

PROGRAMA DE CURSO
ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES

Validación Programa		
Enviado por: Hugo Fabrizio Aceituno Pinto	Participación: Profesor Encargado	Fecha envío: 25-07-2025 16:15:53
Validado por: Giovanni Paolo Olivares Péndola	Cargo: Comisión de Currículo	Fecha validación: 18-08-2025 01:01:55

Antecedentes generales	
Unidad(es) Académica(s): - Departamento de Kinesiología	
Código del Curso: KI06039	
Tipo de curso: Obligatorio	Línea Formativa: Especializada
Créditos: 2	Periodo: Segundo Semestre año 2025
Horas Presenciales: 27	Horas No Presenciales: 27
Requisitos: KI05026, KI05032	

Equipo Docente a cargo	
Nombre	Función (Sección)
Hugo Fabrizio Aceituno Pinto	Profesor Encargado (1)
Karen Brigitte Rouliez Anaya	Profesor Coordinador (1)



Propósito Formativo

La asignatura habilita al alumno en la aplicación de evaluaciones de las capacidades físicas (principalmente Fuerza, Resistencia y Coordinación) por una parte, y por otra en la utilización de los métodos de entrenamiento revisados en los cursos anteriores, diseñando planes de entrenamiento para personas con distintas condiciones. El curso además procura que el alumno comprenda las bases teóricas del Entrenamiento Funcional (EF) y practique sesiones de diferentes períodos del mismo.

Competencia

Dominio: Genérico Transversal

Este dominio dice relación con el conjunto de espacios formativos que contribuyen a la formación fundamental de los profesionales de la salud en tanto sujetos multidimensionales.

Competencia: Competencia 3

Establece relaciones interpersonales efectivas.

SubCompetencia: Subcompetencia 3.1

Se comunica de manera efectiva, aplicando principios de asertividad y empatía en sus relaciones cotidianas.

SubCompetencia: Subcompetencia 3.2

Se desempeña de manera proactiva y efectiva en equipo

Competencia: Competencia 4

Desarrolla una condición de salud óptima para su desempeño profesional y cotidiano.

SubCompetencia: Subcompetencia 4.1

Comprendiendo y aplicando en sí mismo y en los demás los conceptos y principios de desarrollo de la actividad física

Dominio: Inicio a la Docencia

Se entenderá como ámbito de docencia, aquel en el que el profesional ejerce un rol, en un nivel básico, de facilitador de aprendizajes significativos en aspectos relativos a la profesión y la disciplina en un contexto de educación superior de pregrado. A través de este dominio se pretende potenciar las habilidades comunicacionales para ser aplicadas en otros contextos, como en su intervención en salud.

Competencia: Competencia 1

Participa en el proceso de enseñanza aprendizaje de pregrado relacionado con la disciplina y la profesión en forma prudente, responsable y ética, tanto en un contexto docente universitario como técnico.

SubCompetencia: Subcompetencia 1.1

Aplicando metodologías docentes que faciliten el aprendizaje significativo en los distintos contextos de la actividad de pregrado.

SubCompetencia: Subcompetencia 1.2

Utilizando recursos infotecnológicos básicos, que faciliten el aprendizaje significativo.

SubCompetencia: Subcompetencia 1.3

Ocupando estrategias de comunicación pertinente y efectiva en la relación docente – alumno –

