



Maltrato entre iguales: acoso escolar y ciberacoso

Para comenzar, ¿qué voy a aprender?

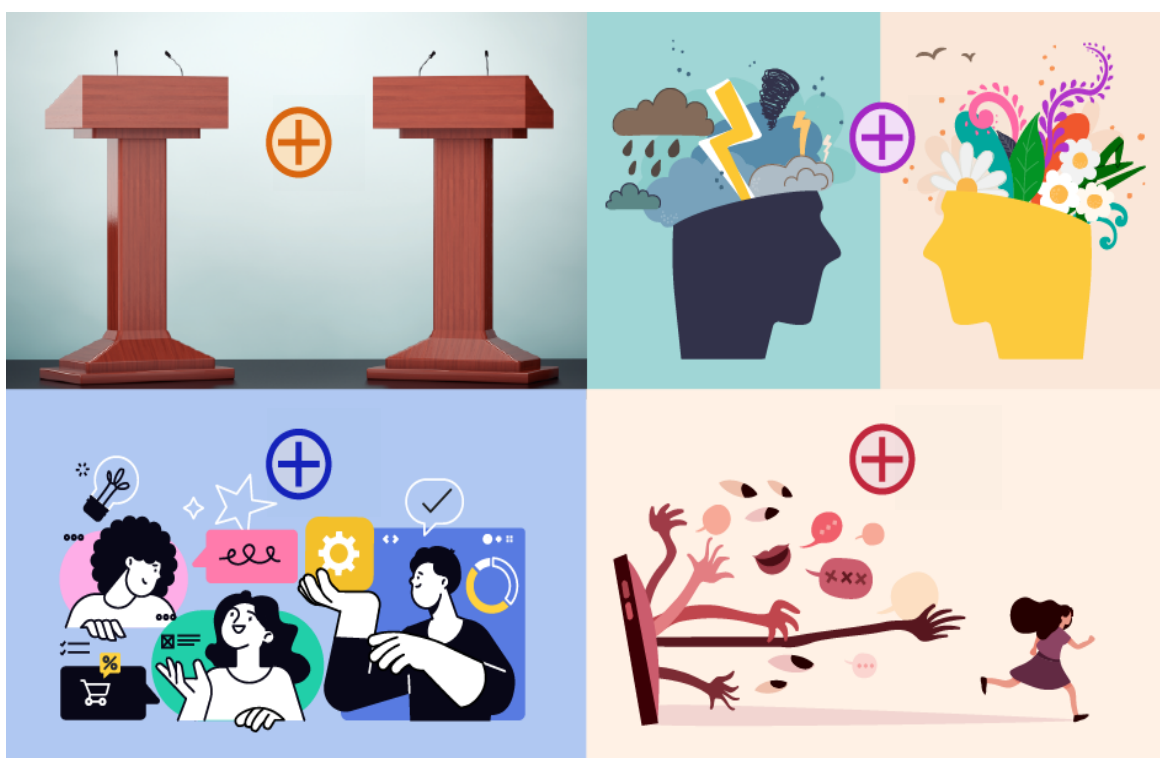


Para comenzar

En esta situación de aprendizaje tratarás los siguientes contenidos. Pulsa en los iconos para ver con qué saberes se relacionan.

Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma "Bienestaremocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)





¿Qué voy a aprender?

Después de revisar diferentes aspectos del **acoso escolar y el ciberacoso** y reflexionar sobre ellos, crearás una carta que luego, junto con una tabla con reflexiones sobre el acoso escolar, transformarás en un *podcast* para escuchar en tu centro. Habla fuerte y claro. Que el mensaje quede grabado en tu centro para siempre.



. Itinerario de aprendizaje

**Para comenzar.
¿Qué voy a aprender?**

Verás sobre qué vas a aprender y qué vas a realizar al final de la situación de aprendizaje.



¿Tiene un problema o tenemos un problema?

Responsabilidad social, ayuda, empatía y autoestima. Lo necesitarás todo.



¿Mirar para otro lado o enfrentarse?

Ayudar, pronunciarse y actuar ante el acoso. Aprenderás cómo hacerlo.



Las redes, te enredan

Las redes sociales tienen una cara oscura que debes conocer para encender la luz.



**Para terminar.
¿qué he aprendido?**

Completarás la situación de aprendizaje y evaluarás tus aprendizajes.



Lectura facilitada

¿Qué voy a aprender?

