



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0  
RESOLUCIÓN 122849 DE 2014

<b>PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO</b>			
<b>Objetivo del micro-curriculo</b>	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos.		
<b>Área o asignatura</b>	<b>Educación Física</b>	<b>Grado 5°</b>	<b>Periodo 1</b>
<b>Eje temático</b>	<b>Actividad física y salud.</b>		
<b>Objetivo del eje temático</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer la importancia de practicar hábitos de higiene, alimentación e hidratación para la práctica deportiva.</li> <li>- Identificar los beneficios del calentamiento.</li> <li>- Comprender la importancia de las normas de seguridad, las formaciones y los desplazamientos en diferentes sitios.</li> <li>- Participar activa y adecuadamente en las pruebas atléticas.</li> <li>- Asumir de manera responsable, las actividades programadas en clase.</li> </ul>		
<b>Ámbitos conceptuales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hábitos saludables: Higiene, alimentación e hidratación.</li> <li>- El calentamiento</li> <li>- Formaciones y desplazamientos.</li> <li>- Cualidades básicas deportivas del Atletismo.</li> <li>- Carreras: velocidad, semi-fondo, fondo, obstáculos, relevos Saltos.</li> <li>- Lanzamientos: de pelota, de bala, juegos y concursos.</li> </ul>		
<b>Metodología: (Prácticas de aula)</b>	Activa- participativa que tiene en cuenta el factor lúdico, flexible, juego de roles.		
<b>Criterios de desempeño</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce la importancia de practicar hábitos de higiene, alimentación e hidratación para la práctica deportiva.</li> <li>- Identifica los beneficios del calentamiento.</li> <li>- Comprende la importancia de las normas de seguridad, las formaciones y los desplazamientos en diferentes sitios.</li> <li>- Participa activa y adecuadamente en las pruebas atléticas.</li> <li>- Asume de manera responsable, las actividades programadas en clase.</li> </ul>		
<b>Metas de producto</b>	El 90% de los estudiantes realiza las actividades propuestas, participa de manera activa en juegos y actividades lúdicas y recreativas.		
<b>Evaluación</b>	Desarrollo de trabajo practico participación en clase, evaluación tipo icfes. autoevaluación		
<b>Planes de refuerzo</b>	Realización y sustentación de talleres de lo visto en clase.		
<b>Bibliografía</b>	Recreación y deportes, Fundación universitaria Luis Amigó, Escuela lúdica, El recreo o negociación de las prácticas pedagógicas, una estrategia didáctica en la educación.		

***“Fuente de Orientación y Saber”***

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

[www.sanjosedevenecia.edu.co](http://www.sanjosedevenecia.edu.co)  
[iesanjosevenecia@tareanet.edu.co](mailto:iesanjosevenecia@tareanet.edu.co)



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0  
RESOLUCIÓN 122849 DE 2014

<b>PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO</b>			
<b>Objetivo del micro-curriculo</b>	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos.		
<b>Área o asignatura</b>	<b>Educación Física</b>	<b>Grado 5°</b>	<b>Periodo 2</b>
<b>Eje temático</b>	<b>Habilidades y destrezas físico motrices.</b>		
<b>Objetivo del eje temático</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecutar correctamente los desplazamientos en diferentes direcciones.</li> <li>- Realizar actividades de manipulación y conducción con pequeños elementos.</li> <li>- Reconocer con facilidad las capacidades coordinativas básicas.</li> <li>- Proyectar su lateralidad, espacialidad y direccionalidad de acuerdo a sus posibilidades de movimiento.</li> <li>- Reconocer la gimnasia básica como práctica deportiva.</li> </ul>		
<b>Ámbitos conceptuales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades coordinativas</li> <li>- Ubicación espaciotemporal.</li> <li>- Gimnasia básica.</li> <li>- Ejecución de actividades en diferentes espacios y tiempos.</li> <li>- Ejercicios de independencia segmentaria.</li> <li>- Frecuencia cardíaca y pulso</li> <li>- Tensión y relajación.</li> <li>- Gimnasia básica con pequeños elementos.</li> </ul>		
<b>Metodología: (Prácticas de aula)</b>	Activa- participativa que tiene en cuenta el factor lúdico, flexible, juego de roles.		
<b>Criterios de desempeño</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecuta correctamente los desplazamientos en diferentes direcciones.</li> <li>- Realiza actividades de manipulación y conducción con pequeños elementos.</li> <li>- Reconoce con facilidad las capacidades coordinativas básicas.</li> <li>- Proyecta su lateralidad, espacialidad y direccionalidad de acuerdo a sus posibilidades de movimiento.</li> <li>- Reconoce la gimnasia básica como práctica deportiva.</li> </ul>		
<b>Metas de producto</b>	El 90% de los estudiantes dialoga sobre conceptos básicos de las capacidades físicas y realiza adecuadamente las prácticas deportivas.		
<b>Evaluación</b>	Elaboración de fichas, participación en clase, evaluación tipo icfes. Autoevaluación.		
<b>Planes de refuerzo</b>	Realización y sustentación de talleres de lo visto en clase.		
<b>Bibliografía</b>	Recreación y deportes, Fundación universitaria Luis Amigó, Escuela lúdica, El recreo o negociación de las prácticas pedagógicas, una estrategia didáctica en la educación.		

