

# ¡Sentirse a salvo!

Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad: un plan de estudios para la enseñanza general básica  
Alentamos la responsabilidad al respetar los derechos de las personas a tener una educación sexual abierta.

## NORMAS NSES:

**CHR.2.CC.2:** definir autonomía corporal y límites personales.

**CHR.2.CC.3:** definir consentimiento.

**CHR.2.IC.1:** demostrar cómo comunicar los límites personales y mostrar respeto por los límites personales de otra persona.

**ORIENTADO A:** 2.º grado, clase 4

**TIEMPO:** 40 minutos

## MATERIALES NECESARIOS:

- Libro de actividades (o una hoja de papel en blanco si no usas libros de actividades con ellos)
- Hoja de actividades «A salvo», una por estudiante
- Hoja de actividades: «Todos tienen derecho a sentirse a salvo», una por estudiante
- Hoja de actividades: «Todos tienen derecho a sentirse a salvo: hoja de respuestas», una por docente
- Lápices adicionales para los estudiantes que necesiten

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta clase, los estudiantes podrán:

1. Definir los términos «consentimiento», «autonomía corporal» y «límites personales». [Conocimientos]
2. Explicar los cuatro pasos del modelo “SAFE” (A salvo). [Conocimientos]
3. Aplicar el modelo “SAFE” (A salvo) correctamente en situaciones en una hoja de actividades. [Habilidades]
4. Nombrar al menos a un adulto al que podrían acudir para pedirle ayuda si alguien los tocara de una forma que los haga sentir incómodos. [Conocimientos]

## PROCEDIMIENTO:

### PASO 1:

Explica que vas a hablar de los límites personales y qué hacer si alguien no los respeta.

Diles «Comencemos con la palabra “límites”. ¡Es muy importante! ¿Alguien me puede decir qué cree que significa?». Pide respuestas que presenten algo similar a «un límite». Explica que estos límites pueden ser tanto físicos como personales.

Diles «Un límite físico en la escuela podría ser la sala de profesores. ¿Quiénes pueden ingresar? [Los docentes]. ¿Quiénes no tienen permitido ingresar? [Los estudiantes]. Entonces, ese límite aplica a todos los estudiantes.

Los límites personales pueden variar de una persona a otra. Por ejemplo, a un estudiante le pueden gustar los abrazos, pero a otro pueden no gustarle. Si una persona dice que está bien que la abracen, está dando su consentimiento. «Consentimiento» significa decir que quieres hacer algo.

Lo más importante de recordar es que todas las personas tienen derecho a decir cómo quieren y cómo no quieren que las toquen, y el resto de la gente debe respetar ese límite. Eso se llama «autonomía corporal». Del mismo modo, si alguien no quiere dar su consentimiento para que lo toquen, debes respetar ese límite».

**NOTA PARA EL DOCENTE:** Si usaste «tablas de bienvenida» en las que los estudiantes tenían que escribir cómo querían que los saludaras al entrar al aula (por ejemplo, un choque de puños, un abrazo, un saludo con la mano, etc.), es una buena idea para usar de ejemplo de cómo muestras respeto por sus límites personales.

## ¡Sentirse a salvo!

*Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:  
un plan de estudios para la enseñanza general básica*

Pregúntales «¿Te parece fácil decirle a alguien que te está tocando de una forma que no te gusta?». Algunos responderán que sí, otros que no. Pídeles ejemplos de situaciones en las que les parece simple pedirle a alguien que se detenga (por ejemplo, cuando se trata de un amigo, cuando sienten dolor, etc.) y situaciones en las que les parece difícil (por ejemplo, cuando es molesto, pero no quieren hacer un problema de eso, cuando se trata de un miembro de la familia, etc.)

Diles «Más allá de lo difícil que pueda resultarles defenderse, tienen que hacerlo. Si no, no se sentirán a salvo en la escuela, en casa ni con sus amigos, y todos tenemos derecho a sentirnos a salvo».

*(5 minutos)*

### **PASO 2:**

Escribe la palabra «SAFE» (A salvo) en letras mayúsculas en una línea vertical en la pizarra. Diles «Pensar en la palabra “safe” es una forma de recordar cómo responderle a la gente que nos toca de un modo que no queremos».

Reparte las hojas de actividades en blanco que dicen «SAFE» (A salvo). Explícales que vas a darles instrucciones que pueden seguir para poder defenderse cuando sientan que alguien no los está escuchando o no está respetando sus límites. Una vez que hayas repartido las hojas, pídeles que sigan y completen las palabras a medida que tú lo haces en la pizarra».

