

Reto de una semana: consumo consciente sin compras impulsivas

Proyecto corto de una semana en el que cada estudiante registra todas sus compras, aplica antes de comprar la regla de las preguntas del consumidor responsable, intenta evitar las compras impulsivas y presenta al final un breve informe de lo que ha descubierto sobre sus propios hábitos.

DURACIÓN

2 sesiones (lanzamiento y cierre) + una semana de registro

AGRUPACIÓN

individual con cierre en grupo clase

UNIDAD 3

Consumo inteligente y responsable

MATERIALES

- Plantilla de diario de consumo (una fila por compra: qué, cuánto, por qué)
- Tarjeta con las cuatro preguntas del consumidor responsable
- Hoja para el informe final

ENCAJE CURRICULAR · Saberes Consumo responsable, Derechos del consumidor, Publicidad, Sostenibilidad · **Comp. específicas** CE3 · **Comp. clave** CPSAA, CC, STEM, CE

Planteamiento

Es muy fácil decir “yo no compro por impulso”. Lo difícil es comprobarlo. Este proyecto te propone un reto de una semana: anotar **todo** lo que compras (chuches, datos, una app, una bebida, ropa) y, antes de pagar, pasar cada compra por cuatro preguntas que distinguen al consumidor responsable del que se deja llevar.

No se trata de no comprar nada ni de sentirte mal por gastar. Se trata de **darte cuenta** de cuándo compras porque lo necesitas y cuándo porque te aburres, porque tus amigos lo tienen o porque un anuncio te ha pillado. Al final de la semana tendrás datos de verdad sobre ti mismo, que valen mucho más que cualquier teoría.

Objetivos didácticos

- Aplicar criterios de consumo responsable a las compras reales del día a día.
- Identificar las compras impulsivas y los factores que las provocan.
- Registrar y analizar datos sobre los propios hábitos de consumo.
- Reflexionar sobre el impacto de las compras en el presupuesto y en el entorno.
- Comunicar conclusiones propias en un informe breve y honesto.

Las cuatro preguntas del consumidor responsable

Antes de cada compra: **¿lo necesito de verdad? ¿puedo pagarlo sin quedarme sin dinero para lo importante? ¿hay una opción mejor o más barata? ¿lo compraría si nadie me viera?**

Pasos

- 1. Sesión de lanzamiento (20 min).** El profesor repasa las cuatro preguntas y enseña la plantilla del diario. Cada estudiante se compromete por escrito a registrar sus compras durante siete días.

Importante: el reto **no** es gastar cero, es comprar con conciencia.

2. **Durante la semana (en casa).** Cada vez que el estudiante va a comprar algo, antes de pagar se hace las cuatro preguntas y anota en el diario: qué iba a comprar, cuánto costaba, qué respondió a las preguntas y si finalmente lo compró o no. También anota las veces que decidió **no** comprar.
3. **Análisis personal (en casa, antes de la sesión de cierre).** Con su diario delante, cada uno cuenta: cuánto ha gastado en total, cuántas compras fueron por necesidad y cuántas por impulso, y cuál es su “disparador” más frecuente (aburrimiento, amigos, publicidad, hambre).
4. **Sesión de cierre (35 min).** En grupos de cuatro comparten sus hallazgos sin juzgar a nadie. Cada estudiante entrega un **informe de media página** con tres apartados: *lo que gasté*, *lo que aprendí de mí* y *una cosa que voy a cambiar*. Voluntarios comparten su disparador con la clase y el profesor recoge en la pizarra los disparadores más comunes del grupo.

Para el profesorado

Insiste desde el primer minuto en que esto **no es un castigo ni una competición de quién gasta menos**: quien no compra nada en toda la semana porque no tiene dinero también aprende, anotando lo que le habría gustado comprar. Protege la privacidad: nadie está obligado a decir en voz alta cuánto gasta. El valor pedagógico está en el autoconocimiento, no en la cifra. Conecta los disparadores comunes con las técnicas publicitarias de la unidad.

Evaluación

CRITERIO	DESCRIPCIÓN	PESO
Diario completo	Registra sus compras durante toda la semana con honestidad	30 %
Uso de las preguntas	Aplica las cuatro preguntas antes de comprar	20 %
Análisis de los datos	Identifica sus compras impulsivas y su disparador principal	25 %
Informe final	Entrega un informe claro con un compromiso de cambio concreto	25 %

Material abierto de profedeeconomia.es · Licencia Creative Commons BY-NC-SA · Currículo LOMLOE