

¡Salud en Pantalla! Creación de un Programa de Televisión Saludable

Educación Física | Nutrición y salud | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de media (15-17 años) aprendan a crear un programa de televisión enfocado en promover hábitos saludables relacionados con la nutrición y el bienestar. A través de un proyecto colaborativo y práctico, los alumnos investigarán, diseñarán y producirán contenidos audiovisuales que comuniquen mensajes claros y atractivos sobre la importancia de una alimentación equilibrada y un estilo de vida activo.

La relevancia de este plan radica en conectar los conocimientos teóricos de nutrición con habilidades comunicativas y tecnológicas, fomentando la creatividad y el trabajo en equipo. Además, los estudiantes desarrollarán competencias para analizar información científica, transmitirla de manera accesible y sensibilizar a su comunidad escolar y familiar sobre la salud.

Al final del proyecto, los participantes habrán integrado contenidos académicos con herramientas prácticas, preparándolos para tomar decisiones informadas y promover cambios positivos en su entorno cercano. Esta experiencia conecta directamente con su vida cotidiana, pues todos están inmersos en medios de comunicación y pueden influir en ellos.

Objetivos de Aprendizaje

- Investigar y analizar información confiable sobre nutrición y salud para abordar temas relevantes en el programa de televisión.
- Diseñar contenidos audiovisuales creativos que comuniquen mensajes saludables de forma clara y atractiva.
- Colaborar eficazmente en equipos para planificar, producir y presentar un programa de televisión saludable.
- Evaluar críticamente la calidad y pertinencia de los mensajes generados, considerando su impacto en la audiencia.
- Reflexionar sobre la importancia de los hábitos saludables y su promoción a través de medios de comunicación.

Recursos Necesarios

- Salón con proyector y acceso a internet.
- Computadoras o tabletas con software de edición básica de video (ej. Adobe Spark, iMovie, Clipchamp).
- Materiales impresos con guías y fichas de trabajo sobre nutrición y estructura de programas de televisión.
- Acceso a videos cortos relacionados con nutrición y programas de televisión para análisis.
- Hojas, marcadores, rotafolios para lluvia de ideas y guionización.

- Dispositivos para grabación (cámaras, celulares o tablets con cámara).
- Cuadernos o digitales para tomar notas y planificar.

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos sobre grupos de alimentos y hábitos saludables adquiridos en clases previas de nutrición.
- Habilidades básicas en trabajo en equipo y comunicación oral.
- Familiaridad con el uso de dispositivos tecnológicos y plataformas básicas de edición audiovisual.
- Experiencia previa con actividades de investigación y presentación de información.

Actividades

Sesión 1: ¡Descubriendo la salud en la televisión!

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 20 minutos

Propósito de la sesión:

Introducir a los estudiantes en la importancia de la nutrición y la salud en los medios audiovisuales y motivarlos para comenzar el proyecto de creación de un programa de televisión saludable.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Presenta un video corto (3 minutos) con fragmentos de programas de televisión populares que abordan temas de salud y nutrición.
- **Estudiantes:** Responden a la pregunta detonadora: "¿Qué mensajes sobre salud recuerdan de la televisión o redes sociales? ¿Cuál les pareció más interesante y por qué?"

Motivación y enganche:

- **Docente:** Comparte un dato curioso: "¿Sabían que los mensajes televisivos influyen en gran medida en las decisiones que tomamos sobre nuestra alimentación y estilo de vida?"
- **Estudiantes:** Reflexionan brevemente y expresan sus opiniones sobre cómo los medios afectan su salud.

Contextualización:

- **Docente:** Explica el objetivo del proyecto: crear un programa de televisión saludable para informar y motivar a sus compañeros y comunidad.
- **Estudiantes:** Se preparan para comenzar a investigar y diseñar contenido.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Presentación del contenido:

Se presenta la estructura básica de un programa de televisión: introducción, desarrollo y cierre. Se relaciona con cómo transmitir mensajes saludables de forma clara y atractiva.

Actividad 1: Análisis de programas de televisión saludables

- **Objetivo:** Investigar y analizar información confiable de programas sobre salud.
- **Instrucciones:**
 - Formar grupos de 4 estudiantes.
 - Cada grupo ve fragmentos de diferentes programas cortos relacionados con nutrición y salud.
 - Identifican qué mensajes son claros, cuáles son atractivos y qué técnicas audiovisuales usan.
 - Completar una ficha con estas observaciones.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Ficha de análisis grupal.
- **Tiempo:** 45 minutos.
- **Rol docente:** Facilita materiales, observa discusiones, plantea preguntas guía: "¿Qué hicieron para captar la atención?", "¿Qué información fue más fácil de entender?".

