricular, la asignatura introduce ajustes en sus enfoques. Específicamente, se presentan dos grandes enfoques, de los cuales se desprenden seis énfasis que buscan profundizar y destacar aspectos específicos.

El primer enfoque es el de Motricidad Humana, que se define como un campo interdisciplinario dedicado al estudio y comprensión del movimiento humano en todas sus dimensiones: física, emocional y social. Su propósito es contribuir a la formación integral de las personas, promoviendo no solo la salud y el bienestar físico, sino también el desarrollo emocional y social. Este se desarrolla a lo largo de la trayectoria de la asignatura, abarcando las dimensiones subjetiva e intersubjetiva, lo cual implica tanto el crecimiento personal como la interacción y el desarrollo social. Este enfoque posee seis énfasis los que se mencionan a continuación:

Corporeidad: Este énfasis se desarrolla desde primero básico a segundo medio garantizando a lo largo de la trayectoria la experiencia completa de sentir y entender su propio cuerpo, tanto individualmente como en relación con otros. Abarca no solo lo físico, sino también las emociones, pensamientos e interacciones con el mundo a través de nuestro cuerpo. Este énfasis sitúa al currículo en un contexto amplio que contempla la historia y el significado de la vida como un proceso de transformación y tradición. Asimismo, destaca la influencia sociocultural y su impacto en el cuerpo, reconociendo la individualidad, particularidad e identidad de cada persona.

Bienestar Integral: Este énfasis de bienestar integral se aborda desde primero básico a segundo medio de modo de abordar los aprendizajes de una óptica amplia para lograr un estado personal de armonía, abarcando dimensiones físicas, mentales, sociales y espirituales. Desde esta perspectiva, la asignatura se enfoca en fomentar aprendizajes que colaboren para que el estudiantado alcance un equilibrio entre estas dimensiones. Esto se refleja en aprendizajes que, a través del movimiento, no solo garantizan experiencias mejoras físicas, sino que también persigue a que el estudiantado logre este estado de manera autónoma replicar o contextualizar los aprendizajes adquiridos en su vida diaria.

Juego: El énfasis se profundiza en los niveles de primero y segundo básico, constituyéndose como un medio y como un aprendizaje en sí mismo. Se brindan espacios para educar sobre el juego consigo mismo y con otros, promoviendo su implementación como un derecho y un espacio de desarrollo. Desde tercero básico hasta segundo medio, el juego se mantiene como una oportunidad de recreación saludable y progresa hacia manifestaciones motrices con mayor especificidad técnica, manteniendo el sentido de bienestar personal y social.

Diversidad del Aula: El énfasis en la diversidad en el aula reconoce que cada estudiante trae consigo una combinación única de creencias, habilidades, talentos, desafíos y necesidades. Este énfasis se extiende desde primero básico a segundo medio. En este contexto, la diversidad no solo se acepta, sino que se concibe como una oportunidad para el enriquecimiento cultural y social. Así, se fomenta un ambiente donde la singularidad y los intereses de cada estudiante son reconocidos y valorados, promoviendo un entorno de aprendizaje inclusivo y enriquecedor. Además, se reconoce en la diversidad de manifestaciones motrices un espacio propicio para que las y los estudiantes expresen sus propios intereses y singularidades.

El segundo enfoque, Aprendizaje Activo ubica el aprendizaje al centro de la experiencia educativa, incentivando a las y los estudiantes a ser agentes activos en su desarrollo multidimensional, considerando los planos físico, social, emocional y cognitivo. Este enfoque se extiende desde primero básico a segundo medio, esta promueve una participación entusiasta y un compromiso profundo mediante las prácticas corporales, procurando así el fortalecimiento de la autonomía, el pensamiento crítico y la responsabilidad por sus propios aprendizajes. Facilitando así la motivación y la preparación para mantener un estilo de vida saludable a lo largo de su vida. Cabe mencionar que este enfoque posee dos énfasis: Habilidades para la Vida y Aprendizaje Experiencial.

Habilidades para la Vida: Este aspecto abarca las destrezas necesarias para enfrentar eficazmente los desafíos cotidianos evidenciándose desde primero básico a segundo medio. En la asignatura, se enfatiza la importancia de desarrollar habilidades socioemocionales y de liderazgo durante las actividades colaborativas y motrices. Este énfasis refuerza el enfoque de aprendizajes para la vida, reconociendo que el aprendizaje trasciende el ámbito escolar y se extiende a diversos contextos de la vida cotidiana.

Aprendizaje Experiencial: Debido a la naturaleza de los aprendizajes en esta asignatura, es crucial valorar aquellos que son experiencialmente significativos. Este énfasis se desarrolla de primero básico a segundo medio, para garantizar aprendizajes que se obtienen a través de la práctica de diversas manifestaciones motrices, permiten reconocer la complejidad de estas actividades. Dicha complejidad no solo reside en el desarrollo técnico, sino también en las interacciones con otras personas, y en los valores y actitudes que emergen de estas prácticas. Además, el aprendizaje sobre la relación con el entorno se enriquece al experimentarlo de manera directa, permitiendo una comprensión más profunda de su complejidad y su vinculación de reciprocidad con lo humano.

La arquitectura curricular ha evolucionado desde una concepción basada en énfasis temáticos hacia una centrada en Enfoques de la Asignatura, marcando una nueva forma de abordar los aprendizajes. Esta transformación conlleva una actualización completa de este elemento curricular.

