



KIMEN
MONTESSORI

Programa de Afectividad y Sexualidad

Indicé

1.- ¿Por qué es importante educar sexualidad y afectividad desde la escuela?.....	2
Marco normativo vigente	3
Rol formativo del establecimiento	4
Sentido institucional	5
2.- El nombre es Programa de Afectividad y Sexualidad	5
3.- El equipo de especialistas está conformado por:	6
Equipo de Convivencia Escolar	6
4.- Objetivo general de la intervención global.	6
Objetivos específicos.....	7
5.-ORIENTACIONES DESDE EL CURRÍCULO.....	7
Objetivo Fundamental Transversal	8
Objetivos de Aprendizaje por Nivel.....	8
JARDÍN	8
CASA DE NIÑOS.....	8
PRIMERO BÁSICO.....	9
SEGUNDO BÁSICO	9
TERCERO BÁSICO	9
CUARTO BÁSICO	10
QUINTO BÁSICO	11
SEXTO BÁSICO.....	11
SÉPTIMO BÁSICO	12
OCTAVO BÁSICO	13
PRIMERO MEDIO.....	13
SEGUNDO MEDIO.....	14
TERCERO MEDIO	15
CUARTO MEDIO	15
6.-FICHAS CON INDICACIONES PARA APLICACIÓN DE TALLERES	16
Jardín.....	17

Primer semestre	17
Segundo semestre	22
Prescolar	32
Primer semestre	33
Segundo semestre	39
Taller 1.....	46
Primer semestre	47
Segundo semestre	52
Taller 2	60
Primer semestre	61
Segundo semestre	65
Taller 3	72
Primer semestre	73
Segundo semestre	78
TEM 1.....	87
Primer semestre	88
Segundo semestre	93
TEM 2.....	102
Primer semestre	103
Segundo semestre	108
TEM 3.....	117
Primer semestre	117
Segundo semestre	124
TEM 4.....	134
Primer semestre	135
Segundo semestre	140
TEM 5.....	152
Primer semestre	152
Segundo semestre	160
TEM 6.....	170

Primer semestre	171
Segundo semestre	175
7.- CRONOGRAMAS POR NIVEL.....	181
Cronograma Jardín	182
Cronograma Prescolar (Casa de Niños)	182
Cronograma Taller 1 – 6 a 9 años (1° a 2° básico).....	183
Cronograma Taller 2 – 9 a 10 años (3° y 4° básico).....	184
Cronograma Taller 3 – 10 a 12 años (5° y 6° básico)	185
Cronograma TEM 1 – 7° básico	186
Cronograma TEM 2 – 8° básico	187
Cronograma TEM 3 – 1° medio	188
Cronograma TEM 4 – 2° medio.....	189
Cronograma TEM 5 – 3° medio.....	190
Cronograma TEM 6 – 4° medio.....	191
8.-ANEXOS	192

1.- ¿Por qué es importante educar sexualidad y afectividad desde la escuela?

La formación en sexualidad, afectividad y género constituye una dimensión esencial del desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, ya que involucra aspectos físicos, emocionales, sociales, éticos y culturales que se expresan de manera progresiva a lo largo de la vida.

En el contexto escolar, esta formación debe promover el autocuidado, la toma de decisiones responsables, el respeto mutuo, la valoración de la diversidad y la construcción de relaciones basadas en el buen trato y la dignidad humana.

En coherencia con el Proyecto Educativo Institucional del Colegio Kimen Montessori, este programa se sustenta en una visión de educación integral centrada en el desarrollo emocional, mental, corporal y espiritual del estudiantado, en un clima de confianza, inclusión, respeto y colaboración.

El colegio declara parte de su identidad formativa el respeto por la diversidad, la paz, la responsabilidad y la formación de ciudadanos conscientes, principios que dialogan con una educación en sexualidad y afectividad de carácter formativo, preventivo e inclusivo.

La sexualidad es comprendida como una parte constitutiva de la vida humana y no se limita únicamente a sus dimensiones biológicas o reproductivas.

Por ello, una educación adecuada en esta materia debe incorporar también el reconocimiento y expresión de las emociones, el desarrollo de la autoestima, el respeto por los límites personales, el consentimiento, la convivencia respetuosa, la prevención de la violencia y la valoración de la diversidad de trayectorias y experiencias humanas, de acuerdo con la etapa del desarrollo de cada estudiante.

Marco normativo vigente

El presente plan se fundamenta, en primer lugar, en la Ley N° 20.418, que fija normas sobre información, orientación y prestaciones en materia de regulación de la fertilidad, y que

establece el deber de los establecimientos educacionales reconocidos por el Estado de incluir un programa de educación sexual, especialmente en enseñanza media.

Esta normativa reconoce el derecho de las y los estudiantes a recibir información y formación pertinente, clara y oportuna, lo que convierte la educación en sexualidad y afectividad en una responsabilidad institucional y no en una acción optativa.

De manera complementaria, la Ley N° 21.430, sobre garantías y protección integral de los derechos de la niñez y adolescencia, refuerza el enfoque de derechos que debe orientar toda acción educativa dirigida a niños, niñas y adolescentes

Esta ley reconoce a niños, niñas y adolescentes como sujetos de derecho y resguarda su acceso a información adecuada a su edad y grado de madurez, incluyendo contenidos vinculados al cuidado del cuerpo, la salud y la sexualidad, sin discriminación y con especial atención a su desarrollo integral.

Asimismo, el Ministerio de Educación, a través del eje de Sexualidad, Afectividad y Género de Convivencia para la Ciudadanía, establece orientaciones vigentes para la actualización de los planes institucionales, incorporando criterios asociados a la normativa actual, entre ellos la Ley de Garantías de la Niñez y la Ley N° 21.675, Ley Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres debido a su género.

Estas orientaciones subrayan la importancia de promover comunidades educativas seguras, inclusivas y libres de discriminación y violencia de género, así como de revisar los instrumentos de gestión escolar desde una perspectiva formativa y de resguardo de derechos.

A ello se suma la articulación con el Currículum Nacional, que incorpora objetivos de aprendizaje vinculados a afectividad y sexualidad, tales como el reconocimiento del desarrollo afectivo y sexual, el respeto por los distintos ritmos de desarrollo, el resguardo de la intimidad, el uso seguro de redes sociales, la selección de fuentes confiables de información y la práctica autónoma de conductas protectoras y de autocuidado.

De este modo, la educación en sexualidad, afectividad y género no constituye un contenido aislado, sino una dimensión transversal del proceso formativo escolar.

Rol formativo del establecimiento

En este marco, el Colegio Kimen Montessori asume que la educación en sexualidad, afectividad y género debe desarrollarse de manera progresiva, pertinente a la edad, interdisciplinaria y coherente con su proyecto educativo.

Su finalidad no es únicamente entregar conocimientos, sino también fortalecer habilidades, actitudes y criterios que permitan a las y los estudiantes comprender su desarrollo, cuidar de sí mismos, respetar a los demás, pedir ayuda cuando sea necesario y establecer relaciones sanas y responsables.

Desde el enfoque Montessori, esta formación se vincula de manera directa con el acompañamiento respetuoso del desarrollo, la observación activa, la construcción de autonomía, el aprendizaje en un ambiente seguro y el reconocimiento de cada estudiante como una persona única, digna y capaz de desarrollar conciencia sobre sí misma y sobre su relación con los demás.

En consecuencia, el abordaje institucional de estas materias debe realizarse en un clima pedagógico de confianza, escucha, resguardo emocional y respeto por la diversidad, favoreciendo la reflexión, el diálogo y la formación ética.

Sentido institucional

En coherencia con la misión y visión institucionales, este programa entiende la educación en sexualidad, afectividad y género como una herramienta para educar para la vida, fortalecer la convivencia y contribuir a la formación de personas autónomas, conscientes, respetuosas y comprometidas con el bienestar propio y colectivo.

Desde esta perspectiva, la escuela no reemplaza el rol formativo de las familias, sino que lo complementa, ofreciendo un marco pedagógico y normativo que permita acompañar el

desarrollo integral del estudiantado de manera clara, respetuosa y acorde con los desafíos del tiempo presente

2.- El nombre es Programa de Afectividad y Sexualidad.

3.- El equipo de especialistas está conformado por:

Equipo de Convivencia Escolar

- Beatriz Aravena, Coordinadora de Convivencia Educativa.
- Paula Olivares, Orientadora.
- Maite Parra, Psicóloga Educacional.
- Andrés Arellano, Gestor de Bienestar y Seguridad Estudiantil.

Por otro lado, el equipo cuenta con apoyo de dirección, coordinadores de ciclo y del equipo psicoeducativo, los cuales son:

- Patricia Vandoorne, Directora, Coordinadora de Talleres 2.
- Verónica Rodríguez, Coordinadora de Jardín, Casa de Niños, Talleres 1.
- Manuel González, Coordinador de Talleres 3, TEM 1 Y 2 (7° y 8° básico)
- Karen Escobar, Coordinadora de TEM 3 a 6 (1° medio a 4° medio)
- Marcela Zamora, Psicopedagoga.
- Emy Rojas, Educadora Diferencial.

4.- Objetivo general de la intervención global.

Contribuir al desarrollo integral de las y los estudiantes mediante la implementación de un programa de educación en sexualidad, afectividad y género, pertinente a su etapa de

desarrollo, que promueva el autocuidado, la toma de decisiones responsables, el respeto por sí mismos y por los demás, y la construcción de relaciones sanas, en coherencia con el Proyecto Educativo Institucional y la normativa nacional vigente en materia de derechos de la niñez y adolescencia.

Objetivos específicos

1. Integrar la sexualidad, la afectividad y el género como dimensiones constitutivas del desarrollo personal y social de las y los estudiantes, abordándolas desde un enfoque de derechos, de inclusión y de respeto por la diversidad.
2. Promover aprendizajes claros, objetivos progresivos sobre sexualidad, afectividad y género, adecuados a las distintas edades y niveles educativos en que se implementa el programa, favoreciendo la comprensión y el pensamiento crítico.
3. Fomentar el autocuidado y la prevención, fortaleciendo en las y los estudiantes la adopción de conductas responsables frente a sus experiencias afectivas y sexuales, incluyendo la búsqueda oportuna de ayuda ante situaciones de riesgo o vulneración.
4. Fortalecer la comunicación y el diálogo en la comunidad educativa, generando instancias sistemáticas de información, orientación y participación para estudiantes, madres, padres y apoderados, manteniendo la actualización permanente de las temáticas abordadas.
5. Establecer y difundir procedimientos e instancias de apoyo y ayuda dentro de la comunidad escolar para la orientación, contención y derivación adecuada en situaciones relacionadas con la sexualidad, la afectividad, el género o la vulneración de derechos de niños, niñas y adolescentes.

Los niveles en los cuales se aplicará el Programa de Educación Sexual y Afectiva Integral son: Jardín, Preescolar, Básica y Media.

5.-ORIENTACIONES DESDE EL CURRICULUM

Objetivo Fundamental Transversal

Comprender y apreciar la importancia que tienen las dimensiones afectivas, espiritual, ética y social para un sano desarrollo socio - afectivo

Objetivos de Aprendizaje por Nivel

JARDÍN

Eje o Núcleo: Identidad y Autonomía

Aprendizajes esperados

- Reconocer en sí mismo, en otras personas y en personajes de cuentos, emociones tales como: tristeza, miedo, alegría, pena y rabia.
- Manifestar disposición para regular sus emociones y sentimientos, en función de las necesidades propias, de los demás y de algunos acuerdos para el funcionamiento grupal.
- Actuar con progresiva independencia, ampliando su repertorio de acciones, acorde a sus necesidades e intereses.
- Comunicar algunos rasgos de su identidad, como su nombre, sus características corporales, género y otros.
- Apreciar sus características identitarias, fortalezas y habilidades.

CASA DE NIÑOS

Eje o Núcleo: Identidad y Autonomía

Aprendizajes esperados

- Comunicar a los demás, emociones y sentimientos tales como: amor, miedo, alegría, ira, que le provocan diversas narraciones o situaciones observadas.

- Manifestar disposición y confianza para relacionarse con algunos adultos y pares que no son parte del grupo o curso.
- Expresar sus emociones y sentimientos autorregulándose en función de las necesidades propias, de los demás y las normas de funcionamiento grupal.
- Comunicar rasgos de su identidad de género, roles (nieta/o, vecino/a, entre otros), sentido de pertenencia y cualidades personales.
- Comunicar sus características identitarias, fortalezas, habilidades y desafíos personales.
- Cuidar su bienestar personal, llevando a cabo sus prácticas de higiene, alimentación y vestuario, con independencia y progresiva responsabilidad.
- Anticipar acciones y prever algunas situaciones o desafíos que se pueden presentar, en juegos, proyectos, sucesos que experimenta o que observa.

PRIMERO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a: rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
- Observar, describir y valorar sus características personales, sus habilidades e intereses.
- Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño, que dan y reciben, en los ámbitos familiar, escolar y social (por ejemplo, compartir tiempo, escuchar a los demás, dar y recibir ayuda).

SEGUNDO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a: rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
- Observar, describir y valorar sus características personales, sus habilidades e intereses.
- Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño, que dan y reciben, en los ámbitos familiar, escolar y social (por ejemplo, compartir tiempo, escuchar a los demás, dar y recibir ayuda).

TERCERO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivos de Aprendizaje

- Observar, describir y valorar sus características, habilidades y fortalezas (en lo familiar, afectivo, académico y social, entre otros) y proponerse acciones concretas para los aspectos que requiera superar.
- Identificar y aceptar sus propias emociones y las de los demás, y practicar estrategias personales de manejo emocional (por ejemplo, esperar un tiempo, escuchar al otro y considerar su impacto en los demás).
- Reconocer y valorar la sexualidad como expresión de amor, vínculo e intimidad entre dos personas y como gestora de su propia vida.
- Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado en relación con: > rutinas de higiene > actividades de descanso, recreación y actividad física > hábitos de alimentación > resguardo del cuerpo y la intimidad > la entrega de información personal > situaciones de potencial abuso

CUARTO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Observar, describir y valorar sus características, habilidades y fortalezas (en lo familiar, afectivo, académico y social, entre otros) y proponerse acciones concretas para los aspectos que requiera superar.
- Identificar y aceptar sus propias emociones y las de los demás, y practicar estrategias personales de manejo emocional (por ejemplo, esperar un tiempo, escuchar al otro y considerar su impacto en los demás).
- Reconocer y valorar la sexualidad como expresión de amor, vínculo e intimidad entre dos personas y como gestora de su propia vida.
- Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado en relación con: > rutinas de higiene > actividades de descanso, recreación y actividad física > hábitos de alimentación > resguardo del cuerpo y la intimidad > la entrega de información personal > situaciones de potencial abuso
- Reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual, describiendo los cambios físicos y afectivos que ocurren en la pubertad y respetar los diferentes ritmos de desarrollo entre sus pares.

QUINTO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Demostrar una valoración positiva de sí mismo reconociendo habilidades, fortalezas y aspectos que requiera superar.
- Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros.
- Reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual, que aprecia en sí mismo y en los demás, describiendo los cambios físicos, afectivos y sociales que ocurren en la pubertad, considerando la manifestación de estos en las motivaciones, formas de relacionarse y expresar afecto a los demás.
- Practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado, como: mantener una comunicación efectiva con la familia o adulto de su confianza resguardar la intimidad, (por ejemplo, evitando exponer información personal, fotos íntimas a través de redes sociales, protegiéndose de manifestaciones de índole sexual

inapropiadas), seleccionar y acudir a fuentes de información confiables (personas significativas, libros y páginas de internet especializadas), realizar un uso seguro de redes

SEXTO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivos de Aprendizaje

- Demostrar una valoración positiva de sí mismo reconociendo habilidades, fortalezas y aspectos que requiera superar.
- Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros.
- Reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual, que aprecia en sí mismo y en los demás, describiendo los cambios físicos, afectivos y sociales que ocurren en la pubertad, considerando la manifestación de estos en las motivaciones, formas de relacionarse y expresar afecto a los demás.
- Practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado, como: mantener una comunicación efectiva con la familia o adulto de su confianza resguardar la intimidad, (por ejemplo, evitando exponer información personal, fotos íntimas a través de redessociales, protegiéndose de manifestaciones de índole sexual inapropiadas) , seleccionar y acudir a fuentes de información confiables (personas significativas, libros y páginas de internet especializadas) , realizar un uso seguro de redes

SÉPTIMO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Construir, en forma individual y colectiva, representaciones positivas de sí mismos, incorporando sus características, motivaciones, intereses y capacidades, considerando las experiencias de cambio asociadas a la pubertad y adolescencia.

- Analizar, considerando sus experiencias e inquietudes, la importancia que tiene para el desarrollo personal la integración de las distintas dimensiones de la sexualidad, el cuidado del cuerpo y la intimidad, discriminando formas de relacionarse en un marco de respeto y el uso de fuentes de información apropiadas para su desarrollo personal.

Eje: Bienestar y Autocuidado

Objetivo de Aprendizaje

- Identificar situaciones que puedan exponer a las y los adolescentes al consumo de sustancias nocivas para el organismo, conductas sexuales riesgosas, conductas violentas, entre otras problemáticas; reconociendo la importancia de desarrollar estrategias para enfrentarlas, y contar con recursos tales como: la comunicación asertiva y la ayuda de personas significativas y/o especializadas, dentro o fuera del establecimiento.
- Integrar a su vida cotidiana acciones que favorezcan el bienestar y la vida saludable en el plano personal y en la comunidad escolar, optando por una alimentación saludable, un descanso apropiado, realizando actividad física o practicando deporte, resguardando la intimidad e integridad del cuerpo, incorporando medidas de seguridad en el uso de redes sociales, entre otros.

Eje: Relaciones Interpersonales

Objetivo de Aprendizaje

- Analizar sus relaciones, presenciales o virtuales por medio de las redes sociales, y las de su entorno inmediato atendiendo a los derechos de las personas involucradas, considerando los principios de igualdad, dignidad, inclusión y no discriminación, identificando circunstancias en las que no se ha actuado conforme a estos derechos y reconociendo el impacto en el bienestar de quienes se vean involucrados.

OCTAVO BÁSICO

Eje: Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Analizar, considerando sus experiencias e inquietudes, la importancia que tiene para el desarrollo personal la integración de las distintas dimensiones de la sexualidad, el cuidado del cuerpo y la intimidad, discriminando formas de relacionarse en un marco

de respeto y utilizando fuentes de información apropiadas para su desarrollo personal.

- Construir, en forma individual y colectiva, representaciones positivas de sí mismos, incorporando sus características, motivaciones, intereses y capacidades, considerando las experiencias de cambio asociadas a la pubertad y adolescencia.

Eje: Bienestar y Autocuidado

Objetivo de Aprendizaje

- Identificar situaciones que puedan exponer a las y los adolescentes al consumo de sustancias nocivas para el organismo, conductas sexuales riesgosas, conductas violentas, entre otras problemáticas, reconociendo la importancia de desarrollar estrategias para enfrentarlas, y contar con recursos tales como la comunicación asertiva y la ayuda de personas significativas y/o especializadas, dentro o fuera del establecimiento.

Eje: Relaciones Interpersonales

Objetivo de Aprendizaje

- Analizar sus relaciones, presenciales o virtuales por medio de las redes sociales, y las de su entorno inmediato atendiendo a los derechos de las personas involucradas, considerando los principios de igualdad, dignidad, inclusión y no discriminación, identificando circunstancias en las que no se ha actuado conforme a estos derechos y reconociendo el impacto en el bienestar de quienes se vean involucrados.

PRIMERO MEDIO

Eje : Crecimiento Personal

- Analizar de manera fundamentada temáticas y situaciones relacionadas con la sexualidad y los vínculos afectivos, en función de valores como el respeto hacia todo ser humano, la responsabilidad y el cuidado de sí mismos y de los demás, considerando el resguardo de la salud, la intimidad, la integridad física y emocional.

Eje : Bienestar y Autocuidado

- Evaluar, en sí mismos y en su entorno, situaciones problemáticas y/o de riesgos relacionadas con el consumo de sustancias, conductas sexuales riesgosas y la violencia, entre otros, e identificar y recurrir a redes de apoyo a las que pueden pedir

ayuda, como familia, profesores, instituciones de salud, centros comunitarios y fonos y páginas web especializadas, entre otras.

Eje : Relaciones Interpersonales

- Promover en su entorno relaciones interpersonales constructivas, sean estas presenciales o por medio de las redes sociales, sobre la base del análisis de situaciones, considerando los derechos de las personas acorde a los principios de igualdad, dignidad, inclusión y no discriminación.

SEGUNDO MEDIO

Eje : Crecimiento Personal

Objetivo de Aprendizaje

- Analizar de manera fundamentada temáticas y situaciones relacionadas con la sexualidad y los vínculos afectivos, en función de valores como el respeto hacia todo ser humano, la responsabilidad y el cuidado de sí mismos y de los demás, considerando el resguardo de la salud, la intimidad, la integridad física y emocional.

Eje : Bienestar y Autocuidado

Objetivo de Aprendizaje

- Evaluar, en sí mismos y en su entorno, situaciones problemáticas y/o de riesgos relacionadas con el consumo de sustancias, conductas sexuales riesgosas y la violencia, entre otros, e identificar y recurrir a redes de apoyo a las que pueden pedir ayuda, como familia, profesores, instituciones de salud, centros comunitarios y fonos y páginas web especializadas, entre otras.
- Promover y llevar a cabo de manera autónoma acciones que favorezcan la vida saludable a nivel personal y social, manifestando interés y preocupación ante problemas y situaciones de su entorno y de sus vidas (cuidado de la alimentación, manejo adecuado del estrés, uso positivo del tiempo de ocio, prevención de riesgos y seguridad personal en situaciones cotidianas, entre otros).

Eje : Relaciones Interpersonales

Objetivo de Aprendizaje

- Promover en su entorno relaciones interpersonales constructivas, sean estas presenciales o por medio de las redes sociales, sobre la base del análisis de situaciones, considerando los derechos de las personas acorde a los principios de igualdad, dignidad, inclusión y no discriminación.

TERCERO MEDIO

Objetivos de Aprendizaje

- Comprender la relación e influencia de los factores protectores y de riesgos personales, familiares y sociales en sus decisiones y adquirir compromiso responsable consigo mismo y los demás.
- Comprender cómo incorporar en su conducta estrategias de manejo efectivo con relación a factores de riesgo, y cómo desarrollar conductas seguras y protectoras basadas en sus recursos personales.
- Analizar de manera fundamentada temáticas y situaciones relacionadas con la sexualidad y los vínculos afectivos, en función de valores como el respeto hacia todo ser humano, la responsabilidad y el cuidado de sí mismos y de los demás, considerando el resguardo de la salud, la intimidad, la integridad física y emocional.

CUARTO MEDIO

Objetivos de Aprendizaje

- Comprender la relación e influencia de los factores protectores y de riesgos personales, familiares y sociales en sus decisiones y adquirir compromiso responsable consigo mismo y los demás.
- Comprender cómo incorporar en su conducta estrategias de manejo efectivo con relación a factores de riesgo, y cómo desarrollar conductas seguras y protectoras basadas en sus recursos personales.
- Analizar de manera fundamentada temáticas y situaciones relacionadas con la sexualidad y los vínculos afectivos, en función de valores como el respeto hacia todo ser humano, la responsabilidad y el cuidado de sí mismos y de los demás, considerando el resguardo de la salud, la intimidad, la integridad física y emocional.

6.-FICHAS CON INDICACIONES PARA APLICACIÓN DE TALLERES

Jardín

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben en los ámbitos familiar y escolar, reconociendo el buen trato, la inclusión y el respeto como base de las relaciones interpersonales.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Roles en el conflicto (KiVA)
Objetivo	Conocer los roles de víctima, agresor y testigo y reflexionar sobre el poder del testigo para cambiar la situación.
Materiales	Material KiVA; láminas (anexo 3); papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar si han visto situaciones donde alguien molesta mucho a otro y otros miran sin intervenir. 3. Presentación de roles (10 minutos) - Explicar cada rol con material Kiva. Mostrar el lápiz grande con las letras K-I-V-A. Explicar que KiVA significa "ser amable" y que nos va a ayudar a aprender a tratar bien a los demás. - Círculo ROSA — El buen compañero Ubica el círculo rosa en la alfombra. Preguntar en voz alta: "¿Qué ven en este

	dibujo?", "¿Qué está haciendo este niño?". Guía directriz: El buen compañero ayuda y avisa a las Guías cuando alguien necesita ayuda. Preguntar: "¿Quién de ustedes ayuda a sus compañeros?". - Círculo VERDE — El que no se siente bien: Ubicar el círculo verde. Preguntar: "¿Cómo se siente este niño?", "¿Por qué está llorando?". Guía directriz: Este compañero está triste y pide ayuda. Preguntar: "¿Alguna vez se han sentido así? ¿Qué pasó?". - Círculo AMARILLO — El que no ayuda: Ubicar el círculo amarillo. Preguntar: "¿Qué hace este niño?", "¿Está siendo amable?". Guía directriz: Este compañero se ríe, no ayuda y no es amable. Preguntar: "¿Está bien reírse cuando alguien está triste? ¿Por qué no?". 4. Trabajo en Línea (15--20 minutos) - Analizar pequeñas historias y decidir qué rol tiene cada personaje. 5. Puesta en común (10 minutos) - Comentar qué podrían hacer los testigos para ayudar
Cierre / Reflexión	Reforzar que deben informar a adultos del colegio cuando vean situaciones de maltrato.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Mi burbuja personal (juego con aro)
Objetivo	Que los niños y niñas reconozcan la existencia de un espacio personal propio y el de los demás, comprendiendo que pueden decir “sí” o “no” cuando alguien se acerca demasiado o invade su espacio.
Materiales	Aros plásticos (uno por niño), cinta adhesiva para marcar el suelo, Fichas de burbuja personal. ANEXO 2
Desarrollo	1. Bienvenida y charla corta (5 min): La Guía reúne al grupo en círculo y presenta el tema: “¿Han visto una burbuja? ¿Qué pasa si la tocamos muy fuerte?” Explicar que cada persona tiene su “burbuja invisible” que la protege, igual que una pompa.

	2.Demostración y dramatización (5 min): La Guía toma un aro, se pone al centro y dice: «Este aro es mi burbuja. Dentro del aro estoy yo y mi espacio personal». Camina un poco con el aro y muestra: «Si alguien quiere entrar en mi aro, primero me tiene que preguntar». Modelar: una segunda persona se acerca y pregunta «¿Puedo entrar en tu burbuja?» y la Guía responde «Sí» o «No» en voz clara. Repetir ambos ejemplos. 3.Juego: “La burbuja del espacio personal” (10 min): Entregar un aro a cada niñx (o marcar un aro en el piso). Instrucciones: «Párense dentro de su aro. Este es su espacio personal, su burbuja». La Guía invita a otro niño o niña a acercarse al aro y preguntar: «¿Puedo entrar en tu burbuja?». Quien está dentro del aro responde: «Sí, puedes entrar» o «No, no quiero». Si la respuesta es «Sí», el otro entra un momento al aro y ambos saludan (chocar palmas, por ejemplo) y luego sale. Si la respuesta es «No», el otro se queda afuera y la Guía refuerza: «Está bien decir que no. Tu burbuja es tuya». Rotar parejas para que varios niños practiquen ser quienes piden y quienes responden. 4. Actividad guiada: “¿Qué pasa en mi burbuja?” (10 min): Reunirlos nuevamente y conversar: “¿Qué cosas me hacen sentir bien dentro de mi burbuja? (por ejemplo, un abrazo cuando quiero, mi juguete, estar tranquilo)”. Luego preguntar: “¿Qué cosas rompen mi burbuja? (por ejemplo, empujones, gritos, tocar sin pedir permiso)”. Usar fichas y hacer que imiten gestos de No quiero, Si quiero y Te respeto.
Cierre / Reflexión	Preguntar: “¿Cómo se siente cuando alguien respeta tu burbuja? ¿Y cuando no?” Reconocer verbalmente las respuestas y felicitar al grupo. Dejar las cartulinas visibles en el aula como recordatorio: “Respetamos las burbujas de todos”.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Resolviendo conflictos en grupo
Objetivo	Practicar la resolución de conflictos a partir de casos cercanos.
Materiales	Títeres.

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué han hecho alguna vez para arreglar una pelea con un amigo?" - Mostrar opciones: Pedir disculpas, empujarlo, no hablarle. 3. Presentación de pasos para resolver conflictos (10 minutos) - Presentación de títeres: a) Las princesas quieren jugar. b) Una quiere jugar a la pinta y la otra a las escondidas. c) Se enojan porque no quieren el mismo juego. d) 1. Escuchar - Cada princesa escucha a la otra: "Yo quiero pinta", "Yo quiero escondidas". e) 2. Decir cómo me siento - Princesa 1: "Estoy molesta". - Princesa 2: "Estoy triste". f) 3. Buscar solución entre ambas - Proponen: "Primero escondidas y después pinta". g) 4. Pedir ayuda si no resulta - Si no se ponen de acuerdo, llaman a la Guía: "Guía, ayúdanos". 4. Puesta en común (10 minutos) - Compartir qué pasos les resultaron más difíciles.
Cierre / Reflexión	Resumir que pedir ayuda no significa "acusarse", sino buscar apoyo para resolver.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 4

Mes	Mayo
Actividad	Mi cuerpo es mío: partes íntimas
Objetivo	Reconocer las partes íntimas del cuerpo y conductas de autocuidado.
Materiales	Láminas neutras del cuerpo humano (Anexo 4); guión de reglas simples; pañuelos (verde/rojo).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué partes del cuerpo mostramos siempre? ¿Cuáles no se muestran normalmente?" - Explicar que hablarán del cuidado del cuerpo con respeto. 3. Presentación (10--15 minutos) - Usar lámina para señalar que las partes del cuerpo y cual esta cubierta. - Presentar reglas básicas (nadie puede tocar tus partes íntimas sin razón de cuidado; si algo incomoda, hay que contarlo a un adulto de confianza). 4. Trabajo guiado con semáforo (15--20 minutos) - Plantear situaciones simples (abrazar a un familiar, examen médico con adulto presente, juego que incomoda). - Los niños levantan bandera verde o roja según si es una parte no permitida o una parte que si es permitido. 5. Puesta en común (10 minutos) - Comentar por qué algunas situaciones son rojas y qué podrían hacer (ir, gritar, contar).
Cierre / Reflexión	Recordar al grupo que no deben contar detalles de situaciones personales en esa instancia; si alguien menciona algo preocupante, tomar nota para derivar por los canales del colegio.

Campo	Contenido
--------------	------------------

Sesión	1º semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Mi cuerpo se expresa
Objetivo	Reconocer en sí mismo, en otras personas y en personajes de cuentos, emociones tales como: tristeza, miedo, alegría, pena y rabia.
Materiales	Espejo, monstruos de colores.
Desarrollo	1. Presentación de emociones (5-10 minutos) a. Se muestra un peluche por vez: i. Amarillo: alegría. ii. Azul: tristeza. iii. Rojo: rabia. iv. Negro: miedo. v. Verde: calma. b. Después de nombrar, se pregunta: “¿Cómo se ve el cuerpo cuando está alegre/triste/enojado/asustado/tranquilo?” 2. Imitar con el cuerpo (10 minutos) a. Se elige un peluche, por ejemplo el amarillo, y el grupo imita con el cuerpo esa emoción: i. Amarillo (alegría): sonreír, saltar suave. ii. Azul (tristeza): cabeza abajo, cuerpo quieto. iii. Rojo (rabia): ceño fruncido, manos apretadas sin pegar. iv. Negro (miedo): abrazarse, acercarse a alguien. v. Verde (calma): sentarse tranquilo y respirar lento. 3. En línea (3-5 minutos) • En la línea, se coloca todos los peluches al centro y se dice una frase simple: “A veces estamos como el monstruo amarillo, azul, rojo, negro o verde. Todas las emociones se pueden sentir y mostrar con el cuerpo.”
Cierre / Reflexión	Preguntar en que monstruo están hoy

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	La botella de la calma
Objetivo	Manifiestar disposición para regular sus emociones y sentimientos, en función de las necesidades propias, de los demás y de algunos acuerdos para el funcionamiento grupal.
Materiales	Botella transparente con agua y brillantina (o similares).
Desarrollo	1. Inicio Sentar a los niños y niñas en la línea y recordar normas básicas (escuchar, no burlarse). Mostrar una botella con agua y brillantina, primero quieta, y luego agitarla. Explicar: “Cuando estamos muy enojados o muy alterados, nuestras emociones se pueden sentir como esta brillantina: se mueven rápido, como un torbellino.” 2. Del torbellino a la calma Invitar a observar la botella mientras la brillantina va bajando. Decir en voz sencilla: “Así como la brillantina se va calmando poco a poco, nuestro cuerpo también puede ir encontrando calma.” Practicar juntos respiración profunda (inhalar por la nariz, exhalar por la boca) mientras miran la botella. 3. Construcción de la botella de la calma Entregar una botella a cada niño/niña y ayudar a llenarla con agua y brillantina. Explicar: “Esta es tu botella de la calma. Cuando sientas tus emociones como un torbellino, la puedes agitar, mirar cómo se calma la brillantina y respirar hasta que tu cuerpo también se sienta más tranquilo.”

Cierre / Reflexión	Reforzar la idea clave: “Cuando mi emoción está muy fuerte, puedo respirar, esperar y usar mi botella de la calma para pasar del torbellino a la tranquilidad.”
---------------------------	--

Segundo semestre

Unidad 1	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Identidad y Autonomía

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	Mural: “Así somos”
Objetivo	Comunicar algunos rasgos de su identidad, como su nombre, sus características corporales, género y otros.
Materiales	Espejo. Hojas blancas. Lápices de colores. (Anexo 8)
Desarrollo	1. Inicio • Sentar a los niños y niñas en la línea. • Pedir que, por turno, digan su nombre en voz alta. • Presentar la actividad: “Hoy vamos a mirar cómo somos y vamos a hacer un mural con nuestros dibujos para recordar que todas las personas somos importantes.” 2. Observación en el espejo • Pasar el espejo uno a uno.

	• Invitar a observar características como color de cabello, color de ojos, forma de la nariz, de la boca y otros rasgos especiales. • La guía puede preguntar: “¿Qué ves en tu rostro? ¿De qué color es tu pelo? ¿Cómo son tus ojos?” 3. Dibujo del rostro o del cuerpo • Entregar hojas blancas y lápices de colores. • Pedir que dibujen su rostro, incluyendo las características que observaron en el espejo. • Acompañar nombrando características positivas y respetuosas (“tus ojos son grandes y curiosos”, “tu sonrisa es muy especial”). 4. Construcción del mural “Así somos” • Reunir los dibujos y pegarlos juntos en una pared o papelógrafo. • Nombrar el mural: “Así somos”. • Observarlo brevemente con el grupo, señalando la diversidad de colores, formas y rasgos.
Cierre / Reflexión	Reforzar la idea clave: “Cada persona es distinta y especial. En este mural vemos que todas y todos tenemos características que nos hacen únicos, y todas merecen

Campo	Contenido
Sesión	2 ° semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Autocuidado en mi día a día

Objetivo	Identificar prácticas de autocuidado relacionadas con higiene, alimentación, descanso y recreación.
Materiales	Tarjetas con hábitos (Anexo 5); papelógrafo dividido en "cuidarse" y "no cuidarse".
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen en un día normal desde que se levantan hasta que se acuestan?" - Fichas de actividades diarias (desayunar, lavarse los dientes, jugar, etc.). 3. Trabajo en línea (15-20 minutos) - En conjunto se ordenan las fichas de actividades diarias. 4. Puesta en común (10 minutos) - Canción: Me levanto en la mañana, Me lavo el cuerpesito, Me pongo mi ropa, Tomo desayuno rico, Me lavo, me lavo, me lavo mis dientes. X2 Llego al colegio, Aprendo, juego, y me río, Y antes de mi colación Me lavo las manitos Con agua, con agua, con agua y jaboncito. X2 Sigo aprendiendo, Me río con mis amigos Me dio mucha Hambre, Almuerzo algo rico, Me lavo, me lavo, me lavo mis dientitos x2

	Duermo un ratito, vuelvo a jugar, Me vienen a buscar Me voy a mi casita, Me lavo, me lavo me lavo el cuerpesito, Me lavo, me lavo, me lavo mis dienteistos. Sale la luna, Es tiempo de dormir, Tuve un buen día, Lo quiero repetir.
Cierre/Reflexión	- Elegir, entre todos, una acción de higiene que intentarán practicar más durante la semana.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Cuidando mi información personal
Objetivo	Favorecer el autocuidado y la confianza para reconocer a qué adultos acudir, comprendiendo la importancia de no entregar información personal a personas desconocidas.
Materiales	Cuento Caperucita Roja, hojas blancas, lápices de colores y apoyo visual con situaciones de autocuidado.
Desarrollo	1. Sentados en la línea o en círculo, la guía inicia una conversación breve sobre qué significa cuidarse y a quiénes podemos pedir ayuda cuando tenemos un problema. 2. Se narra el cuento <i>Caperucita Roja</i>, poniendo atención en las decisiones del personaje y en el encuentro con alguien desconocido. 3. Durante la lectura, se realizan preguntas como: “¿Con quién puede hablar Caperucita?”, “¿Está bien contarle cosas

	personales a alguien que no conoce?” y “¿Qué harías tú si un extraño te habla o te ofrece algo?”.
Cierre / Reflexión	A partir del cuento, se refuerza que cuidarse también significa no irse con desconocidos, no entregar información personal y buscar apoyo en adultos de confianza cuando algo genera miedo, duda o incomodidad.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Promesas y confianza
Objetivo	Aprender sobre la importancia de las promesas y la confianza.
Materiales	Títeres de Princesa y Sirena (disponibles en oficina de psicología)
Desarrollo	1. Inicio breve (3-5 minutos) a. Saludo en la línea b. Se presentan los personajes: “Hoy la princesa y la sirena nos van a mostrar qué es una promesa.” c. Se dice en voz simple: “Promesa es cuando digo algo que voy a hacer, y la otra persona confía en mí.” 2. Historia 1: La princesa que cumple su promesa (5-7 minutos) a. Escena con títeres: i. La princesa dice a la sirena: “Te prometo prestarte mi muñeca cuando termine de jugar.” ii. Juega un momento y luego sí presta la muñeca a la sirena. b. Se pregunta al grupo: i. “¿Cómo se siente la sirena cuando la princesa cumple la promesa?” ii. Se recogen respuestas como: contenta, feliz, tranquila.

	c. Se comenta: “Cuando cumplimos la promesa, la otra persona confía.” 3. Historia 2: La sirena que no cumple su promesa (5–7 minutos) a. Nueva escena: - La sirena dice a la princesa: “Te prometo jugar juntas.” - Después, la sirena se va con otros y no juega con la princesa. b. Se pregunta: “¿Cómo se siente ahora la princesa?” “¿Puede confiar en ella?” c. Se explica con lenguaje simple: “Cuando no cumplimos la promesa, la otra persona puede ponerse triste o enojada y confiar menos.” 4. Promesas sencillas del grupo (5–10 minutos) a. De vuelta en la línea, se piden ejemplos de promesas muy simples que sí puedan cumplir en la sala, por ejemplo: “Prometo guardar los bloques cuando termine.” “Prometo pedir las cosas con palabras, no empujando.” b. Se eligen 1–2 promesas del grupo y se repiten en voz de “princesa y sirena”, como un pequeño juego: “Prometo ordenar mis cosas.” “Prometo cuidar a mis amigos.”
Cierre / Reflexión	Frase final: “Si hago una promesa, la cumplo para cuidar la confianza.”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Mis fortalezas
Objetivo	Apreciar sus características identitarias, fortalezas y habilidades.

Materiales	Hojas con forma de corazón (una por niño/niña). Lápices o plumones de colores.
Desarrollo	1. Inicio • Sentar a los niños y niñas en la línea. • Presentar la actividad: “Hoy vamos a pensar en cosas que cada uno sabe hacer bien y que le gustan. Eso se llama nuestras fortalezas.” 2. Reconocimiento de fortalezas • Preguntar, uno a uno: “¿Qué te gusta o qué sabes hacer bien? Por ejemplo, bailar, cantar, dibujar, correr, ayudar a otros, escuchar.” • La guía escribe en un corazón para cada niño/niña la fortaleza que mencionó. 3. Jugar con las fortalezas • Invitar a que, por turno, cada uno realice el movimiento o acción de su fortaleza (bailar un poco, hacer como que corre, dibujar en el aire, etc.). • Animar al grupo a observar y valorar las fortalezas de sus compañeros y compañeras. 4. Mural de corazones • Pegar los corazones en un lugar visible de la sala. • Comentar brevemente que el mural muestra las fortalezas del grupo.
Cierre / Reflexión	Sentados nuevamente en la línea, explicar en palabras simples: “Todas y todos tenemos cosas que hacemos bien y que nos gustan. Nuestras fortalezas son importantes y nos ayudan a sentirnos seguros y contentos.”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Así nos cuidamos (cuento de Andrea)

Objetivo	Representar las diferencias entre actitudes saludables y no saludables presentes en el cuento.
Materiales	Cuento de Andrea y las imágenes asociadas. Hojas blancas. Lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio • Sentar a los niños y niñas en la línea. • Mostrar las imágenes del cuento de Andrea e invitar a observar con atención los alimentos, actividades y actitudes que aparecen. • Preguntar brevemente: “¿Qué cosas ves que ayudan a estar sano? ¿Qué cosas no ayudan tanto?” 2. Lectura y conversación guiada • Leer el cuento de Andrea y detenerse en las escenas clave donde se ve una persona con hábitos saludables y otra con hábitos que no lo son. • En cada escena, preguntar: “¿Qué está comiendo Andrea? ¿Eso ayuda a estar sano? ¿Qué hizo Andrea cuando comió mucho? ¿Qué alimentos decidió la mamá de Andrea que ayudan a estar sano?” • Ayudar a que nombren alimentos, actividades y actitudes saludables. 3. Clasificación sencilla (oral o con dibujos) • Pedir que digan o dibujen un alimento o actividad saludable y uno que no lo es. • Ir verbalizando y repitiendo sus ideas: “Sí, estas verduras son saludables, y esta hamburguesa con bebida no es un alimento saludable.”
Cierre / Reflexión	- Resaltar que cuidar el tiempo de pantalla y lo que ven es parte de cuidarse.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13

Mes	Octubre
Actividad	Cuando algo se rompe, ¿a quién pedimos ayuda?
Objetivo	Reconocer que ante una situación que genera miedo o preocupación (algo que se rompe, error, accidente) pueden pedir ayuda a una persona adulta de confianza y resolver el problema de manera segura y tranquila.
Materiales	Extracto del cuento donde se rompe la ampollita y aparece la mamá. (Anexo 35) Hojas blancas.
Desarrollo	1. Inicio • Sentar al grupo en la línea. • Leer el extracto del cuento en voz clara (lo de la ampollita rota, la idea de contarle a la mamá y cómo ella arregla el problema con calma). • Preguntar brevemente: “¿Qué pasó en la historia? ¿Qué hizo Amaru cuando vio la ampollita rota?” 2. Conversación guiada • Recuperar las ideas clave del texto: ○ Los niños sienten miedo a que los reten. ○ Amaru propone contarle a la mamá. ○ La mamá escucha con calma, corta la electricidad, cambia la ampollita y luego les invita a jugar. • Hacer preguntas simples: ○ “¿Fue buena idea contarle a la mamá?” ○ “¿Qué habría pasado si no le contaban a nadie?” ○ “¿Qué adultos podrían ayudarnos si algo se rompe o nos preocupa en la casa o en el colegio?”
Cierre / Reflexión	“Cuando algo nos preocupa o puede ser peligroso, no nos quedamos solos con el miedo: contamos lo que pasó y pedimos ayuda a una persona adulta de confianza , tal como hizo Amaru en el cuento.”

Campo	Contenido
--------------	------------------

Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Mi escudo de buen trato
Objetivo	Sintetizar aprendizajes construyendo un escudo personal con compromisos de buen trato y autocuidado.
Materiales	Plantilla de escudo (Anexo 9); lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio (3-5 minutos) - Saludo en la línea y juego corto. - Se dice: “Hoy vamos a dibujar un escudo sobre cómo nos cuidamos y cómo cuidamos a los demás.” 2. Conversar ideas (5 minutos) - Preguntar: “¿Qué haces para cuidarte?” (lavarse las manos, decir que no, pedir ayuda). “¿Qué haces para cuidar a otros?” (no pegar, compartir, ayudar). - Repetir 2-3 ejemplos en voz alta. 3. Dibujar el escudo (10-15 minutos) - Entregar la hoja con el escudo. - Indicar: - Arriba: dibujar algo que hacen para cuidarse. - Abajo: dibujar algo que hacen para cuidar a otros. 4. Compartir (opcional, 5-10 minutos) - Quien quiera muestra su escudo y nombra una acción de cuidado. Cierre (3-5 minutos) - Se elige 1 compromiso simple del grupo (por ejemplo: “No empujamos en la fila”).
Reflexión	Frase final: “Nuestro escudo nos recuerda cómo nos cuidamos y cuidamos a los demás.

