

## Lección 2 para los grados 3, 4 y 5

Adultos fiables, contacto físico sano y adultos fiables especiales

### PRINCIPIO

Los niños deben aprender a respetar su propia salud y seguridad y la seguridad de los demás, al entender la diferencia entre las personas fiables y las peligrosas. De esta forma, trabajamos juntos para prevenir y reducir el riesgo de abuso sexual y las violaciones de los límites.

### CATECISMO / ESCRITURA

*La vida y la salud física son bienes preciosos confiados por Dios. Debemos cuidar de ellos racionalmente teniendo en cuenta las necesidades de los demás y el bien común.* —Catecismo de la Iglesia Católica, #2288 (1997)

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

Los niños de esta edad comienzan a preguntar y a entender lo relacionado con su propio crecimiento físico. Desean hablar de algunos de los atributos esenciales de la amistad, como la lealtad, la comunicación y la responsabilidad. Están interesados en conocer los términos correctos para identificar las partes del cuerpo y desean estar rodeados de adultos de confianza en su vida para hablar de los procesos fisiológicos básicos de una manera que no sea amenazante. Puesto que lo que los niños ven y oyen en los medios de comunicación influye en ellos, es importante que los proveedores de cuidado hablen con sus hijos sobre los valores y las actitudes que se presentan en esos medios.

Los niños que saben que pueden hacer preguntas a sus padres y adultos fiables tienen más probabilidades de hablar si alguien muestra un comportamiento inapropiado con ellos y se sienten menos atraídos y vulnerables a posibles depredadores.

### OBJETIVOS

Por este medio, el líder de la lección para adultos amplía la base de la Lección 1 y ayuda al niño a aprender a respetarse a sí mismo y a respetar a los demás. Después de la Lección 2, los niños estarán mejor capacitados para:

- Comenzar a reconocer la forma de respetar los propios límites y los límites de los demás.
- Reconocer a los amigos y adultos fiables, los adultos fiables especiales y los adultos peligrosos.
- Defenderse y defender a los demás más enérgicamente al responder de una manera apropiada a situaciones peligrosas relacionadas con ellos o con sus amigos.
  - Decir que “¡no!” si alguien comparte imágenes o materiales peligrosos o inapropiados.
  - Alejarse de la situación.
  - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
  - También contarle a un adulto si le sucede a un amigo.
- Componente de tecnología: entender que hay reglas similares sobre los límites que también se aplican a las actividades en línea.

Como se indicó en la Lección 1, durante esta lección es sumamente importante que el líder se abstenga de decir que el contacto físico que deja una sensación agradable es “seguro, cariñoso o una muestra de que alguien lo ama”. Más bien, un contacto físico sano es el que no se hace con la intención de confundir, asustar o deliberadamente causar daño al niño.

\*Para más información general para los líderes de las lecciones relacionadas con este grupo de edad, sírvase referirse a la sección de “Antecedentes para los líderes de las lecciones” en la Lección 1.

### 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. 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 emplearse junto con otra actividad opcional, puesto que la conversación y la práctica son elementos críticos necesarios para enseñarles a los niños a protegerse. Ellos aprenden más al “hacer” que cuando solo se limitan a “escuchar”.

