

¡Cuidando mi imagen! Higiene y presentación personal para sentirme bien

Ética y Valores | Ética y valores | Aprendizaje Basado en Casos

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito que los estudiantes comprendan la importancia de la higiene y la presentación personal para su bienestar, salud y buena convivencia con los demás. A través de actividades basadas en situaciones reales, los alumnos aprenderán a identificar hábitos saludables que contribuyen a mantener su cuerpo limpio y una imagen adecuada. Además, reflexionarán sobre cómo la higiene personal influye en su autoestima y en la percepción que otros tienen de ellos.

El tema es relevante porque durante la infancia se desarrollan costumbres que afectan la salud y las relaciones sociales. Aprender a cuidar su cuerpo les ayudará a prevenir enfermedades y a sentirse seguros en su entorno. Este aprendizaje se conecta con su vida diaria, ya que pueden aplicar lo aprendido en casa, en la escuela y en cualquier lugar.

La metodología de Aprendizaje Basado en Casos permite que los estudiantes analicen y resuelvan situaciones concretas, fomentando el pensamiento crítico y la toma de decisiones responsables de manera activa y participativa.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar hábitos básicos de higiene personal que favorecen la salud y la buena presentación.
- Analizar situaciones cotidianas donde la higiene y presentación personal impactan en la convivencia y autoestima.
- Proponer acciones para mejorar su cuidado personal y mantener una imagen limpia y ordenada.
- Valorar la importancia de la higiene como un acto de respeto hacia uno mismo y hacia los demás.

Recursos Necesarios

- Imágenes impresas o digitales de situaciones relacionadas con la higiene (cepillado de dientes, lavado de manos, peinado, ropa limpia).
- Cartulinas y plumones para elaborar organizadores gráficos.
- Hojas de papel para dibujos o respuestas escritas.
- Video corto animado sobre higiene personal (3-5 minutos).
- Ficha con casos o situaciones para analizar en grupos (1 por grupo de 3-4 alumnos).
- Proyector o computadora para mostrar video e imágenes.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre partes del cuerpo y su cuidado.
- Habilidades para expresar ideas oralmente y en forma escrita o gráfica.
- Experiencias previas con hábitos diarios como lavarse las manos o bañarse.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión

Docente: Explica a los estudiantes que en la clase de hoy aprenderán por qué es importante mantener una buena higiene y presentación personal para sentirse bien y tener salud.

Estudiantes: Escuchan y preparan su atención para participar.

Activación de conocimientos previos

Docente: Muestra imágenes de niños y niñas en diferentes situaciones relacionadas con la higiene (por ejemplo, lavándose las manos, cepillándose los dientes, vistiendo ropa limpia). Pregunta: "¿Qué están haciendo estas personas? ¿Por qué creen que es importante hacer estas cosas?"

Estudiantes: Responden oralmente compartiendo lo que saben sobre esas acciones.

Motivación y enganche

Docente: Cuenta un dato curioso: "¿Sabían que lavarse las manos correctamente puede evitar que nos enfermemos? ¡Es como tener un superpoder para mantenernos fuertes!"

Estudiantes: Escuchan con interés y muestran sorpresa o curiosidad.

Contextualización

Docente: Conecta el tema con la vida diaria: "Cada uno de ustedes tiene la responsabilidad de cuidar su cuerpo para estar saludable y sentirse feliz. Hoy veremos cómo hacerlo y por qué es importante no solo para ustedes, sino para las personas que los rodean."

Estudiantes: Reflexionan y se preparan para trabajar en las actividades siguientes.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido

Docente: Presenta un video corto animado que muestra diferentes hábitos de higiene personal y su impacto positivo. Luego, introduce la metodología Aprendizaje Basado en Casos explicando que analizarán situaciones reales para decidir qué hacer y por qué.

Estudiantes: Observan el video y escuchan la explicación.