Campo	Contenido
--------------	------------------

Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	“Cosas importantes y ayudar en casa”
Objetivo	Reconocer que hay objetos que son especiales y se cuidan, comprender que ayudar en las tareas del hogar implica usar el cuerpo de forma adecuada (por ejemplo, ambas manos) y expresar qué cosas valoran y cómo las cuidan.
Materiales	Extracto del cuento de Gabo, el caballo “Azúcar” y la ayuda para poner la mesa. Hojas blancas. Lápices de colores. (Anexo 35)
Desarrollo	• Inicio • Sentar al grupo en la línea. • Leer el extracto donde el papá invita a Gabo a poner la mesa, Gabo pregunta si puede hacerlo “a caballo”, y se explica que necesita las dos manos; luego aparece Amapola y Gabo aclara que el caballo “Azúcar” es un regalo especial que le gusta jugar solo con él. • Preguntar: “¿Qué le pide el papá a Gabo? ¿Por qué no puede poner la mesa montado en el caballo? ¿Qué significa que ‘Azúcar’ es un regalo especial?” • Conversación guiada • Destacar dos ideas del texto: ○ Ayudar en casa: usar bien el cuerpo, concentrarse en la tarea, ser cuidadoso (llevar las cucharas con dos manos). ○ Objetos importantes: “Azúcar” es un regalo del tío, Gabo lo cuida y explica que solo juega él con ese caballo. • Hacer preguntas: ○ “¿Qué tareas haces tú en tu casa para ayudar?” ○ “¿Tienes algún objeto especial que cuidas mucho (juguete, libro, peluche)? ¿Por qué es importante para ti?”
Cierre / Reflexión	“En nuestra vida hay cosas y personas que son especiales y las cuidamos; también ayudamos en casa usando bien nuestro cuerpo y siendo responsables, como Gabo cuando pone la mesa.”

Prescolar

Primer semestre

Unidad 1	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Identidad y Autonomía

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Roles en el conflicto (KiVA)
Objetivo	Conocer los roles de víctima, agresor y testigo y reflexionar sobre el poder del testigo para cambiar la situación.
Materiales	Material KiVA láminas (anexo 3); Alfombra de presentación
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar si han visto situaciones donde alguien molesta mucho a otro y otros miran sin intervenir.

	3. Presentación de roles (10 minutos) - Explicar cada rol con material Kiva. Mostrar el lápiz grande con las letras K-I-V-A. Explicar que KiVA significa "ser amable" y que nos va a ayudar a aprender a tratar bien a los demás. - Círculo ROSA — El buen compañero Ubica el círculo rosa en la alfombra. Preguntar en voz alta: "¿Qué ven en este dibujo?", "¿Qué está haciendo este niño?". Guía directriz: El buen compañero ayuda y avisa a las Guías cuando alguien necesita ayuda. Preguntar: "¿Quién de ustedes ayuda a sus compañeros?". - Círculo VERDE — El que no se siente bien: Ubicar el círculo verde. Preguntar: "¿Cómo se siente este niño?", "¿Por qué está llorando?". Guía directriz: Este compañero está triste y pide ayuda. Preguntar: "¿Alguna vez se han sentido así? ¿Qué pasó?". - Círculo AMARILLO — El que no ayuda: Ubicar el círculo amarillo. Preguntar: "¿Qué hace este niño?", "¿Está siendo amable?". Guía directriz: Este compañero se ríe, no ayuda y no es amable. Preguntar: "¿Está bien reírse cuando alguien está triste? ¿Por qué no?". 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Analizar pequeñas historias de material kiva y decidir qué rol tiene cada personaje. 5. Puesta en común (10 minutos) - Comentar qué podrían hacer los testigos para ayuda
Cierre / Reflexión	Reforzar que deben informar a adultos del colegio cuando vean situaciones de maltrato.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Mi burbuja personal (juego con aro)
Objetivo	Que los niños y niñas reconozcan la existencia de un espacio personal propio y el de los demás, comprendiendo que pueden decir “sí” o “no” cuando alguien se acerca demasiado o invade su espacio.
Materiales	Aros plásticos (uno por niñx), cinta adhesiva para marcar el suelo, Fichas de burbuja personal. ANEXO 2
Desarrollo	1.Bienvenida y charla corta (5 min): La Guía reúne al grupo en círculo y presenta el tema: “¿Han visto una burbuja? ¿Qué pasa si la tocamos muy fuerte?” Explicar que cada persona tiene su “burbuja invisible” que la protege, igual que una pompa. 2.Demostración y dramatización (5 min): La Guía toma un aro, se pone al centro y dice: «Este aro es mi burbuja. Dentro del aro estoy yo y mi espacio personal». Camina un poco con el aro y muestra: «Si alguien quiere entrar en mi aro, primero me tiene que preguntar». Modelar: una segunda persona se acerca y pregunta «¿Puedo entrar en tu burbuja?» y la Guía responde «Sí» o «No» en voz clara. Repetir ambos ejemplos. 3.Juego: “La burbuja del espacio personal” (10 min): Entregar un aro a cada niñx (o marcar un aro en el piso). Instrucciones: «Párense dentro de su aro. Este es su espacio personal, su burbuja». La Guía invita a otro niño o niña a acercarse al aro y preguntar: «¿Puedo entrar en tu burbuja?». Quien está dentro del aro responde: «Sí, puedes entrar» o «No, no quiero». Si la respuesta es «Sí», el otro entra un momento al aro y ambos saludan (chocar palmas, por ejemplo) y luego sale. Si la respuesta es «No», el otro se queda afuera y la Guía refuerza: «Está bien decir que no. Tu burbuja es tuya». Rotar parejas para que varios niños practiquen ser quienes piden y quienes responden. 4. Actividad guiada: “¿Qué pasa en mi burbuja?” (10 min): Reunirlos nuevamente y conversar: “¿Qué cosas me hacen sentir bien dentro de mi burbuja? (por ejemplo, un abrazo cuando quiero, mi juguete, estar tranquilo)”. Luego preguntar: “¿Qué cosas rompen mi burbuja? (por ejemplo, empujones, gritos, tocar sin pedir

	permiso)". Usar fichas y hacer que imiten gestos de No quiero, Si quiero y Te respeto.
Cierre / Reflexión	Preguntar: "¿Cómo se siente cuando alguien respeta tu burbuja? ¿Y cuando no?" Reconocer verbalmente las respuestas y felicitar al grupo. Dejar las cartulinas visibles en el aula como recordatorio: "Respetamos las burbujas de todos".

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	La Cajita de Colores de María
Objetivo	Identificar los roles de convivencia (buen compañero, el que necesita ayuda, el que no ayuda) a través del cuento de María y sus colores.
Materiales	Cuento impreso o viñetas ilustradas de "La Cajita de Colores de María" (Anexo 12). Imágenes de los personajes: María, Lucas, Sofía, Martín y los niños que se ríen.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. "Hoy les voy a contar una historia muy especial sobre una niña llamada María y sus colores". 3. Presentación del cuento (5 min) Narrar la primera parte del cuento con las viñetas: María tenía una cajita de colores que siempre llevaba al patio porque le gustaba dibujar. Un día, mientras buscaba una hoja para pintar, la cajita desapareció. Preguntar: "¿Qué creen que pasó con la cajita?". (5 min) Narrar la segunda parte: Lucas la había tomado sin permiso y la escondió detrás de un arbusto, tapándola con su ropa. María no la encontró y se puso a llorar. Preguntar: "¿Está bien lo que hizo Lucas? ¿Cómo se siente María?".

	(5 min) Narrar la tercera parte: Algunos niños se rieron y la señalaron. Sofía lo vio todo pero no quiso ayudar. Preguntar: "¿Qué hicieron los niños que se rieron? ¿Está bien? ¿Y Sofía, por qué no ayudó?". (5 min) Narrar el final: Martín ayudó a María a buscar la cajita. La encontró y se la devolvió. María se sintió feliz y le dio las gracias. Preguntar: "¿Qué hizo Martín? ¿Fue un buen compañero?". 4. Trabajo guiado (7 min) Identificar roles con los niños: Mostrar las imágenes. Preguntar para cada personaje: María = ¿quién necesita ayuda?; Lucas = ¿quién hizo daño?; Sofía = ¿quién vio y no ayudó?; Martín = ¿quién es el buen compañero?; Los que se ríen = ¿están ayudando?. Conectar con los círculos KiVA de la sesión anterior. 7. Cierre: Preguntar: "Si ustedes estuvieran en el patio y vieran a María llorando, ¿qué harían?". Compromiso: "¿Quién se compromete a ayudar a un compañero cuando lo necesite?". Aplausos.
Cierre / Reflexión	Reflexión grupal: "¿Quién quiere ser como Martín y ayudar a sus compañeros?". Compromiso: levantar la mano y decir en voz alta qué harían para ayudar. La Guía refuerza: "Todos podemos ser buenos compañeros como Martín".

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Mi cuerpo es mío: partes íntimas
Objetivo	Reconocer las partes íntimas del cuerpo y conductas de autocuidado.
Materiales	Láminas neutras del cuerpo humano (Anexo 4); guión de reglas simples; pañuelos (verde/amarillo/rojo).

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar “¿A quién le gusta le toquen la cabeza? ¿A quién no le gusta que le toquen el cuello? ¿A quién a veces si o a veces no le gusta que le toquen las manos?” Esperar respuestas 3. Presentación (5 minutos) - Usar láminas neutras para señalar que las partes íntimas están cubiertas por el traje de baño. - Presentar reglas básicas (nadie puede tocar tus partes íntimas sin razón de cuidado; si algo incomoda, hay que contarlo a un adulto de confianza). 4. Trabajo guiado con semáforo (5 minutos) - Plantear situaciones simples cómo las preguntas iniciales - Los niños levantan bandera verde, roja o amarilla según su preferencia en dicha parte del cuerpo. 5. Pintar lámina de cuerpo humano (20 minutos) - Entregar indicaciones de que pinten solo usando color Rojo (No se permite que se toque), Amarillo (Dependiendo de la persona, a veces si o a veces no) y Verde (Si se permite que se toque). - Cuando terminen deben colocar su nombre.
Cierre / Reflexión	En caso de que no exista dibujo con situación preocupante se les menciona que se lo pueden llevar a la casa y trabajarlo en familia. En lo contrario y que algún estudiante si presente algo preocupante en su dibujo y/o relato, estos son llevados por quien realiza el taller y activa los canales del colegio de mediación.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 5

Mes	Junio
Actividad	Expreso mis emociones
Objetivo	Expresar sus emociones y sentimientos autorregulándose en función de las necesidades propias, de los demás y de las normas de funcionamiento grupal.
Materiales	Peluches monstruo de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. 2. Trabajo en línea - Realizar “juego de imagería” y expresan con el cuerpo diversas emociones. Para ello, se tienden en el suelo con los ojos cerrados. - Mientras estan en el suelo se les da situaciones en donde sucedan distintas emociones. - Conforme escuchan las situaciones se les pide comienzan a imaginar las acciones y emociones que se mencionan y se les pide hacer las caras de dicha emoción. Al finalizar el relato, comentan las sensaciones corporales que experimentaron cuando sintieron miedo, amor, alegría, etc 3 .Refuerzo de autorregulación Cuando aparezcan emociones intensas (miedo, tristeza, enojo), la guía comentará brevemente qué pueden hacer: respirar, pedir ayuda, hablar con alguien de confianza, esperar un momento antes de actuar.
Cierre / Reflexión	Para finalizar, destaca la importancia de reconocer y validar las emociones y sentimientos que experimentan frente a sus experiencias, comprendiendo que todos somos diferentes y podemos necesitar u ofrecer apoyo en distintos momentos.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	“Elegimos conductas que cuidan a los demás”
Objetivo	Identificar conductas adecuadas y conductas que generan conflicto en la convivencia diaria
Materiales	Títeres. Y laminas (anexo 10)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar “Hoy vamos a mirar varias imágenes. En algunas hay conductas que ayudan a vivir bien en el curso y en otras hay conductas que pueden hacer daño. Y luego les mostrare con Títeres otras conductas” 2. Activación con imágenes (10 minutos) • Mostrar las 3 imágenes, una por una. (Imágenes a usar; “Niño sacando algo de la cartera”, “Niño en el piso llorando” y “Niños compartiendo un dulce”) • Para cada imagen, preguntar: ○ “¿Qué está pasando aquí?” ○ “¿Esto ayuda o hace daño?” ○ “¿Cómo se sentirá este niño o niña?” • Resumir en lenguaje simple: ○ “Cuando tomo algo sin pedir, hago daño”. ○ “Cuando me burlo, hago daño”. ○ “Cuando comparto y juego con otros, ayudo y hacemos amistad”. 3. Trabajo guiado: “Cambiamos la escena” (15 minutos) Uso de títeres de princesa y sirena: • Aparecen los personajes. • Ambas quieren jugar, pero no lo mismo: ○ Una dice: “¡Quiero jugar a la pinta!” ○ La otra dice: “¡Yo quiero jugar a las escondidas!” • Empiezan a enojarse porque no están de acuerdo.

	Se introducen los pasos como una “receta para resolver problemas”: 1. Escuchar a. Cada una escucha a la otra sin interrumpir. b. Ejemplo: “Yo quiero jugar a la pinta” “Y yo quiero jugar a las escondidas” 2. Decir cómo me siento a. Expresan sus emociones: i. “Me siento enojada” ii. “Me siento triste” 3. Buscar una solución juntos a. Piensan una idea que funcione para ambas: i. “Podemos jugar primero a las escondidas y después a la pinta” 4. Pedir ayuda si no resulta a. Si no logran ponerse de acuerdo: i. “Guía, ¿nos puedes ayudar?” Puedes reforzar diciendo algo como: “Estos son los 4 pasos para resolver problemas sin pelear”.
Cierre / Reflexión	En la sala todos somos responsables de que las conductas que más se repitan sean las que ayudan. Si algo nos cuesta, podemos hablarlo y pedir ayuda a las y los adultos del colegio

Segundo semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben en los ámbitos familiar y escolar, reconociendo el buen trato, la inclusión y el respeto como base de las relaciones interpersonales.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
-------	-----------

Sesión	1º semestre -- Sesión 7
Mes	Junio
Actividad	Personas de confianza y redes de apoyo
Objetivo	Identificar a qué adultos y pares pueden acudir cuando necesitan ayuda.
Materiales	Hoja con dibujo de una casa o red; lápices; pedir fotos de la familia que viva en el nucleo familiar porfavor.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) Preguntar: “Cuando tienen un problema o están tristes, ¿a qué tipo de personas suelen contarle? (mamá, papá, abuela, profe, amigo...)”. Escribir en la pizarra las respuestas agrupadas en: familia, escuela, otros. 3. Presentación de personas de confianza (20 minutos) • Entregar la hoja a cada estudiante. • Indicar que: A) Se dibujen a sí mismos en el centro. B) A su alrededor peguen o dibujen a las personas de confianza (familia, escuela, amigos). C) Dibujen también 1-2 lugares donde se sienten seguros (casa, habitación, escuela, sala) 4. Puesta en común opcional (10 minutos) - Invitar, de forma voluntaria, a que algunos muestren su hoja y nombren: Una persona de confianza. Un lugar donde se sienten cuidados.
Cierre / Reflexión	- Pedir ayuda a estas personas y en estos lugares es una forma de cuidarse; no es motivo de vergüenza

Campo	Contenido
Sesión	2 ° semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Autocuidado en mi día a día
Objetivo	Identificar prácticas de autocuidado relacionadas con higiene, alimentación, descanso y recreación.
Materiales	Tarjetas con hábitos (Anexo 5) y Hojas blancas
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen en un día normal desde que se levantan hasta que se acuestan?" - Fichas de actividades diarias (desayunar, lavarse los dientes, jugar, etc.). 3. Trabajo en Línea (15--20 minutos) - Se ordenan las fichas según su rutina de mañana. 4. Puesta en común (10 minutos) - Se le entrega una hoja blanca a cada estudiante, para que elija y dibuje una ficha de las mostradas comprometiéndose a realizarla más.
Cierre/Reflexión	- De manera voluntaria, mostraran su dibujo con la acción de higiene que se comprometen.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Cuidando mi información personal

Objetivo	Favorecer el autocuidado y la confianza para reconocer a qué adultos acudir, comprendiendo la importancia de no entregar información personal a personas desconocidas.
Materiales	Cuento Caperucita Roja, hojas blancas, lápices de colores y apoyo visual con situaciones de autocuidado.
Desarrollo	1. Sentados en la línea o en círculo, la guía inicia una conversación breve sobre qué significa cuidarse y a quiénes podemos pedir ayuda cuando tenemos un problema. 2. Se narra el cuento <i>Caperucita Roja</i>, poniendo atención en las decisiones del personaje y en el encuentro con alguien desconocido. 3. Durante la lectura, se realizan preguntas como: “¿Con quién puede hablar Caperucita?”, “¿Está bien contarle cosas personales a alguien que no conoce?” y “¿Qué harías tú si un extraño te habla o te ofrece algo?”.
Cierre / Reflexión	A partir del cuento, se refuerza que cuidarse también significa no irse con desconocidos, no entregar información personal y buscar apoyo en adultos de confianza cuando algo genera miedo, duda o incomodidad.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	La importancia de la verdad.
Objetivo	Diferenciar secretos que se pueden guardar de aquellos que deben contarse.
Materiales	Títeres de Princesa y Sirena (disponibles en oficina de psicología)
Desarrollo	1. Inicio breve (3–5 minutos) a. Saludo en la línea b. Se explica la actividad de hoy: “Hoy vamos a hablar de la verdad. Decir la verdad es contar lo que realmente pasó. Cuando decimos la verdad,

los adultos y nuestros amigos pueden ayudarnos y confiar en nosotros”

2. Historia 1: La princesa dice la verdad (5-7 minutos)

Escena con títeres:

- a. La princesa está jugando y, sin querer, pisa el dibujo de la sirena y lo rompe.
- b. La princesa se asusta un poco, pero dice:
“Yo rompí tu dibujo sin querer. Es la verdad. Lo siento.”
- c. La sirena responde:
“Me da pena por mi dibujo, pero gracias por decir la verdad. Podemos hacer otro juntas.”

Preguntar al grupo:

- d. “¿La princesa dijo la verdad?”
- e. “¿Cómo se siente la sirena cuando escucha la verdad?”

Comentar:

“Cuando decimos la verdad, aunque fue un accidente, los amigos pueden ayudarnos y seguir confiando en nosotros.”

3. Historia 2: La sirena no dice la verdad (5-7 minutos)

Nueva escena:

- a. La sirena empuja sin querer a la princesa y ella se cae.
- b. La sirena dice:
“Yo no fui, nadie te empujó.”

La princesa se ve triste y confundida.

Preguntar al grupo:

- c. “¿La sirena está diciendo la verdad?”
- d. “¿Cómo se siente la princesa?”
- e. “¿Es fácil ayudar si no sabemos la verdad?”

Repetir la escena cambiando el diálogo:

- f. Sirena: “Sí, te empujé sin querer. Es la verdad. Lo siento, ¿estás bien?”
- g. Princesa: “Me dolió un poco, pero gracias por decir la verdad.”

Comentar:

“Cuando no decimos la verdad, los amigos se pueden poner tristes y cuesta confiar. Cuando contamos la verdad, podemos arreglar las cosas.”

4. Promesas sencillas del grupo (5-10 minutos)

- a. De vuelta en la línea, se piden ejemplos de situaciones en donde hayan dicho la verdad.

Cierre / Reflexión	Cerrar diciendo: “Cuando digo la verdad, cuido a mis amigos y ellos pueden confiar en mí.”
--------------------	--

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Así soy yo y mi familia
Objetivo	Comunicar rasgos de su identidad roles (nieta/o, vecino/a, entre otros), sentido de pertenencia y cualidades personales.
Materiales	Proyector. Video en YouTube (“ El árbol familiar ”, serie Wikiti del CNTV).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) • Observan video que habla de la historia familiar (“El árbol familiar”). • Reflexionan con preguntas como: “¿Cómo es tu familia?”, “¿Qué es lo que más te gusta de tu familia?” • Luego conversan con sus familias acerca de su propia historia y elaboran una presentación para compartir con sus compañeros y compañeras, señalando el rol que cada uno tiene en ella (hijo, hermana, nieto, etc.). 3. Juego (10 minutos) Participan del juego “Te presento a... porque nos parecemos en...”. Eligen a una persona significativa de su familia (padre, madre, hermanos, abuelos, tíos u otro) y la representan con plastilina. Sentados en la línea, exponen sus trabajos completando frases como: “Te presento a mi abuela, ella es cariñosa y le gusta cocinar. Nos parecemos mucho porque las dos somos buenas cocineras.”

Cierre / Reflexión	Cerrar, reforzando que siempre tenemos alguna característica de nuestra familia la cual nos hace sentir parte de ella.
--------------------	--

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Yo soy único y especial
Objetivo	Comunicar sus características identitarias, fortalezas, habilidades y desafíos personales.
Materiales	Fotografía de un bebé. Hojas blancas. Lápices de colores. Cuentos seleccionados (por ejemplo, “Las jirafas no pueden bailar”; “Sofía, la vaca que amaba la música”).
Desarrollo	1. Inicio en la línea (3–5 min) - Sentar a los niños y niñas en la línea. - Mostrar una fotografía de un bebé y conversar con preguntas como: “¿Cómo eran ustedes cuando nacieron?” “¿Qué historias les han contado sus familias?” “¿Qué cosas podían hacer solos? ¿Qué cosas no podían hacer?” - Guiar para que identifiquen logros que han conseguido con el tiempo (caminar, hablar, vestirse, etc.). 2. Actividad única: dibujo “Así soy yo” - Entregar una hoja y lápices de colores a cada niño/niña. - Pedir que dibujen a sí mismos haciendo algo que les guste y que creen que hacen bien (por ejemplo, dibujando, corriendo, cantando, ayudando a un amigo). - Mientras dibujan, la guía recorre comentando en positivo: “Aquí te dibujaste cantando”, “Te dibujaste ayudando a ordenar”, “Te dibujaste corriendo muy rápido”, etc. 3. Compartir oralmente - Volver a la línea y pedir a algunos niños/niñas que muestren su dibujo y completen frases como: “Soy único y especial porque me gusta...” “Algo que hago muy bien es...”

	4.Armar el mural (5-10 min) Se pegan todos los dibujos en una cartulina con el título “Así somos”. Se escriben sus nombres en los dibujos.
Cierre / Reflexión	“Cada niño y cada niña es único y especial. Todos tenemos cosas que nos gustan y cosas que hacemos bien. Cuando las compartimos, aprendemos a valorarnos y a respetar a los demás.”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Yo cuido mi cuerpo todos los días
Objetivo	Cuidar su bienestar personal, llevando a cabo prácticas de higiene, alimentación y vestuario, con independencia y progresiva responsabilidad, reconociendo qué usar según el clima y la situación.
Materiales	Tarjetas con actividades digitales (anexo 7);
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. -Explicar que van a jugar a “actuar” distintas escenas del día: lluvia, verano, noche, mucho sol. 2. Activación (10 minutos) Indicar que todos se levantarán y caminarán por el salón como si estuvieran en la calle o en el patio. La guía va narrando situaciones y los niños actúan y eligen qué ponerse: Escena 1: lluvia “Están caminando por el salón y... ¡de repente se pone a llover fuerte!” Se detienen, eligen paraguas, chaquetas, botas, y los usan. La guía pregunta: “¿Qué tuvimos que usar para cuidar nuestro cuerpo de la lluvia?”

	Escena 2: mucho sol / verano “Ahora el sol está muy fuerte, hace calor como en verano.” Caminan como si hiciera calor, eligen ropa fresca (polera, shorts), sombrero, lentes de sol y bloqueador. La guía pregunta: “¿Qué nos ayuda a cuidar nuestro cuerpo cuando hace mucho calor y hay sol fuerte?” Escena 3: noche / frío “Es de noche y hace frío, como en invierno.” Se abrazan como si tuvieran frío, eligen chaquetas, gorros de lana, bufandas. La guía pregunta: “¿Qué ropa cuida nuestro cuerpo cuando hace frío?” 3. Breves comentarios de los niños Después de cada escena, invitar a 1-2 niños/niñas a decir en voz alta: “Yo me pongo... (chaqueta, gorro, paraguas, sombrero) para cuidar mi cuerpo.”
Cierre / Reflexión	Preguntar: “¿Cómo cuidas tu cuerpo todos los días con la ropa y los accesorios? ¿Qué te vas a poner cuando llueve, cuando hace mucho sol, cuando hace frío?”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Mi escudo de buen trato
Objetivo	Sintetizar aprendizajes construyendo un escudo personal con compromisos de buen trato y autocuidado.

Materiales	Plantilla de escudo (Anexo 9); lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio (3–5 minutos) a. Saludo en la línea y juego corto. b. Se dice: “Hoy vamos a dibujar un escudo sobre cómo nos cuidamos y cómo cuidamos a los demás.” 2. Conversar ideas (5 minutos) a. Preguntar: i. “¿Qué haces para cuidarte?” (lavarse las manos, decir que no, pedir ayuda). ii. “¿Qué haces para cuidar a otros?” (no pegar, compartir, ayudar). b. Repetir 2–3 ejemplos en voz alta. 3. Dibujar el escudo (10–15 minutos) a. Entregar la hoja con el escudo. b. Indicar: i. Arriba: dibujar algo que hacen para cuidarse. ii. Abajo: dibujar algo que hacen para cuidar a otros. 4. Compartir (opcional, 5–10 minutos) a. Quien quiera muestra su escudo y nombra una acción de cuidado. Cierre (3–5 minutos) • Se elige 1 compromiso simple del grupo (por ejemplo: “No empujamos en la fila”). •
Reflexión	Frase final: “Nuestro escudo nos recuerda cómo nos cuidamos y cuidamos a los demás.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Mi cuerpo es un tesoro
Objetivo	Identificar comportamientos y situaciones que pueden afectar su bienestar y seguridad, reconociendo formas de cuidado y personas en quienes pueden confiar.
Materiales	Cuento “Mi cuerpo es un regalo”, de Vinka Jackson. Hojas blancas. Lápices de colores
Desarrollo	1. Inicio • Sentar a los niños y niñas en la línea.

	• Recordar que durante el año han aprendido a cuidar su cuerpo, a decir cómo se sienten y a pedir ayuda cuando algo los incomoda. 2. Actividad única: cuento y círculo de confianza • Leer el cuento “Mi cuerpo es un regalo”. • Durante y después de la lectura, preguntar: “¿Por qué el cuerpo del personaje era especial?” “¿Qué hacía para cuidarlo?” “¿Qué cosas podían hacerle daño a su cuerpo?” • Guiar la reflexión hacia ejemplos simples: Cuidar la piel (no golpes, no rasguños intencionales, lavarse). Cuidar los sentidos (no gritos cerca de los oídos, no mirar pantallas muchas horas). Cuidar el descanso (dormir, no trasnochar). 3. Actividad única: dibujo “Mi cuerpo tesoro” - Entregar una hoja y lápices de colores a cada niño/niña. - Pedir que dibujen su cuerpo (o una parte de él) y alrededor dibujen o escriban, con apoyo de la guía, cosas que lo cuidan y cosas que no lo cuidan, por ejemplo: - Lo cuidan: lavarse, comer sano, dormir, jugar sin pegar, usar ropa adecuada. - No lo cuidan: golpes, insultos, no dormir, comer solo dulces, mirar pantallas muchas horas. - Mientras dibujan, la guía refuerza con frases: “Cuando te lavas las manos, cuidas tu tesoro.” “Cuando no pegas, cuidas tu tesoro y el de otros.”
Cierre / Reflexión	“Mi cuerpo es un tesoro. Lo cuido con mis acciones, con lo que hago y con lo que no hago para que esté sano y protegido.”

Taller 1

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	¿Qué es un conflicto?
Objetivo	Introducir el concepto de conflicto y diferenciarlo de la violencia.
Materiales	Tarjetas con ejemplos de peleas (Anexo 1), desacuerdos y agresiones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) • -Preguntar al grupo: “¿Qué cosas los hacen enojar en el colegio o en la casa?” • Escuchar algunas respuestas y complementar con ejemplos: - “A mí me enoja cuando un amigo no quiere jugar lo mismo que yo.” - “A mí me molesta cuando alguien toma algo mío sin preguntar.” Destacar que sentir enojo es normal, pero que importa lo que hacemos con ese enojo. 3. Presentación de ejemplos (10 minutos) • Mostrar tarjetas o leer situaciones breves.

	• Para cada una, pedir que levanten la mano o respondan: - “¿Creen que esto es un conflicto (desacuerdo) o violencia (daño)?” • Aclarar con frases cortas: - Conflicto: cuando pensamos distinto o queremos cosas diferentes. - Violencia: cuando alguien hace daño al cuerpo, a los sentimientos o a las cosas de otra persona (pegar, insultar, humillar, romper). 4. Puesta en común (10 minutos) Comentar en grupo: “En los conflictos hay desacuerdo, pero podemos hablar y buscar soluciones.” “En la violencia hay intención de hacer daño y eso no se permite.” Frase clave: “No todo conflicto es violencia, pero si no lo manejamos bien (si empezamos a insultar, pegar o humillar), puede convertirse en violencia.”
Cierre / Reflexión	Invitar a observar durante la semana si logran resolver algún conflicto sin llegar a la pelea.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Mi burbuja personal (juego con aro)
Objetivo	Que los niños y niñas reconozcan la existencia de un espacio personal propio y el de los demás, comprendiendo que pueden decir “sí” o “no” cuando alguien se acerca demasiado o invade su espacio.
Materiales	Aros plásticos (uno por niñx), cinta adhesiva para marcar el suelo, Fichas de burbuja personal. ANEXO 2
Desarrollo	1.Bienvenida y charla corta (5 min): La Guía reúne al grupo en círculo y presenta el tema: “¿Han visto una burbuja? ¿Qué pasa si la tocamos muy fuerte?” Explicar que cada persona tiene su “burbuja invisible” que la protege, igual que una pompa. 2.Demostración y dramatización (5 min): La Guía toma un aro, se pone al centro y dice: «Este aro es mi burbuja. Dentro del aro estoy yo

	y mi espacio personal». Camina un poco con el aro y muestra: «Si alguien quiere entrar en mi aro, primero me tiene que preguntar». Modelar: una segunda persona se acerca y pregunta «¿Puedo entrar en tu burbuja?» y la Guía responde «Sí» o «No» en voz clara. Repetir ambos ejemplos. 3.Juego: “La burbuja del espacio personal” (10 min): Entregar un aro a cada niñx (o marcar un aro en el piso). Instrucciones: «Párense dentro de su aro. Este es su espacio personal, su burbuja». La Guía invita a otro niño o niña a acercarse al aro y preguntar: «¿Puedo entrar en tu burbuja?». Quien está dentro del aro responde: «Sí, puedes entrar» o «No, no quiero». Si la respuesta es «Sí», el otro entra un momento al aro y ambos saludan (chocar palmas, por ejemplo) y luego sale. Si la respuesta es «No», el otro se queda afuera y la Guía refuerza: «Está bien decir que no. Tu burbuja es tuya». Rotar parejas para que varios niños practiquen ser quienes piden y quienes responden. 4. Actividad guiada: “¿Qué pasa en mi burbuja?” (10 min): Reunirlos nuevamente y conversar: “¿Qué cosas me hacen sentir bien dentro de mi burbuja? (por ejemplo, un abrazo cuando quiero, mi juguete, estar tranquilo)”. Luego preguntar: “¿Qué cosas rompen mi burbuja? (por ejemplo, empujones, gritos, tocar sin pedir permiso)”. Usar fichas y hacer que imiten gestos de No quiero, Si quiero y Te respeto.
Cierre / Reflexión	Preguntar: “¿Cómo se siente cuando alguien respeta tu burbuja? ¿Y cuando no?” Reconocer verbalmente las respuestas y felicitar al grupo. Dejar las cartulinas visibles en el aula como recordatorio: “Respetamos las burbujas de todos”.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Roles en el conflicto (KiVA)
Objetivo	Conocer los roles de víctima, agresor y testigo y reflexionar sobre el poder del testigo para cambiar la situación.
Materiales	Material KiVA láminas (anexo 11); y fichas de caso (anexo 12) alfombra de presentación.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención.

	- Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar si han visto situaciones donde alguien molesta mucho a otro y otros miran sin intervenir. 3. Presentación de roles (10 minutos) - Explicar cada rol con material Kiva. No usar fichas naranjas. Mostrar el título, explicando que KIVA es la forma que tenemos como colegio de resolver los conflictos. - Círculo ROSA – Testigo; Ubica el círculo rosa en la alfombra. Preguntar en voz alta: "¿Qué es un testigo?", luego de escuchar respuestas. Explicar que testigo uno ve una situación, por ejemplo; un compañero empuja a otro, si yo lo vi, soy testigo. - Círculo VERDE – Víctima; Ubicar el círculo verde. Preguntar: "¿Qué es una víctima?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien se ve afectado en una situación, por ejemplo; un compañero me empuja siempre casi todos los días, yo soy víctima. - Círculo AMARILLO – Agresor; Ubicar el círculo amarillo. Preguntar: "¿Qué es un agresor?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien agrede sin justificación a alguien. Por ejemplo; yo empujo a un compañero siempre, casi todos los días, yo soy agresor Pero es importante explicar que estas palabras solo se usan, cómo se ha dicho cuando la situación es muy recurrente. 4. Trabajo en Línea (15--20 minutos) - Analizar pequeñas historias de material Kiva (anexo 12) y decidir qué rol tiene cada personaje. 5. Puesta en común (10 minutos) - Comentar qué podrían hacer los testigos para ayudar.
Cierre / Reflexión	Reforzar que deben informar a adultos del colegio cuando vean situaciones de maltrato.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 4

Mes	Mayo
Actividad	Mi cuerpo es mío
Objetivo	Reconocer las partes íntimas del cuerpo y conductas de autocuidado.
Materiales	Láminas neutras del cuerpo humano (Anexo 4); guión de reglas simples; pañuelos (verde/amarillo/rojo).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar “¿A quién le gusta le toquen la cabeza? ¿A quién no le gusta que le toquen el cuello? ¿A quién a veces si o a veces no le gusta que le toquen las manos?” Esperar respuestas 3. Presentación (5 minutos) - Usar láminas neutras para señalar que las partes íntimas están cubiertas por el traje de baño. - Presentar reglas básicas (nadie puede tocar tus partes íntimas sin razón de cuidado; si algo incomoda, hay que contarlo a un adulto de confianza). 4. Trabajo guiado con semáforo (5 minutos) - Plantear situaciones simples cómo las preguntas iniciales - Los niños levantan bandera verde, roja o amarilla. 5. Pintar lámina de cuerpo humano (20 minutos) - Entregar indicaciones de que pinten solo usando color Rojo (No se permite que se toque), Amarillo (A veces si o A veces no) y Verde (Si se permite que se toque). - Cuando terminen deben colocar su nombre.
Cierre / Reflexión	En caso de que no exista dibujo con situación preocupante se les menciona que se lo pueden llevar a la casa y trabajarlo en familia. En lo contrario y que algún estudiante si presente algo preocupante en su

	dibujo y/o relato, estos son llevados por quien realiza el taller y activa los canales del colegio de mediación.
Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	¿Qué son los conflictos? — Historia de Simón y Matías
Objetivo	Introducir el concepto de conflicto a partir del cuento de Simón y Matías, reflexionando sobre qué hacer cuando no estamos de acuerdo.
Materiales	Cuento impreso o viñetas ilustradas de "¿Qué son los conflictos?" (Historia de Simón y Matías). Alfombra o papelógrafo. Marcadores.
Desarrollo	1. 1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. "Hoy vamos a hablar sobre algo que nos pasa a todos: los conflictos. ¿Saben qué es un conflicto?". Escuchar 2-3 respuestas. 2. (7 min) Narrar el cuento: Mostrar las viñetas. "Simón y Matías juegan juntos todos los días. Son muy buenos amigos. Un día, ambos querían jugar a cosas distintas: Simón quería hacer aviones y Matías quería saltar en los charcos. No pudieron ponerse de acuerdo y terminaron enojados". Pausar y preguntar: "¿Qué pasó? ¿Por qué se enojaron?". (5 min) Continuar el cuento: "Su Guía les explicó que tenían dos opciones: jugar por separado con otros compañeros, o buscar un juego nuevo que les gustara a los dos". Mostrar la imagen final: "¿Qué harías tú?". Escuchar 3-5 respuestas de los estudiantes. 4. Trabajo en línea (7 min) "¿Alguna vez les ha pasado algo parecido? ¿Querían hacer algo distinto a lo que quería su amigo? ¿Qué hicieron?". Escuchar 3-4 experiencias.

	Definir conflicto juntos: "Un conflicto es cuando dos o más personas están en desacuerdo y no saben cómo resolverlo". Aclarar: "Tener conflictos es normal, lo importante es cómo los resolvemos". Diferencia entre conflicto y violencia: explica con ejemplos sencillos: "Un conflicto es no ponerse de acuerdo (eso es normal). Violencia es pegar, insultar o hacer daño (eso NO está bien). ¿Se puede resolver un conflicto sin violencia? ¡Sí!".
Cierre / Reflexión	"Hoy aprendimos que los conflictos son normales, pero podemos resolverlos hablando, escuchando y buscando soluciones juntos". Compromiso grupal: "Me comprometo a resolver los conflictos sin violencia".

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Personas de confianza y redes de apoyo
Objetivo	Identificar a qué adultos y pares pueden acudir cuando necesitan ayuda.
Materiales	Hoja blanca; pedir fotos de la familia que viva en el núcleo familiar.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) Preguntar: "Cuando tienen un problema o están tristes, ¿a qué tipo de personas suelen contarle? (mamá, papá, abuela, profe, amigo...)". Escribir en la pizarra las respuestas agrupadas en: familia, escuela, otros. 3. Presentación de personas de confianza (20 minutos) • Entregar la hoja a cada estudiante. • Indicar que:

	A) Dividan la hoja en dos. B) Se dibujen a sí mismos en el centro. C) En un lado dibujan su espacio seguro en casa y en otro el espacio seguro del colegio. D) A su alrededor peguen o dibujen a las personas de confianza (familia, escuela, amigos). 4. Puesta en común opcional (10 minutos) - Invitar, de forma voluntaria, a que algunos muestren su hoja y nombren: Una persona de confianza. Un lugar donde se sienten cuidados.
Cierre / Reflexión	- Pedir ayuda a estas personas y en estos lugares es una forma de cuidarse; no es motivo de vergüenza

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	El puente de la comunicación: La voz
Objetivo	Practicar la comunicación efectiva mediante juegos que muestran la importancia de escuchar y pedir bien las cosas.
Materiales	Uso de la voz.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención.

- Recordar normas básicas:
escuchar, no burlarse, pedir la palabra.
- Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy.

2. Juego de la voz (10–12 minutos)

La idea es que tú des indicaciones de movimiento y “jugar” con tres formas de hablar, para que experimenten qué pasa cuando no escuchan, cuando tú hablas muy fuerte o muy bajito, y cuando hablas claro.

Fase A – Voz tranquila

- Dar 3–4 órdenes simples con voz calmada:
“Se ponen de pie”, “dan tres pasos”, “levantan la mano”.
- Comentar: “Con voz tranquila se entiende bien”.

Fase B – Voz muy fuerte y rápida

- Dar 1–2 órdenes gritando y rápido.
- Preguntar: “¿Entendieron bien? ¿Cómo se sintieron?”.
- Conclusión: cuesta entender, puede molestar.

Fase C – Voz muy bajita

- Dar 1–2 órdenes casi susurrando.
- Preguntar: “¿Escucharon? ¿Qué podemos hacer?”.
- Acordar respuesta: “Pedir que repitan” o “acercarse y mirar”.

Fase D – Mezcla de voces

- Alternar: “Ahora voz tranquila”, “ahora voz bajita”, “otra vez voz tranquila”.
- Repetir idea clave: “La mejor voz para pedir algo es la voz tranquila”.

3. Puesta en común guiada (5–8 minutos)

Preguntas breves al grupo:

- “¿Qué pasa cuando hablo muy fuerte y rápido?”
- “¿Qué pasa cuando hablo muy bajito?”
- “¿Qué pasa cuando hablo con voz tranquila?”

Llevar a conclusiones:

- Con gritos: no se entiende bien.
- Muy bajito: el mensaje se pierde.
- Voz tranquila: todos entienden mejor.

Cierre / Reflexión	Cada estudiante dice un compromiso corto, por ejemplo: “Voy a pedir con voz tranquila” o “Si no escucho, pediré que repitan”.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	“Elegimos conductas que cuidan a los demás”
Objetivo	Identificar conductas adecuadas y conductas que generan conflicto en la convivencia diaria
Materiales	Laminas (anexo 10); alfombra de presentación.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar “Hoy vamos a mirar varias imágenes. En algunas hay conductas que ayudan a vivir bien en el curso y en otras hay conductas que pueden hacer daño. Y luego les mostrare con Títeres otras conductas” 2. Activación con imágenes (20 minutos) - Poner todas las imágenes sobre alfombra de presentación. Por lamina preguntar “¿Qué está pasando?” “¿Qué podría estar sintiendo cada personaje?” “Si tú fueras este niño/niña, ¿qué podrías hacer diferente para que nadie salga lastimado?” 3. Puesta en común (5 – 10 minutos) “¿En qué momento sería necesario pedir ayuda a un adulto?” Aclarar: “Pedir ayuda no es acusar, es decir: ‘Necesito apoyo porque esto me hace daño o le hace daño a alguien’”.

Cierre / Reflexión	En la sala todos somos responsables de que las conductas que más se repitan sean las que ayudan. Si algo nos cuesta, podemos hablarlo y pedir ayuda a las y los adultos del colegio
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Mi cuerpo y mis características
Objetivo	Observar, describir y valorar sus características corporales, habilidades e intereses.
Materiales	Hojas blancas; lápices de colores; Ficha de cuerpo neutro (Anexo 4); espejo o fotos grupales (opcional).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas les gustan de ustedes mismos?" (pueden ser físicas o no físicas). 3. Explicación de la actividad (5 minutos) - Explicar que usarán la ficha de cuerpo humano, y en esa dibujarán alrededor escribirán o dibujarán cosas que les gustan de sí mismos. 4. Trabajo individual (20 minutos) - Entregar hojas y lápices. - Pedir que dibujen su cuerpo y agreguen palabras o dibujos de cualidades (por ejemplo: "soy buen amigo", "me gusta correr"). - Circular por la sala, animando a todos a encontrar aspectos positivos. 5. Puesta en común voluntaria (10 minutos)

	- Quien quiera muestra su dibujo y cuenta una característica que le gusta.
Cierre / Reflexión	Recordar que no se permiten burlas sobre los dibujos o características de los compañeros.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Autocuidado en mi día a día
Objetivo	Identificar prácticas de autocuidado relacionadas con higiene, alimentación, descanso y recreación.
Materiales	Tarjetas con hábitos (Anexo 5); papelógrafo dividido en "cuidarse" y "no cuidarse".
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen en un día normal desde que se levantan hasta que se acuestan?" - Anotar algunas actividades (desayunar, lavarse los dientes, jugar, etc.). 3. Presentación de hábitos (5--10 minutos) - Mostrar tarjetas con diferentes acciones (lavarse las manos, comer dulces todo el día, dormir tarde, hacer deporte). 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Cada grupo clasifica las tarjetas en "cuidarse" y "no cuidarse". - Comentan por qué creen que cada acción ayuda o no al cuidado. 5. Puesta en común (10 minutos) - Pegar tarjetas en el papelógrafo y revisar la clasificación. 6. Síntesis (5 minutos)

	- Elegir, entre todos, una acción de autocuidado que intentarán practicar más durante la semana.
Cierre / Reflexión	Invitar a que conversen en casa sobre qué nuevos hábitos de cuidado pueden incorporar.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Secretos, promesas y confianza
Objetivo	Diferenciar secretos que se pueden guardar de aquellos que deben contarse.
Materiales	Tarjetas con ejemplos de secretos y promesas (Anexo 14)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué es un secreto? ¿Qué es una promesa?" 3. Presentación de ejemplos (10 minutos) - Mencionar ejemplos de secretos (preparar una fiesta sorpresa, alguien que hace daño a otro, etc.). 4. Trabajo en línea (15--20 minutos) - Clasificar secretos en "secretos que cuidan" y "secretos que dañan". Guiar en conversación que "Los secretos que hacen daño se cuentan a un adulto de confianza para cuidarnos".
Cierre / Reflexión	Aclarar que no es necesario compartir secretos personales en la clase; si alguien cuenta algo preocupante, seguir los protocolos del colegio.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Autocuidado en el camino a casa y en la calle
Objetivo	Reconocer situaciones de riesgo.
Materiales	Tarjetas con situaciones de trayecto; (anexo 6)
Desarrollo	. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) Preguntar al grupo: “¿Cómo vienen al colegio?” “¿En auto, en micro, caminando, en bicicleta?” “¿Cómo vuelven a casa?” Preguntar qué cosas ven en el camino: “¿Ven casas, carros, perros, tiendas, plaza?” 3. Presentación de situaciones (10 minutos) - Mostrar tarjetas con ejemplos. - Pedir al grupo que ayude a clasificar: “¿Caminar de la mano con un adulto de confianza es o no seguro?” “¿Hablar con una persona que no conocemos es seguro o no tan seguro?” “¿Correr por la calle solo o sola, en donde pasan los autos es o no seguro?” Ubicar las tarjetas en el lado correspondiente, reforzando: “Esto es más seguro.” “Esto no es tan seguro, hay que tener cuidado.” 5. Puesta en común (10 minutos) - Cerrar aclarando que: “Uno: voy acompañado por un adulto conocido.” “Y dos: no hablo ni me voy con desconocidos.”