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

- **Respetar los límites**—debemos respetarnos a nosotros mismos y respetar a los demás. El respeto por nosotros mismos significa que entendemos nuestra dignidad y nuestro valor como personas y que trabajamos para crear o mantener límites para protegernos. Nos enfadamos o nos sentimos incómodos cuando alguien no respeta nuestros propios límites y nos comunicamos con la persona apropiada si necesitamos ayuda. Respetar los límites de otra persona significa que usted la estima y no hará nada que pudiera causarle daño y que usted se comunicará con la persona apropiada para ayudar a quien se ve perjudicado por alguien más. [Deles a los niños algunos ejemplos de respeto por los demás, como no llamar a otras personas con nombres despectivos, no pegarles, seguir las reglas en la escuela y en la casa, dejar de hacer una actividad cuando alguien se lo pide, avisarle a un adulto cuando alguien tiene dolor o ha sufrido una lesión, etc.]
- **Amigos y adultos fieles**—las personas fieles no le causan daño a usted sin una buena razón ni lo confunden intencionalmente. Lo escuchan y continuamente respetan los límites y observan las reglas. [Explique que un niño puede estar rodeado de muchos amigos y adultos fieles. Deles a los niños algunos ejemplos del comportamiento de un adulto que podría causarles dolor, pero que puede ser necesario para la seguridad del niño, como exámenes médicos, vacunas, toma de muestras de la garganta, retiro de astillas de madera, impedir que un niño corra por una carretera, etc.]
- **Adulto fiable especial**—los adultos fieles especiales son un reducido número de personas que pueden ver o tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, pero solamente para mantenerlo seguro, limpio y sano. Tienen permiso para ayudar con el baño, en los servicios sanitarios, a ponerse la ropa y a cuidarlos cuando estén enfermos. No todos los adultos fieles son adultos fieles especiales y, a veces, estos últimos solo intervienen en ocasiones o por razones específicas. [Deles a los niños algunos ejemplos de adultos fieles especiales que siempre lo son, incluso la madre o el padre de un niño. Además, deles un ejemplo de alguien que es un adulto fiable especial por razones específicas en un momento determinado, como un médico o una enfermera, pero solamente por razones específicas y cuando uno de los padres o un proveedor de cuidado también están presentes.]
- **Amigos y adultos peligrosos**—los amigos y adultos peligrosos exponen a un niño a riesgo de daño emocional, espiritual y físico. Estas son personas que ponen en peligro a un niño para sus propios fines, sin preocuparse por el bienestar del niño. Además, no escuchan constantemente los deseos de los padres ni observan los límites del niño. [Dígales a los niños que podemos determinar cuando alguien es peligroso si no sigue las reglas ni escucha cuáles son nuestros límites.]
- **Contacto físico sano**—el contacto físico que tiene una buena finalidad, no se realiza con la intención de causar daño y debe ser conocido. Ese contacto es seguro y también puede tener por fin mantener sano al niño, aunque no se conozca bien a la persona, siempre y cuando sea apropiado para la relación particular de que se trate, como cuando su mamá lo besa en la frente al acostarse, cuando su compañero de juegos choca con el niño los cinco dedos de la mano, etc. [Absténgase de decir que el contacto físico sano que deja una sensación agradable es “seguro, cariñoso o una muestra de que alguien lo ama”, ya que a veces es seguro y necesario pero también puede doler—aunque duele por una buena razón para mantener seguros a los niños, como poner puntos en una herida, aplicar una inyección en el consultorio médico o hacer una limpieza dental.]
- **Contacto físico peligroso**—un contacto inapropiado, que puede causar daño o miedo o que es contrario a las reglas para el contacto físico. Si no está seguro con respecto al contacto físico, pregúntele a uno de los padres. [Dé ejemplos de contacto físico peligroso, como golpear, dar puñetazos, hacer tropezar, dar puntapiés, escupir, tocar las partes íntimas del cuerpo, etc.]
- **Secreto**—algo que se mantiene oculto, que nunca se ha dicho ni explicado. Los secretos excluyen a otras personas y pueden causar daño y a veces hacer que la persona involucrada se sienta atemorizada o incómoda. [Por ejemplo, dícales a los niños que no hay secretos cuando se trata de la seguridad personal y física. Dícales que está mal que un adulto o que otro niño les pida que guarden un secreto sobre seguridad—especialmente sobre contacto físico peligroso—porque esa es la forma en que la gente sale perjudicada. Si una persona trata de hacer que un niño guarde un secreto o hace que se sienta atemorizado, el niño debe saber que tiene que comunicar esta información inmediatamente a uno de los padres o a un adulto consciente—y tener la seguridad de que estará protegido, independiente de cualquier amenaza o consecuencia aparente por “contar”.]
- **Decir que “no” o palabras similares**—decir que “no” significa rehusar, negar, rechazar o desaprobar algo. Esta palabra se usa para expresar un límite y da a entender que usted no desea que algo suceda o continúe. [Avíseles a los niños que está bien decirle que “no” a un adulto si este último hace sentir atemorizado o incómodo al niño o si la persona le toca las partes íntimas del cuerpo.]