Competencia
paciente.
Dominio:Salud y Estudio del Movimiento
Se entenderá por este dominio para el kinesiólogo egresado de nuestra escuela, como las intervenciones orientadas a mantener o mejorar la calidad de vida de los individuos y poblaciones, a lo largo del ciclo vital y en todas las condiciones o estados de salud de los mismos. Comprende las demandas específicas relacionadas con prevención, promoción, recuperación, rehabilitación y cuidados paliativos.
Competencia:Competencia 1
Evaluar la condición y/o capacidad física y analizar la conducta motora, considerando factores psicosociales que le permitan la formulación de un diagnóstico kinésico, a través de un razonamiento clínico integrando los resultados del examen clínico y otros exámenes complementarios, centrado en la funcionalidad del sujeto o de la población de su competencia; en todos los estadios de salud de ésta, a lo largo del ciclo vital, en todos los niveles de atención de salud pública y privada.
SubCompetencia: Subcompetencia 1.3
Seleccionando y ejecutando procedimientos clínicos para la evaluación física, sensoriomotriz, psicomotriz y funcional en forma confiable, válida y segura.
SubCompetencia: Subcompetencia 1.7
Emitiendo un diagnóstico respecto de la condición física, psicomotriz, y funcional del sujeto, realizando un proceso de razonamiento clínico basado en los resultados de la evaluación realizada integrando los distintos sistemas.
Competencia:Competencia 2
Estudia, comprende y analiza el movimiento desde los diversos ámbitos de la realización humana y lo evalúa a través de la bioinstrumentación, incorporándolo a su quehacer profesional en las distintas condiciones de salud.
SubCompetencia: Subcompetencia 2.3
Utilizando bioinstrumentación, aplicada en sujetos en cualquier condición de salud, registrando e interpretando los datos recabados
SubCompetencia: Subcompetencia 2.5
Comprendiendo y aplicando los efectos de la actividad física en la salud de las personas.
Competencia:Competencia 3
Diseña, ejecuta y evalúa un plan de intervención kinésica, propendiendo a la optimización de la capacidad física, psicomotriz y/o funcional, de individuos o grupos, en base a sus diferentes diagnósticos; utilizando herramientas terapéuticas específicas de su dominio, en todos los niveles de salud pública y privada.
SubCompetencia: Subcompetencia 3.4
Ejecutando su plan de intervención con habilidad, destreza y seguridad, adecuándolo a las condiciones y potencialidades que le da el contexto de trabajo.

Resultados de aprendizaje

RA1.

Diseña y aplica, en parejas, un plan de entrenamiento físico a una persona real, considerando la condición de salud, objetivos, hábitos de actividad física y posibilidades de infraestructura y equipamiento, buscando maximizar el impacto del mismo, presentándolo en un informe escrito.

RA2.

Fundamenta la intervención realizada en parejas en una presentación oral, considerando los resultados obtenidos de su intervención, bases fisiológicas y principios del entrenamiento, características individuales de la persona que fue entrenada y su contexto

Unidades

Unidad 1: Diseño y aplicación de planes de entrenamiento

Encargado: Hugo Fabrizio Aceituno Pinto

Indicadores de logros	Metodologías y acciones asociadas
• Selecciona y aplica test físicos, considerando las características del entorno, de los materiales, tiempos disponibles y características del sujeto a entrenar. • Analiza e interpreta los resultados de las pruebas aplicadas y emite un juicio de la condición y/o capacidad física y la conducta motora considerando factores psicosociales. • Diseña y ejecuta un plan de entrenamiento físico para una persona (compañero/a carrera u otro), orientado a la mejora de las capacidades físicas considerando los resultados e interpretación de su evaluación y objetivos del sujeto. • Integra el contexto, aspectos nutricionales y contextuales en su intervención. • Evalúa el resultado de su intervención y emite un juicio de los resultados obtenidos. • Explica y fundamenta de manera clara e integrativa los resultados de su intervención	• Realizar una entrevista a la persona seleccionada para realizar el plan de entrenamiento • Seleccionar y aplicar evaluaciones de la condición física a la persona elegida para realizar el plan de entrenamiento • Construir un informe con la caracterización del sujeto, los resultados de su evaluación, interpretación de resultados y plan de entrenamiento físico adecuado a la persona seleccionada • Ejecutar el plan de entrenamiento diseñado para la persona elegida • Registrar parámetros de carga de entrenamiento y resultados parciales de cada sesión de entrenamiento • Exponer por medio de una presentación oral con apoyo de material audiovisual los resultados y avances parciales del plan de entrenamiento • Exponer por medio de una presentación oral, con apoyo de material audiovisual, los resultados y conclusiones finales del plan de entrenamiento.