Cierre / Reflexión	Recomendar conversar estas normas con la familia para adaptarlas a cada realidad.
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Mi información personal
Objetivo	Aprender sobre información personal importante
Materiales	Cuaderno Blanco (bitácora)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas cuentan de ustedes cuando conocen a alguien nuevo? " 3. Presentación de datos personales (10 minutos) - Cuaderno blanco con diferentes datos. Nombre completo: Primer Nombre, Segundo Nombre, Primer Apellido y Segundo Apellido. Donde viven: Donde estudian: Con quien viven: 4. Trabajo en pareja (15--20 minutos) - Se separan a los/las estudiantes en pareja y se les pide escribir los datos de su pareja en cuaderno blanco. 5. Puesta en común (10 minutos)

	Voluntariamente, los estudiantes, mencionarán un dato de quien les toco.
Cierre / Reflexión	Recomendar que revisen junto a sus familias qué datos pueden compartir y cuáles no, especialmente en dispositivos y redes.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Mi escudo de buen trato
Objetivo	Sintetizar aprendizajes construyendo un escudo personal con compromisos de buen trato y autocuidado.
Materiales	Plantilla de escudo (Anexo 9); lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas importantes han aprendido este año sobre cuidarse y cuidar a otros?" - Anotar algunas. 3. Explicación de la actividad (5 minutos) - Mostrar un modelo de escudo dividido en secciones (por ejemplo: cómo me cuido, cómo cuido a otros, qué no quiero permitir, una palabra importante para mí). 4. Trabajo individual (20 minutos) - Cada estudiante diseña su escudo con dibujos y palabras. 5. Puesta en común opcional (10 minutos) - Quien quiera presenta su escudo y un compromiso que más le importa. 6. Síntesis (5 minutos) - Reforzar que esos compromisos pueden acompañarlos en otros cursos y espacios.

Cierre / Reflexión	Se puede pegar una foto o copia de algunos escudos en la sala como recordatorio de los compromisos.
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Cuidando mi bienestar digital (introducción)
Objetivo	Introducir normas básicas de uso responsable de pantallas y resguardo de la intimidad en entornos digitales.
Materiales	Tarjetas con actividades digitales; (Anexo 7)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Para qué usan más los teléfonos, tablets o computadores?" - Anotar usos (juegos, videos, tareas, chats). 3. Presentación de riesgos básicos (10 minutos) - Explicar de manera simple que pasar muchas horas conectados, hablar con desconocidos o ver contenidos no apropiados puede afectar su bienestar. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Clasificar actividades digitales en "me ayuda / me complica" y compartir ejemplos. 5. Puesta en común (10 minutos) - Construir una lista de reglas de uso responsable de pantallas. 6. Síntesis (5 minutos) - Resaltar que cuidar el tiempo de pantalla y lo que ven es parte de cuidarse.
Cierre / Reflexión	Sugerir que lleven la lista de reglas a casa para comentarla y adaptarla con sus familias.

Taller 2

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Analizar distintas formas de relación entre pares, presenciales y virtuales, identificando elementos de relaciones sanas y situaciones de maltrato o conflicto, y practicar estrategias de resolución respetuosa y apoyo entre compañeros.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Roles en el conflicto (KiVA)
Objetivo	Presentar los roles de víctima, agresor y testigo en situaciones de conflicto y bullying.
Materiales	Material KiVA (Anexo 11); láminas de situaciones (Anexo 13)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Han visto situaciones donde alguien molesta a otro muchas veces? ¿Qué hacen quienes miran?" 3. Presentación de roles (10 minutos) - Explicar los roles y sus características. - Círculo ROSA – Testigo; Ubica el círculo rosa en la alfombra. Preguntar en voz alta: "¿Qué es un testigo?", luego de escuchar respuestas. Explicar que testigo uno ve una situación, por ejemplo; un compañero empuja a otro, si yo lo vi, soy testigo. - Círculo VERDE – Víctima; Ubicar el círculo verde. Preguntar: "¿Qué es una víctima?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien se ve afectado en una situación, por ejemplo; un compañero me empuja siempre casi todos los días, yo soy víctima.

	- Círculo AMARILLO – Agresor; Ubicar el círculo amarillo. Preguntar: "¿Qué es un agresor?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien agrede sin justificación a alguien. Por ejemplo; yo empujo a un compañero siempre, casi todos los días, yo soy agresor 4. Trabajo en grupo (15--20 minutos) - En grupos de 3 y 4, los y las estudiantes se les asignará una de las situaciones, en donde deberán conversar sobre la situación. 5. Puesta en común (10 minutos) - Cada grupo dirá que estuvo mal y que se tenía que hacer.
Cierre / Reflexión	Animar a que, si ven bullying, lo cuenten a un adulto del colegio.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Video: entendiendo los conflictos
Objetivo	Profundizar en tipos de conflictos y relaciones sanas a partir de un video y conversación guiada.
Materiales	Video Entendiendo los conflictos ; proyector. (Anexo 15)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar: "¿Qué diferencia hay entre discutir y tratar mal a alguien?" 3. Presentación del video (10 minutos) - Explicar brevemente de qué trata el video y qué deben observar. Mientras los estudiantes observan, escribir en la pizarra lo que los estudiantes deberán anotar en su cuaderno blanco. (anexo 15) 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Cada estudiante contara 1 situación de conflicto, el grupo seleccionara 1 para anotarla en el cuaderno.

	5. Puesta en común (10--15 minutos) - Comentar qué soluciones encontraron en el conflicto, sin dar nombre ni detalles.
Cierre / Reflexión	Destacar estrategias de resolución pacífica y de buen trato observadas en el video.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Termómetro de la confianza
Objetivo	Reflexionar sobre distintos niveles de confianza en las relaciones y qué conductas la fortalecen o debilitan.
Materiales	En pizarra dibujar termómetro de confianza (anexo 16); plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Con quiénes confían más y por qué? Sin decir nombres, solo tipos de personas." 3. Presentación del termómetro (10 minutos) - Dibujar termómetro con niveles de confianza y explicar. 4. Trabajo individual (15--20 minutos) - Escribir conductas que suben o bajan la confianza y ubicarlas en el termómetro. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir y comentar ejemplos.
Cierre / Reflexión	Reforzar que nuestras acciones tienen un impacto en el resto, y esas afectan nuestra confianza.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 4

Mes	Mayo
Actividad	Resolución de casos: malentendidos y rumores
Objetivo	Analizar casos de malentendidos y rumores en el curso, buscando estrategias de reparación.
Materiales	Juego del teléfono
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué pasa cuando se difunde un rumor? ¿Cómo se siente la persona afectada?" 4. Juego colectivo (15--20 minutos) Juego del teléfono, Sentar al grupo en una línea, y elegir una palabra la cual se dirá al oído de quien está al lado, hasta volver a la persona que eligió la palabra. Si la palabra llega bien, se gana, si llega mal se pierde. Dejar establecido; no groserías, ni palabras indebidas. 5. Puesta en común (10 minutos) - Reflexionar, respecto a cómo la información cambia de persona a personas. - Compartir estrategias de reparación y prevención. ¿Qué han hecho ustedes cuando se han equivocado?
Cierre / Reflexión	Recordar que todos pueden equivocarse, pero es importante hacerse cargo y reparar.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Mapa de relaciones
Objetivo	Reflexionar sobre sus propias relaciones interpersonales, diferenciando vínculos sanos y no sanos.
Materiales	Hoja en blanco; lápices.

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Con qué personas se relacionan más durante la semana?" 3. Explicación del mapa (5 minutos) Conversar respecto a vínculos sanos y no sanos: • Vínculos sanos: se ponen en el mapa y se subrayan porque hay respeto, ayuda, escucha, juego compartido y se sienten seguros con esas personas.parvularia.mineduc+2 • Vínculos no sanos: se marcan con otro color o símbolo cuando hay burlas, violencia, secretos que hacen daño, exclusión, insultos o miedo. Mostrar cómo funciona el mapa de relaciones (círculo cercano, medio, lejano). Se dibuja un círculo grande dividido en tres partes: • Círculo cercano: personas con las que hay mucha confianza y buen trato (familia cercana, mejores amigos, adultos de apoyo). • Círculo medio: personas con las que se comparte pero no tanto (compañeros de curso, profes que no ve todos los días, vecinos). • Círculo lejano: personas con las que casi no se habla o solo se ve a veces (conocidos, personas de otros cursos, adultos que no conoce bien). 4. Trabajo individual (20 minutos) - Cada estudiante dibuja su mapa, ubicando tipos de personas (sin nombres) y marcando vínculos que siente más sanos. 5. Puesta en común opcional (10 minutos) - Compartir reflexiones generales sobre sus mapas. Cuidar que nadie quede expuesto; insistir en no escribir nombres propios en el mapa.
Cierre / Reflexión	- Resaltar la importancia de cuidar los vínculos que les hacen bien y pedir ayuda respecto a los que no.

Campo	Contenido
Sesión	1º semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Cuidar las relaciones con el resto
Objetivo	Comprender que para evitar el quiebre de una amistad se debe cuidar.
Materiales	Carrera con un pie amarrado al otro.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen que una amistad o relación se sienta bien? ¿Y mal?" 3. Juego colectivo Carrera de pie amarrado. Con una lana, que representa la relación se amarra el pie de dos estudiantes, gana quien llegue a la meta sin romper la lana con su compañero/a. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir experiencia de la carrera. - Generar compromisos de cómo cuidar las relaciones
Cierre / Reflexión	Recordar que si sienten miedo o tristeza constante en una relación, es importante hablar con adultos de confianza.

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	Mi cuerpo: cambios físicos
Objetivo	Reconocer y valorar los cambios físicos iniciales.
Materiales	Fotos de los niños cuando estaban en Jardín, Prescolar, Taller 1 y de Taller 2. Block
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cambios han notado en sus cuerpos o en los de sus compañeros/as?" (altura, voz, olor, pelo, etc.). - Anotar ejemplos. 3. Presentación de información (10--15 minutos) - Explicar que existen cambios físicos para niños y niñas, conforme van creciendo. - Explicar que cada cuerpo tiene su propio ritmo. 4. Trabajo individual (15--20 minutos) - Realizar una línea de vida, con sus fotos (en caso de no llevar que se dibujen), Y en cada edad pondrán cómo eran en esa edad y abajo, que cambio fue el más importante para ellos. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir observaciones y aclarar dudas frecuentes del crecimiento.
Cierre / Reflexión	Recordar que, ante dudas específicas, es importante consultar con adultos de confianza y profesionales de salud.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8

Mes	Julio
Actividad	Higiene en la vida
Objetivo	Conocer las nuevas rutinas de higiene necesarias durante la vida.
Materiales	Tarjetas con hábitos de higiene (Anexo 5; imágenes de cuidado personal).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen para cuidar su higiene ahora que están creciendo?" - Anotar respuestas (ducha, cambio de ropa, desodorante, etc.). 3. Presentación de hábitos clave (10 minutos) - Explicar por qué cambian las necesidades de higiene (sudor, olor corporal, piel, menstruación, etc.). 4. Trabajo línea (15--20 minutos) - Entregar tarjetas con hábitos de higiene y pedir que los ordenen en una rutina diaria (mañana, durante el día, noche). 5. Puesta en común (10 minutos) - Construir una rutina de higiene básica para esta etapa que quedará en salón. 6. Síntesis (5 minutos) - Resaltar que la higiene es una forma de autocuidado y respeto hacia uno mismo y la comunidad.
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar en casa sobre cómo organizar mejor sus rutinas de higiene.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Emociones en la vida
Objetivo	Comprender que los cambios emocionales son parte del desarrollo y practicar estrategias de regulación.

Materiales	Tarjetas con emociones (monstruos de colores); papel; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Sienten que sus emociones han cambiado o se han vuelto más intensas?" - Mostrar monstruo de colores mientras los nombres (rabia, tristeza, alegría, miedo, confundido, amor y calma). 3. Termómetro emocional (10 minutos) - Dibujar un termómetro y ubicar emociones según intensidad. 4. Trabajo individual (15 minutos) - Pedir que escriban o dibujen una situación reciente en la que hayan sentido una emoción intensa y cómo reaccionaron. 5. Puesta en común voluntaria (10 minutos) - Compartir, sin detalles íntimos, qué estrategias les han ayudado a calmarse. 6. Síntesis (5 minutos) - Presentar 2--3 estrategias de regulación simples (respirar, hablar con alguien, alejarse un momento).
Cierre / Reflexión	Recordar que es normal sentir emociones intensas, y que pedir ayuda a adultos es una buena estrategia cuando se sienten sobrepasados.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Puzzle de nuestro cuerpo
Objetivo	Identificar partes del sistema reproductivo
Materiales	Puzzle e imágenes (Anexo 33) Solo puzzle

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar por las partes del cuerpo que conozcan y sus funciones. 3. Armado de puzzle (25 minutos) - En conjunto, estudiantes armaran puzzle de aparato reproductivo femenino y masculino. Conforme se va armando se explica sus funciones y cuidados.
Cierre / Reflexión	Al Cerrar es importante recalcar que, si tienen alguna duda extra o algo que conversar, se pueden acercar a los adultos de confianza.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Autocuidado digital y respeto en redes
Objetivo	Reconocer riesgos básicos en el uso de internet y redes sociales y promover conductas de autocuidado y respeto.
Materiales	Tarjetas con situaciones online;(Anexo 7), Cuaderno blanco.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué les gusta de internet y las redes? ¿Qué cosas no les gustan o les dan miedo?" 3. Presentación de ejemplos (10 minutos) - Mostrar Tarjetas y preguntar que otras actividades con pantallas realizan. - Preguntar que les pasa si usan muchas pantallas, mientras mencionan ir usando Tarjetas de afección física.

	- Preguntar que actividades pueden hacer, para evitar usar pantalla, ir sacando tarjetas de actividad física. 5. Trabajo Individual (10 minutos) - En su cuaderno blanco escribirán la actividad que más realizan, que les sucede cuando lo hacen por mucho tiempo y la actividad alternativa. 6. Síntesis (5 minutos) - Reforzar que no se debe compartir información personal, y que pueden pedir ayuda si algo los incomoda.
Cierre / Reflexión	Invitar a revisar con la familia configuraciones de privacidad y reglas de uso de pantallas.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Mi escudo de buen trato
Objetivo	Sintetizar aprendizajes construyendo un escudo personal con compromisos de buen trato y autocuidado.
Materiales	Plantilla de escudo; lápices de colores. (Anexo 9)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo, hacer un saludo breve o juego corto para centrar la atención. - Recordar normas básicas: escuchar, no burlarse, pedir la palabra. - Decir en voz alta el título de la sesión y explicar con palabras sencillas qué harán hoy. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas importantes han aprendido este año sobre cuidarse y cuidar a otros?" - Anotar algunas. 3. Explicación de la actividad (5 minutos) - Mostrar un modelo de escudo dividido en secciones (por ejemplo: cómo me cuido, cómo cuido a otros, qué no quiero permitir, una palabra importante para mí). 4. Trabajo individual (20 minutos) - Cada estudiante diseña su escudo con dibujos y palabras.

	5. Puesta en común opcional (10 minutos) - Quien quiera presenta su escudo y un compromiso que más le importa. 6. Síntesis (5 minutos) - Reforzar que esos compromisos pueden acompañarlos en otros cursos y espacios.
Cierre / Reflexión	Se puede pegar una foto o copia de algunos escudos en la sala como recordatorio de los compromisos.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Secretos, presión de pares y toma de decisiones
Objetivo	Analizar situaciones en las que la presión de pares y los secretos pueden poner en riesgo su bienestar.
Materiales	Tarjetas con tipos de secretos (Anexo 14); papel y lápiz.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué diferencia hay entre un secreto bueno y uno malo?" 3. Presentación de ejemplos (10 minutos) - Mostrar las tarjetas. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Dividir los casos en grupos de 3 o 4, para que puedan analizar la situación y establecer una solución. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir conclusiones, mencionando cuándo es necesario contar un secreto a un adulto. 6. Síntesis (5 minutos) - Resaltar que los secretos que causan daño o miedo nunca deben guardarse y que pedir ayuda es cuidarse.

Cierre / Reflexión	Recordar que no deben compartir nombres ni detalles de situaciones reales durante la clase.
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Co-creación de significado
Objetivo	Construir colectivamente una definición de relaciones interpersonales sanas y compromisos personales y grupales.
Materiales	Papelógrafo; tarjetas; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué palabras relacionan ahora con relaciones sanas?" - Anotar. 3. Lluvia de ideas (10 minutos) - Escribir en post it ideas sobre buen trato, amistad, apoyo, etc. 4. Co-creación de definición (15--20 minutos) - En grupos, definir qué es una relación sana. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir frases y construir una definición común en papelógrafo
Cierre / Reflexión	Decorar papelógrafo y elegir un lugar en el salón.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	La telaraña de la confianza

Objetivo	Fortalecer la cohesión del grupo reconociendo cualidades positivas de sus compañeros.
Materiales	Ovillo de lana o cuerda; espacio amplio.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (5 minutos) - Recordar acuerdos de respeto y cuidado en el grupo. 3. Explicación de la dinámica (5 minutos) - Explicar que formarán una "telaraña de la confianza" destacando cualidades positivas. 4. Dinámica (20 minutos) - En círculo, un estudiante sostiene el ovillo, dice algo positivo de otro y le lanza la lana, manteniendo su parte. - Repetir hasta formar una red. 5. Reflexión (10 minutos) - Preguntar cómo se sintieron al recibir y dar mensajes positivos.
Cierre / Reflexión	Cuidar que todos reciban al menos un mensaje positivo; el docente puede intervenir si alguien queda fuera.

Taller 3

Primer semestre

Unidad 1	Relaciones interpersonales, afectividad y convivencia
Objetivo de la Unidad	Analizar sus relaciones interpersonales presenciales y virtuales, identificando elementos de relaciones sanas y no sanas, desarrollando habilidades de comunicación, empatía y resolución pacífica de conflictos, desde una perspectiva de respeto, dignidad, inclusión y no discriminación.
Eje	Relaciones Interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Crecemos y cambiamos
Objetivo	Reconocer y valorar los cambios físicos, emocionales y sociales propios de la pre pubertad.
Materiales	Block; plumones; opcional: fotos personales traídas de casa (niñez, actualidad).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cambios han notado en ustedes en los últimos años?" (altura, gustos, amistades, emociones). - Anotar algunas respuestas en la pizarra. 3. Línea de tiempo grupal (10 minutos) - Dibujar una línea de tiempo (niñez, ahora, futuro cercano) y pedir ejemplos de cambios en cada etapa. 4. Trabajo individual o en parejas (15--20 minutos) - Entregar una hoja para que cada estudiante dibuje una mini línea de vida con 3 momentos: antes, ahora, más adelante, y escriba un cambio para cada uno. 5. Puesta en común opcional (10 minutos)

	- Quien quiera comparte algún cambio del que se sienta orgulloso o que le haya costado. 6. Síntesis (5 minutos) - Resumir que crecer implica cambios físicos, emocionales y sociales y que cada persona tiene su propio ritmo.
Cierre / Reflexión	Invitar a comentar en casa algún cambio que valoren de sí mismos y cómo se han sentido con él.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Mi escultura personal
Objetivo	Reconocer que los cambios del desarrollo son normales y diferentes en cada persona, fortaleciendo la autoimagen.
Materiales	Arcilla o masa; lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Todas las personas crecen y cambian igual o hay diferencias?" - Anotar ejemplos (altura, voz, cuerpo, intereses). 3. Presentación de la actividad (5 minutos) - Explicar que harán una "escultura" o dibujo que represente cómo se ven hoy o cómo se imaginan en unos años. 4. Trabajo creativo (20 minutos) - Repartir materiales y dar tiempo para modelar o dibujar su escultura personal. - Circular, apoyando sin criticar ni corregir el contenido. 5. Puesta en común voluntaria (10 minutos) - Quien quiera muestra su escultura o dibujo y comenta algo que le gusta de sí mismo. 6. Síntesis (5 minutos)

	- Destacar que todos los cuerpos son distintos y que lo importante es el respeto y cuidado de sí mismo y de otros.
Cierre / Reflexión	Cuidar que no haya burlas; intervenir inmediatamente si se producen y reforzar acuerdos de respeto.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Roles en el conflicto (KiVA)
Objetivo	Identificar los roles de víctima, agresor y testigo en situaciones de conflicto y bullying.
Materiales	Material KiVA adaptado (láminas de personajes, tarjetas con roles); papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué diferencias ven entre un conflicto y el bullying?" 3. Presentación de roles KiVA (10 minutos) - Explicar cada rol con material Kiva. Mostrar el título, explicando que KIVA es la forma que tenemos como colegio de resolver los conflictos. - Círculo ROSA — Testigo; Ubica el círculo rosa en la alfombra. Preguntar en voz alta: "¿Qué es un testigo?", luego de escuchar respuestas. Explicar que testigo uno ve una situación, por ejemplo; un compañero empuja a otro, si yo lo vi, soy testigo. - Círculo VERDE — Víctima; Ubicar el círculo verde. Preguntar: "¿Qué es una víctima?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien se ve afectado en una situación, por ejemplo; un compañero me empuja siempre casi todos los días, yo soy víctima.

	- Círculo AMARILLO – Agresor; Ubicar el círculo amarillo. Preguntar: "¿Qué es un agresor?", luego de escuchar respuestas. Explicar que es quien agrede sin justificación a alguien. Por ejemplo; yo empujo a un compañero siempre, casi todos los días, yo soy agresor Pero es importante explicar que estas palabras solo se usan, cómo se ha dicho cuando la situación es muy recurrente. 4. Síntesis (5 minutos) - Resaltar que no ser agresor no basta; los testigos también pueden ser parte de la solución.
Cierre / Reflexión	Invitar a pensar una acción concreta que puedan hacer como testigos si ven bullying en su entorno.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Así me siento
Objetivo	Reconocer y expresar emociones asociadas a los cambios propios de la edad.
Materiales	Cartulina de colores, block y plumones. Anexo 17 (tabla de emociones) no es necesario poner todas solo las que identifiquen.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar: "¿Qué emociones aparecen más seguido en esta etapa (alegría, pena, rabia, vergüenza, miedo)?" - Anotar una lista en la pizarra. 4. Trabajo grupal (20 minutos) - Se dividirán en 6 grupos de emociones basales, y cada grupo deberá reconocer al menos 2 emociones que se relacionen a la basal. 5. Puesta en común opcional (10 minutos)

	- Armar tabla de emociones, cada grupo pega sus emociones y explica cuando pueden sentirse.
Cierre / Reflexión	Recordar que si alguna emoción se siente muy grande o dura mucho tiempo, se puede pedir ayuda a adultos de confianza.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Termómetro de la confianza en el grupo
Objetivo	Reflexionar sobre el nivel de confianza en el curso y qué conductas la aumentan o disminuyen.
Materiales	Papelógrafo con termómetro de confianza; tarjetas; plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen que confíen más en alguien? ¿Qué cosas les hacen desconfiar?" - Anotar respuestas. 3. Presentación del termómetro (10 minutos) - Dibujar un termómetro de confianza (baja, media, alta) y conversar brevemente. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Cada grupo escribe conductas que bajan o suben la confianza en el curso. 5. Puesta en común (10 minutos) - Pegar tarjetas en el termómetro y comentar. 6. Síntesis (5 minutos) - Acuerdan 2--3 acciones concretas para cuidar la confianza en el grupo.
Cierre / Reflexión	Sugieren revisar estos acuerdos en futuras sesiones para ver si se han cumplido.

Campo	Contenido				
Sesión	1er semestre -- Sesión 6				
Mes	Junio				
Actividad	Juzgado de Convivencia Escolar				
Objetivo	Diferenciar conflicto, violencia y bullying y analizar sus consecuencias.				
Materiales	Tabla comparativa; casos breves (Anexo 18); marcadores.				
Desarrollo	1. Activación breve (10 min) - Pedir 2–3 ejemplos espontáneos de conflictos cotidianos y situaciones de violencia (sin nombres propios). - Revisar definiciones en voz alta, para que las tengan frescas: Conflicto: problema o desacuerdo entre personas; no busca hacer daño y se puede resolver conversando, negociando y pidiendo ayuda. Bullying (acoso escolar): - Intención de dañar/asustar. - Se repite muchas veces. - Hay desigualdad de poder (el agresor tiene ventaja y la víctima se siente sin defensa). 2. . Presentación de la “tabla del juzgado” (10 min) En la pizarra, dibuja una tabla con dos columnas: <table border="1"> <thead> <tr> <th>Conflicto</th><th>Bullying</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Desacuerdo, problema</td><td>Violencia repetida con intención y ventaja de poder</td></tr> </tbody> </table> Explícalo como “las tres leyes del juzgado”: - Ley 1: identificar si es conflicto o bullying. - Ley 2: pensar qué acciones ayudan a resolver. - Ley 3: saber cuándo hay que pedir ayuda adulta urgente (sobre todo en violencia y bullying). 3. . Preparación de las señales (5 minutos) - Cada estudiante recibe o fabrica dos pequeños carteles: - Cartel verde con la palabra “Conflicto”. - Cartel rojo con la palabra “Bullying”.	Conflicto	Bullying	Desacuerdo, problema	Violencia repetida con intención y ventaja de poder
Conflicto	Bullying				
Desacuerdo, problema	Violencia repetida con intención y ventaja de poder				

	○ Se indica que solo se levantará uno de los dos carteles en cada caso. 4. Juicio colectivo (20 minutos) ○ Lee en voz alta distintos casos breves (en tercera persona, sin nombres reales). Después de cada caso: • El curso tiene unos segundos para pensar. Explica: “Si consideran que es conflicto, levantan el cartel verde. Si consideran que es bullying, levantan el cartel rojo.” Todo el curso levanta su cartel al mismo tiempo. • Se pide a algunos estudiantes que expliquen por qué escogieron ese color, siempre en frases cortas. • Finalmente, el juez entrega el veredicto y lo escribe en la pizarra, recordando las características: ○ Conflicto: desacuerdo, sin intención de dañar, no repetido, se puede resolver hablando. ○ Bullying: daño repetido, intención de dañar, ventaja de poder.
Cierre / Reflexión	Recordar que informar sobre situaciones de violencia o bullying no es "acusar", sino proteger a quienes están en riesgo.

Segundo semestre

Unidad 2	Sexualidad y afectividad en la preadolescencia
Objetivo de la Unidad	Aunque sus experiencias e inquietudes son la importancia de integrar las dimensiones de la sexualidad (corporal, afectiva, relacional y ética), promoviendo el autocuidado, el respeto por la intimidad propia y ajena y el reconocimiento del consentimiento como base de las relaciones afectivas.
Eje	Crecimiento Personal / Sexualidad y Afectividad

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	Dimensiones de la sexualidad

Objetivo	Reconocer la sexualidad como dimensión integral que incluye cuerpo, afectos, relaciones y valores.
Materiales	Papelógrafo con cuatro cuadrantes; post it; plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas creen que forman parte de la sexualidad?" - que anoten post it y luego se revisan en línea. 3. Presentación de dimensiones (10 minutos) - Explicar brevemente las cuatro dimensiones (corporal, afectiva, relacional, valórica). 1. Dimensión corporal Tiene que ver con el cuerpo. Incluye cómo se cuidan: higiene, alimentación, descanso, movimiento, respeto por el propio cuerpo y el de otros. 2. Dimensión afectiva Tiene que ver con los sentimientos y emociones. Incluye reconocer cómo se sienten (alegría, tristeza, enojo, miedo), expresarlo de manera adecuada y aprender a regular esas emociones. 3. Dimensión relacional Tiene que ver con las relaciones con otras personas. Incluye cómo se tratan entre compañeros, cómo se comunican, cómo resuelven conflictos y cómo construyen vínculos sanos de amistad y respeto. 4. Dimensión valórica Tiene que ver con los valores y normas que guían su conducta. Incluye respeto, responsabilidad, honestidad, solidaridad, justicia, y las reglas que ayudan a que la convivencia sea justa y cuidada para todos. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - 4 grupos, en donde se les asignara una dimensión, y deberán idear una forma de representar dicha dimensión (dibujada, escultura, actuación) 5. Puesta en común (10 minutos) - Demostración de representaciones de cada dimensión. 6. Síntesis (5 minutos) - Resumir en el papelógrafo una idea clave por dimensión.

Cierre / Reflexión	Invitar a comentar con un adulto de confianza alguna duda que haya surgido.
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Ahorcado de la pubertad
Objetivo	Profundizar en los cambios físicos y emocionales de la pubertad, valorando la diversidad de ritmos.
Materiales	video educativo; guía con información; papel y lápiz.
Desarrollo	- Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. Dinámica del juego Para cada ronda: Escribir en la pizarra solo las rayas de la palabra (sin mostrarla). Leer en voz alta la pista (explicación breve del cambio). El curso propone letras; por cada acierto se completa la palabra, por cada error se dibuja una parte del “muñeco” (o barra de energía). Cuando adivinan la palabra, se subraya y se repite la pista en una frase muy corta. Lista de pistas y palabras Puedes usar estas parejas pista-palabra: Pista: “El cuerpo se estira, la ropa empieza a quedar más chica y se nota que están creciendo.” Palabra: CRECIMIENTO Pista: “Cuando hablan, la voz empieza a sonar diferente; a veces se vuelve más grave o se quiebra.” Palabra: VOZ Pista: “Después de correr o jugar, aparece más sudor y olor corporal; se necesita más higiene.” Palabra: SUDOR Pista: “Empieza a aparecer más pelo en nuevas partes del cuerpo, como en las axilas.” Palabra: VELLO Pista: “Las emociones cambian rápido: se puede pasar de estar muy contento a enojarse con facilidad.” Palabra: ÁNIMO

	Pista: “Se siente más necesidad de privacidad, de cuidar el cuerpo y de cambiarse en lugares íntimos.” Palabra: INTIMIDAD Pista: “Lo que piensan los compañeros importa más; las amistades se vuelven muy importantes.” Palabra: AMIGOS 4. Cierre Tras jugar varias rondas. “Todos vivimos cambios en la pubertad.” “Cada cambio merece respeto, sin burlas.”
Cierre / Reflexión	Recordar que ante dudas médicas es importante consultar con profesionales de salud.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Consentimiento y límites personales
Objetivo	Comprender el consentimiento como acuerdo claro y libre entre personas y la importancia de respetar los límites propios y ajenos.
Materiales	Pañuelos (verde, amarillo, rojo) ; papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué entienden por consentimiento? ¿Dónde es importante?" 3. Presentación del semáforo (10 minutos) - Explicar verde (sí claro), amarillo (dudas), rojo (no). Dar ejemplos cotidianos. 4. Trabajo en parejas (15--20 minutos) - Compartir experiencias respecto a situaciones (abrazos, juegos físicos, redes) y clasificarlas en el semáforo. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir algunas situaciones y discutir criterios. 6. Síntesis (5 minutos)

	- Resumir que todas las personas tienen derecho a decir sí o no y a cambiar de opinión.
Cierre / Reflexión	Invitar a practicar pedir permiso y escuchar las respuestas de los demás en la vida diaria.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Partes del cuerpo: Cómo se desarrolla
Objetivo	Reconocer el desarrollo y cambios físicos del cuerpo en la pubertad
Materiales	Video SISTEMA REPRODUCTOR FEMENINO y MASCULINO
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5- minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. “Hoy veremos un video para conocer mejor cómo son los aparatos reproductores y algunos cambios de la pubertad, para entender y cuidarnos.” 2. Activación (5 minutos) Preguntar al grupo, de forma general: “¿Qué cambios han escuchado que ocurren en la pubertad?” Registrar 3-4 ideas en la pizarra (crecer, cambios en la voz, menstruación, vello, etc.). 1. Visionado del video Smile and Learn (5 minutos aprox.) Pedir que miren el video pensando en tres cosas: - Algo que ya sabían, - Algo nuevo que aprendieron, - Una pregunta que les apareció. Reproducir el video completo. Al terminar, preguntar brevemente en plenario: “¿Qué parte del video les llamó más la atención?” 4. Actividad central: caja de preguntas (25 minutos)

	• Entregar 2 papelitos a cada estudiante (o que doblen una hoja en dos). • Escribir en la pizarra dos inicios de frase: ○ “Quiero saber más sobre...” ○ “No entendí bien...” • Pedir que escriban, de forma anónima si lo desean, una o dos preguntas relacionadas con el video, por ejemplo: partes del aparato reproductor, cambios de la pubertad, menstruación, eyaculación, vello, etc. • A medida que terminan, pasan a dejar sus papelitos en la caja de preguntas. • Abre la caja y selecciona algunas preguntas para leer en voz alta (3–5 máximo por tiempo), respondiendo con lenguaje sencillo y sin entrar en detalles muy íntimos.
Cierre / Reflexión	Reforzar que el autocuidado y el buen trato son compromisos cotidianos.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Relaciones de pareja y enamoramiento (inicial)
Objetivo	Reflexionar sobre ideas y expectativas en torno al enamoramiento y las relaciones de pareja en la preadolescencia.
Materiales	papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué creen que es enamorarse? ¿Qué cosas se dicen sobre el amor en canciones, series?" 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos)

	- En grupo de 4, realizaran una definición de una relación de amor, pueden usar de ejemplo a personajes, familia entre otros. 5. Puesta en común (10 minutos) - En conjunto rearmar una definición. 6. Síntesis (5 minutos) - Resaltar que las relaciones sanas se basan en respeto, libertad y cuidado mutuo, no solo en emociones intensas.
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar con adultos de confianza sobre qué entienden ellos por una relación de pareja sana.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Estereotipos de género y su impacto en la afectividad
Objetivo	Analizar cómo los estereotipos de género influyen en la forma de expresar emociones y relacionarse.
Materiales	papelógrafo; marcadores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué frases han escuchado sobre cómo "deben ser" niños y niñas en lo emocional?" 3. Análisis de estereotipos (10 minutos) A partir de las frases dadas, dividir en grupos de 3 a 4. - Discutir cómo esas frases afectan la forma de expresar emociones y pedir ayuda. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir ejemplos y versiones más justas/igualitarias de las frases. 6. Síntesis (5 minutos) - Subrayar que todas las personas tienen derecho a expresar emociones y recibir apoyo.

Cierre / Reflexión	Animar a cuestionar estereotipos desde el respeto y el diálogo con su entorno.
--------------------	--

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Tira y afloja de las relaciones
Objetivo	Diferenciar características de relaciones sanas y abusivas, identificando señales de alerta tempranas.
Materiales	Tabla comparativa; cuerda.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas hacen que una relación (amistad o pareja) se sienta segura?" Mini tabla en la pizarra Dibujar dos columnas: • RELACIÓN SANA • RELACIÓN ABUSIVA Construir entre todos: • Relación sana: respeto, apoyo, confianza, escucha, poder decir "no", sentirse seguro. • Relación abusiva: control, insultos, humillación, chantaje, miedo, no poder decir "no". Esta tabla servirá de base para el juego. 4. Juego colectivo "Tira y Afloja de las relaciones" (15-20 minutos) Organización del espacio • Se marca una línea central en el piso (con cinta, tiza o imaginaria). • Todo el curso se coloca sobre esa línea, hombro con hombro, mirando hacia adelante.

- No es un tira y afloja literal con cuerda: el “tirón” será moverse hacia un lado u otro.

Regla del juego

- Cuando escuchan una **característica de relación sana**, dan **un paso hacia adelante**.
- Cuando escuchan una **característica de relación abusiva**, dan **un paso hacia atrás**.

Es todo el curso al mismo tiempo, moviéndose y respondiendo a voz alta.

Frases para el juego

Ir leyendo frases mezcladas, una por vez:

Relación sana (paso adelante):

- “Te escucha cuando estás mal y no se burla.”
- “Respeta cuando dices que no quieres hacer algo.”
- “Te apoya cuando tienes un problema.”
- “Te trata con cariño delante del grupo.”
- “Reconoce sus errores y pide disculpas.”

Relación abusiva (paso atrás):

- “Te dice con quién puedes hablar y con quién no.”
- “Revisa tu celular o tus cosas sin permiso.”
- “Te insulta o te pone mote hirientes.”
- “Amenaza con dejar de hablarte si no haces lo que quiere.”
- “Se ríe de ti frente a otras personas.”

Puedes hacer 10–12 frases, alternando adelante/atrás.

Breve reflexión en movimiento

Al terminar las frases, pedir que vuelvan a la línea central y preguntar:

- “¿En qué frases avanzaron más? ¿Qué cosas se repetían en las relaciones sanas?”
- “¿En qué frases retrocedieron? ¿Qué cosas se repetían en las relaciones abusivas?”

5. Señales de alerta y pedir ayuda (10 minutos)

Con todos ya sentados:

1. Preguntar:
 - a. “Si una relación nos hace retroceder muchas veces, ¿qué significa?”
(Que tiene muchas señales abusivas.)

	b. “¿Qué podemos hacer en esos casos?” Hablar con un adulto de confianza. Contar lo que pasa a la familia. No quedarse solo con el miedo o la vergüenza. .
Cierre / Reflexión	Recordar que si sienten miedo, vergüenza o confusión en una relación, es válido pedir ayuda a adultos de confianza.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	La red del buen trato
Objetivo	Cerrar el ciclo generando un pacto de convivencia y cuidado afectivo basado en respeto, consentimiento y autocuidado.
Materiales	Papelógrafo; plumones;
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. Vamos a jugar a construir una red de buen trato entre todos. Cada vez que aparezca una conducta que ayuda, la red se fortalece; cuando aparece una conducta que daña, la red se rompe. 2. Preparación del juego • Formar un gran círculo con todo el curso de pie. • Tener una madeja de lana o cuerda (si no quieres usar cuerda, se puede hacer de forma imaginaria con gestos). 3. Juego “Construyo / rompo la red” (20 minutos) Paso A: Construir la red con conductas de buen trato 1. La primera persona del círculo tiene la lana. 2. Dice en voz alta una conducta de buen trato (ej.: “Escuchar sin burlas”, “Compartir el material”, “Pedir perdón cuando me equivoco”).

3. Manteniendo la punta de la lana, lanza suavemente la madeja a otra persona en el círculo.
4. La segunda persona toma la madeja, dice otra conducta de buen trato y la lanza a alguien distinto.
5. Se repite varias veces hasta que la lana forme una **red visible** entre muchas personas.

Reglas simples:

- Solo se nombran conductas que ayudan (respeto, cuidado, apoyo, honestidad, etc.).
- No se mencionan nombres propios ni situaciones reales, solo ejemplos generales de comportamiento.

Breve pausa para mirar la red y comentar:

- “Esta red se forma cuando nos tratamos bien. ¿Cómo se ve? ¿Está unida, fuerte?”

Paso B: Ver cómo se rompe la red con mal trato

1. Sin soltar la lana, se inicia una segunda ronda, pero solo **de palabra**, sin tirar la madeja:
 - a. Se piden ejemplos de conductas que **dañan** el buen trato (burlas, insultos, empujones, mentiras, exclusión, chantaje).
2. Cada vez que se nombra una conducta de mal trato, una persona que sostiene la lana suelta su tramo y da un paso atrás.
3. Después de varias conductas dañinas, la red se verá floja o rota.

Preguntar al grupo:

- “¿Qué pasó con la red cuando empezaron las conductas de mal trato?”
- “¿Qué significa que alguien ‘suelte’ la red en la convivencia real?”

4. Reconstrucción de la red (10–15 minutos)

Volver a tomar la lana y reconstruir la red, pero ahora con un foco:

- Cada vez que alguien nombra una conducta de **reparación** (pedir perdón, reconocer el daño, pedir ayuda, poner límites, acompañar a quien lo pasa mal), lanza la madeja a otra persona y todos vuelven a tomar sus tramos.

La idea es que vean que el buen trato no es solo “no hacer daño”, sino también **reparar y pedir ayuda** cuando algo ya se rompió.

Cierre / Reflexión	“El buen trato nos une.” “Las conductas que dañan sueltan la red; las conductas que cuidan la reconstruyen.”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Cuidado del cuerpo e intimidad en entornos digitales
Objetivo	Analizar riesgos asociados a compartir imágenes e información íntima en redes y establecer normas de autocuidado.
Materiales	Video https://www.youtube.com/watch?v=i_92-NovRT0 ; guía de seguridad digital; papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al grupo y recordar normas de respeto, escucha y confidencialidad básica. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta con lenguaje sencillo. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas comparten en redes? ¿Qué consideran íntimo?" - Anotar ejemplos. 3. Presentación de video (10 minutos) - ver video sobre compartir fotos o datos personales. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Analizar riesgos y pensar alternativas más seguras. 5. Puesta en común (10 minutos) - Elaborar entre todos reglas de autocuidado digital. 6. Síntesis (5 minutos) - Escribir 3 normas de cuidado que el curso se compromete a respetar.
Cierre / Reflexión	Recordar que nunca deben compartir imágenes íntimas propias o de otros y que hay canales para denunciar si ocurre.

TEM 1

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Preguntados humano
Objetivo	Fortalecer lazos en el grupo mediante una dinámica de preguntas y cambio de pareja
Materiales	Hojas . Lápiz para cada estudiante. Reloj / temporizador.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 min): Saludar al curso, recordar normas de respeto y confidencialidad. Explicar el propósito con lenguaje simple: “Hoy haremos un juego de preguntas para conocernos mejor y descubrir cosas que tenemos en común. La idea es fortalecer el curso, no juzgar ni burlarse.” 2. Activación (10 min): Das a cada estudiante una hoja con preguntas tipo bingo o lista. Ejemplo de encabezado: Misión: conversa con tus compañeros y compañeras. Con cada persona, intenta encontrar al menos una coincidencia. Anota su nombre y lo que tienen en común. 3. Preguntados (15–20 min): Organización inicial Colocar las sillas en 2 hileras, una frente a la otra, formando parejas cara a cara.

	Sentar a todos los y las estudiantes de modo que cada persona tenga alguien al frente. Si el número es impar, el/la guía de salón participa para completar una pareja. Primera ronda de conversación Explicar la consigna: en 1 minuto, cada pareja debe encontrar al menos una cosa en común (gusto, hábito, experiencia, etc.). Pasado el minuto, una de las hileras se mantiene en su lugar y la otra se desplaza un puesto hacia la derecha. Repetir la conversación con la nueva pareja, hasta que quienes estaban frente a frente al inicio vuelvan a encontrarse. Segunda fase: más mezclas Con las mismas sillas, ahora dividir mentalmente el grupo en dos bloques y formar 4 hileras más cortas (dos al frente y dos al fondo), siempre manteniendo personas frente a frente. Repetir la misma lógica: 1 minuto por pareja para encontrar una similitud y luego rotar una de las hileras un puesto. Continuar hasta que todos y todas hayan conversado con la mayor cantidad posible de compañeros y compañeras. 4. Puesta en común (10 min): Se le pedirá a los y las estudiantes que puedan comentar con quien coincidieron más rápido y con quien les costó más.
Cierre / Reflexión	Invitar a que cada estudiante piense en una acción concreta para cuidar la dimensión que marcó en la pizarra. Se puede pedir que la escriban brevemente en su cuaderno y recordar que pueden pedir ayuda a adultos de confianza si sienten que alguna dimensión está descuidada.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Círculos de Confianza (Dinámica)
Objetivo	Identificar distintos tipos de relaciones (familia, amistades, compañeros, vínculos virtuales) y sus características principales.
Materiales	Espacio para formar dos círculos móviles, reproductor de música, block de hojas, plumones.
Desarrollo	Inicio y encuadre (5-10 min): Saludar al curso y recordar normas de respeto físico y verbal. Escribir en la pizarra el título "Círculos de confianza" y leer el objetivo en voz alta. Preguntar brevemente: "¿Qué es para ustedes una amistad de confianza?". Activación – Círculos concéntricos (10-15 min): Organizar al curso en dos círculos, uno interior y uno exterior. Con música, ambos círculos se mueven; al detener la música, quedan frente a un compañero o compañera. Dar consignas breves: "Cuéntale qué esperas de una amistad", "Comparte una cualidad que valoras en tus amigos". Repetir varias rondas. Trabajo en block (10-15 min): Cada estudiante, en su hoja de block, escribe tres expectativas que tiene de una amistad. Pedir que subrayen en color la que consideren más importante y que agreguen una palabra sobre lo que ellos mismos ofrecen a sus amigos. - En la pizarra, el/la guía recoge palabras clave que aparecieron (respeto, lealtad, apoyo, sinceridad, cuidado) y las organiza en una lista. Comentar cómo estas expectativas ayudan a construir relaciones más sanas y seguras.
Cierre / Reflexión	Preguntar: "¿Qué relación sienten que necesitan cuidar más este año y por qué?"; recoger 2--3 ejemplos sin entrar en detalles personales.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Estatua de Respeto (Role-Play)
Objetivo	Reconocer conductas de falta de respeto en el curso y transformarlas en acciones de buen trato mediante dramatizaciones.
Materiales	Sala con espacio para moverse, pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 min): Saludar al curso y recordar normas de respeto, cuidado físico y confidencialidad. Escribir en la pizarra el título “Estatua de respeto” y leer el objetivo en voz alta. Pedir ejemplos generales de situaciones de falta de respeto, sin nombres propios, y anotarlos brevemente. 2. Activación – Creación de estatuas (10-15 min): Dividir al curso en grupos pequeños. Cada grupo crea, usando sus cuerpos y posiciones, una “estatua” que represente una situación de falta de respeto como burlas, empujones o exclusión. 3. Intervención y transformación (15-20 min): Cada grupo muestra su estatua y el resto observa. Luego, invitar a uno o dos estudiantes a entrar en la escena y modificar las posiciones para transformarla en una escena de buen trato. Conversar brevemente sobre qué cambió y cómo se siente la nueva escena. 4. Puesta en común (5-10 min): Recoger ideas sobre qué acciones concretas ayudan a transformar una situación de mal trato en una de respeto.
Cierre – Reflexión	Pedir que cada estudiante elija una acción de buen trato que se compromete a practicar durante la semana y la escriba en su cuaderno.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Semáforo del consentimiento

Objetivo	Comprender que el consentimiento puede ser claro, dudoso o ausente, y que siempre debe ser libre y reversible.
Materiales	Sala con tres zonas marcadas (verde, amarilla y roja), hojas blancas, plumones de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 min): Saludar al curso y recordar normas de cuidado físico. Escribir en la pizarra el título “Semáforo del consentimiento” y leer el objetivo en voz alta. Explicar brevemente el significado de cada color: verde para consentimiento claro, amarillo para dudas y rojo para ausencia de consentimiento. 2. Activación – Semáforo humano (15–20 min): El/la guía plantea diferentes situaciones cotidianas, como un abrazo sorpresa, pedir una foto que incomoda o compartir una contraseña. Después de cada consigna, los estudiantes levantan el pañuelo del color que consideran adecuada. Algunas personas explican por qué eligieron ese color. 3. Ajuste y reflexión (10–15 min): Revisar situaciones donde hubo opiniones distintas y abrir un diálogo respetuoso. Reforzar que el consentimiento se puede cambiar y que decir “no” es válido.
Cierre / Reflexión	Resaltar que "no es no" y que pueden cambiar de opinión; invitar a acudir a adultos de confianza si sienten que su cuerpo o intimidad no han sido respetados.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Estereotipos de género en mi vida
Objetivo	Analizar cómo los estereotipos de género influyen en la forma de sentir, actuar y relacionarse.
Materiales	En pizarra escribir con columnas "frase" / "qué transmite"; marcadores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad.

	- Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: \ "¿Han escuchado frases sobre lo que los hombres o las mujeres "deben" hacer?\ ". - Anotar 3--4 ejemplos. - Explicar que trabajarán con estas frases para analizarlas. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Cada grupo analiza las frases respondiendo: ¿qué mensaje transmite?, ¿a quién ayuda o daña?, ¿están de acuerdo? - Piden que reescriban la frase de forma más justa y respetuosa. 5. Puesta en común (10 minutos) - Cada grupo comparte una frase original y su versión transformada. - El docente refuerza mensajes de igualdad y respeto. 6. Síntesis (5 minutos) - Escribir en la pizarra una lista de "mensajes que queremos cuidar" para el curso.
Cierre / Reflexión	Invitar a que durante la semana estén atentos a estereotipos en su entorno y los comenten en la próxima sesión.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	"Cómo quiero que sean mis relaciones"
Objetivo	Reflexionar sobre el tipo de relaciones que desean construir (amistades, familia, vínculos afectivos) y las conductas cotidianas que ayudan o dañan esas relaciones.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas, lápices.
Desarrollo	1. Inicio (5-7 min) • Título en la pizarra: "Cómo quiero que sean mis relaciones". • Explicar en simple: "Hoy no hablaremos de futuro lejano, sino del tipo de relaciones que queremos construir: cómo queremos que nos traten y cómo queremos tratar a los demás." 2. Juego "Lo quiero / No lo quiero" (15-20 min)

	• En la pizarra, dibujar dos columnas grandes: ○ “Lo quiero en mis relaciones” ○ “No lo quiero en mis relaciones” • En círculo o desde su puesto, planteas conductas concretas (tú las lees, ellos levantan mano o dicen “quiero / no quiero” y luego se anotan en la columna correspondiente). Ejemplos: ○ Que me escuchen cuando hablo. ○ Burlas sobre mi cuerpo. ○ Que respeten mis límites (no tocarme sin permiso, no revisar mi celular). ○ Celos excesivos. ○ Poder decir “no” sin miedo. ○ Que me apoyen cuando estoy mal. • Vas escribiendo las conductas en la columna que el grupo decida. • Puedes pedir ejemplos breves de otras conductas que ellos quieran agregar (sin nombres). 3. Trabajo individual breve (10–12 min) • Cada estudiante toma una hoja y escribe dos listas: ○ “En mis relaciones quiero...” (3 cosas) ○ “En mis relaciones no quiero...” (3 cosas) • Luego, debajo, una frase: ○ “Yo me comprometo a...” (una acción concreta para aportar a las relaciones que quiere, por ejemplo, “no burlarme del cuerpo de otros”, “escuchar más”, “respetar cuando alguien dice que no”).
Cierre / Reflexión	El proyecto de vida no es solo estudio o trabajo; también es el tipo de relaciones que elijo construir y los límites que pongo para cuidarme.

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de

	alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	Afectos y cuidados en mis relaciones
Objetivo	Vincular metas de cuidado personal con la forma en que viven la afectividad y la sexualidad (básica) en sus relaciones y redes, a través de un juego colectivo.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas, lápices.
Desarrollo	1. Inicio (5-7 min) • Título en la pizarra: “Afectos y cuidados en mis relaciones”. • Explicar: “Hoy vamos a hablar de cómo nos demostramos cariño y cómo nos cuidamos en las relaciones: amistades, familia, pololeos o vínculos en redes.” 2. Activación: “Formas de cariño” (8-10 min) • Preguntar: “¿De qué maneras sanas se puede mostrar afecto o cariño a alguien?” • Anotar en la pizarra varias formas: escuchar, apoyar, respetar límites, mandar mensajes de ánimo, acompañar, etc. • Luego preguntar: “¿Qué cosas NO son una buena forma de cariño, aunque alguien diga que lo hace ‘porque te quiere’?” • Anotar: controlar, revisar celular, presionar para mandar fotos, insultar, ridiculizar, celos constantes, etc. 3. Juego colectivo “Luz verde / luz roja” (15-18 min) • Explicar: Un lado de la sala será “luz verde” (forma de afecto sana) y el otro “luz roja” (no es una forma sana de afecto). • Lees situaciones cortas y ellos se mueven a verde o roja. Ejemplos: ○ “Un amigo te pregunta si quieres un abrazo y respeta si dices que no.”

	○ “Alguien te dice: ‘si me quisieras, me mandarías una foto íntima’.” ○ “Tu pareja o amigo/a se alegra de que pases tiempo con otras personas.” ○ “Te revisan el celular sin permiso.” ○ “Te escuchan cuando estás mal y no se ríen de ti.” • Tras cada situación, pides a 1–2 estudiantes que digan por qué la ven verde o roja. • Tú corriges si hace falta y conectas con sexualidad/afectividad básica (sin detalles): presión, respeto, consentimiento, cuidado del cuerpo y de la intimidad.
Cierre / Reflexión	Cerrar recordando que afectividad y sexualidad sana tienen que ver con respeto, acuerdos, cuidado del cuerpo y de las emociones, y que pueden hablar con adultos de confianza si sienten que algo no se ve “luz verde”.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Relaciones en redes sociales (introducción)
Objetivo	Identificar oportunidades y riesgos en las relaciones establecidas a través de redes sociales.
Materiales	Noticias sobre riesgos y peligros de las redes (Anexo 20)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿En qué redes sociales participan más? ¿Con quiénes se relacionan allí?" - Anotar en la pizarra algunas redes y tipos de interacción (amigos, grupos, personas desconocidas). 3. Presentación de ejemplos (10 minutos) - Mostrar ejemplos de mensajes o situaciones (por ejemplo: agregar a desconocidos, compartir fotos, comentar publicaciones).

	- Preguntar si creen que son situaciones de bajo, medio o alto riesgo. 4. Trabajo en grupos (15 minutos) - Repartir tarjetas con diferentes situaciones de redes. - Cada grupo conversa respecto a la situación destacando "oportunidades" (lo que suma), "riesgos" y "zona gris" (depende). 5. Puesta en común (10 minutos) - Cada grupo comparte la conclusión a la que llegaron según la noticia que les toco conversar. - El docente subraya criterios de autocuidado (privacidad, consentimiento, pedir ayuda).
Cierre / Reflexión	Invitar a compartir esta lista de cuidados con sus familias o adultos de confianza y traer comentarios a la siguiente sesión.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Buen trato en redes
Objetivo	Definir criterios de buen trato y respeto en interacciones virtuales.
Materiales	Video, tabla en pizarra.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué cosas han visto en redes que consideran buen trato?" ¿Y mal trato?" - Anotar algunos ejemplos sin mencionar nombres ni cuentas específicas. 3. Presentación de la tabla (5 minutos) - Mostrar la tabla con dos columnas: Buen trato / Mal trato. - Explicar que trabajarán con frases para ubicarlas en una u otra columna. 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos)

	- Entregar tarjetas con frases de chats o comentarios (por ejemplo, apoyo, burlas, presión, felicitaciones). - Los grupos ubican cada frase en buen trato o mal trato y justifican su decisión. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir algunas frases y discutir si el curso coincide en la clasificación. - Ajustar criterios si es necesario.
Cierre / Reflexión	Proponer que el decálogo se comparta con otros cursos o se publique en el aula virtual del colegio.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Consentimiento y presión de pares (básico)
Objetivo	Reconocer situaciones en que la presión de pares afecta el consentimiento y practicar formas de decir no.
Materiales	semáforo de consentimiento; guía breve con ejemplos de respuestas asertivas.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Han sentido alguna vez que hicieron algo solo por presión de otros?" (sin pedir detalles). - Anotar ejemplos generales (participar en retos, compartir información, etc.). 3. Revisión del semáforo de consentimiento (10 minutos) - Reponer el semáforo (verde, amarillo, rojo) y recordar qué significa cada color. - Explicar que ahora se enfocarán en la presión de pares. 4. Trabajo en parejas (15--20 minutos) - Usar situaciones conversadas donde hay presión (por ejemplo, "manda una foto", "si no vienes, ya no eres de nuestro grupo"). - En parejas, clasifican en verde, amarillo o rojo y ensayan una respuesta asertiva.

	5. Role-play breve (10 minutos) - Invitar a algunas parejas a representar la situación y la respuesta. - El grupo comenta qué funcionó bien y qué podría mejorarse.
Cierre / Reflexión	Recordar que decir no es un derecho y que pueden pedir ayuda si sienten que la presión es muy fuerte.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Intimidad del cuerpo y de la vida privada
Objetivo	Identificar prácticas de autocuidado que protegen su cuerpo e intimidad.
Materiales	Tarjetas de higiene (Anexo 7)
Desarrollo	1. Activación (10 minutos) - Preguntar al grupo: “¿Qué cosas hacen para cuidar su cuerpo?” “¿Qué cosas hacen para cuidar su intimidad personal?” - Mientras responden, anotar palabras clave en la pizarra en dos columnas: - Cuerpo (higiene, dormir, comer, etc.) - Intimidad (no mostrar partes íntimas, cuidar fotos, contraseñas, etc.) 2. Ejemplos guiados por el/la docente (10 minutos) - Comentar algunos ejemplos de autocuidado: - Ducharse y cambiar ropa interior. - Usar desodorante, lavarse manos. - No dejar que alguien vea o toque partes íntimas sin consentimiento. - No compartir fotos íntimas ni de uno ni de otras personas. - Hablar con un adulto de confianza si algo incomoda o preocupa. - Comentar algunos ejemplos de riesgo:

	○ Mostrar partes íntimas en fotos o en cámara. ○ Guardarse algo que incomoda y no pedir ayuda. ○ Compartir conversaciones o fotos privadas sin permiso. 3. Trabajo en grupos pequeños (10 minutos) • Formar grupos de 3–4 estudiantes. • Consigna sencilla en la pizarra: “Escriban 3 acciones de autocuidado: ○ 1 para cuidar el cuerpo. ○ 1 para cuidar las partes íntimas del cuerpo. ○ 1 para cuidar su vida privada (redes, fotos, secretos).” • Los grupos anotan sus 3 acciones en una hoja o en el cuaderno. 4. Puesta en común (5–10 minutos) • Pedir a algunos grupos que compartan una acción de cada tipo. • Ir reforzando ideas clave: derecho a decir que no, importancia de pedir ayuda, respeto por la intimidad propia y ajena.
Cierre / Reflexión	Recordar que si algo les preocupa sobre su cuerpo o intimidad, pueden hablar con adultos de confianza (familia, docentes, equipo de apoyo).

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Mitos sobre sexualidad en la preadolescencia
Objetivo	Cuestionar mitos frecuentes sobre sexualidad que aparecen en su entorno.
Materiales	Tarjetas con mitos (Anexo 19); tabla "mito / realidad";
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–7 minutos)

	• Saludar al curso y recordar normas: respeto, no burlas, confidencialidad básica. • Escribir en la pizarra: “Mitos sobre sexualidad en la preadolescencia”. • Explicar en simple: “Hoy vamos a ver frases que se escuchan sobre sexualidad y vamos a decidir si son mito o realidad. No hablaremos de la vida privada de nadie, solo de ideas generales.” 2. Juego “Mito / Realidad” en el aula (15–20 minutos) 1. Indicar que un lado de la sala será “MITO” y el otro lado “REALIDAD”. 2. Leer una frase en voz alta. 3. Cada estudiante se mueve al lado que crea correcto (mito o realidad). 4. Pedir a 1 o 2 estudiantes que expliquen brevemente por qué se pusieron ahí. 5. Tú aclaras la respuesta correcta con una explicación muy corta. 6. Repetir con 5–6 mitos. 3. Cierre (5 minutos) • Preguntar: “¿Qué les ayuda a saber si una frase puede ser mito?” • Recordar que es importante revisar información con adultos de confianza y fuentes serias, no solo con amistades o redes.
Cierre / Reflexión	Animar a verificar información siempre con fuentes confiables y adultos de confianza, no solo con pares o redes.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Autoestima, identidad y cuerpo

Objetivo	Reflexionar sobre la relación entre imagen corporal, autoestima e identidad.
Materiales	Espejo (opcional); hojas; lápices; lista de cualidades no físicas.
Desarrollo	1. Inicio (5 minutos) • Saludar y recordar normas: respeto, no burlas, confidencialidad. • Escribir en la pizarra: “Autoestima, identidad y cuerpo”. • Explicar: “Hoy vamos a decir cosas positivas de nosotros mismos y de nuestros compañeros, pensando en cómo somos, no solo en cómo nos vemos.” 2. Activación breve (5 minutos) • Preguntar: “¿Qué les hace sentir más orgullosos: algo de su cuerpo o algo que saben hacer / cómo son?” • Escuchar algunas respuestas sin discutir mucho. 3. Tarjeta personal (5 minutos) • Entregar una hoja a cada estudiante. • Indicar: ○ Escribir su nombre grande al centro. ○ Abajo, escribir 1 cosa que les guste de sí mismos que no sea física (ej.: “soy buen amigo/a”, “soy responsable”, “tengo buen humor”). 4. Ronda de mensajes positivos (15-20 minutos) • Explicar: “Vamos a pasar las hojas. Cuando te llegue la hoja de otra persona, escribe una cosa positiva que veas en esa persona. No escribimos nada del cuerpo, solo cómo es, cómo trata a otros, cómo trabaja, etc.” • Reglas: ○ Solo comentarios respetuosos y positivos. ○ Si no conoces mucho a alguien, escribe algo general: “eres respetuoso/a”, “trabajas en silencio”, “siempre saludas”. • Dinámica: ○ Todos dejan su hoja en la mesa.

	○ A la señal, pasan la hoja a la persona de al lado (o de atrás). ○ Tienen 1-2 minutos para escribir algo positivo. ○ Vuelven a pasar la hoja. ○ Repetir varias veces, hasta que cada hoja tenga varios comentarios.
Cierre / Reflexión	“Nuestra autoestima no depende solo del cuerpo. También se construye con cómo somos, cómo tratamos a otros y todo lo bueno que aportamos.”

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Cuidando mis emociones en las relaciones
Objetivo	Reconocer emociones frecuentes en las relaciones y estrategias básicas de regulación.
Materiales	Guía con situaciones emocionales; listado de estrategias de regulación (respirar, hablar, tomar distancia).
Desarrollo	1. Inicio (5 minutos) • Saludar, recordar normas: respeto, no burlas, confidencialidad. • Escribir en la pizarra: “Cuidando mis emociones en las relaciones”. • Explicar: “Hoy vamos a hablar de emociones que aparecen con amigos, familia o en redes, y qué podemos hacer para cuidarnos cuando se ponen muy fuertes.” 2. Emociones que aparecen (10 minutos) • Preguntar al curso: “En sus relaciones (amigos, familia, redes), ¿qué emociones sienten más seguido?” • Anotar en la pizarra las que digan (por ejemplo: alegría, rabia, tristeza, vergüenza, celos, miedo).

- Cerrar esta parte diciendo:
“Todas las emociones son normales. Lo importante es cómo las manejamos.”

3. “Situación – Emoción – Estrategia” (20 minutos)

1. Trabajo en parejas (10–12 min)
 - Pedir que se junten en parejas.
 - Escribir 3 situaciones generales en la pizarra, por ejemplo:
 - “Un amigo te deja fuera de un plan o grupo.”
 - “Un familiar te habla con cariño y te escucha.”
 - “Alguien se burla de ti en redes o en el curso.”
 - Consigna para las parejas (la escribes también en la pizarra):
 - Elijan una de las situaciones.
 - Respondan juntos:
 - “¿Qué emoción sentiría yo?”
 - “¿Qué podría hacer para cuidarme en ese momento?”
 - Si quieres, sugiere 3 estrategias simples, para que elijan una:
 - Respirar profundo y esperar un poco antes de responder.
 - Hablar con alguien de confianza (amigo/a, adulto).
 - Tomar distancia un rato (no responder de inmediato, cambiar de lugar, salir a caminar un poco).

Cada pareja escribe en el cuaderno algo así:

“Situación:

Emoción:

Estrategia: ”

4. Puesta en común breve (8–10 min)

- Pedir a 2–3 parejas que compartan (solo si quieren) su situación, emoción y estrategia.
- Reforzar las estrategias que ayuden a no empeorar el conflicto (no insultar, no responder impulsivamente, pedir ayuda).

5. Cierre (5 minutos)

- Pedir que cada estudiante, de forma individual, escriba una frase en su cuaderno:
“Cuando sienta (emociones fuerte que elijan), voy a intentar:

	(estrategia elegida)." Ejemplo: "Cuando sienta mucha rabia, voy a intentar respirar y hablar después."
Cierre / Reflexión	Recordar que, si las emociones se sienten abrumadoras o permanentes, es importante pedir apoyo profesional a través de la escuela.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Cierre TEM 1: balance de aprendizajes
Objetivo	Sintetizar aprendizajes del año y proyectar desafíos para 8º básico.
Materiales	Papelógrafo; tarjetas o post-it; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué sesiones recuerdan más y por qué?" - Anotar títulos o temas mencionados. 3. Lluvia de ideas de aprendizajes (10 minutos) - Pedir que en tarjetas escriban un aprendizaje importante del año. - Pegar las tarjetas en un papelógrafo. 4. Organización de aprendizajes (15 minutos) - Leer algunas tarjetas y agruparlas por temas (relaciones, sexualidad, autocuidado, redes de apoyo). 5. Proyección (10 minutos) - Preguntar qué temas creen que serán importantes para 8º básico. - Anotar 2--3 sugerencias.
Cierre / Reflexión	Opcionalmente, cada estudiante puede escribir una carta breve a su "yo del futuro" con un consejo de autocuidado que le gustaría recordar.

TEM 2

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Recordando sexualidad integral
Objetivo	Revisar y profundizar lo trabajado en TEM 1 sobre sexualidad integral, conectándolo con nuevas experiencias de 8° básico.
Materiales	En pizarra dibujar los cuatro cuadrantes (corporal, afectiva, relacional, valórica); plumones; post-it.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué recuerdan de las sesiones del año pasado sobre sexualidad integral?". - Anotar palabras clave en la pizarra (cuerpo, emociones, relaciones, valores, proyecto de vida, etc.). 3. Repaso de dimensiones (10 minutos) - Mostrar en la pizarra los cuatro cuadrantes. - Pedir que, en plenaria, ubiquen algunas de las palabras recordadas en cada dimensión. 4. Trabajo en grupos (15 minutos)

	- Formar grupos y pedirles que conversen sobre los desafíos que sienten en 8° (por ejemplo, nuevas amistades, redes sociales, cambios corporales más evidentes). - Cada grupo debe presentar 1 ejemplo para las dimensiones correspondientes y agrega una palabra que describa cómo se sienten frente a cada una. 5. Puesta en común (10 minutos) - Cada grupo comparte y escribe en la pizarra lo que conversaron. - El docente refuerza la idea de que las dimensiones se entrelazan y que todas requieren cuidado.
Cierre / Reflexión	Reflexión breve sobre qué dimensión sienten que necesitan trabajar más este año (corporal, afectiva, relacional o valórica) sin entrar en detalles íntimos.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Relaciones en redes sociales
Objetivo	Analizar cómo se construyen relaciones en redes sociales y qué riesgos y oportunidades implican.
Materiales	Tarjetas con ejemplos de interacciones online (Anexo 22); matriz pizarra (oportunidad / riesgo / zona gris); plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿En qué redes participan más y con quiénes se relacionan ahí?". - Anotar algunas redes y tipos de relaciones (amigos, familiares, desconocidos, comunidades). 3. Presentación de la matriz (5 minutos) - Dibujar una matriz con tres columnas: Oportunidades / Zona gris / Riesgos. - Dar ejemplos breves en cada categoría.

	4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Entregar a cada grupo tarjetas con distintas situaciones online (por ejemplo, seguir cuentas educativas, recibir mensajes de desconocidos, compartir fotos de terceros). - Cada grupo clasifica las situaciones en la matriz y justifica sus decisiones. 5. Puesta en común (10 minutos) - Invitar a cada grupo a compartir una situación de cada columna. - Ajustar criterios si es necesario, subrayando el autocuidado.
Cierre / Reflexión	Proponer que revisen sus propias configuraciones de privacidad en redes junto a un adulto de confianza.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Consentimiento y presión de pares
Objetivo	Reconocer situaciones donde la presión de pares afecta el consentimiento y practicar formas de decir no.
Materiales	Video ¿Hasta dónde llegarías por un reto viral? ;
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 min) • Saludar, recordar normas de respeto y confidencialidad. • Escribir el título en la pizarra y leer el objetivo. • Explicar brevemente qué trabajarán: retos virales, presión de grupo y consentimiento. 2. Activación y video (10 min) • Preguntar: “¿Qué es para ustedes presión de pares? ¿Han visto ejemplos?” (sin detalles personales). • Anotar 2–3 ideas en la pizarra. • Ver el video. 3. Comentario guiado (10 min) • Preguntar: “¿En qué momentos del video se nota la presión?”, “¿Qué podría pasar si alguien acepta solo por presión?”. • Destacar: el consentimiento no es válido si hay miedo o presión, y se puede cambiar de opinión. 4. Trabajo en parejas (10 min)

	• Escribir en la pizarra 2–3 situaciones generales (reto peligroso, pedir foto que incomoda, broma pesada). • Cada pareja elige una situación y escribe 2 frases para decir no o poner límites. • Compartir algunas frases y anotarlas en la pizarra.
Cierre / Reflexión	Recordar que siempre pueden acudir a adultos de confianza si sienten que la presión es difícil de manejar solos.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Situaciones de riesgo: ¿qué haría yo?
Objetivo	Identificar situaciones de riesgo cercanas y explorar alternativas de respuesta protectora.
Materiales	Noticias (Anexo 22), pizarra, plumón
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 min) • Saludar, recordar normas de respeto y confidencialidad. • Escribir el título y leer el objetivo en voz alta. • Explicar: “Hoy veremos ejemplos de situaciones de riesgo y pensaremos qué podríamos hacer para cuidarnos.” 2. Activación (5–7 min) • Preguntar: “¿Qué entienden por situación de riesgo? ¿Pueden dar ejemplos generales?” • Anotar 3–4 ejemplos en la pizarra (peleas, retos peligrosos, cosas raras en redes, consumo, etc.). • Cerrar con una frase: “Es riesgo cuando algo puede hacer daño a tu cuerpo, tus emociones o tu intimidad.” 3. Casos tipo noticia y conversación (20 min) • Contar 2–3 casos breves (como noticias) relacionados con: ○ Mensajes o fotos en redes. ○ Burlas o violencia en grupo. ○ Presión para consumir o hacer retos. • Por cada caso, preguntar al curso:

	○ “¿Qué está pasando?” ○ “¿Qué riesgos hay?” ○ “Si fueras la persona involucrada, ¿qué podrías hacer para cuidarte?” ○ “Si fueras amigo/a, ¿cómo podrías ayudar sin ponerte en peligro?” • Anotar 1-2 opciones de respuesta protectora por caso en la pizarra.
Cierre / Reflexión	A partir de lo anotado, construir con el curso 2-3 pasos generales, por ejemplo: • Alejarme o no participar. • Buscar apoyo en alguien de confianza. • Avisar a un adulto si la situación es grave.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Circuito de decisiones en el patio
Objetivo	Identificar conductas de riesgo cotidianas y elegir alternativas de cuidado, a través de un juego de movimiento.
Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 min) • Saludar, recordar normas de respeto y seguridad física. • Escribir el título en la pizarra: “Circuito de decisiones: riesgo o cuidado”. • Explicar: “Hoy haremos un circuito para pensar decisiones que podemos tomar en la vida diaria y si nos ponen en riesgo o nos cuidan.” 2. Preparación del circuito (5-7 min) • En el patio o sala amplia, marcar 4 estaciones (pueden ser conos, sillas, hojas pegadas).

	• En cada estación, pegar un cartel con un tema general, sin detalles: ○ Redes y celular. ○ Amistades y grupos. ○ Salidas y ocio. ○ Cuerpo y autocuidado. 3. Juego en estaciones (20 min) • Dividir al curso en 4 grupos (uno por estación). • En cada estación, el grupo tiene 4–5 minutos para: ○ Pensar 1 conducta de riesgo relacionada con ese tema (ej.: en redes, amistad, salidas, cuerpo). ○ Pensar 1 conducta de cuidado que podría reemplazarla. ○ Escribirlas en una hoja grande o mentalmente, según lo que prefieras. • A la señal, los grupos rotan de estación hasta pasar por las 4. • Así las conductas de riesgo y cuidado van saliendo desde ellos. 4. Puesta en común (5–8 min) • De vuelta en la sala, en la pizarra dibujar dos columnas: “Conductas de riesgo” / “Conductas de cuidado”. • Por estación, pedir que compartan 1 riesgo y 1 cuidado que inventaron. • Ir anotando todo en las dos columnas, sin entrar en detalles personales.
Cierre / Reflexión	Recordar que, ante una conducta de riesgo que los preocupa, pueden hablar con adultos de confianza.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Línea del “¿siempre, a veces o nunca?”
Objetivo	Cuestionar frases frecuentes sobre sexualidad, diferenciando entre ideas rígidas y realidades diversas, en una dinámica corporal y dialogada.

Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 min) • Saludar, recordar normas de respeto y confidencialidad. • Título en pizarra: “Lo que se dice de la sexualidad”. • Explicar: “Hoy veremos frases que se dicen sobre sexualidad y veremos si son siempre ciertas, a veces, o nunca.” 2. Activación (5-7 min) • Preguntar: “¿Qué cosas han escuchado sobre la sexualidad de adolescentes?” • Aclarar: “Trabajaremos con ideas generales, no historias personales.” 3. Juego “Siempre / A veces / Nunca” (20 min) • Marcar en la sala tres zonas: SIEMPRE – A VECES – NUNCA. • Ir planteando frases para que ellos completen pero siempre oral, por ejemplo: ○ “Todos tienen que iniciar vida sexual a cierta edad para no quedar atrás.” ○ “Hablar de sexualidad con adultos de confianza es algo malo.” ○ “El cuerpo de todas las personas cambia igual en la pubertad.” ○ “Si alguien te quiere, tiene que respetar tus límites.” • En cada frase, el grupo se mueve a la zona que crea (siempre / a veces / nunca). • Pedir a 1-2 personas que expliquen por qué se ubicaron ahí. • Corregir con información breve y clara. 4. Síntesis (5-8 min) • En la pizarra, anotar 3 frases: “Lo que se dice” y su aclaración al lado: “Lo que es más real”.
Cierre / Reflexión	Recordar que pueden preguntar a adultos de confianza y que no todo lo que se escucha entre pares o redes es cierto.

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
----------	--------------------------------------

Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	“Carrera de acuerdos” (juego colaborativo en patio)
Objetivo	Reflexionar de forma lúdica sobre decisiones que aumentan o disminuyen los riesgos en tres ámbitos: cuerpo, relaciones y uso de redes..
Materiales	Espacio en patio o gimnasio, cinta o conos, pizarra / cartulina, plumón.
Desarrollo	Inicio y encuadre (5 min) - Título en pizarra: “Carrera de acuerdos: cómo nos cuidamos”. - Explicar: “Vamos a hacer un juego en equipos para pensar qué cosas aumentan el riesgo y qué cosas ayudan a cuidarnos en el cuerpo, en las relaciones y en redes.” Organización del juego (5–7 min) - En el patio, marcar tres líneas de llegada o tres carteles: “CUIDA el cuerpo” “CUIDA las relaciones” “CUIDA en redes” - Formar equipos de 4–6 estudiantes. Dinámica “carrera de acuerdos” (20 min) - Cada equipo se coloca en una línea de partida. - Ir diciendo en voz alta situaciones generales (inventadas en el momento o anotadas antes), por ejemplo: “Reírse de alguien cuando se equivoca en público.” “Pedir ayuda si un chat se pone violento o incómodo.” “Quedarse hasta muy tarde en el celular antes de una prueba importante.” “Respetar cuando alguien dice que no quiere una foto.”

	○ “Compartir foto o comentario humillante de otra persona.” • Por cada situación, cada equipo debe: ○ Conversar rápido (20–30 segundos) si esa conducta aumenta el riesgo o ayuda a cuidar. ○ Enviar a una persona a correr hasta la línea que corresponde y tocar el cartel correcto. • Si la conducta aumenta el riesgo, pueden quedarse en la línea de partida y solo decir en voz alta: “Eso aumenta el riesgo en...” (cuerpo, relaciones o redes). • Ir reforzando y corrigiendo con una frase breve. 4. Cierre en círculo (5–8 min) • De vuelta en la sala o sentados en círculo en el patio, preguntar: ○ “¿En qué tipo de conductas vimos más riesgos?” ○ “¿Cuál de las conductas de cuidado les parece más difícil de mantener?” • En la pizarra, anotar 3 acuerdos generales tipo: ○ “No compartir cosas íntimas de otros.” ○ “Pedir ayuda cuando algo en redes incomoda.” ○ “Respetar cuando alguien dice que no.”
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar con adultos de confianza si sienten dudas sobre decisiones afectivas o sexuales que los preocupan.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Riesgos en conductas online
Objetivo	Analizar riesgos específicos de conductas online (exposición de intimidad, grooming, ciberacoso).
Materiales	Pizarra y plumones. Tarjeta de situaciones (Anexo 23)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta.

	2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué riesgos conocen relacionados con internet y redes?" - Anotar ejemplos (ciberacoso, suplantación, difusión de fotos, etc.). 3. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Cada grupo recibe una situación y responde: ¿qué riesgos hay?, ¿qué señales de alerta había?, ¿qué medidas de protección podrían tomar?. 4. Puesta en común (10 minutos) - Compartir medidas de protección y elaborar una lista consensuada.
Cierre / Reflexión	Recordar que existen protocolos escolares y externos para abordar casos de ciberacoso o difusión de contenido íntimo.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Autocuidado digital y afectivo
Objetivo	Definir normas de autocuidado digital que protejan su bienestar afectivo y social.
Materiales	Pizarra, plumones, papelógrafo u hoja grande (opcional).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-7 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. • Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo. 2. Activación (8-10 minutos) • Preguntar: "¿Qué cosas en redes les hacen sentir bien?" y luego "¿Qué cosas les dejan mal?". • Anotar ejemplos en la pizarra (por ejemplo: apoyo, risas compartidas, pero también comparaciones, insultos, presión). 3. Autocuidado digital (5 minutos) • Explicar en forma breve: "Autocuidado digital es cuidar cómo usamos redes para

	proteger nuestro ánimo, nuestras relaciones y nuestra intimidad.” 4. Trabajo en grupos (15–20 minutos) • Formar grupos pequeños. • Indicar que cada grupo acuerde: ○ 3 normas de autocuidado personal en redes (por ejemplo, tiempos de uso, tipo de contenido que se comparte, a quién se acepta). ○ 3 normas de autocuidado para el curso (por ejemplo, no compartir fotos sin permiso, no burlarse en chats, avisar si algo incomoda). • Pedir que anoten sus normas en una hoja. 5. Puesta en común y acuerdos (10 minutos) • Pedir que los grupos compartan sus propuestas. • Anotar en la pizarra las normas que se repiten o que el curso considere más importantes.
Cierre / Reflexión	Invitar a revisar periódicamente sus prácticas digitales y ajustar normas si es necesario.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Relaciones sanas vs dañinas (profundización)
Objetivo	Reconocer señales de alerta en amistades y primeras relaciones de pareja.
Materiales	Tabla comparativa; casos breves; marcadores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–7 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. • Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo. 2. Activación (8–10 minutos) • Preguntar: “¿Qué cosas hacen que una relación (amistad o pololeo) se sienta sana?”. • Anotar ideas en una columna: respeto, confianza, apoyo, poder decir que no, etc.

	• Preguntar: “¿Qué cosas hacen que una relación se sienta dañina?”. • Anotar en otra columna: insultos, control, celos excesivos, burlas, miedo, etc. 3. Juego de “semáforo de conductas” (15–18 minutos) • Marcar tres zonas en la sala: Sana (verde), Duda (amarillo), Dañina (rojo). • Leer conductas breves que pueden aparecer en amistades o relaciones amorosas, por ejemplo: ○ “Respeta cuando alguien dice que no quiere una foto o una salida.” ○ “Revisa el celular de la otra persona sin permiso.” ○ “Escucha cuando el otro está mal y no se burla.” ○ “Dice: ‘si no me das tu clave, es porque escondes algo’.” ○ “Se alegra de que tengas otros amigos.” ○ “Se enoja si no contestas de inmediato y te amenaza con terminar.” • Después de cada conducta, pedir que cada persona se ubique en la zona que considere. • Solicitar algunos argumentos breves y ajustar cuando sea necesario. 4. Síntesis (5–8 minutos) • En la pizarra, escribir “Señales de relación sana” y “Señales de relación dañina”. • Pedir que se nombren 3 de cada tipo y anotarlas.
Cierre / Reflexión	Reforzar que ninguna forma de violencia es aceptable y que pueden buscar apoyo si se sienten incómodos en una relación.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Ocio, exploración y rutinas de autocuidado
Objetivo	Analizar noticias sobre uso de pantallas, consumo de sustancias y situaciones de riesgo en salidas, para reflexionar sobre decisiones

	de autocuidado y la importancia de preguntar e informarse antes de arriesgarse.
Materiales	Tres noticias impresas o resumidas (Anexo 34): – Uso excesivo de pantallas y salud mental adolescente. – Consumo de alcohol/nicotina y experimentación en menores de 15 años. – Fiestas y eventos donde adolescentes quedan expuestos a delitos, violencia y riesgos al estar en lugares o con personas que no conocen bien. Papel y lápiz para cada grupo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) Se saluda al curso, se recuerdan normas de respeto y confidencialidad y se explica que trabajarán con tres tipos de noticias: pantallas, alcohol/sustancias en fiestas y riesgos de salir a lugares o con personas que no conocen mucho. Se escribe el título y se lee el objetivo, enfatizando que el foco es pensar decisiones de autocuidado, no generar miedo, y que siempre existe la opción de preguntar e informarse antes de exponerse. 2. Trabajo en grupos base con una noticia (15 minutos) Se forman tres grupos base: – Grupo A: Pantallas y videojuegos (noticias sobre uso excesivo y efectos en salud mental y vida cotidiana). – Grupo B: Alcohol y sustancias en fiestas (noticias sobre consumo en celebraciones, riesgos de violencia, abuso, problemas de salud). – Grupo C: Fiestas y salidas de riesgo (noticias sobre fiestas intercolegiales, eventos masivos, violencia, abusos, delitos en contextos donde hay personas y lugares poco conocidos) Cada grupo lee su noticia resumida y conversa respondiendo dos preguntas: 1. ¿Cuál es el principal riesgo que muestra esta noticia? (sean claros: exceso de pantallas, comenzar a beber en fiestas, ir a eventos o casas donde no hay adultos de confianza, estar con personas que no conocen bien, etc.). 2. ¿Qué decisiones de autocuidado podrían tomar adolescentes como ustedes frente a ese riesgo? (límites de tiempo, ir acompañado de personas de confianza, conocer el lugar, avisar a alguien, decir que no, pedir ayuda, preguntar y buscar información antes de probar algo nuevo).

	Luego, cada grupo crea una tercera pregunta para otros compañeros, que invite a pensar (no sí/no), por ejemplo: – “¿Cómo se dan cuenta de que una fiesta dejó de ser segura?” – “¿Qué les ayuda a parar cuando sienten que ya es demasiado tiempo de pantalla?” – “¿Qué necesitarían de los adultos para sentirse más acompañados en estos temas?”. 3. Mezcla de grupos y explicación cruzada (20 minutos) Se reorganiza el curso formando nuevos grupos mixtos (en cada uno, al menos una persona de A, una de B y una de C). En estos nuevos grupos: – Cada representante explica su noticia con sus propias palabras: qué pasó, qué riesgo se ve, qué decisiones de autocuidado pensó su grupo. – Después de cada explicación, el grupo responde a la pregunta creada por ese equipo base, conversando brevemente sobre su experiencia y opinión.
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar con la familia sobre acuerdos para salidas y actividades recreativas.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Roles de género y expectativas sociales
Objetivo	Reflexionar sobre cómo los roles de género influyen en las expectativas sobre sexualidad y relaciones.
Materiales	Video: Opciones en inglés: Opciones en español:
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-7 minutos) • Saludar, recordar normas. • Escribir el título en la pizarra y leer el objetivo. 2. Activación (8-10 minutos) • Preguntar: “¿Qué cosas se espera que hagan más los hombres? ¿Y las mujeres?”.

	• Anotar en la pizarra frases típicas que aparezcan (por ejemplo, “los hombres no lloran”, “las mujeres deben ser siempre comprensivas”, etc.). 3. Explicación breve de roles de género (5–7 minutos) • Explicar que un rol de género es lo que la sociedad espera que hagan o sean hombres y mujeres, y que muchas de esas expectativas pueden ser injustas o limitar a las personas. 4. Trabajo en grupos: “Frase vieja, frase nueva” (15–20 minutos) • Formar grupos pequeños. • Indicar que cada grupo elija 2–3 frases de las anotadas en la pizarra. • Pedir que respondan: ○ “¿Qué mensaje transmite esta frase?” ○ “¿A quién puede presionar o hacer daño (en la escuela, en la familia, en relaciones amorosas)?” ○ “¿Cómo se podría decir de forma más justa y respetuosa?” • Los grupos reescriben las frases en una hoja, en versión “nueva” (por ejemplo, “todas las personas pueden expresar sus emociones”, “en una relación nadie está obligado a hacer algo por su género”). 5. Puesta en común y síntesis (10 minutos) • Pedir que algunos grupos compartan una frase antigua y su versión nueva.
Cierre / Reflexión	Invitar a observar en medios y entorno cómo se representan hombres y mujeres y comentarlo en futuras sesiones.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Emociones intensas y manejo del conflicto

Objetivo	Identificar emociones intensas ligadas a relaciones y practicar formas de manejo respetuoso del conflicto.
Materiales	Guía con escenarios de conflicto; listado de técnicas de regulación y resolución.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué emociones suelen aparecer en los conflictos con amigos o familia?" - Anotar algunas. 3. Presentación de técnicas (10 minutos) - Explicar técnicas de regulación y resolución (respirar, escuchar, usar mensajes en primera persona, pedir tiempo). 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Analizar escenarios y decidir qué técnicas aplicarían. 5. Role-play (10 minutos) - Representar algunas escenas usando las técnicas. 6. Síntesis (5 minutos) - Pedir que anoten una técnica que quieran practicar en la próxima semana.
Cierre / Reflexión	Recordar que en casos de violencia es necesario pedir apoyo adulto y no manejarlo solo entre pares.
Cierre / Reflexión	Diálogo breve sobre qué harían ellos si vieran a alguien llorando porque perdió algo y compromiso de avisar a una guía o invitar a jugar.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Redes de apoyo y pedir ayuda
Objetivo	Reconocer redes de apoyo y planificar cómo pedir ayuda ante situaciones de riesgo.
Materiales	Plantilla de mapa de redes; información de contactos de apoyo (familia, escuela, servicios).

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué les facilita o dificulta pedir ayuda?" - Anotar algunas respuestas. 3. Revisión de mapa de redes (10 minutos) - Completar o actualizar mapa de redes elaborado previamente. 4. Trabajo individual (15--20 minutos) - Escribir un plan simple de a quién acudirían en distintas situaciones. 5. Puesta en común opcional (10 minutos) - Compartir de manera general sin dar detalles personales. 6. Síntesis (5 minutos) - Recaltar que nadie tiene que enfrentar solo situaciones de riesgo.
Cierre / Reflexión	Recordar canales formales de la escuela y servicios externos disponibles.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Cierre TEM 2: aprendizajes y desafíos para media
Objetivo	Sintetizar aprendizajes y preparar el paso a primero medio.
Materiales	Papelógrafo; tarjetas; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué temas de este año les parecen más importantes para su vida?" - Anotar algunos. 3. Lluvia de ideas de aprendizajes (10 minutos) - Escribir en tarjetas un aprendizaje clave por estudiante.

	4. Organización (15 minutos) - Pegar tarjetas y agruparlas por tema. 5. Proyección (10 minutos) - Preguntar qué temas les gustaría profundizar en primero medio. 6. Cierre (5 minutos) - Agradecer la participación y recordar que pueden seguir conversando con adultos de confianza.
Cierre / Reflexión	Opcional: cada estudiante escribe un mensaje para sí mismo sobre autocuidado y decisiones responsables para leerlo el próximo año.

TEM 3

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre — Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Lo que sabemos y lo que creemos
Objetivo	Obtener información y orientación respecto a interrogantes sobre afectividad y sexualidad, activando conocimientos previos y detectando mitos.
Materiales	Data, internet, caja para colocar las preguntas, hojas.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y presentar el propósito del TEM 3. - Recordar normas de respeto, confidencialidad y participación.

	2. Activación (10 minutos) - Se invita a los y las estudiantes a formar un círculo y conversar acerca de la unidad que trabajarán. - El o la guía invita a que en forma anónima formulen y escriban una pregunta que quieran resolver sobre afectividad y sexualidad. 3. Caja de preguntas (10 minutos) - Las preguntas se depositan en la caja. El o la guía las lee y agrupa por temas. - Se rescatan las más representativas para abordarlas durante el resto de las sesiones. 4. Presentación del programa (10 minutos) - El o la guía presenta los temas que se abordarán durante el año, conectando con las preguntas recibidas. 5. Síntesis (5 minutos) - Subrayar que muchas creencias pueden ser mitos y que se trabajará desde el pensamiento crítico.
Cierre / Reflexión	Invitar a reflexionar: ¿qué espero aprender este año sobre afectividad y sexualidad? Introducir la idea de que muchas creencias pueden ser mitos.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre — Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Decisiones y Consecuencias
Objetivo	Promover el análisis de temáticas y situaciones relacionadas con los vínculos afectivos, el respeto y el autocuidado.
Materiales	Casos impresos o escritos en la pizarra, hojas de reflexión.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Presentación de casos (10 minutos)

	- El o la guía explica que se expondrán casos sobre los cuales deberán reflexionar en grupo mediante preguntas orientadoras. Caso 1: Una persona revisa el celular de su pareja sin permiso. Caso 2: Un/a joven es sorprendido/a revisando contenido para adultos en internet. Caso 3: Un/a estudiante se siente presionado/a iniciar una relación que no desea. Caso 4: Alguien comparte información íntima de otra persona sin su consentimiento. 3. Discusión grupal (15-20 minutos) - Preguntas orientadoras: ¿Qué opinan de cada caso considerando el valor del respeto? Si fueran el papá o la mamá de los protagonistas, ¿qué harían? ¿Qué valores están en juego? ¿Qué riesgos emocionales, físicos o sociales hay? 4. Puesta en común (10 minutos) - Un o una representante de cada grupo comenta las reflexiones.
Cierre / Reflexión	Cerrar resaltando la importancia del respeto en nuestras relaciones vinculares y el autocuidado como responsabilidad personal.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Vínculos Saludables
Objetivo	Distinguir características de los vínculos saludables versus las relaciones dañinas.
Materiales	Video: ¿Qué es una relación tóxica? Hoja block, revistas, diarios, pegamento.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Activación (10 minutos)

	- El o la guía conversa con el grupo sobre qué significa que una relación sea sana o dañina. - A partir de lo conversado se escriben dos columnas en la pizarra: Relación Sana / Relación Dañina. 3. Construcción colectiva (15 minutos) - Observación de video. - Los y las estudiantes aportan características para completar las columnas a partir de lo que observan en el video: Confianza / control – Comunicación / manipulación – Respeto / violencia – Libertad / dependencia. 4. Collage (15 minutos) - En grupos crean un collage con revistas y diarios que ilustre el tema trabajado. 5. Presentación (5 minutos) - Cada grupo presenta brevemente su collage.
Cierre / Reflexión	Reflexión grupal: ¿Cómo se construye una relación sana? ¿Qué rol tengo yo en eso?

