

## Mes de un vistazo: diciembre

Actividad	Comprensión duradera	Vocabulario	Tiempo necesario para completar
-----------	----------------------	-------------	---------------------------------



¿Qué es un matón?	Es importante entender qué es un agresor y qué no es el acoso.	matón	45 minutos
¡Simplemente diga no al acoso!	Hay formas apropiadas de responder al acoso.	matón, verbal, físico, aislamiento, exclusión	30 minutos
Amigo por correspondencia de presión de	Es importante saber cómo responder a la presión de los compañeros.	presión de grupo, positiva, negativa, firme, asertiva	30-45 minutos
Conozca sus factores desencadenantes	Comprender los factores desencadenantes y cómo responder adecuadamente a ellos es una parte importante de una vida saludable.	desencadenantes, mecanismos de afrontamiento	45 minutos

# Diciembre



# Plan de actividades

Título: ¿Qué es un matón?

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): 3-5

<p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los académicos podrán definir el acoso.</li></ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>identificar el folleto del matón</li><li>notas adhesivas/fichas , escenarios de "¿Qué harías tú?"</li></ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>matón</li></ul>	<p><b>Resumen de la actividad:</b> Los académicos discutirán qué significa el término acoso y utilizarán escenarios para practicar cómo responder a situaciones de acoso.</p>	
	<p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>El facilitador mostrará imágenes del folleto "Identifique al acosador".</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>Hoy vamos a hablar sobre el acoso. Mira las imágenes en la pantalla. ¿Puedes identificar cuál de estos eruditos es un matón? Acepte todas las respuestas razonables.</i></li><li><b>Facilitador:</b> <i>La verdad es que todos estos podrían ser acosadores. Los matones no tienen una apariencia específica. Podrían ser niños o niñas, altos o bajos, grandes o pequeños.</i></li></ul>
	<p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>El facilitador distribuirá fichas o notas adhesivas.</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>En tus propias palabras, escribe la definición de la palabra matón.</i></li><li><b>Dé a los estudiantes unos minutos para escribir la definición de la palabra matón y compartir sus respuestas en voz alta.</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>Todos ustedes hicieron un gran trabajo al describir qué es un acosador y comenzaron a desarrollar una definición para la palabra. La definición real de matón es alguien que constantemente intenta dañar o intimidar a personas que considera vulnerables o que tienen poco poder.</i></li></ul>
	<p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> <i>Para la última parte de esta actividad, quiero que revise algunos escenarios. Hablarás del escenario con un amigo y hablarás sobre lo que harías si fueras testigo de algo así. En su discusión, asegúrese de incluir a qué adulto recurriría para obtener apoyo en la situación. (Para cualquier familia que complete esta actividad, es posible que desee leer y discutir los escenarios juntos).</i></li></ul>



# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



**K-2:** El facilitador puede leer los escenarios en voz alta a los estudiantes y permitirles discutir cada escenario en parejas.

Los académicos pueden representar los escenarios o escribir más de ellos.

Los académicos pueden realizar un proyecto de investigación sobre los efectos del acoso.

Los académicos pueden crear una presentación digital sobre la prevención del acoso.

Los estudiantes del idioma inglés se pueden emparejar con un compañero que hable el mismo idioma nativo para que puedan discutir la actividad.

Se puede proporcionar a los académicos una grabación de los escenarios.

## Reflexión de la actividad:

Los académicos pueden discutir lo que aprendieron sobre el acoso y comprometerse a no ser un acosador ni participar en ningún tipo de acoso.

## Recursos suplementarios:

Vídeo de YouTube Cómo detener el acoso; Seis cosas que puedes hacer si te acosan Vídeo de YouTube



# Drogas útiles versus dañinas



# Escenarios de acoso tipo "¿Qué harías tú?"

**Escenario 1:** John viaja en autobús a la escuela todos los días. Casi todos los días, Billy y Mark se burlan de él por algo que lleva puesto. John suele ignorar a los chicos, pero en los últimos días las cosas han empeorado. Mark y Billy comenzaron a tomar el almuerzo de John y a comérselo de camino a la escuela. Esto significa que John no tiene nada que comer cuando llega la hora del almuerzo.

- ¿Qué harías si estuvieras en el autobús y notaras lo que sucede cada día?

---

- ¿Con quién hablarías?

---

- ¿Qué le dirías a Juan?

---

**Escenario 2:** Sheila tiene algunos desafíos con su lectura. Nunca se ofrece voluntaria para leer en voz alta en clase. Su maestra la anima a leer en voz alta porque cree que el aula es un ambiente seguro. Un día, Sheila finalmente se ofrece voluntaria para leer en voz alta, pero comete varios errores. Brian, uno de sus compañeros de clase, se ríe de ella. El profesor lo detiene inmediatamente. Más tarde ese día, y durante los días siguientes, Brian se burla de Sheila sobre su capacidad de lectura y la insulta.

- ¿Qué harías si fueras testigo de lo que Brian le estaba haciendo a Sheila?

---

- ¿Con quién hablarías?

---

- ¿Qué le dirías a Sheila?

