

¡Cuidemos Nuestra Salud! Prevención de Infecciones Respiratorias en el Hospital

Educación Física | Nutrición y salud | Aprendizaje Colaborativo

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes de primaria comprendan la importancia de prevenir infecciones respiratorias durante una estancia en el hospital. A través de actividades colaborativas y participativas, los niños aprenderán qué acciones pueden tomar para cuidar su salud y la de quienes los rodean, como lavarse las manos correctamente, usar cubrebocas y mantener una buena ventilación. Este aprendizaje es relevante porque muchos niños pueden visitar hospitales por diferentes motivos y es fundamental que conozcan cómo protegerse y proteger a otros. Además, el conocimiento adquirido se conecta con su vida diaria, ya que pueden aplicar estas acciones en casa, la escuela y otros lugares para evitar enfermedades respiratorias que son comunes y contagiosas. Al fomentar el trabajo en equipo y la responsabilidad compartida, los alumnos desarrollan habilidades sociales y valores que los acompañarán en su crecimiento personal y social.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar diferentes acciones de prevención para evitar infecciones respiratorias durante la estancia hospitalaria.
- Explicar la importancia del lavado de manos y el uso correcto del cubrebocas en la prevención de enfermedades respiratorias.
- Participar activamente en actividades colaborativas para reforzar el aprendizaje sobre el cuidado de la salud.
- Demostrar responsabilidad compartida al trabajar en equipo para crear mensajes de prevención.

Recursos Necesarios

- Cartulinas de colores (1 por grupo)
- Marcadores, crayones o plumones
- Imágenes impresas relacionadas con la prevención de infecciones respiratorias (lavado de manos, uso de cubrebocas, hospital limpio, etc.)
- Video corto animado sobre higiene respiratoria (3-4 minutos)
- Hojas adhesivas o notas para reflexión final
- Reproductor multimedia (computadora, proyector o televisión)
- Jabón, toallas de papel o pañuelos desechables (para demostración práctica)

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre la higiene personal (lavarse las manos, cubrirse al toser).
- Habilidad para trabajar en equipo y escuchar a sus compañeros.
- Experiencias previas de visitas al hospital o conocimiento general sobre qué es un hospital.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: “Hoy vamos a aprender cómo cuidarnos para no enfermarnos de infecciones respiratorias cuando estamos en el hospital o en otros lugares. Es muy importante para nuestra salud y para cuidar a los demás.”

Estudiantes: Escuchan y se preparan para participar.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Muestra imágenes grandes de situaciones en un hospital (niños con cubrebocas, lavado de manos, personas tosiendo correctamente). Pregunta: “¿Alguien ha ido al hospital? ¿Qué recuerdan que hicieron para no enfermarse o para cuidarse ahí?”

Estudiantes: Responden compartiendo sus experiencias breves o ideas.

Motivación y enganche:

Docente: “¿Sabían que las infecciones respiratorias pueden pasar de persona a persona si no nos cuidamos? Pero con acciones sencillas podemos evitar enfermarnos. ¡Vamos a descubrir cómo!”

Estudiantes: Muestran interés y curiosidad.

Contextualización:

Docente: “Estas ideas que vamos a aprender no solo sirven en el hospital, también cuando estamos en la escuela, en casa o en otros lugares. Así todos podemos estar saludables.”

Estudiantes: Relacionan el tema con su vida diaria.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Presenta un video animado corto que explica cómo se transmiten las infecciones respiratorias y las medidas para prevenirlas, como el lavado de manos, uso de cubrebocas y ventilación. Luego, divide a los estudiantes en grupos pequeños de 4 niños para trabajar juntos.

Actividades de aprendizaje activo:

Actividad 1: Juego “Detectives de la Prevención”

- **Objetivo:** Identificar acciones de prevención para evitar infecciones respiratorias.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “En sus grupos, van a recibir imágenes de diferentes situaciones en el hospital. Ustedes deben decidir si cada imagen muestra una acción para prevenir infecciones o no.”
 - Los niños clasifican las imágenes en dos grupos: “Previene” y “No previene”.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Clasificación de imágenes en dos categorías en la cartulina.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Observa la discusión, formula preguntas guía como “¿Por qué piensan que esta acción ayuda a no enfermarnos?”, y apoya con ejemplos claros.

Actividad 2: Demostración práctica y diálogo “Manos limpias, salud segura”

- **Objetivo:** Explicar la importancia del lavado correcto de manos.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Ahora vamos a practicar cómo lavarnos las manos correctamente para eliminar los gérmenes que no podemos ver.”
 - El docente muestra paso a paso el lavado de manos con jabón y toallas desechables.
 - Los estudiantes practican en parejas siguiendo los pasos.
 - Luego, el docente pregunta: “¿Por qué creen que es importante lavarse las manos así?”
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Participación activa en la práctica y respuestas orales.
- **Tiempo:** 10 minutos
- **Rol del docente:** Supervisa la técnica, corrige suavemente y motiva a los estudiantes.

