



Año 2: Límites y Acoso Escolar (Bullying) Grados K - 3

Preparación: Repase la lección completa 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: Copias de las Hojas de Trabajo de los Estudiantes y la Actividad para llevar a Casa, el Cartel de las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro (2) y la Regla Para Medir los Límites Personales y un Estuche de Pegatinas (un estuche por alumno).

Actividades y Línea de Tiempo:

Actividad #1: Practicar y Revisar la Actividad (5 minutos)

Actividad #2: VIRTUS® Video Introductorio “Empoderando a Los Niños de Dios” (8 minutos)

Actividad #3: Repase las palabras y definiciones del vocabulario con sus estudiantes. (7 minutos)

Actividad #4: Actividad de Medir Mis Límites Personales (20 minutos)

Actividad #5: Video Sobre el Acoso Escolar: Howard B. Wigglebottom Aprende Sobre Acosadores /Discusión (15 minutos)

Oración / Distribuye la Actividad para llevar a Casa (5 minutos)

Descripción del Plan de la Lección:

Principio: Ayudar a los niños identificar sus propios límites personales y cómo mantenerse seguros si alguien cruza sus límites haciéndolos sentir incómodos, asustados o confundidos.

Catequista: 355 " Dios creó al hombre en su propia imagen El hombre es la gran y maravillosa criatura viviente, ¡más preciosa a los ojos de Dios que todas las demás criaturas!" 223

Meta: Ayudar a los padres / guardianes a enseñarles a sus hijos a identificar y establecer límites personales que los capaciten para protegerse de cualquier situación que los haga sentir incómodos, asustados o confundidos.

Objetivos:

- Definir límites personales.
- Comprender las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro para protegerse de los adultos que no son seguros.
 1. ¡Es mi Cuerpo!
 2. Nadie tiene el derecho a tocar mi cuerpo de ninguna manera en cualquier manera que me haga sentir incomodo, asustado o confundido.
 3. Decir “No” y “Aléjate”
 4. Decirle a tus Padres o un Adulto Seguro
 5. ¡Nunca es Culpa Mia!
- Saber que es el acoso (bullying), que hacer si alguien los acosa, y decirle a un adulto seguro si ocurre el acoso.
- Componente Tecnológico: Discuta como el acoso cibernético (cyberbullying) viola los limites personales. Comprenda que el acoso cibernético es dañino y se debe informar a un padre / guardián u otro adulto seguro.
- Comparta lo que han aprendido en las lecciones con sus padres /guardianes.




ACTIVIDAD #1: Repasar/Practicar la Actividad (5 minutos)

Recordando las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro



Esta actividad ayudará a los estudiantes a repasar las Reglas de Seguridad: "¡Es Mi Cuerpo! Nadie tiene derecho a tocar mi cuerpo de ninguna manera que me haga sentir incómodo, asustado o confundido, Decir "No" y "Aléjate", Dile a un Padre o un Adulto Seguro, ¡Nunca es Mi Culpa!" Asegúrese de mostrar sus carteles de las Cinco Reglas del Cuerpo alrededor de la sala para ayudar a los estudiantes completar la hoja de trabajo.

Recordando las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro



Complete las palabras que faltan usando las siguientes imágenes y los carteles de seguridad en la sala de clase como pistas. La primera letra de la palabra ya se ha completado para ayudarte.



_____ **Y** siempre **s** _____ los **R** _____ Seguridad.



_____ sé que es mi **C** _____ y quiero mantenerlo seguro y saludable.



_____ diría **H** _____ si alguien me hace sentir incómodo, asustado o confundido.

_____ voy a **C** _____ lejos rápido!

_____ también le **d** _____ a mi padre/guardián, maestro o un adulto seguro.

_____ sé que nunca es mi **C** _____ !

ACTIVIDAD #2: VIRTUS® Video Introductorio de "Empoderando a los Niños de Dios" (8 minutos)

Este video Introductorio asistirá al maestro(a) en ayudar a los niños a enfocarse en el tema de los **límites personales**. El video definirá los límites personales, por qué los límites son importantes y la necesidad de respetar sus límites y los de los demás. El video también repasa las cinco reglas de seguridad que empoderan a los niños saber **qué hacer** y a **quién contar** si se sienten incómodos, asustados o confundidos.

