

UNIDAD DE APRENDIZAJE N° 01
HEALTHY CHOICES, STRONGER LIVES: IMPROVING OUR DAILY HABITS!

I. DATOS INFORMATIVOS:

INSTITUCIÓN EDUCATIVA	JORGE BASADRE	TÍTULO	HEALTHY CHOICES, STRONGER LIVES: IMPROVING OUR DAILY HABITS!			UGEL	Condesuyos		
DOCENTE	SONIA RUTH CHAVEZ LLERENA	GRADO Y SECCIÓN	3RO "UNICA"		DURACIÓN	4 SEMANAS	HORAS	5 horas	
MODALIDAD	PRESENCIAL	ÁREA	INGLÉS	CICLO	VII	FECHA	Del 23 de marzo al 17 de abril	PERÍODO	I BIMESTRE
DIRECTOR	LEONARDO JUAN CONCHA ROSAS	GRE	Arequipa			TURNO	Mañana		

II. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJES

COMPETENCIAS:	(1) Lee diversos tipos de textos escritos en inglés como lengua extranjera. (2) Escribe diversos tipos de textos en inglés como lengua extranjera. (3) Se comunica Oralmente en inglés como lengua extranjera.
PROPÓSITO:	Los estudiantes analizan sus hábitos diarios relacionados con la alimentación, actividad física y bienestar, identificando prácticas saludables y no saludables. A partir de ello, expresan recomendaciones, comparaciones y opiniones en inglés mediante textos escritos y presentaciones orales, promoviendo estilos de vida saludables en su entorno.
PRODUCTO DE LA UNIDAD	MY HEALTHY LIFE PLAN: SMALL CHANGES, BIG RESULTS! Los estudiantes elaboran un plan personal de vida saludable en inglés (rutina + recomendaciones) y lo presentan oralmente, promoviendo hábitos positivos en su comunidad.

● SEMANA 1

Título: *Recognizing Our Daily Habits*

◆ Enfoque:

Diagnóstico + activación de saberes previos + vocabulario

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	PRODUCTO / EVIDENCIA	CRITERIOS	INSTRUMENTO
Lee	Obtiene información	Identifica información explícita sobre rutinas y hábitos en textos breves (horarios, dietas, rutinas)	Ficha de comprensión	Identifica ideas clave	Lista
Lee	Infiere	Deduce si un hábito es saludable o no a partir del contexto	Clasificación hábitos	Relación lógica	Lista
Se comunica	Expresa ideas	Describe sus hábitos diarios usando present simple y adverbios de frecuencia	Participación oral guiada	Claridad y vocabulario	Escala

◆ Actividades clave:

- Wordwall: hábitos saludables vs no saludables
- Rutina diaria (speaking guiado)
- Lectura breve: "Teenagers' habits"

● SEMANA 2

Título: *Healthy vs Unhealthy Lifestyle*

◆ Enfoque:

Comparación + pensamiento crítico

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	PRODUCTO	CRITERIOS	INSTRUMENTO
Lee	Infiere e interpreta	Identifica diferencias entre estilos de vida en textos comparativos	Cuadro comparativo	Precisión	Lista
Escribe	Organiza ideas	Redacta oraciones comparativas (healthier, worse, better)	Ejercicios escritos	Uso correcto	Rúbrica
Se comunica	Interactúa	Expresa comparaciones entre hábitos de forma oral	Diálogo guiado	Fluidez	Escala

◆ Actividades clave:

- “Compare your habits”
- Debate simple: good vs bad habits
- Matching + ranking activities

● SEMANA 3

Título: *Giving Advice for Better Health*

◆ Enfoque:

Producción guiada + uso funcional del lenguaje

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	PRODUCTO	CRITERIOS	INSTRUMENTO
Lee	Reflexiona	Evalúa recomendaciones de salud en textos	Respuestas críticas	Pertinencia	Lista
Escribe	Produce textos	Escribe recomendaciones usando should / shouldn't con coherencia	Lista de consejos	Gramática	Rúbrica
Se comunica	Expresa ideas	Da consejos orales sobre hábitos saludables	Role play	Claridad	Escala

◆ Actividades clave:

- “Doctor advice role play”
- Writing scaffold (estructura guiada)
- Mini posters

● SEMANA 4

Título: *Designing My Healthy Life Plan*

◆ Enfoque:

Producción final (writing)

