

Speak Up: Preventing Suicide Together

Lengua Extranjera | Inglés | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase tiene como propósito principal sensibilizar a los estudiantes de secundaria (12-15 años) sobre la prevención del suicidio, un tema fundamental para su bienestar emocional y social. A través del aprendizaje en inglés, los alumnos explorarán las causas, señales de alerta y estrategias de apoyo para reducir conductas suicidas y fomentar un entorno seguro y empático en su comunidad. La relevancia de este proyecto radica en que los jóvenes aprenderán a identificar situaciones de riesgo, a comunicar sus emociones y a apoyar a sus pares, contribuyendo a salvar vidas. Además, promoverán la eliminación del estigma que rodea la salud mental, facilitando conversaciones abiertas y respetuosas. El aprendizaje se realizará mediante actividades colaborativas bajo la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos, donde desarrollarán un producto tangible que refleje su comprensión y compromiso con la causa. De esta forma, el plan conecta directamente con la realidad de los estudiantes, ya que les brinda herramientas prácticas para su vida cotidiana y su entorno social, fortaleciendo su empatía, habilidades comunicativas y responsabilidad social.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y describir en inglés señales de alerta y factores de riesgo relacionados con conductas suicidas.
- Analizar y discutir en grupos el impacto del estigma en la salud mental y la importancia del apoyo comunitario.
- Crear un proyecto audiovisual o presentación en inglés que promueva la prevención del suicidio y fomente la conversación abierta sobre bienestar emocional.
- Argumentar con respeto y sensibilidad, en inglés, sobre la importancia de la atención oportuna y el acompañamiento en situaciones de riesgo.
- Reflexionar sobre sus propias emociones y estrategias personales para el autocuidado y el apoyo a otros.

Recursos Necesarios

- Proyector y computadora con acceso a internet para mostrar videos y presentaciones.
- Hojas de rotafolio o cartulinas (6 unidades).
- Marcadores, plumones, lápices de colores y papel para notas adhesivas.
- Tarjetas con vocabulario clave en inglés (señales de alerta, emociones, frases de apoyo).
- Videos cortos en inglés sobre prevención del suicidio (subtitulados si es posible).
- Cuestionarios impresos para reflexión y autoevaluación.
- Aplicación o software para crear presentaciones (PowerPoint, Canva o similar).
- Grabadora de audio o video (puede ser celular) para registrar producciones finales.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de vocabulario y expresiones en inglés relacionadas con emociones y salud.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo y proyectos grupales.
- Habilidades básicas para buscar información en internet.
- Actitud abierta para discutir temas sensibles con respeto y empatía.

Actividades

Sesión 1: Conociendo el tema y preparando el proyecto

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Presentar el tema de prevención del suicidio y el proyecto a desarrollar, motivando a los estudiantes a explorar el tema con respeto y responsabilidad.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "Have you ever heard about suicide prevention? What do you know about mental health?" (¿Han escuchado sobre prevención del suicidio? ¿Qué saben sobre salud mental?)
- **Estudiantes:** Responden con ideas y vocabulario que conocen, en inglés o español.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un corto video en inglés (3 minutos) con subtítulos que presenta datos reales y positivos sobre cómo hablar puede salvar vidas.
- **Estudiantes:** Observan y escuchan atentamente.

Contextualización:

- **Docente:** Explica con palabras sencillas en inglés cómo el tema está relacionado con sus vidas, amigos y familia, destacando la importancia de la comunicación y el apoyo.
- **Estudiantes:** Escuchan y hacen preguntas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Introducir vocabulario clave y señales de alerta en inglés mediante tarjetas y actividades participativas.

Actividad 1: Vocabulary Match

- **Objetivo:** Identificar y comprender vocabulario sobre emociones y señales de riesgo.
- **Instrucciones:** El docente reparte tarjetas con palabras en inglés y definiciones o imágenes. En grupos de 3-4, los estudiantes emparejan tarjetas correctamente.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Listado de palabras con definiciones correctas.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Observa, apoya con pronunciación y explica palabras difíciles.