Verás sobre qué vas a aprender y qué vas a realizar al final de la situación de aprendizaje.

¿Tiene un problema o tenemos un problema?

Responsabilidad social, ayuda, empatía y autoestima. Lo necesitarás todo.

¿Mirar para otro lado o enfrentarse?

Ayudar, pronunciarse y actuar ante el acoso. Aprenderás cómo hacerlo.

Las redes, te enredan

Las redes sociales tienen una cara oscura que debes conocer para encender la luz.

Para terminar. ¿qué he aprendido?

Completarás la situación de aprendizaje y evaluarás tus aprendizajes.



Consejos para las actividades

Trabajo individual

Lee con atención el enunciado.

Es importante que entiendas qué te están preguntando. Para conseguirlo, primero tienes que dedicar un tiempo a concentrarte. Después, lee el enunciado tantas veces como sea necesario, hasta comprenderlo con exactitud.

Dedica unos minutos a reflexionar.

No tengas prisa; es mejor que pienses con calma tu respuesta. Puedes subrayar lo más importante, hacer un resumen o anotar las ideas que te vienen a la cabeza. Después, contrasta todas tus ideas y escoge la respuesta más adecuada para resolver el enunciado.

Escribe las respuestas.

Cuando hayas decidido la respuesta más adecuada, escríbela. Tu docente te dirá si debe ser escrito a mano o en el ordenador. De cualquier forma, recuerda que es importante la presentación: sin tachones, con letra clara, texto ordenado, respeta los márgenes y presta atención a la ortografía.

Repasa el ejercicio.

No olvides repasar tus respuestas; comprueba que son las correctas antes de finalizar la actividad.

Si tienes dudas, pregunta a tu docente.

Tu docente siempre está para ayudarte y enseñarte. Si hay algo que no

entiendes con claridad, pregúntale. Recuerda respetar el trabajo de tus compañeros: levanta la mano, habla bajo y utiliza las “palabras mágicas” (por favor, gracias).

Trabajo en parejas

Leed con atención el enunciado.

Es importante que entendáis qué os están preguntando. Dedicad un tiempo a concentraros y leed el enunciado tantas veces como sea necesario, hasta comprenderlo con exactitud.

Estableced turnos de palabra.

Antes de realizar la actividad, decidid los turnos de palabra. Marcad los tiempos para hablar y el orden; debéis poneros de acuerdo y hacer un reparto en igualdad de condiciones.

Respetar a tu pareja.

Daos tiempo para terminar; no tengas prisa para explicar tus ideas. Respetar a tu compañero, no le presiones y espera a que finalice para poner en común la actividad.

Anota tus respuestas.

Si es necesario, puedes apuntar tus respuestas antes de exponerlas. Te ayudará a ordenar las ideas y a explicarlas mejor.

Escucha con atención.

Presta atención a lo que dice tu compañero para entender de verdad. A la hora de hablar, recuerda: respeta los turnos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las “palabras mágicas” (por favor, gracias).

Trabajo en pequeños grupos

Sois un equipo.

Juntos haréis la actividad, debéis tomar todas las decisiones poniéndoos de acuerdo para trabajar como un equipo unido. Estableced la forma para llegar a un consenso entre todo el grupo. Podéis hacerlo levantando la mano o escribiéndolo en un papel. Acepta con respeto las ideas de la mayoría.

Todos debéis participar.

Da igual el número de personas que forméis el grupo, todas deben

participar. Se trata de colaborar y trabajar en equipo para realizar la actividad. Decidid el reparto de tiempos y respetadlo. Sentaos juntos de forma que podáis ver la cara de todos.

Organizad el trabajo.

Es importante que decidáis qué roles habrá en el equipo y qué tareas se realizarán. Después, designad quién asumirá cada rol y quién hará cada tarea. ¿Quién será portavoz? ¿Quién dará los turnos de palabra? Os ayudará a trabajar de forma más ordenada.

Compartid ideas.

Se trata de debatir y no de discutir. No tengas prisa por explicar tus ideas. Escucha las opiniones de tus compañeros con atención para poder entender qué quieren decir. Cuantas más ideas se expresen, mejores opciones para realizar la actividad.

Respeta a tus compañeros.

Permanece en tu sitio, con tu equipo, sin moverte por la clase. Sé amable y cordial. Cumple las tareas asignadas. A la hora de hablar, recuerda: pide la palabra, respeta los turnos, los tiempos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las "palabras mágicas" (por favor, gracias).