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	PRODUCTO	CRITERIOS	INSTRUMENTO
Escribe	Organiza y desarrolla	Redacta un plan estructurado con rutina + recomendaciones	Borrador	Coherencia	Rúbrica
Escribe	Adecúa	Ajusta su texto al propósito comunicativo (informar y recomendar)	Versión final	Pertinencia	Rúbrica
Lee	Evalúa	Revisa su texto y corrige errores	Corrección	Precisión	Lista

◆ **Actividades clave:**

- Writing workshop paso a paso
- Checklist de autoevaluación
- Peer feedback

● **SEMANA 5**

Título: *Presenting My Healthy Lifestyle*

◆ **Enfoque:**

Producción oral + evaluación final

COMPETENCIA	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS PRECISADOS	PRODUCTO	CRITERIOS	INSTRUMENTO
Se comunica	Expresa ideas	Presenta su plan de vida saludable con estructura clara	Exposición final	Fluidez	Rúbrica
Se comunica	Interactúa	Responde preguntas sobre su rutina	Interacción	Comprensión	Escala
Escribe	Reflexiona	Evalúa su propio aprendizaje	Autoevaluación	Metacognición	Lista

◆ **Actividades clave:**

- Presentaciones tipo feria
- Preguntas del público
- Coevaluación

III. COMPETENCIAS TRANSVERSALES

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑO	EVIDENCIAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN E INSTRUMENTOS
COMPETENCIA TRANSVERSAL	<p>Personaliza entornos virtuales.</p> <p>Gestiona información del entorno virtual.</p> <p>Interactúa en entornos virtuales.</p> <p>Crea objetos virtuales en diversos formatos.</p>	<p>Durante la elaboración del blog o video final, el estudiante gestiona información digital de manera responsable, ya que busca testimonios, recursos sobre aprendizaje del inglés y referencias válidas utilizando filtros, verificando su pertinencia y citando adecuadamente las fuentes. Además, personaliza su entorno virtual de producción, ajustando plantillas, diseño, tipografía, estructura visual y herramientas digitales según el propósito comunicativo del producto. También interactúa en plataformas virtuales al intercambiar opiniones, revisar retroalimentación de sus compañeros y compartir borradores en entornos colaborativos. Finalmente, crea un objeto virtual, ya sea un blog estructurado o un video editado, integrando texto, imágenes, audio y diseño digital de forma coherente y funcional para comunicar su mensaje sobre la importancia del inglés en la vida académica y profesional.</p>	<p>Búsqueda organizada y filtrada de información digital sobre el inglés en el ámbito educativo y laboral.</p> <p>Selección de imágenes, testimonios o fuentes verídicas para integrar al blog o video.</p> <p>Edición del blog o video en una plataforma virtual (Canva, Blogger, Clipchamp, YouTube Studio, etc.).</p> <p>Publicación o simulación de publicación del producto final con elementos multimedia coherentes.</p>	<p>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestiona información virtual aplicando filtros, pertinencia y citación adecuada. • Diseña y personaliza entornos digitales de manera funcional y estética. • Interactúa adecuadamente en plataformas virtuales, respetando normas de convivencia digital. • Produce un objeto virtual (blog o video) integrando texto, imagen, audio y recursos multimedia de forma coherente. <p>INSTRUMENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lista de cotejo de búsqueda y gestión de información digital. • Rúbrica de diseño digital del blog o video. • Lista de cotejo para interacción virtual (participación, respeto, colaboración). • Rúbrica del objeto virtual final.

