

### Lección 1 para los grados K, 1 y 2

### Límites físicos: Reglas sobre contacto físico sano y peligroso

#### PRINCIPIO

Los niños deben aprender a usar instrumentos para protegerse de las personas que pueden causarles daño por medio de contacto físico (sexual o de otra clase) con el fin de prevenir/reducir el riesgo de abuso sexual y las violaciones de los límites.

#### CATECISMO / ESCRITURA

*Dijo acerca de Benjamín: “El amado del Señor habita seguro junto a aquel que lo protege constantemente”...*  
—Deuteronomio 33:12

#### OBJETIVOS

Por medio de esta lección, el líder de las lecciones a los adultos recalca el mensaje de los padres sobre la seguridad al tocar y la protección de las partes íntimas del cuerpo. Después de la primera lección, los niños estarán mejor capacitados para:

- Identificar las clases de contacto físico sano y peligroso.
- Repetir y entender las reglas sobre los límites del contacto físico:
  - Decir que “¡No!” cuando alguien trate de tocarlos de una manera peligrosa o incómoda.
  - Tratar de alejarse de la situación.
  - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
- Componente de tecnología: Entender que también se aplican reglas similares sobre los límites a las actividades en línea:
  - Decir que “¡No!” si alguien comparte material o imágenes peligrosas o inapropiadas.
  - Alejarse de la situación.
  - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
- Comenzar a entender que si alguien tiene un contacto físico peligroso con ellos o les muestra material inapropiado, la culpa no es del menor.

#### Antecedentes para los líderes de las lecciones:

Si bien los adultos son los principales protectores de los niños, todavía hay cosas que podemos enseñar a los niños para que puedan protegerse mejor al enfrentar situaciones difíciles. Los límites personales se establecen en nuestros primeros años, y los adultos deben ayudar a los niños a crear sus propios límites apropiados y a respetar los establecidos—con el entendimiento de que los niños seguirán el modelo de conducta de los adultos. Algunos límites (como los límites sobre el contacto físico y otros límites físicos) “no son negociables” para los niños, pero otros son singulares y se ven afectados según la percepción, la historia personal, los valores, las metas, la cultura y las preocupaciones de cada joven.

Cuanto más aprendamos sobre los límites y las cuestiones de seguridad, mejor podremos protegernos y proteger a los demás. Los padres y tutores son los principales educadores de los niños y, por ende, tienen la responsabilidad de enseñarles los nombres reales de las partes íntimas del cuerpo. Ese proceso de aprendizaje debe comenzar cuando el niño tiene unos 18 meses de edad. Por lo tanto, los niños deben saber los nombres de las partes íntimas de su cuerpo cuando lleguen al jardín de infancia.

El líder de las lecciones no debe enseñarles a los niños los nombres de las partes íntimas del cuerpo, pero puede explicarles que las partes cubiertas por el traje de baño son nuestras “partes íntimas” y que se mantienen cubiertas y privadas por una razón: para mantenernos seguros y sanos. Además, la palabra “no” es un término sumamente potente en cualquier idioma. El uso de nuestra voz y la palabra “no” son formas eficaces de establecer un límite. A veces, es posible que los niños no se den cuenta de que se les permite decirle que “no” a un adulto. Además, los niños deben entender la importancia de tratar de alejarse de cualquier situación en la que se sientan incómodos o en peligro, o en la que se hayan violado sus límites, y luego contárselo a un adulto lo más pronto posible.

Durante esta lección es de suma importancia que el líder evite decir que el contacto físico que deja una buena sensación es “sano y amoroso o muestra que alguien ama al niño”. Más bien, un contacto sano es el que no se hace con la intención de confundir, atemorizar o causar daño deliberadamente al niño.

#### Este grupo de edad: Cómo abordar la edad primaria—el concepto clave es la “actividad”.

Los niños pequeños tienen una imaginación activa y vívida, crecen menos egocéntricos y son más conscientes de otros. Su período de atención es breve, aproximadamente de 20 minutos. Aprovechan las experiencias concretas, les encanta aprender y son muy inquisitivos. Sin embargo, dependen casi por completo de los demás para definir lo bueno y lo malo y distinguir el comportamiento sano del peligroso, pero no entienden las “reglas”. Los padres deben hacer todo lo posible por crear un entorno donde los niños se sientan en libertad de hacer preguntas sobre la vida y sobre su propio cuerpo. Esta experiencia de franqueza y confianza a temprana edad establecerá el marco de las relaciones de cada niño con otras personas durante toda la vida.