En la pizarra, al lado de la «S» de «SAFE», escribe la palabra «Stop» y diles «La “S” de “SAFE” significa “Stop” (Detente). Lo primero que tenemos que hacer es decirle a la persona que no nos gusta lo que está haciendo. Si no, puede que piense que nos gusta. Es importante ser claro. Si digo «Detente», pero lo digo tranquilo y con una sonrisa [hazlo para mostrarles], ¿queda claro que quiero que se detenga? No. Tengo que verme serio y decir directamente «Detente» [hazlo para mostrarles]. Puedes usar cualquier palabra que comunique este mensaje. ¿Qué más podrían decir?». Ejemplos: «No me gusta esto», «Basta», «¡No!», «¡No hagas eso!», etc. Asegúrate de que los estudiantes hayan escrito la palabra «stop» en su hoja de actividades.

Al lado de la «a» escribe el término «get AWAY» (Aléjate), con «AWAY» en mayúsculas, y pídeles que hagan lo mismo. Mientras escribes, diles «La “A” se trata de alejarse de la persona que no respeta nuestros límites. Por ejemplo, si estás sentado con tus amigos y uno de ellos te pellizca, ¿qué es lo que NO deberías hacer?» [pellizcarlo]. «En su lugar, puedes decirte “Detente” y correrte de ese lugar, lo que nos lleva a la siguiente letra...»

Al lado de la «F», escribe «FIND AN ADULT» (Busca a un adulto). Mientras escribes, diles «La “F” significa “FIND AN ADULT” (Busca a un adulto). A veces, otros niños, o incluso otros adultos, no te prestarán atención cuando les digas “Detente”. O se detendrán en ese momento y, luego, volverán a hacerlo. Si le pediste que se detenga y te alejaste, puede ser el momento de buscar a un adulto que te ayude a que no vuelva a suceder».

Pregúntales «¿A qué adultos puedes pedirles ayuda cuando alguien no respete tus límites? Ejemplos: padre, madre, tutor, otros miembros de la familia (como abuelos o tíos), docentes u otros adultos que trabajen en la escuela, amigos de los padres o tutores, etc.

Pregúntales «¿Qué sucede si la persona que no respeta tus límites es un adulto?». Si los estudiantes no lo dicen, diles «Buscan a otro adulto. Tienen derecho a sentirse a salvo en su propio cuerpo. Si un adulto no respeta sus límites, acudan directamente a otro adulto a quien conozcan bien y en quien confíen, y cuéntenselo».

## ¡Sentirse a salvo!

*Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:  
un plan de estudios para la enseñanza general básica*

Por último, escribe la palabra «EXPLAIN» (Explícale) al lado de la «E» y diles «Una vez que encontraron al adulto de confianza, explíquenle claramente lo que sucedió y lo que hicieron o dijeron en respuesta». Asegúrate de que los estudiantes escriban esta palabra en sus hojas.

*(8 minutos)*

### **PASO 3:**

Explícales que ahora van a practicar el uso del modelo SAFE en situaciones de la vida real. Lee la siguiente situación en voz alta:

«A Coen le gusta pinchar a la gente, piensa que es gracioso. Cuando llega a la escuela, busca a niños que están solos, les pincha el ombligo y grita and «¡Te pinché!». A algunos niños les parece gracioso y a otros les molesta, pero tratan de ignorarlo. A Patrick no le gusta. Tiene una cicatriz de una cirugía que le hicieron el año pasado y le molesta (y a veces le duele) que le toquen el ombligo.

Di «Está claro que Patrick no quiere que Coen siga haciendo esto. Usemos el modelo SAFE y pensemos qué puede hacer para que deje de hacerlo».

Repasa el modelo letra a letra. En cada paso, piensen juntos qué debería hacer Patrick. Por ejemplo, «¿Cómo debería pedirle a Coen que deje de hacerlo?» y «Si es lo primero que hace al llegar a la escuela, ¿cómo puede alejarse de Coen?»

Cuando hayan terminado, diles «¡Genial! Ahora van a practicarlo solos.

*(5 minutos)*

### **PASO 4:**

Separa a los estudiantes en parejas y diles «Voy a darles una hoja de actividades para que trabajen en pareja, pero quiero que cada uno la complete por separado. Escriban su nombre en la hoja. Tendrán dos ejemplos para analizar con el modelo SAFE como hicimos recién». Responde sus preguntas mientras repartes las hojas. Mientras trabajan, acércate pareja por pareja para asegurarte de que comprendan lo que tienen que hacer.

*(10 minutos)*

### **PASO 5:**

Luego de unos 8 minutos, para la clase y diles que van a revisar la actividad juntos. Pídeles que alguno se ofrezca para leer el primer ejemplo. Luego de que lo lea, pregúntales cómo lo resolvieron y bríndales una devolución. Por ejemplo, es posible que algunos estudiantes digan «Que lo pinche y se aleje». Es importante explicarles claramente que no tienen que hacer lo que les hicieron y que, si lo hacen, pueden meterse en problemas.

Luego de revisar el primer ejemplo, pídeles que se ofrezca alguien más para leer el Segundo. Luego de que lo lea, vuelve a preguntarles cómo lo resolvieron y bríndales una devolución.

