

## II. REGLAS Y LIMITES

K-3 CONCEPTO de Reglas y Limites (nivel primario – Grados K - 3)

### IV “Conociendo las Reglas y Límites de Relaciones Correctas” (Núcleo)

Dios me hizo (Opciones 1-3)

Dios me hizo (Ropa)

Signos de ALTO y SIGUE

¿Qué harías?

4-12 CONCEPTO de Reglas y Limites (nivel alto – Grados 4 - 12)

### IV “Conociendo las Reglas y Límites de Relaciones Correctas” (Núcleo)

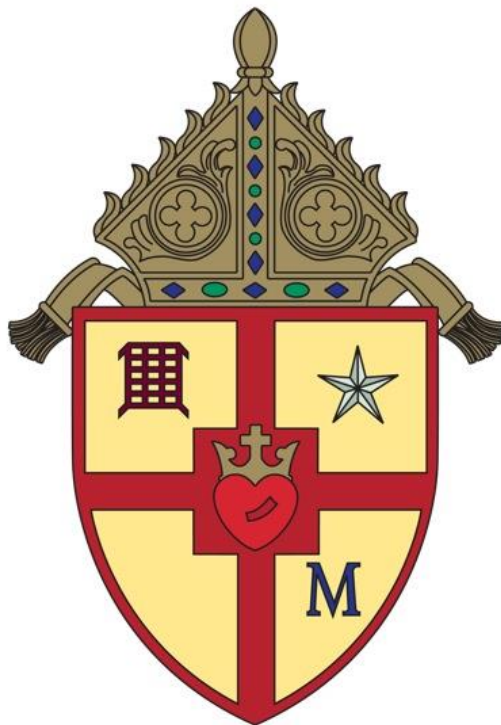
Cómo decir NO

¿Qué harías? (Grado Elemental)

¿Qué harías? (Nivel Alto)

# **Iglesia Católica Romana**

## **Diócesis de Amarillo**



### **Programa de Entrenamiento de Ambiente Seguro**

**Concepto de *Relaciones Correctas*:**

## **II. REGLAS Y LIMITES**

**Nivel Primario**  
**Grados K – 3**



## Iglesia Católica Romana Diócesis de Amarillo

*La Diócesis Católica de Amarillo está comprometida a la protección de niños y jóvenes.*

**COMO REPORTAR ABUSO SEXUAL DE NIÑOS NO RELACIONADOS CON LA IGLESIA:** Si usted es un miembro de familia, una víctima de abuso, o si está al tanto de abuso por favor contacte a:

**Servicios de Protección para Niños**  
1-800-252-5400

**Su Agencia Local del Orden Publico**

**COMO REPORTAR POSIBLE ABUSO SEXUAL DE NIÑOS RELACIONADOS CON LA IGLESIA:** Si usted es un miembro de familia, una víctima de abuso, o si está al tanto de dicho abuso por favor contacte a:

**Servicios de Protección para Niños**  
1-800-252-5400

**Su Agencia Local del Orden Publico**

**Y POR FAVOR CONTACTE A UNA O MÁS DE LAS SIGUIENTES:**

**Coordinador de Asistencia a Victimas**  
Sharyn Delgado  
719 South Austin  
Amarillo, TX 79106  
Teléfono: (806) 671-4830  
Fax: (806) 373-4662  
E-mail: [skdelgado@aol.com](mailto:skdelgado@aol.com)

**Diócesis de Amarillo**  
Rev. John Valdez / Vicario del Clero  
806-358-2461 lunes-viernes  
806-353-1016 Noches y Fines de Semana

**Dirección de Correo:**  
Oficina de Ambiente Seguro  
Diócesis Católica de Amarillo  
PO Box 5644  
Amarillo, TX 79117-5644

## II. REGLAS Y LIMITES

*Relaciones Correctas* provee a los niños y jóvenes con una base para entender que las relaciones humanas están basadas en un amor incondicional de Dios por nosotros y su deseo de que nos amemos unos a otros.