### ACTIVIDAD OPCIONAL #3: Creación de cartel(es) para representar los conceptos de “contacto físico sano” y “adultos fieles”

**Preparación:** El líder de la lección debe repasar las palabras clave del vocabulario enumeradas en la Actividad opcional #2 antes de dirigir esta lección. Él también decidirá si los menores crearán un collage hecho por un grupo grande O collages individuales para representar los conceptos de “contacto físico sano” y “adultos fieles”.

Antes del día de la lección, dé instrucciones a los niños de que corten, impriman de internet o dibujen tantas imágenes como sea posible para demostrar los conceptos de “contacto físico sano” y “adultos fieles” para llevarlos a la lección. Asegúrese de recoger los útiles enumerados y luego siga el proceso.

**Indicaciones:** El día de la lección, invite a los niños a desplegar las imágenes para que todas sean visibles. Según las imágenes suministradas, animelos a presentar tantos lemas como sea posible en un cartel o un collage hecho por el grupo para dar ejemplos de “contacto físico sano y adulto fiable”. Considere la posibilidad de escribir esos lemas en una pizarra de tiza o de borrado en seco para que todos los vean.

**NOTA:** Las siguientes instrucciones diferirán si el líder de la lección escoge un collage del grupo o collages individuales.

- *Opción del collage del grupo: Si se utiliza un collage creado por un grupo grande, vote con los niños sobre el lema/tema que debe emplearse. Luego hágalos votar por la imagen que represente el mejor ejemplo del lema/tema. Coloque esa imagen en el centro del cartel para que se convierta en un punto focal e imprima el lema/tema a través de la parte superior del cartel. Luego, arregle las otras imágenes alrededor de la imagen central (las imágenes pueden quedar superpuestas, pero no deben cubrir por completo la principal) y haga que los niños peguen o dibujen otras imágenes que también sirvan de ejemplo del lema/tema. Al terminar, se debe exhibir el cartel del grupo en la clase o en un lugar común de la institución.*
- *Opción de collages individuales: si los niños crean collages individuales, ayúdeles a escoger el lema/tema de la pizarra que prefieren que se imprima en sus carteles individuales y permítales imprimir el lema/tema a través de la parte superior de los carteles. Luego, déjelos escoger entre sus imágenes la que sea el mejor ejemplo del lema/tema que deberá colocarse en el centro del cartel. Todas las demás imágenes pueden arreglarse alrededor de esta imagen central. Los niños pegarán o dibujarán imágenes en el collage para llevárselas a casa y mostrárselas a la familia.*

**Proceso:** Discuta los conceptos de “contacto físico sano” y de “adultos fieles” mientras el grupo crea los collages.

#### ÚTILES

Revistas viejas para cortar fotografías  
Tijeras  
Pasta / pegamento  
Cartelera(s)  
Marcadores con punta de felpa  
Pizarra de tiza o de borrado en seco  
Marcadores de borrado en seco o tiza  
Borradores

**Nota:** Los collages ofrecen una oportunidad de expresión creativa con el fin de demostrar que se entienden las conversaciones. Esta actividad requiere muchas revistas viejas, periódicos, recortes de anuncios, etc. Es posible que las familias no tengan muchas revistas en la casa puesto que hoy en día las personas obtienen la mayoría de la información en internet. Aunque la familia tenga acceso a internet quizá no tiene acceso a una impresora. Tenga fotografías extra a la mano para los niños que no hayan podido llevar ninguna.

