



## Los Cinco Pasos de Seguridad y Adultos Seguros Grados K -3

**Preparación:** Repase la lección complete antes de comenzar la instrucción.  
**Obtenga una vista previa** de los videos, esto podría requerir más de una visualización y apoyará la discusión de los puntos principales en este plan de lección.  
**Que es lo que necesitaras:** Bajar Copias de las Hojas de Trabajo de los Estudiantes y la Actividad para llevar a Casa, y el Folleto de las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro.

### Actividades y Línea de Tiempo:

- Actividad #1:** El Video del Profesor (enlace) (20 minutos)
- Actividad #2:** Palabras Clave del Vocabulario para la Discusión (10 minutos)
- Actividad #3:** 'HOOT n' HOLLER' para los toques seguros e inseguros y los especiales adultos seguros (10 minutos)
- Actividad #4:** Las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro (10 minutos)
- Actividad #5:** Actividades en Línea y Reglas de Seguridad –Connect the Dots.com (5 minutos)
- Oración/ Actividad para llevar a Casa (5 minutos)

### Descripción del Plan de la Lección

**Principio:** Los niños deben tener herramientas para protegerse de las personas que puedan hacerles daño de alguna manera. Los niños también deben de entender que los adultos seguros e inseguros también se encuentran en el Internet y por lo tanto, deben conocer las reglas de seguridad del Internet.

**Catequista:** #1944 El respeto por la persona humana considera al otro "otra parte de mi". Presupone el respeto de los derechos fundamentales que fluye de la dignidad intrínseca de la persona. -Catecismo de la Iglesia Católica,

#2252 Los padres son los primeros responsables de la educación de sus hijos en la fe, la oración y todas las virtudes. Tienen el deber de proveer, en la medida de lo posible, de las necesidades físicas y espirituales de sus hijos.

**Meta:** Ayudar a los padres/guardianes a enseñar a sus hijos a identificar, establecer y proteger sus límites personales. A respetar sus límites y los límites de los demás y tener la capacidad de protegerse a sí mismos de cualquier situación que les haga sentir incómodos, asustados o confundidos.

- Objetivos:**
- Identifica los toques seguros e inseguros
    - Comprender las reglas sobre adultos inseguros y extraños
    - Comprender las Reglas de Seguridad para proteger los límites personales
      1. ¡Es Mi Cuerpo!
      2. ¡Decir "No!" cuando alguien trata de tocarte en una manera no segura o incómoda
      3. Decir "No" y "Aléjate"
      4. Decirle a sus Padres o un Adulto Seguro
      5. ¡Nunca es Culpa Mia!
  - Compartir lo que han aprendido en las lecciones con sus padres/guardianes
  - Componente Tecnológico:
    1. Decir "¡No!" si alguien comparte materiales/imágenes inseguros o inapropiados
    2. Apague su computadora y salga de la habitación
    3. Dile a un adulto lo antes posible

**ACTIVIDAD #1: "El Profesor" DVD**

"El Profesor" es un nuevo video animado que enseña a los niños las reglas básicas de seguridad y a los adultos seguros e inseguros y ayuda a estimular la discusión a su nivel sobre los límites personales, la seguridad en el toque y la Seguridad en el Internet. El video tiene una duración de 20 minutos y es una herramienta valiosa para enseñar estas lecciones y realizar las actividades.

**ACTIVIDAD #2: Palabras Clave del Vocabulario para la Discusión**

Esta actividad le da al Líder de la Lección la definición de las palabras clave del vocabulario utilizadas en el video. Después de cada definición hay indicaciones para la discusión en clase.

