



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 9°	Periodo 1
Eje temático	Físico motriz.		
Objetivo del eje temático	Identificar posibles factores de riesgo dentro de la práctica de educación física. Complementando con actividades que contribuyan a mejorar la condición física.		
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)	Talleres, lecturas, actividades prácticas, circuitos, trabajo por relevos, clases magistrales, sustentaciones, entre otras.		
Criterios de desempeño	Ejecuta actividades de condición física para mejorar su estado. Comprende la importancia de la preparación física para mejorar su rendimiento físico. Afianza las capacidades físicas básicas a través del trabajo grupal e individual. Conoce las clases de pruebas en el atletismo. Muestra interés por las actividades planeadas para la clase.		
Metas de producto	Los estudiantes mejoren su condición física y fortalezcan las capacidades físicas básicas al finalizar el periodo.		
Evaluación	Evaluación por competencias, autoevaluación, sustentaciones, talleres evaluativos, participación, actitud durante las clases, trato a sus compañeros, cuidado de los materiales y enseres, su comportamiento en el aula y en los espacios de 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 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 9°	Periodo 2
Eje temático	Socio motriz.		
Objetivo del eje temático	Mejorar las capacidades físico motriz mediante la práctica de las habilidades motrices en los juegos deportivos y actividades dirigidas.		
Ámbitos conceptuales	Fundamentación técnica del baloncesto. Las drogas. Higiene deportiva. Fortalecimiento muscular. Acondicionamiento físico. Práctica deportiva.		
Metodología: (Prácticas de aula)	Trabajo grupal, consultas, lecturas, actividades prácticas, circuitos, trabajo por relevos, clases magistrales, sustentaciones. Juego dirigido, juego pre deportivo.		
Criterios de desempeño	Mejora la apropiación técnica en la práctica deportiva. Comprende la importancia de la higiene y la actividad física en la vida del ser humano. Mejora la conducción y el manejo de balones identificando las habilidades específicas de cada disciplina deportiva. Conoce las reglas básicas del baloncesto Conoce los efectos y consecuencias del consumo de drogas o sustancias psicoactivas. Comprende la importancia de la higiene deportiva.		
Metas de producto	Los estudiantes mostraran apropiación de la fundamentación del baloncesto. Los estudiantes comprenderán las consecuencias que traen consigo el consumo de drogas y la práctica de una mala higiene.		
Evaluación	Evaluación de competencias, sustentación, participación, actitud durante las clases, su comportamiento en el aula, ejercicios prácticos.		
Planes de refuerzo	Realización y sustentación de talleres.		
Bibliografía	https://sites.google.com/site/actfissal/higiene-en-la-actividad-fisica-y-el-deporte . Navarro, Vicente, 1933, "aprender a jugar y aprender jugando".		

"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-curriculum	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 9°	Periodo 3
Eje temático	Físico motriz.		
Objetivo del eje temático	Practico valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica de las expresiones motrices que me permitan convivir con mis semejantes.		
Ámbitos conceptuales	Fundamentos técnicos del Fútbol. Acondicionamiento físico. Relación actividad física y salud. Ejercicios de moda en la práctica de la actividad física (Pilates, yoga, etc.). Práctica deportiva.		
Metodología: (Prácticas de aula)	Trabajo cooperativo, consultas, lecturas, actividades prácticas, circuitos, clases magistrales, sustentaciones. Juego dirigido, juego pre deportivo, elaboración de material didáctico.		
Criterios de desempeño	Reconoce las diversas formas de trabajar la actividad física en beneficio de su salud. Comprende la importancia de la actividad física en la salud. Conoce diferentes formas de ejercitarse en la actualidad. Comprende la importancia de la meditación para la tranquilidad de la mente. Reconoce el juego como agente socializador dentro de una sociedad.		
Metas de producto	Los estudiantes identifican la actividad física y el deporte como medio socializador entre pares, que beneficia su estado físico.		
Evaluación	Evaluación de competencias, sustentación, participación, actitud durante las clases, su comportamiento en el aula.		
Planes de refuerzo	Realización y sustentación de talleres.		
Bibliografía	Zapata, óscar, 1991, la sicomotricidad y el niño. http://www.efdeportes.com/efd124/yoga-y-educacion-fisica-unidad-didactica-en-secundaria.htm		

“Fuente de Orientación y Saber”

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

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