SE DESENVUELVE EN ENTORNOS VIRTUALES GENERADOS POR LAS TICS.	Define metas de aprendizaje. Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas. Monitorea y ajusta su desempeño durante el aprendizaje.	A lo largo del desarrollo del blog o video, el estudiante define metas claras de aprendizaje , identificando qué habilidades lingüísticas y digitales necesita fortalecer para comunicar de manera efectiva su mensaje sobre la importancia del inglés. Luego organiza sus acciones , distribuyendo tiempos, seleccionando recursos, estableciendo prioridades y ajustando su proceso según lo que demanda el producto final. Al avanzar, monitorea su propio progreso , revisando borradores, corrigiendo errores, incorporando sugerencias de sus compañeros y ajustando su planificación según los resultados obtenidos. Finalmente, evalúa críticamente la calidad del blog o video , reflexionando sobre su coherencia, su impacto comunicativo y su capacidad para transmitir una postura argumentada respecto al valor del inglés en su futuro académico y profesional.	Registro de metas personales vinculadas al proyecto (bitácora, checklist, planificador). Borradores mejorados del guion escrito y del diseño digital. Evidencia de ajustes realizados gracias a la retroalimentación (comentarios, correcciones). Autoevaluación final sobre su desempeño y su producto.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN <ul style="list-style-type: none"> • Define metas viables, pertinentes y relacionadas con el producto final. • Organiza estrategias y acciones de manera secuenciada y eficiente. • Monitorea y ajusta su proceso de elaboración del blog o video. • Evalúa críticamente su desempeño y los resultados obtenidos. INSTRUMENTOS <ul style="list-style-type: none"> • Ficha de autoevaluación (metas, avances, dificultades). • Checklist de planificación y monitoreo. • Rúbrica de proceso (secuenciación, estrategias, mejora). • Diario o bitácora de aprendizaje.
EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se elabora instrumentos con los criterios considerados en esta Unidad de Aprendizaje y de esa manera conocer el nivel alcanzado por los alumnos en cuanto al desarrollo de la presente unidad. ✓ Se evaluará a los estudiantes mediante fichas de aplicación en cada sesión realizada. ✓ La evaluación será permanente durante el desarrollo de las actividades. ✓ El docente tendrá presente la evaluación inicial, de proceso y la evaluación final. 	MATERIALES Y RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fichas de aplicación ✓ Escalas Valorativas ✓ PPTs ✓ Laptop ✓ Celular ✓ Proyector, etc. ✓ Redes sociales. 	
RECOMENDACIONES FINALES	Los estudiantes deberán practicar el vocabulario de manera personalizada hasta alcanzar una buena pronunciación y escritura en el área de inglés y poner en práctica los acuerdos de convivencia durante el año pedagógico 2024.			

IV. ENFOQUES TRANSVERSALES

ENFOQUE	VALOR	ACTITUDES OBSERVABLES
Enfoque de derechos	Conciencia de derechos	Reconoce el derecho a la salud y al bienestar físico y emocional en su vida diaria. Valora la importancia de una alimentación saludable como parte de sus derechos fundamentales. Participa activamente en actividades que promueven estilos de vida saludables.
Enfoque de derechos	Libertad y responsabilidad	Toma decisiones responsables respecto a sus hábitos alimenticios y rutinas diarias. Reflexiona sobre las consecuencias de sus acciones en su salud. Demuestra autonomía al proponer cambios positivos en su estilo de vida.

Enfoque de derechos	Diálogo y concertación	Intercambia ideas sobre hábitos saludables respetando opiniones de sus compañeros. Participa en actividades grupales proponiendo soluciones. Escucha activamente y construye acuerdos para mejorar el bienestar común.
----------------------------	------------------------	--

ENFOQUE	VALOR	ACTITUDES OBSERVABLES
Enfoque intercultural	Respeto a la identidad cultural	Valora los alimentos tradicionales de su comunidad como parte de una alimentación saludable. Reconoce la diversidad de hábitos alimenticios. Integra productos locales en sus propuestas de vida saludable.
Enfoque intercultural	Justicia	Reconoce que no todos tienen las mismas condiciones para acceder a una alimentación saludable. Muestra sensibilidad frente a las diferencias. Propone alternativas accesibles para mejorar la salud en su entorno.
Enfoque intercultural	Diálogo intercultural	Comparte y respeta diferentes prácticas culturales relacionadas con la alimentación. Participa en actividades de intercambio de experiencias. Construye aprendizajes desde el respeto y la diversidad cultural.

V. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

En la Institución Educativa Jorge Basadre, ubicada en Yanaquihua, se ha observado que muchos estudiantes conocen algunas recomendaciones básicas sobre salud, pero no siempre las aplican en su vida diaria. El consumo frecuente de alimentos poco nutritivos, la falta de actividad física, el descanso insuficiente y el uso excesivo de dispositivos electrónicos forman parte de hábitos que pueden afectar su bienestar físico y emocional.

Asimismo, aunque en su entorno existen productos naturales y alimentos que podrían formar parte de una dieta equilibrada, no siempre son valorados frente a opciones menos saludables que resultan más atractivas para los adolescentes. Esta situación evidencia la necesidad de reflexionar sobre el impacto de las decisiones cotidianas en la salud y en la calidad de vida.



Frente a este desafío, los estudiantes asumirán el reto de evaluar sus propios hábitos, identificar prácticas que favorecen o perjudican su bienestar, y proponer cambios realistas para llevar una vida más saludable dentro y fuera de la escuela.