#### ÚTILES

Pizarra de tiza o de borrado en seco  
Marcadores de borrado en seco o tiza  
Borradores  
Papel  
Útiles para escribir

### ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Identificación de los adultos fieles especiales y composición de poesía/letra de canciones sobre el contacto físico sano y peligroso

**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*). Aquí los niños entenderán que tienen voz y voto en lo que le sucede a su cuerpo y que tienen derecho a estar seguros.

**Indicaciones:** Comparta la definición de “adultos fieles especiales” según el vocabulario de la Actividad opcional #2 previamente citada. Pídales a los niños que piensen en los adultos fieles especiales que podrían tener permiso de verles o tocarles las partes íntimas del cuerpo. En este grupo de edad, el número de personas dentro de esta categoría será bastante pequeño. Luego explique la definición

**Nota:** En esta actividad se supone que los niños saben qué es una poesía y pueden escribirla o ayudar a componerla con apoyo del líder de la lección. El líder debe explicar cómo se pueden convertir los poemas en canciones y, de esa forma, esta actividad también podría llevar a componer letras de canciones basadas en los poemas. Según el grupo de edad, el líder puede optar por ayudar más a los niños más pequeños dirigiendo a un grupo numeroso O permitir que los niños más grandes formen grupos pequeños o trabajen individualmente.

## Lección 2 para los grados 3, 4 y 5 Adultos fiebles, contacto físico sano y adultos fiebles especiales (cont.)

de contacto físico “sano” y “peligroso”.

NOTA: Las siguientes instrucciones diferirán según la edad y el tamaño de la clase y si el líder de la lección determina que los niños deben trabajar juntos en un poema compuesto por un grupo grande O en poemas individuales O que deben trabajar en un poema en grupos pequeños de tres a cuatro niños.

- *Opción de composición de un poema en un grupo grande. El líder de la lección les preguntará a los niños sobre palabras relacionadas con su seguridad y, en particular, con el contacto físico sano, el contacto físico peligroso y los adultos fiebles especiales. Considere la posibilidad de utilizar las palabras clave del vocabulario de la Actividad opcional #2. Luego, escriba las palabras en una pizarra de tiza o de borrado en seco (a continuación se dan ejemplos).*

Una vez que se haya establecido una buena selección, pídale a los niños que escriban frases con dos o tres de las palabras de la pizarra que rimen o que formen un buen conjunto. Después de haber terminado sus frases, limpie la pizarra y pídale que digan uno por uno su mejor frase o “línea” cuando la escriban en la pizarra. Una vez que terminen, pídale que escojan una buena frase inicial entre las opciones que aparecen en la pizarra. Luego, déjelos que sugieran otras frases que crean que se deben agregar y escriba esos ejemplos en la pizarra. Como líder de la lección, si puede, cambie las palabras de lugar para crear una rima que podría ser beneficiosa (pero no es necesario hacerlo). Después de registrar unas 4 o 5 frases, eso deberá ser suficiente para terminar el poema.

- *Opciones de composición de poemas individuales O en grupos pequeños. Según el tamaño de la clase y la edad de los estudiantes, el líder de la lección puede pedirles a los niños que compongan sus propios poemas O pueden formar grupos pequeños de tres o cuatro niños para que trabajen juntos en un poema. Con la fórmula siguiente, mándeles componer dos poemas de cinco líneas cada uno sobre el “contacto físico sano” y el “contacto físico peligroso”. Otra forma posible de componer los poemas consiste en dividir la clase en grupos de 3 niños para trabajar juntos en sus poemas.*

El primer poema se basa en las palabras “contacto físico sano”.

- En la línea 1: escriba las palabras “contacto físico sano”.
- En la línea 2: escriba dos palabras que describan el “contacto físico sano”.
- En la línea 3: escriba tres palabras para “contacto físico sano” que denoten acción.
- En la línea 4: escriba una frase corta sobre el “contacto físico sano”.
- En la línea 5: escriba una palabra que signifique lo mismo que “contacto físico sano”.

**Nota:** Los líderes de las lecciones pueden escribir en la pizarra estas instrucciones sobre las líneas de los dos primeros poemas para ayudar a los estudiantes.

