

**VIRTUS Enseñando acerca de la seguridad – Primer grado**  
**Aprendiendo sobre los límites y sobre los adultos de confianza**

**Los Catequistas deberán revisar las pautas de VIRTUS para el contacto físico apropiado y las pautas para el plan de la lección antes de dar la clase. Los líderes catequéticos parroquiales deben asegurarse de que se haya informado a los padres de su derecho a que el niño pueda optar por no participar en esta sesión de clase.**

**Fecha de plazo para el formulario de registro:**

31 de marzo de cada año calendario

**Duración de la sesión de clase:** 45 a 60 minutos

Este plan de lección podrá tener más actividades de las que pueden incluirse en una lección de 40-60 minutos. Por favor siéntase cómodo/a de elegir cuáles actividades son las más adecuadas a su clase y excluya las que crea que no son adecuadas. Los catequistas deberán incluir oraciones de inicio y de clausura. Además, deberán revisar los Estándares de Educación Religiosa para su concordancia con las actividades de VIRTUS.

**RECURSOS PARA EL INSTRUCTOR:**

**Tareas, conceptos esenciales y estándares de la educación religiosa de la arquidiócesis:** Al final de la clase, el niño podrá:

Tarea III: Formación moral

- *Creados a la imagen de Dios: Fundamento de la dignidad humana*
  - Reconocer que Dios nos ama tanto que estamos hechos a su imagen y semejanza en cuerpo y **alma**.
  - Reconocer que debido a que Dios creó a cada uno a su imagen y semejanza, se deben **respetar** a las personas.
  - Comenzar a asociar el estar hechos a la imagen y semejanza de Dios con el concepto de la **dignidad humana**.
- *Creados para ser felices con Dios, las Bienaventuranzas*
  - Comenzar a entender que el seguir las reglas y obedecer a nuestros padres, tutores o adultos de confianza nos ayuda a ser felices, ser santos y a estar sanos.
- *La libertad humana y la formación de la conciencia*
  - Reconocer que tomamos decisiones (**libre albedrío**) para amar a Dios y a otros.
  - Saber que Dios y nuestros padres nos ayudan a saber lo que está bien y lo que está mal.
  - Distinguir entre los buenos y malos pensamientos y acciones; dar ejemplos de cómo nuestras acciones tienen **consecuencias**.
- *La comunidad humana*
  - Hablar de las maneras en las que nos ayudamos para hacer cosas buenas cuando estamos juntos con nuestras familias, en los salones de clase y en nuestras parroquias (por ej. conocer y seguir las reglas de seguridad que nos ayudan a que todos estemos seguros).

- *Enseñanzas sociales católicas*
  - Apreciar la creación como un regalo de Dios, y reconocer nuestra responsabilidad para cuidar de este regalo -corresponsabilidad- (por ej. nuestros cuerpos).

#### Tarea V: Educación para la vida en comunidad

- *Modelos de la Iglesia Católica: Templos del Espíritu Santo*
  - Reconocer que el **Espíritu Santo** vive en cada uno de nosotros y también en la Iglesia, lo que nos ayuda a estar cerca de Dios.

**Objetivos del curso acerca del contacto físico apropiado:** Al final de la clase, el niño podrá:

- Repetir y entender las **reglas** sobre el contacto físico: "Si alguien trata de tocarle las partes íntimas del cuerpo a un niño o quiere que el niño le toque las **partes íntimas del cuerpo**, el niño deberá..."
  - Decir "¡No!"
  - Salir corriendo.
  - Contarle a tus padres o a otro adulto de confianza lo que pasó.
- Identificar los límites
- Identificar los límites "débiles" y los "fuertes"
- Nombrar a sus amigos y **adultos de confianza**.
- Identificar a **adultos de confianza especiales**.
- Responder de una manera apropiada a situaciones **no seguras**.

**Nota para el catequista:** El video introductorio para Kindergarten a 5to grado está diseñado para iniciar una discusión simple con los niños acerca del contacto físico seguro y sobre los límites personales. El video dura aproximadamente 9 minutos, y no ha sido creado como una lección en sí ni como reemplazo de una lección. El video es meramente una introducción diseñada para "romper el hielo" entre los niños de esas edades y para hacer que todos compartan acerca de los límites personales importantes y temas de seguridad personal. Lo más importante es que el video hará que los niños se concentren en el tema que se está tratando, lo cual ayudará al catequista a facilitar una transición fácil a las actividades interactivas de la lección. Estas actividades son el componente crítico donde los niños tienen una oportunidad real de aprender cómo protegerse a sí mismos.

