

“LA AMISTAD SUMA”

Nivel al que se dirige: 2º ESO **CURSO 2025/26**

Área, Departamento, Materia o Plan que lo desarrolla:

Escuela Espacio de Paz.

Temporalización (fecha, efeméride, nº de sesiones...)

Tutoría, 1 SESIÓN

Objetivos a conseguir

- Fomentar el **respeto y la cohesión grupal**.
- Desarrollar la **empatía y comunicación positiva**.
- Garantizar la **inclusión total del alumnado**.
- Reflexionar sobre la diferencia entre amor romántico y **amistad saludable**.

Grado de contribución a la mejora de la Convivencia

- Mejora la convivencia ya que se trabaja la amistad saludable, la cohesión de grupo.
- Al mejorar el clima del aula, mejoramos la convivencia.

Actividad o Actividades a desarrollar

FASE 1: Reflexión previa (20 min)

1. Actividad inicial: “¿Qué es una amistad sana?”

En pequeños grupos (4 personas), responden a estas preguntas:

- ¿Qué cualidades valoras en un/a buen/a amigo/a?
- ¿Qué gestos te hacen sentir incluido/a?
- ¿Alguna vez te has sentido fuera del grupo? ¿Qué lo habría mejorado?

Después, puesta en común y recogida en la pizarra de conceptos clave:

Respeto – Apoyo – Escucha – Inclusión – Confianza – Amabilidad – No juzgar

2. Mini reflexión guiada (5–10 min)

Puedes plantear:

“En fechas como San Valentín solemos pensar en pareja, pero hoy vamos a centrarnos en la amistad. A veces damos por hecho a las personas de clase. ¿Cuándo fue la última vez que reconociste algo positivo de alguien?”

FASE 2: Elaboración de tarjetas (30 min)

Normas claras antes de empezar

1. Solo mensajes positivos y sinceros.
2. No se permiten bromas internas que puedan excluir.
3. No se mencionan aspectos físicos.



4. Todos y todas recibirán al menos una tarjeta.

Sistema para que nadie se quede sin tarjeta

1. Cada alumno/a escribe:
 - 1 tarjeta obligatoria para un nombre asignado.
 - 1 tarjeta libre para quien quiera.
2. Tú equilibras si detectas que alguien recibe pocas.

Guía para redactar el mensaje

Puedes proyectar una estructura:

- Empieza con: “Valoro de ti...”
- Recuerdo positivo: “Me gustó cuando...”
- Cualidad concreta: “Eres una persona...”
- Cierre amable: “Gracias por...”

FASE 3: Cierre y reflexión final (15 min)

Entrega las tarjetas y después plantea:

- ¿Cómo te has sentido al escribir?
- ¿Cómo te has sentido al recibir?
- ¿Ha habido algo que te haya sorprendido?

Puedes cerrar con:

“A veces creemos que nuestras palabras no importan, pero hoy hemos comprobado que sí.”

Enlace con imágenes, materiales y/o recursos