Actividad 2: Lluvia de ideas para temas del programa

- **Objetivo:** Diseñar temas relevantes para el programa de televisión saludable.
- **Instrucciones:**
 - En el mismo grupo, hacen una lluvia de ideas para posibles temas y mensajes para su programa.
 - Seleccionan 2-3 temas que consideren más importantes y factibles de abordar.
 - Presentan brevemente sus propuestas al grupo clase.
- **Organización:** Grupos de 4, luego plenaria.
- **Producto:** Lista de temas seleccionados y justificación.
- **Tiempo:** 45 minutos.
- **Rol docente:** Modera y orienta la selección, fomenta participación equitativa, hace preguntas como: "¿Por qué eligieron estos temas?", "¿Cómo pueden hacerlos interesantes para la audiencia?".

Diferenciación:

- **Estudiantes que terminan antes:** Pueden comenzar a buscar imágenes o videos relacionados para incluir en su programa.
- **Estudiantes que necesitan apoyo:** Reciben apoyo directo del docente para organizar sus ideas y comprender el contenido audiovisual.

Transición:

El docente conecta la lluvia de ideas con la próxima sesión donde se comenzará a planificar el guion y la estructura del programa.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- En plenaria, cada grupo comparte en 1 frase el tema elegido y una razón para comunicarlo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí hoy sobre la relación entre televisión y salud?
- ¿Cómo me siento trabajando en equipo para crear un programa?
- ¿Qué me gustaría aprender en la próxima sesión para avanzar en el proyecto?

Retroalimentación:

- El docente comenta brevemente cada presentación, destacando ideas claras y creativas, y sugiriendo mejoras.

Transferencia:

Se motiva a los estudiantes a observar en casa o redes sociales ejemplos de programas o contenidos saludables para compartir en la siguiente sesión.

Tarea o reto:

Buscar y traer ejemplos de mensajes saludables en medios audiovisuales que les llamen la atención.

Sesión 2: Planificando nuestro programa saludable**Fase de Inicio**

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Conectar la investigación previa con la planificación del guion y estructura de cada programa de televisión saludable.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Inicia con una ronda rápida donde cada estudiante comparte un ejemplo de mensaje saludable que encontró en casa o redes sociales.

- **Estudiantes:** Comparten ejemplos y explican brevemente por qué les parecieron interesantes o efectivos.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un clip que muestra cómo un buen guion y estructura hacen que un programa sea entretenido y educativo.
- **Estudiantes:** Observan y comentan qué elementos les gustaría incluir en su programa.

Contextualización:

- **Docente:** Explica la importancia de planificar el guion para organizar ideas y mensajes.
- **Estudiantes:** Se preparan para diseñar su propio guion.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 95 minutos

Presentación del contenido:

Se introduce la estructura básica de un guion para programas de televisión y se presentan ejemplos sencillos adaptados a la temática de salud.

Actividad 1: Diseño del guion

- **Objetivo:** Diseñar un guion que estructure el programa de televisión saludable.
- **Instrucciones:**
 - En grupos, revisan los temas seleccionados y comienzan a esbozar el guion: introducción, desarrollo del tema, cierre con mensaje motivador.
 - Definen roles para la grabación (presentador, investigador, editor, etc.).
 - Utilizan plantillas impresas para organizar ideas.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Guion escrito y roles asignados.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Rol docente:** Apoya en la organización del guion, fomenta claridad y coherencia, pregunta: "¿Cómo podemos hacer que el mensaje sea fácil de entender?", "¿Qué tono usaremos para atraer a la audiencia?".

Actividad 2: Ensayo y ajustes

- **Objetivo:** Practicar la presentación del guion y ajustar contenido según retroalimentación.
- **Instrucciones:**
 - Los grupos ensayan la presentación oral del guion.
 - Reciben retroalimentación de compañeros y docente para mejorar claridad, ritmo y lenguaje.