Recomendamos que miren este video al menos dos veces antes de mostrárselo a los alumnos, a fin de poder anticipar cuándo el video acaba. El video en realidad no necesita introducción, sólo hay que colocarlo en el reproductor y apretar el botón "play". Si está utilizando una versión en DVD, deberá seleccionar la versión en inglés o en español, y elegir del menú el grupo correspondiente de acuerdo a la edad de los alumnos.

Al preparar esta actividad, revisar el material: *Enseñando límites y Seguridad: Una guía para los padres, tutores y otros adultos cuidadores de niños*. **Ayude a los niños a tener voz en lo que pasa con sus cuerpos.**

**Enlace en inglés:**

<https://seattlearch.box.com/shared/static/q5odkngf74wbaestvebvysldqd2cp9fe.pdf>

**Enlace en español:**

<https://seattlearch.box.com/shared/static/6j4th0n2h11sfo75o4kj0xe2l2ismv1n.pdf>

### **Este grupo de edad: Cómo tratar con la edad escolar —el concepto clave es “actividad”**

Los niños a esta edad tienen una imaginación clara y vivaz, están dejando atrás el enfoque en ellos mismos y aprendiendo a ser más conscientes de los demás. Su capacidad de atención es corta – aproximadamente de 20 minutos. Parten de experiencias concretas, aman aprender, y son muy inquisitivos. Sin embargo, dependen casi por completo de otros para definir lo bueno y lo malo, lo seguro versus un comportamiento inseguro –pero sí comprenden lo que significa “regla”, que es otra palabra para límite. A esta edad, los niños están comenzando a diferenciar entre los aspectos positivos y negativos de la vida diaria. Empiezan a cuestionar las expectativas de los adultos de una obediencia ciega. Al mismo tiempo, están aprendiendo a respetar y a cuidar de sus propios cuerpos en cuanto a su higiene, alimentación, y actividades. Los padres y adultos cuidadores deberían hacer todo el esfuerzo necesario para crear un ambiente de honestidad y confianza, donde los niños se sientan libres de hacer preguntas acerca de la vida y de sus propios cuerpos, a fin de prepararlos para relaciones duraderas con otras personas. Este es el momento de conversar sobre los comportamientos seguros e inseguros, y de poner en práctica la seguridad lejos del hogar.

**Palabras de vocabulario y definiciones:** *(NOTA: esta lista está diseñada para ayudar al catequista a explicar los términos pertinentes. Incluye más términos de los que se espera que aprendan los estudiantes).*

**Consecuencias:** los resultados de nuestras acciones; lo que sucede a raíz de las cosas que decimos y hacemos

**Libre albedrío:** la capacidad de escoger entre una acción buena o una mala

**Santo:** una persona que está cerca de Dios, llena de la gracia de Dios

**Espíritu Santo:** la tercera Persona de la Santísima Trinidad; el Espíritu de Dios. (CCC #685; 152; 243)

**Dignidad humana:** la creencia de que todas las personas son creadas a imagen de Dios y que merecen honor y respeto

**Partes íntimas del cuerpo:** las partes del cuerpo que se cubren con un traje de baño

**Reglas:** nos dicen lo que podemos y lo que no podemos hacer

**Respeto:** querer sólo lo mejor para los demás y hacer buenas cosas para nosotros

**Seguro:** protegido, cuidado

**Amigo de confianza, adulto de confianza o contacto físico apropiado:** personas que respetan nuestros deseos y las reglas de nuestros padres; no nos lastimarán ni nos asustarán sin tener un buen motivo

**Secreto:** algo que se mantiene escondido o sin explicación

**Pecado:** optar por desobedecer a Dios. Es hacer lo que se sabe que está mal. (CCC #1849; 1853)

**Adulto de confianza especial:** nuestros padres, un médico o enfermera son esos adultos muy especiales que pueden ver o tocar nuestras partes íntimas del cuerpo, pero sólo para mantenernos limpios y sanos y sólo cuando estamos enfermos o necesitamos ayuda

**Alma:** donde Dios vive dentro de nosotros

**Corresponsabilidad:** cuidar de la creación de Dios, como nuestro cuerpo, que Dios ha creado

**Templo del Espíritu Santo:** en el bautismo, el Espíritu Santo se hace vida en nuestro cuerpo y alma para nutrir, sanar, guiar y protegernos (CCC 739, 809-810)