---

## Escenarios de acoso tipo "¿Qué harías tú?"

**Escenario 3:** Mónica se mudó recientemente a un nuevo país. Su familia tuvo que huir de su casa porque las cosas les iban mal. Mónica y su familia tienen muy poco dinero, por eso usa la misma ropa una y otra vez. Carla nota el patrón de ropa que usa Mónica todos los días. Carla incluso hizo un gráfico y les dijo a todos qué usará Mónica cada día. Muchos de los alumnos de la clase se burlan de Mónica y de su ropa. Mónica ya no quiere ir a la escuela todos los días.

- ¿Qué harías si estuvieras en la clase de Mónica y notaras lo que sus compañeros le hacen cada día?

---

- ¿Con quién hablarías?

---

- ¿Qué le dirías a Mónica?

---



# Plan de actividades

Título: ¡Di no al acoso!

Tiempo sugerido: 30 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

<p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los académicos identificarán formas de responder al acoso.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>papel</li> <li>lápiz</li> <li>lápices de color</li> <li>fabricantes</li> <li>lápices de colores</li> </ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>matón</li> <li>verbal</li> <li>físico</li> <li>aislamiento</li> <li>exclusión</li> </ul>	<p><b>Resumen de la actividad:</b> Los estudiantes crearán un dibujo para demostrar la importancia de no ser un acosador.</p>	
	<p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>Cuando escuchas la palabra acoso, ¿qué significa para ti? Permite que los académicos respondan.</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>¿Cuáles son algunas formas diferentes en que alguien puede ser un acosador? Permite que los académicos respondan.</i></li> <li><b>Discuta las respuestas con los académicos y resalte las formas en que el acoso puede ser verbal, físico o fomentar la exclusión/aislamiento.</b></li> </ul>
	<p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> <i>Si alguien te dice que no quiere compartir su almuerzo contigo, ¿eso es acoso? ¿Por qué o por qué no? Permite que los académicos respondan.</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Si alguien te empuja en el patio de recreo cuando tu maestro no está mirando, ¿es eso intimidación? ¿Por qué o por qué no? Permite que los académicos respondan.</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Si alguien te insulta todos los días, ¿eso es intimidación? ¿Por qué o por qué no? Permite que los académicos respondan.</i></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>¿Qué hace que una situación sea de acoso? Permite que los académicos respondan. Aclare cualquier idea errónea.</i></li> </ul>
	<p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Los estudiantes harán un dibujo para demostrar "Simplemente di no al acoso".</b></li> <li><b>Facilitador:</b> <i>Explique su dibujo y dígame cómo demuestra "Simplemente diga no al acoso".</i></li> <li><b>El facilitador y los académicos discutirán el dibujo del académico. El facilitador aclarará cualquier idea errónea.</b></li> </ul>

# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación	Sugerencias para la aceleración	Andamios para educación especial y estudiantes de inglés
---------------------------------	---------------------------------	--



Los estudiantes pueden usar fotografías de una revista para demostrar "Simplemente di no al acoso".	Los estudiantes pueden escribir una historia corta para respaldar su dibujo "Simplemente di no al acoso".	Los estudiantes pueden usar fotografías de una revista para demostrar "Simplemente di no al acoso".
---	---	---

## Reflexión de la actividad:

Haga que los académicos respondan a la siguiente pregunta:

- ¿Por qué está mal intimidar a los demás?

## Recursos suplementarios:





# Plan de actividades

Título: Conozca sus factores desencadenantes

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): 3-5

<p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Los académicos comprenderán qué es un desencadenante y cómo les afecta.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>notas adhesivas</li> <li>Conozca sus folletos desencadenantes</li> </ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>desencadenantes</li> <li>mecanismos de copiado</li> </ul>	<p><b>Resumen de la actividad:</b> Los estudiantes identificarán las cosas que los hacen sentir tristes o enojados y encontrarán maneras de ayudarlos cuando se sientan desencadenados.</p>	
	<p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Facilitador:</b> Académicos, ¿alguna vez han tenido un día maravilloso, pero luego sucede algo y de repente no se sienten como ustedes mismos? <b>Acepte todas las respuestas razonables.</b></li> <li><b>Facilitador:</b> Bueno, lo bueno es que no estás solo. Esto nos pasa a todos. Hoy nos centraremos en identificar las cosas que nos desencadenan. Una vez que conozcamos nuestros factores desencadenantes, hablaremos sobre algunas cosas que podemos hacer antes de que nos desencadenen o una vez que nos sintamos desencadenados.</li> </ul>
	<p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>El facilitador escribirá la palabra "Desencadenantes" en la pizarra.</b></li> <li><b>Facilitador:</b> Los académicos se toman un minuto y piensan en lo que significa el término "desencadenantes". Después de haberlo pensado, dame el visto bueno.</li> <li><b>Dé tiempo a los estudiantes para pensar y pídeles que compartan sus respuestas.</b></li> <li><b>Facilitador:</b> Un desencadenante es un pensamiento o sentimiento que provoca una respuesta que otros pueden considerar negativa. Los desencadenantes varían de persona a persona. Pensemos en eso por un minuto. ¿Cuáles son algunas de las cosas que cambian instantáneamente tu estado de ánimo? Recuerde, a veces pequeñas cosas pueden desencadenarnos e intentar alterar nuestro día. Ahora, ¿alguien quiere compartir un ejemplo de algo que los desencadene? Aceptar respuestas razonables.</li> <li><b>Facilitador:</b> Analicemos qué debemos hacer cuando nos sentimos desencadenados. ¿Cuáles son algunas de las cosas que crees que puedes hacer para calmarte cuando te sientes desencadenado? <b>Aceptar respuestas razonables.</b></li> </ul>