Estrategias de evaluación			
Tipo_Evaluación	Nombre_Evaluación	Porcentaje	Observaciones
Trabajo escrito	Ensayo de proceso	10.00 %	Ensayo escrito con enfoque reflexivo sobre el proceso, aporte personal y aporte del compañero al trabajo realizado
Trabajo escrito	Informe de planificación de entrenamiento	30.00 %	Este informe considera la planificación y periodización del entrenamiento a ejecutar.
Presentación individual o grupal	Estado de avance del entrenamiento	20.00 %	Presentación de avance del entrenamiento incluyendo adaptaciones, aspectos positivos y negativos del entrenamiento.
Presentación individual o grupal	Presentación final del entrenamiento y sus resultados.	40.00 %	Presentación oral del entrenamiento realizado, con énfasis en los resultados, juicio al respecto y reflexión final.
Suma de ponderaciones para nota final:		100.00%	



Bibliografías
Bibliografía Obligatoria
- NSCA -National Strength & Conditioning Association , 2021 , Essentials of Strength Training and Conditioning , --- , NSCA -National Strength & Conditioning Association , Inglés , ---
- Gary Liguori, American College of Sports Medicine (ACSM) , 2021 , ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription , 11 , Wolters Kluwer , Español , ---
Bibliografía Complementaria
- Fernando Naclerio , --- , Entrenamiento Deportivo: Fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes. , --- , Panamericana , Español , ---



Plan de Mejoras

En base a los resultados del año anterior, encuesta docente y lo discutido por el equipo docente, las mejoras son la siguientes:

- Se realizará una jornada de "calibración" entre docentes para unificar y estandarizar criterios de evaluación y corrección.



Requisitos de aprobación y asistencia adicionales a lo indicado en decreto Exento N°23842 del 04 de julio de 2013.

Porcentaje y número máximo permisible de inasistencias que sean factibles de recuperar:

Todas las actividades presenciales son de asistencia obligatoria.

El estudiante debe justificar su inasistencia a actividades obligatorias dentro del mismo día de inasistencia al PEC del curso mediante correo electrónico por U-Cursos y por plataforma web (<https://dpi.med.uchile.cl/estudiantes> > "módulo justificación de inasistencias") para su revisión por Escuela.

Las modalidades de recuperación de actividades obligatorias y de evaluación:

El Coordinador de Nivel y PEC evaluará la justificación entregada por el estudiante y en caso de ser aceptada, las actividades no rendidas serán recuperadas en modalidad y número de veces que sea posible por el cuerpo docente del curso o por el tipo de actividad.

En caso justificado de que no puedan ser recuperadas de manera presencial, el o la estudiante deberá realizar una actividad equivalente a distancia.

Otros requisitos de aprobación:

La nota obtenida en la presentación oral y final del curso debe ser igual o superior a 4.00. En caso de que el estudiante no obtenga esa calificación en una primera oportunidad, tendrá una segunda oportunidad para realizar nuevamente la presentación considerando el feedback entregado.

Condiciones adicionales para eximirse:

Curso no posee examen.

ANEXOS

Requisitos de aprobación.

Artículo 24: El rendimiento académico de los(las) estudiantes será calificado en la escala de notas de 1,0 a 7. La nota mínima de aprobación de cada una de las actividades curriculares para todos los efectos será 4,0, con aproximación. Las calificaciones parciales, las de presentación a actividad final y la nota de actividad final se colocarán con centésima (2 decimales). La nota final de la actividad curricular se colocará con un decimal para las notas aprobatorias, en cuyo caso el 0,05 o mayor se aproximará al dígito superior y el menor a 0,05 al dígito inferior(*).

Artículo 25: El alumno(a) que falte sin la debida justificación a cualquier actividad evaluada, será calificado automáticamente con la nota mínima de la escala (1,0).

Artículo 26: La calificación de la actividad curricular se hará sobre la base de los logros que evidencie el(la) estudiante en las competencias establecidas en ellos. La calificación final de los diversos cursos y actividades curriculares se obtendrá a partir de la ponderación de las calificaciones de cada unidad de aprendizaje y de la actividad final del curso si la hubiera. La nota de aprobación mínima es de 4,0 y cada programa de curso deberá explicitar los requisitos y condiciones de aprobación previa aceptación del Consejo de Escuela.

Artículo 27: Los profesores o profesoras responsables de evaluar actividades parciales dentro de un curso deberán entregar los resultados a los(as) estudiantes y al(la) Profesor(a) Encargado(a) en un plazo que no exceda los 15 días hábiles después de la evaluación y antes de la siguiente evaluación. En aquellos cursos que contemplan Examen Final, la nota de presentación a éste deberá estar publicada como mínimo 3 días hábiles antes del examen y efectuarlo será responsabilidad del(la) Profesor(a) Encargado(a) del Curso.