**Los diez mandamientos:** reglas de Dios que nos ayudan a mantenernos seguros y a respetar a los demás

**Amigo que no es seguro, adulto que no es seguro o contacto físico que no es seguro:** personas que no respetan nuestros deseos ni las reglas de nuestros padres; podrían hacernos daño

## **PLAN DE LA LECCIÓN:**

### **Recursos:**

Biblia para niños abierta en 1 Corintios 3:16

Libro de Texto de Religión (opcional)

DVD Introductorio a *Contacto Físico apropiado* para Kindergarten a 5to grado –o proveer los enlaces:

Inglés: <https://www.youtube.com/embed/As5weSqt9Jw>

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

Caja de cereal

Bolsa de plástico

- Deles la bienvenida a los niños. Dígalos que en la clase de hoy hablaremos sobre cómo Dios nos creó a cada uno de nosotros a su imagen y semejanza. ¿Sabían que Dios llama a nuestros cuerpos "**Templos del Espíritu Santo**"? Eso significa que Dios nos creó buenos y **santos**. Debido a que somos buenos y **santos**, Dios quiere que aprendamos cómo **respetar** y cuidar nuestro cuerpo al seguir las **reglas** de seguridad y al conocer a aquellas personas que nos ayudan a que estemos **seguros**.
- Oración de apertura que incluya las Sagradas Escrituras y comience y termine con la Señal de la Cruz.
  - Todos: + **En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.**
  - Maestro: Lectura de la primera carta del Apóstol San Pablo a los Corintios... (*lea el verso 3, 16*). Descanso breve. Explíqueles a los niños que Dios, el **Espíritu Santo**, vive en sus cuerpos. Que sus cuerpos son templos, un lugar sagrado como nuestras iglesias. Por lo tanto, nuestras partes del cuerpo son especiales y **sagradas**. Dios quiere que las cuidemos al seguir reglas para mantenerlas seguras, sanas y sagradas.
  - Opcional: Repase palabras de vocabulario y definiciones **pertinentes**.
  - Catequista: inclinemos la cabeza y oremos... *Señor, nos creaste a cada uno de nosotros a tu imagen, buenos y maravillosos. Quieres que siempre cuidemos de nosotros mismos y que estemos con otras personas que quieren mantenernos seguros y santos. Ayúdanos a aprender las reglas de seguridad para que podamos respetarnos a nosotros mismos y a otros. Gracias por el regalo de Jesucristo, nuestros padres y nuestros tutores y maestros, que nos ayudan a aprender y seguir sus reglas, a través de Cristo nuestro señor. Amén.*
  - Todos: + **En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.**
- Opcional: **Muestre el video introductorio** (8 ½ minutos).

## Actividad #1: Revisión de Partes del Cuerpo, Contacto físico apropiado y decir ¡No!

- **Pídales a los niños que nombren las partes de su cuerpo.** Pueden hacerlo usando la siguiente canción, en la cual todos tocan las partes de su cuerpo a medida que se nombran.

*Cabeza y hombros, rodillas y pies, rodillas y pies.*

*Cabeza y hombros, rodillas y pies, rodillas y pies.*

*Ojos y orejas y boca y nariz.*

*Cabeza y hombros, rodillas y pies.*

*Cabeza y hombros, rodillas y pies, rodillas y pies.*

- Repita la canción varias veces, aumentando gradualmente la velocidad (tempo) cada vez.  
*¿Quién creó los dedos de tus pies? DIOS*

*¿Quién creó tus ojos? DIOS*

*¿Quién creó estas cosas pequeñitas a ambos lados de tu cabeza? (señala o toca tus oídos) DIOS*

*Correcto, DIOS creó cada parte de nosotros. Todo nuestro cuerpo e incluso nuestras almas en lo más profundo de nosotros, donde DIOS vive y que no podemos ver ni tocar. Él nos creó a su imagen y semejanza.*

*Nuestros cuerpos, que DIOS creó, son Templos del Espíritu Santo (tercera persona de la Trinidad), porque DIOS vive en nuestras almas y nos guía para que seamos santos.*

*Porque cada parte de nuestros cuerpos es tan especial, incluso estas pequeñas cositas (señalar o tocarse los oídos), y porque DIOS vive en cada uno de nosotros, necesitamos siempre tratar nuestros cuerpos con respeto y solo permitir a los demás tratarnos también con respeto.*