**Construir  
(ensayar y  
construir para  
transferir/cerrar)**

- **El facilitador debe distribuir el folleto "Conozca sus factores desencadenantes".**
- **Facilitador:** *Ahora que hemos discutido los factores desencadenantes, los hemos identificado y sabemos cómo lidiar con algunos de ellos, mire el folleto. Está dividido en dos secciones. En la primera mitad, quiero que enumere algunos de tus factores desencadenantes. Por otra parte, quiero que enumere algunas cosas que puedes hacer para ayudarte cuando te sientas desencadenado.*  
**Dé tiempo a los estudiantes para que completen el folleto.**

# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



Los facilitadores de los estudiantes de jardín de infantes a segundo grado pueden escribir ideas en papel afiche o en la pizarra para poder consultarlas cuando trabajen de forma independiente.

Los académicos pueden diseñar carteles para ayudar a otros académicos con sus factores desencadenantes.

A los académicos se les puede proporcionar marcos de oraciones.

Los facilitadores pueden escribir ideas en papel afiche o en la pizarra para que los académicos puedan consultarlas cuando trabajen de forma independiente.

## Reflexión de la actividad:

Los estudiantes compartirán su gráfico con sus amigos. Luego decidirán qué mecanismo de afrontamiento utilizarán para respaldar sus factores desencadenantes.

## Recursos suplementarios:

Busque el vídeo "Habilidades de afrontamiento para niños" en YouTube.



# Conozca sus factores desencadenantes

Cosas que me desencadenan

Cosas que debo hacer para conseguir  
Volver sobre la pista



# Plan de actividades

Título: Presión de grupo Amigo por correspondencia

Tiempo sugerido: 30-45 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

<p><b>Objetivo de la actividad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Los académicos identificarán formas positivas de responder a la presión de los compañeros.</li></ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>papel</li><li>lápiz</li></ul> <p><b>Vocabulario:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>presión de grupo</li><li>positivo</li><li>negativo</li><li>firme</li><li>asertivo</li></ul>	<p><b>Resumen de la actividad:</b> Los estudiantes demostrarán su comprensión de cómo responder a la presión de sus compañeros escribiendo una carta a alguien que está siendo presionado por sus</p>	
	<p><b>Puente (Conectar y participar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> <i>¿Qué significa para usted el término "presión de grupo"?</i> <b>Permita que los académicos respondan.</b></li><li><b>Facilitador:</b> <i>¿Crees que la presión de grupo es positiva o negativa?</i> <b>Permita que los académicos respondan.</b></li><li><b>Guíe a los académicos para que comprendan que la presión de grupo tiene un tono negativo asociado porque generalmente significa que uno siente que debe hacer algo que no quiere hacer como resultado de haber sido presionado por sus pares.</b></li></ul>
	<p><b>Impulsar (enseñar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> <i>¿Cuáles son algunas maneras en que podemos responder a la presión de los compañeros?</i></li><li><b>Permita que los académicos respondan. Guíe a los académicos para que comprendan que deben responder de manera firme y asertiva cuando sean presionados por sus compañeros. Esto envía el mensaje de que no se les presionará para que hagan algo que no quieren hacer.</b></li></ul>
	<p><b>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Facilitador:</b> <i>Imagina que tu mejor amigo te dijo que estaban siendo presionados por sus compañeros para (hacer trampa en un examen, robar el teléfono celular de alguien, ser malo con un compañero de clase o usar malas palabras). Escribe una carta a tu mejor amigo para decirle cómo debe responder, siendo presionado por sus compañeros. ¡Recordar! Tendrán que ser firmes y asertivos para que la persona comprenda que no la presionarán para que haga algo incorrecto.</i></li></ul>

# Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



El facilitador puede proporcionar a los estudiantes inicios de oraciones para las cartas.

Los académicos pueden dictar las ideas de sus cartas al facilitador mientras el facilitador escribe.

Los académicos pueden leer la carta de un compañero o familiar y brindar comentarios sobre el impacto que podría tener la carta para la persona que la recibió.

El facilitador puede proporcionar a los estudiantes inicios de oraciones para las cartas.

Los académicos pueden dictar las ideas de sus cartas al facilitador mientras el facilitador escribe.

## Reflexión de la actividad:

Los estudiantes resumirán lo que aprendieron en una reflexión de \$1.00. Cada palabra en la reflexión tiene un valor de \$0,10, por lo que los estudiantes solo pueden usar diez palabras.

## Recursos suplementarios:

