Colegio Sagrado Corazón de Talagante, integrante de la Red de Colegios del Obispado de Melipilla
Establecimiento Particular Subvencionado y de Financiamiento Compartido
Francisco Leyton Blest Nº304 Talagante Fono +56958797564
Correo elec: Infocosaco@edutalagante.cl. – Web: www.cosacotalagante.cl

COMUNICADO

REQUERIMIENTOS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Talagante, 20 de marzo de 2025

Estimadas familias, estudiantes y comunidad educativa:

En nuestro compromiso con la formación integral de nuestros estudiantes, queremos reforzar la importancia de la adopción de hábitos de vida saludable, tanto en la higiene personal como en la alimentación y la vestimenta adecuada para la actividad física. Por lo anterior, es fundamental que cada estudiante cumpla con lo estipulado en los planes de estudio del Ministerio de Educación y en nuestro Reglamento Interno.

Uso del uniforme de Educación Física

De acuerdo con lo establecido en el **artículo 70 del Reglamento Interno del Colegio**, el uso del uniforme reglamentario para las clases de Educación Física es obligatorio. Este está compuesto por:

- **Buzo del colegio**
- **Polera dry fit azul marino cuello polo con insignia bordada**
- **Zapatillas adecuadas para la actividad física**
- **Short azul marino con insignia del colegio (optativo Varones)**
- **Calzas azules cortas con insignia del colegio (optativo Damas)**

Cabe destacar que no se aceptará el uso de suéter ni chaleco de ningún tipo durante la clase de Educación Física.

Higiene y hábitos saludables

El desarrollo de hábitos de higiene y autocuidado es fundamental para el bienestar de nuestros estudiantes. Por ello, cada estudiante debe contar con **útiles de aseo de uso personal,** tales como toalla, peineta, polera de cambio (Polera gris con cuello azul marino y con insignia bordada), etc**.**

Además, en coherencia con los Objetivos de Aprendizaje del Ministerio de Educación, se solicita que cada estudiante traiga **una fruta** para consumir después de la clase de Educación Física, promoviendo así hábitos de alimentación saludable, así como botella con agua para hidratación constante.

Evaluación del cumplimiento

El cumplimiento de estos requerimientos (uso del uniforme correspondiente, útiles de aseo y fruta) será revisado clase a clase y se transformará en una **calificación al final del semestre**, con el fin de fomentar la responsabilidad, el compromiso y el logro de los objetivos propios de la asignatura.

Fundamentación pedagógica

Esta iniciativa se encuentra respaldada por los siguientes objetivos, en distintos niveles, de los programas de estudio del Ministerio de Educación:

- **EF01 OA 09:** Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura y comer una colación saludable antes y después de practicar actividad física.
- **EF03 OA 09:** Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar protección solar, lavarse y cambiarse de ropa después de la clase, hidratarse con agua, comer una colación saludable después de la práctica de actividad física.
- **EF05 OA 09:** Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase.
- **EF07 OA 04:** Practicar regularmente una variedad de actividades físicas alternativas y/o deportivas en diferentes entornos, aplicando conductas de autocuidado y seguridad, como realizar al menos 30 minutos diarios de actividades físicas de su interés, evitar el consumo de drogas, tabaco y alcohol, ejecutar un calentamiento, aplicar reglas y medidas de seguridad, hidratarse con agua de forma permanente, entre otras.
- **FG-EFS1-3y4-OAC-04:**
- Promover el bienestar, el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable en su comunidad, valorando la diversidad de las personas a través de la aplicación de programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales.

Flexibilidad. Solamente existirá flexibilidad en caso de que un estudiante por alguna situación particular no pueda cumplir con alguno de los elementos solicitados, cuando el apoderado envíe un correo al profesor o profesora de la asignatura, justificando la situación, a través de su correo electrónico personal.

Agradecemos el compromiso y apoyo de las familias en la formación de hábitos saludables y el cumplimiento de estas normas que buscan el bienestar integral de nuestros estudiantes.

Atentamente,

Departamento de Educación Física