- Hacen ajustes al guion según comentarios.
- **Organización:** Grupos de 4, luego plenaria para retroalimentación.
- **Producto:** Guion finalizado y ensayo mejorado.
- **Tiempo:** 35 minutos.
- **Rol docente:** Facilita retroalimentación constructiva y guía preguntas: "¿El mensaje es claro para todos?", "¿Cómo podemos hacerlo más dinámico?".

Diferenciación:

- **Estudiantes adelantados:** Pueden comenzar a buscar recursos multimedia para incluir en su programa.
- **Estudiantes con dificultades:** Reciben apoyo individual para estructurar ideas y practicar la exposición.

Transición:

El docente anuncia que en la próxima sesión se comenzará la grabación y edición del programa.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- Mapa mental colectivo en la pizarra con los elementos clave del guion y estructura del programa.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo ayudó el guion a organizar nuestras ideas?
- ¿Qué rol me gustó desempeñar y por qué?
- ¿Qué desafíos tuvimos al preparar el guion y cómo los superamos?

Retroalimentación:

- El docente destaca avances en organización y trabajo en equipo, y ofrece recomendaciones para la grabación.

Transferencia:

Se invita a los estudiantes a observar cómo se producen programas en la televisión o plataformas digitales para inspirarse.

Tarea o reto:

Practicar en casa la presentación de su parte del guion para ganar confianza.

Sesión 3: Grabando nuestro mensaje saludable

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Preparar y organizar el espacio y equipo para la grabación del programa de televisión saludable.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Qué aspectos debemos cuidar para que nuestra grabación se vea y escuche bien?"
- **Estudiantes:** Comparten ideas sobre iluminación, sonido, vestuario y postura.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un video corto con ejemplos de grabaciones caseras bien hechas y otras con errores comunes.
- **Estudiantes:** Identifican buenas prácticas y errores a evitar.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que este es el momento para aplicar lo aprendido y ser creativos.
- **Estudiantes:** Se preparan para la grabación.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 95 minutos

Presentación del contenido:

Se repasan brevemente técnicas básicas de grabación y uso del equipo disponible.

Actividad 1: Preparación del set y ensayo final

- **Objetivo:** Organizar espacio y equipo para la grabación, y realizar un ensayo general.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo organiza su área para grabar (fondo, iluminación, accesorios).
 - Ensayan la presentación completa del programa con equipo.
 - Reciben retroalimentación rápida del docente y compañeros.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Set listo y ensayo completo.
- **Tiempo:** 45 minutos.
- **Rol docente:** Supervisa, sugiere mejoras técnicas y de contenido.

Actividad 2: Grabación del programa

- **Objetivo:** Producir material audiovisual del programa saludable.

- **Instrucciones:**

- Cada grupo graba su programa siguiendo el guion y roles.
- Se hacen varias tomas para asegurar calidad.
- Guardan todo el material para la edición posterior.

- **Organización:** Grupos de 4.

- **Producto:** Videos grabados.

- **Tiempo:** 50 minutos.

- **Rol docente:** Apoya técnicamente, anima a mantener entusiasmo y precisión.

Diferenciación:

- **Estudiantes adelantados:** Pueden ayudar a otros grupos con aspectos técnicos de grabación.
- **Estudiantes con dificultades:** Reciben apoyo para manejar equipos o roles menos demandantes.

Transición:

El docente comunica que en la siguiente sesión se trabajará en la edición y montaje del programa.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- Compartir sensaciones sobre la experiencia de grabación.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendimos sobre el trabajo en equipo durante la grabación?
- ¿Qué fue lo más difícil y cómo lo superamos?
- ¿Qué aspectos podemos mejorar para la edición?

Retroalimentación:

- El docente destaca el entusiasmo y el compromiso, y brinda recomendaciones para la edición.

Transferencia:

Se anima a observar programas de televisión o videos en línea para identificar técnicas de edición.

Tarea o reto:

Visualizar un programa o video saludable y anotar ideas para edición creativa.

Sesión 4: Edición y montaje del programa

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Introducir técnicas básicas de edición audiovisual para mejorar la presentación del programa saludable.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Qué elementos de un video hacen que sea más atractivo y fácil de entender?"
- **Estudiantes:** Discuten aspectos como música, cortes, imágenes, títulos, efectos.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra ejemplos de videos editados con recursos básicos y otros sin edición.
- **Estudiantes:** Analizan diferencias y comentan sus preferencias.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la edición es fundamental para comunicar mejor y captar la atención.
- **Estudiantes:** Se preparan para editar sus grabaciones.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Presentación del contenido:

Se realiza una demostración práctica del uso de herramientas básicas de edición (cortes, inserción de textos, música libre de derechos).