[Clase, hemos revisado las reglas de seguridad, ahora vamos a ver un video sobre formas de mantenernos a nosotros mismos y a los demás seguros. Este video te ayudará aprender sobre los límites personales y lo importante que es para ti en tener límites personales. Vamos a ver el video.]

ACTIVIDAD #3: Repase las palabras y definiciones del vocabulario con tus estudiantes. (7 minutos)

Maestro(a): Hable sobre cada una de las palabras del video con la clase. Maestro(a) lee cada palabra lentamente. Haga que los niños le den un ejemplo del significado de las palabras del video y sus propias experiencias.

Límites Personales — [¿Recuerdas la escena en el video donde los niños estaban dibujando círculos alrededor de ellos mismos? ¿Quién recuerda cómo se llamaba ese círculo? Tienes razón, se llama un "límite personal" o un círculo o burbuja imaginaria alrededor de ti. Este es tu espacio personal y tienes que decidir a quién permites en ese espacio.]

Partes Privadas del Cuerpo— [En el video, los niños también dibujaban partes del cuerpo. Dibujaron labios, orejas y ¿qué más? (espera las respuestas). Esta parte del video era para decirte que tu cuerpo es privado, todo tu cuerpo, no solo las partes cubiertas por un traje de baño, sino todo tu cuerpo. Nadie tiene el derecho de tocarte de ninguna manera que te haga sentir incómodo, asustado o confundido.]

Reglas de Seguridad — [Cuando alguien cruza tu límite personal o círculo y te hace sentir incómodo, asustado o confundido, recuerde las Reglas de Seguridad, te dicen lo que debes hacer].

- ¿Qué harás si alguien cruza tu límite personal?
Estudiantes responden: DIGA NO, ALTO, DEJAME SOLO, ALEJATE, Y DILE A UN ADULTO SEGURO.
- ¿De quién es el Cuerpo?
Estudiantes responden: ¡ES MI CUERPO!
- Si algo te sucede que te hace sentir incómodo, asustado o confundido, ¡NUNCA ES TU CULPA!
Estudiantes responden: ¡NUNCA ES MI CULPA!

Adultos seguros – [“¿Quiénes son los adultos en tu vida que te hacen sentir seguro?” Como tu mamá o papá o la persona que te cuida, ¿verdad? ¿A quién más?” A estas personas se les llama adultos seguros porque no te hacen daño, te ayudan y te mantienen seguro y saludable “.]

ACTIVIDAD #4: Actividad de Medir Mis Límites Personales (20 minutos)

Esta actividad ayudará a los estudiantes a conocer sus propios límites personales. Les ayudará a comprender y visualizar su propia "burbuja" personal midiendo que tan cerca pueden estar las diferentes personas de ellos sin que se sientan incómodos, asustados o confundidos y les ayudará a saber cuándo decir "¡Alto!"

Instrucciones:

1. Distribuya una cinta métrica y pegatinas a cada alumno y haga que el alumno escriba su nombre en la parte posterior de la cinta métrica donde dice, "¡Dios Me Ama y Quiere que Esté Seguro! Nombre: _____"
2. Organice a los estudiantes en dos filas uno en frente al otro y divídalos en pares. Un lado será la parte "A" del par y el otro lado será la parte "B" del par.
3. Haga que "A" le dé a "B" sus pegatinas. Ahora dile "A" que despliegue la cinta métrica y mantenga al extremo de 1 pulgada ("Más cercano") en frente a ellos y darle a "B" el extremo de 36 pulgadas ("Muy Lejos").

[Usa el extremo de la cinta métrica que dice "Más cerca" para que permitas que te acerques lo suficiente como para darles un abrazo o un beso. Use la pegatina marcada "Lejos" para cualquiera que no quieras que se acerquen a ti en absoluto].

