



**Educación
Adventista**

Ens. Parvularia, Rozas 1166 - Ens. Básica. Angol 780 - Ens. Media. Freire 240
pac@educacionadventista.cl - contacto@cadecbasico.cl - cadecm@educacionadventista.cl



**“De la mano del
Maestro”**

PLAN ANUAL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

¿O NO SABÉS QUE VUESTRO CUERPO ES TEMPLO DEL ESPÍRITU SANTO, QUE ESTÁ
EN VOSOTROS, EL CUAL TIENES DE DIOS, ¿Y QUE NO SOIS VUETROS?

1° Corintios 6:9



Mariana Burgos
Coordinadora Departamento de
Educación Física y Salud

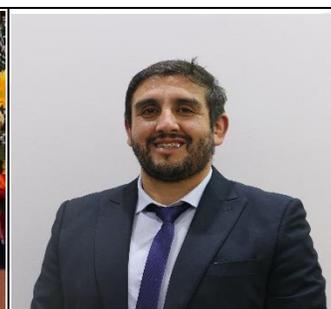
➤ Equipo de Profesores



Angelica Díaz
Profesora Educación
Física y Salud



Mariana
Profesora
Educación Física y
Salud



Juan Sepúlveda
Profesor
Educación Física y
Salud

EDUCACIÓN ADVENTISTA:
MÁS QUE ENSEÑANZA

➤ Descripción del departamento

El Departamento de Educación Física del Colegio Adventista de Concepción (CADEC) está conformado por Profesores de los tres niveles.

Dentro del departamento de Educación física está fomentar en los estudiantes un estilo de vida saludable que trascienda más allá del aula, el respeto a sus compañeros en la práctica deportiva tales como; corridas familiares, encuentros atléticos, campeonatos deportivos y actividades en contacto con la naturaleza. Además, incentivando el cuidado del cuerpo a través de la alimentación saludable.

Los docentes que conforman este departamento a fomentar por medio de diversas estrategias pedagógicas desarrollan en los estudiantes habilidades Motrices básicas, desde edades tempranas, a través de su crecimiento y formación que van adquiriendo por medio de nuevas experiencias motrices que le darán las herramientas necesarias para desarrollar alguna actividad deportiva, ya sea de manera recreativa o competitiva y con el paso de los años hacer que esta práctica trascienda en tiempo y sea un hábito.

➤ **Objetivo general del plan**

Formar y educar través del movimiento a estudiantes integrales, capaces de practicar actividades deportivas y recreativas en diferentes entornos, tales como; Gimnasio, plazas, parques, calles, naturaleza. Desempeñándose de la mejor manera y así también ser promotores de una vida sana y activa. Asimismo, comprender la importancia de cuidar el cuerpo, que es otorgado por Dios y es templo del espíritu santo por medio la actividad física y alimentación saludable e Higiene.

➤ **Objetivos específicos**

- Desarrollar en los estudiantes habilidades que trasciendan con el tiempo, adquiriendo hábitos de vida activa y saludable, que le permita desarrollar diferentes actividades deportivo-recreativas de manera permanente.
- Generar en nuestros alumnos un sentido de pertenencia al realizar actividades deportivas con otros.
- Aprender la importancia de un buen calentamiento y como nos puede ayudar a prevenir lesiones al momento de realizar alguna actividad deportivo –recreativa.
- Respetar al prójimo y entender que todos somos diferentes y que aprendemos y nos desarrollamos a ritmos diferentes.
- Mostrar ejemplos claros, cotidianos, que ilustren la importancia de una vida activa y que permitan que nuestros estudiantes tomen conciencia de la importancia de un estilo de vida saludable.
- Disponer de material de apoyo y de ejercitación, que permitan a nuestros alumnos desarrollar sus habilidades.
- Aprender a respetar los espacios y cuidado de los materiales en las clases y en la práctica deportiva.
- Aprender a jugar de manera responsable en plazas y parques, respetando a las personas que hacen uso de los espacios públicos.
- Generar un sentido de pertenencia por nuestra danza nacional y los bailes de las diferentes zonas.
- Fomentar el hábito para el cuidado de la higiene personal y alimentación saludable. (E10B)
- Comprender la importancia de un estilo de vida saludable basado en los principios bíblicos. (E10C)
- Promover un estilo de vida basado en los 8 remedios naturales; a través de programas de intervención en la comunidad escolar. (E10C)
- Conocer el funcionamiento del cuerpo, como un diseño inteligente

creado por Dios.

INFORMATIVO DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA

Estimado apoderado, tenemos el agrado de saludarle esperando que las bendiciones del Señor puedan estar junto a su familia.