***“Fuente de Orientación y Saber”***

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

[www.sanjosedevenecia.edu.co](http://www.sanjosedevenecia.edu.co)  
[iesanjosevenecia@tareanet.edu.co](mailto:iesanjosevenecia@tareanet.edu.co)



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE VENECIA

NIT 811019578-0  
RESOLUCIÓN 122849 DE 2014

<b>PROPUESTA DE MEJORAMIENTO DE LAS PRACTICAS DE AULA: EL MICROCURRÍCULO</b>			
<b>Objetivo del micro-curriculo</b>	Fomentar la planeación y la organización en el aula con miras a la apropiación de las competencias y el mejoramiento de los resultados académicos.		
<b>Área o asignatura</b>	<b>Educación Física</b>	<b>Grado 5°</b>	<b>Periodo 3</b>
<b>Eje temático</b>	<b>Expresiones socio motrices</b>		
<b>Objetivo del eje temático</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar las tácticas del juego, respetando las reglas del mismo</li> <li>- Realizar trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</li> <li>- Ejecutar lanzamientos, y recepciones, manteniendo el equilibrio en la ejecución de figuras gimnásticas colectivas.</li> <li>- Participar activamente de los juegos Pre deportivos.</li> <li>- Establecer relaciones dinámicas entre los movimientos corporales y el uso de implementos.</li> </ul>		
<b>Ámbitos conceptuales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto de juego.</li> <li>- Juegos de cooperación -oposición.</li> <li>- Trabajo colectivo, equipo, grupo.</li> <li>- Terminología:</li> <li>- Equipo-reglas</li> <li>- Pre-deportivo y deporte escolar.</li> <li>- Triunfo- derrota</li> </ul>		
<b>Metodología: (Prácticas de aula)</b>	Activa- participativa que tiene en cuenta el factor lúdico, flexible.		
<b>Criterios de desempeño</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utiliza las tácticas del juego, conociendo y respetando las reglas del mismo</li> <li>- Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</li> <li>- Ejecuta lanzamientos, y recepciones, manteniendo el equilibrio en la ejecución de figuras gimnásticas colectivas.</li> <li>- Participa activamente de los juegos Pre deportivos.</li> <li>- Establece relaciones dinámicas entre los movimientos corporales y el uso de implementos.</li> </ul>		
<b>Metas de producto</b>	El 90% de los estudiantes participa de las actividades prácticas del área.		
<b>Evaluación</b>	Participación en clase, trabajo práctico, evaluación tipo icfes. Autoevaluación.		
<b>Planes de refuerzo</b>	Realización y sustentación de talleres de lo visto en clase.		
<b>Bibliografía</b>	Recreación y deportes, Fundación universitaria Luis Amigó, Escuela lúdica, El recreo o negociación de las prácticas pedagógicas, una estrategia didáctica en la educación.		

***“Fuente de Orientación y Saber”***

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

[www.sanjosedevenecia.edu.co](http://www.sanjosedevenecia.edu.co)  
[iesanjosevenecia@tareanet.edu.co](mailto:iesanjosevenecia@tareanet.edu.co)