**ACTIVIDAD OPCIONAL #1: Projete el video introductorio (opcional) para romper el hielo**

El video introductorio para los grados K-5 se ha preparado para iniciar una conversación sencilla con los niños sobre los límites personales y la seguridad al tocar. El video dura aproximadamente seis minutos y no se ha creado ni se pretende usarlo como sustituto de la lección propiamente dicha. Es sencillamente una introducción para “romper el hielo” y ayudar en la transición hacia la finalización de las actividades opcionales interactivas de las lecciones. Debe usarse junto con otra actividad opcional, puesto que la conversación y la práctica son elementos críticos necesarios para enseñarles a los niños a protegerse. Los niños aprenden más al “hacer” que cuando solo se limitan a “escuchar”.

**ACTIVIDAD OPCIONAL #2: Repase y discuta las palabras clave del vocabulario**

- **Partes íntimas del cuerpo**—las partes del cuerpo cubiertas por un traje de baño.
- **Decir que “No”**—decir que “no” significa rehusar, negarse, rechazar o desaprobar. Esta palabra se usa para expresar un límite y dar a entender que el niño no desea que algo suceda o continúe. [Dígame a los niños que está bien decirle que “No” a un adulto si esa persona los hace sentir atemorizados o incómodos o si les toca las partes íntimas del cuerpo.]
- **Reglas**—una guía prescrita de conducta o de acción. Seguimos reglas para asegurarnos de que estamos seguros—así como la regla de abrocharnos el cinturón para estar seguros en el auto, o como las reglas de seguridad antes de cruzar la calle. [Por ejemplo, enséñele al niño una regla sencilla para que sepa qué hacer si alguien trata de tocarlo de una manera peligrosa, como decir que “¡No!”, tratar de alejarse y contárselo a un adulto lo más pronto posible.
- **Contacto físico sano**—formas de contacto que tienen una buena finalidad, que no se hacen con la intención de perjudicar y que deben ser conocidas. Son seguras y también pueden realizarse con el fin de mantener al niño sano, aunque no se conozca bien a la persona, siempre y cuando el contacto sea apropiado para la relación particular—como cuando una madre besa en la frente al niño al acostarse o cuando el niño le dice a su compañero que “choque esos cinco”, etc. [Absténgase de decir que el contacto físico que deja una buena sensación “es sano, es amoroso o muestra que alguien ama al niño” puesto que a veces el contacto físico es sano y necesario, pero también puede doler—aunque duele por una buena razón para mantener sanos a los niños, como los puntos para cerrar una herida, la inyección que aplica el médico o la limpieza dental.]
- **Contacto físico peligroso**—formas de contacto físico inapropiadas, que pueden herir o atemorizar o son contrarias a las reglas sobre contacto físico. Si no está seguro sobre una forma de contacto físico, pregúntele a uno de los padres. Entre los ejemplos cabe citar pegar, golpear, hacer caer, dar puntapiés, escupir, tocarle las partes íntimas a alguien, etc.
- **Secreto**—algo que se mantiene oculto, que nunca se cuenta ni se explica. Los secretos excluyen a otras personas, pueden perjudicar y a veces hacen que la persona que los guarda se sienta atemorizada o incómoda. [Por ejemplo, dígame a los niños que no hay secretos cuando se trata de su seguridad personal y física. Dígame que está mal que un adulto o que otro niño le pida a un menor que guarde un secreto relacionado con la seguridad—particularmente si se trata de contacto físico peligroso—porque esa es una forma de herir a las personas. Si una persona trata de hacer que un niño guarde un secreto o hace que el niño se sienta atemorizado, el niño debe saber comunicar esa información inmediatamente a uno de los padres o a un adulto consciente—y debe estar seguro de que estará protegido independientemente de las amenazas o las consecuencias aparentes de “contar lo sucedido”.]