El propósito de la asignatura de Educación Física y Salud es la formación integral de los y las estudiantes, ya que incluye aprendizajes necesarios para que puedan desenvolverse como personas físicamente activas, responsables, reflexivas y críticas en múltiples ámbitos de la vida. Principalmente, consiste en proporcionar oportunidades a todos los alumnos y todas las alumnas para que adquieran los conocimientos, habilidades y actitudes que les permitan mejorar, mediante la actividad física habitual, su calidad de vida y la de los demás.

A partir del presente informativo se da a conocer las normas confeccionadas por el departamento de educación física del Colegio Adventista de Concepción, con la finalidad de contribuir para un apropiado espacio pedagógico para nuestros estudiantes.

I.- DEL VESTUARIO.

Se solicita el uso del buzo completo para asistir a la clase de educación física, este consta:

- a) Polera de buzo del colegio, si no cuenta con ella se permitirá el uso de polera blanca sin diseño.
- b) Pantalón del buzo del colegio, si no cuenta con el se permitirá:
 - Para las damas pantalón azul marino sin diseño, calzas negras largas o cortas.
 - Para los varones pantalón azul marino sin diseño o short negro
- c) Polerón de buzo del colegio, si no cuenta con él se permitirá el uso de polerón azul sin diseño.
- d) Zapatilla deportiva. Se sugiere que el tipo de zapatillas a utilizar debe ser deportivas y no zapatillas de lona, con plataforma, de fútbol. Esto con fin de evitar algún tipo de lesión.
- e) Las damas, pelo tomado de ser necesario y se recomienda uso de peto deportivo.

II.- DEL CERTIFICADO DE SALUD.

Para este año se solicitará un documento médico, que certifique que su pupilo cuenta con salud compatible para la realización de ejercicio físico sin complicación. La fecha límite de entrega de este certificado será el día lunes 18 de abril. Es necesario de igual forma que si su hijo tiene alguna dificultad para participar de la clase de educación física, pueda presentar un certificado médico que lo acredite.

III.- DEL USO DE MASCARILLA.

El uso de mascarilla durante la clase de Educación Física se flexibilizará de acuerdo al lugar de desarrollo de esta. Solo se podrán quitar la mascarilla si se cuentan con las condiciones necesarias como: distanciamiento físico de por lo menos un metro de distancia y que la clase se desarrolle en un lugar abierto. Cumpliendo con estas condiciones el uso de mascarilla será opcional para cada uno de los estudiantes. Con la finalidad de favorecer la oxigenación durante el desarrollo de la actividad física, esto se enmarca en los protocolos emanados del MINEDUC para las clases de educación física.

Si no se cuentan con las condiciones antes mencionadas el uso de mascarilla será obligatorio.

IV.- DE LAS SALIDAS.

Durante el período de clases se realizarán algunas salidas a diferentes lugares, esto con la intención de un desarrollo más completo de las actividades desarrolladas en la asignatura de Educación Física. Estas salidas involucran otros lugares como: parques, plazas entre otros; las que serán comunicadas con anticipación y se solicitará el respectivo permiso de apoderados. El permiso de salida debe estar firmado por el apoderado y entregados al colegio antes de dicha salida.

De no contar con su autorización, el estudiante no podrá participar de la salida a terreno y deberá quedarse en el colegio por el tiempo correspondiente a la salida, realizando trabajo escrito evaluado.

Profesora Angélica Díaz M. / correo: angelicadiaz@cadec.cl Curso Atendidos: PK°, K°, 1°, 2°, 3°, 4°A básico 2° a 4° medio
Profesora Mariana Burgos A. / correo: marianaburgos@cadec.cl Curso atendido: 4B, 5°,6°,7°,8° básico 1°A y 1°B Medio
Profesora Juan Sepúlveda / correo: juansepulveda@cadec.cl Cursos atendidos: 4°A,4°B,5°,6°,7°,8°básico 1° a 4° medio Selecciones de Voleibol.

Actividades departamento de Educación Física

- Campeonato Voleibol CEALA, a realizar el domingo 26 de junio en la Ciudad de Los Ángeles.
- Campeonato interno de Ping- Pong
- Campeonato interno de Taca Taca
- Campeonato Voleibol Aniversario CADEC, agosto.
- Posta Cross Country Laguna redonda, martes 27 de septiembre, para los colegios de la fundación.
- Nacional de Voleibol, del 7 al 10 de octubre en la Universidad Adventista.
- Posta de las Américas, domingo 9 de octubre.
- Aniversario CADEC.
- Regional de Atletismo FEMVO, octubre 2022
- Campeonato baby futbol Media y Básica
- Campeonato interno de atletismo y como los vamos a preparar.
- Nacional de Atletismo, Antofagasta.
- Campeonato Voleibol, Colegio Coeducacional Santa María de Los Ángeles, noviembre 2022.
- Campamento 6° Básico “Los Ángeles, Saltos del Laja”
- Campeonato de Voleibol sub 14, miércoles 30 de noviembre.

