

Sexualidad humana y responsabilidad



3.er grado
Lección 1: Mi cuerpo

Introduce la unidad diciendo algo como:

“Hoy comenzamos nuestras lecciones sobre Sexualidad Humana y Responsabilidad. Aprenderemos acerca de nuestros cuerpos, cómo crecen y cambian, y cómo mantenernos sanos y seguros. También hablaremos sobre temas como la pubertad, las partes del cuerpo, los límites personales, el consentimiento y la seguridad personal.”

“Dado que estas lecciones pueden resultar novedosas o personales, es importante que todos se sientan cómodos y respetados mientras aprendemos. Dedicemos unos minutos a establecer acuerdos de clase para que todos sepamos cómo cuidarnos mutuamente durante estas lecciones”.

”



Acuerdos del grupo

¿Qué te ayuda a sentirte cómodo aprendiendo cosas nuevas o personales?

Utilice el [Creando nuestros acuerdos de clase](#) Documento para guiar una discusión con el fin de establecer los acuerdos.

Empieza diciendo algo como:

“A veces, estos temas pueden sentirse personales o incluso un poco incómodos, por lo que es importante que nuestra clase se sienta como un espacio seguro y respetuoso.”

Pregunta: “¿Qué te ayuda a sentirte cómodo aprendiendo o hablando sobre cosas nuevas o personales?”

Registren las respuestas brevemente en papel de rotafolio.

Acuerdos del grupo

“Estamos de acuerdo en...”

“Ayuda cuando...”

“Nosotros prometemos...”

En grupos, discutan lo siguiente:

- ¿Cómo mostramos respeto durante estas lecciones?
- ¿Qué podemos hacer si algo nos hace sentir incómodos o avergonzados?
- ¿Qué debemos recordar sobre la privacidad: la nuestra y la de los demás?
- ¿Qué hacemos si tenemos una pregunta?

Escribe 1 o 2 ideas por nota adhesiva.

Utilice el [Creando nuestros acuerdos de clase](#) Documento para guiar una discusión con el fin de establecer los acuerdos.

Divida a los estudiantes en grupos pequeños (de 2 a 4 estudiantes cada uno). Entregue a cada grupo algunas notas adhesivas y frases para comenzar, tales como:

- “Acordamos...”
- “Ayuda cuando...”
- “Prometemos...”

Temas de discusión para grupos:

- ¿Cómo mostramos respeto durante estas lecciones?
- ¿Qué podemos hacer si algo nos hace sentir incómodos o avergonzados?
- ¿Qué debemos recordar sobre la privacidad: la nuestra y la de los demás?
- ¿Qué hacemos si tenemos una pregunta?

Indique a los grupos que escriban 1 o 2 ideas por nota adhesiva.

Transcurridos de 5 a 7 minutos, reúnan nuevamente a todos. Solicite

voluntarios para leer sus ideas en voz alta y agrúpelas por temas comunes. A medida que las clasifique, guíe a los estudiantes para que consoliden las ideas y las formulen de manera positiva.

Juntos, reduzcan la lista a un total **de entre 4 y 6 acuerdos** que todos puedan entender y recordar..

Asegúrese de incluir algo similar a

- Respetamos las ideas y los sentimientos de todos.
- Podemos hacer preguntas; ninguna pregunta es tonta.
- Utilizamos los términos correctos para las partes del cuerpo.
- Mantenemos la privacidad de los asuntos personales.
- Podemos pasar el turno si no queremos compartir.
- Ayudamos a que todos se sientan seguros.

Lean la lista en voz alta todos juntos y pidan a los estudiantes que levanten el pulgar o asientan con la cabeza para indicar su acuerdo. **Coloquen el cuadro en un lugar donde permanezca visible durante todas las lecciones.**



Puedo...

- **Identificar** las partes principales y las funciones básicas de los principales sistemas corporales, incluido el sistema reproductor.
- **Explica** por qué algunas partes del cuerpo son privadas y cómo respetar mi privacidad y la de los demás.

Revise los objetivos de la lección con los estudiantes.

Puedo...

- Identifica las partes principales y las funciones básicas de los principales sistemas del cuerpo, incluido el sistema reproductivo.
- Explica por qué algunas partes del cuerpo son privadas y cómo respetar mi privacidad y la de los demás.



Conocer tu cuerpo y sus sistemas

Imprime las instrucciones y las piezas de la actividad del [Documento: Conociendo tu cuerpo y sus sistemas](#).

Diga: *“Hoy vamos a hablar sobre nuestros cuerpos. En primer lugar, hablaremos sobre los diferentes sistemas que componen nuestro organismo. Un sistema corporal es un grupo de órganos que trabajan juntos para desempeñar una función. El corazón, la sangre y los vasos sanguíneos colaboran para hacer circular la sangre por todo el cuerpo, distribuyendo nutrientes y oxígeno para mantenernos con vida. El corazón, las arterias y las venas conforman nuestro sistema circulatorio, ya que la sangre circula por todo nuestro organismo.”*

Pregunta: *“¿Alguien puede nombrar otros sistemas de nuestro cuerpo?”* A medida que los estudiantes compartan, anote en la pizarra; no es necesario tener los nombres de todos los sistemas en este punto. Los estudiantes tendrán la oportunidad de establecer la conexión con la primera actividad.

Diga: *“Veamos si puedes relacionar los principales sistemas del cuerpo humano con la función que desempeñan.”*

Cree una tabla en la pizarra para mostrar qué es lo que están emparejando.

- Nombre del sistema corporal
- Función (lo que hace el sistema)
- Órganos (las partes)
- Imágenes del cuerpo

Reparte [Conjuntos de imágenes precortadas](#), [nombres de los sistemas](#)

corporales, partes y funciones.

Circule para asegurarse de que las mesas de los estudiantes hayan emparejado correctamente los sistemas corporales. Una vez que todos los sistemas hayan sido clasificados, revise cada uno de ellos, finalizando con el sistema reproductor.

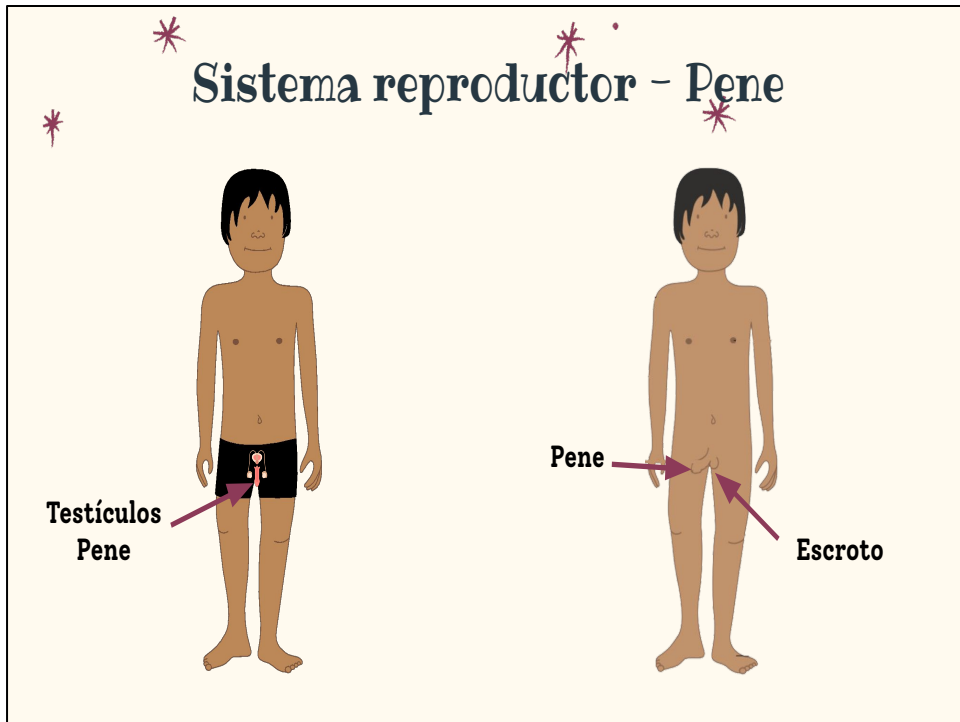
1. Sistema [esquelético] [huesos]
2. Sistema [nervioso] [nervios, cerebro]
3. Sistema [circulatorio] [corazón, venas, arterias]
4. Sistema [respiratorio] [nariz, tráquea, pulmones]
5. Sistema [digestivo] [boca, garganta, estómago, intestinos]
6. Sistema [reproductor] [pene, testículos] [ovarios, útero, vagina]

Después de repasar, **pregunte** a los estudiantes si notan algún sistema corporal en el que los órganos se vean diferentes en las dos imágenes. Guíelos para que descubran que todos los sistemas de ambos cuerpos son iguales, EXCEPTO el sistema reproductor.



Inicie la discusión sobre el sistema reproductor diciendo algo como:

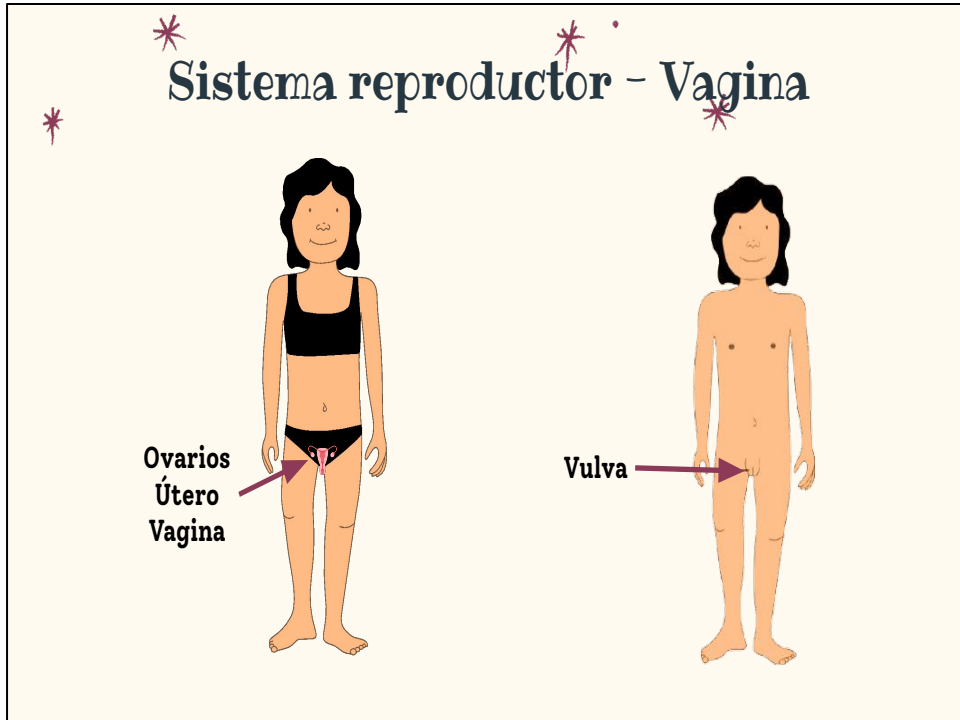
“El sistema reproductivo es aquel que permite a los seres humanos crear más seres humanos o tener bebés. Para que se cree otro ser humano o bebé, deben unirse un óvulo y un espermatozoide. Nuestros cuerpos están diseñados de tal manera que algunos seres humanos producen los espermatozoides, mientras que otros producen y gestan el óvulo. La diferencia que se observa en las dos imágenes de los sistemas reproductivos se debe a las funciones que estos desempeñan.”



Explica:

“El cuerpo que posee pene y testículos —generalmente el de un hombre o un niño— produce los espermatozoides. Los órganos de este sistema son principalmente externos, es decir, se encuentran fuera del cuerpo. El escroto alberga los testículos, que son los encargados de producir los espermatozoides, mientras que el pene es el órgano a través del cual estos salen del cuerpo.”

Sistema reproductor - Vagina



Explica:

“El otro organismo —generalmente la hembra o la niña— produce el óvulo. Los órganos de este sistema reproductivo son principalmente internos, es decir, se encuentran en el interior del cuerpo. Los ovarios producen los óvulos; el útero recibe y alberga los óvulos; y la vagina conecta el útero con el exterior del cuerpo. La parte externa de este sistema se denomina vulva.”

Sistema reproductor

- Presentes desde el nacimiento
- No listos para concebir un bebé hasta...
- LA PUBERTAD

Más sobre esto la próxima vez.

Resume la información sobre el sistema reproductivo diciendo algo como:

“El sistema reproductivo de nuestro cuerpo forma parte de nosotros desde el día en que nacemos. Sin embargo, durante la infancia y a lo largo de la escuela primaria, el sistema reproductivo no está preparado para reproducirse ni para tener hijos. No es sino hasta que nuestro cuerpo comienza a transformarse —pasando de la niñez a la juventud y, posteriormente, a la edad adulta— cuando está listo para reproducirse (es decir, para concebir un bebé). Este cambio se denomina pubertad. Mañana hablaremos sobre lo que ocurre durante la pubertad.”



Privacidad

Introduce la privacidad diciendo algo como:

“Todas las personas tienen algún tipo de sistema reproductivo. Las partes externas a veces se denominan “partes íntimas”.

Pregunta: “¿Quién puede decirme qué significa la palabra “privado”?”

Recoge algunas respuestas y luego **explica:**

“Mantener algo en privado significa que es solo para ti. A veces podemos encontrarnos en lugares privados, como un baño o un dormitorio. La mayoría de las personas llaman a la puerta antes de entrar a un baño o al dormitorio de otra persona, ya que llamar es una forma de respetar la privacidad. Nuestro cuerpo también es privado. Hay algunas partes que mostramos a los demás y otras que cubrimos con ropa.”

*Puntos clave sobre la privacidad de *Sex is a Funny Word*, de Cory Silverberg y Fiona Smyth.

Privacidad

- ¿Qué opinan los distintos miembros de tu familia sobre lo que debería cubrirse y lo que se puede mostrar?
- ¿Es esto diferente en otras familias que conoces?

Planteen y discutan las dos preguntas de la diapositiva:

- *“¿Qué opinan los distintos miembros de tu familia sobre lo que debería cubrirse y lo que se puede mostrar?”*
- *“¿Es esto diferente en otras familias que conoces?”*

Explica que el hecho de que elijamos mantener algunas partes de nuestro cuerpo en privado y cubiertas la mayor parte del tiempo —especialmente las partes de nuestro sistema reproductivo— no significa que sean malas. ¡Todas las partes de nuestro cuerpo son hermosas!

*Puntos clave sobre la privacidad extraídos de "Sex is a Funny Word" de Cory Silverberg y Fiona Smyth.



Play the [Video sobre la privacidad de Chats para niños](#)

*Chats para niños VÍdeo sobre privacidad



- ¿Qué ejemplos de privacidad escuchaste en el video?

- ¿Cómo puedes hacerles saber a los demás que necesitas privacidad?

- ¿Cómo puedes saber si alguien necesita privacidad o si puedes estar en su espacio?

eee


Procesen el video discutiendo las siguientes preguntas.

- *¿Cuáles fueron algunos ejemplos de privacidad que escuchaste en el video?*
Las respuestas podrían incluir la privacidad al cambiarse de ropa, cuando los hermanos se comportan de manera grosera o molesta, porque alguien está enojado o triste o no quiere hablar, y al estar en la ducha.

- *¿Cómo puedes hacerles saber a los demás que necesitas privacidad?*
Las respuestas podrían incluir colocar un letrero en la puerta o pedir a las personas que se marchen.

- *¿Cómo puedes saber si otra persona necesita privacidad o si puedes estar en su espacio?*
Las respuestas podrían incluir llamar a la puerta o pedir permiso.

Explica que las mismas reglas se aplican a cualquier parte del cuerpo de una persona. Es importante pedir permiso antes de tocar cualquier parte del cuerpo de una persona. Y nadie debería tocar tu cuerpo sin preguntarte primero.



Folleto de conexiones con el hogar

¿Quiénes son 2 adultos en los que confías para hablar de tu cuerpo?

HSR Grade 3 Lesson 1

My Body
Home Connections Handout

Two adults I trust to talk to about my body are:

1. _____

2. _____



Other words we've sometimes used for these body parts are:

Something else I want to know about bodies is:

Finaliza la lección diciendo algo como:

“Es importante saber algo sobre todas las partes del cuerpo, incluso sobre aquellas que tú no tienes. Está bien sentir curiosidad por saber qué aspecto tienen las partes del cuerpo y qué función cumplen. Sin embargo, cuando una parte del cuerpo está cubierta, respetar la privacidad de la otra persona significa no intentar ver aquello que ella no desea mostrarte.”

Dirigir a los estudiantes a el [Folleto de conexiones con el hogar](#) y pídeles que identifiquen a dos adultos de confianza con quienes puedan hablar sobre su cuerpo.

A continuación...

...Pubertad



Diga: *“Durante nuestra próxima clase, aprenderemos sobre los cambios que ocurren en el cuerpo durante la pubertad.”*

Atribuciones

- Plantilla de diapositiva: [Feelings Check-In Education Presentation in Cream Blue Black Hand Drawn Style](#) by [Canva Creative Studio](#) via [Canva.com](#)
- [Kid Chats Privacy Video](#)
- Puntos clave sobre privacidad de [Sex is a Funny Word](#), Un libro de Cory Silverberg y Fiona Smyth

Creando nuestros acuerdos de clase

Nivel escolar: 3.º a 5.º grado

Duración: 15-20 minutos

Objetivo: Los estudiantes co-crean acuerdos que ayudan a que todos se sientan seguros, respetados y listos para aprender durante las lecciones sobre el cuerpo, las relaciones y la salud personal.

Materiales

- Papelógrafo o póster grande titulado “Nuestros acuerdos de clase para las lecciones de HSR”
- Rotuladores o notas adhesivas

Discusión de calentamiento (2–3 minutos)

Empieza diciendo algo como:

“A veces, estos temas pueden sentirse personales o incluso un poco incómodos, por lo que es importante que nuestra clase se sienta como un espacio seguro y respetuoso.”

Pregunta: “¿Qué te ayuda a sentirte cómodo aprendiendo o hablando sobre cosas nuevas o personales?”

Registren las respuestas brevemente en papel de rotafolio.

Lluvia de ideas en grupos pequeños (5-7 minutos)

Divida a los estudiantes en grupos pequeños (de 2 a 4 estudiantes cada uno). Entregue a cada grupo algunas notas adhesivas y frases para comenzar, tales como:

- “Acordamos...”
- “Ayuda cuando...”
- “Prometemos...”

Temas de discusión para grupos:

- ¿Cómo mostramos respeto durante estas lecciones?
- ¿Qué podemos hacer si algo nos hace sentir incómodos o avergonzados?
- ¿Qué debemos recordar sobre la privacidad: la nuestra y la de los demás?
- ¿Qué hacemos si tenemos una pregunta?

Indique a los grupos que escriban 1 o 2 ideas por nota adhesiva.

Compartir y agrupar ideas (5-7 minutos)

Reúna a todos nuevamente. Solicite voluntarios para leer sus ideas en voz alta y agrúpelas en temas comunes.

Naturalmente, surgirán temas típicos en torno a:

- **Respeto y amabilidad**
- **Privacidad y confidencialidad**
- **Formular preguntas**
- **Derecho a abstenerse / Comodidad**
- **Uso de la terminología correcta**

A medida que clasifican, guíe a los estudiantes para que consoliden y formulen las ideas de manera positiva, diciendo algo como:

“Así que parece que muchos de nosotros dijimos cosas como ‘No se rían de la gente’ o ‘Sean amables’. Unifiquemos esas ideas en un solo acuerdo que diga: “Mostramos respeto por las ideas y los sentimientos de todos.”

Finalizar y publicar (3-5 minutos)

Juntos, reduzcan la lista a un total de unos **4 a 6 acuerdos** que todos puedan entender y recordar.

Asegúrese de incluir algo similar a

- Respetamos las ideas y los sentimientos de todos.
- Podemos hacer preguntas; ninguna pregunta es tonta.
- Utilizamos los términos correctos para las partes del cuerpo.
- Mantenemos la privacidad de los asuntos personales.
- Podemos pasar el turno si no queremos compartir.
- Ayudamos a que todos se sientan seguros.

Lean la lista en voz alta juntos y pidan a los estudiantes que levanten el pulgar o asientan con la cabeza para indicar su acuerdo. **Coloquen el cuadro en un lugar donde permanezca visible durante todas las lecciones.**

Reforzar y repasar (Continuo)

- Comience cada lección con un breve repaso de los acuerdos (“Recordemos nuestros acuerdos” o “¿En cuál nos centraremos hoy?”).
- Reconozca cuando los alumnos los cumplan (“¡Qué pregunta tan respetuosa! Gracias por hacerla con calma.”).
- Si surge algún momento de incomodidad o risa, recuerde con tranquilidad los acuerdos (“Recuerden, dijimos que ayudaríamos a que todos se sintieran seguros mientras aprenden.”).

Conocer tu cuerpo y sus sistemas

Instrucciones del juego de emparejamiento de sistemas corporales

Imprima y recorte las 32 piezas que aparecen en las siguientes 11 diapositivas.

Coloque los 6 nombres de los sistemas en el tablero o en la pared, de modo que todos los estudiantes puedan verlos.

Distribuya las 26 piezas restantes entre los estudiantes, haciendo que trabajen en parejas según sea necesario.

Indique a los estudiantes que trabajen en conjunto para colocar las imágenes, la lista de partes y la función de cada sistema junto con su nombre correcto. **(Nota:** todos los sistemas deben tener 2 imágenes; el sistema reproductor tendrá 2 listas de partes y 2 funciones, y el resto de los sistemas tendrán 1 lista de partes y 1 función).

Una vez que todos los sistemas hayan sido clasificados, revise cada uno de ellos, finalizando con el sistema reproductor.

Sistema esquelético

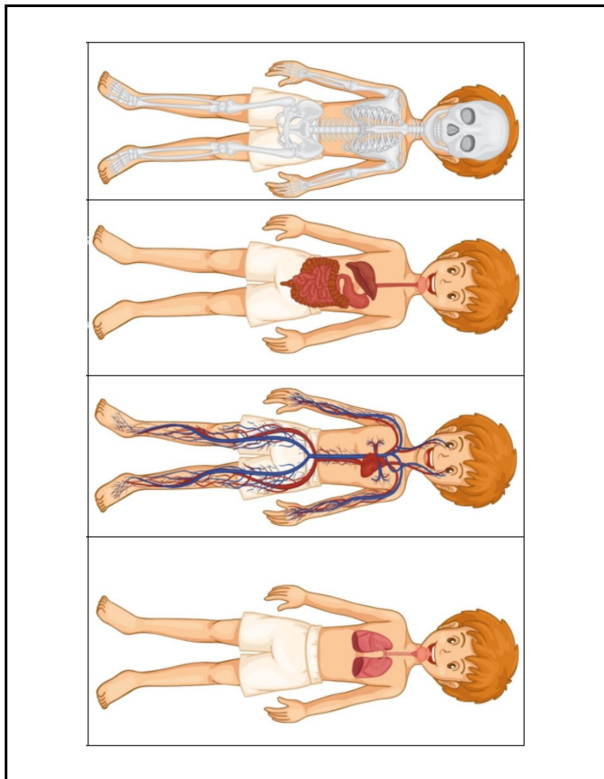
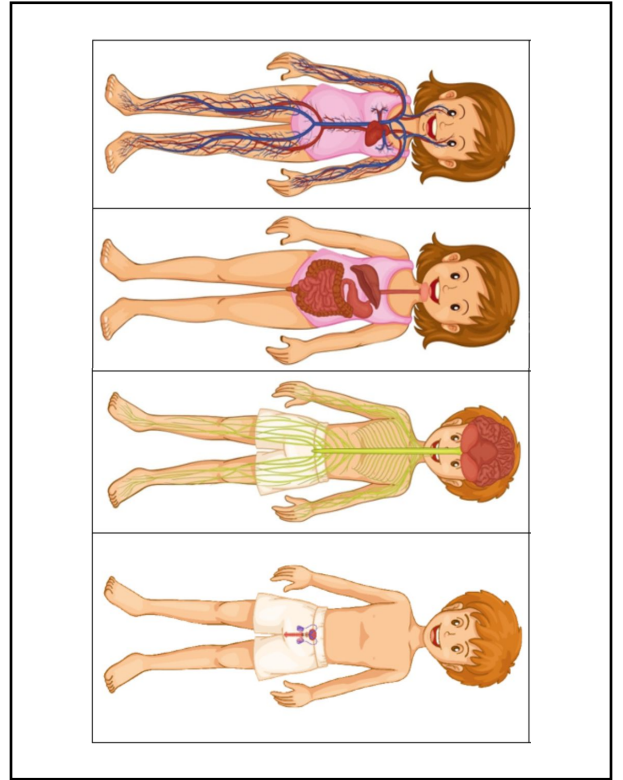
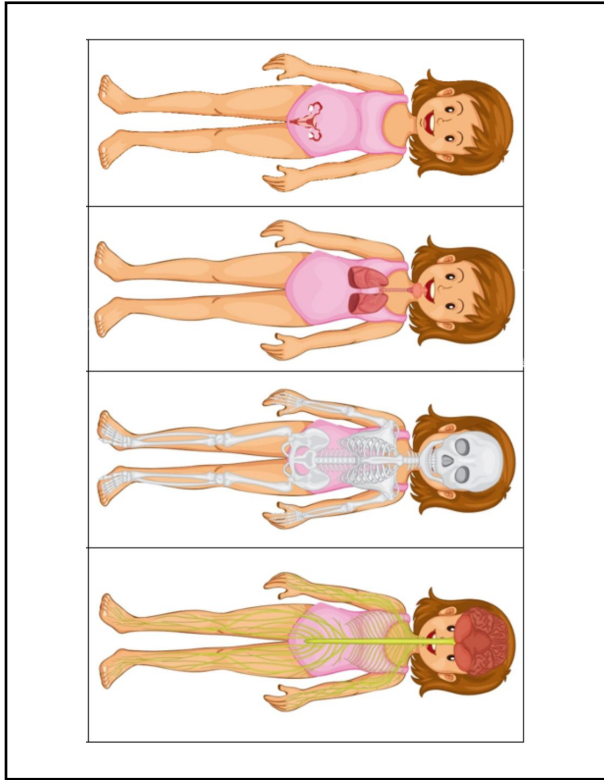
Sistema nervioso