Actividad 1: Edición guiada del programa

- **Objetivo:** Editar el video del programa para mejorar su calidad y mensaje.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo importa su material en la herramienta de edición.
 - Realizan cortes necesarios, agregan títulos y música.
 - Integran imágenes o videos extras si los tienen.
 - Preparan una versión final para mostrar.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Video editado y listo para presentación.
- **Tiempo:** 90 minutos.

- **Rol docente:** Brinda apoyo técnico, responde dudas y sugiere mejoras creativas.

Diferenciación:

- **Estudiantes adelantados:** Pueden explorar efectos adicionales o ayudar a otros grupos.
- **Estudiantes con dificultades:** Reciben apoyo personalizado para manejar la herramienta.

Transición:

Se prepara a los estudiantes para la presentación de su programa en la próxima sesión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

- Discusión grupal sobre lo que aporta la edición al mensaje y la atención del espectador.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo mejoró nuestro programa con la edición?
- ¿Qué aprendí sobre el uso de herramientas tecnológicas?
- ¿Qué me gustaría explorar más en edición audiovisual?

Retroalimentación:

- El docente destaca mejoras en la presentación y anima a seguir experimentando con la creatividad.

Transferencia:

Invita a usar estos conocimientos para crear contenidos en otros proyectos o redes sociales.

Tarea o reto:

Reflexionar sobre el impacto que puede tener un buen mensaje de salud y cómo comunicarlo efectivamente.

Sesión 5: Presentación y retroalimentación entre grupos

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Preparar la presentación pública de los programas editados y generar un ambiente de aprendizaje colaborativo mediante la retroalimentación.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Qué características debe tener una buena presentación para que el público comprenda y se interese?"
- **Estudiantes:** Comparten ideas sobre claridad, entusiasmo, actitud y lenguaje corporal.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Explica que esta es su oportunidad para mostrar el trabajo y aprender de sus compañeros.
- **Estudiantes:** Se motivan para presentar con entusiasmo y escucha activa.

Contextualización:

- **Docente:** Explica las normas para la presentación y retroalimentación respetuosa.
- **Estudiantes:** Se preparan para presentar y evaluar.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Actividad 1: Presentación de los programas

- **Objetivo:** Mostrar el programa saludable a la comunidad escolar.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo presenta su video.
 - Responden preguntas breves del público (compañeros y docente).
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Presentación audiovisual y diálogo.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Rol docente:** Facilita la presentación, modera preguntas y mantiene el orden.

Actividad 2: Retroalimentación con lista de cotejo

- **Objetivo:** Evaluar y mejorar los programas a través de comentarios constructivos.
- **Instrucciones:**
 - Cada estudiante recibe una lista de cotejo con criterios claros relacionados con los objetivos.
 - Escuchan y observan cada presentación, marcando observaciones positivas y sugerencias.
 - Al final, cada grupo recibe un resumen de la retroalimentación.
- **Organización:** Individual y grupal.
- **Producto:** Lista de cotejo completada y resumen de feedback.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol docente:** Supervisa, asegura retroalimentación respetuosa y guía en comentarios.

Diferenciación:

- **Estudiantes adelantados:** Pueden liderar la retroalimentación y sugerir mejoras creativas.
- **Estudiantes con dificultades:** Reciben apoyo para expresar sus opiniones de forma constructiva.

Transición:

Se prepara a los estudiantes para realizar ajustes finales y reflexión en la última sesión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

- Dinámica rápida: cada estudiante dice una fortaleza y una oportunidad de mejora del proyecto.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí al ver los programas de mis compañeros?
- ¿Cómo puedo mejorar mi trabajo para impactar mejor a la audiencia?
- ¿Qué habilidades desarrollé trabajando en este proyecto?

Retroalimentación:

- El docente destaca el avance en comunicación y trabajo colaborativo, y plantea retos para la sesión final.

Transferencia:

Se invita a pensar en cómo estos aprendizajes pueden aplicarse en otras áreas y situaciones de la vida.

Tarea o reto:

Preparar una breve presentación personal sobre lo aprendido en el proyecto.

