

Conectando Historias Saludables: Narrativas

Audiovisuales para una Vida Plena

Lenguaje | Lectura | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de secundaria (12-15 años) desarrollen habilidades de lectura fluida, fomenten la paz interior y el autocuidado, mientras construyen narrativas audiovisuales relacionadas con una vida saludable. A través de un enfoque activo basado en proyectos, los estudiantes explorarán cómo el lenguaje audiovisual puede comunicar mensajes poderosos para promover hábitos saludables en su comunidad y en medios masivos. El proyecto integra competencias lectoras con la creatividad y la reflexión personal, vinculando el aprendizaje con sus experiencias cotidianas y la realidad social que los rodea. Además, se promueve un ambiente de respeto y autocuidado, fortaleciendo tanto las habilidades cognitivas como socioemocionales. Los estudiantes trabajarán colaborativamente para producir un producto tangible que ejemplifique su comprensión y compromiso con una vida saludable, utilizando medios audiovisuales para amplificar su voz en espacios comunitarios o digitales. Este plan es relevante porque combina el desarrollo integral del estudiante con habilidades comunicativas actuales, preparándolos para participar activamente en la sociedad y cuidar de su bienestar y el de otros.

Objetivos de Aprendizaje

- Desarrollar la fluidez lectora mediante la interpretación crítica de textos relacionados con la vida saludable.
- Crear narrativas audiovisuales que comuniquen mensajes claros y motivadores sobre hábitos saludables.
- Fomentar la paz interior y el autocuidado a través de actividades de reflexión y prácticas conscientes.
- Colaborar efectivamente en equipos para diseñar y transmitir mensajes de salud en medios comunitarios o masivos.
- Analizar y evaluar la calidad y el impacto de los mensajes audiovisuales propios y ajenos sobre la vida saludable.

Recursos Necesarios

- Textos impresos y digitales sobre vida saludable (artículos, infografías, cuentos cortos).
- Dispositivos digitales con cámara y micrófono (tabletas, celulares o cámaras digitales) - al menos 1 por grupo.
- Computadoras o laptops con programas básicos de edición audiovisual (ej. Clipchamp, iMovie, OpenShot).
- Acceso a internet para investigar y buscar ejemplos de narrativas audiovisuales en medios comunitarios o masivos.
- Materiales para guiones y storyboards: hojas, lápices, marcadores, regla.
- Proyector o pantalla para mostrar videos y presentaciones.
- Cuadernos o libretas para anotaciones y reflexiones personales.
- Reloj o cronómetro para gestión del tiempo.

- Carteles o pizarras para organizar ideas y planificar.

Requisitos Previos

- Habilidades básicas de lectura y comprensión de textos narrativos y expositivos.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo en el aula.
- Conocimiento básico del uso de dispositivos digitales y navegación en internet.
- Familiaridad con conceptos básicos de salud y autocuidado vistos en clases anteriores.
- Capacidad para expresar ideas oralmente y por escrito.

Actividades

Sesión 1: Descubriendo la vida saludable y el poder del lenguaje audiovisual

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Conectar a los estudiantes con el tema de la vida saludable y el lenguaje audiovisual, motivándolos a explorar cómo pueden comunicar mensajes importantes sobre salud mediante narrativas.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Qué entienden por vida saludable? ¿Han visto alguna vez videos o mensajes que promuevan hábitos para cuidar la salud? ¿Qué les llamó la atención de esos mensajes?"

Estudiantes: Responden en plenaria compartiendo sus ideas y experiencias breves (2-3 minutos).

Motivación y enganche:

Docente: Presenta un video corto y llamativo (3 minutos) que muestre una campaña audiovisual exitosa sobre hábitos saludables, por ejemplo una campaña sobre alimentación o ejercicio.

Estudiantes: Observan el video y comentan qué les gustó y qué mensaje captaron.

Contextualización:

Docente: Explica: "Hoy empezaremos un proyecto para crear nuestras propias historias audiovisuales que promuevan una vida saludable. Aprenderemos a leer con fluidez, a cuidarnos y a trabajar en equipo para transmitir mensajes que pueden ayudar a nuestra comunidad."