A partir de ello, comunicarán sus ideas en inglés mediante descripciones, recomendaciones, comparaciones, opiniones y textos breves relacionados con la alimentación, el ejercicio y las rutinas saludables, promoviendo una actitud más consciente frente al cuidado personal.

Para orientar su aprendizaje, se plantean las siguientes preguntas:

- **What habits help teenagers stay healthy?**
- **How does food influence our energy and well-being?**
- **What changes can we make to live a healthier life?**

VI. RECURSOS Y MATERIALES

Categoría	Para el Docente	Para los Estudiantes
 MATERIALES EDUCATIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas de lectura sobre <i>Christmas carols</i> y textos dramáticos (impresas o digitales). • Guía didáctica semanal con desempeños, criterios y rúbricas de evaluación. • Ejemplos modelo de canciones y guiones teatrales en inglés (nivel B1–B2). • Plantillas de planificación para escritura de canciones y guiones (con estructura: verse–chorus / scenes–dialogues). • Hojas de autoevaluación y coevaluación oral y escrita. • Cartillas de vocabulario temático: valores navideños, emociones, fe, familia, solidaridad, etc. • Textos de referencia para pronunciación y modales verbales (<i>should, might, could</i>) y conectores lógicos. • Repositorio de videos cortos sobre la Navidad y su mensaje cultural. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno de inglés o carpeta de proyecto. • Fichas de lectura y comprensión de <i>Christmas carols</i> y textos teatrales. • Plantilla para escribir la letra de su canción navideña (con espacios para chorus y verses). • Plantilla para redacción del guion teatral (roles, escenas, acotaciones). • Lista de cotejo para revisión de su producción escrita y oral. • Diccionario bilingüe (físico o digital). • Hojas de trabajo para repasar tiempos verbales, modales y conectores. • Copias de letras de canciones modelo para análisis.
	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector multimedia o TV para reproducir videos y audios de canciones navideñas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Celular, tablet o laptop (según disponibilidad) para revisar letras, grabar ensayos o

Categoría	Para el Docente	Para los Estudiantes
RECURSOS EDUCATIVOS	Altavoces o parlantes portátiles para actividades de <i>listening</i> y <i>singing practice</i> .• Laptop o PC para proyectar las letras, guiones y presentaciones. • Plataforma digital (Wordwall, Padlet o Google Docs) para coescritura y feedback. • Rúbricas digitales o en formato Excel para evaluación continua. • Reproductor de audio y micrófono para ensayos orales. • Acceso a internet para búsqueda de vocabulario y recursos culturales.	buscar vocabulario. • Aplicaciones recomendadas: <i>LyricsTraining</i> , <i>Kahoot</i> , <i>Canva</i> , <i>Wordwall</i> , <i>YouTube Kids Learning English</i> . • Audífonos personales para práctica de pronunciación. • Materiales de apoyo visual (cartulinas, plumones, papeles decorativos) para elaboración de letras, posters o decoraciones escénicas. • Cancioneros digitales o archivos PDF con <i>carols</i> en inglés.
 ESPACIOS DE APRENDIZAJE	• Aula de inglés organizada para trabajo colaborativo (mesas en forma de círculo o grupos). • Aula de innovación pedagógica (para redacción digital de canciones o guiones). • Sala de audiovisuales (para escuchar canciones, ver dramatizaciones, grabar ensayos). • Espacio abierto del colegio (patio, auditorio o escenario) para dramatización final. • Biblioteca o sala de lectura para investigación cultural.	• Aula de clase (para lecturas, escritura y ensayo de canciones). • Aula de cómputo (para redactar sus canciones y guiones digitalmente). • Patio o sala de usos múltiples (para practicar dramatizaciones y presentaciones finales). • Espacios recreativos decorados con temática navideña para inspirar su trabajo artístico. • Escenario o rincón del aula para la representación oral y presentación pública del producto final.

VII. REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE

- ¿Qué avances y dificultades tuvieron los estudiantes?


AVANCES DE MIS ESTUDIANTES	DIFICULTADES DE MI ESTUDIANTES

- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente unidad?

APRENDIZAJES PARA REFORZAR

- ¿Qué actividades y estrategias funcionaron y cuáles no?

ESTRATEGIAS QUE FUNCIONARON	ESTRATEGIAS QUE NO FUNCIONARON



V.B

Docente