**Todas las relaciones humanas involucran reglas y límites que nos ayudan a respetarnos a nosotros mismos y a otros**

Al conocer los “signos” de las reglas y límites, los niños y jóvenes comienzan a reconocer cuando los límites han sido violados y aprenden que está bien decir “no” si alguien quiere que hagan algo que los haga sentir extraños, incómodos, preocupados o asustados.

**Nunca está bien que alguien abuse físicamente o amenace a un niño o joven o lo presione a tener contacto físico.**

**Cundo esto suceda, tienen que saber que tienen que decirle a un adulto en el que confían sobre esto para que se tome la medida necesaria.**

**PARA INFORMACION ADICIONAL:**  
Por favor vea la Póliza, Procedimientos, Relaciones Correctas, y otros materiales relacionados de Ambiente Seguro de la Diócesis de Amarillo en:  
[www.amarillodiocese.org](http://www.amarillodiocese.org)



## Diócesis de Amarillo

Programa de Entrenamiento

de Ambiente Seguro

Teléfono: (806) 383-2243

[www.amarillodiocese.org](http://www.amarillodiocese.org)

## II. REGLAS Y LIMITES

Grados K – 3

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- Para ayudarle a los niños a realizar que cada persona que Dios creó es especial y única.
- Para enfatizar que por haber sido hechos a imagen de Dios, Dios quiere que nos respetemos a nosotros mismos y nos tratemos unos a otros con respeto.
- Para enfatizar que relaciones correctas son creadas en la confianza y nos ayudan a permanecer seguros.
- Para comprender que algunas veces las relaciones no son “correctas” y pudieran no ser sanas.
- Para agradecer que conociendo las reglas y límites en las relaciones nos pueden ayudar a permanecer seguros.

### PERFIL:

- I. Oración de Apertura
- II. Dios Creó a los seres humanos a su imagen.
- III. Dios nos creó y quiere que permanezcamos seguros.
- IV. **Conociendo las “Reglas y Límites” de “Relaciones Correctas” (Núcleo)**
- V. Oración de Cierre

### MATERIALES NECESARIOS:

- Cartulina Blanca, pizarrón con gis o rota-folio con marcadores
- Plumas/Lapiceros, lápices para los miembros de la clase

### IMPRESOS:

- Dios me hizo (Opciones del 1-3) Grados K-3
- Dios me hizo (Ropa)
- Signos de ALTO y SIGUE Grados K-1
- ¿Qué harías? Grados K-6

### ACTIVIDADES:

- “Dios me hizo (Opciones del 1-3)”: tijeras, crayolas, marcadores, o lápices de color
- “Dios me hizo (Ropa)”: tijeras, crayolas, marcadores, o lápices de color
- “Signos de ALTO y SIGUE”: tijeras, pegamento, crayolas, marcadores, o lápices de color
- “¿Qué harías?”: lápices o plumas



**I. ORACION DE APERTURA:**

En el + Nombre del Padre, del Hijo, y del Espíritu Santo, Amen.

Dios, gracias por crearnos y por demostrarnos tu amor en tantas diferentes maneras. Ayúdanos a ver la grandeza de toda la creación y tu imagen en cada una de las personas que conozcamos. Ayúdanos a demostrar nuestro amor hacia ti y hacia uno al otro tratando a todos con amor y respeto.

En el + Nombre del Padre, del Hijo, y del Espíritu Santo, Amen.

**II. DIOS CREO A LOS SERES HUMANOS A SU IMAGEN (Opcional)**

**Discusión**

- **Diga:** “Después de que Dios creó la tierra y los cielos, el agua y el cielo, el día y la noche, todas las cosas vivientes del mar, de la tierra, y del cielo, Dios creo a los seres humanos. Dios creo a los seres humanos haciéndolos a su imagen. Y vio Dios que todo cuanto había hecho y vio que era muy bueno. De toda la creación, solamente los seres humanos fueron hechos a imagen de Dios. Cada persona es única; nunca ha habido ni habrá otra persona exactamente como tú. Dios te ama y quiere que nunca alguien te haga daño. Nadie tiene el derecho de lastimarte y ni tú tienes el derecho de lastimar a nadie. Debido a que cada persona es echa a imagen de Dios, debemos tratar a todos con respeto”.