Trabajo en gran grupo

Sois un equipo.

Juntos haréis la actividad, debéis tomar todas las decisiones poniéndoos de acuerdo para trabajar como un equipo unido. Estableced la forma para llegar a un consenso entre todo el grupo. Podéis hacerlo levantando la mano o escribiéndolo en un papel. Acepta con respeto las ideas de la mayoría.

Todos debéis participar.

Da igual el número de personas que forméis el grupo, todas deben participar. Se trata de colaborar y trabajar en equipo para realizar la actividad. Decidid el reparto de tiempos y respetadlo. Sentaos juntos de forma que podáis ver la cara de todos.

Organizad el trabajo.

Es importante que decidáis qué roles habrá en el equipo y qué tareas se realizarán. Después, designad quién asumirá cada rol y quién hará cada tarea. ¿Quién será portavoz? ¿Quién dará los turnos de palabra? Os ayudará a trabajar de forma más ordenada.

Compartid ideas.

Se trata de debatir y no de discutir. No tengas prisa por explicar tus ideas. Escucha las opiniones de tus compañeros con atención para poder entender qué quieren decir. Cuantas más ideas se expresen, mejores opciones para realizar la actividad.

Respeta a tus compañeros.

Permanece en tu sitio, con tu equipo, sin moverte por la clase. Sé amable y cordial. Cumple las tareas asignadas. A la hora de hablar, recuerda: pide la palabra, respeta los turnos, los tiempos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las “palabras mágicas” (por favor, gracias).

Para realizar las actividades interactivas tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de “Bienestar emocional”

[https://dabibio.com/actividades-emocionales/bienestar-emocional/interactivas/](#)

¿Tienes un problema o tenemos un problema?



Conflicto y acoso escolar



En los medios de comunicación salen noticias relacionadas con el acoso escolar y en ocasiones se genera una alarma social.

Las personas especializadas en el tema piden un tratamiento serio y tranquilo sin hacer más grande el problema. En ocasiones las familias y los medios de comunicación confunden agresiones puntuales o conflictos con acoso escolar. Debemos tener claro desde un principio que el acoso escolar **no es una agresión puntual, ni una pelea ocasional, ni insultos o amenazas aisladas**. El maltrato escolar es intencionado y mantenido en el tiempo. Un centro escolar es un lugar privilegiado para establecer relaciones sociales entre iguales, entre todos vosotros.

Cuando os relacionáis, surgen conflictos o relaciones negativas. Si los aislamos y aprendemos a solucionarlos estaremos haciendo lo correcto. A veces dañamos a una persona sin querer y, si es algo puntual, debemos mejorarlo, pero no deja de ser un conflicto. Muchas veces, ese daño viene dado por falta de habilidades en resolución de conflictos o por una falta de estrategias o habilidades emocionales.

Cuando no buscáis dañar, pero lo hacéis, se trata de algo que se aprende a mejorar. Es parte de crecer y aprender a relacionarse. No hay que culpabilizarse, sino simplemente asumir la responsabilidad de mejorar estos aspectos.

El acoso escolar es otro tema muy diferente. Veamos a grandes rasgos en qué se diferencian un conflicto y el acoso escolar.

Diferencias entre conflicto y acoso escolar

CONFLICTO	ACOSO ESCOLAR
Se busca "ganar en esa situación".	Búsqueda ilegítima de estatus y poder.
Se produce por el simple hecho de relacionarnos y saber que tenemos intereses o necesidades diferentes. Causa un daño sin buscarlo.	Hay intención y deliberación. Se busca hacer daño.
Puntual.	Continuado en el tiempo.
Relación de igualdad.	Desequilibrio de poder.
Las dos partes son activas.	Intimidación.
Efectos momentáneos.	Daño muy profundo y difícil de manejar.
No hay consecuencias legales. Forman parte del aprendizaje y el crecimiento.	Consecuencias legales para la persona acosadora.



Actividad 1

Utilizando las pistas descubre si estamos hablando de CONFLICTO o de ACOSO. Cuando finalices el juego, realiza en pareja y en pequeños grupos la actividad que te proponemos.

Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma "Bienestaremocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)



4 ✓ 0 ✗ 0 💰 0.00

♥ 3 💰 2.50 🗑️ ✗

Hay intención y deliberación. Se busca hacer daño. ¿CONFLICTO o ACOSO?



Mostrar una pista

El juego ya ha comenzado.