Haga que el estudiante "B" remueva la pegatina que dice "**Padres**" y lentamente avance hacia el estudiante "A" a lo largo de la cinta métrica hasta que el estudiante "A" diga ¡Alto! Haga que el estudiante "B" coloque la pegatina de "**Padres**" en la cinta para mostrar la distancia. [Un padre o guardián por lo general será la pegatina más cercana en la cinta].

Discusión:

- Después de colocar la pegatina en la cinta, repita el paso anterior con cada una de las 7 pegatinas restantes.

Maestro(a) ¿Piensa en tu propio maestro(a) en la escuela y qué tan cerca quieres que se acerque a ti?

Acosador(a) Alguien que sigue haciéndote o diciéndote cosas malas o hirientes.

Doctor(a) A veces, un médico necesita estar "más cerca", como cuando recibas una inyección o escuchas tu corazón. ¿Quién está usualmente en la habitación con usted cuando va al médico?

Desconocido(a) Alguien que no conoces. Algunos extraños pueden lastimarte, ten cuidado. Nunca te vayas con un extraño, incluso si tienen un lindo perrito.

Compañero de Clase Alguien en tu clase que no conoces bien.

Vecino(a) ¿Qué tan cerca quieres que venga tu vecino?

Amigo(a) ¿Un amigo puede estar en cualquier lugar de la cinta, incluso pueden acercarse lo suficiente para que se den unos a otros "High Five"!

Una vez que el ejercicio se haya completado para los roles de cambio "A" y repita el ejercicio anterior con los "B."

ACTIVIDAD #5: Video del Acoso Escolar (Bullying): Howard B. Wigglebottom Aprende Sobre Acosadores (Bullies) / Discusión de Clase (15 minutos)

Maestro(a): Ahora vamos a aprender sobre otra forma en que alguien puede cruzar tus límites personales, se llama el acoso (bullying). El Acoso es cuando alguien dice o hace algo a propósito que es dañino, y lo siguen haciendo, incluso cuando le dices, ¡Alto! Ahora veremos un video sobre cómo Howard B. Wigglebottom aprende sobre los acosadores (bullies). (Ver el video)

Actividad #5: [Video on Bullying: Howard B. Wigglebottom Learns About Bullies](https://www.youtube.com/watch?v=QfYdShEdUTA) / Discusión de Clase (10 minutos)

Discusión de Clase

Clase, hemos visto cómo Howard B. Wigglebottom tuvo un problema con los acosadores y lo que finalmente hizo para resolver su problema.

- ¿Por qué Howard no pudo dormir?
 - ¿Cómo se sintió Howard cuando los gemelos "Snortin" lo acosaron?
 - ¿Cuáles son algunas de las cosas hirientes que los gemelos "Snortin" le hacían a Howard?
 - ¿Por qué crees que Howard esperó tanto para contarle a su maestra?
 - ¿Qué le decía siempre la voz en la cabeza de Howard? (Escriba estas palabras en la pizarra, SEAVALIENTE, SEA AUDAZ, SE LE DEBE CONTAR A UN MAESTRO(A))
- ¿Cómo se sintió Howard después de decirle al maestro?



ACTIVIDAD PARA LLEVAR A CASA: Límites Personales y las Reglas de Seguridad

Información: Hoy su hijo aprendió sobre los límites personales y cómo protegerse a sí mismos cuando alguien cruza sus límites y los hace sentir incómodos, asustados o confundidos. También aprendieron a ser empoderados en seguir las Reglas de Seguridad: "NO, ALTO, DEJENME SOLO, ALEJATE, Y DECIRLE A UN ADULTO SEGURO".

Instrucciones: Los círculos a continuación conforman tus límites personales; están etiquetados "YO", MAS CERCANO," CERCAS," "MUY LEJOS." Alrededor de los círculos hay imágenes de personas diferentes. Dibuje una línea desde la persona en la burbuja hasta el espacio de tu límite personal. Esta línea te mostrará qué tan cerca dejarías que esa persona venga a ti o qué tan lejos quieres que esa persona se aleje de ti.