Repita el proceso en un segundo poema si hay suficiente tiempo. Esta vez el poema se basa en las palabras “contacto físico peligroso”.

- En la línea 1: escriba las palabras “contacto físico peligroso”.
- En la línea 2: escriba dos palabras que describan el “contacto físico peligroso”.
- En la línea 3: escriba tres palabras para “contacto físico peligrosos” que denoten acción.
- En la línea 4: escriba una frase corta sobre el “contacto físico peligroso”.
- En la línea 5: escriba una palabra que signifique lo mismo que “contacto físico peligroso”.

Después de que los niños compongan sus poemas, pídale a cada niño o grupo que comparta el poema con la clase. Si las personas se sienten incómodas de compartir con toda la sala, pida voluntarios o pídale que presenten sus poemas para que los escogidos se lean en voz alta en forma anónima.

### Ejemplo:

Los poemas que sirven de ejemplo podrían ser como los siguientes:

Contacto físico sano,  
inofensivo, seguro.  
Reír, seguir, correr.  
Dar la mano a un adulto fiable  
Inocente

Contacto físico peligroso,  
nocivo, secreto.  
furioso, nervioso, incómodo.  
Tocar las partes íntimas,  
Aterrador.

**ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Llene la hoja de trabajo en blanco sobre “comunicación/comportamiento en persona y en línea”**

**Indicaciones:** Distribuya la hoja de trabajo para llenar los espacios en blanco y dígalos a los niños que agreguen la palabra correcta en cada frase relacionada con el tema de la comunicación y el comportamiento en persona y en línea.

Considere la posibilidad de convertir la actividad en una competencia para ver quién es el primero en terminar de agregar todas las palabras correctas. Luego, invite a los niños a relatar qué piensan de las frases y los ejemplos de la hoja de trabajo. A manera de repaso, pídale que definan o expliquen cada una de las palabras.

**Nota:** El modelo para llenar los espacios en blanco se incluye en el conjunto de materiales descargados al final de este paquete. Imprima suficientes copias de esa página en particular para toda la clase.

**Ejemplo:** Lea cada una de las siguientes afirmaciones referentes a situaciones que abordan la comunicación y el comportamiento en persona, y el comportamiento que ocurre en línea o por medio de internet. Usted utilizará las palabras que se encuentran en el Banco de Palabras para llenar los espacios en blanco correspondientes a cada escenario y al final hablará de las respuestas con todo el grupo. NOTA: Un término del Banco de Palabras se usará dos veces.

Para agregar un elemento de dificultad, cubra la parte del Banco de Palabras y trate de llenar el espacio en blanco sin leer las opciones disponibles.

**ESCENARIOS DE COMUNICACIÓN/COMPORTAMIENTO EN PERSONA**

1. La mayor parte de las formas de contacto físico son seguras, pero algunas son **peligrosas**.
2. Si alguien o algo me hace sentir incómodo, está bien defenderme y decirle que **no** a un adulto o a otro niño.
3. Si alguien trata de tocarme las partes íntimas del cuerpo o quiere que yo le toque las suyas, debo tratar de alejarme de esa persona y contárselo inmediatamente a mi(s) **padre(s)** o a un adulto fiable **especial**.
4. Si un amigo me cuenta que le sucedió algo malo pero me dice que le guarde el **secreto**, necesito contárselo inmediatamente a un adulto porque la seguridad de mi amigo es muy importante.
5. Nadie tiene **derecho** a tocarme las partes íntimas del cuerpo, excepto para mantenerme limpio y **sano** y solamente si esa persona es un adulto fiable **especial**.

**ESCENARIOS DE COMUNICACIÓN/COMPORTAMIENTO EN LÍNEA Y EN INTERNET**

6. Si uso tecnología o internet y veo algo que sé que es contrario a las **reglas**, debo contárselo inmediatamente a uno de mis padres o a un adulto fiable.
7. Si estoy en un juego en línea y algo me **asusta** o me hace sentir molesto, necesito contárselo inmediatamente a un adulto.
8. Si alguien me dice palabras **groseras u ofensivas** cuando estamos jugando o divirtiéndonos, es importante que yo le cuente a un **adulto** fiable lo que me dijo esa persona.
9. Si alguien me muestra una **imagen** inapropiada en un teléfono o al usar internet, está bien que yo cuente lo sucedido aunque haya mirado la imagen.