Piedra, papel, tijera...

Realiza la siguiente actividad con tus compañeros.

Duración: 15 minutos

Agrupamiento: parejas + pequeños grupos

Momento 1

En parejas. Os dicen: "Piedra, papel, tijera". ¿Qué se os ocurre hacer? Ponedlo en práctica.

Un juego de verdad: veamos qué sucede ahora. Visualizad el siguiente vídeo.

https://www.youtube.com/embed/cCLZifTp_rM

Momento 2

¿Es un conflicto u otra cosa?

Para contestar a esta pregunta, realizaréis una **lluvia de ideas**. El docente anotará en la pizarra la idea de cada uno de vosotros. **Todos debéis opinar**.

Momento 3

En pequeños grupos, contestaréis a las siguientes preguntas:

- ¿Quién lo inicia?
- ¿Por qué?
- ¿Alguien ayuda?
- ¿Quién no ayuda? ¿Por qué?

Luego, pondréis las respuestas en común en gran grupo. Las conclusiones se irán exponiendo en la pizarra.



Actividad 2

Duración: 15 minutos

Agrupamiento: individual

Busca un espacio para trabajar de forma individual y tranquila. Piensa y escribe una situación que hayas presenciado en el colegio, en el parque, etc., que no tengas claro si ha sido un conflicto o un caso de acoso escolar.

Para ayudarte a saber si es un conflicto o un caso de acoso escolar utilizarás una estrategia: la estrategia del colador. Por medio de la siguiente tabla filtraras la situación para ayudarte a clasificarla y comprenderla.



CONFLICTO



ACOSO ESCOLAR



Se busca "ganar en esa situación".		Búsqueda ilegítima de estatus y poder.	
Se produce por el simple hecho de relacionarnos y saber que tenemos intereses o necesidades diferentes. Causa un daño sin buscarlo.		Hay intención y deliberación. Se busca hacer daño.	
Puntual.		Continuado en el tiempo.	
Relación de igualdad.		Desequilibrio de poder.	
Las dos partes son activas		Intimidación.	
Efectos momentáneos.		Daño muy profundo y difícil de manejar.	
No hay consecuencias legales. Forman parte del aprendizaje y el crecimiento.		Consecuencias legales para la persona acosadora.	
Conflicto		Acoso escolar	

Introduce el ejercicio del colador en el buzón para que el docente lo revise.



RECUERDA

Escribes para ayudar. Para proteger. Olvídate de la idea de "ser un chivato". El sufrimiento de alguien está por encima de la intimidación y el miedo. ¿Y si fueras tú? Practicar el ejercicio del colador muchas veces te dará la seguridad de no dejar pasar casos de acoso y aprender a ver con naturalidad los conflictos. Aprenderás también a que se debe ser discreto y, cuando tenemos dudas, acercarnos a una persona de confianza para contarle lo que vemos y que así nos pueda ayudar. El uso de las palabras es muy importante: tan importante es no dejar pasar casos de acoso como no llamar a "acoso" a situaciones que son conflictos. El docente te dará respuesta de forma individual.

Puedes consultar variedad de recursos para mejorar la convivencia en el siguiente [enlace](#).

En el siguiente **enlace** puedes ver algunos consejos contra el acoso escolar.



Factores

Puede hablarse de **factores** que te pueden predisponer a sufrir acoso y de factores de riesgo que pueden hacer que te conviertas en una persona acosadora. Vas a conocerlos, pero lo más importante de todo es que tengas siempre presente que tu situación familiar y social, **tú no la eliges. Pero tus decisiones, opiniones y actuaciones, sí.** Y esto último depende en gran medida de tu inteligencia emocional.

Factores que nos predisponen a sufrir acoso

- Ser percibido como diferente por rasgos físicos, sociales y raciales.
- Debilidad o incapacidad para defenderse.
- Ser poco popular o tener pocos amigos.
- Sobreprotección de los padres.
- Estar pasando situaciones de ansiedad, depresión, trastornos alimentarios.

Factores de riesgo para acosar

- Ser agresivo y frustrarse con facilidad.
- Tener problemas en casa.
- Pensar mal de los otros compañeros.
- Tener dificultad para respetar las normas.
- Tener amistades que acosan a otras personas.
- Consumir sustancias adictivas.