Los enfoques curriculares en Educación Física y Salud están conectados y conversan de manera coherente, abordando a la persona en de manera multidimensional. Estos enfoques se combinan con los énfasis disciplinares de la asignatura, lo que permite un aprendizaje integral que fomenta el desarrollo de habilidades, conocimientos y actitudes en un entorno que reconoce y valora la complejidad individual y colectiva de las y los estudiantes. Al incorporar estos enfoques, las y los estudiantes pueden desarrollar autonomía por la práctica de actividad física, poder contextualizar en diferentes contextos en su cotidianidad, identificando como mejorar su calidad de vida en base a la práctica de manifestaciones motrices. Esta relación es crucial porque amplía los objetivos de aprendizaje para incluir el crecimiento personal y social, así como el desarrollo de la salud y el bienestar.

EJES FORMATIVOS

En esta actualización, los Ejes Formativos se han revisado y actualizado, tomando como referencia principal la Base Curricular actual.

El renovado eje de Corporeidad y Manifestaciones Motrices enriquece y expande el anterior enfoque de Habilidades Motrices, adoptando una perspectiva amplia que incluye el desarrollo motriz, expandiéndose y enfatizando en explorar diversas manifestaciones de la motricidad. En paralelo, el eje de Vida Activa y Alfabetización Física reemplaza y actualiza el anterior eje de Vida Activa y Saludable, enfatizando en la autonomía hacia la práctica de la actividad física mediante secuencias de aprendizaje progresivas. El nuevo eje de Desarrollo Personal y Social en la Salud avanza sobre la base del enfoque vigente, integrando aspectos del eje de Vida Activa Saludable y del eje de Responsabilidad Personal y Social en el Deporte y la Actividad Física, con un énfasis particular en el desarrollo de un estilo de vida saludable. Además, el enfoque en Seguridad, Juego Limpio y Liderazgo se ha transversalizado a través de los diferentes ejes, reforzando su presencia en todo el proceso formativo. Finalmente, se incorporan contenidos nuevos relacionados con el ocio, la recreación y la interacción con el entorno, subrayando la importancia de estas actividades en el bienestar físico, emocional y social, destacando cómo la interacción con los diversos espacios urbanos y naturales son esenciales para la vida en sociedad.

Adicionalmente, se incorpora un eje transversal de Leer y Escribir para aprender Educación Física y Salud, dado que todo proceso de aprendizaje está mediado por el lenguaje: se aprende en y por medio del lenguaje. Es así que la lectura y la escritura son comprendidas como herramientas epistémicas utilizadas en todas las asignaturas, pues conducen a dialogar con el propio pensamiento, transformarlo y reestructurarlo. Si bien estas habilidades son uno de los focos de aprendizaje de la asignatura de Lengua y Literatura, es necesario que su desarrollo también se aborde de forma explícita en cada asignatura, ya que las prácticas de leer y escribir tienen características particulares en cada disciplina. En ese sentido, aprender en Educación Física y Salud implica apropiarse de la forma en que se lee y escribe en esa disciplina.

A continuación, presentamos los cinco Ejes Formativos que se caracterizan por su facilidad de integración de la asignatura de Educación Física y Salud:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices

Este eje potencia el descubrimiento personal a través del desarrollo de capacidades perceptivo-motrices y habilidades motrices. Prepara a las y los estudiantes para participar progresivamente en deportes individuales y colectivos, así como en otras expresiones no deportivas variadas en la vida cotidiana. Desde 3° a 6° básico los aprendizajes respecto a las manifestaciones individuales avanzan desde el desarrollo de habilidades motrices, pasando por las habilidades gimnásticas, atléticas y acrobáticas. Desde 7° Básico a 2° Medio se progresa hasta una comprensión completa de los deportes. Por otro lado, desde 3° a 6° básico, se introduce la comprensión amplia respecto a las manifestaciones motrices colectivas, se parte de juegos predeportivos progresar desde 7° básico a 2° medio alcanzar manifestaciones más complejas y no tradicionales. Mientras que, en el ámbito expresivo, se parte de danzas tradicionales en los niveles de 3° a 6° básico hacia el reconocimiento de diversas formas de expresión en los niveles posteriores. En los niveles

de 1° a 2° básico, se fomenta el autorreconocimiento y exploración de las diferentes manifestaciones motrices. Las trayectorias curriculares de este eje son de Corporeidad, Manifestaciones motrices individuales, Manifestaciones de la motricidad colectivas y Manifestaciones de la motricidad expresivas.

Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno

Este eje aborda aprendizajes centrados en el reconocimiento y fortalecimiento de intereses personales, fomentando el desarrollo y adherencia de diversas manifestaciones motrices en espacios de ocio y recreación. Al presentar estas actividades como opciones para decisiones saludables, se promueve un uso del tiempo libre que beneficia el bienestar. Además, este eje reconoce que la vida cotidiana se desenvuelve en diversos entornos, tanto naturales como urbanos. Por lo tanto, asegura que los aprendizajes contribuyan a valorar y vincularse armoniosamente con estos espacios. En los niveles de 1° y 2° básico, se estimula el reconocimiento emocional a través de juegos y otras actividades prácticas. De 3° a 6° básico, se enfoca en el uso de juegos y prácticas motrices para desarrollar la recreación y el autocuidado, como una forma de vincularse con el entorno. Desde 7° básico hasta 2° medio, se promueve el reconocimiento de intereses que contribuyan a una recreación y uso del tiempo libre saludables, además de gestionar actividades en diversos entornos, tanto naturales como urbanos. Las trayectorias curriculares de este eje formativo incluyen recreación y ocio, junto con la vinculación con el entorno.