**ACTIVIDAD OPCIONAL #3: Aprender a nombrar las partes del cuerpo**

**Preparación:** Al prepararse para esta actividad, repase la Guía para la enseñanza de límites y seguridad: Guía sobre un entorno seguro para los adultos, padres y tutores conscientes (*Teaching Boundaries and Safety Guide: Safe Environment Guide for Caring Adults, Parents and Guardians*). Ayude a los niños a ver que tienen derecho a hablar sobre lo que le sucede a su cuerpo y tienen derecho a estar seguros.

**Indicaciones:** Reitéreles a los niños los nombres comunes de las partes del cuerpo con la siguiente canción.

Cabeza y hombros, rodillas y dedos de los pies, rodillas y dedos de los pies.  
Cabeza y hombros, rodillas y dedos de los pies, rodillas y dedos de los pies.  
Ojos y orejas y boca y nariz.  
Cabeza y hombros, rodillas y dedos de los pies.  
Cabeza y hombros, rodillas y dedos de los pies, rodillas y dedos de los pies.

**Nota:** Toque cada parte a medida que cante e invite a los niños a tocarse esas partes del cuerpo y a cantar. Repita varias veces cada una con aumento gradual del ritmo y de la velocidad.

Hable con los niños sobre la diferencia entre estas partes “comunes” y las partes “íntimas” del cuerpo:

- Consideramos que las partes íntimas del cuerpo son “especiales” al mantenerlas cubiertas. Una razón de ello es para ayudar a mantenerlas limpias y sanas.

Pregúnteles a los niños qué deben hacer si alguien quiere tocarles las partes íntimas del cuerpo o si un adulto le pide a un niño que le toque las partes íntimas de su cuerpo.

- Decir que “¡No!”
- Tratar de alejarse de la persona.
- Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable.

Deles a los niños ejemplos de situaciones que podrían surgir y hábleles sobre lo que deben hacer en cada situación:

- ¿Qué pasa si un adulto te ofrece un regalo o trata de evitar que hables sobre un contacto físico referente a las partes íntimas del cuerpo o sobre cualquier otra clase de contacto físico que podría disgustar a tus padres?
- ¿Qué pasa si un adulto te pide que guardes secreto sobre un regalo?
- ¿Qué pasa si un adulto no te toca las partes íntimas del cuerpo, pero hace algo más por lo cual te sientes incómodo?
- ¿Qué pasa si la persona que trata de tocarte las partes íntimas del cuerpo es otro niño y no un adulto?
- ¿Qué pasa si un adulto te dice que nadie te creerá si cuentas algo que te ha sucedido? ¿O si te dice que va a causarle daño a un ser querido para ti, como a un familiar, o a tu perro?
- ¿Qué pasa si el adulto que te hace sentir incómodo es alguien con quien realmente simpatizas, alguien que tu familia conoce y con quien simpatiza o aun alguien de tu familia? ¿A dónde vas a pedir ayuda?

#### ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Pasaporte para la seguridad al tocar, Parte 1 (La Parte 2 continúa en la Lección 2)

**Antecedentes:** Así como los adultos llevan un pasaporte cuando viajan a países extranjeros, los niños pueden diseñar y llevar un “pasaporte” como recordatorio para mantenerse seguros al viajar de ida y regreso a la casa, la escuela, la iglesia o cualquier otro lugar. Los niños deben pensar en el contacto físico sano que han recibido de amigos y adultos fiables. Dentro de esta actividad, las páginas ilustrarán el contacto físico sano y ayudarán a los niños a entender el significado de adultos fiables y de adultos fiables especiales.

#### ÚTILES

Papel de copia tamaño carta (para imprimir)  
Crayones  
Lápices de colores  
Marcadores  
Impresora

**Preparación:** Los niños comenzarán esta actividad durante esta lección y terminarán en la Lección 2. En la Lección 1, solamente llenarán la portada del pasaporte y empezarán a trabajar en las páginas 2 y 3. Llenarán las páginas 2 y 3 durante la Lección 2, cuando aprendan el significado de adultos fiables y de adultos fiables especiales.

**Indicaciones:** Indíqueles a los niños que doblen el papel previamente impreso por la mitad para crear un folleto en forma de pasaporte.