Como ves, los factores que podrían predisponer a sufrir acoso no dependen de ti. Forman parte de ti. Se pueden mejorar, pero en ocasiones no es necesario. Debes valorarlo con tu círculo más cercano. Si eres diferente, ¿tienes que cambiar?

Los factores de riesgo para acosar, sin embargo, dependen de ti. Tú eliges ser o no ser una persona acosadora. Lo demás son excusas. Nada justificará tu "sí".



Actividad 3

Responde a las siguientes preguntas relacionadas con el texto anterior y luego realiza la tarea en grupo que te proponemos.

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)



7 ✓ 0 ✗ 0 ⌛ 0

00:00 📄 🔄



[Pulse aquí para jugar](#)

No depende de ti. Forma parte de ti. ¿Algún problema?

Duración: 15 minutos

Agrupamiento: parejas + pequeños grupos

Debemos trabajar en nuestro "ego" personal desde la interacción con los demás, aceptando y deseando **ser parte de algo, pero buscando seguridad en nosotros mismos** y aceptando las diferencias sociales, culturales y familiares.

1. El docente os dirá la siguiente frase mientras sostiene una caja mágica: "Yo tengo una caja mágica. En su interior tendréis la oportunidad de mirar a la persona más importante del mundo. Una persona que es diferente, única e irrepetible."
2. Después de mirar dentro de la caja, ve a tu lugar de trabajo y dibuja lo que has visto dentro de la caja. Debes escribir varias cosas positivas que no se ven pero que tiene la persona que has visto dentro. También tres cosas que

la hacen diferente, maravillosa, distinta. Con ello, crearás una composición gráfica que compartirás con el resto del grupo clase.



Actividad 4

Duración: 5 minutos
Agrupamiento: gran grupo

El iceberg

Bajo la dirección del docente, analizaréis el iceberg en gran grupo para entender su significado y comentaréis los aspectos más relevantes.





Actividad 5

Duración: 10 minutos

Agrupamiento: parejas

Te proponemos una actividad de *roleplaying*. Con ella aprenderás a reconocer los sentimientos y emociones de los demás para, muchas veces, poder entender su conducta. Recuerda: se trata de entender, nunca de justificar.



Momento 1

Os colocaréis en parejas. Intercabiaréis una prenda de ropa o un complemento, por ejemplo gafas, guantes, pañuelo, gorro, zapatos... y os lo pondréis.

Momento 2

De forma individual y con la prenda puesta, debes describirte en un papel pensando en la parte baja del iceberg.

A lo mejor no tienes suficiente información. Si es así y no puedes hacer el ejercicio, realiza la siguiente variante. Pregúntate:

- ¿He juzgado la actitud de mi pareja o su conducta en alguna ocasión?
- ¿Tengo la suficiente información para hacerlo?

De esta variante puede surgir la necesidad de pedir disculpas. Si es así, no lo dudes. Prepara una nota y dirígela a tu compañero.

Momento 3

Ahora te fijarás en la parte alta del iceberg y describirás tu conducta como si fueras tu pareja.

- ¿Puedes entenderle ahora mejor teniendo en cuenta los resultados del momento 2?

¿Mirar para otro lado o enfrentarse?



Es importante tener herramientas

Es importante tener **herramientas claras** para reconocer el acoso. **No contribuyas ni ayudes.** Quedándote pasivo o siendo testigo y no reaccionando dañas a la víctima y refuerzas al acosador. No lo olvides.



A continuación, conocerás **cómo se reconoce el acoso y qué puedes hacer en cada caso para frenarlo.**

Herramientas para reconocer el acoso	¿Qué puedo hacer?
Rumores sobre detalles vergonzosos o falsos.	No difundir. Frenar la cadena.
Grupo que inicia un acoso, risas, gestos...	No seguir.
Ridiculizar a alguien o hacerle una broma que no le apetece.	No sumarse.
La ley del hielo.	No mantenerse en silencio.
Presión de otros para hacer algo.	No permitir.
Frases y palabras hirientes.	No reírlas ni seguirlas.
Motes.	No utilizarlos.
Menosprecio al físico, las particularidades, enfermedades...	No permitir.



Actividad 1. El golpe de la palabra

Duración: 10 minutos

Agrupamiento: individual

Observa el siguiente vídeo y, de forma individual, escribe las palabras que se dirigen al protagonista o que escuchas y dañan en el colegio. Luego, compártelas en grupo para dejar claro que esas palabras no te gustan. Las leerás delante de todo el grupo diciendo que no te gustan y por qué. **No es no.**

Ahora el grupo lo sabe, y desde este día son palabras que procurará no utilizar contigo ni con otros cuando os relacionéis.