**Negro: Información del Maestro / Verde: Discusión en el Salón de Clase**

- **Toques Seguros-** Los toques seguros son toques apropiados como abrazos de un miembro de la familia, 'high five' de tu entrenador o un apretón de manos 'hand shake' cuando conoces a alguien desconocido. Estos toques son seguros y no están destinados a hacerte daño. También hay toques seguros para mantenerte saludable. [Evita decir que los toques seguros te hacen sentir bien son "seguros, cariñosos o que demuestran que alguien te ama" ya que a veces los toques son seguros y necesarios, pero también pueden hacer daño -aunque duelen por una buena razón para mantener a los niños sanos, como las puntadas, una inyección médica o las limpiezas dentales].
- **Toques inseguros** - toques que son inapropiados, que pueden tener la intención de herir o asustar, o que son contrarios a las reglas de tocar. Si no está seguro de un toque, pregúntele a un padre. [Ejemplos: golpear, dar puñetazos, tropezar, patear, escupir, tocar las partes privadas, etc.]
- **Adultos seguros**—personas seguras que no te harán daño sin motivo y que no te confundirán intencionadamente. Te escuchan, siempre respetan tus límites y siguen las reglas. [Explica que un niño puede tener muchos amigos y adultos seguros. Da a los niños ejemplos de comportamiento de adultos que podría lastimarlos, pero que puede ser necesario para la seguridad del niño, por ejemplo, un doctor, enfermera o dentista para mantenernos limpios y saludables.]
- **Adulto seguro especial-** Los adultos seguros especiales son aquellos pocos adultos especiales que pueden ver o tocar las partes privadas del cuerpo de un niño, pero sólo con el propósito de mantener al niño seguro, limpio y saludable. Tienen permiso para ayudar a bañarse, a ir al baño, a vestirse y a cuidar al niño cuando está enfermo. No todos los adultos seguros son adultos seguros especiales, y a veces, los adultos seguros especiales sólo lo son en ocasiones o por razones específicas. [Da a los niños ejemplos de adultos seguros especiales que siempre son adultos seguros especiales, incluyendo a la madre o al padre de un niño. También, dé un ejemplo de alguien que es un adulto seguro especial por razones específicas en un momento específico, como un doctor o una enfermera, pero sólo para propósitos específicos y cuando un padre/guardián está presente].
- **Un Extraño**—una persona que no conoces. Un extraño no es necesariamente una buena o mala persona, sino alguien que el niño no conoce. [Discuta con los niños que en el video El Profesor le dijo a Tadeo 'Thaddeus' que es importante conocer las reglas sobre los "extraños". Discuta las reglas sobre los extraños. También, discuta con los niños lo que El Profesor le enseñó a Tadeo 'Thaddeus' acerca de la contraseña secreta (Refiérase al ejercicio de la CONTRASEÑA de la actividad para llevar a casa)].

**ACTIVIDAD #3: HOOT 'n HOLLER para los toques seguros e inseguros y los adultos seguros especiales**

**Plan de Acción:** En esta actividad, usted está ayudando a los niños a aprender a identificar toques seguros e inseguros. También dedicarás tiempo a ayudarlos a aprender más sobre adultos seguros especiales.

**Preparación:** Al prepararse para esta actividad, el Líder de la Lección debe revisar la *Guía de Límites de Enseñanza y Seguridad: Ambiente Seguro para Adultos Atentos, Padres y Guardianes*. Revise los términos toque seguro, toque inseguro y adulto seguro especial y revise las reglas de límites físicos.

**Direcciones:** El Líder de la Lección reunirá a los niños en un grupo grande. Luego, el Líder de la Lección leerá una serie de toques seguros y toques inseguros, pidiendo a los niños que escuchen atentamente para que puedan estar listos para "hoot n' holler" según el tipo de comportamiento descrito. Los niños tendrán la oportunidad de dar sus propios ejemplos de toques seguros e inseguros, y luego hablarán sobre adultos seguros especiales.

**Discusión:** ¿Pregunte a todos si están listos para "hoot 'n holler"? "

Dé a los niños las instrucciones: "Si nombro un toque seguro, levante el puño 'raise your fist' en el aire y grite" ¡RAH, RAH! "¡tan fuerte como pueda! Si menciono un toque inseguro, muéstrame el gesto dedo para abajo 'thumbs down' y grite "¡BOO, HISS, BOO!" Dé a los niños la oportunidad de practicar estos ruidos y gestos una o dos veces.

Dé los siguientes ejemplos y permita que los niños vocalicen y hacer el gesto del "¡RAH, RAH!" o el "¡BOO, HISS, BOO!":

- Tu mamá te da un abrazo cuando te despiertas. ["¡RAH, RAH!"]
- Tu papá te da un beso en la mejilla después de ponerte en la cama. ["¡RAH, RAH!"]
- Tu entrenador le da un 'high five' cuando gana el juego. ["¡RAH, RAH!"]
- Alguien intenta tocar tus partes privadas del cuerpo. ["¡BOO, HISS, BOO!"]
- Te sientes amado, cuidado y cómodo. ["¡RAH, RAH!"]
- Alguien en la escuela dice que quiere llevarte solo por el pasillo para mostrarte algo. ["¡BOO, HISS, BOO!"]
- El extraño detrás de ti en la iglesia intenta darte el signo de la paz. ["¡RAH, RAH!"]
- Tu simpático perro mueve la cola y te lame la cara. ["¡RAH, RAH!"]
- El niño del vecino te empuja hacia el piso sobre la acera. ["¡BOO, HISS, BOO!"]
- Un estudiante corre por el pasillo en la escuela y un maestro se acerca y pone una mano en el hombro del estudiante para detenerlo. ["¡RAH, RAH!"]
- Un extraño te pregunta si quieres ver a su perrito o gatito y trata de tomarte de la mano para llevarte a su casa o carro. ["¡BOO, HISS, BOO!"]