Sistema circulatorio

Sistema respiratorio

Sistema digestivo

Sistema reproductor



<p>Corazón Venas Arterias</p>	<p>Nervios Cerebro</p>
<p>Huesos</p>	<p>Boca Garganta Estómago Intestinos</p>

**Nariz
Tráquea
Pulmones**

**Pene
Testículos**

**Ovarios
Útero
Vagina**

**Inhala y
exhala**

**Producir
esperma**

**Producir
huevos**

**Sostener el cuerpo
erguido y proteger
los órganos del
cuerpo.**

**Transporta la sangre
hacia y desde el
corazón, y por todo el
cuerpo.**

**Transmite mensajes
hacia y desde el
cerebro.**

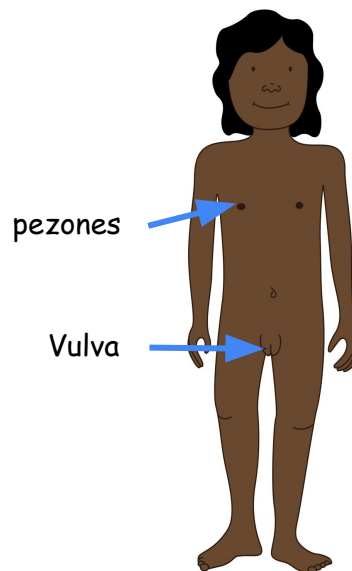
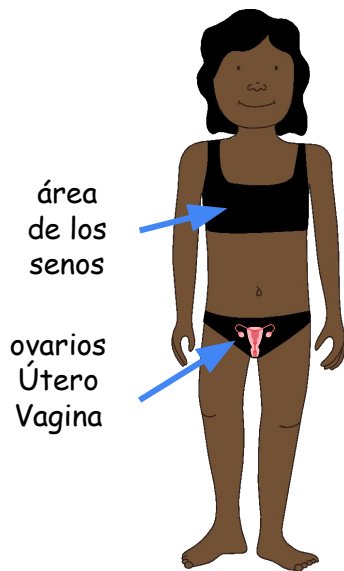
**Descomponer los
alimentos y
suministrarlos al
cuerpo.**

Mi cuerpo

Folleto de conexiones en el hogar

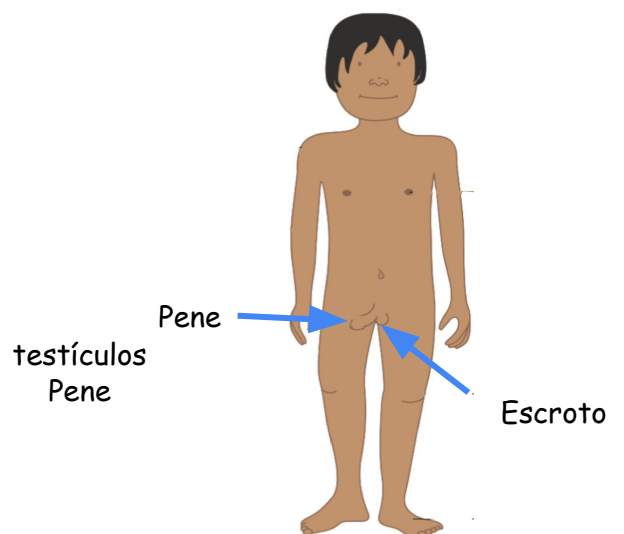
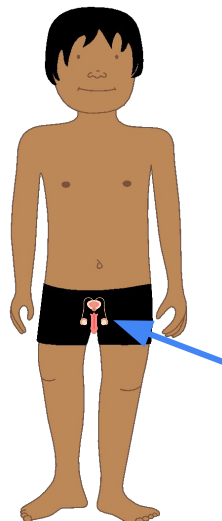
Dos adultos con los que confío para hablar sobre mi cuerpo son:

- 1.
- 2.



Otras palabras que a veces hemos usado para estas partes del cuerpo son:

Otra cosa que quiero saber sobre los cuerpos es:



Sexualidad humana y responsabilidad



Lección 2: La pubertad

Introduzca la lección 2 de la unidad HSR diciendo algo como:

“La última vez, aprendimos sobre las partes de nuestro cuerpo que nos ayudan a crecer y, algún día, a poder tener hijos. Hoy vamos a seguir aprendiendo sobre cómo nuestro cuerpo crece y cambia con el paso del tiempo.

A medida que crecemos, nuestro cuerpo atraviesa diferentes etapas de la vida: pasamos de ser bebés a niños, luego adolescentes y, finalmente, adultos. Una de esas etapas se llama pubertad. La pubertad es el momento en el que tu cuerpo comienza a transformarse, pasando de ser el cuerpo de un niño al de un adulto. Estos cambios ocurren de forma gradual y en momentos diferentes para cada persona, y eso es completamente normal.

En esta lección, hablaremos sobre cuáles son algunos de esos cambios, cómo ayudan a nuestro cuerpo a crecer y a mantenerse sano, y sobre formas de cuidarnos o gestionar esta etapa, como mantener una buena higiene.

Recuerda que el cuerpo de cada persona es único. No existe una forma correcta o incorrecta de pasar por la pubertad; solo existe la forma propia de tu cuerpo. Nuestro objetivo de hoy es aprender, hacer preguntas y comprender qué es lo que sucede a medida que crecemos.”




Acuerdos del grupo

Repase las normas básicas del aula diciendo algo como:

“Antes de comenzar la lección de hoy, ¿alguien podría recordarle a la clase nuestros acuerdos para sentirnos cómodos al aprender o hablar sobre temas nuevos o personales?”

Dedique tiempo suficiente para revisar brevemente todos los acuerdos del grupo.



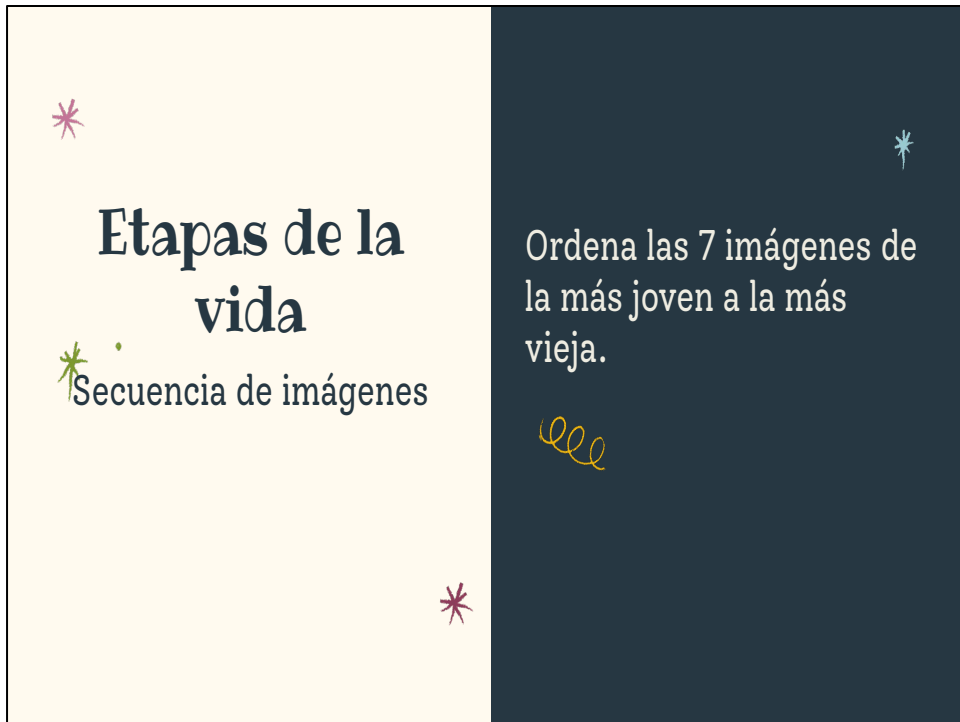
Puedo...

- **Explica** que los cambios de la pubertad ocurren en momentos diferentes para cada persona.
- **Describe** formas de cuidar mi cuerpo y mantener la higiene durante la pubertad.
- **Identifica** a adultos de confianza a quienes pueda acudir con preguntas sobre la pubertad.

Revise los objetivos de la lección con los estudiantes.

Puedo...

- Explicar que los cambios de la pubertad ocurren en momentos diferentes para cada persona.
- Describir formas de cuidar mi cuerpo y mantener la higiene durante la pubertad.
- Identificar a adultos de confianza a quienes pueda acudir con preguntas sobre la pubertad.



Imprime y recorta el [Fotos de las etapas de la vida](#). No incluyas las etiquetas de las etapas.

Pide 7 voluntarios o haz que los estudiantes trabajen en 7 grupos; reparte las imágenes y pídeles que determinen el orden, de menor a mayor edad.

Una vez que las tarjetas con las imágenes estén ordenadas, pasa a la siguiente diapositiva para revelar el orden correcto y comprobar si los estudiantes acertaron.



Procese la actividad formulando las siguientes preguntas:

- ¿Qué edad tienen las personas de las imágenes?
- ¿Qué diferencias notas entre cada etapa de la vida?
- ¿Qué cosas podrían ocurrir en la vida de una persona durante cada etapa?



Imprime y recorta suficientes líneas de tiempo. Proporcione a cada estudiante una tira de frases (o franja de papel). Si utiliza una tira en blanco, pida a los estudiantes que escriban “Mi línea de tiempo” en el centro, “Nací” en un extremo y “Yo hoy” en el otro extremo.

Pida a los estudiantes que completen su línea de tiempo con los cambios importantes que han ocurrido en sus vidas hasta el momento. Ejemplos: pronunciaron sus primeras palabras, aprendieron a caminar, aprendieron a hablar, aprendieron a andar en bicicleta o a mantener el equilibrio, eventos o celebraciones importantes, cambios generales relacionados con su cuerpo, la llegada de nuevos hermanos, etc. (esto también puede incluir acontecimientos tristes, como enfermedades, fallecimientos o accidentes).

Una vez que los estudiantes hayan completado su línea de tiempo, pídeles que levanten la mano si consideran que son niños que están creciendo para convertirse en adultos. Asegúrese de que los estudiantes logren comprender que **TODOS** ellos están creciendo y cambiando.



The infographic is divided into two vertical panels. The left panel has a light yellow background and contains the word 'Pubertad' in a large, black, serif font. Below it, the text 'Crecer y transformarse de niño en adulto' is written in a smaller, black, sans-serif font. There are three starburst icons: a pink one at the top left, a green one to the left of the text, and a pink one at the bottom right. The right panel has a dark blue background. It features a bulleted list of changes: 'Cambios en su:' followed by 'Cuerpo', 'Sentimientos', and 'Relaciones'. Below this is 'Le pasa a todos' and 'Tu cuerpo sabe cómo y cuándo.' There is a small blue starburst icon to the right of the list. At the bottom of the right panel, the text 'Todos son diferentes' is written in a white, sans-serif font, with a yellow scribble above it.

Pubertad

Crecer y transformarse de niño en adulto

- Cambios en su:
 - Cuerpo
 - Sentimientos
 - Relaciones
- Le pasa a todos
- Tu cuerpo sabe cómo y cuándo.

Todos son diferentes

Explica que crecer y pasar de ser un niño a un adulto se llama **pubertad**..

Haz clic para revelar el texto y debatir lo siguiente:

- La pubertad significa que podrías experimentar cambios en tu cuerpo, en tus sentimientos y en tus relaciones.
- La pubertad les ocurre a todas las personas, incluso si no deseas cambiar.
- Tu cuerpo sabe qué cambios debe experimentar, y estos ocurren en el momento adecuado para ti.
- No puedes acelerar ni retrasar la pubertad; tu reloj biológico está ajustado a la perfección para ti.

Por último, **HAZ CLIC** para revelar y enfatizar que **TODOS SOMOS DIFERENTES**.

Explica que puede ser útil conocer los cambios que provoca la pubertad antes de que ocurran. De esa manera, sabrás qué esperar.



Explica que la pubertad suele comenzar entre los 8 y los 13 años en las personas con vagina, y entre los 9 y los 15 años en las personas con pene. Este amplio rango de edades ayuda a explicar por qué, dentro de poco, algunos de tus amigos seguirán pareciendo niños pequeños, mientras que otros empezarán a parecerse más a adultos.

Cuando el cuerpo de cada persona está listo para iniciar la pubertad, una parte del cerebro llamada hipotálamo libera unas hormonas especiales que le indican al cuerpo que ha llegado el momento de que la pubertad comience. Estas hormonas envían mensajes a diferentes partes del cuerpo para señalar que es hora de que empiece el cambio.



Puberty cambia su formación.

Imprima el [11 Puberty Changes Cards](#) y utilícelos para hablar sobre los cambios que ocurren en el cuerpo.

Sostenga la imagen del Estirón (#1) y diga: *“En primer lugar, suele comenzar con un estirón. Un «estirón» ocurre cuando algo sucede muy deprisa. Y un estirón de crecimiento es precisamente eso: ¡el cuerpo está creciendo a gran velocidad! Cuando atraviesas la pubertad, puede parecer que las mangas de tu ropa se te quedan cortas constantemente. Esto se debe a que estás experimentando un estirón de crecimiento que dura entre 2 y 3 años, aproximadamente. ¡Algunos chicos crecen 4 pulgadas o más en un solo año!”*

Pide a un voluntario que se ponga de pie frente a la clase y sostenga la tarjeta del estirón.

Levanta la tarjeta Los pies se hacen más grandes (#2) y di: *“Durante la pubertad, no solo creces de estatura, ¡sino que parecerá que siempre necesitas zapatos nuevos! Tus pies crecen más rápido que el resto del cuerpo. Esto puede hacerte sentir torpe o desgarbado. ¡Esto también es normal! Con el tiempo, el resto de tu cuerpo se desarrollará y tomará forma, y ya no te sentirás tan torpe ni desgarbado.”*

Pida a un voluntario que se coloque en fila junto al primer voluntario y sostenga la tarjeta de los pies se hacen más grandes.

Levante la tarjeta El cabello crece en lugares nuevos (#3) y diga: *“A continuación, es posible que tu cuerpo empiece a desarrollar más vello en las*

piernas, las axilas y los genitales. Algunas personas comienzan a tener vello en el rostro. Esto suele ocurrirles a las personas con pene, pero puede sucederle a cualquiera.”

Pide un voluntario para que se ponga en la fila a continuación y sostenga la tarjeta de el pelo crece en lugares nuevos.

Levante la tarjeta de Piel y cabello (#4) y diga: *“No solo te sale más vello, sino que tu piel también cambia. La piel que se encuentra debajo del cabello (conocida como cuero cabelludo) y la piel del rostro comienzan a producir más grasa. Esto puede hacer que tu cabello se sienta y se vea sucio, y puede obstruir los poros de la piel, provocando granos o acné.”*

Pida a un voluntario que se coloque en la fila a continuación y sostenga la tarjeta que dice: la piel y el cabello se vuelven grasos y causan granos (acné).

Levante la tarjeta de Sudor y olor corporal (#5) y diga: *“Los cambios no se limitan únicamente al aumento de vello y grasa. Tus glándulas sudoríparas también comienzan a desarrollarse. Por lo tanto, cuando tienes calor, sudas más, especialmente debajo de los brazos. Y ahora que tu cuerpo está atravesando la pubertad, el sudor puede hacer que huelas mal. El mal olor proviene de las axilas, de los pies, de los genitales e incluso del cuero cabelludo.”*

Pida a un voluntario que se coloque en la fila a continuación y sostenga la tarjeta que dice: la piel y el cabello se vuelven grasos y causan granos (acné).

Sostenga tanto la tarjeta del pene y los testículos (#6) como la tarjeta de los músculos (#7) y diga: *“La forma de tu cuerpo también puede cambiar. En las personas con pene, este y los testículos aumentan de tamaño, y los testículos comienzan a producir esperma. Estas mismas personas pueden volverse más musculosas y sus hombros podrían ensancharse.”*

Pida que dos voluntarios se alineen a continuación y retengan las tarjetas 6 y 7.

Sostén en alto tanto la tarjeta de cambios de voz (#8) como la tarjeta de la caja de voz (#9) y di: *“También es posible que empiecen a notar un cambio en su voz. A medida que la laringe —o caja de la voz— crece, la voz se vuelve más grave. Y mientras esto sucede, la voz puede “quebrarse” a medida que se adapta a su nueva forma. En muchas personas, la laringe comenzará a hacerse visible como un bulto en la parte delantera del cuello. Esto es normal y se denomina “nuez de Adán.”*

Pida a dos voluntarios más que se pongan en fila a continuación y sostengan las tarjetas 8 y 9.

Levante la tarjeta de pechos y caderas (#10) y diga: *“En las personas con vagina, comienza a desarrollarse el tejido mamario y las caderas pueden*

Pide un voluntario para que se ponga en la fila a continuación y sostenga la tarjeta #10.

Por último, levante la tarjeta del ciclo menstrual (#11) y diga: *“También es en este momento cuando los ovarios comienzan a liberar óvulos y el útero empieza a prepararse para un embarazo. Este proceso se denomina ciclo menstrual, o algunas personas lo llaman «período». Este ciclo, o período, ocurre cada mes.”*

Pide a un voluntario más que se ponga en la fila y sostenga la tarjeta del ciclo menstrual.

Explica: *“Durante la pubertad ocurren muchos cambios, por lo que tu cuerpo necesita más energía y, por lo tanto, aumenta tu apetito. Muchas personas suben de peso durante la pubertad, lo cual es normal, pero es importante comer sano y evitar la comida chatarra para que el cuerpo reciba los nutrientes necesarios para su crecimiento”.* (Repasa las lecciones anteriores sobre nutrición y alimentos saludables).



Gestionar los cambios

Imprima el [11 Gestión de los cambios](#) Tarjetas con imágenes.

Digan: *“Otra forma importante de cuidarnos durante este tiempo es practicando la higiene personal. La higiene personal significa cuidar nuestro cuerpo para mantenerlo limpio y saludable”.*

Indique a los estudiantes que sostienen las tarjetas de Cambios de la pubertad que se dispersen por el aula.

Distribuye las tarjetas de Gestión de los cambios al resto de los estudiantes. Pide a los estudiantes que trabajen en parejas cuando sea necesario, a fin de asegurar que todos participen en esta actividad.

Indica a los estudiantes que trabajen en conjunto para determinar qué herramientas pueden utilizarse para gestionar los cambios que pueden ocurrir durante la pubertad. Anima a los estudiantes que tienen las tarjetas de Gestión de los cambios a desplazarse hacia cada una de las tarjetas de Cambios de la pubertad y a debatir si estas pueden vincularse y de qué manera. Explica que algunas herramientas pueden servir para gestionar más de un tipo de cambio, mientras que otros cambios no requerirán ninguna herramienta en particular. Una vez que los estudiantes hayan determinado qué herramienta corresponde a cada cambio, pídeles que se agrupen. En conjunto, como clase, revisen la disposición de las tarjetas y realicen los ajustes necesarios de acuerdo con la clave de respuestas de Gestión de los cambios de la pubertad.

Usando el [Recurso para el docente: Gestión de los cambios de la pubertad](#),

Añada cualquier información que aún falte, aclare cualquier información incorrecta y responda a las preguntas sobre cada elemento antes de pasar al siguiente.

Repaso de vocabulario

Pubertad

Crecer y transformarse de niño en adulto

Higiene personal

Cuidar tu cuerpo para mantenerlo limpio y saludable

Pida a los estudiantes que recuerden la definición de pubertad. Recoja algunas respuestas y, a continuación, **haga clic** para revelar la definición.

Pubertad: *Crecer y transformarse de niño en adulto.*

Pida a los estudiantes que recuerden la definición de higiene. Recoja algunas respuestas y, a continuación, **HAGA CLIC** para revelar la definición.

Higiene personal: *Cuidar el cuerpo para mantenerlo limpio y saludable.*

Repaso sobre la pubertad


- ¿Todos los seres humanos cambian, crecen y se desarrollan al mismo tiempo?
- ¿Todos los seres humanos cambian, crecen y se desarrollan de la misma manera?
- ¿Cuáles son algunas formas de practicar la higiene durante la pubertad y a lo largo de la vida?



Repasa la charla de hoy sobre la pubertad.

Pregunta:

- “¿Todos los seres humanos cambian, crecen y se desarrollan al mismo tiempo?” [No, cada uno tiene su propio cronograma.]
- “¿Todos los seres humanos cambian, crecen y se desarrollan de la misma manera?” [No, cada persona se convierte en su propio individuo..]
- “¿Cuáles son algunas formas en que las niñas y los niños pueden practicar la higiene?” [bañarse, lavarse el cabello, lavar la ropa, usar desodorante, cepillarse los dientes.]



Folleto de conexiones con el hogar

¿Quiénes son 2 adultos en los que confías para hablar de pubertad?

HSR Grade 3 Lesson 2

Puberty
Home Connections Handout

Two adults I trust to talk to about changes in my body during puberty are:

- 1.
- 2.

What are some things you can do on your own?

What are some things you need help with?

Draw a picture of what your body looks like now. Show the parts you like the best.

Draw a picture of what your body could look like when you are older. Will some things look different? Will some things look the same?

How has your body changed since you were a baby?

How do you feel about your body growing and changing?

Activity adapted from Sex is a Funny Word, a book by Cory Silverberg and Fiona Smyth

Dirigir a los estudiantes a la [Folleto de conexiones con el hogar](#) y pídeles que identifiquen a dos adultos de confianza con quienes puedan hablar sobre la pubertad.

A continuación...

...Límites y consentimiento



Finaliza la lección diciendo: *“Durante nuestra próxima clase, aprenderemos más sobre cómo mantener nuestro cuerpo a salvo mediante los límites personales y el consentimiento.”*

Atribuciones

- Plantilla de diapositiva: [Feelings Check-In Education Presentation in Cream Blue Black Hand Drawn Style](#) by [Canva Creative Studio](#) via [Canva.com](#)
- Actividades del folleto Conexiones con el hogar adaptadas de [Sex is a Funny Word](#), a book by Cory Silverberg and Fiona Smyth

Bebé



el niño/a



**Niño/a en
edad escolar**



Adolescente



Adulto joven



Adulto mayor



**Persona mayor/
jubilado**



Crecer más alto

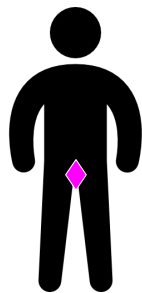
1



Foot icons created by Freepik - Flaticon

Los pies se hacen
más grandes

2



El cabello crece en
lugares nuevos.

3



Clay skin vector created by freepik - www.freepik.com

La piel y el cabello se
vuelven grasos y causa
granos (acné)

4



Aumenta el sudor y el olor corporal.

5



El pene y los testículos pueden comenzar a agrandarse

6



Los músculos se desarrollan y los hombros se ensanchan.

7



Cambios de voz

8



People vector created by freepik - www.freepik.com

Caja de voz (*laringe*) se
hace más grande
(*Nuez de Adán*)

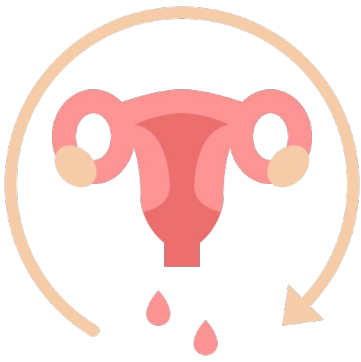
9



vector created by freepik - www.freepik.com

Los senos se
desarrollan y las
caderas se ensanchan

10



Menstruation icons created by scotnar - [Flaticon](http://Flaticon.com)

Comienza el Ciclo
Menstrual
(el período)

11



vector created by macrovector - www.freepik.com

Vida Activa



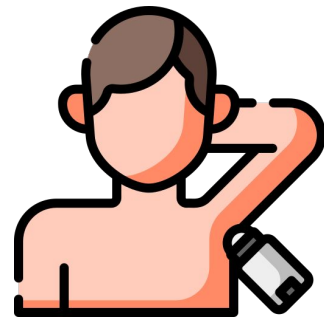
Food vector created by macrovector_official - www.freepik.com

Alimentación
Saludable



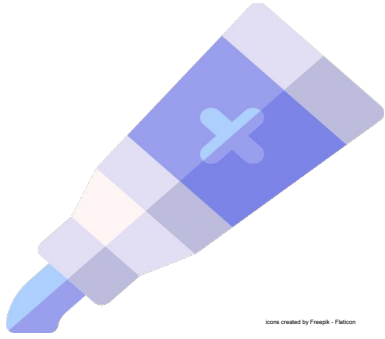
Man vector created by phloispenier - www.freepik.com

Lavando la Cara



Icon created by Freepik - www.freepik.com

Desodorante/
Antitranspirante



Icon created by Freepik - Flaticon

crema/medicamento
para el acné/espinillas



Icon created by Freepik - Flaticon

Copa de apoyo atlético
(suspensorio)



Icon created by Smashicons - Flaticon

El sostén/brasier



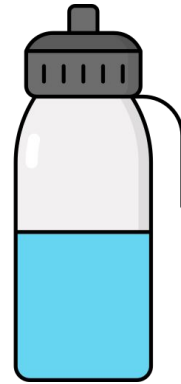
Shaving cream icon created by Freepik - Flaticon

Maquinilla de afeitar
y crema/gel de afeitar



Bath icons created by Freepik - Flaticon

Ducha
Champú
Jabón



Water bottle icons created by Triangulo Square - Flaticon

Beber agua



Health vector created by pikasuperstar - www.flaticon.com

Productos
Menstruales

Manejo de los cambios de la pubertad - Clave de respuestas

Cambio de pubertad	Herramientas de gestión para atravesar la pubertad
1. Crecer más alto	<p>Vida Activa</p> <ul style="list-style-type: none"> Las actividades físicas y recreativas, como deportes, caminar y divertirse con amigos al aire libre, pueden ayudar a mantener fuertes los músculos y los huesos a medida que crecen. <p>Alimentación saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> Tu cuerpo en crecimiento necesita nutrición adicional para impulsar los cambios que están ocurriendo.
2. Los pies se hacen más grandes	Ninguno
3. El cabello crece en lugares nuevos.	<p>Maquinilla de afeitar y crema/gel de afeitar</p> <ul style="list-style-type: none"> Algunas personas optan por eliminar el vello de la cara y otras partes del cuerpo, otras no. Si alguien elige afeitarse, usar gel o crema para afeitar ayuda a reducir la fricción y agrega humedad para reducir la irritación de la piel.
4. La piel y el cabello se vuelven grasos y causa granos (acné)	<p>Lavando tu cara</p> <ul style="list-style-type: none"> Usar un jabón suave o sin perfume para lavarse la cara dos veces al día puede ayudar a evitar que el aceite obstruya los poros de la piel, lo que causa las espinillas. <p>Crema/Medicamento para el Acné</p> <ul style="list-style-type: none"> Muchos tipos de cremas o lociones tienen ingredientes para ayudar a prevenir y eliminar el acné o las espinillas menores. Asegúrese de seguir las instrucciones de cerca. Algunas personas experimentan acné más grave y consultan a un médico (como un dermatólogo) que puede recetar medicamentos más fuertes. <p>Ducha, champú, jabón.</p>
5. Aumenta el sudor y el olor corporal	<p>Desodorante/antitranspirante</p> <ul style="list-style-type: none"> Esto se puede usar además del lavado diario de las axilas para detener la formación de sudor (antitranspirante) o para absorber/bloquear el olor (desodorante) <p>Ducha, champú, jabón.</p> <ul style="list-style-type: none"> Si una persona no se ducha ni se baña a diario, es una buena idea lavarse al menos los pies, el cuello/las orejas, las axilas y el área genital/anal todos los días. <p>Beber agua</p> <ul style="list-style-type: none"> Beber agua es importante, especialmente durante la actividad física y cuando hace calor, para reponer los líquidos que se pierden al sudar.
6. El pene y los testículos pueden comenzar a agrandarse	<p>Copa de apoyo atlético (suspensorio)</p> <ul style="list-style-type: none"> Esto se puede usar solo como soporte (sin una copa dura) o para proteger los genitales durante los deportes de contacto.

<p>7. Los músculos se desarrollan y los hombros se ensanchan.</p>	<p>Vida Activa</p> <ul style="list-style-type: none"> Las actividades físicas y recreativas, como los deportes, caminar y divertirse con amigos al aire libre, pueden ayudar a mantener fuertes los músculos y los huesos a medida que crecen. <p>Alimentación saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> Tu cuerpo en crecimiento necesita nutrición adicional para impulsar los cambios que están ocurriendo.
<p>8. cambios de voz</p>	<p>Ninguno</p>
<p>9. La caja de voz se hace más grande</p>	<p>Ninguno</p>
<p>10. Los senos se desarrollan y las caderas se ensanchan</p>	<p>Brasier</p> <ul style="list-style-type: none"> Las personas pueden usar un brasier para mayor comodidad, modestia o apoyo a medida que se desarrollan sus senos. <p>Alimentación Saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> Tu cuerpo en crecimiento necesita nutrición adicional para impulsar los cambios que están ocurriendo. <p>Vida Activa</p> <ul style="list-style-type: none"> Las actividades físicas y recreativas, como deportes, caminar y divertirse con amigos al aire libre, pueden ayudar a mantener fuertes los músculos y los huesos a medida que crecen.
<p>11. Comienza el ciclo menstrual</p>	<p>Productos menstruales (toallas, protectores diarios, ropa interior para la menstruación, tampones, copas menstruales)</p> <ul style="list-style-type: none"> Se utiliza para controlar el flujo menstrual. Puede tener a mano suministros adicionales para la menstruación en un casillero o una bolsa. Las toallas higiénicas y, a veces, los tampones suelen estar disponibles en las oficinas escolares. Los suministros para la menstruación se pueden comprar en farmacias, supermercados, tiendas de conveniencia y de salud o en línea. Elija productos que no tengan perfume. Siempre ponga los suministros menstruales usados en la basura, no en el inodoro.
<p>Información adicional sobre productos menstruales</p>	<p>Se aplican toallas sanitarias a la ropa interior para absorber el flujo menstrual a medida que sale de la vagina.</p> <ul style="list-style-type: none"> Las Toallas sanitarias vienen en una variedad de formas y tamaños. Las toallas sanitarias pueden ser desechables o reutilizables. Las toallas sanitarias desechables se adhieren al interior de la ropa interior mediante tiras adhesivas. Si tienen alas, las alas envuelven las aberturas de las piernas de la ropa interior. Las toallas sanitarias reutilizables tienen broches para mantenerlos en su lugar. Cambie las toallas sanitarias con frecuencia. Si son desechables, envuélvalos en papel higiénico y tírelos a la basura. Si son reutilizables, colóquelos en una bolsa húmeda con cremallera o en una bolsa de

plástico con cierre hermético (como una bolsa Ziploc®) si está fuera de casa.

- Las toallas sanitarias reutilizables se lavan en la lavadora como cualquier otra prenda. El agua fría es más efectiva que la caliente cuando se lava cualquier artículo que tenga sangre.

Los protectores diarios son similares a las toallas sanitarias y absorben el flujo menstrual ligero o el flujo vaginal.

La ropa interior para el período es ropa interior que contiene una capa absorbente de material en el refuerzo (entrepierna). Algunos también pueden tener inserciones extraíbles y reutilizables para absorber aún más el flujo menstrual.

- Algunas personas usarán ropa interior para la menstruación en lugar de toallas sanitarias, tampones o copas. Otros los usarán como respaldo, en caso de que se derrame un tampón o una copa.
- Las bragas se lavan en la lavandería como cualquier otra prenda. El agua fría es más efectiva que la caliente cuando se lava cualquier artículo que tenga sangre.

Los tampones son productos absorbentes que se colocan dentro de la vagina para absorber el flujo menstrual antes de que salga de la vagina. Pueden o no venir con un aplicador de plástico o cartón.

- Use la absorbencia más baja necesaria; si el tampón todavía está algo seco después de 3 o 4 horas, use una absorbencia más ligera.
- Los tampones deben cambiarse con frecuencia: por lo general, al menos cada 4 horas durante el día y no más de 6 a 8 horas por la noche. Siga las instrucciones para ese producto en particular.
- Para deshacerse de los tampones usados, envuélvalos en papel higiénico y tírelos a la basura.
- Siga las instrucciones cuidadosamente para aprender a usarlo de manera segura. El uso incorrecto puede provocar el Síndrome de Shock Tóxico, una infección rara pero grave. Consulte con un adulto de confianza para obtener apoyo.

Las copas menstruales son copas de silicona o plástico que se introducen en la vagina y recogen el flujo menstrual. Siga las instrucciones sobre cómo insertar.

- Se puede dejar puesto de manera segura hasta por 12 horas, pero es posible que deba cambiarse según el flujo menstrual.
- Los vasos desechables se retiran, se envuelven en papel higiénico y se tiran a la basura.
- Los vasos reutilizables se retiran, se enjuagan según las indicaciones y se vuelven a colocar.

Pubertad

Folleto de Conexiones en el hogar

Dos adultos con los que confío para hablar sobre los cambios en mi cuerpo durante la pubertad son:

1.

2.

¿Cuáles son algunas cosas que puedes hacer por tu cuenta?

¿Cuáles son algunas cosas con las que necesita ayuda?

Haz un dibujo de cómo se ve tu cuerpo ahora. Muestra las partes que más te gustan.

Haz un dibujo de cómo se vería tu cuerpo cuando seas mayor. ¿Algunas cosas se verán diferentes? ¿Algunas cosas se verán iguales?

¿Cómo ha cambiado tu cuerpo desde que eras un bebé?

¿Cómo te sientes acerca de tu cuerpo creciendo y cambiando?

Sexualidad humana y responsabilidad



Lección 3: Límites y consentimiento

Introduce la lección 3 diciendo algo como:

“Hoy vamos a seguir aprendiendo sobre cómo cuidarnos a nosotros mismos y respetar a los demás a medida que crecemos. En nuestra última lección, hablamos sobre la pubertad y cómo nuestros cuerpos cambian con el paso del tiempo. A medida que nuestros cuerpos crecen, también es importante aprender a mantenerlos seguros y a tomar decisiones sobre aquello con lo que nos sentimos cómodos.

Recuerden que este es un espacio de aprendizaje donde las ideas y los sentimientos de todos son importantes. Está bien tener preguntas, y también está bien tener diferentes niveles de comodidad. Estamos aquí para aprender a mantenernos a nosotros mismos y a los demás seguros y respetados.”



Acuerdos del grupo

Repase las normas básicas del aula diciendo algo como: *“Antes de comenzar la lección de hoy, ¿alguien podría recordarle a la clase nuestros acuerdos para sentirnos cómodos al aprender o hablar sobre temas nuevos o personales?”*

Dedique tiempo suficiente para revisar brevemente todos los acuerdos del grupo.



Puedo...

- **Explica** qué significan el consentimiento, los límites personales y tener el control de mi propio cuerpo.
- **Practica** cómo comunicar mis límites y decir 'no' cuando algo no me parezca correcto.
- **Identifica** a adultos de confianza con quienes pueda hablar sobre el consentimiento y los límites.

Revise los objetivos de la lección con los estudiantes.

Puedo...

- Explicar qué significan el consentimiento, los límites personales y tener el control de mi propio cuerpo.
- Practicar cómo comunicar mis límites y decir 'no' cuando algo no me parezca correcto.
- Identificar a adultos de confianza con quienes pueda hablar sobre el consentimiento y los límites.



Comience pidiendo a los estudiantes que recuerden, a partir de la primera lección sobre nuestro cuerpo, qué significa la palabra **privacidad**. Recuérdeles que mantener algo en privado significa que es solo para uno mismo.

Explica que, en esta lección, vamos a hablar sobre esto de una manera diferente, ¡porque tu cuerpo es TU cuerpo!

Muestra el [video](#).



Comenten el video comenzando con el término “autonomía corporal”.

Hagan clic para revelar la frase y pidan a los estudiantes que recuerden qué dice el video sobre la “autonomía corporal”.

Recopilen algunas respuestas y luego **hagan clic** para revelar la definición.

El video la explica como “nadie tiene derecho a decirte qué hacer con tu cuerpo”.

Pide un voluntario para explicar qué significa tener “derecho”.

Escucha algunas respuestas y, luego, explica que tener derecho significa poseer la facultad o el permiso para hacer algo. La autonomía corporal significa que ninguna otra persona tiene el derecho ni el permiso para tomar decisiones sobre tu cuerpo; solo tú puedes hacerlo.

También puedes desglosar el concepto explicando que “corporal” se refiere a tu cuerpo, y que “autonomía” significa “que tú decides”.



HAZ CLIC para revelar la palabra «consentimiento» y pregunta qué decía el video sobre su significado.

Recibe algunas respuestas y, luego, **HAZ CLIC** para revelar la definición.

- El consentimiento consiste en pedir o dar permiso para algo.

Comenten los ejemplos del video: los abrazos y el tomarse de las manos.

Pregunta: “Como es tu cuerpo, ¿quién necesita tu consentimiento antes de abrazarte o tocarte?” (las respuestas deben incluir amigos, desconocidos, adultos que conoces y todo el mundo).

Pregunta: “¿Cómo sabes si tienes el consentimiento para abrazar a alguien?” (¡tienes que preguntar!)

Pregunta: “¿Qué mencionó el video como algunas de las cosas a las que los niños no pueden dar su consentimiento?” (contratos legales, votar y asuntos de índole sexual).

Explica que los “asuntos de índole sexual” son todo aquello que tiene que ver con tus partes reproductivas o con las partes reproductivas de otras personas.



Mi cuerpo, su cuerpo

Imprima dos copias del [Páginas para colorear: “Mi cuerpo, su cuerpo”](#); Una copia completa en papel blanco y otra copia completa en un color pálido, como rosa o amarillo. Necesitará copias adicionales o páginas sueltas, ya sea en papel blanco o del mismo color, si tiene más de 22 alumnos en su clase.

Reparta una página para colorear a cada alumno y ponga a su disposición crayones, lápices de colores o marcadores. Conceda a los alumnos entre 5 y 10 minutos para colorear su página como deseen.

Transcurridos unos 10 minutos, o cuando la mayoría de los alumnos hayan terminado, indique que el tiempo ha concluido. Pida a los alumnos que observen el color del papel que tienen y que se dividan en dos grupos basándose en dicho color: de este modo, todos los alumnos cuyas copias estén impresas en papel blanco formarán un grupo, y todos aquellos cuyas copias estén impresas en el otro color de papel formarán el otro grupo.

Una vez que estén en grupos, pídale a los estudiantes que se tomen unos minutos para mirar los dibujos de los demás y admirar los dibujos y cómo los colorearon. Después de unos minutos, pida la atención de todos. Diga algo como: *“Es posible que hayan notado que, en la esquina inferior derecha de su página, tienen un número. Su tarea ahora consiste en ordenarse del uno al once y colocarse de pie siguiendo ese orden. Es posible que haya más de una persona con el mismo número en su grupo, ¡y eso está bien!”*

(*NOTA PARA EL MAESTRO: Si la movilidad de alguno de los estudiantes es limitada o imposible, asegúrese de que los miembros de cada grupo se

reúnan alrededor de dicho estudiante).