Vida Activa y Alfabetización Física

Este eje promueve la autonomía en la gestión de la práctica de actividad física, desarrollando aprendizajes que permitan reconocer y mejorar la propia condición física asociada a la salud, seleccionar actividades según su intensidad y diseñar planes de entrenamiento siguiendo los principios FITT (Frecuencia, Intensidad, Tiempo y Tipo) en base a objetivos específicos. También incluye la aplicación de pruebas físicas para evaluar objetivamente estas capacidades, de modo que le permita diseñar propuestas para su mejora en función de sus capacidades y características. Además, se abordan aspectos afectivos, como la confianza, esenciales para el desarrollo de un estilo de vida activo. En los niveles de 1° y 2° básico, el estudiantado reconoce la influencia de la actividad física en su organismo. De 3° a 6° básico, se espera que sean capaces de organizar actividades según su intensidad y los principios que mejoran sus capacidades. En los niveles de 7° básico a 2° medio, abordarán cómo gestionar un plan de entrenamiento en diversos contextos y aprenderán a reconocer sus capacidades y hacer seguimiento de sus mejoras. Las trayectorias curriculares incluyen la autonomía en la gestión de la actividad física y el reconocimiento y seguimiento de sus principios.

Desarrollo Personal y Social en la Salud

Este eje introduce aprendizajes biológicos relacionados con la práctica de la actividad física, la salud y el bienestar, visualizando conocimientos asociados, como la alimentación saludable y su vínculo con la actividad física, la higiene postural, el cuidado del propio cuerpo y la hidratación. Estos saberes, habitualmente asociados a la dimensión de las ciencias exactas, se vinculan con elementos cualitativos como las emociones, brindando aprendizajes que permitan tomar decisiones saludables sobre las propias acciones. Asimismo, este eje reconoce que el desarrollo personal se da en sociedad, por lo que incluye sus círculos cercanos, fomentando experiencias de aprendizaje que permitan desarrollar habilidades en el diseño y aplicación de propuestas que fomenten un estilo de vida saludable en su entorno. En los niveles de 1° y 2° básico, se introduce una amplia aproximación al desarrollo de agentes protectores de la salud. De 3° a 6° básico, se reconocen elementos de autocuidado basados en las experiencias personales y de los pares. Posteriormente, en los niveles de 7° básico a 2° medio, se profundiza en diversos elementos de autocuidado como

agentes protectores de la salud. Además, se desarrollan aprendizajes que permiten mantener un rol activo en la comunidad en la difusión de la salud. Las trayectorias curriculares en este eje son el Desarrollo Social en la Salud y el Desarrollo Personal en la Salud.

La comprensión global de los ejes permite visualizar una coherencia con los propósitos formativos y los enfoques con sus respectivos énfasis. Estos desarrollan aprendizajes a lo largo de la trayectoria formativa, centrada en una comprensión multidimensional del estudiantado. Se continúa abordando la dimensión física, desarrollando habilidades motrices y mejorando la condición física asociada a la salud. Sin embargo, se entiende que la mejora de estas depende de atender las prácticas de ocio, diversificar las experiencias en manifestaciones motrices, y comprender tanto a sí mismo como su vínculo con otros y el entorno. Esta visión global de los ejes brinda oportunidades para integrar aprendizajes con facilidad, ya que se centra en una comprensión integrada de la persona, en lugar de una visión seccionada.

Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud

El eje de Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud se compone por objetivos de aprendizaje que conducen a emplear la lectura y la escritura como herramientas para registrar, estructurar y elaborar los conocimientos e ideas de cada asignatura. En 1º y 2º hay un hito clave: consolidar el aprendizaje del código escrito necesario para leer y escribir. Para que esto se logre es necesario que la escritura, especialmente la codificación de los textos, sea realizada en todas las asignaturas. Esto porque la escritura es la forma en que niños y niñas desarrollan de forma más consciente el aprendizaje del código escrito. Además, se busca que la lectura se desarrolle desde la escucha y, en conjunto, con la observación de elementos visuales que estén presentes en los textos. Esto permite acercarse a los textos de cada disciplina que podrían ser difíciles de leer por sí solos, pero que apoyados con un adulto permiten aprender Educación Física y Salud al leer. Desde 3º básico a 2º medio, se espera que niños, niñas y adolescentes progresen en el uso cada vez más autónomo y flexible de las habilidades de lectura y escritura para lograr propósitos como estudiar, recordar información importante, emitir opiniones, entre otros.

1º básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Explorar sus habilidades de desplazamientos en diferentes espacios, con y sin uso de materiales, mediante juegos y actividades grupales desafiantes, reconociendo las posibilidades personales y en la interacción con sus pares con un trato respetuoso, empático y solidario.</p> <p>OA 2. Explorar las habilidades de locomoción, manipulación y equilibrio, mediante juegos que involucren cantos, bailes u otras manifestaciones expresivas, tomando conciencia de sus propias habilidades, sensaciones y emociones como la de sus pares.</p>	<p>OA 4. Reconocer su frecuencias respiratoria y cardiaca, así como otras respuestas fisiológicas al vivenciar juegos y actividades lúdicas de intensidades variadas, valorando la autorregulación fisiológica, emocional y motivacional.</p>	<p>OA 6. Escribir textos simples que registren y comuniquen conocimientos e ideas propios de la asignatura, codificando con precisión cada palabra y usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, para reconocer la escritura como un medio habitual para aprender y registrar las experiencias vividas.</p> <p>OA 7. Comprender diversos textos, escuchados y vistos, para aprender conocimientos, procedimientos e ideas de Educación Física y Salud, localizando e interpretando información que sea útil para lograr propósitos específicos de la asignatura.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 3. Explorar diferentes sensaciones y emociones al participar en juegos libres y actividades dirigidas con y sin uso de materiales. Validar el juego como un derecho y un espacio para relacionarse respetuosamente con sus pares y otras personas.</p>	<p>OA 5. Demostrar iniciativas de cuidado de su higiene, alimentación y sueño mediante la consideración de acciones personales cotidianas que permitan mayor independencia y bienestar personal y social.</p>	