1. Campeonato Voleibol CEALA, domingo 26 de junio.

Como selección queremos aportar con \$150.000 para los gastos que el colegio estime conveniente, además queremos solicitar:

- Transporte

2. Campeonato interno de Ping-Pong

Con el fin de Promover otros deportes dentro de nuestro colegio, queremos organizar un campeonato de ping-pong en la hora de almuerzo, en dos modalidades:

Single damas y varones, dobles damas y varones.

Con el fin de desarrollar este campeonato y para poder contar con la participación de muchos más estudiantes, como enseñanza media solicitamos nos puedan facilitar las 3 mesas que encuentran en el nivel básico y le haremos mantención y compra de Net.

Solicitamos para la premiación:

Medallas para los tres primeros lugares, correspondiente a 36 medallas con un valor de 47.160 pesos

Se desarrolla el campeonato primero en el nivel medio y en el segundo semestre en el nivel básico.

3. Campeonato de Taca Taca

Con el fin de Promover otros deportes dentro de nuestro colegio, queremos organizar un campeonato de Taca Taca, comenzando el nivel básico en el primer semestre y luego realizarlo en enseñanza media el segundo semestre.

Este campeonato se realizar en la modalidad parejas damas y varones

Solicitamos para la premiación:

Medallas para los tres primeros lugares 24 medallas con un valor de 31.440 pesos

4. Campeonato de atletismo CADEC

Realizar campeonato interno de atletismo, con el fin de hacer la selección de atletas que representará nuestro colegio en el regional de atletismo que organizará nuestra fundación en el mes de octubre.

Esta actividad se realizaría en julio, una vez finalizado el proceso evaluativo del primer semestre.

Para esto solicitamos que se nos ayude con:

- Medallas para los tres lugares de cada una de las pruebas, tanto en damas como en varones.
- 156 diplomas

Se necesitará un total de 156 medallas correspondiente a un total de 204.360 pesos.

5. Posta Laguna Redonda

Dentro del marco de nuestro Aniversario se reorganizará una posta en el sector de Laguna Redonda, para esto se planea invitar a los colegios de la fundación, además de extender la invitación a algunos colegios de la zona.

3.1 Esta actividad tendrá 2 categorías a nivel de selecciones:

1. Enseñanza Básica: 10 atletas damas y 10 atletas varones; cada atleta correrá una vuelta a la Laguna, que son Aproximadamente 850 metros.
2. Enseñanza Media: 6 atletas varones y 6 atletas damas; cada atleta correrá la distancia de 2 kilómetros.

Premiación:

3.2 Se premiará con medallas según el lugar.

1. Primer lugar medallas más diploma
2. Segundo lugar medallas más diploma
3. Tercer lugar medallas más diploma.
4. Solo diploma

Solicitud para premiación:

- Total, en medallas para la premiación de las categorías de básica y media: \$149.340, que corresponde a 144 unidades.
- 144 diplomas
- Frutas
- Hidratación

6. Campeonato voleibol Aniversario Selección

Con motivo de nuestro aniversario queremos organizar un campeonato de Voleibol en damas y varones a nivel de Selección, los colegios invitados son:

- Colegio Adventista de Talcahuano Perales
- Colegio Adventista de Los Ángeles
- Liceo Coeducacional Santa María de Los Ángeles

Se premiarán los siguientes lugares:

1. Primer lugar medallas y diplomas
2. Segundo lugar medallas y diplomas
3. Tercer lugar medallas y diploma
4. Cuarto lugar Diplomas
5. Mejor Jugador(a)
6. Mejor atacante
7. Mejor defensa
8. 96 Diplomas

Solicitamos nos puedan ayudar con lo siguiente:

- 96 Medallas, cuyo valor es de \$150.000.-
- Hidratación
- Frutas

El arbitraje fue gestionado por el profesor Juan Sepulveda, y estará subvencionado por el IND (Instituto Nacional del Deporte). El valor es de \$80.000.-

7. Nacional de Voleibol, del 7 al 10 de octubre.

El nacional de Voleibol, organizado por la Universidad Adventista, se realizará con una modalidad diferente a los otros años, por una indicación dada desde la Unión Chilena, por el Profesor Jorge Iturra, director nacional de nuestra red de Colegios Adventistas.

- El programa comenzará el día viernes con una recepción de sábado
- Sábado Culto en la iglesia para todas las delegaciones
- Sábado de noche: inicio de las competencias.
- Domingo de tarde continúan los partidos.
- Lunes: definición del campeonato y regreso a casa.

