

Conociendo y Cuidando Nuestra Salud Sexual: Prevención de ITS y Embarazo

Ciencias Naturales | Biología | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de secundaria (12-15 años) comprendan la importancia de la salud sexual y reproductiva, enfocándose en las infecciones de transmisión sexual (ITS) y la prevención del embarazo. Durante la sesión, los alumnos aprenderán qué son las ITS, cómo se transmiten, las consecuencias que pueden tener y las formas responsables y efectivas de prevenirlas, así como las estrategias para evitar embarazos no planeados. Esta información es fundamental para que los jóvenes tomen decisiones informadas y responsables sobre su cuerpo y relaciones afectivas, promoviendo su bienestar integral.

El contenido se conecta directamente con la vida cotidiana de los estudiantes, ya que aborda situaciones reales y decisiones que pueden enfrentar en su adolescencia, fortaleciendo su autonomía y autocuidado. La metodología del Diseño Universal para el Aprendizaje garantiza que todas las actividades sean accesibles y motivadoras, atendiendo a la diversidad del aula y promoviendo un aprendizaje activo y significativo.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar las formas de transmisión, síntomas y consecuencias de las infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Identificar y explicar métodos efectivos para la prevención de ITS y embarazos no planeados.
- Argumentar la importancia del autocuidado y la toma de decisiones responsables en la salud sexual.
- Crear un mensaje informativo que promueva prácticas saludables y prevención en su comunidad escolar.

Recursos Necesarios

- Proyector o computadora con acceso a internet para mostrar videos y presentaciones.
- Video educativo corto (4-5 minutos) sobre ITS y prevención del embarazo (sugerencia: canal educativo reconocido o material del sector salud).
- Cartulinas, marcadores, hojas blancas y colores para elaboración de mensajes o carteles.
- Tarjetas con preguntas y afirmaciones sobre ITS y prevención (preparadas por el docente).
- Guía impresa para estudiantes con resumen de ITS, métodos de prevención y consejos de autocuidado.
- Cuaderno o libreta para anotaciones personales.
- Acceso a pizarrón o pizarra digital para registrar ideas clave.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre el cuerpo humano y cambios en la adolescencia (aprendido previamente en ciencias naturales).
- Habilidad para trabajar en equipo y expresar ideas oralmente.
- Experiencia previa con el concepto general de salud y prevención de enfermedades comunes.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica con lenguaje sencillo que hoy aprenderán sobre salud sexual y reproductiva, enfocándose en cómo cuidar su cuerpo para evitar enfermedades y embarazos no planeados. Destaca que esta información es importante para proteger su bienestar y tomar decisiones responsables.

Activación de conocimientos previos:

Docente: Plantea la pregunta detonadora en voz alta: "*¿Qué creen que son las infecciones de transmisión sexual y cómo creen que se pueden prevenir?*" Pide que cada estudiante comparta una idea breve. Registra algunas respuestas en el pizarrón para conectar con el tema.

Motivación y enganche:

Docente: Comparte un dato curioso real para captar su atención: "*¿Sabían que en México, cada año miles de jóvenes contraen infecciones por no protegerse? Pero con información y cuidado podemos evitarlo.*" Luego presenta un video corto y dinámico (4-5 minutos) que muestra cómo se transmiten las ITS y la importancia de la prevención.

Contextualización:

Docente: Conecta el tema con su realidad: "*Ustedes están en una etapa donde empiezan a conocer su cuerpo y a relacionarse con otros de manera diferente, por eso es fundamental saber cómo cuidarse y proteger su salud para vivir felices y seguros.*"

Estudiantes: Escuchan, observan el video y participan compartiendo sus ideas iniciales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce el tema con una presentación visual breve y clara, usando imágenes, esquemas y palabras clave sobre qué son las ITS, formas de transmisión, síntomas comunes y métodos de prevención, incluyendo el uso del condón y otras formas de protección. Explica también la importancia de la prevención del embarazo y los métodos anticonceptivos disponibles.

Actividad 1: "¿Mito o verdad?"

- **Objetivo:** Analizar conceptos erróneos y reales sobre ITS y métodos de prevención.
- **Instrucciones:** El docente reparte tarjetas con afirmaciones sobre ITS y embarazo. Por turnos, un estudiante lee su tarjeta en voz alta y el grupo decide si es un mito o verdad, justificando su respuesta.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Lista breve de afirmaciones correctas y mitos corregidos.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Escucha las justificaciones, formula preguntas guía si hay confusión (ej. "¿Por qué creen que eso es un mito?"), aclara dudas y refuerza conceptos correctos.