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Los Estereotipos
Objetivo	Reconocer relaciones entre estereotipos asociados a los roles de género y los principios de equidad y respeto hacia todas las personas.
Materiales	Papel Kraft o cartulina, plumones, post-it.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de participación. 2. Definición de estereotipos (10 minutos)

	- Se les pide a los y las estudiantes que definan la palabra 'estereotipo' y lleguen a una definición común, la cual se anota en el pizarrón. - El o la guía lee frases con ejemplos de estereotipos de género y pregunta qué piensan al respecto. 3. Silueta humana (20 minutos) - Se divide el curso en grupos de cuatro. Cada grupo dibuja el contorno de una silueta humana en papel Kraft. - Cada grupo recibe la indicación de escribir dentro de la silueta todo lo que caracteriza a 'Hombre' o 'Mujer', destacando características físicas, psicológicas y sociales. 4. Reflexión conceptual (10 minutos) - El o la guía distingue los conceptos: Sexo (características biológicas) y Género (construcción cultural). - Preguntas orientadoras: ¿Los roles asignados son propios de cada sexo? ¿Cómo pueden afectarnos los estereotipos? ¿Se pueden modificar? 5. Post-it de cierre (5 minutos) - Cada estudiante anota en un post-it lo que se lleva de la clase.
Cierre / Reflexión	Cada estudiante anota en un post-it lo que se lleva de la clase y lo pega en el pizarrón. Invitar a practicar en la vida cotidiana los planteamientos destacados.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre — Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	“¿De quién es esto?” – Estereotipos, equidad y convivencia
Objetivo	Reconocer los principios de equidad de género y respeto hacia los demás, comprendiendo cómo se construyen los roles de género desde la infancia.
Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos)

- Saludar y recordar normas de respeto.
- Explicar: “Hoy se trabajará cómo se construyen las ideas de ‘cosas de hombres’ y ‘cosas de mujeres’, y cómo eso afecta la forma en que se relacionan en el curso.”

2. Activación breve (5–7 minutos)

- Preguntar:
 - “¿Qué cosas suelen decirse como ‘de hombres’ o ‘de mujeres’?”
- Anotar en la pizarra (ej: colores, deportes, formas de comportarse, emociones).
- No corregir aún.

3. Actividad central “¿De quién es esto?” (20 minutos)

Dinámica participativa:

- Explicar:
 - Se dirán distintas actividades o situaciones.
 - El curso debe responder rápidamente:
 - “Solo hombres”
 - “Solo mujeres”
 - “Todos por igual”
- Ejemplos:
 - Cuidar niños
 - Jugar fútbol
 - Mostrar emociones
 - Liderar un grupo
 - Cocinar
 - Ser celoso/a en una relación
 - Usar redes sociales
 - Defender a un amigo
- Después de cada una:
 - Preguntar: “¿Por qué?”
 - Generar discusión breve si hay desacuerdo.

	• Luego, hacer el giro clave: ○ “¿Esto es realmente así o lo aprendimos?” • Concluir en la pizarra: ○ “Los roles de género se aprenden” ○ “No son naturales ni obligatorios” 4. Reflexión sobre relaciones entre pares (8–10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Cómo afectan estos estereotipos en el curso?” (burlas, presión, expectativas, comentarios, etc.) • Luego: ○ “¿Qué problemas generan en las relaciones?” • Guiar hacia ideas como: ○ Limitan cómo pueden expresarse ○ Generan conflictos o discriminación ○
Cierre / Reflexión	Reflexionar sobre el tema de estereotipos para tomar conciencia de cómo influyen en nuestras relaciones y decisiones.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre — Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Comunicación asertiva y convivencia: “Decirlo bien”
Objetivo	Desarrollar habilidades de comunicación asertiva para mejorar la convivencia entre pares, expresando opiniones y molestias de forma respetuosa.
Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto.

- Explicar:
“Este espacio no es para juzgar, sino para pensar cómo nos comunicamos y cómo podemos mejorar la convivencia.”
- Escribir en la pizarra:
“No se trata de quién lo hace mal, sino de cómo lo hacemos mejor.”

2. Activación reflexiva (10 minutos)

- Preguntar al curso:
 - “¿Qué cosas suelen generar conflictos o incomodidades en el curso?”
- Anotar (burlas, tono, comentarios, ignorar, peleas, etc.).
- Luego hacer la pregunta clave:
 - “Sin decir nombres, ¿en qué creen que como curso se están equivocando al comunicarse?”
- Dar espacio a respuestas reales (pueden aparecer cosas como: hablar mal, no escuchar, burlarse, reaccionar impulsivamente).
- Validar sin juzgar:
“Es normal equivocarse, lo importante es poder darse cuenta.”

3. Toma de conciencia personal (10 minutos)

- Pedir que piensen en silencio:
 - “Una situación reciente donde no me comuniqué bien (respondí mal, ignoré, fui agresivo/a o no dije lo que sentía).”
- Luego preguntar en voz alta (sin obligar a contar detalles):
 - “¿Qué pasó en esa situación?”
 - “¿Qué se podría haber dicho de otra forma?”
- Anotar en la pizarra dos columnas:
 - “Cómo lo digo normalmente”
 - “Cómo se podría decir mejor”

4. Actividad central “Reparar la forma de hablar” (15 minutos)

- Tomar ejemplos reales del curso (sin nombres) o frases típicas:
 - “Eres pesado/a”
 - “Siempre haces lo mismo”
 - “Me da lo mismo”
 - “Cállate”
- Pedir al curso que transforme esas frases en versiones más respetuosas.
- Guiar hacia estructura simple:
 - Qué me pasa + qué necesito

Ejemplo:

- “Eres pesado” →
“Me molesta cuando haces eso, prefiero que pares”
- Luego hacer la pregunta más profunda:
 - “¿Qué cambia cuando digo esto de forma distinta?”
- Conectar con:
 - Menos conflicto
 - Más respeto
 - Más claridad

5. Compromiso de mejora (5 minutos)

- Preguntar:
 - “Pensando en ustedes mismos, ¿qué les gustaría mejorar en su forma de comunicarse?”
- Luego:
 - “¿Qué van a intentar hacer distinto desde hoy?”
- Anotar 2-3 compromisos generales del curso:
 - Pensar antes de hablar
 - No responder con agresión
 - Decir lo que molesta sin atacar

Cierre / Reflexión	Invitar a identificar en su vida cotidiana qué roles de género están presentes y cómo podrían cuestionarlos de manera respetuosa.
--------------------	---

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre — Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	“Lo que normalizamos” – Observando nuestras conductas
Objetivo	Reconocer conductas y patrones cotidianos que afectan el bienestar personal y la convivencia, promoviendo una mirada crítica y la mejora de las relaciones entre pares.
Materiales	Tarjetas con oraciones (Anexo 24) , hojas, lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto y confidencialidad. • Explicar: “Hoy no se va a juzgar a nadie. La idea es observar conductas que se ven en el día a día y pensar si realmente ayudan o perjudican la convivencia.” • Escribir en la pizarra: “Lo que se repite no siempre está bien.” 2. Actividad central (30 minutos) “Observadores del curso”

- Explicar la dinámica:
 - Se presentarán conductas cotidianas que suelen verse como normales.
 - El curso las analizará como observadores, no como acusaciones.

Plantear situaciones en voz alta (una por una):

- “Interrumpir o hablar encima de otros.”
- “Reírse cuando alguien se equivoca.”
- “Dejar fuera a alguien en trabajos o grupos.”
- “Responder con ironía o sarcasmo.”
- “No decir lo que molesta y después explotar.”
- “Molestar ‘en broma’ aunque el otro no se ría.”
- “Ignorar a alguien cuando hay conflicto.”

Para cada situación, guiar siempre con las mismas preguntas:

1. ¿Por qué esta conducta se vuelve normal?
2. ¿Qué efecto tiene en la persona que la recibe?
3. ¿Qué efecto tiene en el curso como grupo?
4. ¿Qué se podría hacer distinto?

Ir anotando en la pizarra dos columnas:

- Conductas que dañan la convivencia
- Formas de mejorarlas

Ejemplo:

- Burlas → respetar errores
- Interrumpir → escuchar
- Ignorar → conversar

3. Reflexión sobre patrones (5-7 minutos)

- Preguntar:
 - “¿Qué conductas se repiten más en el curso?”
 - “¿Cuáles se han normalizado, pero afectan a otros?”

	• Luego la pregunta clave: ○ “¿Qué pasaría si nadie cambiara estas conductas?” • Y después: ○ “¿Qué cambiaría si algunos empezaran a actuar distinto?” 4. Cierre (5–8 minutos) • Pedir al curso: ○ “Elijan una conducta que creen que deberían mejorar como grupo.” • Escribir 2–3 acuerdos simples en la pizarra, por ejemplo: ○ Escuchar sin interrumpir ○ No burlarse de errores ○ Decir las cosas sin atacar • Cerrar con la idea: “La convivencia no cambia sola, cambia cuando alguien decide actuar distinto.”
Cierre / Reflexión	No se trata de identificar “personas problemáticas”, se trata de reconocer patrones que se repiten y entender que lo normal no siempre es lo correcto

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Decisiones que cuidan
Objetivo	Reconocer aspectos de sus propias conductas que pueden implicar riesgos para sí mismos y para otras personas, favoreciendo la toma de decisiones conscientes y responsables.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas, lápices, (Anexo 25)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación.

	2. Introspección personal (10 minutos) - El o la guía invita a una breve introspección: 'Piensa en una situación en la que sentiste que tomaste una decisión que pudo haber sido riesgosa (para ti o para otros).' Se escribe en forma privada, no se comparte aún. 3. Tarjetas de situaciones reales (15 minutos) - Se presentan tarjetas: 'Enviar una foto personal por redes sociales', 'Consumir alcohol en una fiesta', 'Responder con agresividad en una discusión', 'No pedir ayuda cuando me siento sobrepasado/a', 'Subirme a un auto con alguien que ha tomado alcohol'. - En parejas escogen 2 situaciones y responden: ¿Qué riesgo hay? ¿Para quién? ¿Qué señales de alerta aparecen? ¿Qué decisión consciente podría tomarse? 4. Categorización (10 minutos) - En un papelógrafo ubican las situaciones en: Conductas que cuidan / Conductas de riesgo leve / Conductas de riesgo alto. 5. Reflexión personal (5 minutos) - Retoman la situación inicial y responden: ¿Qué riesgo había? ¿Cómo afectaba a mí o a otros? ¿Qué podría hacer distinto? ¿A quién podría pedir ayuda?
Cierre / Reflexión	Frase de cierre: 'Cuidarme es cuidar a otros.'

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Redes de apoyo en mi entorno
Objetivo	Distinguir personas del entorno cercano a las que se puede recurrir para la búsqueda de apoyo ante situaciones riesgosas.
Materiales	Hojas en blanco o cuaderno, lápices de colores.

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Actividad de respiración consciente acompañada de música suave para generar un espacio de calma.
	2. Reflexión individual (10 minutos) - Consigna: 'Piensa en una situación difícil o de riesgo que podría ocurrirte en el colegio, familia, amigos o internet. Pregúntate: ¿a quién acudirías en ese momento?'
	3. Mapa de redes (15 minutos) - Cada estudiante dibuja un mapa o círculos concéntricos usando colores para diferenciar niveles de confianza: Centro: 'Yo' — Alrededor: personas de confianza (familia, docentes, amigos, adultos significativos, redes). - Pueden agregar palabras clave: 'escucha', 'aconseja', 'actúa'.
	4. Conversación en grupos (10 minutos) - En pequeños grupos responden: ¿Qué características tienen las personas en las que confiamos? ¿Por qué algunas son más fáciles de buscar? ¿Qué pasa si no encontramos a alguien cercano?
Cierre / Reflexión	Frase de cierre individual: 'Hoy aprendí que puedo pedir ayuda a...'

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre — Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Es tiempo de cuidarse: salud sexual y prevención
Objetivo	Comprender los riesgos de una vida sexual irresponsable y reconocer medidas de prevención de ITS y embarazo no planificado.
Materiales	Sala de computación.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos)

	- El o la guía señala que la manera de vivenciar la sexualidad está influenciada por las creencias, la historia y la cultura, y que hablar de sexualidad en función del cuidado y bienestar es el objetivo de esta sesión. 2. Activación (10 minutos) - El o la guía escribe en la pizarra: ¿Cuáles son los riesgos de iniciar una vida sexual a temprana edad? - En conjunto se anotan situaciones que podrían significar un riesgo, distinguiendo: infecciones de transmisión sexual (ITS) y embarazo no planificado. 3. Investigación en grupos (20 minutos) - Se divide al curso en grupos. Cada uno investiga y luego expone un tema: • Enfermedades de transmisión sexual: sida, sífilis, gonorrea, herpes, hepatitis B, VPH. • Prevención del embarazo no planificado: métodos naturales, médicos, abstinencia. • Glosario de sexualidad, afectividad y género, incluyendo conceptos de diversidad sexual (LGBTI+). 4. Presentación al curso (10 minutos) - Cada grupo expone y transmite diversas formas de establecer relaciones de pareja e intimidad en función de la integridad y el bienestar mutuo. 5. Síntesis (5 minutos) - Enfatizar que frente al riesgo es necesario orientarse hacia la prevención y el fortalecimiento de vínculos afectivos.
Cierre / Reflexión	Invitar a reflexionar: ¿qué decisiones concretas puedo tomar para cuidar mi salud sexual?

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 11
Mes	Septiembre

Actividad	Decálogo del consentimiento
Objetivo	Comprender el consentimiento como base del respeto en la sexualidad y las relaciones afectivas.
Materiales	Papel Kraft, plumones, tarjetas con situaciones. Banderas de color rojo, amarillo y verde.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Activación (10 minutos) - Se conversa: ¿Qué hace que una situación sea segura o insegura en una relación? 3. Clasificación de situaciones (15 minutos) - Se presentan diferentes situaciones cotidianas sobre consentimiento. Los y las estudiantes deben clasificarlas levantando cada uno/a al respectivo color que le pertenece en: Consentimiento claro (Verde)— Consentimiento dudoso (amarillo)— No consentimiento (rojo) 4. Construcción colectiva (15 minutos) A partir de la clasificación, elaboran un 'Decálogo del Consentimiento'. 5. Síntesis (5 minutos) - Revisar el decálogo final y destacar los puntos más importantes.
Cierre / Reflexión	Cerrar la sesión expresando en una palabra lo que aprendieron.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Mapa de vínculos saludables
Objetivo	Identificar características de relaciones afectivas sanas y aplicarlas al contexto de la sexualidad y la afectividad.
Materiales	Hojas de block, lápices de colores, scripto.

Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación.
	2. Activación conceptual (10 minutos) - Conversan sobre qué significa tener vínculos saludables. El o la guía aclara: 'Los vínculos sanos son relaciones interpersonales construidas sobre la libertad, el respeto mutuo y la confianza, que aportan bienestar y crecimiento personal. En estas conexiones puedes mostrarte auténtico, establecer límites sin culpa y resolver conflictos mediante el diálogo.'
	3. Señales de alerta (10 minutos) - Se pregunta a los y las estudiantes cómo identificar señales de alerta en relaciones afectivas y se dan ejemplos.
	4. Mapa mental individual (15 minutos) - Cada estudiante crea un mapa mental de sus vínculos saludables, incluyendo relaciones de amistad, familia y eventual pareja.
	5. Puesta en común (5 minutos) - De forma voluntaria algunos comparten reflexiones.
Cierre / Reflexión	Reflexión final: ¿Qué tipo de vínculo quiero construir en mis relaciones?

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 13
Mes	Octubre

Actividad	Análisis de situaciones reales
Objetivo	Desarrollar pensamiento crítico y toma de decisiones responsables frente a situaciones complejas de la vida afectiva y sexual.
Materiales	Video No confundas amor con abuso . (presión de pareja, compartir imágenes, celos, límites personales).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Presentación de Video (10 minutos) - Se muestra video al curso 3. Análisis grupal (20 minutos) - Se divide curso en grupo. - Cada grupo responde: ¿Qué está ocurriendo? ¿Qué valores están en juego? ¿Qué decisiones respetan la integridad de las personas involucradas? 4. Presentación al curso (10 minutos) - Cada grupo presenta sus conclusiones.
Cierre / Reflexión	Cerrar reflexionando acerca de la importancia del pensamiento crítico para tomar decisiones que respeten la dignidad propia y de los demás.

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre — Sesión 14
Mes	Noviembre
actividad	Seminario socrático y proyección a 2° medio
Objetivo	Integrar los aprendizajes del año mediante la educación entre pares, compartiendo con la comunidad escolar.
Materiales	Papel Kraft, pegamento, lápices de colores, block.

Desarrollo

1. Inicio y encuadre (5-10 minutos)

- Presentar el propósito: “Hoy vamos a conversar en profundidad, al estilo seminario socrático, sobre lo que aprendimos este año y cómo queremos llevarlo a 2° medio”.
- Recordar normas: respeto, escucha activa, no interrumpir, hablar desde la propia experiencia sin exponer a otros.

2. Organización por temas (10 minutos)

- Dividir al curso en cuatro grupos y asignar/permitir elegir un tema:
 - Vínculos saludables y consentimiento.
 - Prevención de riesgos y autocuidado.
 - Equidad de género y estereotipos.
 - Responsabilidad y redes de apoyo.
- Cada grupo elige 2-3 preguntas socráticas para su tema, por ejemplo:
 - “¿Se puede hablar de consentimiento si hay presión o miedo a perder la relación?”
 - “¿Qué decisiones concretas aumentan nuestro autocuidado en redes sociales?”
 - “¿Cómo influyen los estereotipos de género en las relaciones del curso?”
 - “¿Cuándo una red de apoyo deja de ser apoyo y pasa a ser presión?”

3. Seminario socrático en círculo (25 minutos)

- Disponer las sillas en círculo.
- Explicar reglas del seminario socrático:
 - Se responde con argumentos y ejemplos, no con “sí/no”.
 - Se puede preguntar a otra persona para profundizar (“¿qué quieres decir con...?”, “¿puedes dar un ejemplo?”).
 - Se busca entender y cuestionar ideas, no ganar una discusión.
- Cada grupo, por turno, presenta su pregunta principal y modera brevemente el diálogo (5-6 minutos por tema):

	○ El grupo plantea la pregunta. ○ Varias personas del curso intervienen, relacionando la pregunta con experiencias, contenidos vistos en clase y situaciones posibles de 2° medio. ○ El grupo que propuso la pregunta hace una síntesis rápida: qué ideas clave surgieron, qué dudas quedan, qué acuerdos aparecen. 4. Puesta en común (5 minutos) • Colgar los mapas en la sala y hacer una breve caminata de comentarios: cada grupo explica una frase que considere fundamental para su paso a 2° medio.
Cierre / Reflexión	Terminar la unidad reflexionando sobre la importancia del autocuidado, los factores protectores y la responsabilidad como ciudadanos y ciudadanas.

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre — Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Juzgado juvenil
Objetivo	Comprender las implicancias legales de ciertas conductas sexuales en adolescentes, desarrollando una actitud responsable y protectora de los derechos propios y ajenos.
Materiales	Noticias (Anexo 26) , papelógrafo, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludar, recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Presentar la idea: “Hoy seremos jueces, fiscalía y defensa en casos reales de responsabilidad penal juvenil vinculada a sexualidad y redes”. 2. Activación (10 minutos)

- Preguntar: “¿Qué creen que es responsabilidad penal juvenil?” y “¿Desde qué edad se responde legalmente por los actos propios en Chile?”

- Anotar ideas en la pizarra sin corregir aún.

3. Presentación de conceptos (10 minutos)

- Explicar en lenguaje simple la Ley de Responsabilidad Penal Adolescente (20.084): jóvenes de 14 a 17 responden penalmente, con un sistema especial orientado a reinserción.bcn+2

- Nombrar ejemplos de conductas sexuales/digitales con consecuencias legales: compartir imágenes íntimas sin consentimiento, abuso sexual, acoso, relaciones con menores de 14, sexting con menores.bcn+3

4. Análisis tipo juzgado (15-20 minutos)

- Dividir el curso en grupos y asignarles un rol: fiscalía, defensa, jueces.
- Entregar a cada grupo uno de los casos/noticias del anexo (1 al 5).
- Cada grupo responde:
 - ¿Qué ocurrió? (relato del caso).
 - ¿Qué derechos se vulneran?
 - ¿Qué normas/leyes podrían aplicarse?
 - ¿Qué consecuencias legales puede tener?
 - ¿Cómo se podría haber prevenido?
- Los “jueces” escuchan y redactan una conclusión breve: qué responsabilidad tendría la persona, qué reparación o sanción sería adecuada y qué medidas de prevención sugieren.

5. Puesta en común y síntesis (10 minutos)

- Cada grupo presenta su caso y su “veredicto” de manera respetuosa.
- Reforzar que el desconocimiento de la ley no exime de responsabilidad y que respetar los derechos de otros también protege a la propia persona.

Cierre / Reflexión	Invitar a reflexionar: ¿cómo puedo asegurarme de actuar con responsabilidad y respeto en mis relaciones? El respeto no es solo ético, también es legal.
-----------------------	---

TEM 4

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Lo que sabemos y lo que creemos
Objetivo	Obtener información y orientación respecto a interrogantes sobre afectividad y sexualidad, activando saberes previos y detectando mitos con pensamiento crítico.
Materiales	Data, internet, caja para colocar las preguntas, hojas.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y presentar el propósito del TEM 4. - Recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Activación (10 minutos) - Los y las estudiantes se sientan en círculo y conversan sobre la unidad que trabajarán. - El o la guía invita a formular en forma anónima una pregunta que quieran resolver sobre afectividad y sexualidad. 3. Caja de preguntas (10 minutos) - Las preguntas se depositan en la caja. El o la guía las lee, agrupa por temas y rescata las más representativas.

	- Se sugiere trabajar de manera colaborativa con jefaturas de TEM 4 para aunar criterios. 4. Presentación del programa (10 minutos) - El o la guía presenta los temas del año conectando con las preguntas recibidas. 5. Síntesis (5 minutos) - Introducir que muchas creencias pueden ser mitos y que se trabajará desde el pensamiento crítico y la evidencia.
Cierre / Reflexión	Reflexionar: ¿qué espero aprender este año? ¿Qué preguntas me gustaría responder? Introducir el pensamiento crítico como herramienta central del TEM 4.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Decisiones y Consecuencias
Objetivo	Promover el análisis de temáticas y situaciones relacionadas con los vínculos afectivos, el respeto y el autocuidado desde una mirada de 2° medio.
Materiales	Casos, hojas de reflexión.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. 2. Presentación de casos (10 minutos) - El o la guía presenta casos para reflexión grupal: Caso 1: Una persona revisa el celular de su pareja sin permiso. Caso 2: Un/a joven es sorprendido/a revisando contenido para adultos en internet.

	Caso 3: Un/a estudiante se siente presionado/a iniciar una relación que no desea. Caso 4: Alguien comparte información íntima de otra persona sin su consentimiento. 3. Discusión grupal (15–20 minutos) - Preguntas orientadoras: ¿Qué valores están en juego? ¿Qué riesgos hay en cada situación, tanto emocionales, físicos o sociales? ¿Qué consecuencias legales podrían tener estas acciones? 4. Puesta en común (10 minutos) - Un o una representante de cada grupo comenta las reflexiones. 5. Síntesis (5 minutos) - Destacar la importancia del respeto en las relaciones y el autocuidado.
Cierre / Reflexión	Cerrar resaltando la importancia del respeto en nuestras relaciones vinculares. ¿Qué haría yo en cada caso? ¿Qué me dice eso de mis valores?

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Exploro mis valores
Objetivo	Favorecer la autoconciencia y la toma de postura personal respecto a los valores que orientan las relaciones afectivas y sexuales.
Materiales	Tarjetas con conceptos: respeto, consentimiento, responsabilidad, cuidado, intimidación, confianza.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de participación y respeto.

	• Escribir en la pizarra: respeto, consentimiento, responsabilidad, cuidado, intimidad, confianza. 2. Actividad de valores (20 minutos) • Sentados en círculo, pedir que cada estudiante mire la lista de la pizarra y anote en su cuaderno 2 valores que considere más importantes en una relación afectiva. • Luego responden individualmente en su cuaderno: ○ “¿Por qué este valor es importante para mí?” ○ “¿Cómo se manifiesta en una relación (de pareja, amistad, familia)?” 3. Conversación reflexiva (15 minutos) • Invitar voluntarios/as a compartir uno de los valores que eligieron y su explicación. • El o la guía modera, haciendo preguntas abiertas: ○ “¿Alguien piensa distinto?” ○ “¿Cómo se ve este valor en la vida cotidiana del curso?” • Cuidar que aparezcan distintas miradas, manteniendo el respeto. 4. Conexión con la sexualidad (5 minutos) • Preguntar: “Si pienso en mi futura vida afectiva y sexual, ¿cómo se relacionan estos valores con decisiones responsables?” • Destacar ideas como: respeto ligado al consentimiento, cuidado ligado al autocuidado y a cuidar al otro, intimidad ligada a la confianza, etc.
Cierre / Reflexión	Cerrar con la pregunta: ¿Qué límites necesito aprender a poner para que mis relaciones sean coherentes con mis valores?

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 4
Mes	Mayo

Actividad	¡No más! Situaciones que trasgreden el respeto
Objetivo	Distinguir diversas dificultades asociadas a la sexualidad y los vínculos afectivos en las que se transgrede el respeto, la responsabilidad y el cuidado propio y ajeno.
Materiales	Block, tijeras, pegamento, lápices de colores, revistas, diarios.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. 2. Lluvia de ideas (10 minutos) - El o la guía pregunta: ¿Qué temas relacionados con la sexualidad y los vínculos afectivos se instalan en nuestra sociedad hoy? - Los y las estudiantes distinguen acciones positivas y negativas asociadas a la sexualidad. 3. Trabajo en grupos (20 minutos) - En grupos de cuatro o cinco revisan revistas y diarios buscando situaciones problemáticas asociadas a la sexualidad y los vínculos afectivos. - Seleccionan imágenes de alto impacto y confeccionan un aviso, collage o afiche que motive a realizar acciones concretas para enfrentar dichos problemas. 4. Presentación (10 minutos) - Cada grupo describe la situación que más les impresionó e indica cómo podrían crear una medida preventiva. 5. Síntesis (5 minutos) - Destacar valores como el respeto a sí mismos/as, a los demás y el cuidado de la intimidad.
Cierre / Reflexión	Los materiales elaborados pueden pegarse en la sala de clases o exhibirse para toda la comunidad educativa como mensaje preventivo.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Detectives de la información digital
Objetivo	Discriminar fuentes de información confiables sobre sexualidad y afectividad en el entorno digital, desarrollando pensamiento crítico.
Materiales	Cartulina o papelógrafo, computadores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de participación. 2. Activación (10 minutos) - Pregunta inicial: 'Si buscas información sobre un riesgo (consumo, seguridad digital, salud sexual), ¿cómo sabes si puedes confiar en lo que lees?' - Los y las estudiantes comparten ideas libremente. 3. Análisis de páginas web (15 minutos) - Cada grupo analiza 2-3 páginas web usando criterios: ¿Quién escribe la información? ¿Tiene fuentes o referencias? ¿Usa lenguaje alarmista? ¿La información está actualizada? - Los grupos clasifican los sitios en: Confiables / Dudosos / No confiables. 4. Decálogo del buen buscador digital (10 minutos) - Crean colectivamente un decálogo: revisar la fuente, comparar información, no creer todo lo que aparece primero, evitar páginas sin autor claro. 5. Síntesis (5 minutos) - Subrayar la importancia de informarse desde fuentes confiables sobre sexualidad.

Cierre / Reflexión	Responder: ¿Qué aprendí hoy que me ayudará a cuidarme mejor en internet cuando busco información sobre temas de sexualidad y salud?
--------------------	---

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre – Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Cuidar la intimidad en la era digital
Objetivo	Reflexionar sobre el resguardo de la intimidad y la integridad en contextos digitales.
Materiales	Hojas de block, lápices de colores, revistas, pegamento, tijeras.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto y confidencialidad. 2. Activación conceptual (10 minutos) - Conversan sobre qué entienden por 'intimidad digital'. El o la guía aclara el concepto. 3. Análisis de situaciones (15 minutos) - Se presentan situaciones: envío de fotos íntimas, exposición en redes, presión para compartir contenido. - Preguntas: ¿Qué riesgos hay? ¿Cómo afecta la integridad emocional? ¿Qué decisiones responsables puedo tomar? 4. Creación de afiche (15 minutos) - En grupos crean un afiche sobre el cuidado de la intimidad en la era digital. 5. Presentación y cierre (5 minutos) - Cada grupo presenta brevemente su afiche.

Cierre / Reflexión	Conectar con los derechos digitales: el derecho a la privacidad y el derecho a no ser expuesto/a sin consentimiento. Invitar a reflexionar qué decisiones digitales toman cada día.
--------------------	---

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	La paz comienza en mí: autocontrol y bienestar
Objetivo	Comprender la importancia del autocontrol para no estar expuesto/a riesgos y actuar de manera responsable en situaciones de presión.
Materiales	Texto 'El Elefante', papelógrafo. (Anexo 36)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso. Presentar el foco del segundo semestre: sexualidad, cambios hormonales, responsabilidad y afectividad. 2. Lectura y reflexión (10 minutos) - El o la guía introduce el tema de la violencia y las circunstancias que la generan (presión, amenaza, exclusión, injusticia) y comparte el texto 'El Elefante'. - Explica que cualquiera de esos factores puede conducir a perder el control y caer en situaciones riesgosas.

	3. Concepto de autocontrol (10 minutos) - Destacar la importancia de dominar los impulsos, evitando actuar de manera precipitada ante sentimientos intensos. - El autocontrol permite responder asertivamente al entorno. 4. Trabajo en grupos (15 minutos) - En grupos de cuatro o cinco recrean o escriben una situación violenta que pueda ser fácilmente justificada. - El grupo plantea argumentos sobre la importancia del autocontrol; el resto contraargumenta defendiendo la reacción de descontrol. 5. Síntesis (5 minutos) - Reforzar que el autocontrol es una herramienta de cuidado personal y de respeto a los demás.
Cierre / Reflexión	Reflexionar: ¿Cómo se puede ayudar a un amigo, amiga o familiar a trabajar el control de sus reacciones?

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre – Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Semáforo del Autocuidado
Objetivo	Identificar señales de alerta en sí mismos y en el entorno para tomar decisiones de autocuidado responsables.
Materiales	Dibujar círculos en la pizarra rojo (alto riesgo), amarillo (con plumón negro escribir amarillo) (atención), verde (seguro).
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de participación y respeto.

- Explicar: “Hoy vamos a construir entre todos ejemplos de conductas y situaciones que pueden ser cuidadoras o de riesgo, y conversaremos por qué”.
- 2. Actividad del “semáforo hablado” (20 minutos)**
- Dibujar en la pizarra tres columnas o círculos y nombrarlos:
 - Verde: conductas que cuidan.
 - Amarillo: conductas que generan duda o pueden transformarse en riesgo.
 - Rojo: conductas claramente de riesgo alto.
 - Pedir al curso que vaya proponiendo, en voz alta, **situaciones o conductas** que han visto o escuchado (sin mencionar personas del curso), por ejemplo:
 - “Revisar el celular de la pareja sin permiso.”
 - “Presionar para tener relaciones sexuales cuando la otra persona no quiere.”
 - “Hablar abiertamente de límites y consentimiento antes de una relación.”
 - “Compartir fotos íntimas de otra persona en un grupo.”
 - “Consumir alcohol sin saber cuánto y luego manejar o subir al auto.”
 - Por cada idea que den, preguntar:
 - “¿La pondrían en verde, amarillo o rojo?”
 - “¿Por qué?”
 - Escribir la conducta en la columna que el curso acuerde, escuchando y ajustando si hay buenos argumentos para cambiarla de color.
- 3. Análisis colectivo (10 minutos)**
- Mirar juntos la pizarra y preguntar:
 - “¿Qué ven en común en las conductas rojas?” (falta de consentimiento, presión, daño, exposición, etc.)
 - “¿Qué hace que una conducta amarilla se vuelva roja?” (no respetar límites, no escuchar, repetir riesgos).
 - “¿Qué hay de especial en las conductas verdes?” (diálogo, cuidado, respeto mutuo, autocuidado).

	• Debatar brevemente los casos que generen más discusión, cuidando que todos puedan opinar sin burlas. 4. Conexión con la responsabilidad sexual (10 minutos) • El o la guía toma algunas conductas rojas y amarillas y las vincula explícitamente con el ejercicio responsable de la sexualidad y las relaciones afectivas: ○ Consentimiento real (no solo “sí” bajo presión). ○ Respeto por la intimidad propia y ajena. ○ Autocuidado frente a sustancias, redes sociales y presión de grupo. • Preguntar: “¿Cómo se ve una relación afectiva y sexual responsable si pensamos en este semáforo? ¿Qué tipo de conductas debería predominar?”
Cierre / Reflexión	Cerrar reflexionando: ¿Qué aprendí sobre mis propios límites? ¿Qué señales debo observar más en mis relaciones y decisiones?

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Mi red de apoyo personal
Objetivo	Identificar y activar redes de ayuda disponibles ante situaciones de riesgo en el ámbito afectivo y sexual.
Materiales	Hoja de block, lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de participación. 2. Activación (10 minutos) - Conversar sobre la importancia de sentirse acompañado/a en esta etapa de la vida.

	3. Construcción de la red (15 minutos) - Cada estudiante construye su red de ayuda en círculos concéntricos: Círculo 1: Personas de confianza cercana. Círculo 2: Adultos significativos. Círculo 3: Instituciones (consultorio, colegio, etc.). - Completan en cada círculo: ¿Para qué recurriría a cada uno? 4. Presentación voluntaria (10 minutos) - De forma voluntaria cada estudiante presenta su red.
Cierre / Reflexión	Cerrar preguntando: '¿A quién acudiría hoy si lo necesitara?' Reforzar que tener una red de apoyo es un factor protector fundamental.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Decisiones reales: análisis de situaciones de riesgo
Objetivo	Analizar críticamente situaciones de riesgo vinculadas a la sexualidad y la afectividad, y tomar decisiones fundamentadas.
Materiales	Pizarra, plumones
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludas al curso y recuerdas normas de respeto. • Explicas: “Vamos a jugar a un bachillerato, pero en vez de ciudades o animales, trabajaremos temas de relaciones, intimidad y decisiones responsables.” 2. Formación de equipos (5 minutos) • Divides el curso en 3-4 equipos. • Cada equipo se sienta junto y elige un nombre (Respeto, Autocuidado, Consentimiento, Redes seguras, etc.).

- Organiza la pizarra en 3–4 zonas (una por equipo) o haz que se acerquen por turnos a escribir en un sector marcado.

3. Categorías del bachillerato

Explicas que habrá rondas con distintos temas. Puedes usar estas categorías:

1. Vínculos y consentimiento
2. Intimidación digital y sexting
3. Riesgos en fiestas y presión de grupo
4. Redes de apoyo

Escribes las categorías al lado para que las vean.

4. Cómo funciona cada ronda

Para cada ronda:

1. Tú eliges una categoría y dices en voz alta una **consigna sencilla**.
2. Todos los equipos van al mismo tiempo a su zona de la pizarra.
3. Escriben lo que les pediste (palabras, ejemplo, frase corta).
4. Cuando un equipo termina, su vocero dice fuerte: “¡STOP!”.
5. Todos dejan de escribir.
6. Revisas rápidamente lo que escribió el equipo que dijo “STOP”:
 - a. Si la respuesta cumple lo pedido y está alineada con el cuidado y la responsabilidad, le das **1 punto**.
 - b. Si está incompleta o no tiene sentido, puedes pasar al siguiente equipo que ya haya escrito y revisar también.
7. Borrás (o marcas) lo escrito y pasas a la siguiente ronda.

5. Ejemplos de consignas para el juego

Puedes usar consignas como estas (una por ronda):

Categoría: Vínculos y consentimiento

- Ronda 1:
“Escriban dos señales de que NO hay consentimiento real en una relación.”

	(Ejemplos que ellos podrían escribir: miedo a decir que no, presión, chantaje emocional). • Ronda 2: “Escriban una frase que podría usar alguien para poner un límite con respeto.” (Ej: “No me siento cómodo/a con esto ahora”, “Prefiero esperar”, etc.). Categoría: Intimidad digital y sexting • Ronda 3: “Escriban una acción responsable si reciben una foto íntima de otra persona.” (Ej: no reenviar, borrar, no guardar, hablar con la persona o pedir ayuda). • Ronda 4: “Escriban una regla personal para cuidar su intimidad digital.” (Ej: no mandar fotos íntimas, revisar privacidad, no compartir contraseñas). Categoría: Riesgos y presión de grupo • Ronda 5: “Escriban dos cosas que pueden influir negativamente en una decisión en una fiesta.” (Ej: alcohol, presión de amigos, miedo a quedar fuera). Categoría: Redes de apoyo • Ronda 6: “Escriban dos personas o espacios donde podrían pedir ayuda si se sienten sobrepasados/as.” (Ej: familia, docente de confianza, orientador/a, línea de ayuda). 6. Comentarios breves entre rondas Entre algunas rondas, puedes hacer preguntas rápidas al grupo: • “¿Les parece fácil escribir estas ideas rápido? ¿Qué pasa cuando la situación es real y hay presión?”
Cierre / Reflexión	Cierre reflexivo: ¿Qué influye en nuestras decisiones? ¿Cómo puedo fortalecer mi capacidad de decidir con responsabilidad?

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre — Sesión 11
Mes	Septiembre
Actividad	Mapa de riesgos y protección en mi comunidad
Objetivo	Reconocer situaciones de riesgo y factores protectores presentes en el entorno escolar y comunitario cercano.
Materiales	Hojas de block, lápices de colores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de participación. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: ¿Qué situaciones de riesgo afectivo-sexual identifican en su entorno escolar y comunitario? 3. Construcción del mapa (20 minutos) - En grupos realizan un mapa del colegio identificando: Situaciones o espacios de riesgo, factores protectores, personas de apoyo o instituciones. - Usan códigos de colores para clasificar cada elemento. 4. Presentación (10 minutos) - Cada grupo presenta su mapa y responde: ¿Qué riesgos son más frecuentes? ¿Qué acciones podrían disminuirlos? ¿Qué redes de apoyo están disponibles? 5. Síntesis (5 minutos) - Destacar que reconocer los riesgos es el primer paso para protegerse.

Cierre / Reflexión	Invitar a reflexionar: ¿Qué puedo hacer yo para contribuir a que mi entorno sea más seguro y respetuoso?
--------------------	--

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre – Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Infografía sobre redes de apoyo
Objetivo	Conocer y difundir recursos de ayuda disponibles para adolescentes en situaciones de riesgo afectivo o sexual.
Materiales	Computadores del colegio.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de participación. 2. Investigación individual (20 minutos) - Cada estudiante escoge un tema e investiga sobre una red de apoyo para adolescentes: Centros de salud, programas municipales, líneas telefónicas de ayuda, organizaciones de protección de derechos. - Crea una infografía que responda: ¿Qué apoyo ofrece? ¿Quién puede acceder? ¿Cómo contactarla? 3. Presentación (15 minutos) - Cada estudiante presenta su infografía al curso. 4. Síntesis (5 minutos) - Elaborar una 'Guía de apoyo para adolescentes' con las infografías creadas.
Cierre / Reflexión	Terminar con una 'Guía de apoyo para adolescentes' que quede disponible en la sala o en un espacio digital accesible para el curso.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre – Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Foro Socrático: 'La presión del grupo limita la libertad'
Objetivo	Desarrollar el pensamiento crítico y argumentativo en torno a la presión social y su impacto en las decisiones afectivo-sexuales.
Materiales	Textos o noticias sobre consumo, violencia entre pares y consentimiento. (Anexo 27)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Presentar el formato del foro socrático y las normas de participación (argumentar con evidencia, escuchar activamente). 2. Preparación (10 minutos) - Los y las estudiantes leen previamente textos o noticias relacionadas con: consumo de alcohol y drogas, violencia entre pares, relaciones afectivas y consentimiento. - Nota: esta actividad puede realizarse en conjunto con la asignatura de Filosofía. 3. Foro (30 minutos) - Los y las estudiantes formulan preguntas, argumentan con evidencia y escuchan activamente. - Tesis central: '¿La presión del grupo limita la libertad en nuestras decisiones afectivas y sexuales?' 4. Síntesis (5 minutos) - El o la guía recoge los argumentos más relevantes y los conecta con los temas del año.
Cierre / Reflexión	Cerrar con la pregunta: ¿Cómo influye la presión social en nuestras decisiones sobre sexualidad y relaciones?

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre – Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Proyecto personal de autocuidado afectivo y sexual
Objetivo	Evaluar factores de riesgo y protección personales, integrando aprendizajes del año en un registro de autoconocimiento.
Materiales	Hojas o cuaderno personal.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) - Saludar al curso y presentar el propósito de la actividad de cierre de año. 2. Conversación integradora (10 minutos) - El o la guía conversa sobre lo aprendido durante el año: ¿Reconozco señales de riesgo? ¿Sé a quién acudir? ¿Qué fortalezas personales me protegen? 3. Confección del diario (20 minutos) - Cada estudiante inicia su 'Diario del Autoconocimiento', registrando durante una semana: Situaciones que les generan bienestar, situaciones que les generan estrés o presión, personas en quienes confían, estrategias para pedir ayuda. - En esta sesión realizan la portada de su diario. 4. Síntesis (5 minutos) - Reforzar la importancia del autoconocimiento como herramienta de cuidado.
Cierre / Reflexión	Pedir que expresen en una palabra lo que han aprendido y lo escriban en un post-it para compartir colectivamente.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre – Sesión 15
Mes	Noviembre
Actividad	Responsabilidad penal juvenil y sexualidad
Objetivo	Comprender las implicancias legales de ciertas conductas sexuales en adolescentes y desarrollar una actitud responsable y protectora de los derechos propios y ajenos.
Materiales	Casos breves impresos, papelógrafo, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Explicar: “Hoy vamos a hacer pequeñas escenas teatrales sobre situaciones que pueden tener consecuencias legales, para entender mejor qué está en juego y cómo cuidar nuestros derechos.” 2. Activación (10 minutos) • Preguntar al curso en plenario: ○ “¿Desde qué edad se responde penalmente en Chile?” ○ “¿Qué conductas sexuales o digitales creen que pueden tener consecuencias legales en adolescentes?” • Escuchar respuestas y anotarlas de forma breve en la pizarra (por ejemplo: compartir fotos íntimas sin permiso, presionar sexualmente, relaciones con menores de 14, acoso). • Aclarar en lenguaje simple: jóvenes de 14 a 17 tienen un sistema especial de responsabilidad penal, y ciertas conductas sexuales/digitales pueden llegar a delitos. 3. Mini explicación legal (5-7 minutos) • Explicar de manera corta: ○ Que existe una ley de responsabilidad penal adolescente y que jóvenes entre 14 y 17 pueden responder penalmente por sus actos. ○ Que algunas conductas sexuales/digitales son especialmente delicadas:

- Difundir fotos o videos íntimos de otra persona sin consentimiento.
 - Presionar o forzar sexualmente, especialmente si la otra persona es menor de edad.
 - Tener relaciones con menores de 14 años, aunque digan “sí”.
- Enfatizar que el desconocimiento de la ley **no** elimina la responsabilidad.
- 4. Juego teatral “Antes y después” (15–20 minutos)**
- Dividir el curso en grupos de 3–4 estudiantes.
 - Explicar la dinámica, muy simple: cada grupo inventa una situación breve (sin nombres reales del curso) relacionada con:
 - Compartir contenido íntimo sin pensar en las consecuencias.
 - Presión para tener relaciones sexuales.
 - Exposición o burla en redes por temas íntimos.
 - Cada grupo prepara **dos miniescenas** de 1 minuto:
 - Escena 1: “Así ocurre cuando nadie piensa en la ley ni en el respeto.”
 - Se muestra la conducta de riesgo (presión, difusión, burla, etc.).
 - Escena 2: “Así podría ocurrir con responsabilidad y respeto.”
 - La misma situación, pero alguien pone límites, respeta el consentimiento, no difunde, pide ayuda, etc.
 - Dar unos minutos para que preparen (sin guiones largos, solo improvisación simple).
 - Pedir que algunos grupos presenten sus dos escenas al curso.
 - Después de cada presentación, preguntas breves al plenario:
 - “En la primera escena, ¿qué derechos se vulneraron?”
 - “¿Qué podría pasar si eso llegara a un juzgado de menores?”

	○ “En la segunda escena, ¿qué decisión ayudó a proteger esos derechos?”
Cierre / Reflexión	Invitar a reflexionar: ¿Cómo puedo asegurarme de actuar con responsabilidad y respeto en mis relaciones? El respeto no es solo ético, también es legal.