Estudiantes: Escuchan y toman notas si lo desean.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce el proyecto: "Crearemos un producto audiovisual para medios comunitarios o masivos, partiendo de la lectura de textos relacionados con la vida saludable. Para comenzar, formaremos equipos y exploraremos materiales de lectura que nos inspiren."

Actividad 1: Lectura en voz alta y fluida de textos inspiradores

- **Objetivo:** Desarrollar la fluidez lectora y comprensión.
- **Instrucciones:**
 - Divide a los estudiantes en grupos de 4.
 - Entrega a cada grupo un conjunto de textos breves sobre hábitos saludables.
 - Cada estudiante elige un párrafo para leer en voz alta con fluidez dentro del grupo.
 - Luego, discuten en equipo qué aprendieron y cuál mensaje les parece más importante.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Resumen oral breve del texto y reflexión grupal.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol docente:** Observa la lectura, corrige pronunciación y entonación, pregunta sobre comprensión y motiva la participación de todos.

Actividad 2: Reflexión guiada para fomentar paz interior y autocuidado

- **Objetivo:** Promover la paz interior y el autocuidado mediante la reflexión personal.
- **Instrucciones:**
 - Entrega una hoja con preguntas para reflexión personal: ¿Qué hago hoy para cuidar mi cuerpo y mente? ¿Cómo me siento cuando estoy tranquilo y saludable? ¿Qué hábitos quiero mejorar?
 - Los estudiantes escriben sus respuestas en silencio (10 minutos).
 - Luego comparten voluntariamente alguna idea con su grupo.
- **Organización:** Individual y luego grupos pequeños.
- **Producto:** Reflexión escrita y diálogo grupal.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol docente:** Facilita el ambiente tranquilo, escucha y apoya a estudiantes que necesiten ayuda para expresar sus ideas.

Actividad 3: Discusión sobre el lenguaje audiovisual y su impacto

- **Objetivo:** Analizar cómo el lenguaje audiovisual puede influir en las personas para promover hábitos saludables.
- **Instrucciones:**

- En plenaria, el docente muestra ejemplos de imágenes, sonidos y frases usadas en videos de salud.
- Pregunta: ¿Por qué creen que usan esos colores, música o palabras? ¿Cómo nos hacen sentir? ¿Qué mensajes transmiten?
- Los estudiantes responden y discuten en grupo grande.

- **Organización:** Plenaria

- **Producto:** Ideas anotadas en pizarra o cartel.

- **Tiempo:** 25 minutos

- **Rol docente:** Guía la discusión, anota ideas clave y conecta con el proyecto.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Investigar en internet un ejemplo extra de campaña audiovisual saludable y compartir en la siguiente sesión.

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Lectura en parejas con apoyo del docente o asistente, y uso de audiotextos para reforzar comprensión.

Transición:

Docente: "Ahora que exploramos textos y comprendemos la importancia del lenguaje audiovisual, en la siguiente sesión comenzaremos a planear nuestras propias historias para compartir."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

Cada grupo escribe en una hoja tres ideas clave que aprendieron sobre vida saludable y lenguaje audiovisual.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué fue lo más fácil y lo más difícil de la lectura en voz alta?
- ¿Cómo creen que el autocuidado puede ayudarles en su vida diaria?
- ¿Por qué es importante usar el lenguaje audiovisual para compartir mensajes de salud?

Retroalimentación:

Docente: Da comentarios positivos sobre la participación, la lectura y las reflexiones, destacando avances y áreas a mejorar con ejemplos específicos.

Transferencia:

Docente: Explica que en la próxima sesión iniciarán la creación de guiones para sus videos, aplicando lo aprendido hoy.

Tarea o reto:

Buscar en casa o en internet un anuncio, video o campaña que promueva un hábito saludable y traerlo para compartir.

Sesión 2: Planificando nuestras narrativas audiovisuales saludables**Fase de Inicio**

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Recordar lo aprendido y conectar con la planificación del proyecto audiovisual.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Qué ejemplos de mensajes saludables encontraron? ¿Cómo nos ayudaron las lecturas y reflexiones para pensar en nuestro propio mensaje?"

Estudiantes: Comparten brevemente en parejas y luego en plenaria.

Motivación y enganche:

Docente: Muestra un ejemplo corto de storyboard para un video sencillo.