El programa con más detalles será enviado por el Profesor a cargo de la actividad. Como selección aportaremos \$150.000 para los gastos que el colegio estime conveniente.

Solicitamos nos puedan ayudar con lo siguiente:

1. 2 salas para poder dormir, una para las damas y otra para los varones.
2. Profesora _____, para acompañar a la delegación de damas y pueda dormir con ellas.
3. Las comidas para esos días; desayuno, almuerzo y cena.
4. Hidratación
5. Transporte.

6. Posta de las Américas

Como colegio queremos participar de la corrida organizada por la UnACh con 4 equipos; enseñanza básica 2 equipos de 12 atletas y enseñanza media 2 equipos de 6 atletas.

Para esta actividad queremos solicitar lo siguiente:

1. Transporte
2. Colaciones
3. Hidratación

7. Aniversario CADEC.

Realizar un día actividades deportivas

- Voleibol
- Basquetbol
- Futbolito

Estas actividades se podrían realizar algún recinto deportivo que cuenten con las dependencias o alguna universidad que imparta la carrera de Educación Física y pedir el apoyo en infraestructura y alumnos que nos apoyen.

8. Encuentro Atlético, FEMVO, martes 10 octubre

Como departamento solicitamos:

- Transporte
- Colaciones
- Hidratación

9. Nacional de Atletismo

10. Este encuentro se realizará en el mes de noviembre en la Ciudad de Antofagasta. Más detalles se entregarán de manera oportuna

11. Campeonato de Baby Futbol media y básica

Con motivo de nuestro aniversario queremos organizar un campeonato de baby futbol varones a nivel de Selección de; 5° y 6°, 7° y 8°, 1° y 2° medio, 3° y 4° medio, cada selección estará compuesta por 9 jugadores, los colegios invitados son:

- Colegio Adventista de Talcahuano Perales
- Colegio Adventista Hualpén
- Colegio Adventista de Talcahuano Centro
- Colegio Adventista de Lota

Se premiarán los siguientes lugares:

9. Primer lugar medallas y diplomas
10. Segundo lugar medallas y diplomas
11. Tercer lugar medallas y diploma
12. Cuarto lugar Diplomas

Solicitamos nos puedan ayudar con lo siguiente:

Necesitamos 108 medallas correspondiente a 141.480 pesos.

12. Campamento 6° Básico

Esta actividad está dentro de los planes y programas correspondientes al nivel.

“OA4 Planificar y ejecutar actividades físicas y deportivas, utilizando diversos entornos y aplicando medidas para conservar limpios y ordenados los espacios; por ejemplo: planificar un campamento, incluyendo actividades deportivas”.

Esta actividad ya había sido autorizada en el año 2019, pero por el estallido social se suspendió.

Para este año queremos retomar con estas prácticas pedagógicas que ayudan al desarrollo de nuestros estudiantes.

Esta actividad se realizará en el sector Saltos de Laja, en el Camping la Islita, que cuenta con baños y duchas con agua caliente y electricidad y rln Camping agua Morena donde se realizarán actividades como; trekking, Rapel, Canopy y cabalgata.

Además, esta actividad se articulará con la asignatura de orientación para fortalecer las relaciones interpersonales.

13. Campeonato de Voleibol sub 14 (fines de noviembre, primera semana de diciembre)

Como colegio tenemos un taller de voleibol en enseñanza básica y queremos finalizar dicha actividad con un campeonato en el cual participara la selección de ese taller.

Solicitamos al colegio lo siguiente:

- Premiación para los 3 primeros lugares, tanto en damas como en varones \$86.460 correspondiente a 66 medallas.
- Arbitraje, valor por confirmar
- Hidratación
- 66 Diplomas

14. Campeonato Voleibol Aniversario “Colegio Santamaria de Los Ángeles”.

como selección queremos aportar con \$150.000 para los gastos que el colegio estime conveniente.

Además queremos solicitar:

- Transporte
- Colaciones

➤ Carta Gantt

Actividad	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Campeonato Voleibol CEALA	x						
Campeonato de Ping-Pong	x	x	x	X Básica	X básica		
Campeonato de Taca-Taca Básica	X básica	X básica	X básica	X Media	X media		
Olimpiadas internas de Atletismo		x					
Campeonato voleibol Aniversario CADEC			x				
Campeonato de Taca-Taca Media				X	X		
Posta Laguna Redonda				X			
Nacional de Voleibol UnACh					x		
Posta de las Américas UnACh					x		
Encuentro de atletismo FEMVO					x		
Aniversario CADEC							
Campeonato baby Futbol						X	

Nacional de atletismo						X	
Campamento 6° Básico						x	
Campeonato Aniversario Colegio Coeducacional Santa María de los Ángeles						x	
Campeonato Voleibol Sub14 damas y varones							x

INVENTARIO DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA