Guía No 2: Cuidando nuestro cuerpo y nuestros derechos

Tema: Derecho a la protección contra el abuso sexual

Edad: 6 a 9 años

Grado: Primero a Cuarto de primaria

Objetivo general

Que los niños y las niñas comprendan, de manera segura y apropiada para su edad, la importancia de cuidar y proteger su cuerpo, reconociendo situaciones de riesgo y promoviendo la comunicación con adultos de confianza ante cualquier situación de maltrato o explotación.

Objetivos específicos

- Reconocer que su cuerpo es suyo y que tienen derecho a decir “no” a cualquier situación que les incomode.
- Identificar adultos de confianza a quienes acudir en caso de sentirse en peligro.
- Practicar habilidades para expresar sus sentimientos y comunicar situaciones de riesgo.
- Fomentar la empatía y el respeto hacia los cuerpos y límites de los demás.

Metodología:

La guía “Cuidando nuestro cuerpo y nuestros derechos” se desarrollará a través de actividades prácticas y participativas, donde los niños y niñas aprenderán mediante experiencias directas y la manipulación de materiales. Las actividades se organizarán en un entorno preparado**,** con materiales visuales y manipulativos accesibles, que permitan a los participantes explorar, observar y reflexionar de manera activa, favoreciendo un aprendizaje significativo. Cada propuesta promoverá la participación consciente, el autoconocimiento y el respeto por el propio cuerpo y el de los demás, fundamentándose en los principios de la pedagogía Montessori**,** que priorizan el respeto por el ritmo individual de cada niño y niña.

El rol de la docente será el de guía y observadora, ofreciendo orientaciones claras y breves cuando sea necesario, sin imponer respuestas, y acompañando el proceso de reflexión desde la escucha atenta y el respeto. Se fomentará la expresión libre de ideas y emociones, garantizando que la participación sea voluntaria y respetando los tiempos de cada participante.

Las actividades se desarrollarán inicialmente de forma individual o en pequeños grupos, permitiendo la concentración y la interiorización de los aprendizajes, y posteriormente se abrirán espacios de diálogo guiado, donde los niños y niñas podrán compartir sus reflexiones de manera espontánea si así lo desean.

Al finalizar cada actividad, se propiciará un momento de reflexión tranquila, orientado a reforzar la comprensión de los derechos, la importancia de reconocer y expresar los límites personales, y la identificación de adultos de confianza, sin generar alarma ni temor. De esta manera, se busca fortalecer la autonomía, la seguridad emocional y el autocuidado desde una perspectiva respetuosa y acorde a su desarrollo evolutivo.

Exploración – ¿Qué sé?

Intencionalidad

Brindar a los niños y niñas herramientas adecuadas a su edad para reconocer su cuerpo como valioso, identificar situaciones de riesgo, fortalecer el autocuidado y la expresión de emociones, y promover la búsqueda de ayuda oportuna en adultos de confianza, contribuyendo a la

prevención del abuso sexual y a la garantía de sus derechos a la protección, la dignidad y la integridad.

Para ello se hará entrega de la guía de pretest, en la que encontrarán algunas preguntas a las que deberán responder de la siguiente manera.

Si crees que la frase es correcta, realiza un chulo (✓)
Si crees que no es correcta o no estás seguro, realiza una equis (X)

1. Mi cuerpo es importante y debo cuidarlo.
2. Mi cuerpo me pertenece solo a mí.
3. Está bien si alguien me toca y yo no quiero.
4. Puedo decir “no” cuando algo no me gusta.
5. Si algo me hace sentir incómodo o triste, puedo contarlo.
6. Los secretos que me hacen sentir mal deben guardarse.

Posterior a la realización del pretest se iniciará al desarrollo de la guía.

Fundamentación – Nuevo saber

Intencionalidad

Fortalecer en los niños y las niñas, desde un enfoque de derechos y de protección integral, el reconocimiento de su cuerpo como valioso y digno de cuidado, promoviendo el autocuidado, la identificación de situaciones de riesgo y el desarrollo de habilidades para expresar emociones, establecer límites y buscar ayuda oportuna en adultos de confianza, contribuyendo a la prevención del abuso sexual, el maltrato y la explotación.

Práctica – Lo que aprendí

Intencionalidad

Aplicar de manera segura y consciente los aprendizajes sobre el cuidado del cuerpo y la protección personal, identificando situaciones de riesgo, reconociendo emociones, estableciendo límites personales y reforzando la confianza para comunicar cualquier malestar o amenaza a adultos de confianza, fortaleciendo su autonomía, autoestima y derechos.

Actividad Rompehielo: “Red de confianza”

Materiales: Una madeja de lana

Se dará inicio a la actividad rompehielo “Red de confianza”**,** la cual consiste en el uso de una bola de lana que se irá lanzando entre los participantes. La actividad comenzará con la docente, quien lidera la actividad, diciendo su nombre y responderá a la pregunta orientadora: ¿A quién le contarías un secreto importante y quién es una persona que te cuida? Posteriormente, la docente lanzará la madeja a otro participante, sin soltar el extremo del hilo.

A medida que la bola de lana se vaya pasando de un niño o niña a otro, se irá formando una red de hilo, la cual simbolizará que todos estamos conectados y que podemos apoyarnos y cuidarnos unos a otros.