Una vez que los estudiantes se hayan organizado, explíqueles que sus imágenes, en conjunto, narran una historia. Comenzando con la persona que tiene el número uno en uno de los dos grupos, pídale a esa persona (o a ambas personas juntas) que lea en voz alta lo que está escrito en su página. Luego, pase al otro grupo y pídale al estudiante (o a los estudiantes) que tiene el número 2 en su página que lea lo que está escrito en su hoja. Alterne entre ambos grupos hasta que se haya leído la historia completa.

Una vez que todos hayan terminado, pídeles que se brinden un aplauso y que regresen a sus asientos con sus dibujos.

Una vez que todos estén sentados, pida a los estudiantes que no tuvieron la oportunidad de leer en voz alta parte de la historia que le resuman de qué trataba. Indague sobre los siguientes puntos clave:

- Que el cuerpo de cada persona es suyo propio.
- Que tú tienes derecho a decidir quién toca tu cuerpo y quién no.
- Que tú tienes derecho a decidir qué tipo de contacto te parece bien y cuál no.
- Que las demás personas tienen derecho a decidir quién toca su cuerpo y quién no; y eso significa que todos debemos respetar a los demás cuando dicen que no quieren ser tocados.

Vocabulario

Personal boundary

- *Personal*: para que cada persona decida por sí misma
- *Límite*: una frontera

Consentir

Pedir o dar permiso para algo

Explica que la forma en que alguien se siente respecto a si desea ser tocado —o cómo desea serlo— constituye un “límite personal”. Señala que “personal” significa que es algo que cada persona decide por sí misma, y que “límite” significa “una frontera”.

Di algo como: *“Así que un límite personal podría significar que te parece bien que te abrace una persona, pero no otra; o tal vez que no te gusten los abrazos en absoluto”*.

HAZ CLIC para revelar la palabra y hablar sobre el “consentimiento”, explicando que, si dices que estás de acuerdo con que te toquen de cierta manera, has dado tu “consentimiento”.

Di algo como: *“Si no tienes el consentimiento de alguien, debes pedírselo antes de abrazarlo o tocarlo de cualquier manera. Si alguien intenta tocarte cuando no le has dado permiso para hacerlo, tienes derecho a decirle que se detenga, y esa persona tiene la responsabilidad de detenerse. Si no lo hace, es importante que vayas a contárselo de inmediato a tus padres o a otro adulto de confianza”*.

Límites personales

Abrazando

- **Estudiante 1:** Pregúntale a tu compañero qué opina sobre los abrazos.
- **Estudiante 2:** Responde con honestidad:
 - ¿Te gustan los abrazos?
 - ¿De quién te gusta recibir abrazos?
 - ¿Cuándo no te gustan los abrazos?
- **Estudiante 1:** Escucha con atención y respeta las respuestas de tu compañero.

Pregúntales a los estudiantes cómo saben cuáles son los límites personales de alguien.

Algunas respuestas posibles podrían ser: “Tienen que decírtelo” o “Deberías preguntarles primero”. Diles que van a practicar esto ahora mismo.

Pídeles a cada estudiante que se gire con un compañero y que decidan quién será el número 1 y quién el número 2.

Haz clic para ver las instrucciones de la actividad en las diapositivas.

Una vez que cada pareja haya elegido a una persona, diles a esos estudiantes que en un momento le preguntarán a su compañero qué opina sobre los abrazos. El estudiante n.º 2 debe responder con sinceridad: ¿le gusta abrazar? ¿De quién le gusta recibir abrazos? ¿Cuándo NO le gustan los abrazos? Di “¡Adelante!” para que los estudiantes comiencen sus conversaciones.

Después de unos 2 o 3 minutos, o cuando la mayoría de las conversaciones parezcan haber terminado de forma natural, llama la atención hacia el frente del salón.

Sesión de reflexión sobre los límites personales

- ¿Cómo se sintió tu segunda persona con respecto al abrazo?
- ¿Qué te dijo para expresar sus sentimientos?
- ¿Hubo algo que no quedó claro?
- ¿Qué crees que debería hacer alguien si ha establecido claramente un límite personal y la otra persona no lo respeta?

Procesen las conversaciones en díadas formulando las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintió tu segunda persona con respecto al abrazo?
- ¿Qué te dijo para expresar sus sentimientos?
- ¿Hubo algo que no quedó claro?
- ¿Qué crees que debería hacer alguien si ha establecido claramente un límite personal y la otra persona no lo respeta?

Continúe la discusión preguntando lo siguiente:

- ¿Alguna vez alguien le ha hecho algo a otro estudiante que no le haya gustado? ¿Podrías dar algunos ejemplos?
- Si es así, ¿qué hiciste cuando te diste cuenta de que habías actuado de forma irrespetuosa con los límites de esa persona?

(*NOTA PARA EL DOCENTE: Si los estudiantes no logran proponer sus propios ejemplos, puede ofrecerles alguno de su propia vida. O bien, puede ofrecer un ejemplo relacionado con los abrazos —dado que acaban de tratar ese tema— y relatar alguna ocasión en la que haya abrazado a alguien a quien no le gustaba que lo abrazaran. Otro ejemplo posible es el de las cosquillas. Sea cual sea el ejemplo que utilice, asegúrese de centrarse en una ocasión en la que haya transgredido, por error, los límites de otra persona).

Resumen sobre los límites personales


- Ten claros tus límites.
- Pregunta por los límites de los demás y respétalos.
- Si alguien no respeta tus límites, díselo a un adulto de confianza.

¡Tienes derecho a decir quién puede y quién no puede tocarte, y de qué maneras!



Tras escuchar lo que hicieron los estudiantes una vez que descubrieron que habían vulnerado los límites de alguien —o tras compartir lo que hiciste tú—, **resume** con los siguientes puntos:

- Es sumamente importante tener claros tus límites.
- Es sumamente importante preguntarle a la otra persona cuáles son sus límites personales, en caso de que aún no te los haya comunicado.
- Si alguien no respeta tus límites personales —incluso después de que le hayas dicho cuáles son—, debes buscar a un adulto a quien conozcas bien y en quien confíes para contarle lo sucedido, de modo que pueda poner fin a ese comportamiento.
- ¡Tienes derecho a decidir quién puede tocarte y quién no, y de qué manera!



Folleto de conexiones con el hogar

¿Quiénes son dos adultos en los que confías para hablar sobre límites personales y consentimiento?

HSR Grade 9 Lesson 3

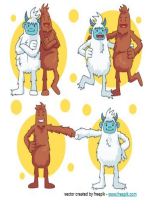
Boundaries and Consent
Home Connections Handout

Two adults I trust to talk to about my boundaries are:

1. _____
2. _____

Are there people in your life you don't feel comfortable hugging, kissing, or touching?

What could you do instead?



ART BY TERRY O'NEILL

Fill in the blanks using these words:
BODILY AUTONOMY CONSENT BOUNDARIES

Before I touch someone, even if I've touched them before, I need to ask for their _____.

If someone wants to hug me and I don't want them to hug me, I need to be clear about my personal _____.

I have the right to say who can or can't touch me. I have _____.

Dirigir a los estudiantes a la [Folleto de conexiones con el hogar](#) y pídeles que identifiquen a dos adultos de confianza con quienes puedan hablar sobre límites personales y consentimiento.

A continuación...

...Seguridad personal



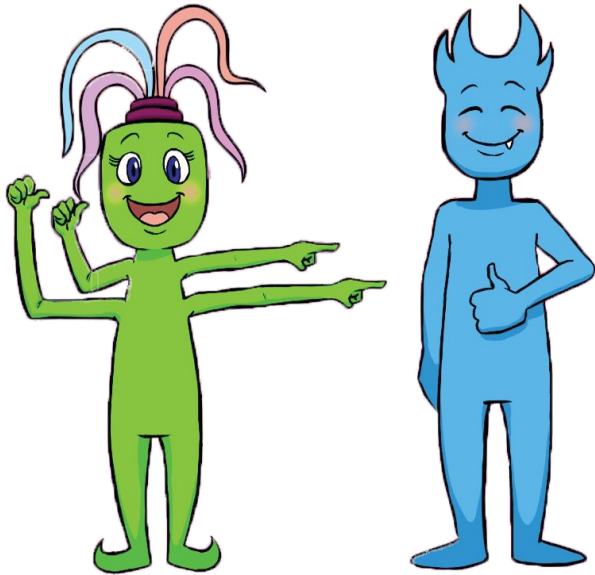
Concluye diciendo algo como:

“Durante nuestra próxima clase, aprenderemos a reconocer cuándo algo no nos parece correcto y qué hacer para mantenernos a salvo.”

Atribuciones

- Plantilla de diapositiva: [Feelings Check-In Education Presentation in Cream Blue Black Hand Drawn Style](#) by [Canva Creative Studio](#) via [Canva.com](#)
- [Video sobre el consentimiento para niños](#) by Blue Seat Studios, 2016
- Mi cuerpo, su cuerpo: Escrito por Isy Abraham-Raveson e ilustrado por Rebecca Klein y Rachel Frome.

Mi Cuerpo, Su Cuerpo.

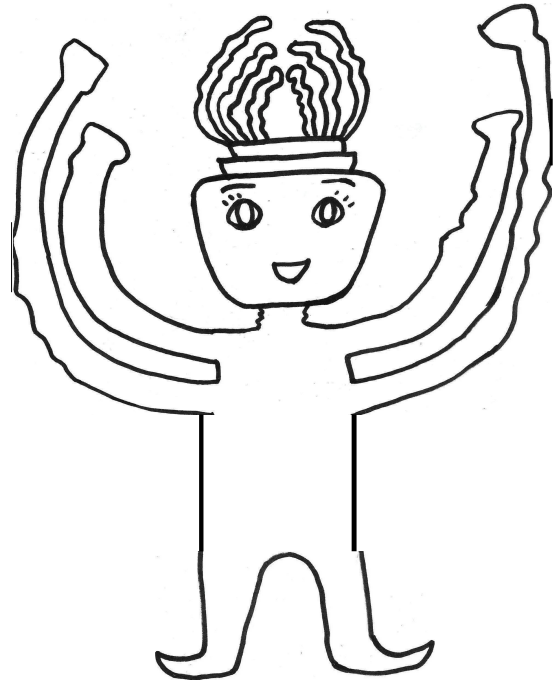


Escrito por: Isy Abraham-Raveson

Ilustrado por: Rebecca Klein Y Rachel Frome



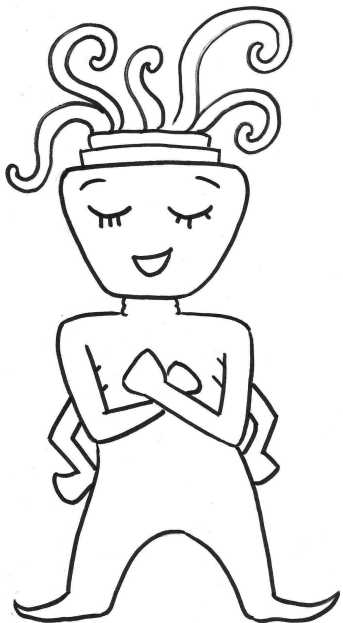
¡Tu cuerpo es TU CUERPO!



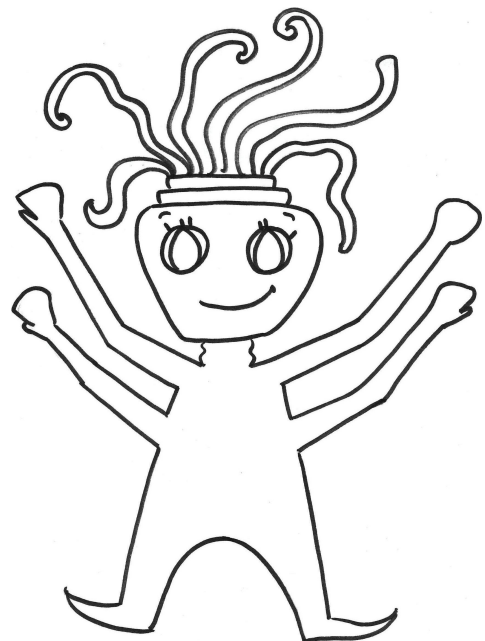
Es tan importante que creo que deberíamos
decirlo de nuevo: es TU CUERPO.

1

Eso significa que solo tú puedes
decidir qué hacer con tu cuerpo, quién
puede tocarlo y cómo tocarlo.



2



¡Si quieres un abrazo, puedes pedir
uno!

3

Si alguien toca tu cuerpo de una manera que no te gusta, puedes decir "¡NO!"



4

¡Y puedes tocar tu propio cuerpo de la forma que quieras! (Pero a veces tocar nuestro propio cuerpo es privado, así que lo hacemos solos).



5

Entonces, si alguien dice: "¡Ve a abrazar a la abuela!", puedes decir:



6

O, puedes decir:





Límites y Consentimiento

Folleto de Conexiones en el hogar

Dos adultos en los que confío para hablar sobre mis límites son:

- 1.
- 2.

¿Hay personas en tu vida con las que no te sientes cómodo abrazando, besando o tocando?



¿Qué podrías hacer en su lugar?



vector created by freepik - www.freepik.com

Completa los espacios en blanco con estas palabras:

AUTONOMÍA CORPORAL

CONSENTIMIENTO

LÍMITES

Antes de tocar a alguien, incluso si lo he tocado antes, necesito preguntar por su _____.

Si alguien me quiere abrazar y yo no quiero que me abrace, necesito tener claras mis _____.

Tengo derecho a decir quién puede o no puede tocarme.
Tengo _____.

Sexualidad humana y responsabilidad



Lección 4: Seguridad personal

Introduzca la lección 4 diciendo algo como: *“Hoy vamos a aprender sobre seguridad personal: cómo reconocer cuando algo no parece estar bien y qué hacer para mantenernos a salvo.”*

Lo más importante es que todos merecen sentirse seguros, cuidados y respetados. Esta lección trata sobre aprender formas de protegerse y saber quién puede ayudar si alguna vez lo necesitan.”


”



Acuerdos del grupo

Repase las normas básicas del aula diciendo algo como: *“Antes de comenzar la lección de hoy, ¿alguien podría recordarle a la clase nuestros acuerdos para sentirnos cómodos al aprender o hablar sobre temas nuevos o personales?”*

Dedique tiempo suficiente para revisar brevemente todos los acuerdos del grupo.



Puedo...

- **Explicar** qué significa el abuso y la negligencia de una manera que me ayude a entender la seguridad.
- **Identifica** situaciones de alerta y formas de mantenerme a salvo.
- **Identifica** a adultos de confianza a los que pueda acudir si tengo preguntas o si necesito ayuda para mantenerme a salvo.

Revise los objetivos de la lección con los estudiantes.

Puedo...

- Explicar qué significa el abuso y la negligencia de una manera que me ayude a entender la seguridad.
- Identifica situaciones de alerta y formas de mantenerme a salvo.
- Identifica a adultos de confianza a los que pueda acudir si tengo preguntas o si necesito ayuda para mantenerme a salvo.



Seguridad personal y prevención del abuso

Pregunta: “¿Quién sabe qué significa prevención?”

Recoge algunas respuestas y luego explica que prevenir algo significa impedir que suceda antes de que siquiera comience; es decir, no dejar que ocurra.

“Esta lección trata sobre asegurarse de que ustedes estén a salvo y de que los niños no sufran daños. Así que, comencemos hablando sobre cómo es que a veces los niños se lastiman. ¿Cuáles son algunas formas en que los niños podrían lastimarse?”

Las respuestas podrían incluir rasparse una rodilla, caerse de una bicicleta, sufrir un accidente automovilístico, etc.

Vocabulario

Abuso

Cuando un adulto o un niño mayor lastima a un niño, ya sea física o verbalmente, o si alguien toca las partes reproductivas del cuerpo de un niño.

Descuido

Cuando los padres o tutores no cuidan de sus hijos o no les proporcionan lo que necesitan para estar seguros y sanos.

Explica que también hay muchos niños que resultan lastimados a causa del abuso infantil.

HAZ CLIC para revelar la palabra “Abuso” en la diapositiva y pregunta: “¿Quién sabe qué significa abuso?”.

Toma algunas respuestas y luego **HAZ CLIC** para revelar la definición y di: “*El abuso ocurre cuando un adulto o un niño mayor lastima a un niño, ya sea física o verbalmente, o cuando alguien toca sus partes íntimas.*”

HAZ CLIC para revelar la palabra “negligencia” y su definición, y explica que esta también constituye un tipo de abuso —denominado negligencia— que ocurre cuando los padres o tutores no cuidan a sus hijos o no les proporcionan lo necesario para mantenerse seguros y sanos.

Señala que el abuso puede ser cometido por desconocidos, y también por personas que conocemos, amamos y en las que confiamos.

Diga: “*Sé que parte de la información que estamos tratando puede no ser fácil de abordar, pero todos ustedes lo están haciendo muy bien al escuchar y tomarse con seriedad este tema tan importante. Hay muchas personas realizando grandes cosas para ayudar a detener el abuso y asistir a los niños que han sido lastimados. Hay muchas personas esforzándose para asegurar que el abuso nunca ocurra.*”



Imprima suficientes copias del [Folleto del molinillo](#) para que cada estudiante tenga uno. Antes de comenzar la actividad, saquen una hoja de papel y háganla una bola.

Explica la actividad diciendo algo como: *“Primero, quiero que se tomen un minuto para pensar en algunas reglas generales de seguridad que les hayan enseñado sus padres u otros adultos. Cuando diga “¡ya!”, voy a lanzar esta bola de papel a alguien al azar. Si atrapan el papel, quiero que compartan una regla con el grupo. Una vez que hayan compartido una regla, lancen la bola de papel a un compañero para que él o ella pueda compartir otra regla de seguridad.”*

Los ejemplos podrían incluir:

- Mira a ambos lados antes de cruzar la calle.
- Usa casco cuando andes en bicicleta.
- Nunca le abras la puerta a un desconocido.
- Sigue las reglas del aula y del patio de recreo.
- No toques a los demás.

Distribuya la hoja informativa del molinillo.

HAZ CLIC para mostrar la imagen del folleto y las instrucciones, y explica: *“A continuación, te enseñaré 5 reglas de seguridad que pueden ayudarte a identificar el abuso y a saber qué hacer si alguna vez te ocurre a ti o a alguien que conoces. Después de hablar sobre cada regla, escribe la regla de seguridad en el espacio indicado en el molinillo.”*

Regla de seguridad n.º 1:
Saber qué está pasando.



Explica la Regla de Seguridad n.º 1.:

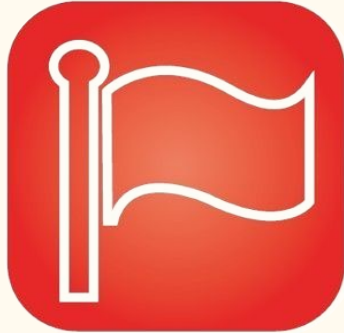
*La Regla de Seguridad n.º 1 es: “**Saber qué pasando**”.*

Esta regla te ayuda a comprender información importante sobre seguridad, como cuándo llamar al 911 y cuáles son los procedimientos de seguridad en la escuela y en el hogar.

Cuando se habla de abuso, esta regla nos ayuda a saber que el abuso está mal y que contarlo es buscar ayuda, no ser un soplón.

Dé a los estudiantes tiempo para escribir la norma de seguridad en el espacio provisto en el molinillo..

Regla de seguridad n.º 2: **Detectar señales de alerta**



Explique la Regla de Seguridad n.º 2:

La regla de seguridad n.º 2 es **detectar las señales de alerta**.

¿Alguna vez has visto un semáforo con luces rojas, amarillas y verdes?
¿Sabes que la luz roja significa detenerse?

Cuando hablamos de la Regla de Seguridad n.º 2, detectar las señales de alerta (las banderas rojas) son como las luces rojas: significan detenerse o peligro. Una bandera roja es cuando ves algo inseguro, o cuando ves que alguien está haciendo daño —ya sea con palabras o con acciones.

Algunos ejemplos de banderas rojas —o señales de advertencia— son cuando un adulto u otro niño:

- usa palabras crueles u ofensivas
- realiza tocamientos dañinos
- toca tus partes íntimas o te pide que toques las suyas
- hace juegos relacionados con las partes íntimas
- te tiende trampas para intentar que hagas algo peligroso o algo que no quieres hacer
- te dice que has hecho algo malo o te amenaza con meterte en problemas si le cuentas a alguien sobre algo que quiere que hagas
- alguien que no conoces te pide tu información personal

Cuando veas este tipo de comportamientos que son señales de alerta, sabrás que puedes utilizar las otras Reglas de Seguridad para ayudarte.

provisto en el molinillo.

Regla de seguridad n.º 3:

Actúa



Explique la Regla de Seguridad n.º 3:

*La regla de seguridad n.º 3 es: **Actúa**..*

Esta regla te indica que, si detectas señales de alerta y observas que alguien está actuando de manera abusiva o hiriente, puedes pasar a la acción.

Existen diversas formas de pasar a la acción para garantizar tu seguridad o la de otra persona; por ejemplo, puedes alejarte de una situación peligrosa o negativa, o bien mantenerte al margen de personas o situaciones que sabes que no son seguras.

Dé tiempo a los estudiantes para escribir la norma de seguridad en el espacio provisto en el molinillo.

Regla de seguridad n.º 4:

Cuéntalo



Explica la Regla de Seguridad n.º 4:

*La regla de seguridad n.º 4 es: **Cuéntalo***

Esta regla te dice que debes hablar con un adulto de confianza para pedir ayuda.

Un adulto seguro es un adulto de confianza que conoces bien y que te escuchará y te ayudará si acudes a él para hablar sobre una situación insegura.

Dé tiempo a los estudiantes para escribir la norma de seguridad en el espacio provisto en el molinillo.

Regla de seguridad n.º 1:
Sin culpas, sin vergüenza




Explique la Regla de Seguridad n.º 5:

La regla de seguridad n.º 5 es: **sin culpas, sin vergüenza.**

Si alguna vez sufres daño o abuso, nunca eres tú quien tiene la culpa, y nunca debes avergonzarte de contárselo a un adulto de confianza.

Sin importar lo que alguien haga para lastimarte o lo que te diga —incluso si te dicen que tú tienes la culpa o que te meterás en problemas si hablas—, nunca eres tú quien tiene la culpa y nunca es demasiado tarde para contarlo.

Dé tiempo a los estudiantes para escribir la norma de seguridad en el espacio provisto en el molinillo.

 **Reglas de seguridad**

 Responde la pregunta que se encuentra en la parte inferior de tu hoja del molinillo.



Señale la pregunta que se encuentra en la parte inferior de la hoja del molinillo —*¿Cómo puedes utilizar las 5 reglas de seguridad para mantenerte a salvo?*— e indique a los estudiantes que se tomen unos minutos para responder.

Conceda a los estudiantes unos minutos para completar esta parte de la actividad y, si el tiempo lo permite, pida a algunos alumnos que compartan lo que han escrito. Estos trabajos pueden exhibirse en el aula y/o anime a los estudiantes a llevarlos a casa para compartirlos con sus padres o tutores.

Identifica las señales de alerta

“¿Qué pasaría si...?”

- Trabajen en pareja.
- Lean juntos la situación que aparece en su tarjeta.
- Hablen sobre qué harían si esto sucediera.
- Prepárense para compartir sus ideas cuando hablemos en clase.

Recuerda: un adulto de confianza puede ser un padre, un tutor o cualquier otro adulto de confianza que conozcas.

Imprime y recorta las 8 [Tarjetas de "¿Qué pasaría si..."](#).

Explica esta actividad diciendo algo como:

“Por último, quiero asegurarme de que sepan qué hacer si detectan señales de alerta o situaciones inseguras. Les entregaré unas tarjetas; trabajarán en parejas para leer la situación descrita en la tarjeta y comentar juntos qué harían. Recuerden que un adulto de confianza puede ser un padre, un tutor o cualquier otro adulto en quien confíen. Cuando hayan terminado, analizaremos las situaciones en grupo y escucharemos qué decidieron algunos de ustedes.”

Permita que los estudiantes se emparejen o asigne las parejas al azar..

Reparta una tarjeta de “¿Qué pasaría si...” a cada pareja de estudiantes. Algunas de las situaciones pueden asignarse a más de una pareja. Conceda a las parejas aproximadamente 5 minutos para discutir y decidir qué harían.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿estás en el baño y alguien intenta tocarte?

Posible respuesta

Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.



Pida orden a la clase y revise cada escenario.

Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás en el baño y alguien intenta tocarte?

Posible respuesta:

- Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿estás en línea y alguien que no conoces te pide detalles sobre ti o tu familia en un chat?

Posible respuesta

No proporcionas ninguna información, cierra la sesión y avisa a un adulto de confianza.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás en línea y alguien que no conoces te pide detalles sobre ti o tu familia en un chat?

Posible respuesta:

- No proporcionas ninguna información, cierra la sesión y avisa a un adulto de confianza.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿estás con una niñera y ella invita a un amigo que no conoces?

Posible respuesta

Dile a la niñera que no está permitido; llama o envía un mensaje a tu padre, madre o tutor.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás con una niñera y ella invita a venir a un amigo que no conoces?

Posible respuesta:

- Dile a la niñera que no está permitido; llama o envía un mensaje a tu padre, madre o tutor.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿estás en casa de una amiga y su hermano mayor quiere que bajes al sótano con él?

Posible respuesta

Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, HAZ CLIC para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás en casa de una amiga y su hermano mayor quiere que bajes al sótano con él?

Posible respuesta:

- Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿vas caminando a la escuela con un amigo, un coche se detiene a tu lado y el conductor te pide indicaciones para llegar a la escuela?

Posible respuesta

Aléjate y avisa a un adulto de confianza (los adultos no deben pedir ayuda a los niños).



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasaría si fueras caminando a la escuela con un amigo, un coche se detuviera a tu lado y el conductor te pidiera indicaciones para llegar a la escuela?

Posible respuesta:

- Aléjate y avisa a un adulto de confianza (los adultos no deben pedir ayuda a los niños).

Identifica las señales de alerta

Y si...

¿Qué pasaría si alguien llamara a la puerta mientras tu padre/madre o tutor legal se está duchando? ¿Abrirías?

