

## 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 a 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 dubio 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](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 compartan 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 compartan experiencias y refuercen 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.