

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

**Colaborando con los padres y guardianes para la seguridad:  
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**

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:**

Antes de sentarse con su(s) hijo(s) y comenzar las actividades, lea toda esta lección y vea el video. Primero, elija las actividades cuales le hace sentirse más cómodo, y gradualmente aborde a las demás. Le resultará útil tener a la mano *la Guía para la enseñanza de los límites y la seguridad* para navegar por el material de la lección. Estas actividades en la lección están destinadas a capacitar a los jóvenes para que piensen en cuestiones de seguridad con usted como acompañante.

**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**

**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*).

**Indicaciones** 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” o “ver”.

Enlaces a los videos para jóvenes en este grupo de edad de los grados de K-2:

Inglés K – 5: <https://www.youtube.com/embed/As5weSq9Jw>

Español K – 5: <https://www.youtube.com/embed/-ELCTmNKsw4>

**ACTIVIDAD OPCIONAL #2: Las palabras clave del vocabulario sobre la seguridad**

**Preparación:** Al prepararse para esta actividad, repase la *Guía de enseñanza sobre límites y seguridad: Guía de entorno seguro para adultos, padres y tutores que se preocupan por ellos*.

**Indicaciones:** Repase y discuta las palabras clave del vocabulario con su hijo. Alternativamente, los líderes de lecciones pueden utilizar este marco de vocabulario para tener una mejor base de comprensión para simplemente comenzar una conversación sobre los límites o para ayudarlo a dirigir las otras actividades.

- **Reglas de seguridad**—cada vez que un adulto, u otro joven, le hace sentir incómodo, hay reglas sencillas para que sepan qué hacer en situaciones incómodas o peligrosas: decir que “¡No!”, tratar de alejarse y contárselo a un adulto lo más pronto posible.
- **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 desaprobado. Esta palabra se usa para expresar un límite personal 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 estar 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.]
- **Incómodo**—Expresión de incomodidad que puede dejar a una persona inquieta o intranquila y a veces causarle ansiedad o sensación de náuseas. [Podría ser una sensación en la “boca del estómago” o como la que deja el cabello cortado en la nuca. Usted puede inmovilizarse, querer luchar o sentir como si quisiera salir corriendo para alejarse de la situación.]
- **Confuso**—es algo que es difícil de entender porque no tiene sentido, es ambiguo o desconcertante. Causar confusión es impedir pensar con claridad o hacer que algo sea engañoso. [Por ejemplo, un nudo grande y enredado puede ser confuso porque es difícil determinar hacia dónde va cada parte y cómo desenredarlo.]
- **Límites personales**—los límites que definen a una persona como alguien aparte de otra o de otras. Hay límites perceptibles que se pueden ver (como una cerca alrededor de un patio) y límites personales que no se pueden ver (como la zona de comodidad a nuestro alrededor que llamamos nuestro “espacio personal”). Los límites personales varían según la relación con la otra persona. Por ejemplo, un límite entre un niño y un abuelo es diferente del que existe entre un niño y un maestro o un instructor.
- **Respetar los límites personales**—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 personales para protegernos. Nos enfadamos o nos sentimos incómodos cuando alguien no respeta nuestros propios límites personales y nos comunicamos con la persona apropiada si necesitamos ayuda. Respetar los límites de otra persona significa que ustedes la estiman y no harán nada que pueda causarle daño y que se comunicarán 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 obrar de una manera determinada 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 ustedes sin una buena razón ni los confunden intencionalmente. Los escuchan y continuamente respetan los límites personales y observan las reglas. [Explique que un niño puede estar rodeado de muchos amigos y adultos fieles. Dé algunos ejemplos del comportamiento de un adulto que podría causarles dolor a los niños, pero que puede ser necesario para su seguridad, como exámenes médicos, vacunas, toma de muestras de la garganta, retiro de astillas de madera, impedir que un niño corra por la calle, etc.]
- **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 su bienestar. Además, no escuchan constantemente los deseos de los padres ni observan los límites personales del niño. [Dígame a los niños que podemos determinar cuando alguien es peligroso si no sigue las reglas ni escucha cuáles son nuestros límites personales.]
- **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 colocados 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 con respecto a 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, dígales a los niños que no hay secretos cuando se trata de su seguridad personal y física. Dígales 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 la forma de comunicar esa información inmediatamente a uno de los padres o a un adulto consciente—y debe tener la seguridad 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 de enseñanza sobre límites y seguridad: Guía de entorno seguro para adultos, padres y tutores que se preocupan por ellos*. Ayude a los niños a ver que tienen voz en lo que les sucede a sus cuerpos y que tienen derecho a estar seguros.

Como padres, están en una posición única para hablar con ellos sobre el cuerpo de su hijo. La página cinco (5) de la *Guía de enseñanza sobre límites y seguridad: Guía de entorno seguro para adultos, padres y tutores que se preocupan*, contiene una guía adicional para enseñar a los niños de este grupo de edad sobre las partes privadas de su cuerpo.

**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.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Reglas de seguridad sobre contacto físico

**Preparación:** Al prepararse para esta actividad, repase la *Guía de enseñanza sobre límites y seguridad: Guía de entorno seguro para adultos, padres y tutores que se preocupan por ellos*.

**Indicaciones** Enséñeles 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. Al final, pídale que le repitan las reglas de seguridad del contacto físico.

- 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 creará 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?