Actividad 1: Me conozco y establezco un límite

Materiales: Láminas de partes del cuerpo (respetando la privacidad, usar dibujos simples), Colores y tajalápiz

Se dará inicio a la actividad presentando dos imágenes: una de un niño y otra de una niña. Se explicará, con un lenguaje sencillo, que nuestro cuerpo es valioso y nos pertenece, y que tenemos derecho a decidir quién puede tocarlo y quién no.

A partir de estas imágenes, los participantes observarán las imágenes y, seguirán las siguientes indicaciones: Con un círculo**,** deberán marcar las partes del cuerpo que otras personas pueden tocar solo con su consentimiento**,** por ejemplo, al saludar o al recibir ayuda (como las manos o los hombros). Con una equis (X)**,** señalarán las partes del cuerpo que nadie debe tocar**,** excepto en situaciones necesarias y seguras (como una revisión médica acompañados de un adulto de confianza).

Durante la actividad, se harán preguntas orientadoras como:

- ¿Cómo te sientes cuando alguien te abraza sin pedir permiso?
- ¿Qué puedes hacer si alguien toca una parte de tu cuerpo que no te gusta?
- ¿A quién puedes contarle si algo te hace sentir incómodo/a?

A partir de las respuestas, la docente reforzará la información relacionada con la prevención del abuso, la importancia de comunicar cualquier situación que genere incomodidad y la necesidad de acudir a adultos de confianza, como familiares o docentes. De manera general y sin generar alarma, se mencionará que existen líneas de ayuda para proteger a los niños, como la línea 123 y la línea 141, explicando que son para pedir apoyo cuando alguien necesita ayuda.

Actividad 2: "Mis límites y señales de alerta"

Materiales: Tarjetas o imágenes con situaciones cotidianas y seguras, por ejemplo: ("Un abrazo de mamá o papá", "Niños y niñas jugando juntos" y "Un adulto que da la mano para cruzar la calle")

Tarjetas o imágenes con situaciones incómodas, por ejemplo: ("Alguien quiere tocarme y no me gusta", "Alguien me pide guardar un secreto que me hace sentir incómodo/a" y "Alguien no respeta cuando digo que no")

Como continuación de la actividad anterior, se realizará un ejercicio de observación y diálogo. La docente dispondrá diversas imágenes o tarjetas en el espacio del aula para que los niños y niñas pasen, observen con atención.

Posteriormente, la docente irá mostrando nuevamente cada imagen y les pedirá a los participantes levantar una de las tarjetas del semáforo de los sentimientos, para ello se indicará que cada color representa un sentir:

Verde: Me siento bien, seguro y cómodo.

Amarillo: Algo no me gusta o me hace dudar.

Rojo: No me gusta, me siento incómodo o es peligroso.

Después de cada situación, la docente hará preguntas breves, como lo son: ¿Por qué elegiste ese color?, ¿Qué podrías hacer en una situación roja? y/o ¿A quién podrías pedir ayuda?

A medida que los niños compartan sus opiniones, la docente orientará la conversación para identificar cuáles situaciones son seguras y cuáles pueden representar una señal de alerta para su bienestar y su integridad. Se reforzará la idea de que: Está bien sentirse cómodo en situaciones de cuidado y respeto. Si algo les incomoda, tienen derecho a decir "no" y lo importante que es pedir ayuda y contar lo ocurrido a un adulto de confianza.

Actividad cierre: "Mi escudo protector"

Materiales: Hojas blancas o con la silueta de un escudo, colores, crayones o marcadores

Como cierre del taller, se procederá a crear un escudo protector que los identificará como guadianes de su propio cuerpo, para ello cada participante se le entregará una hoja con un escudo dibujado, y dentro de este, los niños y niñas deberán dibujar o representar, alguna persona que sea de su confianza y sea su persona protectora, como también alguna frase o acción que considere que los protegen, ejemplo: “Puedo decir NO”, “Mi cuerpo es mío” o “Pido ayuda cuando algo no me gusta”.

La actividad se realizará de forma tranquila, permitiendo que cada niño trabaje a su ritmo y se recordará de manera general que existen adultos y servicios que protegen a los niños cuando necesitan ayuda, reforzando la idea de buscar apoyo y no guardar secretos que hagan sentir mal**.**

Evaluación

Criterios de evaluación:

- Participación activa y respetuosa.
- Identifica situaciones de riesgo de manera segura y apropiada para su edad.
- Diferencia entre toques seguros e inseguros
- Aplica en actividades prácticas la idea de decir “no” ante situaciones incómodas o riesgosas.

Posterior a ello se hará entrega de la guía de evaluación, en la que encontrarán algunas preguntas a las que deberán responder de la siguiente manera.

Si crees que la frase es correcta, realiza un chulo (✓)
Si crees que no es correcta o no estás seguro, realiza una equis (X)

- Mi cuerpo es valioso y nadie puede tocarlo sin mi permiso.
- Puedo decir “no” y pedir ayuda si algo me incomoda.
- Existen toques que son seguros y otros que no lo son.
- Si alguien me pide guardar un secreto que me hace sentir mal, debo contarlo.
- Puedo hablar con un adulto de confianza si algo me preocupa.
- Cuidar mi cuerpo es un derecho.