La portada lleva las palabras MI PASAPORTE en letras grandes. El niño personalizará el pasaporte con un dibujo de su fotografía y decorará la portada para que sea atractiva. En la línea que aparece bajo la fotografía, escribirá su nombre.

**Nota:** El modelo de pasaporte está incluido en este descargado adjunto de materiales al fin de paquete.

La parte interior del pasaporte contiene las siguientes páginas:

- Una página para dibujar y colorear un diseño original que ilustre el contacto físico sano.
- Una página para dibujar y colorear un diseño original que ilustre a los adultos seguros y seguros especiales.
- La contraportada enumera las reglas sobre la seguridad al tocar.

**Discusión:** Mientras los niños crean sus pasaportes, el líder de la lección debe aprovechar la oportunidad para recalcar, una vez más, las reglas sobre seguridad al tocar:

- Nadie tiene derecho a tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, excepto para mantenerlo limpio y sano y, además, solo algunos adultos fieles especiales tienen ese derecho, según lo designen los padres del niño.
- Si alguien trata de tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño o quiere que el niño le toque sus partes íntimas, el niño debe:
  - Decir que “¡No!”
  - Tratar de alejarse de la persona.
  - Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable.

**Nota:** Puesto que esta actividad continuará en la Lección 2, usted necesitará recoger los pasaportes de los estudiantes y guardarlos en un lugar seguro hasta la hora de terminarlos durante la Lección 2.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Reglas sobre actividades y seguridad en línea—Conéctese a Dot.com

**Antecedentes:** En esta actividad usted ayuda a los niños a enterarse de que las reglas sobre los límites de seguridad también se aplican a las actividades en línea.

**Preparación:** Imprima las hojas de actividades de “Conéctese a Dot.com” y léalas durante la lección.

**Indicaciones:** Ayude a los niños para que sepan buscar y comenzar con el #1, luego trace una línea hasta el número siguiente y así sucesivamente. Si se siguen todos los números en el orden numérico correcto, aparecerá una imagen formada por todos ellos.

**Discusión:** Facilite una conversación con los niños en una extensa actividad de grupo con las siguientes preguntas y tareas:

- Nombre las actividades que quisieran hacer en línea o en internet (por ejemplo, juegos, videollamadas con amigos y familiares, proyectos escolares, etc.).
- Hágalos utilizar las hojas de actividades de Connect the Dots para destacar algunos de los diferentes dispositivos empleados para esas actividades. Nombre otros que no se hayan incluido (por ejemplo, computadores, tabletas, teléfonos celulares, sistemas de juego, controladores de juego, etc.).
- Pregúnteles: ¿alguna vez se han sentido inseguros con alguna interacción en la cual se usa uno de estos dispositivos?
- ¿Qué deberán hacer si se sienten inseguros o incómodos? ¿Cuáles son las reglas de seguridad en línea si alguien le muestra al niño imágenes atemorizantes o fotografías de las partes íntimas del cuerpo sin cubrir?
  - Decir que “¡No!”
  - Tratar de alejarse de la situación.
  - Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable.

#### ÚTILES

Papel de copia tamaño carta (para imprimir)  
Crayones  
Lápices de colores  
Marcadores  
Impresora



**Nota:** El modelo de la hoja está incluido en este descargado adjunto de materiales al fin de paquete.

#### Termine la lección con una oración

El líder de la lección puede invitar a los niños a crear su propia oración, puede dirigir una oración o puede rezar la oración sugerida a continuación.

*Amado Señor:*

*A veces cuando suceden cosas, siento miedo. A veces, sencillamente me siento confundido—como cuando un ser querido hace algo que me hace sentir incómodo o atemorizado. Cuando eso suceda, ayúdame a recordar que soy una persona especial y dame valor para contarle a un adulto lo sucedido. Gracias por el amor que me tienes y por darme adultos y padres fieles que desean mantenerme seguro y feliz. Amén.*

## Límites físicos: Reglas sobre contacto físico sano

# Mi Pasaporte

Los adultos fiables especiales son las únicas personas que tienen permiso para tocar las partes íntimas de tu cuerpo. Los adultos fiables especiales pueden tocar las partes íntimas de tu cuerpo sólo para mantenerte limpio y saludable.

