

# Hora del almuerzo en la escuela



Final positivo

**CONCEPTO  
CLAVE/DESVENTAJA**

**Amabilidad**

**OBJECTIVOS**

1. Fomentar la empatía y la amabilidad hacia aquellos compañeros que enfrentan dificultades no visibles.
2. Sensibilizar sobre la inseguridad alimentaria y promover comportamientos de apoyo entre iguales.
3. Promover la discreción y el respeto al ofrecer ayuda a alguien que lo necesita.
4. Reforzar el poder de los pequeños actos de amabilidad para fortalecer la comunidad del aula.

**PREGUNTAS  
PARA  
REFLEXIONAR  
(FINAL  
POSITIVO)**

1. ¿Cómo ayudaron los compañeros a que Mia se sintiera incluida y apoyada?
2. ¿Por qué fue importante que Elsa compartiera su comida sin avergonzar a Mia?
3. ¿Qué otras formas existen para apoyar a amigos que puedan necesitar ayuda?
4. ¿Cómo puede nuestra clase asegurarse de que todos se sientan cómodos durante la hora del almuerzo?

**RECURSOS  
ADICIONALES**

- Lluvia de ideas en clase: "La amabilidad en acción" – crear un mural con ideas de pequeños gestos de ayuda.
- **Ver el video:** "Invisible" de Eloy Moreno y debatir sobre la inclusión y la empatía.
  - <https://www.youtube.com/watch?v=pojwKhB6okA>
- Crear un "Sistema de compañeros de almuerzo" para asegurarse de que nadie coma solo.
- Invitar a un/a orientador/a escolar o enfermero/a para hablar sobre la empatía y cómo apoyar a los demás con respeto.
- Crear un juego interactivo en Wordwall donde el grupo relacione situaciones comunes del colegio con respuestas amables e inclusivas.

# Hora del almuerzo en la escuela



## Final negativo

### CONCEPTO CLAVE/DESVENTAJA

### Amabilidad

### OBJECTIVOS

- Comprender el impacto negativo del chisme, las burlas y la humillación pública.
- Fomentar la reflexión sobre la responsabilidad de manejar información sensible con cuidado.
- Desarrollar el pensamiento crítico sobre cómo nuestras acciones pueden herir, incluso si no hay mala intención.
- Reforzar la importancia de asumir la responsabilidad y reparar el daño.

### PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR (FINAL NEGATIVO)

- ¿Cómo afectó la decisión de Elsa a Mia emocional y socialmente?
- ¿Por qué es importante mantener en privado la situación personal de alguien?
- ¿Qué podría haber hecho Elsa de forma diferente desde el principio?
- ¿Cómo podemos reparar una relación cuando cometemos un error?

### RECURSOS ADICIONALES

- Diario de reflexión: "Una vez que me enteré de algo privado — ¿Qué hice?"
- Representar en clase situaciones sobre cómo apoyar a alguien con amabilidad y en privado.
- Crear una carta de clase con la "Regla de Oro": "Trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti".
- **Ver el video:** "CUERDAS", de Pedro Solís García, cuenta la conmovedora historia de María, una niña que establece un vínculo muy especial con un nuevo compañero de clase que tiene parálisis cerebral. El corto trata temas como la inclusión, la amistad, y la empatía, y ha sido ampliamente reconocido por su sensibilidad y mensaje humano.