Posible respuesta

No, ignóralo y díselo a tu padre o tutor.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasaría si alguien llamara a la puerta mientras tu padre, madre o tutor está en la ducha? ¿Abrirías?

Posible respuesta:

- No, ignóralo y díselo a tu padre o tutor.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...¿estás jugando afuera con un grupo de amigos y un vecino te invita a entrar en su casa?

Posible respuesta

Ve a casa y pide permiso primero.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás jugando afuera con un grupo de amigos y un vecino te invita a entrar en su casa?

Posible respuesta:

- Ve a casa y pide permiso primero.

Identifica las señales de alerta

Y si...

...estás en el vestuario y tu entrenador o profesor te pide que te desnudes delante de él?

Posible respuesta

Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.



Lean la situación del tipo “¿Qué pasaría si...” que aparece en la diapositiva. Pidan a los grupos de estudiantes que tuvieron este escenario que compartan lo que discutieron.

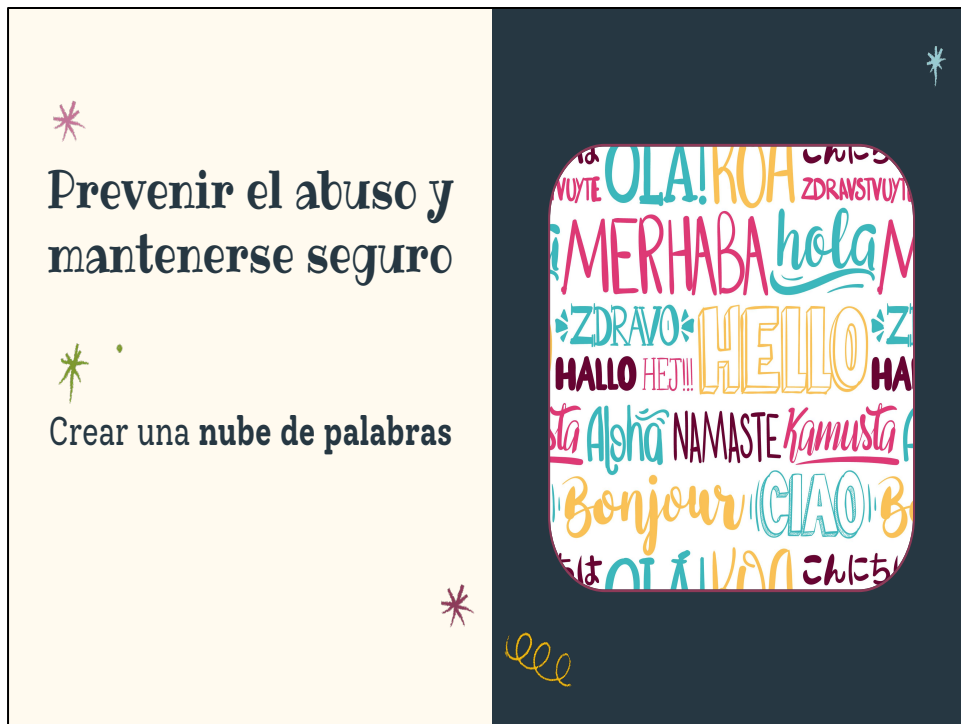
Selecciona 1 o 2 respuestas y, a continuación, **HAZ CLIC** para revelar una posible respuesta que refleje las 5 Reglas de Seguridad.

Escenario:

- ¿Qué pasa si estás en el vestuario y tu entrenador o profesor te pide que te desnudes delante de ellos?

Posible respuesta:

- Di que no, aléjate y cuéntaselo a un adulto de confianza.



Explica la actividad final diciendo algo como:

“Para terminar por hoy, elaboremos una lista de palabras que se les vengán a la mente cuando piensen en prevenir el abuso infantil y en mantenerse a salvo.”


Anime a los estudiantes a comenzar con las 5 reglas de seguridad. Escriba una lista de las palabras a medida que los estudiantes compartan sus ideas.

Una vez que tengan una lista de al menos 10 palabras, **hagan CLIC** para mostrar la imagen de ejemplo de la nube de palabras y expliquen a los estudiantes que crearán una nube de palabras utilizando la lista de términos sobre la prevención del abuso y la seguridad personal.

Di: “Ahora, usemos algunas de estas palabras —o tus propias palabras— para crear una nube de palabras”.

Los estudiantes pueden trabajar de forma individual o en grupos pequeños para crear sus propias nubes de palabras y mostrarlas posteriormente.

Recuerde a los estudiantes que utilicen diferentes tamaños, colores o tipos de escritura para cada palabra, para que se vea más interesante.



Folleto de conexiones con el hogar

¿Quiénes son dos adultos en los que confías para hablar sobre seguridad personal?

HSR Grade 3 Lesson 4


Personal Safety
Home Connections Handout

Two adults I trust to talk to about staying safe are:

1. _____
2. _____

Match the Safety Rules. Draw a line from the Rule to the explanation.

<ol style="list-style-type: none"> 1. Know What's Up 2. Spot Red Flags 3. Make A Move 4. Talk It Up 5. No Blame / No Shame 	<ol style="list-style-type: none"> A. When you talk to a Safe Adult to get help. B. When you get away from an unsafe or bad situation, or you stay away from people or situations that you know are not safe. C. You are never to blame and you should never be ashamed to tell a Safe Adult. D. When you understand important safety information, that abuse is wrong and that telling is good. E. When you see something unsafe or you see someone being hurtful with either words or actions.
---	---



"Teaches are always up to you!"
"Teaches should always make you feel safe."
"Teaches should never be a secret!"
"If the teaches make you feel scary that's your cue to..."

NO!
Say no!

GO!
Get out of there!

TELL!
"Tell someone you trust!"

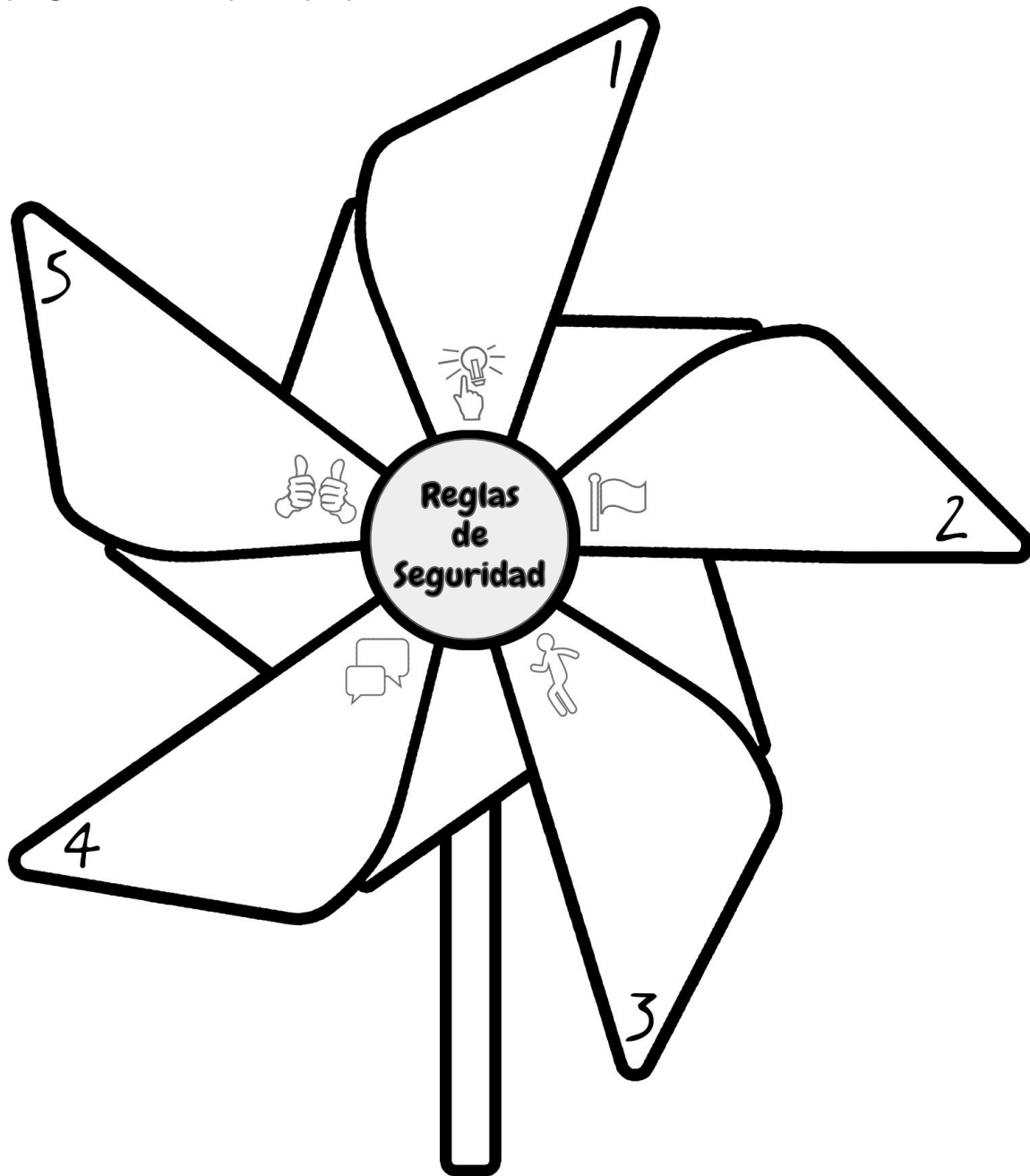
Dirigir a los estudiantes a la [Folleto de conexiones con el hogar](#) y pídales que identifiquen a dos adultos de confianza con quienes puedan hablar sobre seguridad personal.

Atribuciones

- Plantilla de diapositiva: [Feelings Check-In Education Presentation in Cream Blue Black Hand Drawn Style](#) by [Canva Creative Studio](#) via [Canva.com](#)
- Actividades de la lección, incluyendo gráficos de reglas de seguridad, adaptados de la [MBF Child Safety Matters™](#) Programa: Plan de lección para el Mes de la Prevención del Abuso Infantil (Grados 3-5)
- [Imagen de nube de palabras](#) from [Freepik.com](#)

Mis 5 Reglas de Seguridad

Instrucciones: Escriba cada regla de seguridad en el espacio proporcionado en el molinete. Luego responda la pregunta en el espacio proporcionado a continuación.



¿Cómo puedes usar las 5 Reglas de Seguridad para mantenerte seguro?

Tarjetas de “¿Qué pasaría si?”

Instrucciones para el docente: Recorte las tarjetas individuales para que las lean y comenten en parejas. Reproduzca según sea necesario.

*Adaptado del juego “¿Qué pasaría si?” de *Darkness to Light: Stewards of Children*. Utilizado con permiso.*

<p>¿Qué pasa si estás con una niñera y ella invita a un amigo a casa que tú no conoces?</p>	<p>¿Qué pasa si estás en casa de una amiga y su hermano mayor quiere que bajes al sótano con él?</p>
<p>¿Qué pasa si estás jugando afuera con un grupo de amigos y un vecino te invita a entrar en su casa?</p>	<p>¿Qué pasa si estás en el vestuario y tu entrenador o profesor te pide que te desnudes delante de él?</p>

Tarjetas de “¿Qué pasaría si?”

Instrucciones para el docente: Recorte las tarjetas individuales para que las lean y comenten en parejas. Reproduzca según sea necesario.

*Adaptado del juego “¿Qué pasaría si?” de *Darkness to Light: Stewards of Children*. Utilizado con permiso.*

¿Qué harías si estuvieras en el baño y alguien intentara tocarte? ¿Qué harías?

¿Qué pasa si estás en línea y alguien que no conoces te pide detalles sobre ti o tu familia en un chat?

¿Qué pasaría si fueras caminando a la escuela con un amigo, un coche se detuviera a tu lado y el conductor te pidiera indicaciones para llegar a la escuela?

¿Qué pasaría si alguien llamara a la puerta mientras tu padre, madre o tutor está en la ducha? ¿Abrirías?

Seguridad del Personal

Folleto de conexiones en el hogar

Dos adultos en los que confío para hablar sobre mantenerse seguro son:

- 1.

- 2.

Coincidir con las Reglas de seguridad. Dibuja una línea desde la regla hasta la explicación.

- | | |
|------------------------------|--|
| 1. Saber lo que pasa | A. Cuando hablas con un Adulto Seguro para obtener ayuda. |
| 2. Detectar Banderas Rojas | B. Cuando se aleja de una situación insegura o mala, o se aleja de personas o situaciones que sabe que no son seguras. |
| 3. Hacer un Movimiento | C. Usted nunca tiene la culpa y nunca debe avergonzarse de decirle a un Adulto Seguro. |
| 4. Háblalo | D. Cuando comprende información de seguridad importante, ese abuso está mal y decirlo es bueno. |
| 5. Sin Culpa / Sin Vergüenza | E. Cuando ve algo inseguro o ve a alguien hiriéndolo con palabras o acciones. |



¡Tú decides qué tipos de contacto aceptas!
 Para que alguien te toque, siempre tienes que sentirte seguro/a.
 ¡Nunca debe ser un secreto!
 Si te tocan y eso te hace sentir "sucio/a", ese es el momento en que debes...