Si alguien intenta tocar las partes íntimas y privadas de tu cuerpo o quiere que tú toques las partes íntimas y privadas de su cuerpo, tú deberás:

- Decir “¡No!”
- Tratar de alejarse de la situación.
- Contarle lo sucedido a uno de los padres o a un adulto fiable.

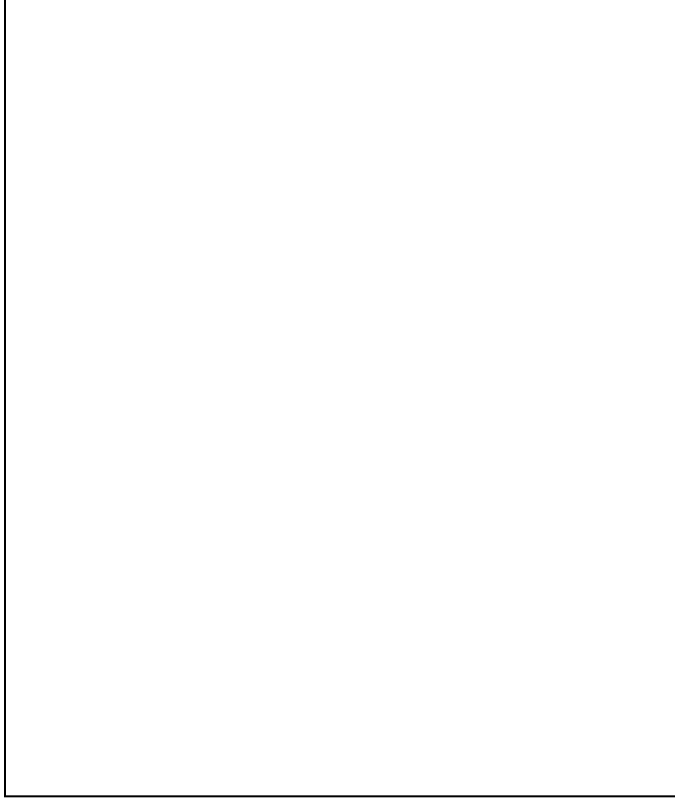


Nombre: \_\_\_\_\_

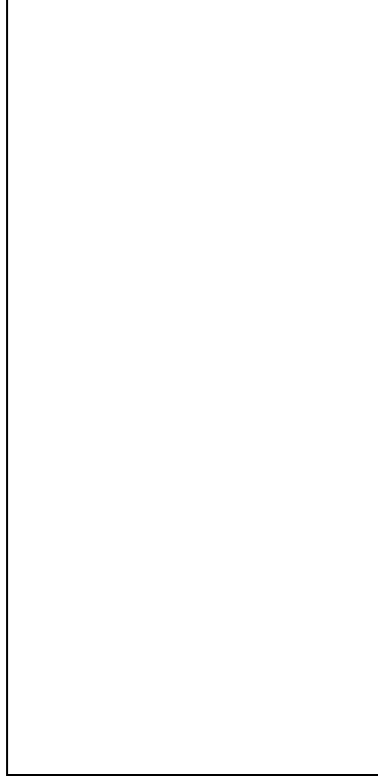
Aquí hay algunos ejemplos de contactos físicos seguros:

1. Un amigo “choca los cinco” contigo cuando ganas un juego.
2. Mamá baila contigo con música divertida.
3. El abuelo te abraza mientras los dos dan vueltas en círculo.
4. Tu perro mueve la cola y lame tu cara.
5. Tú tienes la mano de la abuela bien fuerte cuando te montas con ella en la montaña rusa.

Haz un dibujo de tu contacto físico seguro favorito en este cuadro.



Haz un dibujo de uno de tus adultos seguros en este cuadro.



Haz un dibujo de uno de tus adultos fiables especiales en este cuadro.



**Lección 1 para los grados K, 1 y 2**

**Límites físicos: Reglas sobre contacto físico sano y peligroso**

**ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Reglas sobre actividades y seguridad en línea—Conéctese a Dot.com**

**Instrucciones:** Busquen el primer “dot” que empieza con el número uno, luego trace una línea hasta el número siguiente y así sucesivamente. Si se siguen todos los números en el orden numérico correcto, aparecerá una imagen formada por todos ellos.