Transición:

Docente: Resume brevemente los puntos clave de la actividad y conecta con la siguiente: *"Ahora que sabemos qué es cierto y qué no, vamos a aprender a identificar las mejores formas para cuidarnos y prevenir."*

Actividad 2: "Planificando mi cuidado personal"

- **Objetivo:** Identificar y explicar métodos efectivos de prevención y autocuidado.
- **Instrucciones:** En su cuaderno o en una hoja, cada estudiante elabora una lista personal de acciones que pueden hacer para proteger su salud sexual y prevenir embarazos, basándose en lo aprendido. Luego comparten en parejas sus ideas.
- **Organización:** Individual y parejas.
- **Producto:** Lista escrita y exposición breve en parejas.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Circula, escucha las ideas, pregunta: "¿Por qué elegiste esa acción?", "¿Cómo te ayuda esa acción a cuidar tu salud?" y ofrece retroalimentación.

Transición:

Docente: Señala: *"Finalmente, vamos a crear un mensaje que ayude a otros jóvenes a entender lo importante que es cuidarse."*

Actividad 3: "Creando un mensaje saludable"

- **Objetivo:** Crear un mensaje informativo que promueva prácticas saludables y prevención.
- **Instrucciones:** En grupos de 3-4 estudiantes, diseñan un cartel o mensaje breve (puede ser frase, dibujo o combinación) que invite a prevenir las ITS y embarazos no planeados. Usan cartulinas, marcadores y colores.

- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Cartel o mensaje visual.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Apoya con ideas, fomenta la creatividad, observa la participación y hace preguntas: "¿Qué mensaje quieren transmitir?", "¿Cómo puede ayudar este mensaje a otros jóvenes?".

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Invitar a que escriban una reflexión personal sobre cómo aplicarán lo aprendido en su vida cotidiana.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Proporcionar tarjetas de vocabulario clave y ejemplos concretos para facilitar la elaboración de la lista y el cartel; permitir apoyo verbal adicional.

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

10 minutos

Síntesis:

Docente: Solicita a cada grupo compartir su cartel y explicar brevemente el mensaje. Luego, en conjunto construyen un mapa mental colectivo en el pizarrón con las ideas principales sobre ITS, métodos de prevención y autocuidado.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí hoy sobre las infecciones de transmisión sexual y cómo puedo prevenirlas?
- ¿Por qué es importante cuidar mi salud sexual y reproductiva en esta etapa de mi vida?
- ¿Qué acciones concretas voy a poner en práctica para protegerme y cuidar a otros?

Estudiantes: Responden oralmente o escriben sus reflexiones breves.

Retroalimentación:

Docente: Proporciona retroalimentación inmediata valorando las aportaciones, corrigiendo con respeto y reforzando conceptos clave, destacando el esfuerzo y conocimiento demostrado.

Transferencia:

Docente: Conecta lo aprendido con su vida diaria: *"Recuerden que esta información los acompaña siempre y pueden compartirla con familia y amigos para que todos estén informados y protegidos."*

Tarea o reto:

Docente: Propone un reto: *"Hablen con un adulto de confianza sobre lo aprendido hoy y escriban una breve nota sobre esa conversación para compartirla en la próxima clase."*

Evaluación

Tipo de evaluación: Diagnóstica en fase de inicio (activación de conocimientos previos); formativa durante el desarrollo (observación de participación, actividades en grupo e individuales); sumativa en el cierre (mapa mental colectivo y reflexión metacognitiva).

Criterios de evaluación:

- Capacidad para identificar y explicar las formas de transmisión y prevención de las ITS. (Relacionado con objetivo 1)
- Reconocimiento y explicación adecuada de métodos efectivos para prevenir embarazos no planeados y ITS. (Relacionado con objetivo 2)
- Participación activa y argumentación sobre la importancia del autocuidado en la salud sexual. (Relacionado con objetivo 3)
- Creatividad y claridad en la creación del mensaje informativo para la comunidad. (Relacionado con objetivo 4)

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación y comprensión durante actividades grupales.
- Rúbrica sencilla para evaluar el cartel/mensaje creado.
- Observación directa y registro anecdótico del docente durante la reflexión y exposiciones.
- Autoevaluación breve mediante las preguntas de reflexión metacognitiva.

Evidencias de aprendizaje:

- Respuestas en la actividad "¿Mito o verdad?" que demuestran comprensión de conceptos.
- Lista personal de acciones para el autocuidado.
- Cartel o mensaje visual que refleja la capacidad de síntesis y promoción de la prevención.
- Participación y aportaciones en el mapa mental colectivo y reflexiones escritas u orales.