Sesión 6: Reflexión, ajustes finales y presentación pública

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar la retroalimentación recibida, realizar ajustes finales y preparar la presentación pública del programa.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que cada grupo comparta una mejora que planean hacer basada en la retroalimentación.

- **Estudiantes:** Explican sus planes de ajuste.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Motiva con la frase: "Este es nuestro momento para brillar y promover la salud con creatividad y compromiso."
- **Estudiantes:** Se preparan con entusiasmo para la presentación final.

Contextualización:

- **Docente:** Explica el cronograma de la presentación pública y las responsabilidades.
- **Estudiantes:** Organizan su tiempo para ajustes y ensayo final.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Actividad 1: Ajustes finales y ensayo

- **Objetivo:** Incorporar mejoras y practicar la presentación para la audiencia externa.
- **Instrucciones:**
 - Grupos revisan sus videos y guiones para hacer ajustes finales.
 - Ensayan la presentación oral que acompañará al video.
 - Preparan materiales de apoyo si los desean (carteles, folletos).
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Programa final listo para presentación.
- **Tiempo:** 60 minutos.
- **Rol docente:** Asiste en detalles técnicos y comunicación, motiva y corrige aspectos finales.

Actividad 2: Presentación pública del programa saludable

- **Objetivo:** Comunicar efectivamente el mensaje saludable a una audiencia real (otros cursos, familiares o comunidad escolar).
- **Instrucciones:**
 - Presentar el video y la parte oral frente a la audiencia invitada.
 - Responder preguntas y recibir aplausos.
- **Organización:** Plenaria con público externo si es posible.
- **Producto:** Presentación realizada y programa difundido.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol docente:** Coordina, recibe al público y facilita el evento.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

- Rueda de opiniones donde cada estudiante comparte lo que más disfrutó y lo que aprendió.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo cambió mi percepción sobre la nutrición y la salud al hacer este proyecto?
- ¿Qué habilidades desarrollé que puedo usar en otros proyectos?
- ¿Cómo puedo seguir promoviendo hábitos saludables en mi entorno?

Retroalimentación:

- El docente ofrece una valoración final, destacando logros y motivando a continuar con hábitos saludables.

Transferencia:

Se invita a los estudiantes a compartir su programa en redes sociales o eventos escolares para ampliar el impacto.

Tarea o reto:

Reflexionar y escribir en su cuaderno un compromiso personal para mejorar su salud y la de su comunidad.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Sesión 1, al activar conocimientos previos y detectar habilidades en trabajo en equipo y comunicación.
- **Formativa:** Durante todas las sesiones, mediante observación de actividades grupales, participación, ensayos, y retroalimentación continua.
- **Sumativa:** Sesiones 5 y 6, a través de la presentación final del programa y autoevaluación/reflexión personal.

Criterios de evaluación:

- Investiga y selecciona información confiable y relevante sobre nutrición y salud (Objetivo 1).
- Diseña contenidos audiovisuales creativos y claros (Objetivo 2).
- Participa activamente en el trabajo colaborativo para planificar y producir el programa (Objetivo 3).
- Evalúa críticamente su producto y el de los compañeros mediante retroalimentación constructiva (Objetivo 4).
- Reflexiona sobre su aprendizaje y compromiso con hábitos saludables (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para evaluación de presentaciones y productos audiovisuales.
- Rúbrica para evaluar guion, creatividad, claridad, trabajo en equipo y presentación.

- Observación directa durante actividades y ensayos.
- Portafolio digital o físico con evidencias del proceso (fichas, guiones, videos).
- Autoevaluación y coevaluación mediante cuestionarios y reflexiones escritas.

Evidencias de aprendizaje:

- Fichas de análisis y lluvia de ideas demostrando investigación y selección de temas.
- Guion escrito del programa mostrando organización y contenido saludable.
- Video editado y presentado que comunica eficazmente el mensaje.
- Participación activa y colaborativa en todas las fases del proyecto.
- Reflexiones personales y grupales evidenciando comprensión y compromiso con la salud.

Enriquecimientos

Desarrollo - Gamificar

Elementos de Gamificación para la Fase de Desarrollo

En la fase de desarrollo del proyecto "¡Salud en Pantalla! Creación de un Programa de Televisión Saludable", la gamificación puede potenciar la motivación y el compromiso de los estudiantes de media (15-17 años), reforzando los objetivos de aprendizaje en Educación Física, Nutrición y Salud. A continuación, se proponen mecánicas de juego adecuadas, que se integran de forma natural con las actividades y respetan el tiempo disponible.

