



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0
DANE 105861000199
Código ICFES 002865

PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO			
Objetivo del micro-curriculo	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos		
Área o asignatura	Educación Física	Grado 7°	Periodo 1
Eje temático	Físico motriz		
Objetivo del eje temático	Realizar actividades que permitan el desarrollo de las capacidades físico motriz que contribuyen al mejoramiento de su estado físico.		
Ámbitos conceptuales	Ficha médica. Mediciones antropométricas. Acondicionamiento físico. Capacidades físicas básicas. Habilidades motrices básicas de manipulación. Actividades del atletismo Juegos tradicionales y de la calle Recreación. Práctica deportiva		
Metodología: (Prácticas de aula)	Clases dirigidas, explicaciones, exposiciones, talleres grupales, trabajo colectivo, prácticas deportivas, trabajo de circuito, trabajo por relevos.		
Criterios de desempeño	Realiza las mediciones antropométricas de manera oportuna. Realiza actividades que contribuyen a mejorar su condición física. Comprende la importancia de la preparación física para mejorar su rendimiento físico. Identifica las diferentes capacidades físicas básicas. Comprende la importancia de nuestra estructura corporal.		
Metas de producto	El 80% de los estudiantes mejoren su condición física y fortalezcan las capacidades físicas básicas al finalizar el periodo.		
Evaluación	Evaluación de competencias, sustentación, participación, actitud durante las clases, trato a sus compañeros, cuidado de materiales y enseres y comportamiento en el aula y lugares donde se desarrolle la clase.		
Planes de refuerzo	Realización y sustentación de talleres.		
Bibliografía	Ruiz, Luis miguel, 1987, desarrollo motor y actividades físicas. http://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm Gómez, Humberto, 1999, "los juegos recreativos tradicionales y de la calle en caldas, Antioquia, Colombia"		

"Fuente de Orientación y Saber"

Transversal 52 N° 41 - 50 / Teléfono: 849 00 35

www.sanjosedevenecia.edu.co
iesanjosevenecia@tareanet.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0
DANE 105861000199
Código ICFES 002865

PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO			
Objetivo del micro-curriculo	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos		
Área o asignatura	Educación Física	Grado 7°	Periodo 2
Eje temático	Físico motriz		
Objetivo del eje temático	Realizar actividades que permitan el fortalecimiento de los trenes segmentarios relacionados con la práctica de las diferentes disciplinas deportivas.		
Ámbitos conceptuales	El microfútbol Reglas básicas del microfútbol. Prácticas deportivas Dirigidas. Acondicionamiento físico.		
Metodología: (Prácticas de aula)	Clases dirigidas, explicaciones, exposiciones, talleres grupales, trabajo colectivo, prácticas deportivas, trabajo de circuito, trabajo por relevos.		
Criterios de desempeño	Realiza las mediciones antropométricas de manera oportuna. Realiza actividades que contribuyen a mejorar su condición física. Comprende la importancia de la preparación física para mejorar su rendimiento físico. Identifica las diferentes capacidades físicas básicas. Comprende la importancia de nuestra estructura corporal. Comprende la importancia del juego dentro de la sociedad.		
Metas de producto	El 80% de los alumnos manejarán los conceptos básicos y desarrollarán con efectividad las prácticas establecidas.		
Evaluación	Evaluación de competencias, sustentación, participación, actitud durante las clases, su comportamiento en el aula.		
Planes de refuerzo	Realización y sustentación de talleres.		
Bibliografía	Uribe, Iván Darío et al., 2003, guía curricular para la educación física. http://www.microfutbolcol.com/microfutbol/reglamento-micro-futbol.html .		

“Fuente de Orientación y Saber”

Transversal 52 N° 41 – 50 / Teléfono: 849 00 35

www.sanjosedevenecia.edu.co
iesanjosevenecia@tareanet.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0
DANE 105861000199
Código ICFES 002865

PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO			
Objetivo del micro-curriculo	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos		
Área o asignatura	Educación Física	Grado 7°	Periodo 3
Eje temático	Perceptivo motriz		
Objetivo del eje temático	Desarrollar acciones que permitan relacionarse con las capacidades implementadas en la práctica de la gimnasia y el conocimiento de sus diferentes disciplinas.		
Ámbitos conceptuales	Gimnasia Tipos de gimnasia Prácticas gimnásticas Trenes segmentarios Esquemas rítmicos Práctica deportiva.		
Metodología: (Prácticas de aula)	Clases dirigidas, explicaciones, exposiciones, talleres grupales, trabajo colectivo, prácticas deportivas, trabajo de circuito, trabajo por relevos.		
Criterios de desempeño	Explorar las habilidades gimnásticas propias y las de los compañeros Desarrollar el sentido de cooperación para las actividades gimnásticas. Identificar las habilidades específicas para los movimientos gimnásticos. Comprender el concepto de gimnasia y sus clasificaciones		
Metas de producto	El 90% de los estudiantes reconocerán las clases de gimnasia y desarrollarán ejercicios básicos de gimnasia rítmica.		
Evaluación	Evaluación de competencias, sustentación, participación, actitud durante las clases, su comportamiento en el aula.		
Planes de refuerzo	Realización y sustentación de talleres.		
Bibliografía	Díaz, Arturo, 1999, actividades para el desarrollo de las habilidades motrices básicas, Murcia, librero. http://educ-fis.blogspot.com.co/2013/06/gimnasia-basica.html		

“Fuente de Orientación y Saber”

Transversal 52 N° 41 – 50 / Teléfono: 849 00 35

www.sanjosedevenecia.edu.co
iesanjosevenecia@tareanet.edu.co