2º básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Reconocer tipos de desplazamientos, lanzamientos y posiciones de estabilidad, mediante la vivencia juegos y actividades de exploración, regladas y de conciencia corporal, manteniendo una actitud de autocontrol, seguridad personal y respeto hacia sus pares y las normas.</p> <p>OA 2. Expresar emociones, sentimientos e ideas en contexto de tareas colaborativas, juegos rítmicos y secuencias grupales que impliquen una diversidad de movimientos, colaborando en la creación de espacios respetuosos, seguros y el cumplimiento de los acuerdos establecidos.</p>	<p>OA 4. Distinguir las capacidades físicas y las fluctuaciones de las respuestas fisiológicas respiratoria y cardiaca, mediante juegos y actividades lúdicas, valorando su variabilidad natural, y los desafíos para su desarrollo y mejora.</p>	<p>OA 6. Escribir textos simples que registren y comuniquen conocimientos e ideas propios de la asignatura, codificando con precisión cada palabra y usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, para reconocer la escritura como un medio habitual para aprender y registrar las experiencias vividas.</p> <p>OA 7. Comprender textos, escuchados y vistos, sobre conceptos, procedimientos y sentido de la Educación Física y Salud, localizando e interpretando información que sea útil para profundizar en la comprensión de los aprendizajes de la asignatura.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 3. Explorar diferentes sensaciones y emociones al realizar actividades o juegos dirigidos y libres, individuales y grupales, validando las sensaciones personales como colectivas basadas a relaciones respetuosas.</p>	<p>OA 5. Comparar la ingesta alimenticia, la práctica de actividad física y el uso del tiempo libre propio con los de sus pares y adultos mediante la observación y conversación, identificando cómo pueden ser mejorados para mantener hábitos de vida saludable</p>	

3° básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Reconocer los desplazamientos, posiciones, sensaciones y emociones durante la participación en juegos y actividades individuales y colectivas, valorando el autoconocimiento y la percepción personal en la interacción con sus pares.</p> <p>OA 2. Explorar combinaciones de desplazamientos, saltos, empujones y halones, mediante juegos y actividades lúdicas desafiantes a nivel personal y colectivo, valorando su propia conciencia corporal, autocuidado, el cuidado del propio cuerpo y autonomía en las acciones realizadas.</p> <p>OA 3. Identificar los principios generales del juego en equipo, mediante prácticas motrices colaborativas predeportivas, reconociendo los beneficios de pertenecer a un equipo y aspirar al logro de un objetivo en común.</p> <p>OA 4. Reconocer las sensaciones que se generan al realizar rondas, juegos o danzas grupales originales, al ritmo de la música y diversos estímulos sensoriales, identificando las sensibilidades personales y complemento de los sentidos, en interacción con sus pares.</p>	<p>OA 7. Diseñar una secuencia de actividades de intensidad variada de interés personal adaptable a contextos cotidianos, basándose en la demanda fisiológica y motriz que le permita mejorar sus propias capacidades, identificando en sus intereses oportunidades para la adquisición de una vida saludable.</p> <p>OA 8. Caracterizar la intensidad del ejercicio físico, considerando las respuestas fisiológicas y esfuerzo percibido durante la participación en diferentes juegos y actividades lúdicas, reflexionando sobre cómo estas experiencias afectan su motivación para participar activamente.</p>	<p>OA 11. Escribir textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, empleando habitualmente organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como registrar los propios aprendizajes, planificar sus propuestas, registrar sus vivencias o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de textos de diversos medios para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar de los textos, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Reconocer el aporte cultural a las generaciones actuales y pasadas que brindaron juegos tradicionales y recreativos, a partir de su vivencia de manera individual y colectiva, valorando su origen y aporte a la sociedad.</p> <p>OA 6. Identificar las medidas de seguridad en juegos y actividades dentro del establecimiento, valorando y fomentando el cuidado personal, grupal y de la diversidad de espacios escolares y el vínculo con otras personas y el entorno.</p>	<p>OA 9. Comunicar a sus pares los principales sistemas del cuerpo humano y sus interacciones al realizar actividades o juegos colectivos de intensidad moderadas o vigorosas, valorando las particularidades y semejanzas con sus pares, para el desarrollo de una autoestima positiva y el bienestar.</p> <p>OA 10. Aplicar prácticas de autocuidado físico en los espacios escolares mediante la creación de acuerdos de cuidado personal y con sus pares, demostrando respeto y responsabilidad durante juegos y dinámicas colaborativas.</p>	