- **Hable con los niños sobre la diferencia entre estas partes “comunes” del cuerpo y las partes íntimas del cuerpo:**
  - Tratamos las partes íntimas del cuerpo como “especiales” al mantenerlas cubiertas. Uno de los motivos es ayudar a mantener las partes íntimas de nuestro cuerpo limpias y sanas.
  - Las partes íntimas del cuerpo son las que cubrimos con nuestro traje de baño.
  - *Cuando DIOS creó nuestros cuerpos, nos dio un intelecto (nuestras mentes que permiten que podamos pensar clara e inteligentemente) y el libre albedrío, para que podamos elegir lo que es correcto y evitar el mal. ¡Nos dio una conciencia, también! Ésta es la vocecita en nuestros corazones, que nos ayuda a distinguir el bien del mal. Tanto DIOS Como nuestros padres pueden ayudarnos a saber lo que está bien y lo que está mal por medio de reglas. Estas reglas hacen que podamos ser felices, saludables y santos.*
  - *A veces, sin embargo, las personas no saben lo que es correcto, o eligen no hacer lo correcto. Podemos ayudarles a saber cuándo lo que están haciendo está mal y no permitirles que dañen nuestros cuerpos o mentes.*

- **Pregúnteles a los niños qué harían si alguien quisiera tocarles las partes íntimas de su cuerpo o si un adulto le pide a un niño que le toque sus partes íntimas.**
  - Decir "¡No!"
  - Salir corriendo.
  - Contarle a un adulto de confianza lo que pasó.
  - *DIOS nos hizo a todos para que vivamos en comunidad unos con otros, y que ayudemos a cuidar de las necesidades de los demás. Es por esta razón que nos dio reglas para mantenernos seguros y no quiere que hagamos daño a otras personas, o que otras personas nos hagan daño a nosotros. Esto se llama dignidad humana, cuando respetamos los derechos de los demás y ellos respetan los nuestros, porque todos somos creados a imagen y semejanza de DIOS, y todos merecemos este respeto.*
  - *Cuando las personas no nos tratan con respeto y esa vocecita dentro de nuestros corazones nos dice que no está bien, que se siente raro o es asqueroso, eso significa que nuestros corazones saben que lo que están haciendo es malo.*
  - *Miremos algunos ejemplos de cosas malas, y veamos qué debemos hacer:*

### **Actividad #2: La vida es como una caja de cereales – Descubriendo los límites en tu vida**

- **Actividad:** El propósito de esta actividad es crear escenarios que darán a los niños una idea de lo que son los límites y la distancia, y cómo ambos son una parte importante en nuestra vida diaria. Invitarás a los niños a ponerse de pie formando un círculo contigo, mientras se toman de las manos. Luego, juntos, cantarás una canción-oración introductoria. Después, todos tomarán asiento manteniendo el círculo, y tú guiarás la conversación acerca de límites y la distancia.
- **Discusión:** Comienza la lección invitando a todos los niños a reunirse en círculo a tu alrededor. Diles se tomen un brazo de distancia entre cada niño (tú estarás sentado/a en una silla por encima del círculo –esto en sí es una demostración de lo que significa una distancia apropiada). Comienza la conversación con los niños acerca de los límites preguntándoles si saben lo que es un "límite", y deja que te lo expliquen desde sus perspectivas.
- Luego, pide a los niños que piensen en las reglas de sus hogares. Por ejemplo:
  - ¿Dónde te permiten comer comida en tu casa? ¿Por qué?
  - ¿A qué hora es la hora de ir a la cama durante los días de colegio? ¿Y en los fines de semana? (si son diferentes, ¿por qué son diferentes?)
  - ¿A qué hora terminas tus tareas? ¿Qué cosas no te permiten hacer hasta que no termines tus tareas?
  - ¿Se permiten animales en tu casa? Si es así, ¿en qué habitaciones?
  - ¿Te permiten jugar afuera cuando llueve? Si te permiten, ¿te piden que te pongas un abrigo especial? Si no te permiten, ¿por qué?
  - ¿Te permiten comer postre antes de comer la comida? ¿Por qué no?
  - ¿Usas el cinturón de seguridad o un asiento especial cuando vas en el coche? ¿Por qué?