*(10 minutos)*

## ¡Sentirse a salvo!

*Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:  
un plan de estudios para la enseñanza general básica*

### **PASO 6:**

Para terminar la clase, recuérdales que su cuerpo les pertenece y que nadie tiene derecho a tocarlos de formas que los hagan sentir incómodos. Pídeles que tengan presente el modelo SAFE y recuérdales que siempre pueden acudir a un adulto en busca de ayuda. Junta las hojas de actividades y diles que se las devolverás, y dales la tarea para casa.

*(2 minutos)*

### **EVALUACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE APENDIZAJE RECOMENDADA AL FINALIZAR LA CLASE:**

El paso 1 está diseñado para alcanzar el objetivo de aprendizaje 1. El paso 2 está diseñado para alcanzar el objetivo de aprendizaje 2. Los pasos 3 a 6 están diseñados para alcanzar el objetivo de aprendizaje 3. Los pasos 2 a 6, así como la tarea (o última actividad de la clase, ver debajo), están diseñados para alcanzar el objetivo de aprendizaje 4.

### **TAREA:**

Pídeles a los estudiantes que escriban en una hoja (o en su libro de actividades) la cláusula «Si tuviera que pedirle ayuda a un adulto, acudiría a...». Pídeles que completen la oración con un mínimo de dos oraciones que digan a quién acudirían y por qué.

**NOTA PARA EL DOCENTE:** *Si no quieres darles tarea para el hogar, puedes pedirles que completen la oración antes de irse, ya sea de forma oral o escrita.*

Todos tenemos derecho a sentirnos a salvo en casa,  
en la escuela y en la casa de otras personas

Pero, ¿cómo nos sentimos a salvo si alguien no  
respetamos nuestros límites?

S

-----

Get

A

-----

F

-----

E

-----

# TODO EL MUNDO TIENE DERECHO A SENTIRSE A SALVO

## Hoja de respuestas

- - Say Stop!
- - Get AWAY
- - FIND an Adult
- - EXPLAIN what Happened

Nombre: \_\_\_\_\_

En la escuela, Jeremy siempre corre hacia Jenny, la abraza fuerte y le dice «¡Eres mi novia!». Jenny no le dio su consentimiento para que la abraze y no le gusta. De acuerdo con el modelo SAFE, ¿cómo podría reaccionar Jenny?

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_
- c. \_\_\_\_\_
- d. \_\_\_\_\_

Cuando la abuela de Chase va de visita, le dicen a Chase que le dé un beso, pero él no quiere besar ni que lo besen, y el perfume de su abuela le revuelve el estómago. De acuerdo con el modelo SAFE, ¿qué podría hacer Chase?

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_
- c. \_\_\_\_\_

**RECUERDA: ¡TODOS TENEMOS DERECHO A SENTIRNOS A SALVO!**

**SI NECESITAS AYUDA, ACUDE A ALGUNO DE TUS ADULTOS DE CONFIANZA. ELLOS TAMBIÉN QUIEREN QUE TE SIENTAS A SALVO.**



# TODO EL MUNDO TIENE DERECHO A SENTIRSE A SALVO

## Hoja de respuestas

Nombre: \_\_\_\_\_

- - Say Stop!
- - Get AWAY
- - FIND an Adult
- - EXPLAIN what Happened

En la escuela, Jeremy siempre corre hacia Jenny, la abraza fuerte y le dice «¡Eres mi novia!». Jenny no le dio su consentimiento para que la abrace y no le gusta. De acuerdo con el modelo SAFE, ¿cómo podría reaccionar Jenny?

**S** — “Detente, Jeremy, ¡no me gusta que hagas eso!”

**A** — Alejarse de Jeremy.

**F** — Ir a buscar a la maestra.

**E** — Decirle a la maestra lo que pasó y cómo reaccionó.

Cuando la abuela de Chase va de visita, le dicen a Chase que le dé un beso, pero él no quiere besar ni que lo besen, y el perfume de su abuela le revuelve el estómago. De acuerdo con el modelo SAFE, ¿qué podría hacer Chase?

**S** — Decir «No quiero que me besen, abuela».

**A** — Alejarse de su abuela, ir a otra habitación.

**F** — Buscar a uno de sus padres y decirle que tiene que hablar con ellos.

**E** — Explicarle que no le gusta que lo besen y que el perfume de su abuela le hace mal. Decirle que ama a su abuela, pero que no quiere besarla ni que lo bese.

**RECUERDA: ¡TODOS TENEMOS DERECHO A SENTIRNOS A SALVO!**

**SI NECESITAS AYUDA, ACUDE A ALGUNO DE TUS ADULTOS DE CONFIANZA. ELLOS TAMBIÉN QUIEREN QUE TE SIENTAS A SALVO.**