4º básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Vincular las percepciones sensoriales con la actividad tónico-postural y la respiración, en base a la exploración de experiencias motrices lúdicas, valorando la importancia de la corporeidad y percepción en el desarrollo del autoconocimiento y de una autoestima positiva.</p> <p>OA 2. Implementar estrategias para resolver situaciones desafiantes en juegos cotidianos y actividades lúdicas que involucren lanzamiento, recepción, estabilidad y locomoción, manifestando una actitud de autocuidado y respeto por sus pares.</p> <p>OA 3. Resolver colaborativamente situaciones desafiantes para el logro del propósito de un predeportivos con base en los principios generales del juego y la combinación de habilidades motrices básicas, valorando cómo la práctica deportiva puede contribuir a fortalecer vínculos y crear un ambiente positivo entre las personas.</p> <p>OA 4. Representar danzas tradicionales grupales de Chile y el continente de manera expresiva y coordinada con la música, comprendiendo el sentido identitario colectivo fundamentado en los simbolismos culturales que les dan origen.</p>	<p>OA 7. Diseñar una secuencia de actividades de intensidad moderada a vigorosa de interés personal adaptable a contextos cotidianos, basándose en la demanda fisiológica y motriz que le permita mejorar sus propias capacidades, identificando en sus intereses oportunidades para la adquisición de una vida saludable.</p> <p>OA 8. Reconocer las cualidades físicas que se desarrollan utilizando diferentes tipos de actividades lúdicas, recreativas o expresivas que sean de su interés, valorando cómo estas contribuyen al desarrollo integral de la salud y el bienestar personal.</p>	<p>OA 11. Escribir textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, empleando habitualmente organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como registrar los propios aprendizajes, planificar sus propuestas, registrar sus vivencias o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de textos de diversos medios para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar de los textos, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Practicar diversos juegos tradicionales coloniales, individuales y colectivos, de identidad local, regional o nacional, valorando los materiales y tiempos de recreación y ocio de las generaciones pasadas como medio para el desarrollo humano y de bienestar.</p> <p>OA 6. Implementar prácticas de seguridad en juegos y actividades en el establecimiento, que se realizan dentro como fuera del mismo en base al reconocimiento de elementos que puedan constituir un desafío para la integralidad en su participación, promoviendo el disfrute y cuidado personal, grupal y de los espacios.</p>	<p>OA 9. Investigar la relación entre los hábitos de vida activa, la gestión emocional y la respiración en base a sus vivencias y las de sus pares, incentivando la toma de conciencia sobre los estados de calma y su impacto en la salud mental.</p> <p>OA 10. Implementar medidas de higiene previo, durante y posterior a la realización de prácticas de actividad física, identificando los beneficios de aquellas que favorezcan el cuidado del cuerpo, bienestar y disfrute.</p>	

5° básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Asociar el esquema e identidad corporal, percepciones sensoriales y emocionales con la actividad tónico-postural y respiración, mediante la exploración de experiencias motrices lúdicas y expresivas individuales y colectivas, valorando la importancia del autoconcepto y conciencia corporal.</p> <p>OA 2. Crear combinaciones de habilidades gimnásticas, acrobáticas y atléticas, en una secuencia fluida a partir de un deporte o actividad individual, tomando conciencia sobre como las sensaciones, resultados e importancia de estas habilidades en el proceso de aprendizaje recreativo o deportivo.</p> <p>OA 3. Implementar críticamente los componentes de interacción y comunicación, así como los técnicos y tácticos, de una manifestación deportiva colectiva, ajustando el reglamento, para promover una participación inclusiva y equitativa, reconociendo la colaboración como un elemento fundamental para alcanzar metas comunes y como una característica esencial del espíritu deportivo</p> <p>OA 4. Representar danzas tradicionales en parejas, conectando pasos básicos junto a la música, reconociendo el fenómeno de identidad colectivo cultural en base a los elementos simbólicos y patrimoniales que da sentido a su origen.</p>	<p>OA 7. Integrar principios del entrenamiento al realizar una secuencia de ejercicios físicos grupales, adaptados a sus intereses y capacidades físicas, demostrando una actitud de respeto y reconocimiento por el esfuerzo propio y el de sus pares.</p> <p>OA 8. Reconocer los principios de especificidad, recuperación e individualización en una secuencia de ejercicios físicos o actividad de interés personal, demostrando una actitud crítica al evaluar cómo la adaptación de estas actividades a características individuales mejora la seguridad y el desarrollo de las propias capacidades físicas.</p>	<p>OA 11. Escribir textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, empleando habitualmente organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como registrar los propios aprendizajes, planificar sus propuestas, registrar sus vivencias o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de textos de diversos medios para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar de los textos, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Practicar juegos populares individuales o colectivos, propios de la memoria familiar y/o entorno próximo, valorando el legado generacional, sentido y disfrute que estas prácticas generan.</p> <p>OA 6. Comprender los principios u orientaciones para realizar actividades recreativas sostenibles en plazas o parques urbanos o naturales desde el respeto, responsabilidad y disfrute, evaluando la interrelación entre la naturaleza, el ser humano y otros seres vivo.</p>	<p>OA 9. Organizar actividades que favorezca la comunicación, respeto mutuo y confianza como determinantes de relaciones saludable en la práctica de juegos y actividades grupales, valorando la importancia de cultivar buenos vínculos con sus pares, familia y comunidad.</p> <p>OA 10. Analizar los beneficios de una adecuada hidratación previa, durante y posterior a actividades cotidianas y específicas como bailar, jugar o alguna práctica deportiva, valorando el agua para la vida y la salud humana.</p>	

6° básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Crear estrategias para mejorar las capacidades tónico-posturales, respiratorias, de conciencia corporal y relajación, a través de actividades de aproximación deportiva, recreativas o expresivas, valorando la contribución de estas habilidades perceptivo-motrices al desarrollo de una autoestima positiva.</p> <p>OA 2. Evaluar las propias habilidades gimnásticas, acrobáticas y atléticas en actividades recreativas o deportivas adaptadas, aplicando principios técnicos y estrategias personales para su mejora, valorando la constancia, honestidad y una postura reflexiva-crítica frente a los resultados.</p> <p>OA 3. Implementar actividades que mejoren las habilidades sociomotrices y el dominio de los principios técnicos, tácticos y estratégicos en una manifestación deportiva o juego colectivo, demostrando honestidad y respeto por las reglas y acuerdos con sus compañeros.</p> <p>OA 4. Combinar posturas y gestos con desplazamientos, giros y alturas, en al menos, una danza tradicional nacional o internacional, valorando la diversidad cultural e identitario de la danza y su vínculo con la vida actual.</p>	<p>OA 7. Organizar una rutina de ejercicios personalizada, aplicando los principios de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de ejercicio para mejorar un elemento específico de la condición física asociada a la salud, utilizando responsablemente una herramienta tecnológica para registrar o implementar las actividades</p> <p>OA 8. Evaluar la influencia de la selección y organización de materiales y la disposición del espacio en la aplicación efectiva de los principios de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo (FITT), promoviendo actitudes de cuidado del espacio y la seguridad personal.</p>	<p>OA 11. Escribir textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, empleando habitualmente organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como registrar los propios aprendizajes, planificar sus propuestas, registrar sus vivencias o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de textos de diversos medios para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar de los textos, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Practicar juegos emergentes individuales y colectivos, que amplíen las posibilidades de uso del tiempo libre, respetando sus reglas, el rechazo de todo tipo de discriminación y violencia.</p> <p>OA 6. Relacionar la recreación y el ocio con el estado de bienestar, cuidado personal y del entorno, mediante salidas a espacios naturales o urbanas próximos, evaluando el impacto que generan las acciones humanas en los entornos.</p>	<p>OA 9. Comunicar, sobre el impacto de los cambios propios de la pubertad en la continuidad de la práctica de actividad física, considerando la interrelación entre factores biológicos, psicológicos, éticos y sociales de la dimensión afectiva-sexual del ser humano, por medio de diálogos e investigaciones, fomentando relaciones interpersonales respetuosas, empáticas y sin discriminación en la comunidad.</p> <p>OA 10. Reconocer la influencia de la respiración sobre las sensaciones y las respuestas fisiológicas que esta genera, valorando los efectos calmantes o de estimulación en la disposición y monitoreo de la actividad realizada.</p>	

7º básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Relacionar cómo el desarrollo de la percepción espacial, temporal, el ritmo, el equilibrio y la coordinación contribuyen a mejorar la corporeidad, las interacciones con el entorno y otras personas, mediante la organización de actividades de interés propio y colectivos en diferentes contextos, manifestando acciones y propuestas libres de prejuicios.</p> <p>OA 2. Reconocer los aspectos técnicos y tácticos en una actividad deportiva individual, evaluando las áreas de mejora personal según indicadores específicos de la disciplina, y demostrando una actitud crítica y proactiva en la autoevaluación para mejorar sus habilidades.</p> <p>OA 3. Conocer los componentes técnicos, tácticos y estratégicos de una manifestación deportiva colectiva tradicional de su interés, mediante su vivencia y la revisión y ajuste del reglamento, valorando cómo las situaciones de juego contribuyen a la colaboración y al disfrute de los participantes, bajo los principios de una práctica segura e inclusiva.</p> <p>OA 4. Investigar diversas manifestaciones expresivas de interés común, de origen populares, tradicionales o urbanos, representando en grupos una secuencia creativa original propia, considerando sus orígenes y sentidos, la convivencia de personas y grupos con identidades diversas.</p>	<p>OA 7. Aplicar un plan de entrenamiento enfocado en la mejora de algún componente de la condición física asociada a la salud en el contexto de una manifestación deportiva de su interés, seleccionando ejercicios individuales y colectivos, según los principios del entrenamiento de especificidad e individualización, manteniendo una actitud inclusiva basada en el respeto de los intereses y capacidades de sus pares.</p> <p>OA 8. Reconocer los beneficios físicos, mentales, sociales y ambientales de la movilidad activa, segura y sostenible, como el caminar o andar en bicicleta, a partir de integrar a la rutina cotidiana de desplazamientos activos parciales o totales, valorando la incorporación de nuevos hábitos, sus múltiples beneficios y los factores que permiten o dificultan su desarrollo.</p>	<p>OA 11. Escribir habitual y autónomamente textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando con flexibilidad vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como plasmar reflexiones personales, narrar las experiencias vividas, comunicar sus propuestas para el desarrollo del bienestar, registrar sus vivencias, indagar en nuevas ideas o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de información proveniente de diferentes medios especializados de la asignatura para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Indagar en los beneficios de la recreación, el ocio y sus aprendizajes, mediante la vivencia de juegos de mesa o intramuros, reconociendo estos como una oportunidad de disfrute y opción para su tiempo libre.</p> <p>OA 6. Identificar las características de los espacios naturales o urbanos próximos al establecimiento u hogar, destinados a la recreación u ocio, mediante caminatas, cicletadas u otro medio de movilización activa, reconociendo las oportunidades para la contemplación y disfrute con la movilización cotidiana.</p>	<p>OA 9. Comunicar cómo el consumo de sustancias y drogas perjudican el desarrollo personal y social de las personas, a partir de presentaciones o campañas multimediales, valorando cómo las prácticas deportivas, recreativas y expresivas ofrecen oportunidades de prevención y de inserción en la comunidad.</p> <p>OA 10. Analizar los efectos emocionales, cognitivos y fisiológicos de realizar actividad física de intensidad moderada a vigorosa, valorando sus beneficios como agente protector para la salud, el bienestar integral, autorregulación emocional y el autocontrol.</p>	