Actividad 2: Señales de alerta - Role Play

- **Objetivo:** Practicar diálogo en inglés para identificar señales de alerta y ofrecer apoyo.
- **Instrucciones:** En parejas, los estudiantes reciben un escenario breve (p. ej. un amigo triste, aislado) y practican conversaciones con frases de apoyo.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Diálogos breves grabados o actuados.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Escucha, corrige pronunciación y fomenta frases positivas.

Actividad 3: Brainstorming para proyecto

- **Objetivo:** Generar ideas para el proyecto final (video, cartel, presentación).
- **Instrucciones:** En grupos de 4, los estudiantes discuten y anotan ideas en rotafolios.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Lista de ideas para proyecto.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Facilita, pregunta para ampliar ideas y registra propuestas.

Diferenciación:

- Estudiantes que terminan antes pueden diseñar tarjetas visuales con vocabulario para ayudar a otros.
- Quienes necesitan apoyo reciben ayuda adicional con frases modelo y vocabulario simplificado.

Transición: El docente invita a cada grupo a compartir brevemente sus ideas para el proyecto, conectando con la siguiente sesión donde iniciarán su desarrollo.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Cada estudiante escribe en una tarjeta una palabra nueva que aprendió hoy y por qué cree que es importante.

Reflexión metacognitiva:

- What new words did I learn today?
- Why is it important to talk about feelings?
- How can I help a friend who feels sad?

Retroalimentación:

El docente lee algunas respuestas en voz alta, destacando el esfuerzo y aclarando dudas.

Transferencia:

Explica que en la siguiente sesión comenzarán a crear su proyecto para ayudar a otros a conocer estas señales y a pedir ayuda.

Sesión 2: Profundizando en señales y apoyo emocional

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Repasar vocabulario y conectar con experiencias personales para preparar el proyecto.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "Can you remember three warning signs we learned? How do you feel when you are sad?"
- **Estudiantes:** Responden en inglés o español, compartiendo ideas.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un breve test interactivo con preguntas de verdadero o falso sobre mitos y realidades del suicidio.
- **Estudiantes:** Participan levantando manos o usando tarjetas de colores.

Contextualización:

- **Docente:** Relaciona los mitos y realidades con la importancia de informarse bien para ayudar a otros.
- **Estudiantes:** Escuchan y comentan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Profundizar en el apoyo comunitario y la empatía usando ejemplos y videos.

Actividad 1: Video analysis and discussion

- **Objetivo:** Analizar un video en inglés que muestra cómo apoyar a alguien en crisis.
- **Instrucciones:** Ver video corto (5 min), luego discutir en grupos: What did the helper do well? What could be improved?
- **Organización:** Grupos de 3-4.
- **Producto:** Listado de acciones positivas y sugerencias.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Modera la discusión y ayuda con vocabulario.

Actividad 2: Empathy role play

- **Objetivo:** Practicar expresiones de apoyo y empatía en inglés.
- **Instrucciones:** En parejas, representan un diálogo donde uno expresa tristeza y el otro ofrece apoyo usando frases aprendidas.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Presentación oral o grabación.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Escucha, corrige y motiva.

Actividad 3: Project planning

- **Objetivo:** Empezar a diseñar el proyecto final con roles claros.
- **Instrucciones:** Cada grupo decide qué tipo de producto harán, reparte roles (guionistas, diseñadores, presentadores).
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Plan de proyecto con roles y actividades para la siguiente sesión.
- **Tiempo:** 5 minutos.
- **Rol docente:** Supervisa y orienta.

Diferenciación:

- Estudiantes avanzados pueden ayudar a preparar frases complejas para el proyecto.
- Estudiantes con dificultades reciben apoyo con frases modelo y apoyo visual.

Transición: El docente resalta la importancia del trabajo en equipo y avanza hacia la siguiente sesión, donde comenzarán a elaborar el proyecto.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Ronda rápida donde cada estudiante dice una frase de apoyo aprendida hoy.

Reflexión metacognitiva:

- Which phrases can I use to support a friend?
- Why is empathy important when someone feels sad?
- How can our project help others?

Retroalimentación:

El docente felicita la participación y corrige suavemente pronunciación.

Transferencia:

Se recuerda que en la próxima sesión comenzarán a crear materiales para el proyecto.