Dile a los niños que agreguen sus propios ejemplos de un toque seguro o inseguro.

Hágales saber a los niños que tienen el poder de decir lo que les sucede a sus cuerpos.

**Nota:** Imprima y haga copias de la hoja de actividades Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro que se encuentra en la parte posterior del plan de la lección.

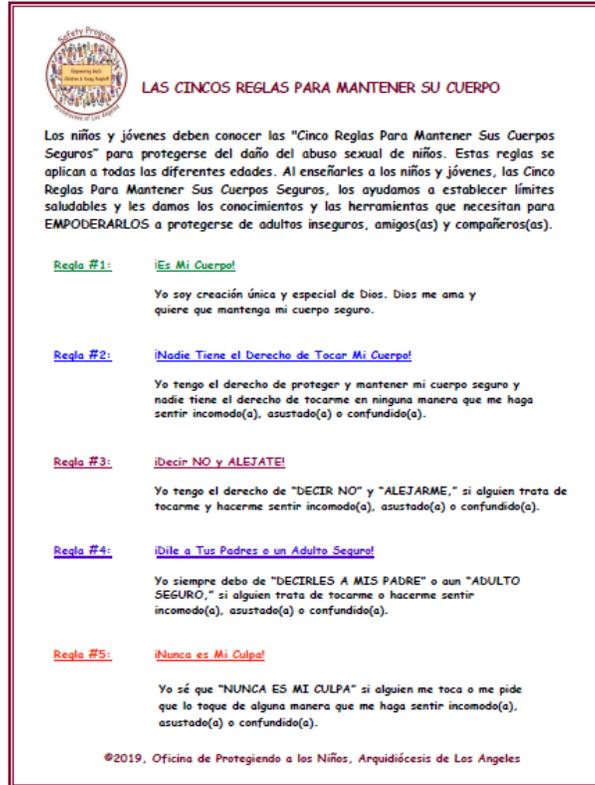
**Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro**

En las fotos de abajo, los niños recuerdan las Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro. Dibuja una línea desde el dibujo hasta la regla de seguridad que se está recordando.

	ALEJATE!
	¡NUNCA ES MI CULPA!
	ES MI CUERPO. DIOS ME HIZO ESPECIAL
	¡DECIR "¡NO!"
	DECIRLE A UN ADULTO DE CONFIANZA

**ACTIVIDAD #4: Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro**

**Reglas**— una guía de comportamiento. Seguir las reglas nos mantiene seguros. Usar el cruce peatonal, mirar a ambos lados del tráfico, y escuchar al profesor son todas reglas para mantenernos seguros. [En el video Tadeo ‘Thaddeus’ aprendió algunas reglas. Las reglas que Tadeo ‘Thaddeus’ aprendió son las reglas de mantener su cuerpo seguro. Las llamamos reglas de mantener su cuerpo seguro porque son reglas que nos ayudan a mantener nuestros cuerpos seguros. ¿Quién puede nombrar las reglas de mantener el cuerpo seguro que vimos en el video? Ahora miren este cartel (Levanten el cartel de las "Cinco Reglas de Mantener el Cuerpo Seguro"). Voy a leer cada regla lentamente y quiero que repitas cada una después de mí. Vamos a mantener este cartel en el salón de clase para ayudarnos a recordar las " Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro "]