8° básico

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Desarrollar las habilidades de espacialidad, temporalidad, ritmo, equilibrio y coordinación, mediante la creación colectiva de actividades expresivas, recreativas o deportivas, reconociendo de sí mismos y de los demás como sujetos corporales en constante interacción y aprendizaje</p> <p>OA 2. Gestionar acciones para mejorar el desempeño de una manifestación motriz deportiva individual, tomando decisiones sobre el uso de materiales, tipos de actividades, espacios y medidas de seguridad, demostrando flexibilidad y respeto al compartir el espacio con otras personas</p> <p>OA 3. Solucionar situaciones desafiantes en manifestaciones motrices deportivas colectivas de su interés, aplicando habilidades sociomotrices y principios técnicos, tácticos y estratégicos, manteniendo una actitud de apertura a otros puntos de vista y reconociendo el deporte como un espacio de encuentro social y colaboración para el bien común.</p> <p>OA 4. Agrupar un conjunto de acciones en una secuencia grupal que exprese y relacione sus intereses, al ritmo de estilos musicales en común, validando el sentir personal, de sus pares y la identidad colectiva.</p>	<p>OA 7. Aplicar un plan de entrenamiento personalizado que se ajuste a sus propias capacidades e intereses, siguiendo los principios de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de ejercicio, para mejorar un componente específico de la condición física asociada a la salud, reflexionando sobre sus propias capacidades y posibilidades de mejora.</p> <p>OA 8 . Monitorear el desarrollo de las propias capacidades, mediante el uso responsable y ético de instrumentos y técnicas de evaluación estandarizadas en el contexto escolar, comprendiendo sus protocolos y parámetros de salud recomendados, y manteniendo una actitud de autoaceptación y respeto por la diversidad.</p>	<p>OA 11. Escribir habitual y autónomamente textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando con flexibilidad vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como plasmar reflexiones personales, narrar las experiencias vividas, comunicar sus propuestas para el desarrollo del bienestar, registrar sus vivencias, indagar en nuevas ideas o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de información proveniente de diferentes medios especializados de la asignatura para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
<h3>Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno</h3>	<h3>Desarrollo Personal y Social en la Salud</h3>	
<p>OA 5. Reconocer los beneficios y contribuciones de los juegos alternativos como complemento a los tradicionales, reflexionando sobre experiencias personales y compartiendo percepciones sobre su posibilidad de ser incorporados en su tiempo libre.</p> <p>OA 6. Ejecutar una actividad recreativa en espacios naturales o urbanos cercanos, incluyendo elementos que permitan el desarrollo de un ambiente sostenible, manteniendo una actitud de respeto, responsabilidad y disfrute del espacio público.</p>	<p>OA 9. Analizar las preferencias alimenticias propias y de su círculo cercano, considerando las razones e impacto en la salud, y difundir con base en evidencia la interrelación entre la alimentación y la actividad física, fomentándolas como componentes clave de un estilo de vida saludable.</p> <p>OA 10. Reconocer el vínculo entre alimentación y la práctica de actividad física diaria, identificando la relación de gasto energético, a partir del análisis de sus propias características, y reflexionando sobre como las acciones diarias influyen sobre la salud y el bienestar.</p>	

1º medio

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Relacionar los elementos perceptivos y la conciencia de sí mismo y otros, a partir de la experiencia de un juego, danza o deporte colectivos de interés común, comprometiéndose empáticamente con la vivencia de sus pares, estado socioemocional de y el contexto sociocultural.</p> <p>OA 2. Adaptar manifestaciones motrices deportivas individuales de propio interés a las características específicas de diversos espacios públicos, implementando adecuaciones reglamentarias, técnicas y de seguridad necesarias, y promoviendo la responsabilidad personal y el respeto por el entorno y las personas.</p> <p>OA 3. Organizar acciones tácticas y estratégicas para resolver situaciones desafiantes en manifestaciones motrices deportivas colectivas, basándose en las características individuales y el dominio de habilidades sociomotrices y técnicas de cada integrante del equipo, respetando la diversidad y comprometiéndose con el bienestar de las experiencias vividas de todos los participantes.</p> <p>OA 4. Crear una secuencia de pasos, que integre estilos musicales de interés común, valorando la espontaneidad, respeto a la diversidad y colaboración.</p>	<p>OA 7. Aplicar un plan de entrenamiento adaptado a las oportunidades de realización de actividad física diferentes entornos, en base a los principios del entrenamiento de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de ejercicio, valorando sobre cómo mantener un estilo de vida activo en su vida cotidiana favorece a mejorar su calidad de vida.</p> <p>OA 8. Monitorear sus capacidades físicas mediante el uso de evaluaciones estandarizadas, empleando de forma ética recursos tecnológicos para gestionar y analizar los datos obtenidos, reflexionando sobre cómo la práctica regular de actividad física mejora el bienestar personal.</p>	<p>OA 11. Escribir habitual y autónomamente textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando con flexibilidad vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como plasmar reflexiones personales, narrar las experiencias vividas, comunicar sus propuestas para el desarrollo del bienestar, registrar sus vivencias, indagar en nuevas ideas o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de información proveniente de diferentes medios especializados de la asignatura para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Presentar una práctica motriz, deportiva, recreativa o expresiva de su interés que promueva el bienestar personal y colectivo, valorando los puntos de convergencias entre sus intereses y los de sus pares respecto a las acciones realizadas en su tiempo de ocio y vida saludable.</p> <p>OA 6. Organizar actividades recreativas con énfasis en la identidad local, la seguridad y su cuidado, mediante la visita a espacios urbanos y/o naturales, fomentando el sentido de pertenencia al territorio local y global.</p>	<p>OA 9. Analizar los beneficios en la salud de mantener una adecuada higiene postural, alimentación y descanso, mediante la implementación de una propuesta de bienestar escolar, reconociendo la diversidad de características y necesidades de las personas.</p> <p>OA 10. Evaluar la correcta realización de movimientos naturales y deportivos en base a principios biomecánicos y ergonómicos, valorando el autocuidado integro en la práctica de una actividad de interés personal.</p>	