Actividad 3: Creación colaborativa “Nuestro cartel de prevención”

- **Objetivo:** Demostrar responsabilidad compartida y reforzar el aprendizaje mediante la creación de mensajes preventivos.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** “En sus grupos, van a crear un cartel con dibujos y frases cortas que enseñen a otros niños cómo prevenir infecciones respiratorias en el hospital.”
- Los niños usan las cartulinas y marcadores para elaborar su cartel, integrando las ideas aprendidas.

- **Organización:** Grupos de 4

- **Producto:** Cartel colaborativo con mensajes y dibujos.

- **Tiempo:** 15 minutos

- **Rol del docente:** Facilita, pregunta “¿Qué mensaje quieren que todos recuerden?”, y ayuda a que todos participen.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Se les invita a ayudar a compañeros que requieren apoyo para expresar ideas o ilustrar el cartel.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** El docente proporciona imágenes adicionales y palabras clave para facilitar su participación y ofrece apoyo individualizado.

Transiciones:

Docente: “Muy bien, ya identificamos acciones correctas, ahora vamos a practicar una de las más importantes y después crearemos un cartel para enseñar a todos.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

10 minutos

Síntesis:

Docente: “Vamos a hacer un ‘ticket de salida’. En una nota adhesiva, cada uno escribe o dibuja una acción que aprendió hoy para prevenir infecciones respiratorias.”

Estudiantes: Escriben o dibujan y colocan sus notas en un mural colectivo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué acción aprendí hoy que puedo hacer para cuidarme en el hospital?
- ¿Por qué es importante que todos trabajemos juntos para prevenir enfermedades?
- ¿Cómo puedo usar lo que aprendí en mi casa o escuela?

Docente: Invita a compartir algunas respuestas y brinda retroalimentación positiva destacando el esfuerzo y las ideas importantes.

Retroalimentación:

Docente: Felicita a los grupos por sus carteles y participación, resalta ideas clave y corrige dudas con ejemplos sencillos.

Transferencia:

Docente: “Recuerden que lo que aprendimos hoy lo pueden usar todos los días para estar sanos y cuidar a los demás, no sólo en el hospital.”

Tarea o reto:

Docente: “En casa, con ayuda de sus papás, observen si en su familia se hacen estas acciones de prevención y cuéntenme en la próxima clase alguna experiencia o idea nueva.”

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante el desarrollo y sumativa al cierre de la sesión.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente acciones de prevención en la clasificación de imágenes (objetivo 1).
- Explica la importancia del lavado de manos y uso del cubrebocas (objetivo 2).
- Participa activamente y colabora en la creación del cartel grupal (objetivos 3 y 4).

Instrumentos sugeridos:

- Observación directa durante las actividades grupales e individuales.
- Lista de cotejo para valorar participación y comprensión en la actividad “Detectives de la Prevención”.
- Revisión del cartel elaborado por cada grupo para evaluar comprensión y creatividad.
- Autoevaluación rápida mediante el ticket de salida y reflexión oral.

Evidencias de aprendizaje:

- Clasificación correcta de imágenes en la actividad 1.
- Demostración adecuada del lavado de manos en la actividad práctica.
- Cartel grupal con mensajes claros y dibujos relacionados a la prevención.
- Notas adhesivas del ticket de salida que reflejen comprensión individual.

Enriquecimientos

Inicio - Activar

Actividad para Activar Conocimientos Previos: "¿Qué Sabemos Sobre las Infecciones Respiratorias?"

Duración: 7 minutos

Objetivo de la actividad: Que los estudiantes compartan y reconozcan conocimientos iniciales sobre las infecciones respiratorias y las acciones para prevenirlas, conectando con el objetivo de identificar medidas para evitar enfermedades durante la estancia hospitalaria.

Desarrollo de la actividad:

- **Formación de grupos pequeños:** Divide a los estudiantes en grupos de 4 o 5 niños para fomentar la colaboración.
- **Dinámica de preguntas guiadas:** Cada grupo recibe dos preguntas para discutir brevemente:
 - ¿Qué son las infecciones respiratorias? (pueden mencionar tos, resfriado, gripe, etc.)
 - ¿Qué cosas podemos hacer para no enfermarnos cuando estamos en el hospital o en casa?
- **Intercambio de ideas:** Después de 4 minutos de discusión, cada grupo comparte una o dos respuestas con el resto de la clase.
- **Registro visual:** El docente escribe en el pizarrón o rotafolio las ideas principales que mencionan los niños, agrupándolas en "Qué son las infecciones respiratorias" y "Cómo prevenirlas".

Esta actividad activa los conocimientos previos de manera colaborativa, promueve la expresión oral y prepara a los estudiantes para aprender nuevas acciones de prevención específicas para el hospital.