Sesión 3: Creación del proyecto - diseño y contenido

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 5 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar el plan y motivar a iniciar la creación del producto en inglés.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "What is your group's project idea? What will you create today?"
- **Estudiantes:** Comparten brevemente.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra ejemplos simples de proyectos similares para inspirar.
- **Estudiantes:** Observan y comentan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 50 minutos

Presentación del contenido:

Los estudiantes trabajan en sus proyectos aplicando el vocabulario y expresiones aprendidas.

Actividad 1: Project creation

- **Objetivo:** Diseñar y redactar contenido en inglés para el proyecto.

- **Instrucciones:** En grupos, crean guiones, textos o gráficos para su video, cartel o presentación.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Contenido inicial del proyecto.
- **Tiempo:** 40 minutos.
- **Rol docente:** Asiste con vocabulario, estructura y motivación.

Actividad 2: Peer review

- **Objetivo:** Mejorar el contenido con retroalimentación de compañeros.
- **Instrucciones:** Cada grupo presenta avances a otro grupo que ofrece sugerencias en inglés.
- **Organización:** Grupos de 4 en parejas de grupos.
- **Producto:** Lista de mejoras para implementar.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Modera y guía la retroalimentación respetuosa.

Diferenciación:

- Estudiantes con mayor dominio pueden ayudar a redactar textos más complejos.
- Apoyo visual y frases modelo para quienes lo requieran.

Transición: El docente invita a preparar los materiales para la próxima sesión de grabación o montaje.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Los estudiantes comentan qué parte del proyecto les gusta más y qué les falta por hacer.

Reflexión metacognitiva:

- What part of the project was easy/difficult to create?
- How did my group work together today?
- What should we focus on next session?

Retroalimentación:

El docente destaca el esfuerzo y el trabajo en equipo, sugiriendo áreas de mejora.

Transferencia:

Anticipa que la siguiente sesión se dedicará a finalizar y presentar el proyecto.

Sesión 4: Finalización y práctica de presentaciones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 5 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar avances y preparar la presentación oral o audiovisual.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "What parts of your project are ready? How will you present it?"
- **Estudiantes:** Responden.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra ejemplos breves de presentaciones efectivas en inglés.
- **Estudiantes:** Observan y comentan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 50 minutos

Actividad 1: Final project editing and rehearsing

- **Objetivo:** Finalizar detalles y practicar la presentación en inglés.
- **Instrucciones:** Los grupos editan sus materiales, ensayan y se preparan para presentar.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Proyecto listo y presentación ensayada.
- **Tiempo:** 40 minutos.
- **Rol docente:** Brinda apoyo lingüístico y técnicas para hablar en público.

Actividad 2: Feedback entre grupos

- **Objetivo:** Recibir retroalimentación para mejorar la presentación.
- **Instrucciones:** Grupos presentan un resumen y reciben comentarios constructivos en inglés.
- **Organización:** Plenaria o grupos emparejados.
- **Producto:** Lista de sugerencias para pulir la presentación.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Orienta para que la retroalimentación sea positiva y útil.

Diferenciación:

- Estudiantes con más confianza pueden ayudar a compañeros con dificultades.

- Apoyo extra para quienes necesitan simplificar su discurso.

Transición: Docente recuerda que en la próxima sesión harán la presentación final y reflexión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Los alumnos comparten qué aprendieron al practicar y qué les ayuda a sentirse seguros al hablar en público.

Reflexión metacognitiva:

- What helped me to improve my presentation?
- How can I support my classmates during presentations?
- What feelings do I have about presenting next session?

Retroalimentación:

El docente anima a seguir practicando y resalta la importancia de compartir este mensaje.

Sesión 5: Presentación de proyectos y sensibilización

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 5 minutos

Propósito de la sesión:

Preparar el ambiente para las presentaciones y generar una atmósfera de respeto y apoyo.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Recuenta reglas de respeto y escucha activa para las presentaciones.
- **Estudiantes:** Repiten y acuerdan las reglas.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Invita a pensar en la importancia que tiene su mensaje para compañeros y comunidad.
- **Estudiantes:** Se preparan mentalmente para compartir.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 50 minutos

Actividad: Project presentations

- **Objetivo:** Comunicar en inglés el mensaje sobre prevención del suicidio y fomentar el diálogo.
- **Instrucciones:** Cada grupo presenta su proyecto (video, cartel, presentación) ante la clase, respondiendo preguntas.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Presentación final y discusión.
- **Tiempo:** 50 minutos (aprox. 8-10 minutos por grupo).
- **Rol docente:** Modera, hace preguntas para profundizar y asegura clima respetuoso.