**III. DIOS NOS CREO Y QUIERE QUE PERMANEZCAMOS SEGUROS (Opcional)**

**Discusión**

- **Diga:** “Dios nos creó a su imagen. Dios nos ama y nos cuida. Dios quiere que estemos a salvo. Dios no quiere que seamos lastimados y que lastimemos a nadie, pero algunas veces nos lastimamos por accidente”.
- **Pregunte:** ¿Cuáles son algunas maneras en que las personas se pueden lastimar? (si los niños no responden, ayúdeles con cosas como: caerse de una bicicleta, raspase una rodilla, tropezarse, tocar una estufa caliente).
- **Diga:** “Algunas veces nos lastimamos porque hay personas que no nos respetan”.
- **Pregunte:** ¿Cuáles son algunas maneras que las personas se lastiman unos a otros? (si los niños no responden, ayúdeles con cosas como: golpes, patadas, insultos, mordidas, etc.)

“Las personas algunas veces son lastimadas cuando otros los tocan en maneras o lugares donde no deberían (como las partes privadas de su cuerpo – partes que normalmente son cubiertas por un traje de baño). Cuando somos lastimados porque otras personas no nos respetan, debemos saber que hacer”.

#### IV. CONOCIENDO LAS “REGLAS Y LÍMITES” DE “RELACIONES CORRECTAS” (NÚCLEO- REQUERIDO)

##### Discusión:

- **Pregunte:** ¿Cuáles son algunas de las reglas para mostrarnos respeto unos con otros? Habría una variedad de respuestas aceptables tales como ser amable; ayudar; decir la verdad; invitar a niños a que se unan a jugar; compartir; controlar tus manos y pies; no llamar a nadie con nombres inapropiados; no pelear; etc.
- **Diga:** “Tenemos señales que nos ayudan a saber y mantener las reglas. Por ejemplo, tenemos señales de tráfico que nos indican cuándo y dónde parar, señales en las tiendas que nos indican donde están localizados los productos. Algunas señales nos avisan de posibles peligros tales como señales de cruce de ferrocarril; señales de ‘no fumar’, señales de ‘materiales tóxicos’”.
- **Diga:** “También hay ‘señales’ de límites para las relaciones correctas. En nuestras interacciones con otras personas necesitamos tener límites claras”.
- Es importante darse cuenta que ciertos límites NUNCA deben ser violados, por ejemplo, nunca está bien (OK) que alguien nos hiera físicamente o nos trate irrespetuosamente, pero algunas veces nuestros límites físicos, emocionales y de comportamiento dependen de la clase de relación que tenemos con otros.
- Puede estar BIEN (OK) para nuestros padres que nos den un fuerte abrazo y digan “Te amo”, pero no está BIEN (OK) que otros adultos hagan lo mismo.
- Puede estar BIEN (OK) para nosotros de pasar tiempo solo con un pariente cercano o amigo, pero puede ser más usual reunirnos con otras personas tales como nuestros maestros o ministros de jóvenes, como parte de un grupo. Nos sentiríamos incómodos e inseguros si alguien que no conocemos quisiera estar a solas con nosotros.
- Nuestros sentimientos nos pueden indicar de que una relación es ‘correcta’, pero algunas veces nuestros sentimientos no son la mejor señal que debemos seguir. Algunas reglas aplican a las relaciones correctas sin importar cómo nos sentimos”.

##### Actividad – Grados K – 3:

- Reparta los impresos de “Dios me hizo (Opciones del 1-3)” y “Dios me hizo (Ropa)”
- Hable sobre la función importante de cada parte del cuerpo (por ejemplo, ojos para ver, manos para ayudar, pies para caminar y correr, etc.)
- **Diga:** “Algunas partes de nuestro cuerpo son privadas. Es irrespetuoso para otros tocar estas partes de nuestro cuerpo solamente que tengan que hacerlo para mantener nuestro cuerpo saludable (ej. Un doctor si estamos enfermos o lastimados, nuestros padres si necesitamos ayuda para limpiarnos, etc.) Normalmente, las partes que están cubiertas por un traje de baño son consideradas partes ‘privadas’”.
- **Diga:** “Si alguien lastima nuestro cuerpo o no es respetuoso de las partes privadas de nuestro cuerpo, debemos de decirle a nuestros padres u otro adulto de confianza”.
- Haga que los niños recorten las figuras y la ropa y decoren su persona.