2º medio

Se espera que al finalizar este curso, las y los estudiantes sean capaces de:

Corporeidad y Manifestaciones Motrices	Vida Activa y Alfabetización Física	Leer y escribir para aprender Educación Física y Salud
<p>OA 1. Identificar los aportes al desarrollo de la corporeidad de vivir una vida activa, mediante la realización de diversas actividades deportivas, expresivas y recreativas de interés personal, que se puedan practicar en los espacios próximos, aportando en el autoconcepto, percepción personal y del entorno.</p> <p>OA 2. Adaptar manifestaciones motrices deportivas individuales emergentes a las características de diversos espacios y a las propias habilidades, manteniendo una actitud crítica y propositiva sobre cómo hacer estos espacios más atractivos e inclusivos para la práctica de actividad física.</p> <p>OA 3. Analizar las estrategias y tácticas individuales y colectivas empleadas para la resolución de situaciones desafiantes en juegos y/o deportes colectivos emergentes asumiendo distintos roles y tareas, manifestando apertura frente a nuevas manifestaciones socioculturales deportivas.</p> <p>OA 4. Realizar un proceso creativo colectivo, que integre movimientos y estilos musicales de interés común, participando responsablemente en la construcción y resguardo de espacios de convivencia.</p>	<p>OA 7. Implementar un plan de entrenamiento que complemente las prácticas físicas cotidianas que garanticen ser físicamente activo, asegurando el cumplimiento de las recomendaciones internacionales de salud en base a los principios de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de ejercicios, valorando cómo estas conductas cotidianas contribuyen a un estado de bienestar.</p> <p>OA 8. Organizar actividades cotidianas que permita reducir el tiempo sedentario y aumentar el tiempo activo, mediante la observación y registro personal, reconociendo la importancia de aumentar el tiempo activo para resguardar la salud.</p>	<p>OA 11. Escribir habitual y autónomamente textos que registren, estructuren y elaboren los aprendizajes de la asignatura, usando con flexibilidad vocabulario disciplinar de Educación Física y Salud, organizadores y otros recursos de apoyo, para satisfacer propósitos como plasmar reflexiones personales, narrar las experiencias vividas, comunicar sus propuestas para el desarrollo del bienestar, registrar sus vivencias, indagar en nuevas ideas o emitir opiniones.</p> <p>OA 12. Emplear la lectura, la escucha y la observación de información proveniente de diferentes medios especializados de la asignatura para responder a tareas específicas y gestionar la información en función del aprendizaje, apoyándose en el vocabulario disciplinar, navegando en los contenidos, interpretando la información y evaluándola según los propósitos.</p>
Recreación, Ocio y Vinculación con el Entorno	Desarrollo Personal y Social en la Salud	
<p>OA 5. Realizar colaborativamente una actividad o programa recreativo que integre los intereses personales con los de la comunidad, al interior o exterior del establecimiento educativo, actuando con una actitud de apertura, responsabilidad en la construcción de comunidad y respeto hacia otros intereses.</p> <p>OA 6. Crear una jornada recreativa con sello personal de uso del tiempo libre en espacios urbanos o naturales próximos o distantes, con énfasis en la planificación y gestión del riesgo, integrando los beneficios personales y sociales desde la responsabilidad, empatía, colaboración, respeto a las personas y los entornos.</p>	<p>OA 9. Implementar una propuesta que fomente la vida saludable y la participación de la comunidad escolar en experiencias deportivas, expresivas y recreativas, considerando los intereses y la diversidad de los participantes y garantizando la igualdad de dignidad y el rechazo de toda forma de discriminación y violencia.</p> <p>OA 10. Desarrollar acciones en la vida cotidiana que mejoren la calidad de vida, sean seguras, fomenten relaciones con otros y generen disfrute, realizándolas de forma autónoma y responsable, y demostrando compromiso a través de la definición clara de objetivos y la adherencia a un plan de acción saludable detallado.</p>	



ACTUALIZACIÓN
CURRICULAR

**EDUCACIÓN FÍSICA
Y SALUD**

1° BÁSICO A 2° MEDIO

PROPUESTA DE ACTUALIZACIÓN
PARA CONSULTA PÚBLICA
2024