Mecánicas de Juego Propuestas

- **Puntos por Hitos Completados:** Los estudiantes ganan puntos individuales y grupales al completar tareas clave, como investigación sobre salud, creación del guion, diseño del set, o ensayo del programa. Esto fomenta el seguimiento del progreso y el trabajo colaborativo.
- **Desafíos Semanales:** Cada sesión incluye un mini-desafío relacionado con temas de nutrición o actividad física (por ejemplo, diseñar un mensaje corto de concientización o identificar errores comunes en hábitos saludables). Los grupos que resuelvan el desafío obtienen recompensas simbólicas que pueden usar para “mejorar” elementos de su programa (como elegir música o gráficos).
- **Roles con Recompensas:** Dentro de cada grupo, los estudiantes asumen roles (guionista, presentador, productor, etc.) que rotan semanalmente. Cumplir con las responsabilidades del rol de forma destacada les otorga insignias o reconocimientos que se muestran en el aula y fomentan la participación activa.
- **Feedback Instantáneo con Tarjetas de “Salud en Pantalla”:** Durante los ensayos, los compañeros y el docente entregan tarjetas de feedback positivo y constructivo con pequeños puntos extra para la puntuación general del grupo, incentivando la autoevaluación y la colaboración.
- **Ranking de Equipos:** Se mantiene un tablero visible con el puntaje acumulado de cada equipo, incentivando la competencia sana y el compromiso continuo durante las 6 sesiones.

Integración con los Objetivos de Aprendizaje

Objetivo de Aprendizaje	Mecánica de Gamificación	Refuerzo del Aprendizaje
Investigar y comprender conceptos de nutrición y salud	Desafíos Semanales	Motiva la búsqueda activa de información y la aplicación inmediata de conocimientos
Desarrollar habilidades de comunicación y trabajo en equipo	Roles con Recompensas y Feedback Instantáneo	Fomenta la responsabilidad individual y la colaboración efectiva
Diseñar y producir un programa de televisión saludable	Puntos por Hitos Completados y Ranking de Equipos	Promueve la gestión del tiempo y el compromiso con la calidad del producto final

Consideraciones para la Implementación

- El sistema de puntos y recompensas debe ser transparente y simple para evitar distracciones.
- Las insignias y reconocimientos pueden ser físicos (stickers, diplomas) o digitales (en plataformas educativas).
- El docente debe monitorear que la competencia se mantenga positiva y que todos los estudiantes participen activamente.
- Los desafíos deben ser breves para no restar tiempo a la producción del programa.

Desarrollo - Tareas

Tareas Estructuradas para la Fase de Desarrollo

En esta fase, los estudiantes trabajarán en la creación progresiva de su programa de televisión saludable, aplicando conocimientos y habilidades desarrolladas durante el proyecto. Cada tarea está diseñada para avanzar en la producción del programa, fomentando la colaboración, investigación, creatividad y comunicación efectiva.

Tarea	Instrucciones	Tiempo Estimado	Producto Esperado	Objetivo de Aprendizaje
-------	---------------	-----------------	-------------------	-------------------------

1. Investigación y Guionización	• Formen equipos de 4-5 integrantes. • Investiga temas relevantes sobre nutrición y salud que serán tratados en el programa. • Seleccionen 3 temas principales para desarrollar en los episodios. • Escriban un guion básico para la presentación de cada tema, incluyendo introducción, desarrollo y cierre. • Incluyan datos confiables y lenguaje claro para la audiencia.	2 horas (Sesión 2)	Guion escrito para los tres temas seleccionados.	Desarrollar habilidades de investigación y comunicación escrita para explicar temas de salud (Objetivo: Comprender y comunicar información sobre nutrición y salud).
2. Diseño de Segmentos Visuales	• Con base en los guiones, diseñen ideas para los elementos visuales del programa (gráficos, imágenes, videos cortos, demostraciones). • Asignen roles dentro del equipo para crear o recolectar estos elementos. • Planifiquen cómo integrarán estos elementos en la grabación para hacer el programa atractivo y claro.	2 horas (Sesión 3)	Plan de producción visual con bocetos o lista de recursos visuales.	Aplicar principios de comunicación visual para apoyar el mensaje educativo (Objetivo: Utilizar recursos visuales para mejorar la comprensión del contenido).