TEM 5

Primer semestre

Unidad 1	Factores protectores, factores de riesgo
Objetivo de la Unidad	Comprender la relación e influencia de los factores protectores y de riesgos personales, familiares y sociales en sus decisiones, e incorporar estrategias de manejo efectivo que favorezcan conductas seguras.
Eje	Bienestar y Autocuidado

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 1
Mes	Abril
Actividad	Presentación del taller y factores protectores
Objetivo	Comprender el propósito del taller de 3° medio y explorar el concepto de factores protectores y de riesgo en su contexto.
Materiales	Papelógrafo; plumones; cuadro simple de factores de riesgo/protección.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3° medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué riesgos creen que enfrentan más los y las adolescentes de su edad?" y "¿Qué cosas los protegen?" - Anotar respuestas en dos columnas: Riesgos / Protecciones. 3. Presentación de conceptos (10 minutos) - Definir brevemente factores de riesgo y protectores, con ejemplos de su realidad (familia, escuela, pares, comunidad). 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos)

	- Cada grupo elige uno o dos riesgos frecuentes (por ejemplo, consumo problemático, violencia en parejas, abandono escolar) y lista factores que podrían proteger frente a ellos. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir factores protectores destacados y comentar qué tan presentes están en el curso/comunidad. 6. Síntesis (5 minutos) - Cerrar con 3--4 ideas clave sobre factores protectores y cómo este taller se enfocará en potenciarlos durante el año.
Cierre / Reflexión	Pedir que anoten un factor protector que ya sienten fuerte en su vida y uno que quisieran fortalecer.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 2
Mes	Abril
Actividad	Consumo de sustancias: creencias y realidades
Objetivo	Cuestionar creencias frecuentes sobre consumo de alcohol y otras sustancias, contrastándolas con información basada en evidencia.
Materiales	Pizarra, plumones, casos (Anexo 28)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Explicar: “Hoy vamos a ver qué cosas se dicen sobre el consumo de alcohol y otras sustancias y luego escuchar casos donde esos ‘mitos’ no se cumplen”. • Escribir el título y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación: qué se dice sobre el consumo (10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué frases escuchan sobre el consumo en su entorno (amigos, redes, familia, música, etc.)?” • Ir anotando en la pizarra, por ejemplo: ○ “Todos toman, es normal.” ○ “Si controlo está bien, yo sé cuándo parar.” ○ “Con alcohol uno se suelta, pero no pasa nada grave.” ○ “Es mejor probar ahora que de adulto, así aprendo.”

	• Dejar claro que, de momento, solo están recogiendo lo que se dice, sin juzgarlo aún. 3. Trabajo en grupos con casos reales que desmontan mitos (15–20 minutos) • Dividir el curso en grupos pequeños (3–4 estudiantes). • Explicar: “Ahora les voy a contar algunos casos breves donde se ve qué pasa cuando creemos estos mitos. Después, ustedes van a comentar qué aprendieron de cada historia”. • Leer en voz alta, al curso completo, los casos • Indicar que cada grupo converse sobre cada caso con tres preguntas sencillas: ○ ¿Qué mito aparece en esta historia? ○ ¿Qué pasó en realidad (qué consecuencias hubo)? ○ ¿Qué mensaje nos deja el caso para nuestras propias decisiones? • Dar tiempo para que conversen. Mientras, puedes ir retomando algunos datos básicos (sin tecnicismos): efectos del alcohol en la atención, en el control de impulsos, en la memoria, en la capacidad de decir “no” con claridad, etc. 4. Puesta en común (10 minutos) • Volver al plenario. • Preguntar a distintos grupos: ○ “En el caso 1, ¿qué mito se veía al inicio y qué lo desmintió?” ○ “En el caso 2, ¿qué pensaba la persona y qué terminó pasando?” ○ “En el caso 3, ¿qué consecuencias aparecieron a nivel de salud, relaciones o seguridad?” • En la pizarra, hacer dos columnas: ○ Mitos (frases que se decían al inicio de cada historia). ○ Lo que realmente pasó (consecuencias concretas: peleas, decisiones sexuales sin claridad, accidentes, conflictos, vergüenza, problemas en el cuerpo, etc.). • Destacar que, en todos los casos, la realidad fue más compleja y dolorosa que el mito.
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar con adultos de confianza sobre sus propias experiencias y posturas frente al consumo.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 3
Mes	Mayo
Actividad	Redes de apoyo y búsqueda de ayuda
Objetivo	Identificar redes de apoyo personales e institucionales y planificar cómo pedir ayuda frente a dificultades.
Materiales	Plantilla de mapa de redes; información de contactos de orientación, salud y apoyo externo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludas al curso. • Recuerdas normas de respeto y confidencialidad. • Escribes en la pizarra: “Redes de apoyo y búsqueda de ayuda” y lees el objetivo: “Identificar quiénes nos pueden ayudar y cómo pedir ayuda cuando algo nos cuesta”. 2. Activación (5 minutos) • Preguntas al grupo: ○ “¿Qué cosas hacen más fácil pedir ayuda?” ○ “¿Qué cosas lo hacen más difícil?” • Vas anotando en la pizarra ideas simples: confianza, miedo, vergüenza, no saber a quién acudir, sentirse escuchado, etc. 3. Mapa de redes en la pizarra (5 minutos) • Dibujas un círculo grande en el centro y escribes “YO”. • Alrededor, dibujas cinco zonas y las nombras: ○ Familia ○ Amigos y compañeros ○ Escuela (profes, orientación, convivencia) ○ Comunidad (club, taller, iglesia, organización) ○ Servicios externos (centro de salud, teléfono de ayuda, etc.) • Explicas: “Este es un mapa de posibles apoyos. En cada círculo pueden haber personas o instituciones a las que podríamos acudir si algo nos preocupa o nos supera.” 4. Trabajo individual sencillo (15-20 minutos) • Pides que cada estudiante, en silencio, piense en su propio mapa usando esos cinco círculos. • Indicas:

	○ “Piensen al menos en una persona o institución en cada círculo con quien podrían hablar si tuvieran un problema (emocional, familiar, de relaciones, de consumo, etc.).” • Aclara que no van a decir nombres personales en voz alta, es solo para que cada uno tenga claro quiénes son sus apoyos. 5. Puesta en común general (5 minutos) • Preguntas al curso, sin nombres: ○ “¿En qué círculo sienten que tienen más apoyo (familia, amigos, escuela, comunidad, servicios)?” ○ “¿En qué círculo sienten que hay menos opciones?”
Cierre / Reflexión	Ofrecer la posibilidad de derivar a orientación o apoyo externo según necesidades detectadas.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 4
Mes	Mayo
Actividad	Relaciones de pareja y buen trato
Objetivo	Analizar características de relaciones de pareja adolescentes basadas en el respeto y el buen trato.
Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) • Saludas al curso y recuerdas normas de respeto, confidencialidad y participación. • Conectas con el propósito del taller de 3° medio: “Estamos trabajando cómo protegernos frente a distintos riesgos; hoy vamos a mirar cómo se ve una relación de pareja con buen trato y cómo se ve cuando no lo hay”. • Escribes en la pizarra el título de la sesión y lees el objetivo en voz alta. 2. Activación dinámica (10 minutos) • Preguntas en voz alta:

- “Si piensan en una relación de pareja saludable, ¿qué cosas esperan que haya siempre?”
- Vas anotando en la pizarra sus ideas (por ejemplo: respeto, confianza, poder decir que no, apoyo, humor sin humillar, tiempo propio, etc.).
- Luego preguntas:
 - “¿Y qué cosas sentirían como señal rara o incómoda en una relación?”
- Anotas también (celos extremos, control de redes, insultos, presión sexual, amenazas, etc.).
- Dejas claro que estas ideas serán la base del juego.

3. Mini tabla en la pizarra (5-7 minutos)

Para no usar fichas ni tablas impresas, lo haces sencillo en la pizarra:

- Dibuja dos columnas:
 - “Buen trato”
 - “Maltrato / señales de alerta”
- Con ayuda del curso, vas ubicando algunas de las ideas ya mencionadas en la columna correspondiente.
 - Ej.: “Poder decir que no sin miedo” en Buen trato.
 - “Revisar el celular sin permiso” en Maltrato / alerta.
- Explicas: “Esto es nuestra tabla de referencia. Ahora vamos a jugar con escenas que se parecen a cosas que podrían pasar en la vida real.”

4. Juego teatral simple “Buen trato / No buen trato” (15-20 minutos)

- Divides el curso en grupos de 3-4 estudiantes.
- Explicas la dinámica, muy simple:
 - Cada grupo inventa UNA situación breve (sin nombres reales del curso) que se parezca a algo que ven en series, redes o su entorno adolescente.
 - La situación debe mostrar una interacción de pareja, por ejemplo:
 - Celos por una foto en redes.
 - Decidir si salir o no con amigos.
 - Hablar de sexo y límites.

- Manejar una pelea o un desacuerdo.
- Cada grupo prepara **dos mini escenas** de 1 minuto:
 - Escena A: “Así se ve cuando NO hay buen trato”
 - Aparecen cosas como presión, burlas, control, chantaje emocional, indiferencia, etc.
 - Escena B: “Así podría verse con buen trato”
 - Se muestra diálogo, respeto, escucha, acuerdos, respeto al consentimiento, etc.
- Les das unos minutos para pensar y ensayar de forma muy sencilla. No necesitas nada teatral elaborado: basta con que representen la conversación de pie o sentados.
- Luego, invitas a presentar algunas parejas de escenas (A y B) al curso.

Durante las presentaciones:

- Después de cada Escena A, preguntas al curso:
 - “¿Qué señales de maltrato o alerta vieron?”
 - “¿Qué emociones podría sentir cada persona en esa escena?”
- Después de cada Escena B, preguntas:
 - “¿Qué cambios hicieron que se viera como buen trato?”
 - “¿Cómo se sienten las personas en esta segunda versión?”

Puedes ir marcando en la pizarra con un símbolo (✓ o ✗) las conductas que aparezcan en las escenas y ubicarlas en la columna correspondiente.

5. Puesta en común (10 minutos)

- Con el curso nuevamente en plenario, miras la pizarra y lo que surgió en las escenas.
- Preguntas:
 - “¿Qué cosas se repiten en las relaciones con buen trato?”
 - “¿Qué cosas se repiten en las situaciones de maltrato o de alerta?”
- Dejas que nombren ideas como: poder hablar, no usar insultos, no vigilar redes, respetar límites, no usar el miedo como herramienta, etc.

	• Vas subrayando en la columna de “Buen trato” las conductas que el curso considera imprescindibles.
Cierre / Reflexión	Recordar que la violencia en relaciones de pareja no es normal ni justificable, y que hay redes de apoyo para abordarla.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 5
Mes	Junio
Actividad	Profundizando en riesgos y protecciones
Objetivo	Actualizar el análisis de riesgos y factores protectores a la luz de experiencias del primer semestre.
Materiales	Papelógrafo; plumones; mapas elaborados en sesiones anteriores.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3º medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (5 minutos) - Revisar el mapa de riesgos y protecciones de la sesión 1. - Preguntar: "¿Qué ha cambiado desde entonces?" 3. Actualización del mapa (15 minutos) - En grupos, añadir nuevos riesgos/protecciones que identifiquen. 4. Análisis (15 minutos) - Discutir qué factores se han fortalecido y cuáles necesitan más trabajo. 5. Puesta en común (5 minutos) - Compartir principales cambios y conclusiones.
Cierre / Reflexión	Invitar a pensar compromisos personales para fortalecer un factor protector específico.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 6
Mes	Junio
Actividad	Sexualidad, identidad y proyecto de vida
Objetivo	Reflexionar sobre la relación entre sexualidad, identidad personal y proyecto de vida.
Materiales	Hoja de reflexión; lápices; posibles citas o textos cortos.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludas al curso y recuerdas normas de respeto y confidencialidad. • Escribes en la pizarra el título. • Dices en simple: “Hoy vamos a pensar cómo nuestras decisiones afectivas y sexuales se relacionan con quiénes somos y con lo que queremos para nuestra vida”. 2. Activación (10 minutos) • Preguntas al curso: ○ “¿Qué cosas son importantes para ustedes en su vida a futuro?” (estudios, bienestar, relaciones, tranquilidad, etc.). • Anotas palabras clave en la pizarra. • Luego preguntas: ○ “¿Qué valores quieren que estén presentes en su vida?” (respeto, libertad, cuidado, responsabilidad). • Anotas esas palabras también. 3. Conversación guiada (10 minutos) • Dices una idea simple: ○ “La sexualidad también es parte de esas decisiones de vida, no está separada.” • Preguntas: ○ “¿Qué decisiones afectivo-sexuales creen que ayudan a cuidar ese proyecto de vida?” ○ “¿Qué decisiones podrían complicarlo?”

	• Escuchas respuestas generales y vas anotando algunas en la pizarra (ej: respetar límites, evitar presión, cuidar la intimidad, pensar antes de actuar). 4. Actividad central (15 minutos) Dinámica simple en voz alta: • Planteas esta consigna al curso: ○ “Piensen en un valor importante para ustedes (por ejemplo: respeto, libertad, cuidado).” • Luego preguntas: ○ “¿Cómo se vería ese valor en una relación o decisión afectiva o sexual?” • Ejemplos que pueden salir: ○ Respeto → no presionar, escuchar al otro. ○ Cuidado → no exponerse ni exponer a otros. ○ Libertad → poder decir que no sin miedo. • Vas anotando en la pizarra: ○ Valor → decisión concreta • Construyen entre todos una lista simple. 5. Cierre (5 minutos) Preguntas final al curso: “Antes de tomar una decisión importante en relaciones o sexualidad, ¿qué les gustaría preguntarse a sí mismos?” Escuchas 2-3 respuestas (ej: “¿esto va con lo que quiero para mi vida?”, “¿me estoy cuidando?”, “¿es mi decisión o presión?”).
Cierre / Reflexión	Invitar a revisar periódicamente sus valores y metas, especialmente en momentos de decisiones importantes.

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades

	de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Julio
Actividad	Estilos de afrontamiento y resiliencia
Objetivo	Identificar estilos personales de afrontamiento y elementos de resiliencia frente a situaciones difíciles.
Materiales	Cuestionario breve sobre afrontamiento (Anexo 29)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3º medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar: "Cuando enfrentan dificultades, ¿qué suelen hacer primero?" - Anotar respuestas. 3. Cuestionario de estilos (10 minutos) - Explicar que responderán un breve cuestionario (sin entregar al docente) para identificar tendencias. 4. Trabajo individual (15--20 minutos) - Completar cuestionario y reflexionar sobre sus respuestas. 5. Puesta en común general (5 minutos) - Discutir qué estrategias ayudan más a largo plazo y cuáles más bien empeoran la situación.
Cierre / Reflexión	Recordar que la resiliencia no significa soportar situaciones de violencia, sino buscar apoyo y protección.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 8
Mes	Julio
Actividad	Sexualidad, consentimiento y responsabilidad compartida
Objetivo	Analizar el consentimiento y la responsabilidad compartida en relaciones sexuales en la adolescencia.
Materiales	Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio (5 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto. • Explicar: “Hoy se trabajará el consentimiento a partir de situaciones simples para entender cuándo es válido y cuándo no”. 2. Activación (10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué significa dar consentimiento?” • Anotar ideas en la pizarra. • Completar con ideas clave: ○ Sin presión ○ Claro ○ Se puede cambiar 3. Actividad central (20 minutos) • Explicar: ○ “Se dirán situaciones y el curso decide: Sí hay consentimiento / No hay consentimiento / Duda” • Leer situaciones breves: ○ “Alguien dice que sí, pero con miedo.” ○ “Ambas personas están de acuerdo y cómodas.” ○ “Una persona ha tomado mucho alcohol.” ○ “Primero dice que sí, luego quiere parar.” ○ “Alguien insiste hasta que el otro acepta.” • Después de cada una: ○ Preguntar: “¿Sí, no o duda?”

	○ Pedir 1 o 2 razones breves. • Anotar palabras clave en la pizarra: presión, miedo, respeto, límites. 4. Cierre (10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué hace que el consentimiento no sea válido?” • Recoger ideas: presión, miedo, alcohol, insistencia. • Cerrar con ideas claras: ○ El consentimiento debe ser libre y claro. ○ Puede cambiar en cualquier momento. ○ Si hay presión o consumo, no es válido. • Pregunta final: ○ “¿Qué es lo más importante a recordar para respetar límites?”
Cierre / Reflexión	Reforzar que en contextos de consumo, coerción o desigualdad de poder no puede hablarse de consentimiento válido.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 9
Mes	Agosto
Actividad	Violencias de género y estrategias de prevención
Objetivo	Reconocer manifestaciones de violencia de género y estrategias de prevención y apoyo.
Materiales	Definiciones breves; casos; recursos de apoyo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-7 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto, confidencialidad y seriedad del tema. • Señalar: “Esta sesión aborda situaciones reales que pueden afectar a muchas personas. Se trabajará desde el respeto y sin exponer experiencias personales.” • Escribir el título y leer el objetivo. 2. Activación (8-10 minutos) • Preguntar:

- “¿Qué entienden por violencia de género?”
- Luego:
 - “¿En qué situaciones cotidianas creen que puede aparecer, incluso sin que siempre se note?”
- Anotar algunas ideas en la pizarra (celos, control, burlas, presión, agresiones, etc.).
- Aclarar que no siempre la violencia es física; muchas veces comienza de forma sutil.

3. Explicación breve y clara (8 minutos)

- Explicar de forma simple los tipos de violencia:
 - Psicológica: humillar, controlar, manipular, aislar.
 - Física: empujar, golpear.
 - Sexual: presionar o forzar sin consentimiento.
 - Digital: exponer, difundir contenido, controlar redes.
- Dar ejemplos generales, sin dramatizar, pero dejando claro el daño que generan.

4. Actividad central “¿Qué está pasando aquí?” (15 minutos)

- Presentar 2 o 3 situaciones breves en voz alta, por ejemplo:
 - “Una persona revisa constantemente el celular de su pareja y se enoja si no responde rápido.”
 - “Alguien presiona a su pareja para tener relaciones, diciendo que si no lo hace es porque no le importa.”
 - “Un grupo comparte fotos íntimas de una persona sin su permiso.”
- Para cada situación, trabajar en plenario (todo el curso):
 - “¿Qué tipo de violencia aparece aquí?”
 - “¿Qué señales de alerta se ven?”
 - “¿Cómo se podría actuar para frenar esta situación?”
- Ir anotando en la pizarra:
 - Tipo de violencia
 - Señales de alerta
 - Posibles acciones (pedir ayuda, no participar, apoyar a la persona afectada, etc.)

5. Reflexión sobre el rol de testigos (7 minutos)

- Preguntar:

	○ “¿Qué pasa cuando quienes ven estas situaciones no hacen nada?” ○ “¿Qué significa ser un/a aliado/a en estas situaciones?” • Guiar hacia ideas como: ○ No reír ni validar ○ No compartir contenido ○ Apoyar a la persona afectada ○ Avisar a un adulto o institución
Cierre / Reflexión	Dejar claro que nunca se justifica la violencia y que existen mecanismos formales para denunciar y proteger.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 10
Mes	Agosto
Actividad	Uso problemático de tecnologías y autocuidado digital
Objetivo	Identificar señales de uso problemático de tecnologías y definir estrategias de autocuidado digital.
Materiales	Cuestionario sobre uso de pantallas(Anexo 30); Pizarra, plumones.
Desarrollo	1. Inicio (5 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto. • Explicar: “Esta sesión busca identificar cuándo el uso de tecnología deja de ser saludable y qué se puede hacer para cuidarse”. • Escribir el título en la pizarra. 2. Activación (8-10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Cómo se dan cuenta de que el uso del celular o redes les está afectando?” • Anotar respuestas en la pizarra, por ejemplo: ○ Falta de sueño ○ Distracción ○ Ansiedad

	○ Comparaciones ○ Problemas con otras personas • Agrupar ideas en dos categorías: ○ Emocional ○ Conductual (hábitos) 3. Cuestionario de autodiagnóstico (10–12 minutos) • Indicar que cada estudiante responderá de forma personal. • Aclarar que no se comparte con el curso. • Leer o proyectar el cuestionario. 4. Reflexión guiada (10–12 minutos) • Preguntar al curso (sin pedir respuestas personales): ○ “¿Qué hábitos aparecen más repetidos en general?” ○ “¿Qué cosas del uso digital afectan más: el tiempo, el contenido o las emociones?” • Guiar hacia ideas clave: ○ No solo importa cuánto tiempo, sino cómo se usa. ○ El impacto puede ser emocional, social y académico. 5. Estrategias de autocuidado (5–6 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué cosas ayudan a tener un uso más saludable?” • Anotar ideas en la pizarra, por ejemplo: ○ Horarios sin pantalla ○ No usar celular antes de dormir ○ Silenciar notificaciones ○ No usar celular al estudiar ○ Elegir mejor el contenido
Cierre / Reflexión	Recomendar involucrar a la familia en acuerdos de uso de dispositivos cuando sea posible.

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre -- Sesión 11
Mes	Septiembre

Actividad	Decisiones digitales y consecuencias – Reflexión a partir de video
Objetivo	Reflexionar sobre las consecuencias de decisiones en contextos digitales y la importancia del respeto, el consentimiento y el autocuidado.
Materiales	Video Contra el sexting el horro que viven las victimas
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludar y recordar normas de respeto y confidencialidad. • Explicar: “Se analizará un video sobre una situación digital realista para reflexionar sobre decisiones y sus consecuencias.” • Escribir el título en la pizarra. 2. Activación (8 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué riesgos existen hoy en redes sociales cuando se comparten fotos o información personal?” • Anotar ideas en la pizarra (exposición, burlas, difusión, pérdida de control, etc.). 3. Visualización del video (7 minutos) • Presentar el video sobre sexting. • Pedir observar en silencio pensando en: ○ ¿Qué ocurre? ○ ¿Cómo se siente la persona? 4. Análisis guiado (15–18 minutos) En plenario: • Preguntar: ○ “¿Qué le ocurre a la protagonista?” ○ “¿Qué decisiones hacen que la situación empeore?” • Profundizar: ○ “¿Quiénes participan en el daño?” (no solo quien envía, también quien reenvía, comenta, se burla). • Luego preguntar: ○ “¿Qué consecuencias aparecen?” (emocionales, sociales, personales). • Escribir en la pizarra dos columnas: ○ Decisiones que generan daño

	○ Decisiones que evitan el daño (Ej: reenviar / no reenviar, presionar / respetar, exponer / cuidar la intimidad) 5. Reflexión final (10 minutos) • Preguntar al curso: ○ “¿Qué se podría haber hecho distinto en esta situación?” ○ “Si alguien recibe una imagen íntima, ¿qué debería hacer?” • Guiar hacia ideas clave: ○ No reenviar ○ Respetar la intimidad ○ No presionar ○ Pedir ayuda si es necesario
Cierre / Reflexión	Sugerir revisar la hoja en casa o con un adulto significativo, si se sienten cómodos.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 12
Mes	Octubre
Actividad	Integración de aprendizajes: colaboración y cuidado entre pares
Objetivo	Integrar los contenidos del taller mediante actividades colaborativas que fortalezcan la confianza, la comunicación respetuosa y el apoyo entre pares, mejorando la relación entre compañeros y compañeras.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas o cuadernos de los estudiantes.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Conectar con el propósito del taller en 3º medio: cuidarse a sí mismos y también cuidar la relación con otros.

- Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta.

2. Conversación inicial (10 minutos)

- Preguntar al curso:
 - “¿Qué cosas han ayudado a llevarse mejor entre ustedes este año?”
 - “¿Qué cosas han dificultado la convivencia o la confianza?”
- Anotar en la pizarra ideas que surjan (respeto, burlas, apoyar, ignorar, escuchar, chismes, etc.).
- Cerrar esta parte con una frase breve:
 - “Hoy vamos a mirar cómo podemos colaborar más y cuidarnos mejor entre pares.”

3. Dinámica en grupos ‘Cómo nos cuidamos entre nosotros’ (15 minutos)

- Formar grupos de 4–5 estudiantes.
- Pedir que conversen y respondan a tres preguntas:
 - “¿Qué actitudes entre compañeros ayudan a que el curso se sienta un lugar seguro?”
 - “¿Qué cosas dañan la relación entre pares, aunque parezcan ‘broma’?”
 - “¿Qué podríamos hacer, como grupo, para mejorar el trato y apoyarnos más cuando alguien está pasando por algo difícil?”
- Una persona en cada grupo anota las ideas principales.
- Recordar que hablen desde ejemplos reales, pero sin nombrar personas para cuidar la confidencialidad.

4. Puesta en común colaborativa (10 minutos)

- Cada grupo comparte 2–3 ideas clave:
 - Para cuidar la relación entre pares.
 - Para mejorar el trabajo colaborativo y el apoyo mutuo.
- El/la docente construye en la pizarra una lista de “Acuerdos de colaboración y buen trato”, con propuestas de los grupos, por ejemplo:
 - Evitar burlas y comentarios humillantes.

	○ Escuchar sin juzgar cuando alguien cuenta algo personal. ○ No difundir cosas que se comparten en confianza. ○ Ofrecer ayuda o buscar apoyo adulto cuando alguien está mal. ○ Respetar diferencias y opiniones diversas. • Preguntar: ○ “¿Cuál de estos acuerdos creen que es más desafiante de cumplir como curso?” ○ “¿Qué necesitarían del grupo para que estos acuerdos no queden solo en la pizarra?”
Cierre / Reflexión	Agradecer la participación y reconocer que mejorar la convivencia es un proceso. Ofrecer la posibilidad de conversaciones individuales o en pequeños grupos para quienes deseen profundizar en temas de convivencia, conflicto o apoyo entre compañeros.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 13
Mes	Octubre
Actividad	Mirada hacia el futuro: transiciones y desafíos
Objetivo	Reflexionar sobre la transición a 4º medio y desafíos de autonomía, responsabilidad y autocuidado.
Materiales	Hoja block; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3º medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos)

	- Preguntar: "¿Qué cambios esperan o temen respecto al próximo año?" - Anotar algunos. 3. Trabajo individual (15--20 minutos) - Escribir sobre miedos, expectativas y recursos personales para enfrentarlos. 4. Puesta en común opcional (10 minutos) - Compartir uno de los desafíos que visualizan y qué factor protector quieren fortalecer. 5. Revisión de redes (10 minutos) - Revisar su mapa de redes y actualizarlo considerando la transición.
Cierre / Reflexión	Invitar a conversar estos temas con la familia y referentes significativos.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 14
Mes	Noviembre
Actividad	Proyecto personal de factores protectores con mapa en cuadrantes
Objetivo	Diseñar un plan personal para fortalecer factores protectores clave frente a riesgos identificados, utilizando una dinámica visual y colaborativa en la pizarra.
Materiales	Plantilla de proyecto de factores protectores (Anexo 31); lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3º medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (5--10 minutos) - Preguntar: "¿Qué 2--3 factores protectores consideran más importantes en su vida ahora?" - Anotar algunos. 3. Explicación de la plantilla (5 minutos)

	- Presentar secciones del plan: factor protector, acciones concretas, apoyos necesarios, plazos. 4. Trabajo individual (20 minutos) - Completar plantilla con acciones realistas. 5. Puesta en común opcional (10 minutos) - Quien quiera comparte una acción que se propone realizar.
Cierre / Reflexión	Sugiere que compartan al menos un objetivo de este plan con alguien de confianza para tener apoyo externo.

Campo	Contenido
Sesión	2° semestre -- Sesión 15
Mes	Septiembre
Actividad	Construcción de redes de apoyo entre pares
Objetivo	Fortalecer el rol del curso como red de apoyo y cuidado mutuo.
Materiales	Block pequeño; dinámicas de reconocimiento.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Conectar brevemente con el propósito del taller en 3° medio (trabajar factores protectores frente a distintos riesgos). - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (5 minutos) - Preguntar: "¿En qué momentos han sentido apoyo de sus compañeros/as?" - Anotar ejemplos generales. 3. Dinámica de reconocimiento (25 minutos) - Se les pide que se levanten de sus sillas. - Cada estudiante toma una hoja de block y la ubica en su silla. - Luego se les pide, en línea, que miren hacia la muralla. - Desde la esquina, cada estudiante escribirá solo cosas positivas de su compañero/a por lo que lo/la valoran.

	- Una vez todos terminen, darles 5 minutos para que lean en silencio y de manera individual lo que les escribieron. 4. Trabajo grupal (10 minutos) - Invitar, de manera voluntaria, a quienes quieran puedan compartir que sintieron al leer los mensajes.
Cierre / Reflexión	Cuidar que nadie quede expuesto negativamente en la dinámica; enfocar siempre en el reconocimiento positivo.

TEM 6

Primer semestre

Unidad 2	Relaciones interpersonales, convivencia y buen trato
Objetivo de la Unidad	Observar, describir y valorar las expresiones de afecto y cariño que dan y reciben, reconociendo el conflicto como parte de la convivencia y practicando formas respetuosas de relacionarse y resolverlo.
Eje	Relaciones interpersonales / Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 1
Abril	Marzo
Actividad	Balance personal y expectativas para el cierre de ciclo
Objetivo	Realizar un balance personal de los aprendizajes previos en TEM y definir expectativas para el último año escolar.
Materiales	Hoja en blanco; lápices; papelógrafo.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Contextualizar que este es el último ciclo de TEM en la enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué recuerdan de los talleres de años anteriores que haya sido significativo para ustedes?" - Anotar temas clave (sexualidad integral, factores protectores, redes, proyecto de vida). 3. Trabajo individual de balance (15--20 minutos) - Entregar una hoja con preguntas sobre aprendizajes, cambios personales y dudas pendientes. - Dar tiempo para responder de manera honesta y personal.

	4. Puesta en común opcional (10--15 minutos) - Invitar a compartir, quien quiera, un aprendizaje importante y una expectativa para este año. 5. Sistematización en papelógrafo (10 minutos) - Registrar en el papelógrafo expectativas del grupo para TEM 6.
Cierre / Reflexión	Animar a conservar la hoja de balance como insumo para futuras decisiones personales y orientaciones.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 2
Mes	Mayo
Actividad	Proyecto de vida post escolar y toma de decisiones complejas
Objetivo	Profundizar en el proyecto de vida post escolar y analizar decisiones complejas asociadas a estudio, trabajo, relaciones y autonomía.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas o cuadernos, lápices; Sala de computación
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Contextualizar que este es el último ciclo de TEM en la enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación en aula (10 minutos) • Preguntar: ○ “¿Qué alternativas imaginan para el próximo año (estudiar, trabajar, combinar, viajar, otros)?” • Anotar en la pizarra las alternativas principales que surjan. • Preguntar: ○ “¿Qué partes de esas alternativas conocen bien y qué cosas todavía no saben (requisitos, duración, costos, apoyos, etc.)?” • Explicar que esas dudas se van a usar como guía para la investigación.

3. Investigación en sala de internet (15–20 minutos)

Trasladarse a la sala de internet o encender computadores/celulares autorizados.

Indicaciones:

- Cada estudiante elige **una alternativa principal** relacionada con su proyecto de vida post escolar:
 - Carrera o formación específica.
 - Tipo de trabajo u oficio.
 - Otra opción realista (por ejemplo, programa técnico, preuniversitario, emprendimiento sencillo, etc.).
- Con esa opción, buscan información sobre:
 - Requisitos (académicos, habilidades, pruebas, experiencia).
 - Dónde se puede estudiar o trabajar eso (instituciones, empresas, programas).
 - Duración aproximada de la formación o de los procesos.
 - Costos y posibles apoyos (becas, financiamiento, horarios, traslados).
 - Ventajas y posibles dificultades (ej.: carga académica, distancia, competencia, impacto en la vida familiar).
- Cada estudiante registra lo que va encontrando en su cuaderno, no solo copiando, sino anotando lo que le parece más relevante para su propia realidad (por ejemplo: “esto me conviene”, “esto sería difícil”, “no sabía esto”).

Si alguien no tiene clara su alternativa, puede investigar dos opciones y comparar brevemente.

4. Lista de acciones y decisiones complejas (15–20 minutos)

De vuelta en el aula, o aún en la sala de internet si es más cómodo:

- Explicar que ahora deberán transformar la información en **una lista de acciones y decisiones concretas**, conectando con el objetivo de la sesión.
- Escribir en la pizarra preguntas guía:
 - “Si eso es lo que quieres, ¿qué deberías hacer este año y el próximo para acercarte a esa meta?”
 - “¿Qué decisiones complejas podrías enfrentar (por ejemplo, trabajo vs estudio, mudarte, asumir más responsabilidades en casa)?”

	○ “¿Qué factores protectores necesitas fortalecer para tomar esas decisiones de forma responsable (organización, apoyo emocional, información, redes de apoyo)?” Cada estudiante elabora en su cuaderno una lista de pasos, por ejemplo: • Acciones académicas: ○ Mejorar ciertas asignaturas. ○ Informarse sobre requisitos específicos de ingreso. ○ Preparar pruebas o procesos de postulación. • Acciones personales: ○ Ordenar horarios y hábitos de estudio. ○ Cuidar salud mental y autocuidado. ○ Desarrollar habilidades necesarias (ej.: responsabilidad, comunicación, manejo del tiempo). • Acciones de apoyo y redes: ○ Conversar con orientación vocacional del establecimiento. ○ Hablar con personas que ya están en esa carrera/trabajo. ○ Buscar información sobre becas o apoyos económicos. Se puede pedir que al final numeren sus 3 pasos más importantes o más urgentes. 5. Puesta en común breve (5-10 minutos) • En parejas o grupos pequeños, compartir voluntariamente: ○ La opción que investigaron. ○ Uno o dos pasos que consideran clave o una decisión compleja que identificaron.
Cierre / Reflexión	Sugerir revisar el proyecto con personas significativas y con orientación vocacional del establecimiento.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 3
Mes	Junio

Actividad	Autonomía, dependencia y vínculos significativos en la adultez joven
Objetivo	Reflexionar sobre autonomía, dependencia y construcción de vínculos significativos en la etapa de adultez joven.
Materiales	Guía de reflexión; tarjetas con escenas sobre autonomía y dependencia.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5–10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Recordar que este es el último ciclo de TEM en enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar. • Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. • Explicar que será una sesión centrada en conversar con honestidad sobre cómo se imaginan su vida adulta inicial: qué quieren decidir por sí mismos y de qué cosas creen que seguirán dependiendo. 2. Activación: “Mapa de la autonomía y la dependencia” (10 minutos) En la pizarra, dibujar dos columnas grandes: • Columna izquierda: “Autonomía: cosas que quiero decidir yo” • Columna derecha: “Dependencia / apoyo: cosas en las que seguiré necesitando ayuda o acompañamiento” Indicar que pueden pensar en temas como: • Dinero, vivienda, estudios, trabajo, salud, emociones, pareja, familia, amistades, tiempo libre, etc. Dinámica: • Pedir que, a mano alzada y de forma espontánea, digan ejemplos para cada columna. • Escribir sus aportes (sin juzgar, sin comentar en profundidad aún). • Luego preguntar: ○ “¿Les llama la atención algo de lo que queda en cada lado?” ○ “¿Hay algo que les gustaría mover de una columna a la otra con el tiempo?”

Esto abre la puerta a ver que autonomía y dependencia no son blanco y negro, sino un proceso.

3. Conversación guiada en grupos pequeños (15–20 minutos)

Formar grupos de 4–5 estudiantes.

Explicar que harán una conversación honesta sobre **cómo se imaginan sus vínculos y su autonomía** en la adultez joven, sin escenas escritas ni guías formales.

Proponer 3 preguntas disparadoras (escritas en la pizarra):

1. “Cuando piensan en los próximos 5 años, ¿en qué cosas les gustaría ser realmente autónomos/as?”
2. “¿En qué aspectos creen que seguirán dependiendo de otros (familia, pareja, amistades, redes, instituciones) y qué sienten respecto a eso?”
3. “¿Qué características debería tener un vínculo significativo (amistad, pareja, familia, mentor, red profesional) para ayudarles a crecer sin controlarles?”

Indicar que:

- No es necesario que todos hablen igual; pueden escucharse y comentar.
- No se deben dar nombres de personas específicas si van a contar cosas sensibles.
- Pueden anotar ideas clave en una hoja si quieren, pero no es obligatorio.

Mientras conversan, el/la docente circula, escucha y cuida el ambiente, sin intervenir todo el tiempo, solo si se requiere contención o encuadre.

4. Puesta en común: “Lo que queremos cuidar en nuestros vínculos” (10 minutos)

Volver al plenario.

- Pedir que cada grupo comparta 2–3 ideas que hayan surgido sobre:
 - Qué entienden por **autonomía sana**.
 - Qué consideran un **vínculo significativo** en la adultez joven.

En la pizarra, construir entre todos una lista de elementos que aparezcan, por ejemplo:

- Poder decidir cosas propias sin miedo constante.

	• Contar con apoyo emocional sin sentirse controlados. • Hablar de temas difíciles con respeto. • Poder poner límites y que sean respetados. • No depender completamente del otro para sentirse valiosos. Preguntar al curso: • “¿Qué de esta lista sienten que ya existe en sus vínculos actuales?” • “¿Qué cosas les gustaría empezar a construir o cambiar desde ahora para su vida adulta?”
Cierre / Reflexión	Invitar a pensar qué tipo de vínculos quieren cultivar en su vida adulta inicial (amistades, parejas, redes profesionales, etc.).

Segundo semestre

Unidad 2	Educación para la vida y autocuidado
Objetivo de la Unidad	Identificar y practicar, en forma guiada, conductas protectoras y de autocuidado con relación a rutinas de higiene, actividades de descanso, recreación y actividad física, hábitos de alimentación, resguardo del cuerpo y la intimidad y la entrega de información personal.
Eje	Crecimiento Personal

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 4
Mes	Julio
Actividad	Sexualidad, consentimiento y derechos en la vida adulta
Objetivo	Analizar el consentimiento y los derechos sexuales y reproductivos en el contexto de la adultez joven.
Materiales	Resumen de derechos sexuales y reproductivos; casos breves para análisis. (Anexo 32)
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación.

	- Contextualizar que este es el último ciclo de TEM en la enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos) - Preguntar: "¿Qué derechos creen que tienen como personas en el ámbito de la sexualidad?" - Anotar ejemplos. 3. Presentación de derechos clave (10--15 minutos) - Exponer brevemente derechos sexuales y reproductivos relevantes (información, privacidad, decidir, recibir atención en salud). 4. Trabajo en grupos (15--20 minutos) - Analizar casos donde estos derechos se respetan o vulneran, identificando el rol de instituciones, parejas, familias. 5. Puesta en común (10 minutos) - Compartir conclusiones y dudas.
Cierre / Reflexión	Recomendar buscar fuentes oficiales y servicios de salud confiables para información y acompañamiento en decisiones sexuales y reproductivas.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 5
Mes	Agosto
Actividad	Estrategias de cuidado integral: salud mental, consumo, relaciones
Objetivo	Integrar estrategias de cuidado de salud mental, consumo responsable (o abstinencia) y relaciones sanas.
Materiales	Post-it (o papelitos adhesivos), lápices, pizarra y plumones.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5-10 minutos) • Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. • Contextualizar que este es el último ciclo de TEM en la enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar.

- Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta.

2. Activación (10 minutos)

- Preguntar:
 - “¿Qué señales les indican que su salud mental no está bien?”
 - “¿Qué suelen hacer en esos casos?”
- Anotar en la pizarra algunas señales mencionadas (ej.: no dormir bien, irritabilidad, tristeza constante, aislamiento, pensamientos negativos, etc.).
- Cerrar esta parte diciendo que hoy trabajarán en **hacer visible** las estrategias que ya tienen y las que podrían sumar.

3. Preparación de la pizarra y presentación de las tres áreas (10–15 minutos)

En la pizarra, dibujar **tres cuadros grandes** (tres columnas):

1. Salud mental

- Ejemplos de estrategias: pedir ayuda, hablar con alguien de confianza, ajustar rutinas de sueño y descanso, actividades que calman, respirar, escribir, buscar apoyo profesional.

2. Consumo (responsable o abstinencia)

- Ejemplos: decir no cuando no se quiere consumir, limitar cantidad y frecuencia, evitar consumir en momentos de malestar emocional, pedir ayuda si el consumo se vuelve problemático, informarse sobre riesgos.

3. Relaciones (vínculos sanos)

- Ejemplos: poner límites, decir lo que incomoda, no tolerar violencia ni humillaciones, salir de relaciones dañinas, buscar vínculos que aporten respeto y apoyo, pedir ayuda en relaciones de riesgo.

Explicar brevemente cada cuadro y dar algunos ejemplos en voz alta, sin llenar la pizarra para dejar espacio a los post-it.

4. Dinámica con post-it: “Estrategias que tengo y que necesito” (15–20 minutos)

Entregar varios post-it a cada estudiante (por ejemplo, 4-6) y pedir que escriban en cada uno una estrategia concreta, en frases cortas.

Al menos una estrategia para cada área:

- Salud mental
- Consumo
- Relaciones

Indicar que pueden escribir: Estrategias que ya usan. Estrategias que les gustaría empezar a usar.

A medida que van terminando, pedir que pasen a la pizarra y peguen sus post-it en el cuadro correspondiente:

- Salud mental
- Consumo
- Relaciones

Mientras pegan, animar a que lean algunas estrategias de otros (sin comentar en voz alta aún) para ver ideas que tal vez no habían pensado.

5. Puesta en común con el mapa de la pizarra (10 minutos)

Con los post-it ya pegados:

Recorrer junto al curso los tres cuadros, leyendo en voz alta algunas estrategias que aparecieron en cada área.

Preguntar:

“¿En qué cuadro se ven más estrategias? ¿Qué les dice eso de lo que cuidan más?”

“¿En qué área aparecen menos ideas? ¿Qué podríamos reforzar?”

Preguntar al grupo:

“¿Qué estrategia de otro/a les pareció que podrían incorporar a su propia vida?”

	“¿Qué estrategia creen que les ayudaría más en momentos difíciles?” Si el tiempo lo permite, pedir que cada estudiante elija tres estrategias del mapa (una de cada cuadro) y las anote en su cuaderno como “mis compromisos de cuidado integral”.
Cierre / Reflexión	Enfatizar que el cuidado integral implica mirar las tres áreas juntas: salud mental, consumo y relaciones, porque todas se influyen entre sí.

Campo	Contenido
Sesión	1er semestre -- Sesión 6
Mes	Septiembre
Actividad	Redes y rutas de apoyo para la vida post escolar
Objetivo	Identificar redes y rutas de apoyo disponibles fuera del colegio para la etapa post escolar.
Materiales	Pizarra, plumones, hojas o cuadernos, lápices.
Desarrollo	2. Activación: “¿De qué me voy a hacer responsable?” (10 minutos) • Preguntar al curso: ○ “Después de egresar, ¿de qué cosas creen que van a ser más responsables ustedes mismos?” • Anotar en la pizarra ideas que surjan: ○ Organización del tiempo, estudios, trabajo, dinero, salud, consumo, relaciones, decisiones legales, etc. • Luego preguntar: ○ “¿Qué consecuencias podrían tener esas decisiones si no se toman con cuidado?” • Dejar instalada la idea de que responsabilidad y consecuencia van de la mano. 3. Conversación guiada: decisiones y consecuencias (15 minutos) En plenario o en grupos pequeños (según tu estilo): • Proponer algunas situaciones típicas de la vida post escolar (sin usar tarjetas formales, solo en voz alta): ○ Manejo del dinero (gastos, deudas, trabajo informal).

- Consumo de alcohol y otras sustancias en contextos de estudio o trabajo.
- Uso de redes sociales y exposición de información personal.
- Manejo de relaciones (pareja, amistades, convivencia).

Para cada ámbito, preguntar:

- “Si una persona decide X, ¿qué podría pasar a corto y a largo plazo?”
- “¿Qué sería una decisión más responsable en ese mismo ámbito?”

Ir anotando en la pizarra algunos ejemplos de:

- Decisiones poco responsables + posibles consecuencias.
- Decisiones más cuidadas + posibles beneficios.

4. Cómo buscar ayuda como jóvenes adultos (15–20 minutos)

Enfatizar que hacerse responsable **no significa hacerlo todo solo**, sino saber **cuándo y cómo pedir ayuda**.

Pedir que, individualmente o en parejas, respondan en su cuaderno:

1. “En qué tipo de situaciones me imagino que necesitaré ayuda después de salir del colegio?”
 - a. Ej.: problemas de salud mental, dificultades económicas, crisis familiar, problemas legales, dudas vocacionales, consumo problemático, relaciones conflictivas.
2. “¿A quién o dónde podría acudir en esos casos?”
 - a. Personas (familia, amistades, adultos de confianza).
 - b. Instituciones (centros de salud, municipalidad, programas juveniles, orientación laboral, etc.).
3. “¿Qué me cuesta a mí para pedir ayuda (vergüenza, desconfianza, miedo a que no me crean, etc.) y qué podría ayudarme a hacerlo igual?”

Luego, recoger algunas respuestas en plenario (voluntarias) y reforzar ideas como:

- Pedir ayuda temprano reduce el daño de las consecuencias.
- Buscar apoyo es parte de la responsabilidad, no lo contrario.
- No todo se resuelve entre amigos; a veces es necesario apoyo profesional.

	5. Puesta en común general (10 minutos) • Preguntar al curso: ○ “¿Qué decisiones creen que serán más críticas en los próximos años para su bienestar?” ○ “¿Qué tipo de ayuda les gustaría tener disponible como jóvenes adultos?” • En la pizarra, construir una lista con dos columnas: ○ Responsabilidades clave (ej.: estudio, trabajo, salud, relaciones, consumo). ○ Formas de buscar ayuda (hablar, informarse, acudir a servicios, pedir consejo, etc.). • Destacar que cada estudiante puede tener un “mapa personal” de gente y lugares a los que acudir cuando las consecuencias de una decisión se escapan de lo que puede manejar solo.
Cierre / Reflexión	Invitar a guardar la plantilla en un lugar accesible y compartirla con personas significativas.