## Lección 2 para los grados 3, 4 y 5 Adultos fieles, contacto físico sano y adultos fieles especiales (cont.)

**BANCO DE PALABRAS:** “no”, padre(s), reglas, asusta, secreto, derecho, peligrosas, imagen, groseras u ofensivas, sano, especial, adulto.

### 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:*

*Aunque cada uno de nosotros es especial y diferente, hay formas en que somos iguales porque nos creaste a cada uno a tu imagen y, por lo tanto, merecemos respeto. Deseo vivir como Tú me lo has mandado, en paz aun en épocas de confusión e incertidumbre. Ayúdame a recordar que debo respetarme, así como deseo que otros me respeten. Ayúdame a mantener límites sólidos y a ser amable y respetuoso con otros. También dame valor para hablar por mí y por mis amigos si veo que les hacen daño.*

*Amén*



**ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Llene la hoja de trabajo en blanco sobre “comunicación/comportamiento en persona y en línea”**

**Instrucciones:** Lea cada una de las siguientes afirmaciones referentes a situaciones que abordan la comunicación y el comportamiento en persona, y el comportamiento que ocurre en línea o por medio de internet. Usted utilizará las palabras que se encuentran en el Banco de Palabras para llenar los espacios en blanco correspondientes a cada escenario y al final hablará de las respuestas con todo el grupo. NOTA: Un término del Banco de Palabras se usará dos veces.

Para agregar un elemento de dificultad, cubra la parte del Banco de Palabras y trate de llenar el espacio en blanco sin leer las opciones disponibles.

**ESCENARIOS DE COMUNICACIÓN/COMPORTAMIENTO EN PERSONA**

1. La mayor parte de las formas de contacto físico son seguras, pero algunas son \_\_\_\_\_.
2. Si alguien o algo me hace sentir incómodo, está bien defenderme y decirle que \_\_\_\_\_ a un adulto o a otro niño.
3. Si alguien trata de tocarme las partes íntimas del cuerpo o quiere que yo le toque las suyas, debo tratar de alejarme de esa persona y contárselo inmediatamente a mi(s) \_\_\_\_\_ o a un adulto fiable \_\_\_\_\_.
4. Si un amigo me cuenta que le sucedió algo malo pero me dice que le guarde el secreto, necesito contárselo inmediatamente a un adulto porque la seguridad de mi amigo es muy importante.
5. Nadie tiene \_\_\_\_\_ a tocarme las partes íntimas del cuerpo, excepto para mantenerme limpio y \_\_\_\_\_ y solamente si esa persona es un adulto fiable \_\_\_\_\_.

**ESCENARIOS DE COMUNICACIÓN/COMPORTAMIENTO EN LÍNEA Y EN INTERNET**

6. Si uso tecnología o internet y veo algo que sé que es contrario a las \_\_\_\_\_, debo contárselo inmediatamente a uno de mis padres o a un adulto fiable.
7. Si estoy en un juego en línea y algo me \_\_\_\_\_ o me hace sentir molesto, necesito contárselo inmediatamente a un adulto.
8. Si alguien me dice palabras \_\_\_\_\_ cuando estamos jugando o divirtiéndonos, es importante que yo le cuente a un \_\_\_\_\_ fiable lo que me dijo esa persona.
9. Si alguien me muestra una \_\_\_\_\_ inapropiada en un teléfono o al usar internet, está bien que yo cuente lo sucedido aunque haya mirado la imagen.

**BANCO DE PALABRAS**

“no”  
secreto  
groseras u ofensivas

padre(s)  
derecho  
sano

reglas  
peligrosas  
especial

asusta  
imagen  
adulto