

# ***Empoderado (Empowered)***

*Tomar partido y marcar la diferencia*  
Año escolar 2023-2024

**Esquema de 3.º a 5.º grado para un programa de 45 minutos**  
Partes de este programa serán omitidas si dura menos de 45 minutos.

## **Introducción / Sueños y metas**

Puedes tener el poder de alcanzar tus sueños y metas y ayudar a cambiar la vida de quienes te rodean.

## **El Poder de la perspectiva**

Se define el poder de la perspectiva.

Los estudiantes aprenden a dar un paso atrás, cambiar su perspectiva y ver el panorama más amplio para comprender el dolor de quienes han sido acosados.

- **Bullying (Acoso)**
  - Se define el bullying.
  - Comprender las diferentes formas de bullying: físico, emocional, verbal y social.
- **Ciberacoso**
  - Se define el ciberacoso.
  - Los estudiantes aprenden que los mensajes escritos pueden ser más fuertes y durar más que las palabras habladas.
  - Se identifican los lugares donde se produce el ciberacoso con mayor frecuencia.
  - Se discuten los impactos y las consecuencias del ciberacoso.

## **El Poder de las palabras**

Impactos negativos del acoso en la salud física, mental y emocional de todos los involucrados.

- **No estás solo(a)**
  - Los estudiantes escuchan historias reales de personas famosas que superaron los desafíos del bullying.
  - Los estudiantes participan en un juego para ilustrar que casi todos sienten que han sido acosados en algún momento.

## **El Poder de las Acciones**

- **Conviértete en un defensor**
  - Los espectadores pueden transformarse en defensores (Upstanders) a través del poder de las acciones.
  - No seas la audiencia.
  - Se firme y dile a la persona que se detenga.
  - Informa lo que está sucediendo. Esto no es para chismear, es buscar ayuda.
- **Actos radicales de bondad**
  - Los actos de bondad "radicales" son deliberados y están dirigidos a un propósito y una persona específicos.
  - Los estudiantes se dividen en dos equipos y juegan un juego interactivo para repasar los puntos ilustrados a lo largo del programa.

## **Conclusión / Encuesta**

Se anima a los estudiantes a convertirse en "alguien que se preocupa" y marca una diferencia positiva en la vida de otra persona.

Se ofrece a los estudiantes una encuesta voluntaria y anónima. Los promedios de respuesta / comentarios se envían a la escuela.