Campo	Contenido
Sesión	2º semestre -- Sesión 7
Mes	Octubre
Actividad	Cierre TEM 6: despedida y proyección a la vida adulta
Objetivo	Realizar un cierre reflexivo del ciclo de TEM, integrando aprendizajes y proyectando la vida adulta.
Materiales	Papelógrafo; tarjetas; lápices.
Desarrollo	1. Inicio y encuadre (5--10 minutos) - Saludar al curso y recordar normas de respeto, confidencialidad y participación. - Contextualizar que este es el último ciclo de TEM en la enseñanza media, orientado a consolidar factores protectores para la vida post escolar. - Escribir en la pizarra el título de la sesión y leer el objetivo en voz alta. 2. Activación (10 minutos)

	- Preguntar: "Si tuvieran que resumir en pocas palabras lo que ha significado TEM desde 7º hasta ahora, ¿qué dirían?" - Anotar palabras clave (acompañamiento, información, reflexión, etc.). 3. Lluvia de aprendizajes significativos (10--15 minutos) - Pedir que escriban en tarjetas un aprendizaje o cambio de mirada que se llevan del ciclo completo. - Pegar las tarjetas en un papelógrafo. 4. Organización y diálogo (15--20 minutos) - Agrupar tarjetas por temas y conversar sobre cómo creen que estos aprendizajes pueden acompañarles en la vida adulta. 5. Ritual de cierre simbólico (10--15 minutos) - Proponer una dinámica de cierre (por ejemplo, círculo donde cada uno comparte un deseo de cuidado para el grupo o un consejo para sí mismo en el futuro).
Cierre / Reflexión	Opcional: invitar a escribir una carta a su "yo adulto" con compromisos de autocuidado, que pueden guardar de forma personal.

7.- CRONOGRAMAS POR NIVEL

Cronograma Jardín

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	Guías	Roles en el conflicto (KiVA)
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi burbuja personal
Mayo	1	Guías	Mi cuerpo se expresa
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi cuerpo es mío: partes íntimas
Junio	1	Guías	Resolviendo conflictos en grupo
	2	Psicóloga / Orientadora	“Elegimos conductas que cuidan a los demás”
Julio	1	Guías	Personas de confianza y redes de apoyo
	2	Psicóloga / Orientadora	Autocuidado en mi día a día
Agosto	1	Guías	Cuidando mi información personal
	2	Psicóloga / Orientadora	La importancia de la verdad.
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Así soy yo y mi familia
Octubre	1	Guías	Yo soy único y especial
	2	Psicóloga / Orientadora	Yo cuido mi cuerpo todos los días
Noviembre	1	Guías	Mi escudo de buen trato
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi cuerpo es un tesoro

Cronograma Prescolar (Casa de Niños)

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	Guías	Roles en el conflicto (KiVA)
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi burbuja personal
Mayo	1	Guías	Resolviendo conflictos en grupo
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi cuerpo es mío: partes íntimas
Junio	1	Guías	Mi cuerpo se expresa
	2	Psicóloga / Orientadora	La botella de la calma
Julio	1	Guías	Mural: “Así somos”
	2	Psicóloga / Orientadora	Autocuidado en mi día a día
Agosto	1	Guías	Cuidando mi información personal
	2	Psicóloga / Orientadora	Promesas y confianza
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Mis fortalezas
Octubre	1	Guías	Así nos cuidamos (cuento de Andrea)
	2	Psicóloga / Orientadora	Cuando algo se rompe, ¿a quién pedimos ayuda?
Noviembre	1	Guías	Mi escudo de buen trato
	2	Psicóloga / Orientadora	“Cosas importantes y ayudar en casa”

Cronograma Taller 1 – 6 a 9 años (1° a 2° básico)

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	Guía	¿Qué es un conflicto?
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi burbuja personal
Mayo	1	Guía	Roles en el conflicto (KiVA)
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi cuerpo es mío: partes íntimas
Junio	1	Guía	¿Qué son los conflictos? - Historia de Simón y Matías
	2	Psicóloga / Orientadora	Personas de confianza y redes de apoyo
Julio	1	Guía	El puente de la comunicación: La voz
	2	Psicóloga / Orientadora	Elegimos conductas que cuidan a los demás
Agosto	1	Guía	Mi cuerpo y mis características
	2	Psicóloga / Orientadora	Autocuidado en mi día a día
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Secretos, promesas y confianza
Octubre	1	Guía	Autocuidado en el camino a casa y en la calle
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi información personal
Noviembre	1	Guía	Mi escudo de buen trato
	2	Psicóloga / Orientadora	Cuidando mi bienestar digital

Cronograma Taller 2 – 9 a 10 años (3° y 4° básico)

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	Guía	Roles en el conflicto (KiVA)
	2	Psicóloga / Orientadora	Video: entendiendo los conflictos
Mayo	1	Guía	Termómetro de la confianza
	2	Psicóloga / Orientadora	Resolución de casos: malentendidos y rumores
Junio	1	Guía	Mapa de relaciones
	2	Psicóloga / Orientadora	Cuidar las relaciones con el resto
Julio	1	Guía	Mi cuerpo: cambios físicos
	2	Psicóloga / Orientadora	Higiene en la vida
Agosto	1	Guía	Emociones en la vida
	2	Psicóloga / Orientadora	Puzzle de nuestro cuerpo
Septiembre	1	Guía	Autocuidado digital y respeto en redes
Octubre	1	Guía	Mi escudo de buen trato
	2	Psicóloga / Orientadora	Secretos, presión de pares y toma de decisiones
Noviembre	1	Guía	Co-creación de significado: cierre del ciclo
	2	Psicóloga / Orientadora	La telaraña de la confianza

Cronograma Taller 3 – 10 a 12 años (5° y 6° básico)

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	Guía	Crecemos y cambiamos
	2	Psicóloga / Orientadora	Mi escultura personal
Mayo	1	Guía	Roles en el conflicto (KiVA)
	2	Psicóloga / Orientadora	Así me siento
Junio	1	Guía	Termómetro de la confianza en el grupo
	2	Psicóloga / Orientadora	Juzgado de Convivencia Escolar
Julio	1	Guía	Dimensiones de la sexualidad
	2	Psicóloga / Orientadora	Ahorcado de la pubertad
Agosto	1	Guía	Consentimiento y límites personales
		Psicóloga / Orientadora	Partes del cuerpo: Cómo se desarrolla
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Relaciones de pareja y enamoramiento (inicial)
Octubre	1	Guía	Estereotipos de género y su impacto en la afectividad
	2	Psicóloga / Orientadora	Tira y afloja de las relaciones
Noviembre	1	Guía	La red del buen trato
	2	Psicóloga / Orientadora	Cuidado del cuerpo e intimidad en entornos digitales

Cronograma TEM 1 – 7° básico

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Preguntados humano
	2	Psicóloga / Orientadora	Círculos de Confianza (Dinámica)
Mayo	1	GUÍA	Estatua de Respeto (Role- Play)
	2	Psicóloga / Orientadora	Semáforo del consentimiento
Junio	1	GUÍA	Estereotipos de género en mi vida
	2	Psicóloga / Orientadora	“Cómo quiero que sean mis relaciones”
Julio	1	GUÍA	Afectos y cuidados en mis relaciones
	2	Psicóloga / Orientadora	Relaciones en redes sociales (introducción)
Agosto	1	GUÍA	Buen trato en redes
	2	Psicóloga / Orientadora	Consentimiento y presión de pares (básico)
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Intimidad del cuerpo y de la vida privada
Octubre	1	GUÍA	Mitos sobre sexualidad en la preadolescencia
	2	Psicóloga / Orientadora	Autoestima, identidad y cuerpo
Noviembre	1	GUÍA	Cuidando mis emociones en las relaciones
	2	Psicóloga / Orientadora	Cierre TEM 1: balance de aprendizajes

Cronograma TEM 2 – 8° básico

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Recordando sexualidad integral
	2	Psicóloga / Orientadora	Relaciones en redes sociales
Mayo	1	GUÍA	Consentimiento y presión de pares
	2	Psicóloga / Orientadora	Situaciones de riesgo: ¿qué haría yo?
Junio	1	GUÍA	Círculo de decisiones en el patio
	2	Psicóloga / Orientadora	Línea del “¿siempre, a veces o nunca?”
Julio	1	GUÍA	“Carrera de acuerdos” (juego colaborativo en patio)
	2	Psicóloga / Orientadora	Riesgos en conductas online
Agosto	1	GUÍA	Autocuidado digital y afectivo
	2	Psicóloga / Orientadora	Relaciones sanas vs dañinas (profundización)
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Ocio, exploración y rutinas de autocuidado
Octubre	1	GUÍA	Roles de género y expectativas sociales
	2	Psicóloga / Orientadora	Emociones intensas y manejo del conflicto
Noviembre	1	GUÍA	Redes de apoyo y pedir ayuda
	2	Psicóloga / Orientadora	Cierre TEM 2: aprendizajes y desafíos para media

Cronograma TEM 3 – 1º medio

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Lo que sabemos y lo que creemos
	2	Psicóloga / Orientadora	Decisiones y Consecuencias
Mayo	1	GUÍA	Vínculos Saludables
	2	Psicóloga / Orientadora	Los Estereotipos
Junio	1	GUÍA	“¿De quién es esto?” – Estereotipos, equidad y convivencia
	2	Psicóloga / Orientadora	Comunicación asertiva y convivencia: “Decirlo bien”
Julio	1	GUÍA	“Lo que normalizamos” – Observando nuestras conductas
	2	Psicóloga / Orientadora	Decisiones que cuidan
Agosto	1	GUÍA	Redes de apoyo en mi entorno
	2	Psicóloga / Orientadora	Es tiempo de cuidarse: salud sexual y prevención
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Decálogo del consentimiento
Octubre	1	GUÍA	Mapa de vínculos saludables
	2	Psicóloga / Orientadora	Análisis de situaciones reales
Noviembre	1	GUÍA	Seminario socrático y proyección a 2º medio
	2	Psicóloga / Orientadora	Responsabilidad penal juvenil y sexualidad

Cronograma TEM 4 – 2º medio

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Lo que sabemos y lo que creemos
	2	Psicóloga / Orientadora	Decisiones y Consecuencias
Mayo	1	GUÍA	Exploro mis valores
	2	Psicóloga / Orientadora	¡No más! Situaciones que trasgreden el respeto
Junio	1	GUÍA	Detectives de la información digital
	2	Psicóloga / Orientadora	Cuidar la intimidad en la era digital
Julio	1	GUÍA	La paz comienza en mí: autocontrol y bienestar
	2	Psicóloga / Orientadora	Semáforo del Autocuidado
Agosto	1	GUÍA	Mi red de apoyo personal
	2	Psicóloga / Orientadora	Decisiones reales: análisis de situaciones de riesgo
Septiembre	1	GUÍA	Mapa de riesgos y protección en mi comunidad
Octubre	1	GUÍA	Infografía sobre redes de apoyo
	2	Psicóloga / Orientadora	Foro Socrático: 'La presión del grupo limita la libertad'
Noviembre	1	GUÍA	Proyecto personal de autocuidado afectivo y sexual
	2	Psicóloga / Orientadora	Responsabilidad penal juvenil y sexualidad

Cronograma TEM 5 – 3° medio

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Presentación del taller y factores protectores
	2	Psicóloga / Orientadora	Consumo de sustancias: creencias y realidades
Mayo	1	GUÍA	Redes de apoyo y búsqueda de ayuda
	2	Psicóloga / Orientadora	Relaciones de pareja y buen trato
Junio	1	GUÍA	Profundizando en riesgos y protecciones
	2	Psicóloga / Orientadora	Sexualidad, identidad y proyecto de vida
Julio	1	GUÍA	Estilos de afrontamiento y resiliencia
	2	Psicóloga / Orientadora	Sexualidad, consentimiento y responsabilidad compartida
Agosto	1	GUÍA	Violencias de género y estrategias de prevención
	2	Psicóloga / Orientadora	Uso problemático de tecnologías y autocuidado digital
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Decisiones digitales y consecuencias – Reflexión a partir de video
Octubre	1	GUÍA	Integración de aprendizajes: casos y proyectos
	2	Psicóloga / Orientadora	Mirada hacia el futuro: transiciones y desafíos
Noviembre	1	GUÍA	Proyecto personal de factores protectores
	2	Psicóloga / Orientadora	Construcción de redes de apoyo entre pares

Cronograma TEM 6 – 4° medio

Mes	Sesión	Interventor(a)	Nombre de la actividad
Abril	1	GUÍA	Balance personal y expectativas para el cierre de ciclo
Mayo	1	Psicóloga / Orientadora	Proyecto de vida post escolar y toma de decisiones complejas
Junio	1	GUÍA	Autonomía, dependencia y vínculos significativos en la adultez joven
Julio	1	Psicóloga / Orientadora	Sexualidad, consentimiento y derechos en la vida adulta
Agosto	1	GUÍA	Estrategias de cuidado integral: salud mental, consumo, relaciones
Septiembre	1	Psicóloga / Orientadora	Redes y rutas de apoyo para la vida post escolar
Octubre	1	GUÍA	Cierre TEM 6: despedida y proyección a la vida adulta

8.-ANEXOS

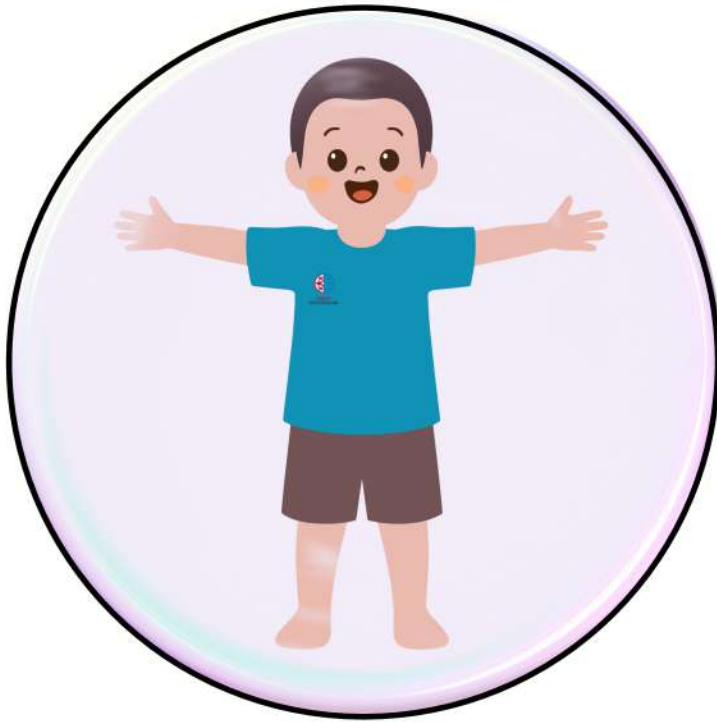
Anexo 1



Anexo 2

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

BURBUJA



SI QUIERO



NO QUIERO



TE RESPETO



Anexo 3

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



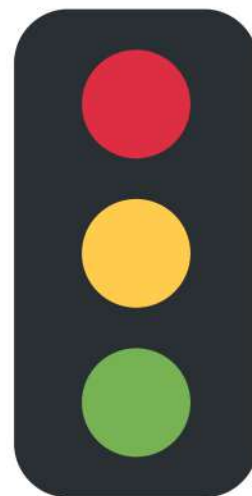
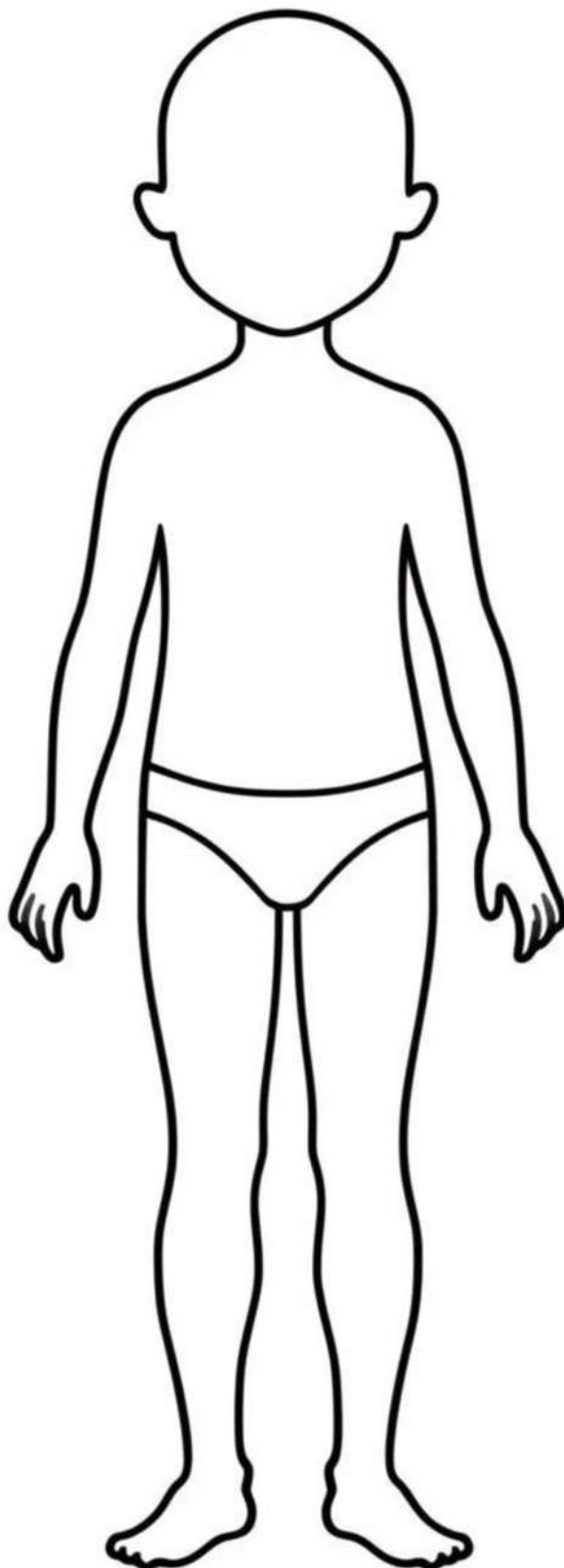
Anexo 3

Trini está triste porque sus compañeras ya no la invitan a jugar. Un día intentó jugar con Elena y Elena dijo que no. Trini se fue sola. ¿Cómo se siente Trini?
¿Qué podemos hacer para ayudarla?

María no deja que Tomás juegue en el castillo y Tomás llora. ¿Qué siente Tomás? ¿Quién puede ayudar?

Ana, riéndose, empujó a Borja. Cuando Borja se puso a llorar sus compañeros y compañeras se rieron. ¿Cómo podemos ayudar a Borja?

Anexo 4

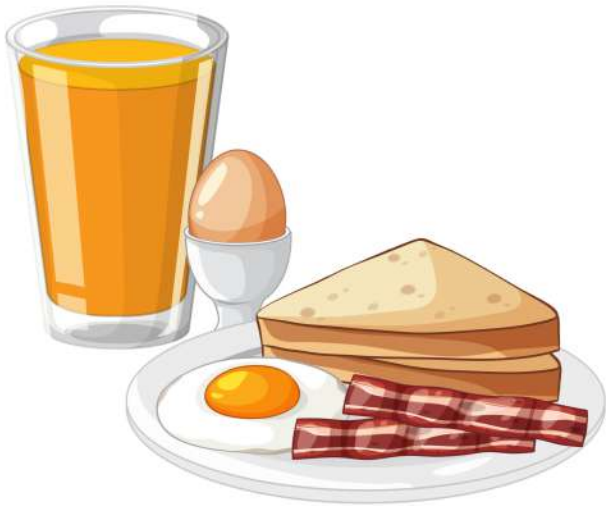


Anexo 5

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



Anexo 5



Anexo 6



Anexo 7

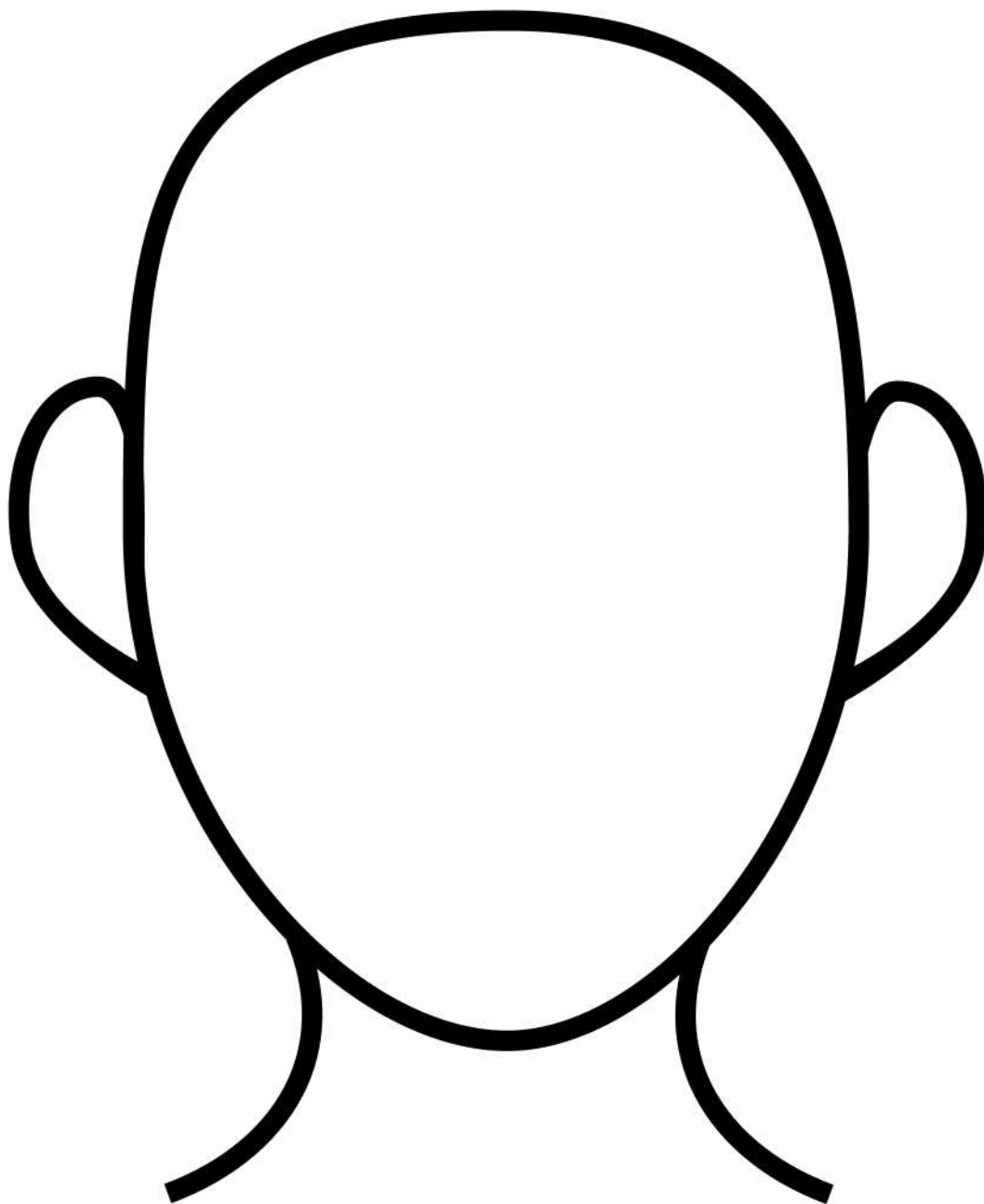
DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



Anexo 7



Anexo 8



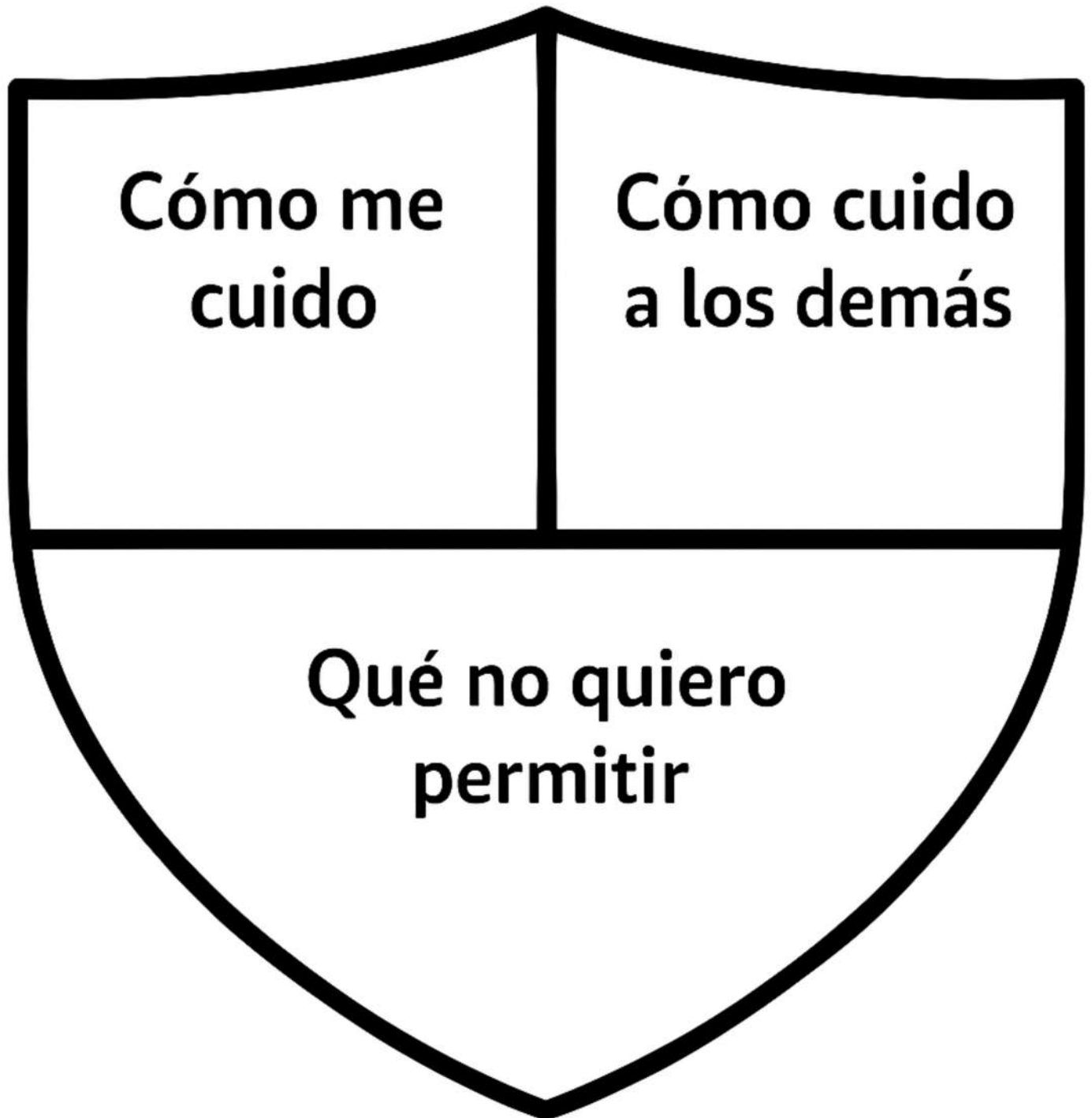
Anexo 9

Jardín y Pre escolar



Anexo 9

Taller 1



**Cómo me
cuido**

**Cómo cuido
a los demás**

**Qué no quiero
permitir**

Anexo 9

Taller 2

Cómo me cuido	Cómo cuido a los demas
Qué no quiero permitir	Una palabra importante para mi

Anexo 10

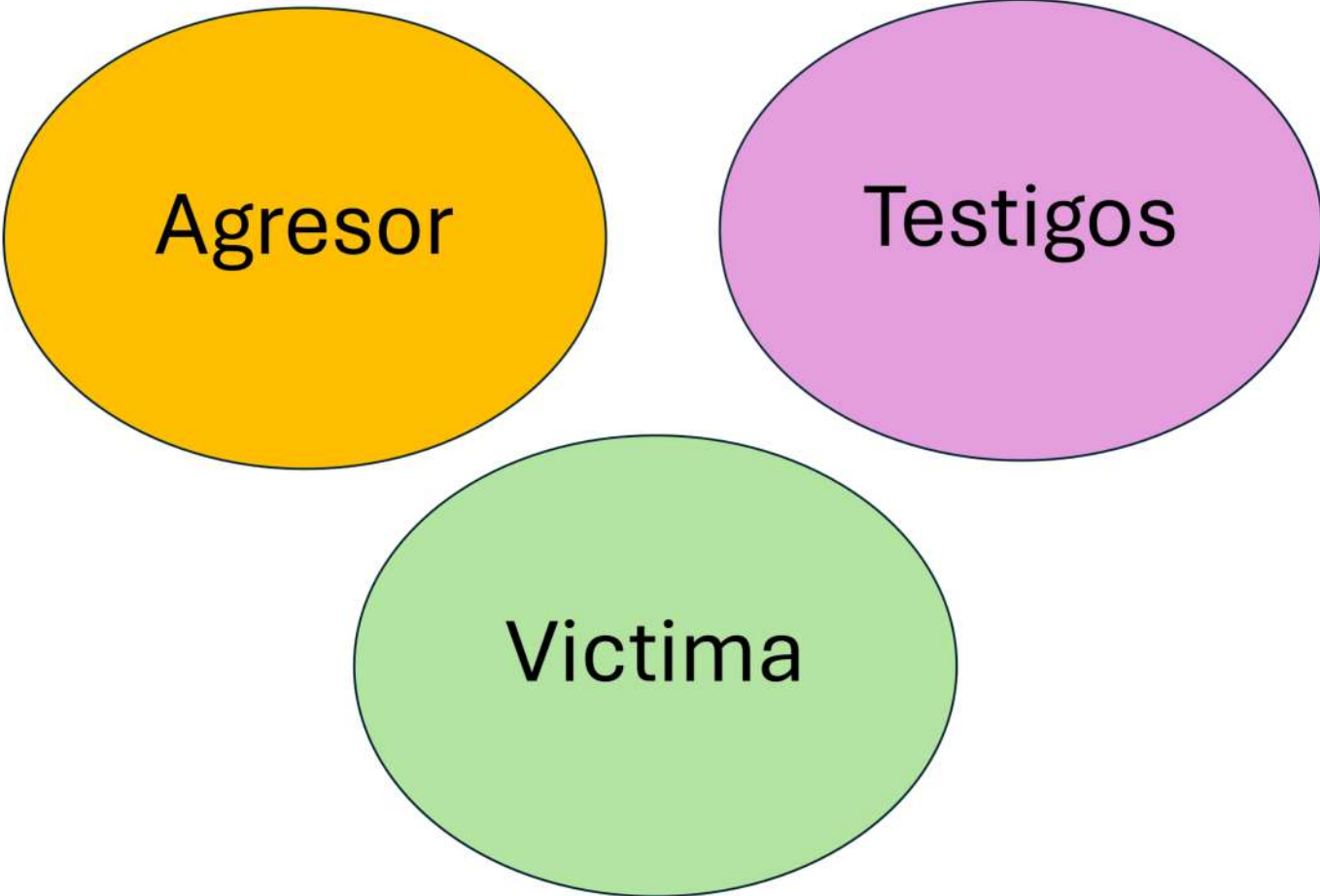
Material disponible en oficina de psicología



Anexo 11

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

MÉTODO KIVa



Agresor

Testigos

Victima

Anexo 11

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

COMPAÑEROS QUE SE RIEN

EVITAR IMPLICARSE POR MIEDO

APARIENCIA DÉBIL E INSEGURA

BAJA AUTOESTIMA

PERSONA GENERALMENTE INSEGURA

POCA EMPATÍA

Anexo 11

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

COMPORTAMIENTO PROVOCADOR

DIFICULTAD EN EL AUTOCONTROL

RESOLUCIÓN DE CONFLICTO
AGRESIVA

INTIMIDACIÓN PERMANENTE

DIFICULTAD EN EL AUTOCONTROL

FOMENTAN SITUACIÓN DE
CONFRONTACIÓN

Anexo 12

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

**MARÍA TENÍA UNA
CAJITA DE COLORES
QUE SIEMPRE
LLEVABA AL PATIO
PORQUE LE GUSTABA
DIBUJAR.**



**UN DÍA, MIENTRAS
BUSCABA UNA HOJA
PARA PINTAR, LA
CAJITA DESAPARECIÓ.**



Anexo 12

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

**LUCAS LA HABÍA TOMADO SIN
PERMISO Y LA HABÍA
ESCONDIDO DETRÁS DE UN
ARBUSTO Y LO TAPO CON SU
ROPA.**



**MARÍA AL NO ENCONTRARLA SE
PUSO A LLORAR.**



Anexo 12

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

**ALGUNOS NIÑOS SE RIERON Y LA
SEÑALARON; SOFÍA LO VIÓ PERO NO
QUISO AYUDARLA.**



**MARTÍN AYUDÓ A BUSCARLA, Y AL
ENCONTRARLA SE LA DEVOLVIÓ.**



Anexo 12



Anexo 13

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

¿QUÉ SON LOS CONFLICTOS?



SIMÓN Y MATÍAS
JUEGAN JUNTOS
TODOS LOS DÍAS.
SON MUY BUENOS
AMIGOS.



Anexo 13

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

UN DÍA, AMBOS QUERÍAN JUGAR A COSAS DISTINTAS. SIMÓN QUERÍA HACER AVIONES Y MATÍAS SALTAR EN CHARCOS.



NO PUDIERON
PONERSE DE
ACUERDO Y SE
TERMINARON
ENOJANDO ENTRE
ELLOS.



Anexo 13

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA

SU GUÍA LES EXPLICO QUE PODIAN JUGAR POR
SEPARADO CON OTROS COMPAÑEROS/AS O QUE
JUGARAN OTRO JUEGO JUNTOS.

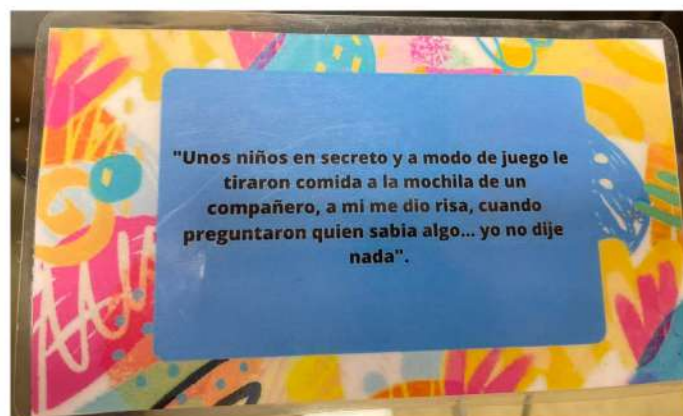
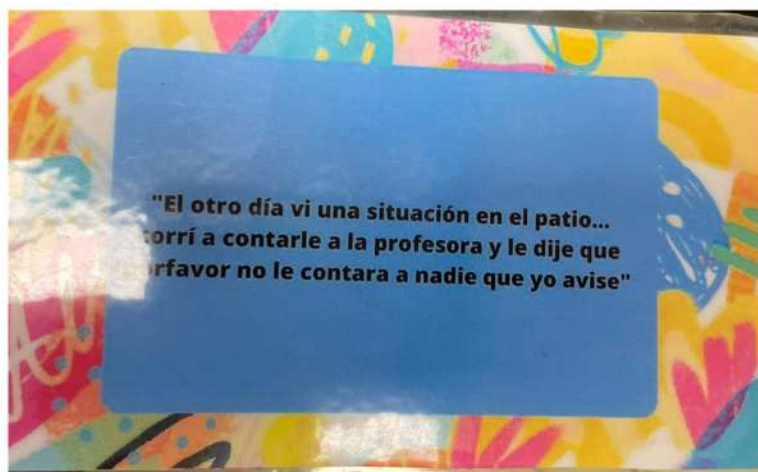
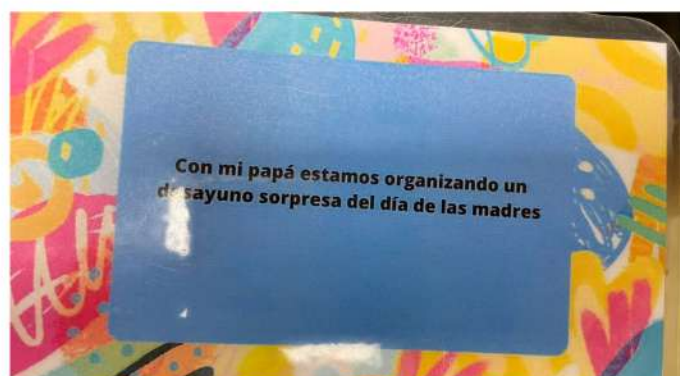
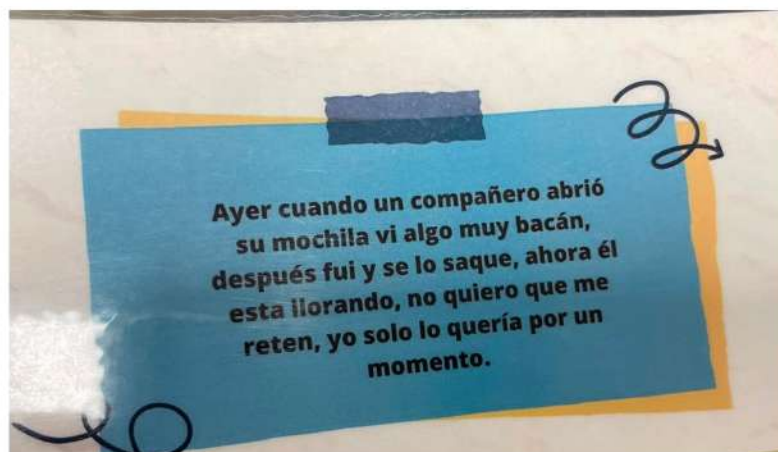
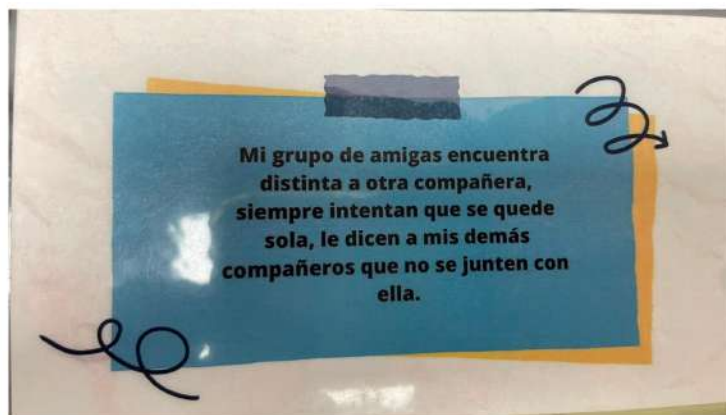
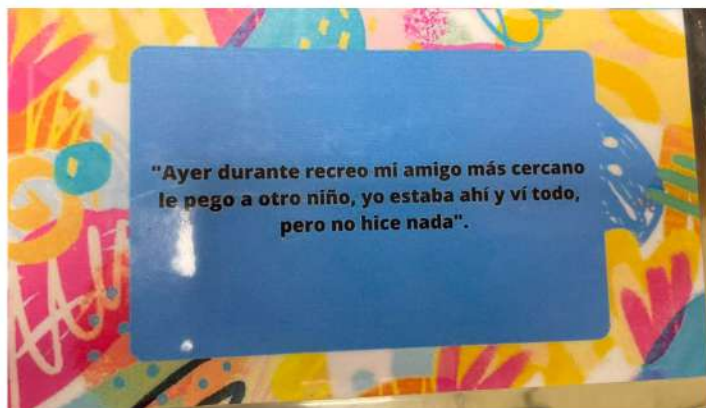


¿QUÉ HARÍAS TU?



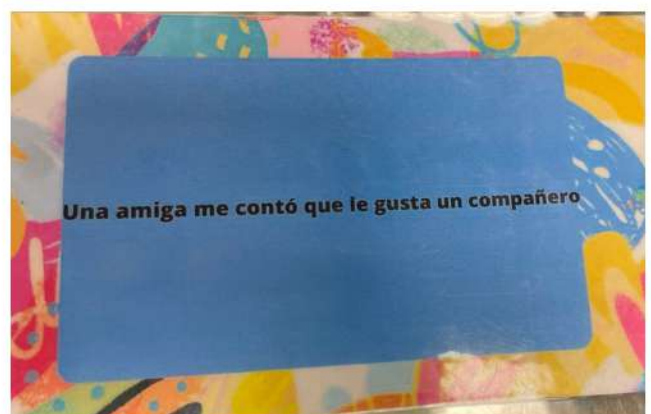
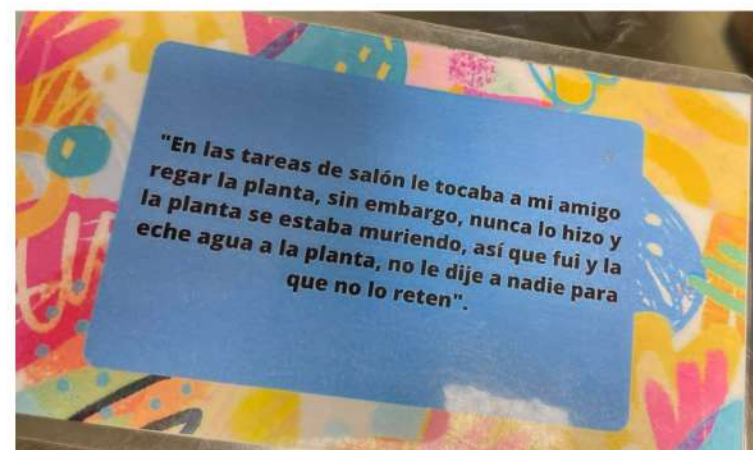
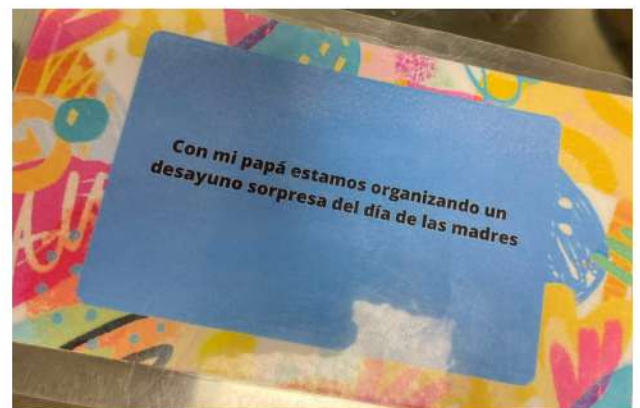
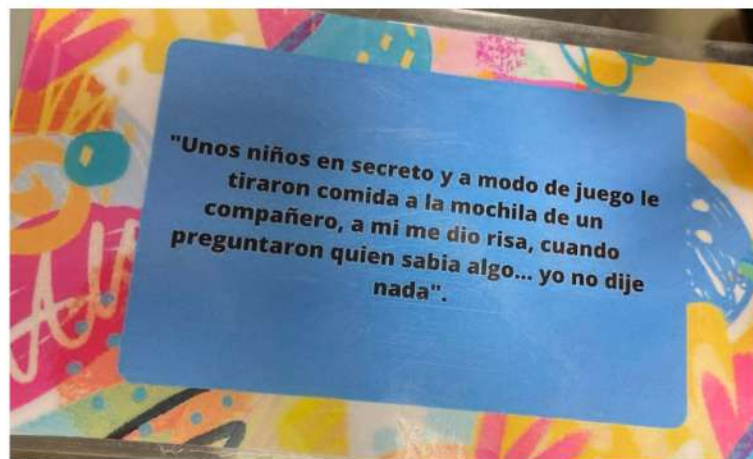
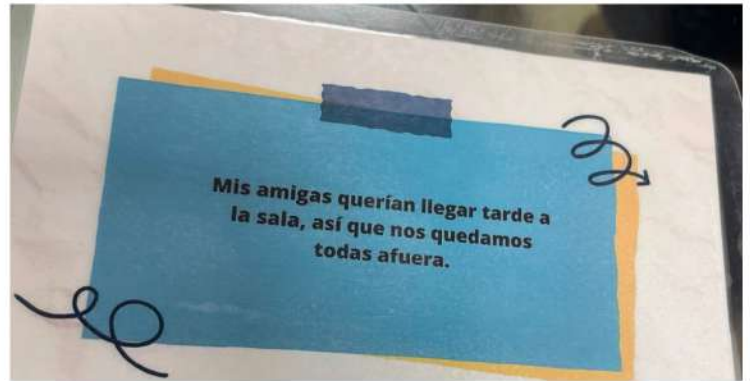
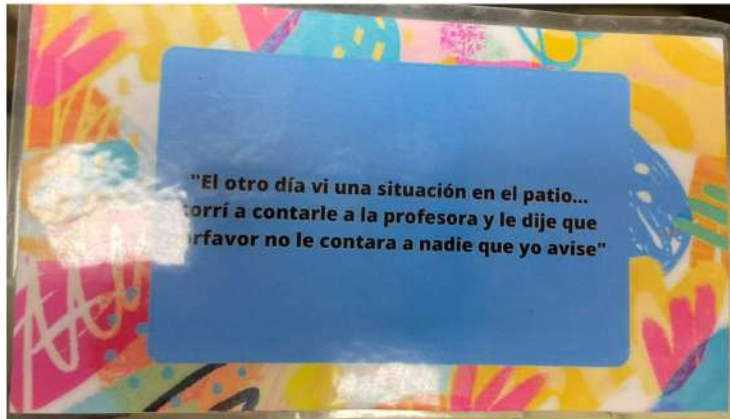
Anexo 13

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



Anexo 14

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



Anexo 15

Titulos: Tipos de conflictos

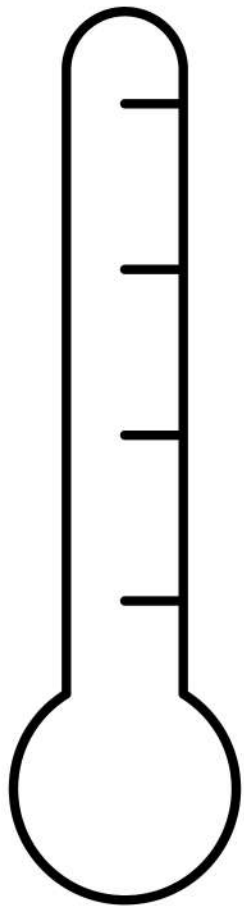
Situación: ¿Qué paso?