3. Práctica de Presentación y Grabación	• Realicen ensayos de la presentación siguiendo el guion y el plan visual. • Practiquen la expresión oral clara, el lenguaje corporal y el trabajo en equipo. • Graben una versión preliminar del programa para revisión.	2 horas (Sesión 4)	Video preliminar del programa con presentación y elementos visuales integrados.	Desarrollar habilidades de comunicación oral y trabajo colaborativo (Objetivo: Comunicar eficazmente mensajes de salud en un formato audiovisual).
4. Retroalimentación y Edición	• Presenten el video preliminar a otros equipos o docentes para recibir retroalimentación. • Analicen comentarios y sugerencias para mejorar contenido, claridad y presentación. • Editen el video incorporando las mejoras sugeridas.	2 horas (Sesión 5)	Video editado y mejorado del programa.	Fomentar el pensamiento crítico y la mejora continua en la producción audiovisual (Objetivo: Evaluar y mejorar materiales educativos para mayor impacto).
5. Presentación Final y Reflexión	• Presenten el programa finalizado ante la clase o en un evento escolar. • Realicen una sesión de preguntas y respuestas con la audiencia para fortalecer la comprensión. • Escriban una reflexión grupal sobre lo aprendido y el proceso de creación.	2 horas (Sesión 6)	Presentación audiovisual final y documento de reflexión grupal.	Consolidar el aprendizaje y valorar la experiencia colaborativa (Objetivo: Integrar conocimientos y habilidades para promover hábitos saludables).

Cierre - Rubrica

Rúbrica para Evaluar el Proyecto Final: "¡Salud en Pantalla! Creación de un Programa de Televisión Saludable"

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el programa de televisión saludable creado por estudiantes de media (15-17 años) en el área de Educación Física, Nutrición y Salud. Se basa en los objetivos de aprendizaje del plan y considera la duración y metodología del proyecto.

Criterio	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Insuficiente (1)
Contenido Científico y Relevancia Precisión y pertinencia de la información nutricional y de salud presentada.	Información precisa, actualizada y altamente relevante; demuestra comprensión profunda de temas de nutrición y salud.	Información mayormente precisa y relevante; comprensión adecuada de los temas tratados.	Información con algunos errores o poco relevante; comprensión limitada de los temas.	Información incorrecta o irrelevante; falta de comprensión clara de los temas.
Creatividad y Diseño del Programa Originalidad, estructura atractiva y uso efectivo de recursos audiovisuales.	Programa muy creativo, bien estructurado y utiliza recursos audiovisuales de manera efectiva para captar la atención.	Programa con creatividad moderada, estructura clara y recursos audiovisuales adecuados.	Programa poco creativo, estructura básica y uso limitado de recursos audiovisuales.	Programa sin creatividad, desorganizado y sin uso de recursos audiovisuales relevantes.
Habilidades de Comunicación Claridad, fluidez y expresión oral durante la presentación.	Presentación clara, fluida y segura; lenguaje apropiado para la audiencia y buen manejo del tiempo.	Presentación clara y comprensible; lenguaje adecuado y manejo aceptable del tiempo.	Presentación con algunas dificultades de claridad o fluidez; lenguaje poco adecuado o manejo limitado del tiempo.	Presentación confusa o difícil de entender; lenguaje inapropiado o mal manejo del tiempo.
Trabajo Colaborativo Participación activa y equitativa de todos los miembros del grupo en el proyecto.	Todos los miembros participaron activamente y de manera equitativa; excelente coordinación grupal.	La mayoría de los miembros participaron; buena coordinación grupal.	Participación desigual entre miembros; coordinación limitada.	Participación mínima o nula de varios miembros; falta de coordinación.
Aplicación Práctica y Propuestas de Estilo de Vida Saludable Incorporación de recomendaciones prácticas y factibles para la audiencia.	Incluye propuestas claras, prácticas y realistas para promover estilos de vida saludables.	Incluye propuestas prácticas, aunque algunas pueden ser poco claras o menos realistas.	Incluye propuestas poco prácticas o poco claras para la audiencia.	No incluye propuestas prácticas o las propuestas no son relevantes.