Artículo 28: Al finalizar el curso, o unidad de aprendizaje podrán existir hasta dos instancias para evaluar los logros de aprendizaje esperados en el(la) estudiante, debiendo completarse el proceso de calificación en un plazo no superior a 15 días continuos desde la fecha de rendición del examen de primera oportunidad.

Artículo 29: Aquellos cursos que contemplan una actividad de evaluación final, el programa deberá establecer claramente las condiciones de presentación a esta.

1. Será de carácter obligatoria y reprobatoria.
2. Si la nota es igual o mayor a 4.0** el(la) estudiante tendrá derecho a dos oportunidades de evaluación final.
3. Si la nota de presentación a evaluación final está entre 3.50*** y 3.94 (ambas incluidas), el(la) estudiante sólo tendrá una oportunidad de evaluación final.
4. Si la nota de presentación es igual o inferior a 3.44, el(la) estudiante pierde el derecho a evaluación final, reprobando el curso. En este caso la calificación final del curso será igual a la nota de presentación.
5. Para eximirse de la evaluación final, la nota de presentación no debe ser inferior a 5,0 y debe estar especificado en el programa cuando exista la eximición del curso.

Requisitos de aprobación.

* la vía oficial para el ingreso de notas es u-cursos, deben ser ingresadas con dos decimales. sólo la nota del acta de curso es con aproximación y con decimal, siendo realizado esto automáticamente por el sistema

** Los casos en que la nota de presentación esté en el rango de 3.95 a 3.99 tendrán dos oportunidades para rendir examen.

*** Los casos en que la nota de presentación esté en el rango de 3.45 a 3.49 tendrán una única oportunidad para rendir examen.

Reglamento general de los planes de formación conducentes a las Licenciaturas y títulos profesionales otorgados por la Facultad de Medicina, Decreto Exento Nº 23842 del 04 de julio de 2013.

Normas de asistencia a actividad curriculares.

Para el caso de actividades curriculares cuya asistencia sea considerada como obligatoria por la Escuela respectiva, el o la estudiante deberá justificar su inasistencia de acuerdo al procedimiento establecido.

Cada programa de curso -y según su naturaleza y condiciones de ejecución- podrá considerar un porcentaje y número máximo permisible de inasistencias a actividades obligatorias, excluyendo actividades calificadas. Este porcentaje no debe superar el 20% del total de actividades obligatorias programadas.

Las actividades de recuperación, deberán ser fijadas y llevadas a cabo en forma previa al examen del curso. Cada estudiante tendrá derecho a presentarse al examen sólo si ha recuperado las inasistencias. En el caso de cursos que no contemplen examen, las actividades recuperativas deben ser realizadas antes de la fecha definida semestralmente para el cierre de actas.

PROCEDIMIENTO DE JUSTIFICACIÓN:

1. En el caso de inasistencias a actividades obligatorias, incluidas las de evaluación definidas en cada programa de curso, el o la estudiante debe avisar su inasistencia al PEC, dentro de las 24 horas siguientes por correo electrónico institucional.
2. Además, vía solicitud al sistema en línea de justificación de inasistencias provisto en el [Portal de Estudiantes](#), el o la estudiante debe presentar la justificación de inasistencia por escrito con sus respectivos respaldos, a modo de ejemplo: certificado médico comprobable, informe de SEMDA., causas de tipo social o familiar acreditadas por el Servicio de Bienestar Estudiantil; en un plazo máximo de cinco días hábiles a contar de la fecha de la inasistencia.
3. La Escuela o quién esta designe deberá resolver la solicitud, informando a el o la PEC a la brevedad posible a fin de reprogramar la actividad si correspondiese.

Si el estudiante usa documentación adulterada o falsa para justificar sus inasistencias, deberá ser sometido a los procesos y sanciones establecidos en el Reglamento de Jurisdicción Disciplinaria.

Para el caso de que la inasistencia se produjera por fallecimiento de un familiar directo: padres, hermanos, hijos, cónyuge o conviviente civil, entre otros; los estudiantes tendrán derecho a 5 días hábiles de inasistencia justificada, y podrá acceder a instancias de recuperación de actividades que corresponda.

Normas de asistencia a actividad curriculares.