Identificar tipo de conflictos:
Intencionados/No intencionado

¿Cómo se solucionó?

Anexo 16

Termometro de confianza



Mucha confianza

Más o menos

Poca confianza

3 situaciones que aumentan la confianza

3 situaciones que bajan la confianza

Anexo 18

Casos Kiva:

Caso 1:

Trinidad llegó al colegio el 2022, durante ese año fue muy amiga de Constanza, Matías y Felipe, sin embargo, a comienzos del 2023 discutió con Constanza, ya que a Trinidad y Constanza les gustaba Matías.

Constanza decidió alejar del grupo a Trinidad, les dijo a todos que “ella era mentirosa y que lo único que quería era hacerle daño”, tanto Matías como Felipe le creyeron a Constanza, alejando por completo a Trinidad.

Trini intento ser amiga de Maite, pero tenían gustos distintos, hasta que conoció a Martín con quien se llevaba muy bien y al cual le contó todo lo que había sucedido.

Durante todo ese tiempo, Constanza seguía diciendo cosas malas al resto sobre Trini, incluso en alguna ocasión le escribió una carta en donde le decían que ella, Matías y Felipe la odiaban y le harían la vida imposible.

Cada vez que se veían, Constanza hacia comentarios del físico de Trini frente a más compañeros como “Mírala se viste pésimo”, “Es la más fea del colegio”, “Se quedo sola” etc.

Un día Trinidad no quiso ir más al colegio, recién ahí le contó todo lo que sucedía a sus papás.

TRINIDAD	MATÍAS
CONSTANZA	FELIPE
MAITE	MARTÍN

Caso 2:

En sexto básico, un grupo de amigos hizo un Instagram de confesiones. Un día dos amigos Josefina y Pedro pelearon, tras esto Pedro envió una confesión al Instagram que decía “Josefina se da besos a escondidas con Joaquín, mientras pololea con Roberto”.

Cuando Roberto vio la confesión se enojó mucho, trato mal a Joaquín y termino su relación con Josefina.

Josefina no entendía nada, ya que esto no era verdad, y ahora todos la molestaban, le decían que era “una infiel”, “como pudiste traicionarlo si eres tan fea”, “se cree bonita por eso se agarra a cualquiera” y paralelamente Pedro se alejó de ella sin decirle nada.

Roberto jugaba todos los días a la pelota con Joaquín, por este conflicto nunca más dejaron a Joaquín participar, dejándolo solo en los recreos.

A Josefina le empezaron a llegar a comentarios consecutivos y negativos en todo lo que publicaba, incluso de gente que no conocía.

Anexo 18

JOSEFINA	PEDRO
JOAQUÍN	ROBERTO

Caso 3:

Emilia un día se encontraba enferma del estómago, lo que la llevo a vomitar tres veces durante la mañana en el baño del colegio. Su compañera Lucia la vio vomitar en el baño, entro a la sala y grito “Emilia está fingiendo que vomita para llamar la atención, apuesto que hará que la vengan a buscar”.

Cuando Emilia volvió todos se rieron de ella, la llamaban “exagerada”, “vomitona”, “cochina” y le decían que ya no se querían acercar a ella por “pinta mono” y “asquerosa”. Sus amigas miraron todo, pero no intervinieron, incluso algunas se rieron.

EMILIA	LUCIA
--------	-------

Caso 4:

Agustín se encontraba copiando en una prueba de matemáticas, Octavio pensó que era muy injusto, por lo cual, le informó a la profesora.

A Agustín le bajaron la nota, por lo cual se quiso vengar de Octavio. Un día cuando se estaban cambiando de ropa después de educación física en los camarines, lo dejaron solo y encerrado, todos se fueron y nadie escucho sus gritos pidiendo ayuda, hasta que una señora que realiza el aseo lo encontró.

En otra ocasión Agustín y sus amigos, tomaron la mochila de Octavio y se la escondieron en el patio. Nadie ayudo a Octavio a buscarla, incluso cuando muchos compañeros vieron lo que ocurría.

Días más tarde Octavio enfrento a Agustín por lo que estaba haciendo, la reacción de Agustín fue tomarle el celular y tirarlo al suelo, rompiéndolo y generando una crisis de angustia en Octavio.

Los amigos de Agustín no estaban de acuerdo, pero tampoco mediaron para que no ocurriera.

AGUSTÍN	OCTAVIO
---------	---------

Anexo 19

Mito: “Todos tienen que iniciar su vida sexual a cierta edad para no quedar atrasados.”

Realidad: Nadie está obligado a iniciar su vida sexual. Cada persona decide si quiere o no, y debe ser siempre con respeto, información y consentimiento de ambas personas.

Mito: “Si alguien te quiere de verdad, tiene derecho a presionarte para tener relaciones o mandar fotos íntimas.”

Realidad: Presionar no es querer. El cariño se demuestra respetando los límites del otro. Nadie tiene derecho a obligarte o presionarte a hacer algo que no quieres.

Mito: “Hablar de sexualidad con adultos (familia, docentes, profesionales) es algo malo o vergonzoso.”

Realidad: Hablar de sexualidad con adultos de confianza ayuda a aclarar dudas, a cuidarse mejor y a tomar decisiones más seguras. No es algo malo; es parte de aprender.

Mito: “En la pubertad, el cuerpo de todas las personas cambia igual y al mismo tiempo.”

Realidad: Los cuerpos cambian a ritmos distintos. Algunas personas cambian antes, otras después, y eso es normal. No significa que haya algo malo en el cuerpo.

Mito: “Si uso condón, solo evito el embarazo, pero da lo mismo cómo lo use.”

Realidad: El condón, usado correctamente, ayuda a prevenir embarazos y muchas infecciones de transmisión sexual. Es importante saber usarlo bien y no verlo como un juego.

Mito: “La menstruación y la eyaculación son cosas sucias o vergonzosas.”

Realidad: La menstruación y la eyaculación son procesos normales del cuerpo. No son sucios; forman parte del funcionamiento del aparato reproductor y del desarrollo.

Mito: “Ver videos o imágenes íntimas de otras personas siempre está bien si se comparten por redes.”

Realidad: Compartir o ver contenido íntimo sin permiso puede dañar mucho a la otra persona y también tener consecuencias legales. La intimidad se respeta, también en redes.

Anexo 20

Noticia 1: Retos virales peligrosos

En algunos países, las autoridades de salud han alertado sobre retos de redes sociales donde adolescentes mezclan medicamentos con otras sustancias o se exponen a golpes, ahogos o consumo excesivo de cosas dañinas. Estos desafíos pueden causar daños graves al cuerpo, hospitalizaciones e incluso riesgo de muerte, y muchas veces se hacen solo “por likes” o para no quedar fuera del grupo.

Noticia 2: Riesgos generales en redes para niñas, niños y adolescentes

Diversos informes y artículos explican que, cuando se usan sin cuidado, las redes sociales pueden exponer a los menores a ciberacoso, fraudes, personas adultas desconocidas que se hacen pasar por jóvenes, contenido violento o sexual, pérdida de privacidad y adicción a estar conectados. Estos riesgos aumentan cuando no hay adultos acompañando, cuando se comparte mucha información personal o cuando se aceptan a desconocidos sin revisar quiénes son.

Noticia 3: Redes sociales y salud mental adolescente

Organizaciones de salud y estudios recientes señalan que pasar muchas horas en redes sociales se relaciona con más síntomas de ansiedad, tristeza, depresión y baja autoestima en adolescentes. Compararse con las fotos y vidas “perfectas” de otros, recibir comentarios negativos o no tener “suficientes likes” puede hacer que algunos jóvenes se sientan peor consigo mismos y se aíslen más.[mayoclinic+5](#)

Noticia 4: Uso problemático y advertencias internacionales

La Organización Mundial de la Salud ha advertido que el uso problemático de redes (cuando ya no se puede controlar el tiempo conectado y se descuidan sueño, estudios y relaciones) ha aumentado en adolescentes en los últimos años. En algunos países se está discutiendo incluso poner advertencias similares a las del tabaco o el alcohol para informar que las redes pueden tener riesgos para la salud mental de los jóvenes.[lavanguardia+1](#)

Noticia 5: Lo bueno y lo malo al mismo tiempo

Muchos artículos recuerdan que las redes sociales también tienen cosas positivas, como permitir contactarse con amistades, aprender, expresarse y encontrar comunidades de apoyo. El problema aparece cuando se usan sin límites, sin revisar la seguridad o sin pensar en las consecuencias de lo que se publica, porque ahí aumentan los riesgos de ciberacoso, exposición a contenido dañino y problemas emocionales.[un+4](#)

Anexo 21

A. Posibles oportunidades

“Seguir una cuenta que explica contenido escolar (ciencias, historia, matemáticas) y usar sus videos para estudiar.”

“Participar en un grupo de un videojuego donde se organizan para jugar y se respetan entre todos.”

“Usar videollamadas para hablar con familiares que viven lejos.”

“Compartir dibujos, fotos de paisajes o trabajos artísticos propios y recibir comentarios respetuosos.”

“Unirse a una comunidad online que habla de un hobby (música, anime, deportes) y conocer gente con gustos similares.”

“Escribirle a un compañero para explicarle una tarea que no entendió.”

Anexo 21

B. Zona gris

“Aceptar solicitudes de amistad de personas que tienen amigos en común, pero que no conoces en persona.”

“Compartir fotos de un grupo de amigos del curso sin preguntarles primero si están de acuerdo.”

“Publicar en tus historias que te sientes muy mal o triste, sin decirle a ningún adulto de confianza.”

“Comentar en una publicación de un famoso con un chiste pesado, pensando que nunca lo va a leer.”

“Estar en un chat donde a veces se mandan memes divertidos y a veces memes ofensivos sobre otras personas.”

“Jugar en línea con personas de otros países usando chat de voz, sin saber bien quiénes son.”

Anexo 21

C. Posibles riesgos claros

“Recibir un mensaje privado de un desconocido que pide fotos tuyas o información personal (dirección, colegio, número de teléfono).”

“Compartir una foto o video íntimo de otra persona sin su permiso.”

“Participar en un reto viral que incluye hacerse daño o exponer el cuerpo para grabarlo.”

“Entrar a enlaces que llegan por mensaje prometiendo premios o dinero fácil.”

“Crear o participar en un grupo para burlarse de un compañero del curso (subiendo memes o comentarios ofensivos).”

“Aceptar que alguien revise tus contraseñas o te pida tu usuario y clave para entrar a tus redes.”

Anexo 22

Noticia 1 – Mensajes peligrosos en redes

En un país de la región se hizo una encuesta a niñas, niños y adolescentes y encontraron que la mayoría reconoce que hay muchos riesgos en internet, como ciberacoso, personas adultas que se hacen pasar por jóvenes (grooming) y sextorsión. Muchos dijeron que han visto o vivido situaciones donde les piden fotos privadas, los amenazan con compartir información o los hacen sentir muy mal con comentarios o burlas. También se vio que varios comparten datos personales o fotos sin pensar en las consecuencias y que muchos no saben bien a quién pedir ayuda cuando algo así pasa.

Noticia 2 – Presión social y salud mental

En varios países se está alertando sobre el aumento de ansiedad y depresión en adolescentes por la presión social y digital. Se describe que muchos jóvenes sienten que tienen que mostrarse perfectos, rendir bien en el colegio, verse de cierta forma y tener una vida “ideal” en redes. Esta presión, sumada a problemas económicos, familiares o escolares, hace que algunos se sientan sobrepasados, se aíslen o piensen que no pueden fallar nunca, lo que se vuelve un riesgo para su bienestar emocional.

Noticia 3 – Riesgos digitales y falta de apoyo

Organismos internacionales y organizaciones como Naciones Unidas han advertido que, aunque internet ofrece muchas oportunidades, también expone a los adolescentes a violencia digital, ciberacoso y abuso si no hay acompañamiento ni educación digital. Señalan que parte del problema es que muchos jóvenes pasan mucho tiempo en redes sin orientación y que ni ellos ni sus familias siempre conocen los mecanismos de denuncia o los canales de apoyo cuando ocurre algo grave. Por eso insisten en la importancia de aprender a usar las redes con sentido crítico, proteger la intimidad y saber a quién acudir ante situaciones de riesgo.

Anexo 23

Situación 1 – Mensajes de desconocido

Un estudiante recibe un mensaje privado de una cuenta que no conoce.

La persona dice tener la misma edad y empezar a hacerle elogios.

Luego le pide una foto “solo para mí, nadie más la va a ver”.

Situación 2 – Difusión de foto sin permiso

En el chat de curso aparece la captura de pantalla de una conversación privada y una foto de una compañera que ella había enviado solo a una persona de confianza.

La imagen empieza a circular por otros cursos y algunos se ríen o comentan.

Situación 3 – Ciberacoso en grupo

Se crea un grupo en una red social con el nombre “Memes del curso”.

Al principio suben chistes generales, pero luego empiezan a subir fotos y burlas sobre un compañero.

Varias personas reaccionan con risas, aunque se nota que a la persona afectada le molesta.

Anexo 23

Situación 4 – Suplantación de identidad

Alguien crea una cuenta con el nombre y la foto de un estudiante del curso.

Desde esa cuenta envía mensajes ofensivos a otras personas y publica historias que el estudiante real nunca escribió.

Algunas personas creen que es él y se enojan.

Situación 5 – Reto peligroso

Circula un video que invita a hacer un “reto” usando medicamentos o bebidas de forma exagerada, grabarlo y subirlo a redes.

Algunos compañeros animan a participar diciendo que “no pasa nada” y que “todos lo hacen por likes”.

Situación 6 – Conversación que incomoda

Una persona mayor, que el estudiante solo conoce de un juego online, comienza a hacer preguntas cada vez más personales:

dónde vive, a qué colegio va, si está solo/a en casa.

Después pregunta si puede hacer una videollamada “sin que nadie se entere”.

Anexo 24

“Interrumpir o hablar encima de otros.”

“Reírse cuando alguien se equivoca.”

“Dejar fuera a alguien en trabajos o grupos.”

“Responder con ironía o sarcasmo.”

“No decir lo que molesta y después explotar.”

“Molestar ‘en broma’ aunque el otro no se ría.”

“Ignorar a alguien cuando hay conflicto.”

Anexo 25

'Enviar una foto personal por redes sociales'

'Consumir alcohol en una fiesta'

'Responder con agresividad en una discusión'

'No pedir ayuda cuando me siento sobrepasado/a'

'Subirme a un auto con alguien que ha tomado alcohol'.

Anexo 26

Caso 1 – Foto íntima compartida sin consentimiento

Un joven de 16 años comparte por WhatsApp una foto íntima de su ex pareja, tomada durante la relación, sin su consentimiento. La imagen circula en el curso y otros grupos.

Posibles derechos vulnerados: intimidad, propia imagen, honor, protección de datos personales.

Posibles consecuencias legales: delito contra la intimidad, violencia digital o pornografía infantil si hay menores; puede llevar a sanciones penales, multas y medidas de protección para la víctima.

Pistas para investigación: ¿quién tomó la foto?, ¿quién la difundió primero?, ¿quién la reenvió?, ¿la víctima es menor?, ¿se pidió consentimiento en algún momento?

Anexo 26

Caso 2 – Presión sexual a menor de 14 años

Una persona de 17 años insiste y presiona por redes y mensajes a alguien de 13 para tener relaciones sexuales “porque se quieren” y “es normal”. Le dice que si no acepta, terminará la relación.

Posibles derechos vulnerados: integridad física y psicológica, libertad sexual, protección especial de niños y niñas frente a abuso y explotación.

Posibles consecuencias legales: en muchos códigos penales se considera abuso sexual de menor de edad, pornografía infantil si hay intercambio de fotos, y delitos de constreñimiento o extorsión si hay amenazas.

Pistas para investigación: diferencia de edad, poder o influencia, amenazas, intercambio de imágenes, conocimiento o desconocimiento de la ley.

Anexo 26

Caso 4 – Fotos de menores en redes sin consentimiento

Una empresa de fiestas escolares publica fotos de estudiantes en Instagram sin haber pedido permiso a madres, padres o tutores, incluyendo menores identificables con uniforme.

Posibles derechos vulnerados: imagen, protección de datos personales, intimidad de menores de edad.

Posibles consecuencias legales: multas económicas altas por infracción a normas de protección de datos y posible responsabilidad penal juvenil si participa un menor en la difusión.

Pistas para investigación: ¿hubo consentimiento escrito?, ¿se identifican nombres, escuela, curso?, ¿se informó del uso de las imágenes?

Anexo 26

Caso 5 – Sexting y sextorsión entre adolescentes

Un adolescente guarda capturas de conversaciones y fotos íntimas de otra persona y luego la amenaza con publicarla si no le envía más imágenes o si termina la relación.

Posibles derechos vulnerados: intimidad, libertad, integridad emocional, protección frente a extorsión y constreñimiento.

Posibles consecuencias legales: delitos de sextorsión, extorsión, constreñimiento ilegal y uso indebido de datos e imágenes de menor de edad; puede implicar prisión y multas.

Pistas para investigación: quién guarda las pruebas, qué mensajes se enviaron, si hay exigencias de dinero, favores o más contenido íntimo.

Anexo 27

Texto 1 – Consumo y presión en fiestas

Título: “Para no quedar fuera”

En un reportaje sobre adolescentes, varios jóvenes contaban que en las fiestas de fin de semana el consumo de alcohol y otras sustancias se vuelve casi obligatorio en algunos grupos.

Un estudiante de 16 años relató que la primera vez que se emborrachó no lo hizo porque quisiera, sino porque tenía miedo de quedar fuera del grupo si decía que no.

Comentó que sus amigos le repetían frases como “todos toman”, “no seas fome”, “solo por hoy” y que esa presión lo hizo actuar distinto a como habría decidido estando solo o con personas que respetaran sus límites.

Después de esa noche, dijo que no recordaba con claridad algunas conversaciones y que había aceptado besar y tocar a alguien sin estar realmente seguro, lo que le generó culpa y confusión.

Preguntas posibles para el foro:

¿Qué parte de la libertad de esta persona se ve afectada por la presión del grupo?

¿Cómo puede el consumo de alcohol influir en decisiones afectivo-sexuales y en el consentimiento?

Anexo 27

Texto 2 – Violencia entre pares y redes sociales Título: “El meme que se volvió violento”

En una nota sobre violencia entre pares, se describía el caso de un curso donde comenzaron a circular memes sobre una estudiante, usando una foto tomada en una salida con amigos.

Al principio, algunos decían que era “solo humor”, pero la imagen fue editada varias veces con comentarios sobre su cuerpo y su vida sexual, lo que terminó convirtiéndose en acoso constante en redes y en el liceo.

La estudiante declaró que dejó de participar en actividades grupales porque sentía que todos la miraban y juzgaban, y que muchas personas guardaban o reenviaban la imagen sin preguntarse si estaban dañando su intimidad y su libertad.

Organizaciones que trabajan contra el ciberacoso señalaron que cuando el grupo humilla o expone a alguien por su vida afectiva o sexual, se transforma en una forma de violencia que limita su capacidad de decidir y de moverse con seguridad en el entorno.

Preguntas posibles para el foro:

¿Qué tipo de violencia aparece en este caso?

¿De qué manera la presión del grupo (reír, compartir, guardar) limita la libertad de la persona afectada?

¿Qué responsabilidades tienen quienes “solo” reenvían o guardan el meme?

Anexo 27

Texto 3 – Relaciones, consentimiento y miedo a perder el vínculo

Título: “Decir ‘sí’ por miedo”

En un artículo sobre relaciones adolescentes, se relataba que muchas personas aceptan prácticas sexuales no porque lo deseen, sino porque temen perder la relación o ser rechazadas si dicen “no”.

Una joven explicó que su pareja le decía frases como “si me amaras, harías esto”, “todos los demás lo hacen” o “si no quieres, no sé si seguir contigo”, lo que la llevaba a sentirse culpable y, finalmente, a aceptar situaciones en las que se sentía incómoda.

Especialistas en sexualidad señalaron que ese tipo de presión emocional altera la libertad real de la persona, porque el consentimiento no es solo decir “sí”, sino poder decidir sin miedo, sin chantaje y sin amenazas de perder el vínculo.

También indicaron que la presión del grupo puede reforzar estas dinámicas, cuando amigos o amigas normalizan esas frases y las presentan como “pruebas de amor” en lugar de reconocerlas como señales de riesgo.

Preguntas posibles para el foro:

¿Es realmente libre una decisión afectivo-sexual tomada bajo miedo a perder la relación?

¿Qué diferencia hay entre consentimiento libre y consentimiento bajo presión?

¿Cómo puede el grupo (amigos, pares) fortalecer o debilitar la libertad de alguien en estas situaciones?

Anexo 28

Caso 1 – “Todos toman y no pasa nada”

En un grupo de amigos, se repetía mucho la frase “todos toman, es normal, no pasa nada”. En una fiesta, la mayoría comenzó a jugar a tomar rápido “shots” para demostrar que aguantaban más que los demás.

Uno de ellos había pensado que “solo estaría alegre”, pero terminó vomitando, perdiendo el equilibrio y sin recordar partes de la noche. Al día siguiente se enteró de que había discutido fuerte con una persona del curso y que había tenido contacto físico con alguien sin estar seguro de haber querido.

Se sintió avergonzado y confundido, y su relación con esa persona quedó tensionada. Además, sus padres se preocuparon al ver su estado al llegar y hubo conflicto en la casa.

Aquí el mito “todos toman y no pasa nada” se desarma: sí pasan cosas, especialmente cuando se pierde claridad sobre lo que se hace y se dicen cosas o se tienen conductas que dañan a otros y a uno mismo.

Anexo 28

Caso 2 – “Yo controlo, sé cuándo parar”

Una joven solía decir: “Yo controlo, sé cuándo parar, no soy como los demás”. En varias ocasiones había bebido en reuniones sin grandes problemas y eso reforzaba su idea de que tenía “más control”.

En una salida nocturna, mezcló distintos tipos de alcohol pensando que “no era para tanto” y que “ese día podía soltarse más”. Confiando en que ella manejaba la situación, decidió caminar sola de regreso, a pesar de sentirse mareada.

En el trayecto tropezó, se golpeó al caer y terminó en urgencias por una fractura menor y varios moretones. Más tarde, al reconstruir la noche, se dio cuenta de que en ese estado habría tenido muy poca capacidad de defenderse o de decir “no” con claridad si alguien se hubiera acercado con intenciones sexuales o agresivas.

El mito de “yo controlo siempre” se volvió falso en la práctica: el consumo afectó su coordinación, su juicio y su capacidad de protegerse, aunque ella creyera que “sabía cuándo parar”.

Anexo 28

Caso 3 – “Con alcohol uno se suelta, pero no pasa nada grave”

Un estudiante pensaba que “con alcohol uno se suelta, pierde la vergüenza y eso ayuda en las relaciones”. Durante una noche, bebió con varias personas del curso, sintiéndose más seguro para hablar y acercarse a alguien que le gustaba.

Bajo los efectos del alcohol, insistió en tener contacto físico con esa persona, creyendo que era “mutuo” porque estaban riendo y bailando. Con el tiempo se enteró de que la otra persona se había sentido incómoda, presionada y había vivido esa noche como una situación invasiva, aunque no hubiera dicho claramente “no” en el momento.

El ambiente de consumo, música alta y presión del grupo hizo que el alumno interpretara la situación como “coqueta y normal”, cuando en realidad la otra persona no se sentía libre ni segura para expresar su incomodidad.

El mito “no pasa nada grave, solo te sueltas” se rompe: sí pueden pasar cosas graves en términos de consentimiento, respeto y bienestar emocional, aunque la intención inicial no haya sido dañar.

Anexo 29

Cuestionario: ¿Cómo enfrento las dificultades?

Instrucciones

Lee cada afirmación y marca la opción que más se parece a lo que tú haces normalmente cuando enfrentas un problema o situación difícil.

Opciones: Nunca / A veces / Muchas veces

1. Cuando tengo un problema, trato de hablarlo con alguien de confianza.
2. Prefiero no pensar en el problema y distraerme con otras cosas (celular, juegos, salir, etc.).
3. Intento buscar soluciones concretas o pasos para resolver lo que me pasa.
4. Me guardo lo que siento y evito contarle a otros.
5. Me doy un tiempo para calmarme antes de tomar decisiones importantes.
6. Siento que no hay mucho que pueda hacer y dejo que las cosas pasen.
7. Busco información o ayuda (adultos, internet confiable, orientación) para entender mejor la situación.
8. Reacciono impulsivamente (me enojo, discuto, actúo sin pensar mucho).
9. Pienso en lo que puedo aprender de la situación, aunque sea difícil.
10. Evito a las personas o lugares relacionados con el problema.
11. Pido ayuda cuando siento que no puedo resolver algo solo/a.
12. Me culpo demasiado por lo que pasó, aunque no todo dependa de mí.

No necesitas sumar puntaje exacto; solo observar tendencias.

Si marcaste más “muchas veces” en 1, 3, 5, 7, 9, 11:

→ Tiendes a usar estrategias de afrontamiento más saludables (buscar apoyo, pensar, resolver, aprender).

Si marcaste más “muchas veces” en 2, 4, 6, 8, 10, 12:

→ Tiendes a evitar, reaccionar impulsivamente o quedarte solo/a, lo que puede dificultar resolver los problemas a largo plazo.

Anexo 30

Cuestionario simple: ¿Cómo es mi uso digital?

Opciones:

Nunca / A veces / Muchas veces

1. Uso el celular más tiempo del que había planeado.
2. Me cuesta dejar el celular aunque tenga otras cosas que hacer.
3. Reviso el celular apenas despierto o antes de dormir.
4. Me distraigo con el celular mientras estudio o hago tareas.
5. Siento ansiedad o incomodidad cuando no tengo acceso al celular.
6. Comparo mi vida con lo que veo en redes sociales.
7. Me desvelo usando redes, juegos o videos.
8. He tenido discusiones o problemas por lo que hago en redes.
9. Paso tiempo en redes incluso cuando no me hace sentir bien.
10. Me cuesta controlar el tiempo que paso en pantallas.

Interpretación simple

Si hay muchas respuestas “Muchas veces” → uso más problemático.

Si predominan “A veces” → hay señales de alerta.

Si predominan “Nunca” → uso más equilibrado.

Anexo 31

Factor protector)	Acciones concretas que puedo realizar
Apoyos necesarios (personas, espacios, recursos)	Plazos o tiempos (cuándo, con qué frecuencia)

Anexo 31

Factor protector)	Acciones concretas que puedo realizar
Apoyos necesarios (personas, espacios, recursos)	Plazos o tiempos (cuándo, con qué frecuencia

Anexo 32

Derechos sexuales y reproductivos

Derecho a la información

A recibir información clara, completa y basada en evidencia sobre sexualidad, métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual, consentimiento y relaciones afectivas.

Derecho a la educación sexual integral

A recibir educación que aborde el cuerpo, las emociones, el placer, la diversidad, la prevención de riesgos y el respeto por uno mismo y por los demás.

Derecho al consentimiento libre y voluntario

A decidir si se quiere o no participar en una actividad sexual, sin presiones, manipulación, amenazas ni chantaje emocional.

A cambiar de opinión en cualquier momento, incluso si antes se había dicho que sí.

Derecho a la privacidad e intimidad

A que la información sobre la vida sexual, el cuerpo y la salud se mantenga confidencial.

A decidir con quién compartir fotos, conversaciones, datos y experiencias íntimas.

Derecho a decidir sobre el propio cuerpo

A elegir si tener o no relaciones sexuales, qué prácticas, con quién y cuándo, de manera informada y responsable.

A decir “no” a cualquier práctica que genere incomodidad, miedo o daño.

Derecho a la salud sexual y reproductiva

A acceder a servicios de salud, consejería, métodos anticonceptivos, pruebas de ITS y orientación profesional sin discriminación.

Derecho a vivir la sexualidad sin violencia ni discriminación

A no sufrir violencia sexual, coerción, abuso, acoso ni humillaciones por razones de género, orientación sexual, identidad de género o expresión de género.

Derecho a formar, elegir y mantener relaciones

A decidir si se quiere o no tener pareja, el tipo de relación que se desea, y a terminar una relación que resulta dañina o violenta.

Derecho a la protección frente al embarazo adolescente no deseado

A recibir información, acompañamiento y acceso a métodos anticonceptivos para prevenir embarazos no deseados.

Derecho a la libertad de conciencia y opinión

A tener y expresar opiniones propias sobre sexualidad, siempre que se respeten los derechos de otras personas y no se ejerza violencia.

Anexo 32

Caso 1: Presión en la relación

Ana tiene 18 años y está en una relación. Su pareja insiste repetidamente en tener relaciones sexuales “porque todos lo hacen y si no, es porque no lo amas suficiente”. Ana se siente incómoda, pero teme que si dice que no, la relación termine.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derechos de Ana están en juego?

¿Está habiendo consentimiento libre?

¿Qué podría hacer Ana? ¿Quién podría apoyarla?

Caso 2: Confidencialidad en salud

Diego va a un centro de salud a preguntar por métodos anticonceptivos y pruebas de ITS. La profesional de salud lo atiende bien, pero luego comenta detalles de la consulta con una persona de la familia sin su autorización “para que estén al tanto”.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derechos se vulneran?

¿Por qué es importante la privacidad en salud sexual?

¿Cómo debería actuar el servicio de salud?

¿Qué apoyo institucional podría existir (escuela, ley, familia)?

Anexo 32

Caso 3: Uso de fotos íntimas

Laura confía en su pareja y le envía una foto íntima. Un tiempo después, terminan la relación. La ex pareja comparte la foto con amistades del curso y aparece en un grupo de chat.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derechos de Laura se vulneran aquí?

¿Es esto un problema de consentimiento? ¿Por qué?

¿Qué podrían hacer las personas que reciben la foto?

Caso 4: Acceso a educación sexual

En el colegio de José casi no se habla de sexualidad: solo se menciona la reproducción humana y se omite el tema de consentimiento, placer, orientación sexual, diversidad y prevención más allá de lo biológico. José siente que tiene muchas dudas y que no tiene dónde preguntar sin ser juzgado.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derecho está siendo limitado o no garantizado?

¿Qué consecuencias puede tener la falta de educación sexual integral?

¿Qué podría hacer José para buscar información confiable?

Anexo 32

Caso 5: Embarazo no planificado y decisiones

Camila, de 19 años, descubre que está embarazada. No lo tenía planificado. Su pareja le dice que “es decisión de ella”, pero la presiona para continuar el embarazo. Su familia, en cambio, le exige que “no puede tener un hijo porque arruinaría su futuro”. Camila se siente sobrepasada.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derechos están en juego (decisión, salud, apoyo, información)?

¿Quiénes están presionando y de qué manera?

¿Qué tipo de acompañamiento respetuoso necesitaría Camila para decidir?

Caso 6: Diversidad sexual y discriminación

Tomás, de 18 años, se identifica como bisexual. En su grupo de amigos hacen chistes sobre orientación sexual y dicen que “ser bisexual es estar confundido”. Tomás deja de hablar de sus relaciones por miedo a la burla.

Preguntas para el grupo:

¿Qué derechos se ven afectados en este caso?

¿Por qué esto no es solo “broma”?

¿Qué podrían hacer sus amistades o la escuela para proteger sus derechos?

Anexo 32

Caso 7: Consentimiento en fiestas

En una fiesta, varias personas han consumido alcohol. En un momento, alguien se acerca a otra persona que está visiblemente mareada y le insiste en “ir a un lugar más privado”. La persona apenas puede mantenerse en pie y responde de forma poco clara.

Preguntas para el grupo:

¿Hay consentimiento válido en esta situación? ¿Por qué?

¿Qué derechos se ponen en riesgo?

¿Qué podrían hacer las personas que observan la escena?

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

Taller 2 y 3



Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM (Agregados)



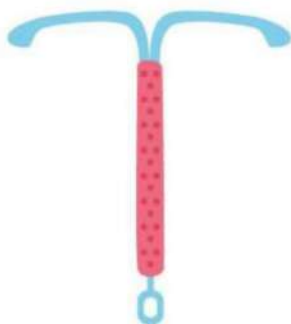
ESTERILIZACIÓN QUIRÚRGICA



IMPLANTE



INYECCIÓN
ANTICONCEPTIVA



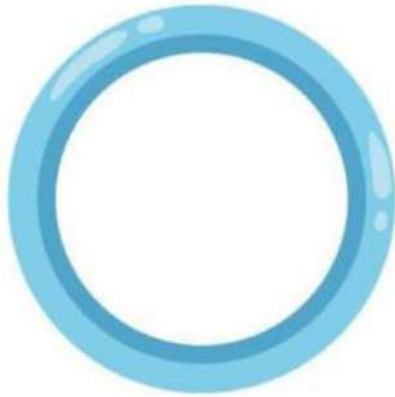
DIU



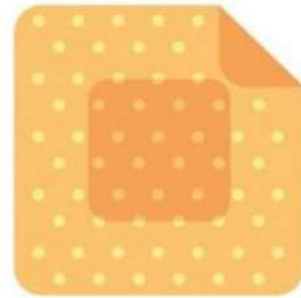
Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM



ANILLO HORMONAL



PARCHE ANTICONCEPTIVO

CONDÓN VAGINAL



CONDÓN



PASTILLAS
ANTICONCPETIVAS

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

Barrera Bucal

Son películas de látex o poliuretano que se usan entre la boca y la vagina o el ano durante el sexo oral.

Diafragma

Es una copa flexible y poco profunda que se coloca dentro de la vagina, para cubrir el cuello uterino durante el sexo para evitar embarazos.

Espermicida

Es un tipo de anticonceptivo que tiene químicos que evitan que los espermatozoides lleguen al óvulo.

Esterilización Quirúrgica

Es un procedimiento para evitar de manera permanente la reproducción.

Implante

Es una varilla flexible que contiene una hormona derivada de la progesterona, que evita la ovulación y hace más espeso el moco del

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

cuello del útero, impidiendo el paso de los espermatozoides al interior del útero.

Inyección anticonceptiva

Contienen hormonas similares a las producidas por la mujer, evitan temporalmente el embarazo ya que impiden la ovulación y hacen que el moco que se produce en el cuello de la matriz se vuelva muy espeso impidiendo el paso de los espermatozoides.

DIU

Está elaborado de plástico flexible, tiene una rama vertical y una horizontal a manera de T. La rama vertical está rodeada de un alambre de cobre, que impide el paso de espermatozoides. Se coloca dentro de la matriz, mediante un tubo especial diseñado para ello.

Anillo

Es un dispositivo circular flexible que se coloca dentro de la vagina. Libera hormonas que ayudan a prevenir el embarazo.

Parche anticonceptivo

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

Parche de plástico delgado, cuadrado, el cual se pega a la piel y libera hormonas similares a las que produce la mujer, inhibiéndola ovulación y haciendo más espeso el moco del cuello del útero.

Condón Vaginal

Barrera que cubre el interior de la vagina e impide que el espermatozoide llegue al óvulo. Además, protege de infecciones de transmisión sexual.

Condón

Barrera que cubre el pene, tiene forma de funda y es utilizado durante una relación sexual para reducir la probabilidad de embarazo o el contagio de infecciones de transmisión sexual.

Pastillas

Son un tipo de medicamento con hormonas, vienen en una cajita y se toman una cada día. No son muy costosas y son efectivas si se toman siempre a tiempo. Además de prevenir embarazos, también ayudan a regular las hormonas en quienes tienen problemas con ello.

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

TrompasdeFalopio

Son un par de tubos por los que se desplazan los óvulos desde los ovarios hasta el útero

Endometrio

Capa mucosa que recubre el interior del útero. Es la capa que se descama con cada regla en los diferentes ciclos y es la capa que abraza al embrión cuando se produce la gestación.

Conducto Deferente

Tubo con forma de espiral que transporta los espermatozoides fuera de los testículos.

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

Próstata

Produce el líquido que forma parte del semen

Prepucio

Es una capa de piel que cubre y protege la cabeza del pene

Labios Mayores

Son pliegues de tejido relativamente voluminosos y carnosos, que encierran y protegen el resto de los órganos genitales externos. Los labios mayores contienen glándulas sudoríparas y sebáceas, productoras ambas de secreciones lubricantes.

Anexo 33

Material disponible en oficina de psicología

TEM

Labios Menores

Pliegues de piel que se están dentro de los labios mayores. Su función es mantener la temperatura y evitar que se introduzcan partículas extrañas al meato urinario y al conducto vaginal.

Clítoris

Único órgano cuya única función es proporcionar placer.

Glándulas de Bartolino

Estas glándulas secretan un líquido que ayuda a lubricar la vagina.

Anexo 34

1) Pantallas y videojuegos

Noticia 1 – Uso recreativo de pantallas y malestar psicológico

Un estudio muestra que adolescentes que pasan muchas horas al día en pantallas recreativas (videojuegos, redes, mensajería) tienen más riesgo de sentirse con malestar psicológico: ánimo bajo, más irritabilidad y problemas para concentrarse. Se destaca que el riesgo aumenta cuando se sobrepasan varias horas diarias sin otros espacios de descanso, movimiento o conversación.

Noticia 2 – Uso problemático de celulares, redes y videojuegos

Una investigación con más de 8.000 adolescentes diferencia entre “uso normal” y “uso problemático” de pantallas. El uso problemático se relaciona con dificultades para dejar el celular o el juego, pensar constantemente en conectarse y que esto afecte sueño, estudios y relaciones. Los jóvenes con este tipo de uso presentan más síntomas de ansiedad y depresión.

Noticia 3 – Adicción a pantallas y salud mental en menores

Otra publicación advierte que la adicción a pantallas (redes, juegos, vídeos) está asociada a un aumento de ideas suicidas y problemas de salud mental en menores, señalando que una parte importante de adolescentes ya muestra señales de uso compulsivo o está al borde de que su vida cotidiana se vea afectada por la tecnología.

Anexo 34

2) Alcohol y sustancias en fiestas

Noticia 4 – Inicio en el consumo de alcohol durante fiestas populares
Expertos señalan que muchas y muchos adolescentes tienen su primer contacto con el alcohol en fiestas populares (celebraciones de varios días, eventos masivos), donde el acceso es fácil y la supervisión adulta a veces es limitada. Comenzar a beber antes de los 16 años se asocia con más probabilidades de desarrollar patrones de consumo de riesgo más adelante.

Noticia 5 – Atracones de alcohol (“binge drinking”) en fiestas y botellones

Se describe la práctica del “binge drinking”: tomar muchas copas en muy poco tiempo, sobre todo en botellones y fiestas de verano. Datos muestran que una parte significativa de adolescentes entre 14 y 18 años ha realizado este tipo de atracones, lo que implica riesgo de intoxicaciones, desmayos, accidentes y conductas impulsivas que luego no recuerdan bien.

Noticia 6 – Debut temprano en el alcohol, la cara oculta de las fiestas

Un reportaje habla de cómo el “debut” en el consumo de alcohol se está dando cada vez a edades más tempranas, especialmente en fiestas y verano. Se advierte que aunque algunos jóvenes beben menos en general, sigue aumentando la normalización de borracheras precoces, con consecuencias en salud, seguridad y exposición a situaciones de violencia o abuso.

Anexo 34

3) Fiestas, lugares/personas poco conocidas y riesgos

Noticia 7 – Fiestas que exponen a jóvenes a delitos y amenazas

Se describe cómo fiestas intercolegiales y eventos juveniles pueden exponer a adolescentes a delitos y amenazas: consumo y venta de drogas, explotación sexual, falsificación de documentos y situaciones de violencia. El riesgo aumenta cuando se acude a lugares muy llenos, poco regulados o organizados por personas que no se conocen bien.

Noticia 8 – Violencia y desenfreno en fiestas masivas

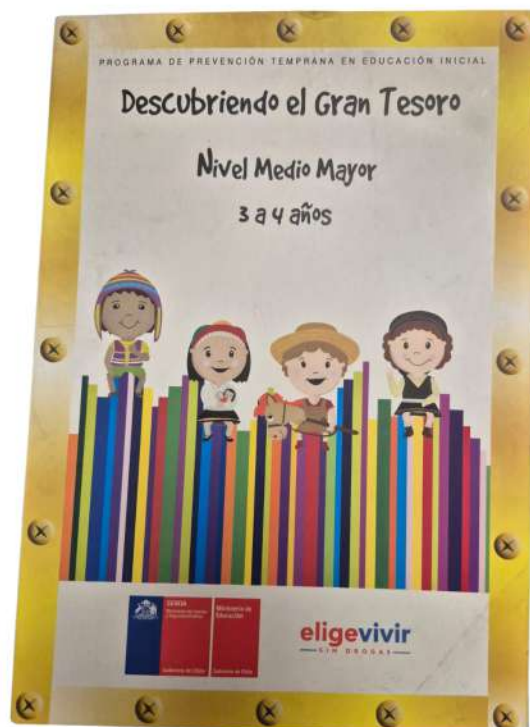
Un informe relata casos de agresiones físicas y violencia en fiestas clandestinas o eventos sin suficiente control, donde jóvenes salen golpeados o lesionados. Se subraya que, en contextos con alto nivel de alcohol, muchas personas desconocidas y poca presencia adulta responsable, los conflictos pueden escalar rápido y dejar consecuencias graves.

Noticia 9 – Recomendaciones para evitar retos y conductas de riesgo en festejos

Autoridades emiten recomendaciones para fiestas y celebraciones masivas (como eventos deportivos), alertando sobre retos virales y conductas de riesgo (arrojarse desde estructuras, participar en juegos peligrosos, aceptar bebidas de desconocidos, irse con personas recién conocidas). Se enfatiza que la euforia colectiva y el consumo de alcohol pueden disminuir la capacidad de detectar peligro y tomar decisiones cuidadosas.

Anexo 35

DISPONIBLES EN OFICINA DE PSICOLOGÍA



Anexo 36

El elefante encadenado - Jorge Bucay

Cuando yo era chico me encantaban los circos, y lo que más me gustaba de los circos eran los animales. Me llamaba especialmente la atención el elefante, que como más tarde supe, era también el animal preferido por otros niños. Durante la función, la enorme bestia hacía despliegue de un tamaño, un peso y una fuerza descomunales... Pero después de su actuación y hasta un rato antes de volver al escenario, el elefante siempre permanecía atado a una pequeña estaca clavada en el suelo con una cadena que aprisionaba una de sus patas.

Sin embargo, la estaca era solo un minúsculo pedazo de madera apenas enterrado unos centímetros en la tierra. Y, aunque la cadena era gruesa y poderosa, me parecía obvio que un animal capaz de arrancar un árbol de cuajo con su propia fuerza, podría liberarse con facilidad de la estaca y huir.

Anexo 36

El misterio seguía pareciéndome evidente. ¿Qué lo mantiene entonces? ¿Por qué no huye?

Cuando tenía cinco o seis años, yo todavía confiaba en la sabiduría de los mayores. Pregunté entonces a un maestro, a un padre o a un tío por el misterio del elefante. Alguno de ellos me explicó que el elefante no se escapaba porque estaba amaestrado. Hice entonces la pregunta obvia: «Si está amaestrado, ¿por qué lo encadenan?». No recuerdo haber recibido ninguna respuesta coherente. Con el tiempo, olvidé el misterio del elefante y de la estaca.

Hace algunos años, descubrí que, por suerte para mí, alguien había sido lo suficientemente sabio como para encontrar la respuesta: «El elefante del circo no se escapa porque ha estado atado a una estaca parecida desde que era muy, muy pequeño».

Anexo 36

Cerré los ojos e imaginé al indefenso elefante recién nacido sujeto a la estaca. Estoy seguro de que, en aquel momento, el elefantito empujó, tiró y sudó tratando de soltarse. Y, a pesar de sus esfuerzos, no lo consiguió, porque aquella estaca era demasiado dura para él. Imaginé que se dormía agotado y que al día siguiente volvía a intentar, y al otro día, y al otro... Hasta que un día, un día terrible para su historia, el animal aceptó su impotencia y se resignó a su destino.

Ese enorme y poderoso elefante que vemos en el circo no se escapa porque, pobre, cree que no puede. Él tiene el registro y el recuerdo de la impotencia que sintió poco después de nacer. Y lo peor es que jamás se ha vuelto a cuestionar seriamente ese registro. Jamás, jamás intentó volver a poner a prueba su fuerza.