Desarrollo - Ejemplos

Ejemplos Prácticos para Aprendizaje Colaborativo

Estos ejemplos prácticos permitirán a los estudiantes comprender y aplicar acciones de prevención para evitar infecciones respiratorias durante una estancia hospitalaria. Se trabajan en grupos pequeños para fomentar la colaboración y el aprendizaje entre pares.

- **Ejemplo 1: Lavado de manos correcto**
 - Los estudiantes se agrupan y reciben imágenes o tarjetas con pasos para lavarse las manos (como mojar, enjabonar, frotar por 20 segundos, enjuagar y secar).
 - Deberán ordenar las imágenes en la secuencia correcta y luego practicar el lavado de manos entre ellos, explicando cada paso.
 - Finalmente, discutirán en grupo por qué es importante lavarse las manos para prevenir infecciones respiratorias en el hospital.
- **Ejemplo 2: Uso correcto del cubrebocas**
 - En grupos, los estudiantes observan imágenes o videos cortos que muestran el uso adecuado e inadecuado del cubrebocas.
 - Luego, cada grupo crea una pequeña representación teatral en la que enseñan a sus compañeros cómo ponerse y quitarse el cubrebocas correctamente.
 - Se promueve la reflexión grupal sobre cómo el uso correcto del cubrebocas ayuda a proteger a todos en el hospital.
- **Ejemplo 3: Mantener la distancia segura**
 - Se divide a los estudiantes en grupos y se les pide que imaginen que están en una sala de espera del hospital.

- Con ayuda de cintas adhesivas en el suelo, deben marcar espacios para mantener una distancia segura (aproximadamente 1 metro entre personas).
- Discuten en grupo cómo esta acción ayuda a evitar el contagio de infecciones respiratorias y cómo pueden recordarlo en casa o en el hospital.

Casos de Estudio para Discusión en Grupo

Los casos de estudio son situaciones sencillas y cercanas a la realidad de los niños que fomentan el diálogo y la reflexión colectiva.

Caso	Descripción	Preguntas para discusión
El amigo con tos	Un niño está en el hospital y su compañero de cuarto comienza a toser sin cubrirse la boca.	• ¿Qué acciones podemos hacer para protegernos? • ¿Por qué es importante cubrirse la boca al toser? • ¿Cómo podemos ayudar a nuestro amigo a no contagiar a los demás?
El cubrebocas olvidado	Una niña entra a la sala de espera sin cubrebocas y se lo recuerda un compañero.	• ¿Qué podemos hacer si alguien olvida usar el cubrebocas? • ¿Cómo podemos decirlo amablemente? • ¿Por qué es importante que todos usen el cubrebocas en el hospital?
Manos limpias, salud segura	Un grupo de niños juega en el área común del hospital y uno propone lavarse las manos antes de comer.	• ¿Por qué es importante lavarse las manos antes de comer? • ¿Qué pasa si no nos lavamos las manos? • ¿Cómo podemos recordar siempre hacerlo?

Estos ejemplos y casos pueden ser trabajados en grupos pequeños durante la sesión de 1 hora, facilitando que cada grupo comparta sus conclusiones y aprendan de sus compañeros, fortaleciendo así el aprendizaje colaborativo y el cumplimiento del objetivo de identificar acciones de prevención para evitar enfermedades respiratorias en el hospital.

Cierre - Reflexionar

Preguntas para la reflexión metacognitiva

- ¿Qué cosas aprendimos hoy que nos ayudan a cuidar nuestra salud en el hospital?
- ¿Por qué es importante lavarnos las manos y usar cubrebocas cuando estamos en el hospital?

- ¿Cómo podemos recordar estas acciones para usarlas siempre, no solo en el hospital?
- ¿Qué pasaría si no seguimos estas acciones para prevenir infecciones respiratorias?
- ¿Qué te pareció más fácil o difícil de aprender durante la actividad de hoy?
- ¿Cómo te sentiste trabajando con tus compañeros para aprender sobre la prevención de infecciones?

Actividad de reflexión metacognitiva para el cierre

Para finalizar la sesión, realiza esta actividad en grupos pequeños (3-4 estudiantes) para fomentar el aprendizaje colaborativo y la reflexión sobre lo aprendido:

- **Nombre de la actividad:** "Nuestro Compromiso Saludable"
- **Duración:** 15 minutos
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo recibe una hoja grande o cartulina y colores.
 - En el centro, escriben o dibujan la frase: "Cómo cuidaremos nuestra salud en el hospital".
 - Juntos, recuerdan y anotan o dibujan al menos tres acciones que aprendieron para prevenir infecciones respiratorias (por ejemplo, lavarse las manos, usar cubrebocas, mantener distancia).
 - Luego, cada grupo comparte con la clase una acción que les pareció muy importante y explica por qué.
 - Finalmente, cada niño dice en voz alta una acción que se compromete a hacer para cuidar su salud y la de los demás.

Esta actividad permite a los estudiantes resumir y verbalizar lo aprendido, reforzando el conocimiento y promoviendo el compromiso personal y grupal con la prevención de infecciones respiratorias.