- **¡Es Mi Cuerpo!** — Dios nos creó a cada uno de nosotros para ser especiales y quiere que estemos seguros y felices. Recuerda a los niños cómo se sintió Tadeo ‘Thaddeus’ cuando el acosador lo arrojó a los arbustos y lo amenazó. Hable de sus sentimientos de no estar contento, tener miedo, sentirse inseguro y temor de contarlo. ¿Crees que Tadeo ‘Thaddeus’ se sentía especial? ¿Por qué? ¿Por qué no?
- **Nadie tiene derecho a tocar mi cuerpo de ninguna manera que me haga sentir inseguro o incómodo** - Recuerda que en el video "El Profesor" le dijo a Tadeo ‘Thaddeus’ sobre los toques inseguros o confusos, cuando alguien quiere tocar sus partes privadas de su cuerpo. Las partes privadas del cuerpo son aquellas partes de tu cuerpo cubiertas por un traje de baño, y pueden ser otras partes como nuestros labios, orejas, y cualquier otra parte de tu cuerpo que no quieres que te toquen.
- **Decir "No" y "Aléjate"** - ¿Está bien usar la palabra "NO"? ¿Tadeo ‘Thaddeus’ dijo que no? ¿Cuándo? ¿Lo dijo en voz baja o aprendió a decirlo en voz alta y fuerte? Recuerden que está bien decir "no" y "alejarse" cuando se sientan inseguros, asustados e incómodos o si alguien trata de tocar sus partes privadas del cuerpo.
- **Dile a un padre o a un adulto seguro** – el acosador le dijo a Tadeo ‘Thaddeus’ que guardara un secreto y lo amenazó. El profesor le dijo a Tadeo ‘Thaddeus’ que no guardara secretos y que se lo dijera a un adulto seguro. Cuando Tadeo ‘Thaddeus’ le dijo a su madre, se sintió aliviado y feliz y supo que ella era un adulto de confianza que lo ayudaría. Pregúntale a los niños que nombren algunos de los adultos seguros a los que pueden ayudar, si se sienten inseguros, asustados o incómodos.
- **¡Nunca es mi culpa!** -En el video Tadeo ‘Thaddeus’ le preguntó al profesor si alguien lo engañó o lo confundió, ¿sería su culpa? El profesor le dijo a Tadeo ‘Thaddeus’ “nunca es tu culpa”. Comparte con los niños otra vez que son especiales, y que son niños y merecen ser protegidos por los adultos; nunca deben culparse a sí mismos.

**ACTIVIDAD #5: Actividades en Línea y Reglas de Seguridad— Conecta el 'Connect the Dot.com'**

**Plan de Acción:** En esta actividad, ayudarás a los niños a saber que las reglas de límites de seguridad también se aplican a las actividades en línea.

**Preparación:** Imprima las Hojas de Actividades de Conecta el 'Connect the Dots' y lea la lección. Los niños deberán poder contar hasta el número 36 para completar la actividad.

**Direcciones:** Ayude a los niños a saber cómo encontrar y comenzar con el # 1, luego trazar una línea hasta el siguiente número, y así continuamente. Si siguen todos los números en el orden numérico correcto, aparecerá una imagen de los puntos.

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

**SUMINISTROS**

Papel tipo fotocopiadora de 8,5 x 11 (para imprimir)  
Crayones  
Lápices de colores  
Marcadores  
Imprima y haga copias de "Connect the Dot.com"  
Imprima y haga copias de "Algunas Maneras de estar Seguro"  
Imprima y haga copias de "Mi Contraseña Hoja de Actividad"

- Nombre las actividades que les gusta hacer en línea o en el Internet. (Los ejemplos pueden incluir: juegos, videollamadas con amigos / familiares, proyectos escolares, etc.)
- Pídale que utilicen las hojas de actividades *Connect the Dots* para resaltar algunos de los diferentes dispositivos utilizados para estas actividades. Nombra cualquier otro que no esté incluido. (Ejemplos: computadoras, tabletas, teléfonos celulares, sistemas de juegos, controladores de juegos, etc.)
- Pregunte, ¿alguna vez se han sentido inseguros con alguna interacción usando uno de estos dispositivos?

¿Qué deben hacer si se sienten inseguros o incómodos?  
¿Cuáles son las reglas de seguridad en línea si alguien le muestra al niño imágenes que le asustan o imágenes con partes privadas del cuerpo descubiertas?

- Di "No!"
- Trate de alejarse de la situación.
- Dile a un padre o adulto seguro lo que pasó.



**Nota:** La plantilla de *Connect the Dot* está incluida en el conjunto de materiales descargados al final de este paquete.

**Termina la lección con una oración**

El Líder de la Lección puede invitar a los niños a crear su propia oración, el/ella puede dirigir una oración o puede usar la oración sugerida a continuación.

*Querido Dios,*

*A veces, cuando suceden cosas, me asusto. A veces simplemente me confundo, como cuando una persona que me importa hace algo que me hace sentir incómodo o asustado. Cuando eso suceda, ayúdame a recordar que soy especial y dame valor para decirle a un adulto lo que pasó. Gracias por amarme y por darme adultos y padres seguros que quieren mantenerme a seguros y feliz. Amén.*

# Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro

En las fotos de abajo, los niños recuerdan las Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro. Dibuja una línea desde el dibujo hasta la regla de seguridad que se está recordando.