Para visualizar el vídeo que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)

<https://www.youtube.com/embed/KIJe4h1E-CQ>



Estrategias para intervenir

Hay estrategias para intervenir contra el acoso escolar y otras para prevenirlo

Estrategias para intervenir	Estrategias para prevenir
Ignorar a un posible agresor o agresora y comunicarlo a un adulto desde el primer momento.	Da tu apoyo, no te mantengas en silencio.
No busques en ti ninguna razón que justifique el acoso hacia ti. El problema no está en ti.	No te rías de nadie si no quiere.

Responde con firmeza. NO es NO.	No participes en nada que dañe a alguien.
Teléfono contra el acoso escolar: 900018018	Vete a dormir cada día pensando: ¿qué puedo hacer mañana bueno por alguien?, ¿y por mí?
Chat ANAR para niños en riesgo: chat.anar.org	Fórmate una y mil veces en inteligencia emocional.

No olvides que puedes consultar variedad de recursos para mejorar la convivencia en el siguiente [enlace](#).



Actividad 2. Acoso escolar es convivencia

Duración: 10 minutos

Agrupamiento: individual

Visiona el siguiente vídeo.

Para visualizar el vídeo que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de “Bienestar emocional”

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)

<https://www.youtube.com/embed/ovja5uA1JZg>

Contesta a las siguientes preguntas de forma individual:

- ¿Qué situaciones de acoso puedes detectar?
- ¿Has visto alguna vez situaciones similares en tu escuela?
- ¿Qué debería cambiar para que la protagonista tenga mayor confianza?
- ¿Tu tutor es un apoyo?

Entrega tus resultados a tu docente.



Actividad 3. Una carta para ti

Duración: 25 minutos
Agrupamiento: individual

Visiona el siguiente vídeo.

Para visualizar el vídeo que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestareemocional/index.php>)

https://www.youtube.com/embed/EMYw_6BzJgs

Ahora, escribe o graba una carta dirigida a los agresores en el acoso escolar. Será un trabajo individual.

Momento 1

Haz una lista de las ideas que quieras incluir en la carta.

Momento 2

Ordena las ideas.

Momento 3

Redacta o graba la carta. Cada idea puedes desarrollarla con la técnica de la hamburguesa, que te explicará tu docente.

Momento 4

Pasa a limpio tu texto o muestra el audio para que tu docente lo revise.

Momento 5

Guarda el texto o el audio para la tarea final.



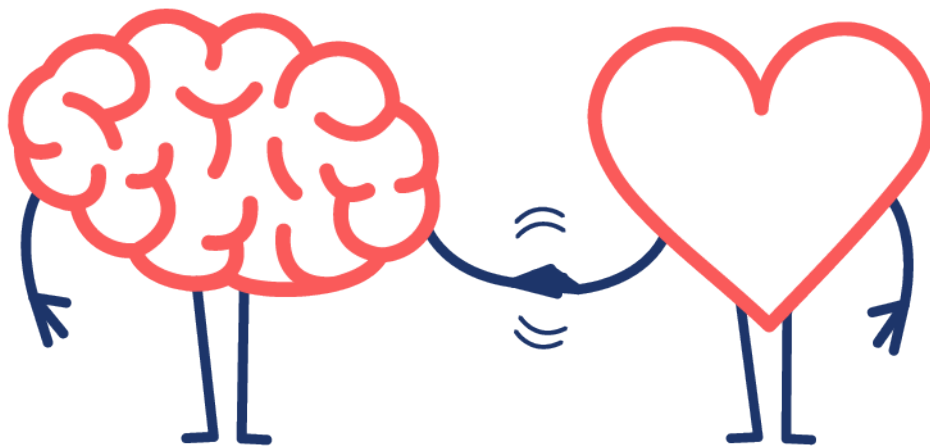
La empatía es...

Escucha el siguiente audio en el que se explica **el significado de la empatía**.

Para escuchar el audio que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)

<ud09ep_audio1_ap3_empatia.mp3>



Lectura facilitada

- La empatía es **identificar** y **tener en cuenta** las necesidades de los demás.
- La empatía es **comprender** a las demás personas y aquello que quieren expresar.
- La empatía es **expresar** y **regular** nuestras **emociones** y **comprender** las **emociones de los demás**.