Estudiantes: Observan y comentan qué elementos les parecen importantes para contar una historia.

Contextualización:

Docente: Explica que ahora comenzarán a diseñar sus guiones y storyboards para sus mensajes audiovisuales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Actividad 1: Brainstorming y selección de tema

- **Objetivo:** Definir el tema específico de cada grupo para su narrativa audiovisual.
- **Instrucciones:**
 - En grupos, hacen una lluvia de ideas sobre temas de vida saludable (alimentación, ejercicio, manejo del estrés, etc.).
 - Discuten y eligen un tema que les interese y sea relevante para su comunidad.
 - Registran sus ideas en una hoja grande o pizarra.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Lista de temas y tema elegido.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol docente:** Facilita la lluvia de ideas, orienta para que el tema sea claro y alcanzable.

Actividad 2: Creación del guion inicial

- **Objetivo:** Elaborar un guion escrito que estructure la narrativa audiovisual.
- **Instrucciones:**
 - Usan plantillas de guion para organizar ideas: introducción, desarrollo, conclusión, mensajes clave.
 - Escriben diálogos, textos o descripciones para cada escena.
 - El docente apoya con ejemplos y sugerencias.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Guion escrito.
- **Tiempo:** 50 minutos
- **Rol docente:** Revisa avances, hace preguntas para profundizar el mensaje y mejorar la claridad.

Actividad 3: Diseño del storyboard

- **Objetivo:** Visualizar la narrativa mediante dibujos o esquemas que representen cada escena del guion.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo dibuja su storyboard en hojas grandes, con cuadros para cada escena y notas sobre imágenes, sonidos y textos.
 - Discuten cómo transmitir mejor el mensaje con imágenes y sonidos.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Storyboard visual.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol docente:** Apoya con ideas visuales y retroalimenta sobre creatividad y coherencia.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Pueden comenzar a buscar música o efectos sonoros que podrían usar en su video.

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Trabajan con el docente en grupos más pequeños para simplificar el guion y storyboard.

Transición:

Docente: "En la próxima sesión grabaremos y editaremos nuestras narrativas para darles vida."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Cada grupo comparte con la clase el tema elegido y una parte de su guion o storyboard.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué fue lo más interesante de planear tu historia?
- ¿Cómo decidieron qué mensaje es más importante?
- ¿Qué aspectos del autocuidado integraron en su narrativa?

Retroalimentación:

Docente: Felicita la creatividad y el trabajo en equipo, destacando la claridad de las ideas y el compromiso con el mensaje de salud.

Transferencia:

Docente: Anima a que piensen en cómo comunicarán su mensaje para que sea fácil de entender y motivador.

Tarea o reto:

Practicar la lectura en voz alta del guion para mejorar fluidez y expresión.

Sesión 3: Producción audiovisual: grabando nuestras historias saludables

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar los guiones, preparar la grabación y motivar la expresión oral y corporal para la producción audiovisual.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Cómo se sienten para grabar su historia? ¿Qué aspectos del guion les gustaría practicar para que su mensaje sea claro y atractivo?"

Estudiantes: Responden en parejas y comparten algunas ideas en plenaria.

Motivación y enganche:

Docente: Presenta un breve video motivacional sobre la importancia de la comunicación efectiva y la expresión creativa.

Estudiantes: Observan y comentan qué técnicas les gustaría usar.

Contextualización:

Docente: Explica que practicarán y grabarán sus narrativas con dispositivos digitales, aplicando la fluidez lectora y autocuidado en la expresión.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Actividad 1: Práctica de lectura y expresión oral en grupos

- **Objetivo:** Mejorar la fluidez lectora y la expresión oral para la grabación.
- **Instrucciones:**
 - Los estudiantes practican la lectura en voz alta del guion, enfatizando entonación, pausas y claridad.
 - Se apoyan mutuamente con sugerencias para mejorar la expresión corporal y facial.
 - El docente modela técnicas de respiración y relajación para mantener la calma y paz interior.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Presentaciones orales prácticas.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol docente:** Observa, corrige, anima y brinda ejercicios para controlar nervios y mejorar el autocuidado emocional.