Actividad Para Llevar a Casa
Límites Personales y las Reglas de Seguridad

Esta actividad para llevar a casa lo ayudará a comprender y reforzar lo que su hijo(a) aprendió sobre los límites personales y el establecimiento de límites. Haga que su hijo le muestre su cinta métrica y le diga qué tan cerca y qué tan lejos querían que diferentes personas estén de su límite personal. En la hoja de trabajo que se encuentra a continuación, pídale a su hijo que dibuje una flecha desde la persona de la imagen en el exterior hasta el círculo que muestra dónde colocaron a esa persona en su cinta métrica. Hay tres espacios en blanco en la hoja de trabajo para ayudarlo a usted y a su hijo a hablar sobre las personas adicionales con las que están en contacto regularmente, y dónde creen que esas personas deben ubicarse en el círculo.

Las Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro

Tu hijo(a) también aprendió las siguientes Reglas de Seguridad: "¡Es mi Cuerpo!" "Nadie tiene derecho a tocar mi cuerpo de ninguna manera", "Decir 'No' y 'Alejarme'", "Dígale a un Padre o Adulto Seguro", "¡Nunca es mi Culpa!" Estas reglas les permitirán saber qué hacer si alguien cruza sus límites personales y los hace sentir incómodos, asustados o confundidos.

Termina la lección con una oración

"Dios quiere que estemos seguros y saludables. Dios incluso nos da un Ángel de la Guarda para mirar sobre nosotros. Cuando pensamos en las Reglas de Seguridad y los límites personales, podemos pedirle a nuestro Ángel de la Guarda que nos ayude a recordar las reglas. Entonces, recemos juntos para que nuestro Ángel de la Guarda nos cuide y nos mantenga seguros".

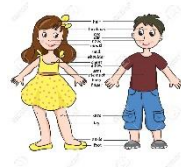
Ángel de Dios,
Mi guardián querido,
A quien el amor de Dios me confía aquí.
Alguna vez este día esté a mi lado.
A la luz, a guardar, a gobernar, a guiar.
Amen.

Recordando las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro

Complete las palabras que faltan usando las siguientes imágenes y los carteles de seguridad en la sala de clase como pistas. La primera letra de la palabra ya se ha completado para ayudarte.



 Y siempre **S** las **R** de Seguridad.



 sé que es mi **C** y quiero mantenerlo seguro y saludable.



 diría **n** si alguien me hace sentir incómodo, asustado o confundido.



 voy a **C** lejos rápido!



 también le **d** a mi padre/guardián, maestro o un adulto seguro.