RECUPERACIÓN DE ACTIVIDADES:

Si el o la estudiante realiza la justificación de la inasistencia de acuerdo a los mecanismos y plazos estipulados, la actividad de evaluación debe ser recuperada de acuerdo a lo establecido en el programa, resguardando las condiciones equivalentes a las definidas para la evaluación originalmente programadas.

Si una inasistencia justificada es posteriormente recuperada íntegramente de acuerdo a los criterios del artículo tercero anterior, dicha inasistencia desaparece para efectos del cómputo del porcentaje de inasistencia. Cualquier inasistencia a actividades obligatorias que superen el porcentaje establecido en programa que no sea justificada implica reprobación del curso.

SOBREPASO DE MÁXIMO DE INASISTENCIAS PERMITIDAS:

Si un o una estudiante sobrepasa el máximo de inasistencias permitido y, analizados los antecedentes por su PEC, y/o el Consejo de Escuela, se considera que las inasistencias están debidamente fundadas, el o la estudiante no reprobará el curso, quedando en el registro académico en estado de Eliminado(a) del curso ("E") y reflejado en el Acta de Calificación Final del curso. Esto implicará que él o la estudiante deberá cursar la asignatura o actividad académica en un semestre próximo, en su totalidad, en la primera oportunidad que la Escuela le indique.

Si el o la estudiante sobrepasa el máximo de inasistencias permitido, y no aporta fundamentos y causa que justifiquen el volumen de inasistencias, el o la estudiante reprobará el curso.

Si el o la estudiante, habiendo justificado sus inasistencias adecuadamente, no puede dar término a las actividades finales de un curso inscrito, y analizados los antecedentes el Consejo de Escuela, el PEC podrá dejar pendiente el envío de Acta de Calificación Final, por un periodo máximo de 20 días hábiles a contar de la fecha de cierre de semestre establecida en el calendario académico de la Facultad.

Cualquier situación no contemplada en esta Norma de Regulación de la Asistencia, debe ser evaluada en los Consejos de Escuela considerando las disposiciones de reglamentación universitaria vigente.

Estas normativas están establecidas en resolución que fija las Normas de Asistencia a Actividades Curriculares de las Carreras de Pregrado que Imparte la Facultad de Medicina (Exenta N°111 del 26 de enero de 2024) y vigente actualmente.

Política de corresponsabilidad social en la conciliación de las responsabilidades familiares y las actividades universitarias.

Con el fin de cumplir con los objetivos de propender a la superación de las barreras culturales e institucionales que impiden un pleno despliegue, en igualdad de condiciones, de las mujeres y hombres en la Universidad y el país; Garantizar igualdad de oportunidades para la participación equitativa de hombres y mujeres en distintos ámbitos del quehacer universitario; Desarrollar medidas y acciones que favorezcan la corresponsabilidad social en el cuidado de niñas y niños y permitan conciliar la vida laboral, estudiantil y familiar; y, Desarrollar un marco normativo pertinente a través del estudio y análisis de la normativa universitaria vigente y su eventual modificación, así como de la creación de una nueva reglamentación y de normas generales relativas a las políticas y planes de desarrollo de la Universidad; se contempla cinco líneas de acción complementarias:

Línea de Acción N°1: proveer servicios de cuidado y educación inicial a hijos(as) de estudiantes, académicas(os) y personal de colaboración, facilitando de este modo el ejercicio de sus roles y funciones laborales o de estudio, mediante la instalación de salas cunas y jardines infantiles públicos en los diversos campus universitarios.

Línea de Acción N°2: favorecer la conciliación entre el desempeño de responsabilidades estudiantiles y familiares, mediante el establecimiento en la normativa universitaria de criterios que permitan a los y las estudiantes obtener la necesaria asistencia de las unidades académicas en el marco de la corresponsabilidad social en el cuidado de niñas y niños.

Línea de Acción N°3: garantizar equidad de género en los procesos de evaluación y calificación académica, a través de la adecuación de la normativa universitaria respectiva, con el fin de permitir la igualdad de oportunidades entre académicas y académicos en las distintas instancias, considerando los efectos de la maternidad y las responsabilidades familiares en el desempeño y la productividad tanto profesional como académico, según corresponda.

Para más detalles remitirse al Reglamento de corresponsabilidad social en cuidado de hijas e hijos de estudiantes. Aprobado por Decreto Universitario Exento N°003408 de 15 de enero 2018.