Actividad 2: Grabación de escenas según storyboard

- **Objetivo:** Producir material audiovisual que represente la narrativa planificada.
- **Instrucciones:**
 - Los grupos graban las escenas con los dispositivos disponibles, siguiendo el storyboard.
 - Se turnan para ser actores, camarógrafos y directores.
 - El docente supervisa el orden, el respeto y la calidad del contenido.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Videos grabados en bruto.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol docente:** Ayuda en ajustes técnicos, fomenta el autocuidado durante la actividad y resuelve dudas técnicas.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Comienzan a seleccionar música o efectos para la edición.

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Graban segmentos más sencillos, con ayuda directa del docente o compañeros.

Transición:

Docente: "En la próxima sesión editaremos nuestros videos para darles forma final y preparar la difusión."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Cada grupo comparte brevemente cómo fue la experiencia de grabar y qué aprendieron sobre expresión y trabajo en equipo.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendiste sobre ti mismo al grabar tu narrativa?
- ¿Cómo te ayudaron las técnicas de autocuidado para estar tranquilo y concentrado?
- ¿Qué mejorarías para la próxima vez?

Retroalimentación:

Docente: Reconoce el esfuerzo, la creatividad y el manejo emocional, sugiriendo áreas para potenciar en la edición.

Transferencia:

Docente: Invita a pensar en la importancia de editar cuidadosamente para que el mensaje sea claro y motivador.

Tarea o reto:

Practicar la relajación y lectura fluida del guion en casa para fortalecer la confianza para la próxima fase.

Sesión 4: Edición audiovisual y construcción del mensaje final

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Recordar la importancia del mensaje y preparar la edición de los videos para mejorar la comunicación audiovisual.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Qué partes de su video creen que necesitan más atención para que su mensaje sea claro? ¿Qué elementos audiovisuales pueden ayudar a mejorar su historia?"

Estudiantes: Comparten en grupos pequeños sus ideas.

Motivación y enganche:

Docente: Presenta ejemplos de videos editados con efectos, música y subtítulos para inspirar.

Estudiantes: Observan y comentan qué efectos les gustaría usar.

Contextualización:

Docente: Explica que la edición es fundamental para fortalecer el mensaje y hacer su video más atractivo y fácil de entender.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Actividad 1: Introducción a herramientas de edición básica

- **Objetivo:** Conocer y practicar funciones básicas de programas de edición audiovisual.
- **Instrucciones:**
 - El docente muestra en proyector las funciones básicas: cortar clips, añadir música, insertar textos y transiciones.
 - Los estudiantes practican en parejas con tutoriales sencillos.
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Clips editados de prueba.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol docente:** Asiste en dificultades técnicas y supervisa el aprendizaje.

Actividad 2: Edición colaborativa del video del proyecto

- **Objetivo:** Integrar los elementos audiovisuales para construir el mensaje final.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo edita su video añadiendo música, efectos y textos siguiendo el guion y storyboard.
 - Se alternan roles para incluir aportes de todos.
 - El docente supervisa la coherencia y motivación del mensaje.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Video final en borrador.
- **Tiempo:** 70 minutos
- **Rol docente:** Da retroalimentación inmediata sobre calidad, impacto y fluidez del mensaje.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Proponen mejoras adicionales o crean una campaña complementaria en redes sociales.

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Trabajan con un asistente o docente para realizar la edición guiada paso a paso.

Transición:

Docente: "En la siguiente sesión haremos pruebas de difusión y prepararemos la presentación final."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Cada grupo presenta un avance breve de su video para recibir comentarios de compañeros y docente.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendiste sobre comunicar mensajes con imágenes y sonidos?
- ¿Cómo mejoró tu video desde la grabación hasta la edición?
- ¿Qué emociones quisieron transmitir y cómo lo lograron?

Retroalimentación:

Docente: Destaca avances técnicos y creativos, alentando a mejorar detalles para la versión final.

Transferencia:

Docente: Invita a pensar en cómo su video puede impactar positivamente a quienes lo vean.

Tarea o reto:

Practicar la presentación oral para difundir su mensaje con seguridad y calma.

Sesión 5: Preparando la difusión y presentando nuestra historia saludable

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Preparar la presentación oral y estrategias para compartir el proyecto en medios comunitarios o digitales.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Qué medios conocen para compartir mensajes con muchas personas? ¿Cómo podemos asegurarnos de que nuestro mensaje llegue a quienes más lo necesitan?"

