

Lizzie Caviglione
Lic. en Psicología

PRIMARIOS

ROMPIENDO EL SILENCIO



UNIÓN ARGENTINA
MINISTERIO DE LA MUJER



1º sábado:

El Tesoro más valioso

✓ **Maestra/o:** Busca una cajita (con tapa) y decórala para que parezca un cofre de tesoro. En la parte de adentro coloca un espejito para que cuando se abra, se refleje el rostro del niño/a. Comenta que tienes en tus manos un tesoro único y muy especial. Permite que los niños abran la caja, uno a uno, pero sin decir a nadie lo que hay dentro. Una vez que todos hayan visto que ellos son el tesoro, pregúntales qué creen que los hace tan especiales e importantes.



✓ Cada uno de nosotros es valioso y especial para Dios. ¡Él nos creó con características que nos hacen únicos e irrepetibles!

¿Qué cosas me gustan de mí?

¿Qué me hace especial?

Escribe dos cosas en las que eres bueno:

Soy el tesoro de más valor para Jesús, por eso debo cuidarme.



2º sábado:

Conozco mi cuerpo

(Maestra/o, es necesario que cuentes con dos afiches y dos fibras o lapiceras. En uno de los afiches dibuja el contorno del cuerpo de una nena, puedes acostarla arriba del afiche y marcar a su alrededor; y en el otro, el contorno del cuerpo de un varón).

- ✓ Entre todos, dibujamos las partes del cuerpo que faltan, mencionando sus nombres (es importante mencionar las partes íntimas con los nombres propios: pezones, vagina, ano, pene, cola).



Maestra/o: Al mencionar las partes íntimas, explica que estas partes son privadas y nadie las puede ver ni tocar. Si alguien quiere sacarme la ropa o tocarme, aunque sea jugando, en estos lugares (*mostrar en la figura del afiche*) tengo que decir que no quiero, y contarlo rápidamente a un adulto de confianza. No importa si la persona que me quiere tocar o mirar es conocida o amiga de mi familia, estas partes son mías y de nadie más.

- ✓ Jesús nos hizo a todos por igual, nos dio piernas para correr y manos para jugar. Nos dio ojos para ver y boca para cantar. ¡Gracias Jesús por mi cuerpo! Escribe el nombre de cada parte del cuerpo.



3º sábado:

Yo sé cuidar
mi cuerpo

Actividad: Formar dos hileras enfrentadas y a medida que la maestra/o da un aplauso caminan hacia el lado de enfrente, avanzando un paso a la vez hasta quedar cara a cara con el compañero. (Maestra/o, preguntar ¿cómo se sienten? ¿están cómodos? ¿a qué distancia comenzaron a sentirse invadidos? ¿qué podemos hacer cuándo sentimos que invaden nuestro espacio?)

¿Sabían que cada uno de nosotros tiene su espacio personal? Es como una burbuja invisible que nos rodea y sirve como nuestro escudo de protección. Cada uno es dueño de su cuerpo y tiene derecho a cuidarlo. Ahora vamos a hacer una actividad, *(entrega a cada niño una tiza o un trozo de lana)* en la que cada uno va a formar a su alrededor un círculo en el piso y marcar el límite de su espacio personal.



Una vez que los niños estén dentro de su círculo preguntar **¿hasta dónde llega el límite? ¿quién lo pone? ¿este límite se puede agrandar o achicar?** (Explicar que hay situaciones en las que este límite se modifica, pero que nadie puede cruzarlo sin su autorización. **Por ejemplo:** Mamá me da un beso y un abrazo de buenas noches; el colectivo para volver de la escuela está muy lleno y vamos apretados). **Podemos invitar a un compañero a que se acerque a nuestro círculo, si me siento cómodo lo invito a entrar.**



Hay veces que no nos gusta que se metan en nuestro espacio y tenemos el derecho de alejarnos y decir que no. ¿Cómo nos damos cuenta de que están invadiendo nuestro espacio? ¡El cuerpo me lo dice!

✓ Leo las señales de peligro que me da mi cuerpo, y luego pinto las partes del cuerpo en las que aparecen.

- El corazón late rápido
- Dolor de panza
- Ganas de llorar
- Las manos transpiran
- "Nudo" en la garganta
- Respiración acelerada
- Temblor en las piernas



Sugerencia: Remarcar las señales en el afiche con el contorno de los niños, utilizado el sábado anterior y pegarlo en el aula como recordatorio.



4º sábado:

Secretos buenos, secretos malos

Maestra/o: "¿Sabían que existen dos tipos de secretos? Hay secretos buenos y malos".

Los **secretos buenos** nos dan alegría y nos ponen contentos. Muchas veces son para hacerle sorpresas divertidas a otra persona. No tenemos que guardarlos por mucho tiempo y tampoco nos hacen sentir mal o asustados. **Ejemplo:** *La abuela está cosiendo un vestido para regalarle a mamá por su cumpleaños.*



Los **secretos malos** son los secretos que nos hacen sentir culpa, tristeza o dolor. También pueden ser amenazas y nos hacen sentir miedo. A veces, puede pasar que sea alguien conocido quien nos dice que no digamos nada. Igualmente tenemos que contarlos rápidamente a un adulto en el que confiamos para que nos pueda ayudar. Si tenemos miedo o vergüenza, podemos pedirle a Jesús que nos dé fuerzas para ser valientes y pedir ayuda. **Ejemplo:** *Un vecino toca las partes privadas de una niña y le dice que no cuente nada porque solo estaban jugando y es un secreto entre los dos.*

- ✓ Marco el contorno de mi mano y la pinto. En cada dedo pongo el nombre de una persona a la que le puedo contar un secreto cuando me siento mal.



5º sábado:

Rompiendo el silencio

Maestra/o: Lea la siguiente historia: Juancito era un chico de 8 años, que vivía con su mamá y dos hermanitos. Una tarde, volviendo de la escuela pasó frente a la casa de su vecino, el señor Román, que estaba sentado en la vereda. Juancito

iba caminando rápido porque se había olvidado de llevar la merienda a la escuela y tenía mucha hambre. De repente, escucha que su vecino lo llama y le ofrece entrar a la casa para comer chocolates que recién había comprado. Como lo conocía hace tiempo, aceptó entrar. Una vez adentro, el señor le dijo para regalarle los chocolates, antes tenía que sacar unas fotos suyas para tener de recuerdo. En ese momento, Juancito se dio cuenta que las intenciones de su vecino no eran buenas y que quería hacerle daño. Así que abrió la puerta y salió corriendo lo más rápido que pudo hasta llegar a su casa. Cuando se encontró con su mamá le contó todo lo que había pasado y juntos oraron para agradecer a Dios por haberle dado fuerzas a Juancito para ser valiente y pedir ayuda. Su mamá le recordó que es una persona muy especial, y luego de explicarle que nada de lo que había sucedido era su culpa, lo felicitó por haber tenido la valentía de romper el silencio.

Maestra/o: Luego de contar la historia, repasa con los niños los puntos más importantes que deben tener en cuenta si se encuentran en una situación peligrosa (decir que no, alejarse, hablar, no es su culpa).



HABLAR - BUSCAR AYUDA



Divide a los alumnos en 4 grupos, y designa una de las frases claves para que dibujen y decoren a su gusto un cartel para pegar en el aula.

1. DECIR NO



2. ALEJARSE



3. HABLAR



4. NO ES MI CULPA



Recuerda:

"Todo lo puedo en Cristo, que me da fuerzas".

(Filipenses 4:13)