Actividad 1: Análisis de casos de higiene personal

- **Objetivo:** Identificar hábitos básicos de higiene y analizar su importancia.
- **Instrucciones:** El docente divide a los estudiantes en grupos de 3-4 y entrega una ficha con un caso breve (ejemplo: un niño que no se lava las manos antes de comer y se enferma). Cada grupo lee el caso, discute las preguntas: ¿Qué hizo bien o mal el niño? ¿Qué debería hacer para cuidar su higiene? ¿Cómo afecta esto su salud y a los demás?
- **Organización:** Grupos de 3-4 alumnos.
- **Producto:** Respuestas escritas o dibujos en la ficha.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Observa las discusiones, guía con preguntas como "¿Por qué es importante lavarse las manos?" o "¿Cómo te sentirías si alguien no cuida su higiene?" para profundizar el análisis.

Actividad 2: Creación de un organizador gráfico sobre hábitos de higiene

- **Objetivo:** Proponer acciones concretas para mantener una buena higiene y presentación personal.
- **Instrucciones:** Cada grupo elabora un organizador gráfico (puede ser un dibujo o esquema) que muestre al menos 5 hábitos de higiene que deben practicar diariamente (lavarse las manos, cepillarse los dientes, bañarse, usar ropa limpia, peinarse). Incluyen una breve explicación o dibujo para cada hábito.
- **Organización:** Grupos de 3-4 alumnos.
- **Producto:** Organizador gráfico presentado al grupo clase.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol del docente:** Facilita materiales, supervisa y apoya con preguntas: "¿Qué hábito es más importante para ti? ¿Por qué? ¿Cómo te ayuda a sentirte mejor?"

Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Proponer que elaboren una pequeña lista personal de hábitos que practicarán en casa y expliquen por qué.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Ofrecer ayuda con vocabulario, usar imágenes para representar hábitos, o apoyarlos con preguntas guiadas durante las discusiones.

Transición

Docente: Invita a los estudiantes a preparar una pequeña exposición de sus organizadores para compartir lo aprendido y reflexionar sobre la importancia de la higiene.

Estudiantes: Organizan sus ideas para la fase de cierre.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis

Docente: Solicita que cada grupo comparta una idea principal de su organizador gráfico con el resto de la clase.

Estudiantes: Exponen brevemente y escuchan a sus compañeros.

Reflexión metacognitiva

Docente: Plantea las siguientes preguntas para que cada estudiante responda oralmente o en una hoja pequeña:

- ¿Cuál hábito de higiene aprendiste que es importante practicar todos los días?
- ¿Cómo te sentirás si cuidas tu higiene y presentación personal?
- ¿Por qué crees que es importante respetar la higiene de los demás?

Estudiantes: Responden y reflexionan sobre su aprendizaje.

Retroalimentación

Docente: Felicita a los estudiantes por sus ideas y participación, corrige dudas y refuerza conceptos claves con comentarios positivos y aclaraciones.

Transferencia

Docente: Invita a los alumnos a poner en práctica los hábitos en casa y en la escuela para mantenerse saludables y sentirse bien consigo mismos y con los demás.

Tarea o reto

Docente: Propone que cada estudiante observe durante la semana sus hábitos de higiene y anote en casa alguna mejora o dificultad que tenga. En la próxima clase compartirán sus experiencias.

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante las actividades de desarrollo y sumativa en la fase de cierre mediante reflexión y presentación.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente hábitos básicos de higiene (Relacionado con objetivo 1).
- Analiza y comenta las situaciones presentadas en los casos (Relacionado con objetivo 2).
- Propone acciones adecuadas para mejorar su higiene y presentación personal (Relacionado con objetivo 3).
- Demuestra valoración de la higiene como acto de respeto (Relacionado con objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación y comprensión durante actividades grupales.
- Rúbrica sencilla para evaluar organizadores gráficos y exposición oral.
- Ficha de autoevaluación con las preguntas de reflexión para medir el aprendizaje personal.

Evidencias de aprendizaje:

- Respuestas y dibujos en las fichas de casos.
- Organizadores gráficos elaborados en grupos.
- Participación en exposiciones y respuestas en reflexión metacognitiva.