- La empatía es **tener en cuenta los sentimientos y actitudes** de las personas.
- La empatía es **entender todo aquello que afecta** a los otros.
- La empatía, en definitiva, es **ponerse en el lugar de los demás**.

¡Adelante!



Actividad 4

Duración: 15 minutos

Agrupamiento: individual

Completa la siguiente tabla de forma individual, ofreciendo ejemplos para cada una de las afirmaciones sobre la empatía.

Oraciones	Ejemplos
La empatía es identificar y tener en cuenta las necesidades de los demás.	
La empatía es comprender a las demás personas y aquello que quieren expresar.	
La empatía es expresar y regular nuestras emociones.	
La empatía es tener en cuenta los sentimientos y actitudes de las personas.	
La empatía es ponerse en el lugar de los demás.	

Para terminar, comparte algún ejemplo con el resto del grupo.

Las redes te enredan



Navegación segura

La Comunidad de Madrid enumera una serie de pequeños consejos para una navegación segura en la Red. ¡Todos y cada uno de ellos son muy importantes!

yes!

Nada es gratis

- 01 Confía en tu familia y docentes. No son el enemigo
- 02 Toda situación tiene solución. Búscala o pide ayuda
- 03 Pedir ayuda tarde es mejor que no pedirla nunca.
- 04 Pedir ayuda no es de débiles. Es de valientes
- 05 La violencia nunca es la solución
- 06 Todos los actos tienen consecuencias. Sé consciente
- 07 A partir de los 14 años tienes responsabilidad penal
- 08 Respeta las opiniones ajenas, y defiende las tuyas
- 09 Toma tus propias decisiones sin presión social
- 10 No confíes en los "amigos" digitales
- 11 Desconfiar de la red puede salvarte de muchos peligros
- 12 Los buenos amigos no te piden que hagas cosas ilegales
- 13 Respeta la edad mínima de acceso a ciertas páginas web
- 14 No subas fotos ni hagas ciertos comentarios. Respeta
- 15 La red nunca olvida. Piensa antes de publicar o enviar
- 16 Si reenvías algo ilegal serás igual de culpable
- 17 Denuncia o bloquea si te atacan en la red
- 18 Aprende a decir no
- 19 Aprende a no actuar por presión social
- 20 Di a tu amigos si hacen algo malo. Sé valiente
- 21 No hagas nada que no harías en el mundo analógico
- 22 Protege tus contraseñas y tus datos
- 23 Fórmate mediáticamente
- 24 Estudia y mantente informado
- 25 Mantén una actitud proactiva en las redes. Espíritu crítico
- 26 Sé consciente de que todo en Internet es un negocio
- 27 Si detectas irregularidades en la web, denuncia y alerta
- 28 Si eres la víctima, denuncia. No te escondas
- 29 Lee las normas y protocolos que te afectan
- 30 Antes de hacerlo, piensa si un "like" merece tanto la pena como para ponerte en peligro o poner a otros

Fuente: Comunidad de Madrid. -

<https://gestiona3.madrid.org/bvirtual/BVCM050703.pdf>



RECUERDA

En el siguiente [enlace](https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/inc) puedes ver una guía del Ayuntamiento de Madrid para el buen uso de Internet. Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma "Bienestaremocional"
(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/inc>)



Actividad 1

Duración: 25 minutos

Agrupamiento: pequeños grupos

Visiona el siguiente vídeo.

Para visualizar el vídeo que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)

<https://www.youtube.com/embed/PNFiYVsost4>

Momento 1

Estaréis organizados en grupos de expertos. El experto será nombrado por el grupo mediante una votación democrática. Tenéis que elegir a cinco expertos, y cada experto irá eligiendo a los miembros de su equipo.

Momento 2

Cada grupo realizará el trabajo de un rol. Consiste en completar la tabla siguiente.

Momento 3

Puesta en común. El docente entregará la tabla rellena con todas las aportaciones. Será un material para incluir antes, después o durante la narración de la carta en vuestro audio.

Roles	Descripción	¿Quién es?	¿Qué hace?	Mensaje sobre su conducta	Pedidle un cambio
Agresor	Inicia la acción y la continua en el tiempo. Es el villano nunca el héroe.				
Víctima	Sufre la acción. No es responsable de lo que pasa. Sufre.				
Palmero	Se ríe y aplaude la agresión El agresor se crece				

Testigo mudo	Mira a otro lado				
	Responsable de no ayudar				
Testigo valiente	Reacciona				
	Interviene				
	Pide ayuda				



Actividad 2

¿Qué saben las redes de mí?