**ALEJATE!**



**¡NUNCA ES MI CULPA!**



**ES MI CUERPO. DIOS ME HIZO ESPECIAL**



**¡DECIR "¡NO!"**



**DECIRLE A UN ADULTO DE CONFIANZA**

**Instrucciones:** Este ejercicio es para ti y tu padre / guardián. Busque el "punto de inicio" que comienza con el número uno, luego dibuje una línea continua hasta el siguiente número, y así continuamente. Si se siguen todos los números en el orden numérico correcto, de los puntos surgirá una imagen más definida.



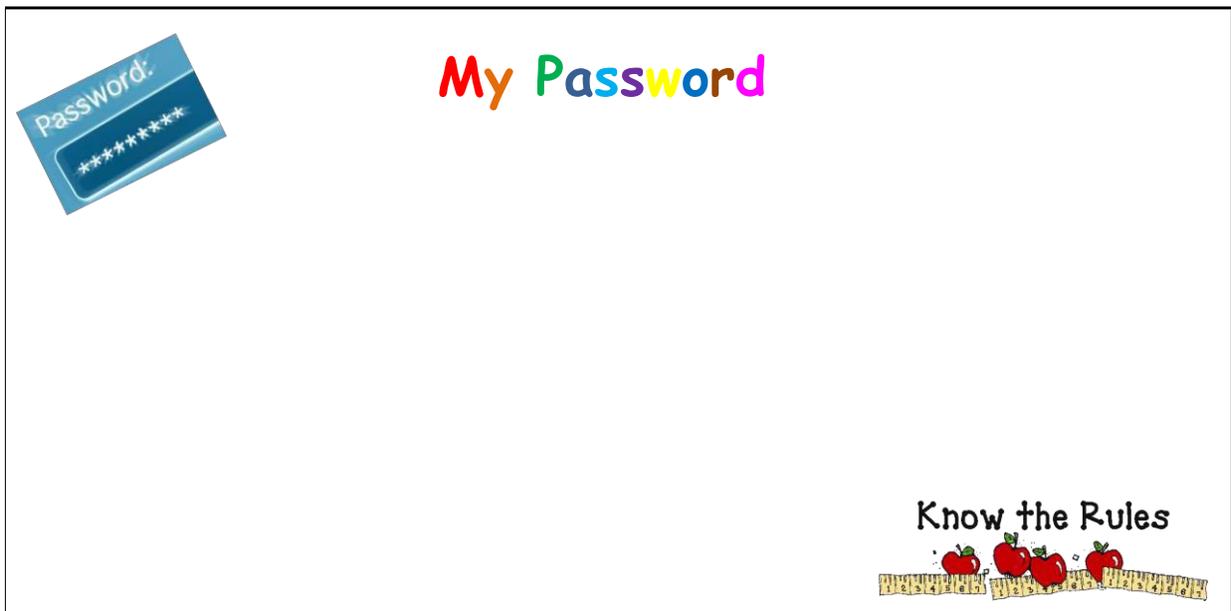
## ACTIVIDAD PARA LOS PADRES/GUARDIANES Y EL NIÑO

Aquí tienes una actividad para que hagas en casa con tu mamá, papá o guardián. Comparta con ellos lo que aprendiste sobre cómo mantenerte seguro y protegerte de los extraños y los acosadores. Explique que una forma de mantenerte seguro es tener una contraseña secreta que solo tú, tu mamá, papá o guardián conocen. ¡Es tu secreto!

Nadie más debería saber esta palabra y tú siempre debes usarla si alguien que NO CONOCES se te acerca y te dice que tu mamá, papá o guardián los envió a buscarte. ¡PIDALE A LA PERSONA LA CONTRASEÑA EN VOZ GRANDE Y CLARA! Si no conocen la CONTRASEÑA, NO VAYA CON ELLOS.

Elige una contraseña que sea fácil de recordar, no algo obvio como tu segundo nombre o algo que alguien pueda averiguar. Practique diferentes contraseñas hasta que todos encuentren una que les guste y con la que estén de acuerdo.

Utilice el cuadro a continuación para escribir tu contraseña.



My Password

Know the Rules

Si alguien se acerca a ti y te dice que vayas con ellos PIDELES la contraseña.

SI NO SABEN LA CONTRASEÑA NO VAYAS CON  
ELLOS  
HUYE A LA SEGURIDAD DE UN ADULTO DE  
CONFIANZA

Tener y saber mi contraseña me mantiene seguro.