Estudiantes: Responden y discuten en plenaria.

Motivación y enganche:

Docente: Comparte ejemplos de campañas comunitarias exitosas y su impacto social.

Estudiantes: Se motivan a pensar en su propio impacto.

Contextualización:

Docente: Explica que hoy ensayarán la presentación oral y definirán cómo compartirán su video.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Actividad 1: Ensayo de presentación oral

- **Objetivo:** Fortalecer la fluidez lectora y expresión oral para comunicar con seguridad.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo prepara una presentación de 3-5 minutos para introducir su video y mensaje.
 - Practican la presentación con apoyo de técnicas de respiración y autocuidado emocional.
 - Reciben retroalimentación del docente y compañeros para mejorar.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Presentación oral ensayada.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol docente:** Guía en técnicas de comunicación, gestiona el tiempo y aporta sugerencias de mejora.

Actividad 2: Planificación de difusión

- **Objetivo:** Diseñar estrategias para compartir el video en medios adecuados.
- **Instrucciones:**
 - Los grupos identifican medios locales o digitales para la difusión (radio comunitaria, redes sociales, cartelera escolar, etc.).
 - Elaboran un plan simple con quién, cuándo y cómo compartirán su producto.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Plan de difusión escrito.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol docente:** Orienta para que el plan sea realista y alcance el público objetivo.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Preparan materiales promocionales (flyers, mensajes para redes).

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Trabajan con el docente para simplificar el plan y preparar la presentación.

Transición:

Docente: "En la última sesión haremos la presentación final y reflexionaremos sobre todo lo aprendido."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Los estudiantes comparten en plenaria qué esperan lograr con su video y cómo se sienten sobre la difusión.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí sobre comunicar mensajes saludables?
- ¿Cómo me preparé para presentar y compartir mi historia?
- ¿Qué siento al pensar que mi mensaje puede ayudar a otros?

Retroalimentación:

Docente: Valora el compromiso y la preparación, motivando a dar lo mejor en la presentación final.

Transferencia:

Docente: Invita a aplicar estas habilidades en otras áreas y proyectos futuros.

Tarea o reto:

Repasar el guion y presentación para la sesión final.

Sesión 6: Presentación final y reflexiones sobre una vida saludable**Fase de Inicio**

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Preparar emocionalmente a los estudiantes para la presentación final y reflexionar sobre el aprendizaje.

Activación de conocimientos previos:

Docente: "¿Cómo se sienten para compartir su trabajo final? ¿Qué mensaje principal quieren que todos recuerden?"

Estudiantes: Responden en parejas y luego comparten en plenaria.

Motivación y enganche:

Docente: Dinámica rápida de respiración y visualización para fomentar calma y confianza.

Estudiantes: Participan activamente.

Contextualización:

Docente: Explica que cada grupo presentará su video y mensaje, seguido de una reflexión grupal.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 90 minutos

Actividad 1: Presentación audiovisual y oral

- **Objetivo:** Comunicar eficazmente el mensaje sobre vida saludable a través de video y presentación.
- **Instrucciones:**

- Cada grupo presenta su video y realiza la introducción oral planeada.
- Los demás estudiantes toman notas y preparan preguntas o comentarios.

- **Organización:** Plenaria

- **Producto:** Presentación final de cada grupo.

- **Tiempo:** 60 minutos

- **Rol docente:** Facilita el tiempo, observa y evalúa según criterios establecidos.

Actividad 2: Reflexión y retroalimentación colectiva

- **Objetivo:** Evaluar y reflexionar sobre el proceso y los aprendizajes.

- **Instrucciones:**

- Después de cada presentación, se abre espacio para preguntas, comentarios y sugerencias.
- Al finalizar todas, se realiza una reflexión grupal guiada con preguntas específicas.

- **Organización:** Plenaria

- **Producto:** Reflexiones orales y escritas (puede ser ticket de salida).

- **Tiempo:** 30 minutos

- **Rol docente:** Modera la discusión, destaca aprendizajes y áreas de mejora, y promueve un ambiente respetuoso.

Diferenciación:

Para estudiantes que terminan antes: Pueden apoyar en la organización del evento o elaboración de resúmenes escritos.

