

SEMANA 1

- ACTIVIDAD 1:

Teatro de situaciones cotidianas

Objetivo: Reconocer y transformar actitudes negativas en oportunidades para la inclusión y la empatía.

Desarrollo:

División en grupos: Organiza a los estudiantes en pequeños grupos y asigna a cada uno, uno de los mensajes (por ejemplo, "Si el juego excluye a alguien, no es juego" o "Si guardar silencio deja a un compañero en problemas, no es correcto").

Preparación del sketch: Cada grupo crea una pequeña escena de teatro en la que se representa la situación inicial y luego se busca una solución o alternativa de comportamiento.

Presentación y debate: Tras la representación, se abre un espacio para discutir:

¿Qué parte de la situación nos hizo sentir incómodos?

¿Cómo se pudo cambiar la situación para que fuera más inclusiva?

- MENSAJES:

Si la broma lastima alguien / No es divertida

Si el juego excluye a alguien / no es juego

Si el chiste se burla de alguien / no es chistoso

Si la broma hace llorar / no es divertida

Si el dibujo se burla de alguien / no es un dibujo bonito

Si guardar silencio deja un compañero en problemas / no es correcto

Si empujar a alguien en la fila hace que se caiga / no es justo

Si la ayuda se da con gritos, no es buena ayuda

Si ignorar a alguien hace que se sienta mal / no es amabilidad

Si a disculpa se justifica / no es sincera

- ACTIVIDAD 2:

Mural de la Amabilidad

Objetivo: Visualizar colectivamente las actitudes positivas y comprometerse con ellas.

Desarrollo:

Creación colectiva: Cada alumno recibe una hoja o se trabaja directamente sobre un mural grande. Se les pide que dibujen o escriban acciones amables, inspirándose en los mensajes, por ejemplo: "Si empujar a alguien en la fila hace que se caiga, no es justo" o "Si la ayuda se da con gritos, no es buena ayuda."

Compromiso: Al final, cada niño firma su dibujo o mensaje, simbolizando su compromiso personal de actuar con respeto y amabilidad. Este mural se puede exhibir en la escuela para recordar a todos los valores compartidos.

- **MENSAJES:**

Si la broma lastima alguien / No es divertida

Si el juego excluye a alguien / no es juego

Si el chiste se burla de alguien / no es chistoso

Si la broma hace llorar / no es divertida

Si el dibujo se burla de alguien / no es un dibujo bonito

Si guardar silencio deja un compañero en problemas / no es correcto

Si empujar a alguien en la fila hace que se caiga / no es justo

Si la ayuda se da con gritos, no es buena ayuda

Si ignorar a alguien hace que se sienta mal / no es amabilidad

Si a disculpa se justifica / no es sincera

TAREA A CASA SEMANA 1:

Cartel “Seamos un Buen Equipo”

• **Instrucciones:**

- En casa, con ayuda de sus papás, los niños crean un cartel en una cartulina A3 con 5 reglas de respeto y amistad que les gustaría que todos siguieran en la escuela.

- Pueden incluir dibujos o colores llamativos.

- Al día siguiente, llevan su cartel a clase y lo exponen.

• **Objetivo:** Reflexionar sobre cómo mejorar la convivencia escolar.

SEMANA 2

- **ACTIVIDAD 1:**

La Caja de los Sentimientos

Objetivo: Fomentar la empatía y la reflexión sobre cómo se sienten los demás.

Materiales: Una caja decorada y papelitos.

Cómo se juega:

- Cada niño escribe en un papel una situación que le haya hecho sentir triste, enojado o incómodo (sin nombres).
- Se meten los papeles en la caja y se revuelven.
- Un niño saca un papel al azar, lo lee en voz alta y entre todos reflexionan sobre cómo esa situación podría evitarse o solucionarse con respeto.

◊ **Reflexión final:** Todos sentimos emociones y debemos cuidar las palabras y acciones para no lastimar a los demás.

- ACTIVIDAD 2:

El Espejo de la Empatía

Objetivo: Ponerse en el lugar del otro y reconocer el impacto de nuestras palabras.

Materiales: Espejos de mano o imaginarios.

Cómo se juega:

- Por turnos, los niños hacen de “espejo” de un compañero, imitando sus expresiones y gestos.
- Luego, el docente les da frases que podrían lastimar o ayudar a alguien, y los niños las repiten mirando el espejo.
- Se discute cómo las palabras que decimos pueden reflejarse en los demás y en nosotros mismos.

◊ **Reflexión final:** Tratar a los demás como nos gustaría ser tratados.

FRASES:

✗ Frases que pueden lastimar:

Estas frases pueden hacer que alguien se sienta mal, excluido o triste:

- "No puedes jugar con nosotros."
- "Eres muy lento para este juego."
- "Eres raro/a."
- "Nadie quiere ser tu amigo."
- "Siempre te equivocas."
- "Eres tonto/a."
- "No sirves para nada."
- "Tu dibujo (o trabajo) es feo."
- "No te invito a mi cumpleaños."
- "Cállate, nadie te quiere escuchar."

- "Tu ropa es fea."
- "Pareces un bebé."

Frases que pueden ayudar:

Estas frases pueden hacer que alguien se sienta bien, aceptado y apoyado:

- "¿Quieres jugar con nosotros?"
- "Me gusta cómo hiciste eso."
- "Eres muy bueno/a en esto."
- "¡Buen trabajo!"
- "Puedes lograrlo, sigue intentando."
- "Eres un gran amigo/a."
- "Me gusta cómo eres."
- "Si necesitas ayuda, aquí estoy."
- "Te quedó muy bonito tu dibujo (o trabajo)."
- "Eres importante para nosotros."
- "Gracias por ayudarme."
- "Me gusta compartir contigo."

TAREA A CASA SEMANA 2:

Historias de Empatía

• Instrucciones:

- En casa, los niños deben preguntar a sus papás si alguna vez vieron o vivieron una situación de bullying en su infancia. En caso de no haberla vivido, brindarles un ejemplo.
 - Luego, deben anotar en pocas palabras lo que aprendieron de esa historia.
 - En clase, compartirán su aprendizaje con los compañeros.
- **Objetivo:** Entender que el bullying no es algo nuevo y que siempre podemos aprender a actuar mejor.

SEMANA 3

- ACTIVIDAD 1:

Te Cambio el Papel

Objetivo: Entender cómo se siente ser víctima, agresor y espectador en una situación de bullying.

Materiales: Ninguno.

Cómo se juega:

- El docente presenta situaciones comunes de bullying (exclusión, burlas, insultos). Manchar el papel de otro amigo
 - Los niños representan cada papel (víctima, agresor, espectador).
 - Luego, se intercambian roles y se repite la escena con un enfoque positivo, mostrando cómo podrían ayudar en lugar de dañar.
- ◊ **Reflexión final:** Podemos elegir ser defensores y ayudar a detener el bullying.

- **ACTIVIDAD 2:**

Cadena de Compromisos

Objetivo: Crear un ambiente escolar basado en el respeto y el apoyo mutuo.

Materiales: Tiras de papel de colores y cinta adhesiva.

Cómo se juega:

- Cada niño escribe en una tira de papel un compromiso para evitar el bullying (ejemplo: "No me reiré de los demás", "Ayudaré a alguien que lo necesite").
 - Se unen todas las tiras formando una gran cadena que se expone en la escuela.
- ◊ **Reflexión final:** Si todos nos unimos, podemos acabar con el bullying.

TAREA A CASA SEMANA 3:

- **Observar el siguiente video y responde la hoja de reflexión:**
- Pedagogía les entrega las Hojas.

Corto sobre Bullying y acoso en las aulas: "No Juegues Conmigo"

- Los niños con ayuda de sus papás responden las siguientes preguntas de la Hoja de reflexión:
 1. **¿Cómo crees que se sintió el niño que fue víctima de bullying en la historia?**
↳ Explica qué emociones pudo haber experimentado y por qué.
 2. **¿Qué papel jugaron los compañeros en la situación de bullying?**
↳ ¿Alguien intentó ayudar? ¿Los demás fueron testigos silenciosos o participaron en el acoso?
 3. **Si fueras testigo de una situación similar, ¿qué podrías hacer para ayudar a la víctima?**

☞ Menciona al menos dos acciones concretas que podrías tomar para detener el bullying.

💡 **Sugerencia:** Pueden hacer un debate en clase después de ver el corto y discutir estas preguntas para reforzar el mensaje.

- **Objetivo:** Fomentar la empatía y la importancia de ser amables con los demás.

RECURSOS EXTRAS:

- https://www.youtube.com/watch?v=pL5HYX_UghI - **Protect Yourself Rules – Bullying**
- <https://www.youtube.com/watch?v=P4BaOyvwnSQ> - **Bullying en Primaria**

Sugerencias generales para la campaña

- **Integración de mensajes en el entorno:** Además de las actividades, pueden crear carteles o murales con las frases en pasillos o aulas, para que sean recordatorios constantes.
- **Uso de la tecnología:** Para los alumnos mayores, se pueden diseñar videos, podcasts o presentaciones digitales que aborden los temas y se comparten en redes internas o en el sitio web de la escuela.
- **Testimonios y roles modelos:** Invitar a personas (como orientadores, exalumnos o incluso especialistas en temas de convivencia) para que comparten experiencias y refuerzen el mensaje de que todos somos responsables.
- **Reflexión final:** Cerrar la campaña con la gran pregunta “¿Y tú, cómo vives tu responsabilidad?”, invitando a cada alumno a comprometerse y a compartir una acción concreta que pondrá en práctica en su vida diaria.