Explica: Cada una de estas “reglas” de las que hablamos recién establecen un límite. Habla con los niños acerca de estos límites y sobre el hecho de que todos tienen reglas, incluyendo los adultos. Algunas son reglas que nos dan otras personas –como nuestros padres, maestros, entrenadores. Pero a veces, nosotros elegimos nuestros propios límites. Pregunta a los niños si pueden recordar alguna regla que ellos mismos crearon para otras personas en sus vidas. Algunos ejemplos son:

- Cuándo no quieres un abrazo de alguien, como de algún amigo o amiga, de tu madre o padre, padrino o madrina o de cualquier otro pariente, o cuándo no quieres dar un beso de buenas noches.
- Cuando alguien desea usar tus juguetes y tú no quieres que juegue con ellos.
- Cuando quieres elegir tu propia ropa sin la ayuda de mamá o papá.
- Explica que los límites a veces pueden “no ser nada divertidos” porque parece que son un obstáculo para obtener lo que queremos. Sin embargo, los límites también pueden protegernos del peligro. Nos ayudan a saber cuándo algo no está bien o cuando alguien no está actuando de manera saludable y buena con nosotros.
- **Demostración visual:** Los niños son muy visuales a esta edad. Una forma de demostrar los efectos de los límites es usando una caja de cereal.
- Retira la mitad del cereal de la caja y viértelo dentro de una bolsa de plástico. Muestra a los niños cómo la caja sirve como “límite” que mantiene el cereal adentro y las demás cosas afuera. La caja cabe en una cantidad de espacio particular y no permite que el cereal se derrame o se contamine con cosas que están en la laceración o sobre la mesa.
- Esto es lo que hacen los límites. Como cajas, definen el espacio que mantiene las cosas seguras y predecibles. Además, nos enseñan lo que se espera de los niños y de los adultos, y que los niños tienen los mismos derechos que los adultos a que se respeten sus delimitaciones personales. Y, aunque algunas delimitaciones son “débiles”, como la bolsa con cereal, que no es fuerte o la mejor manera de proteger algo, los límites “fuertes” –como la caja- son una forma mucho mejor de proteger algo.

### **Actividad #3: Discusión: Identificando a los adultos de confianza:**

- **Explica a los niños quiénes son los adultos de confianza:**
  - *Los adultos de confianza son personas que sólo tienen contacto físico apropiado.*
    - *Son las personas que no nos lastiman sin tener un buen motivo, como una enfermera que nos pone una inyección. Puede que la inyección nos duela, pero nos ayudará, lo cual es un buen motivo.*
    - *Estas son personas que no nos confunden ni nos causan temor sin un buen motivo, como alguien que pudiera pedirnos salir de un edificio debido a un incendio. Decirnos sobre el incendio y ayudarnos a escapar podría causarnos temor, pero sería por el buen motivo de mantenernos seguros.*
    - *Los adultos de confianza son personas que respetan sus deseos y las reglas de sus padres.*
- *Adultos de confianza especiales*
  - *Explíqueles a los niños que es probable que conozcan a muchos adultos de confianza, como sus maestros. No obstante, hay muy pocas personas selectas que tienen el derecho a tocarles las partes íntimas de su cuerpo. Los adultos de confianza especiales son las únicas personas que pueden ver o tocar las partes íntimas del cuerpo de un niño, y sólo con el objetivo de mantener al niño limpio y sano.*

- *Tus padres o tutores te dirán quiénes, de los adultos en tu vida, son adultos de confianza especiales, y quiénes de ellos tienen permiso para tocarte las partes íntimas de tu cuerpo. Nadie tiene el derecho a tocarte las partes íntimas de tu cuerpo a excepción de estas personas especiales, y sólo pueden tocártelas en ciertas circunstancias, para mantenerte limpio y sano.*
- *Los adultos de confianza especiales son quienes tienen permiso para ayudarte a tomar un baño, ir al baño contigo si necesitas ayuda, ayudarte a vestirse o a cambiarte de ropa o ayudarte cuando estés enfermo.*
- **Oración final:**
  - Todos: + **En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.**
  - Instructor: *Señor, gracias por el regalo de nuestro cuerpo, que es templo de tu Espíritu Santo, sagrado y bueno. Gracias por ayudarnos a aprender las reglas para respetar nuestro cuerpo y mantenerlo seguro. Te damos gracias por nuestros padres y adultos de confianza, que nos guían y siempre nos aman, incluso cuando podemos estar confundidos o temerosos. Te agradecemos por hacernos sanos, felices y santos por Jesucristo Nuestro Señor. Amén.*
  - Todos: + **En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.**