Diferenciación:

- Se permite apoyo con notas o dispositivos para quienes se sientan nerviosos.
- Se reconoce el esfuerzo individual y grupal.

Transición: Se prepara para la sesión final de reflexión y cierre.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Breve ronda donde cada estudiante expresa una idea o sentimiento que se lleva del proyecto.

Reflexión metacognitiva:

- What did I learn from other groups' projects?
- How can I use this knowledge in my life?
- Why is it important to talk openly about mental health?

Retroalimentación:

El docente felicita a todos por su compromiso y mensaje positivo.

Sesión 6: Reflexión final y compromiso personal

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Invitar a los estudiantes a reflexionar sobre lo aprendido y comprometerse con el cuidado emocional propio y de otros.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "What can we do to support our mental health every day?"

- **Estudiantes:** Comparten ideas en inglés y español.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una cita inspiradora en inglés sobre la importancia de cuidar la salud emocional.
- **Estudiantes:** Reflexionan y comentan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Actividad 1: Personal reflection writing

- **Objetivo:** Expresar en inglés una reflexión personal sobre la prevención del suicidio y autocuidado.
- **Instrucciones:** Cada estudiante escribe un párrafo sobre qué aprendió, cómo puede ayudar y qué hará para cuidar su bienestar.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Texto escrito.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Apoya con vocabulario y estructura, motiva a la honestidad y respeto.

Actividad 2: Commitment poster

- **Objetivo:** Crear un cartel grupal con compromisos para promover bienestar y apoyo en la escuela.
- **Instrucciones:** En grupos, diseñan un cartel con frases en inglés que reflejen compromisos y mensajes positivos.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Cartel para exhibir en la escuela.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Facilita materiales y guía la redacción.

Diferenciación:

- Apoyo con plantillas para quienes requieran ayuda con la escritura.
- Estudiantes con más habilidades pueden diseñar elementos visuales creativos.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Se presenta cada cartel y algunos estudiantes comparten su reflexión escrita voluntariamente.

Reflexión metacognitiva:

- What is one thing I will do differently after this project?
- How can I help friends or family who may be struggling?
- Why is it important to keep talking about mental health?

Retroalimentación:

El docente reconoce el crecimiento y la valentía de todos, invitando a continuar la conversación.

Transferencia:

Se anima a llevar los mensajes y compromisos a casa y a la comunidad escolar.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** En la sesión 1, para conocer el nivel previo de vocabulario y conocimientos sobre el tema.
- **Formativa:** Durante todas las sesiones de desarrollo, mediante observación directa, participación en actividades, role plays y revisión de avances del proyecto.
- **Sumativa:** En la sesión 5 y 6, al evaluar la presentación final, la reflexión escrita y el cartel compromiso.

Criterios de evaluación:

- Identificación correcta y uso adecuado del vocabulario relacionado con señales de alerta y emociones (Objetivo 1).
- Participación activa y respetuosa en discusiones y actividades grupales sobre el estigma y apoyo comunitario (Objetivo 2).
- Calidad, creatividad y coherencia del proyecto final en inglés, reflejando comprensión del tema (Objetivo 3).
- Capacidad para expresar argumentos claros y empáticos en inglés durante presentaciones y role plays (Objetivo 4).
- Profundidad y sinceridad en la reflexión personal escrita sobre prevención y autocuidado (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observación durante actividades y presentaciones.
- Rúbrica para evaluar proyecto final (contenido, lenguaje, creatividad).
- Autoevaluación y coevaluación al final de las presentaciones.
- Portafolio con evidencias: tarjetas vocabulario, guiones, reflexiones escritas, carteles.

Evidencias de aprendizaje:

- Tarjetas y mapas conceptuales con vocabulario trabajado.
- Grabaciones o dramatizaciones de role plays.
- Proyecto final (video, cartel o presentación en inglés).
- Participación oral en discusiones y presentaciones.
- Reflexión escrita personal y cartel de compromisos grupales.