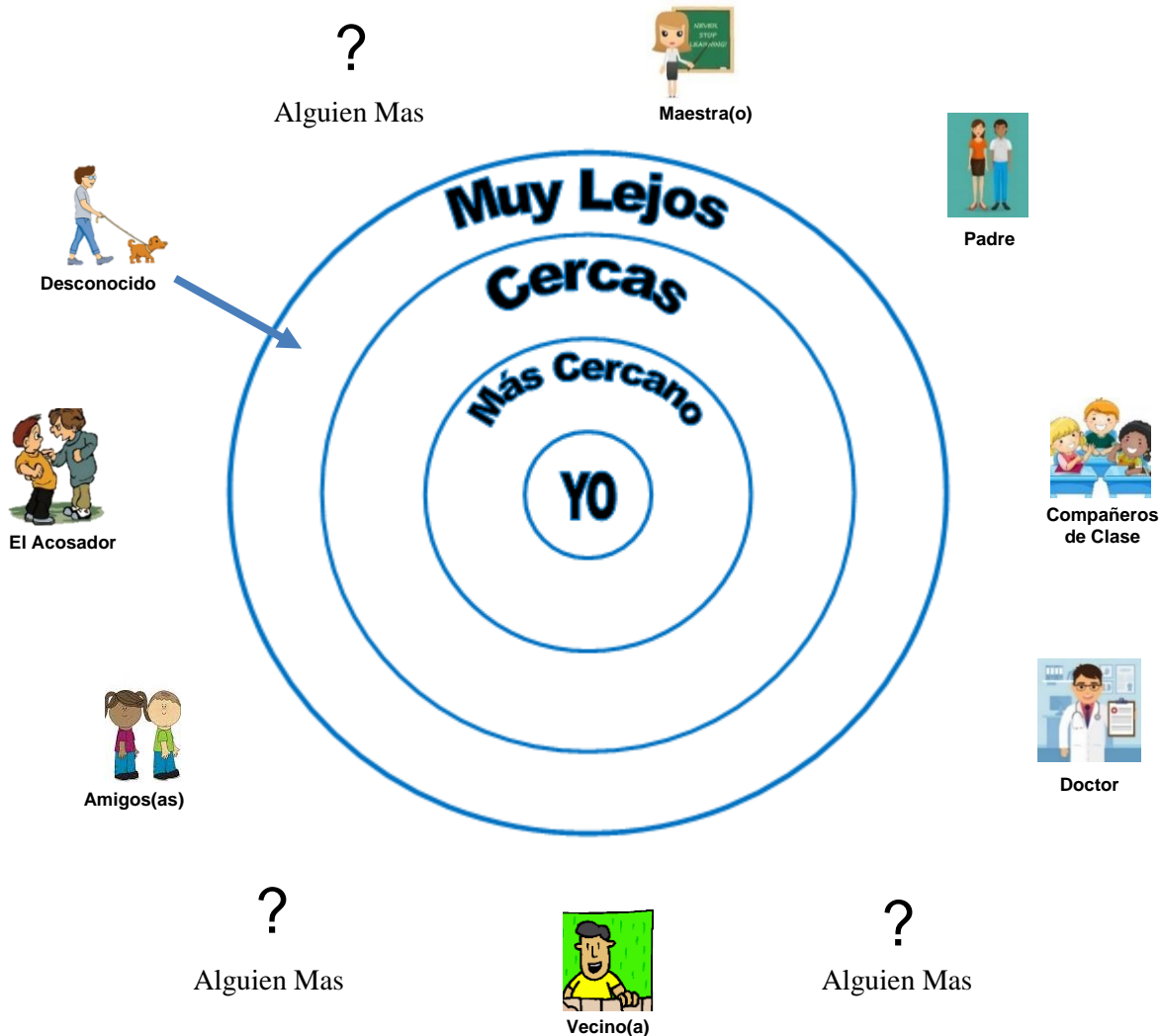


 sé que nunca es mi **C** !

Actividad Para Llevar a Casa

Límites Personales y las Reglas de Seguridad

Esta actividad para llevar a casa lo ayudará a comprender y reforzar lo que su hijo(a) aprendió sobre los límites personales y el establecimiento de límites. Haga que su hijo le muestre su cinta métrica y le diga qué tan cerca y qué tan lejos querían que diferentes personas estén de su límite personal. En la hoja de trabajo que se encuentra a continuación, pídale a su hijo que dibuje una flecha desde la persona de la imagen en el exterior hasta el círculo que muestra dónde colocaron a esa persona en su cinta métrica. Hay tres espacios en blanco en la hoja de trabajo para ayudarlo a usted y a su hijo a hablar sobre las personas adicionales con las que están en contacto regularmente, y dónde creen que esas personas deben ubicarse en el círculo.



Las Cinco Reglas de Mantener Su Cuerpo Seguro

Tu hijo(a) también aprendió las siguientes Reglas de Seguridad: "¡Es mi cuerpo!" "Nadie tiene derecho a tocar mi cuerpo de ninguna manera", "Decir 'No' y 'Alejarme'", "Dígale a un Padre o Adulto Seguro", "¡Nunca es mi Culpa!" Estas reglas les permitirán saber qué hacer si alguien cruza sus límites personales y los hace sentir incómodos, asustados o confundidos.