Localiza en la sopa de letras seis palabras relacionadas con lo que Internet sabe de ti.

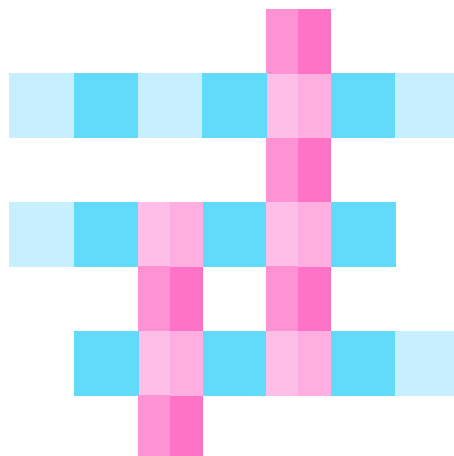
Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma "Bienestareemocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestareemocional/index.php>)



5 ✓ 0 🧪 0

🕒 00:00 📄 🔄



[Pulse aquí para jugar](#)



Actividad 3. ¿Somos peces enredados?

Duración: 25 minutos

Agrupamiento: pequeños grupos

¿Crees que podrías reconocer una noticia falsa? Os pondréis a prueba.

Organizaros en cuatro grupos. Entrad cada grupo en la siguiente [web](#) del Instituto Nacional de Ciberseguridad. Ahí podréis observar un manual para detectar bulos y *fake news* y comprobar una noticia que os interese siguiendo los pasos que se indican.

Finalmente, compartiréis vuestros resultados en gran grupo.

Para terminar, ¿qué he aprendido?



Evalúate

En este apartado vamos a comprobar los aprendizajes que has adquirido con la realización de diferentes actividades. Al final, toca probar y valorar el producto final.

Actividad 1

El acoso escolar es:

- ☐ Una conducta agresiva que se puede considerar como algo puntual.
- ☐ Una situación de daño mantenida en el tiempo donde el agresor busca ilícitamente poder y reconocimiento social a consta de hacer daño a una víctima.
- ☐ Un conflicto que se repite en el tiempo.

Actividad 2

Una persona acosadora presenta:

- ☐ Una de falta de habilidades sociales, autoestima y empatía.
- ☐ Falta de empatía y problemas de integración social.
- ☐ Un nivel de violencia y agresividad que puede y sabe controlar.

Actividad 3

Indica si la siguiente afirmación es verdadera o falsa: una víctima puede tener parte de responsabilidad dentro de un acoso escolar.

- ☐ Verdadera
- ☐ Falsa

Para realizar esta actividad de evaluación tienes dos opciones:

- ☐ Acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional"

(<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index>).

- ☐ Marcar la opción que creas correcta y comprobar el resultado con tu profesor/a o con otros estudiantes.

ENVIAR RESPUESTAS



Para terminar

Duración: 50 minutos



Después de revisar diferentes aspectos del acoso escolar y el ciberacoso y reflexionar sobre ellos, crearás un *podcast* para escuchar en tu centro a partir de la carta que realizaste en el apartado 3, actividad 3, y de las conclusiones recogidas en la tabla realizada en el apartado 4, actividad 1. Utiliza el dispositivo que consideres. Tu docente te recomendará una plataforma para realizar la grabación del *podcast*. Habla fuerte y claro. Que el mensaje quede grabado en tu centro para siempre. Recuerda utilizar las rúbricas de coevaluación y heteroevaluación para evaluar el producto final.

[Rúbrica de coevaluación](#)

[Rúbrica de heteroevaluación](#)

Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma “Bienestaremocional” (<https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php>)

GUION PARA REALIZAR EL *PODCAST*

Primer acto

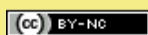
- Introducción. Presentarte a ti mismo y decir el nombre del *podcast*.
- Explicar en qué área se hace el *podcast* y para qué.
- Sumario.

Segundo acto

- Cuerpo de la historia.
- Carta.
- Introducir la tabla y los datos obtenidos.
- Llamada a la acción.
- Despedida.

La grabación

- Sitio silencioso.
- Monitorizar tu voz mediante unos auriculares.



Obra publicada con [Licencia Creative Commons Reconocimiento No comercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)



Comunidad
de Madrid



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN
Y FORMACIÓN PROFESIONAL