Para estudiantes que necesitan más apoyo: Se les ofrece acompañamiento para expresar sus ideas y participar en la reflexión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 20 minutos

Síntesis:

Actividad "Ticket de salida": Cada estudiante escribe en una tarjeta tres aprendizajes clave y cómo aplicará el autocuidado en su vida diaria.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo ayudó el proyecto a mejorar mi lectura y expresión?
- ¿Qué aprendí sobre la importancia de cuidar mi cuerpo y mente?
- ¿Cómo puedo seguir compartiendo mensajes positivos con mi comunidad?

Retroalimentación:

Docente: Entrega comentarios generales sobre el desempeño grupal e individual, resaltando avances en fluidez, autocuidado y trabajo colaborativo.

Transferencia:

Docente: Anima a los estudiantes a continuar creando y compartiendo contenidos saludables y a practicar la paz interior diariamente.

Tarea o reto:

Invitar a compartir el video en casa o en su comunidad y observar reacciones para comentar en futuras actividades.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Sesión 1, activación de conocimientos previos para identificar habilidades lectoras y conocimientos sobre vida saludable.
- **Formativa:** Durante todas las sesiones, especialmente en actividades de lectura en voz alta, creación de guion, grabación, edición y presentaciones orales, con retroalimentación continua.
- **Sumativa:** Sesión 6, evaluación final del producto audiovisual y presentación oral, además de la reflexión metacognitiva.

Criterios de evaluación:

- Fluidez lectora: capacidad para leer con entonación, claridad y comprensión textos relacionados con la vida saludable.
- Calidad y coherencia de la narrativa audiovisual: claridad del mensaje, creatividad y uso adecuado de recursos audiovisuales.
- Participación y colaboración en el trabajo en equipo: aporte al grupo y respeto por las ideas ajenas.
- Reflexión y aplicación del autocuidado y paz interior durante el proyecto.
- Efectividad en la presentación oral: expresión clara, seguridad y conexión con la audiencia.

Instrumentos sugeridos:

- Rúbrica de evaluación del video y presentación (incluye criterios técnicos, creativos y comunicativos).
- Lista de cotejo para participación y trabajo colaborativo.
- Observación directa durante actividades.
- Portafolio con evidencias: guion, storyboard, reflexiones escritas.
- Autoevaluación y coevaluación con preguntas guiadas.

Evidencias de aprendizaje:

- Grabaciones audiovisuales finales.
- Guiones y storyboards elaborados en grupo.

- Registros de lectura en voz alta y prácticas orales.
- Reflexiones personales escritas y orales sobre autocuidado y paz interior.
- Presentaciones orales y plan de difusión.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la Fase de Inicio

En nuestra vida diaria, todos enfrentamos decisiones que afectan nuestra salud y bienestar: desde la alimentación que elegimos, hasta la forma en que manejamos el estrés y cuidamos nuestra mente y cuerpo. Muchos jóvenes, como ustedes, viven en un mundo lleno de información constante, donde las redes sociales, la televisión y otros medios influyen en cómo entendemos qué es vivir de manera saludable.

Actualmente, la pandemia y los cambios en nuestro entorno han puesto de manifiesto la importancia de cuidar no solo nuestro cuerpo, sino también nuestra paz interior y nuestra salud emocional. Según estudios recientes, los adolescentes dedican en promedio más de 7 horas diarias frente a pantallas, lo que puede afectar su bienestar si no se hace de manera consciente.

Este proyecto los invita a reflexionar sobre estas experiencias cotidianas y a compartir sus historias de vida saludable a través de narrativas audiovisuales. No solo aprenderán a expresar sus ideas con fluidez y creatividad, sino que también explorarán cómo encontrar calma interior y cuidar de sí mismos en un mundo acelerado.

Al comenzar esta aventura, es normal sentir curiosidad o incluso un poco de nervios, pero recuerden que este espacio es para descubrir, aprender y apoyarse mutuamente. Juntos, construiremos historias que inspiren y conecten con nuestra comunidad, promoviendo hábitos que nos hagan vivir mejor cada día.

Recomendaciones - Competencias

1. Competencias Cognitivas

Para estudiantes de secundaria (12-15 años) que trabajan en la construcción de narrativas audiovisuales sobre vida saludable, las siguientes competencias cognitivas pueden potenciarse naturalmente:

- **Creatividad:** Al diseñar y producir narrativas audiovisuales, los estudiantes ejercitan su capacidad para generar ideas originales y expresarlas de manera atractiva.
- **Pensamiento Crítico:** La lectura y análisis de textos relacionados con la vida saludable, además de la evaluación de mensajes audiovisuales, favorece la reflexión crítica sobre la información y su impacto.
- **Habilidades Digitales:** La producción y edición audiovisual implica el uso de herramientas digitales, fomentando la alfabetización tecnológica.

Modificaciones específicas a actividades existentes:

- Durante la lectura en voz alta y discusión en grupos, incluir preguntas que inviten a analizar críticamente la información, por ejemplo: "¿Qué evidencia apoya este hábito saludable?", "¿Cómo podría mejorarse el mensaje para que sea más claro o persuasivo?"
- Incluir una breve introducción a herramientas digitales básicas para la creación audiovisual (apps sencillas de edición de video o audio), con una mini-taller práctico en la sesión 3.
- Incorporar una actividad de lluvia de ideas estructurada para el guion audiovisual donde los estudiantes propongan múltiples enfoques creativos para contar la historia.

Técnicas de facilitación para el docente:

- Uso de preguntas abiertas para fomentar el pensamiento crítico y la reflexión.
- Dinámicas de brainstorming guiado para estimular la creatividad en grupos pequeños.
- Modelar el uso básico de herramientas digitales con demostraciones prácticas y guías paso a paso.

2. Competencias Interpersonales

Para fomentar la colaboración y comunicación efectiva en estudiantes de 12-15 años, se recomiendan las siguientes estrategias:

- **Trabajo en equipos pequeños (3-4 integrantes):** Promueve la responsabilidad individual y el aporte de cada miembro.
- **Roles definidos dentro del equipo:** Asignar roles como coordinador, investigador, editor, narrador para organizar el trabajo y desarrollar habilidades específicas.
- **Dinámicas de retroalimentación constructiva:** Establecer momentos para que los estudiantes compartan avances y se den sugerencias respetuosas sobre las narrativas y producciones.

Puntos de reflexión adaptados al nivel de madurez:

- ¿Cómo nos estamos comunicando dentro del equipo para asegurarnos de que todas las voces sean escuchadas?
- ¿Qué dificultades hemos tenido para trabajar juntos y cómo las hemos resuelto?
- ¿De qué manera nuestro trabajo en equipo mejora la calidad de nuestra narrativa audiovisual?

3. Actitudes y Valores

Es fundamental integrar momentos para el desarrollo de actitudes y valores que apoyen el aprendizaje y la vida saludable:

- **Adaptabilidad:** Durante la creación del proyecto, cuando surjan cambios o dificultades técnicas, fomentar la flexibilidad para buscar soluciones alternativas.
- **Responsabilidad:** Asignar tareas claras y hacer seguimiento para que cada estudiante cumpla su parte en el equipo.
- **Curiosidad:** Incentivar la exploración de diferentes fuentes y perspectivas sobre la vida saludable y los medios audiovisuales.

- **Resiliencia:** Promover una actitud positiva ante errores o críticas constructivas en el proceso creativo.
- **Mentalidad de Crecimiento:** Reforzar que las habilidades como la lectura fluida o la edición audiovisual se mejoran con práctica y esfuerzo.

Momentos específicos para su desarrollo:

- Al inicio de cada sesión, dedicar 5 minutos a una breve reflexión o dinámica sobre una actitud o valor clave.
- Durante la retroalimentación grupal, resaltar ejemplos de resiliencia o responsabilidad observados en el trabajo de los equipos.
- Al cierre del proyecto, realizar una ronda de autoevaluación y reflexión grupal sobre las actitudes desarrolladas.

Preguntas de reflexión o actividades breves:

- "¿Qué aprendí hoy sobre cómo puedo mejorar mi forma de trabajar con otros?"
- "¿Cómo enfrenté un reto durante la creación de la narrativa audiovisual?"
- "¿Qué nuevas ideas o curiosidades surgieron mientras investigaba sobre la vida saludable?"