### **Actividad – Grados K – 1: “Signos de Alto y Sigue”**

- Coloree el círculo de arriba de “rojo”. Coloree el círculo de abajo de “verde”.
- Recorte cada semáforo y péguelo de espaldas en un palillo de paleta.
- Recuérdele a los estudiantes que rojo significa “alto” y verde significa “sigue”.
- Pídale a los niños que enseñen el signo correcto para cada una de estas situaciones:
  - Alguien te golpea. (rojo)
  - Tu mamá o tu papá te dan un abrazo. (verde)
  - Alguien te dice un nombre que a ti no te gusta. (rojo)
  - Un amigo/amiga te pide ir a jugar contigo (tus papas están en casa, tus papas no están en casa). (rojo – siempre debes pedir permiso)
  - Alguien quiere ver o tocar partes privadas de tu cuerpo y esa persona no tiene una razón válida para hacer eso. (rojo)
  - Alguien intenta besarte. (rojo/verde – depende de quién es)
  - Alguien te jala del brazo tan fuerte que te lastima. (rojo/verde – pudiera ser verde si la persona te estaría jalando fuera de algún peligro)
  - Alguien te patalea. (rojo)
  - Alguien te da un “high five”. (verde, si es apropiado)
  - Alguien te quita tu juguete. (rojo)

### **Actividad – Grados K – 6: “¿Qué harías?”**

- Una manera de permanecer seguros es tener un plan de qué hacer en diferentes situaciones.
- Practicando diferentes respuestas les ayuda a los niños a considerar formas alternativas de tratar con diferentes situaciones.
- Reparta los impresos de “¿Qué harías?”
- Analice las situaciones con los niños. Si son de edad apropiada, pídeles escribir sus respuestas a las situaciones en el espacio proveído. Después pídeles que se lleven las hojas de trabajo a su casa para analizarlas con sus papas u otros adultos de confianza.

## **V. ORACION DE CIERRE**

En el + Nombre del Padre, del Hijo, y del Espíritu Santo, Amen.

Sagrado Corazón de Jesús, yo pongo mi confianza en ti.

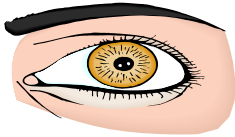
En el + Nombre del Padre, del Hijo, y del Espíritu Santo, Amen.



## **¡Dios me hizo! – Partes del Cuerpo**

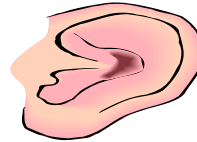
**Mi cuerpo tiene muchas partes utiles y especiales.**

### **Ojos para ver.**



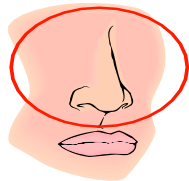
The Human Eye

### **Oidos para escuchar.**



The Ear

### **Una nariz para oler.**



The Nose

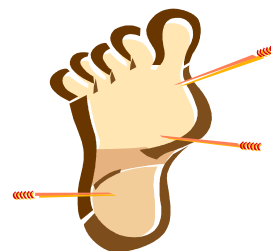
### **Boca para hablar y comer.**



### **Manos para escribir y ayudar.**



### **Piernas y pies para correr y caminar**







# ¡Dios me Hizo!

## Opción 1

**Mi cuerpo tiene muchas partes especiales y útiles.**

**Oídos para escuchar.**

**Ojos para ver.**

**Una nariz  
para oler.**

**Una boca para hablar  
y comer.**

**Manos para  
escribir y  
ayudar.**

ALGUNAS  
PARTES SON  
PRIVADAS

**Piernas y pies para caminar y correr.**



## **¡Dios me Hizo!**

### **Opción 2**

**Mi cuerpo tiene muchas partes especiales y útiles.**

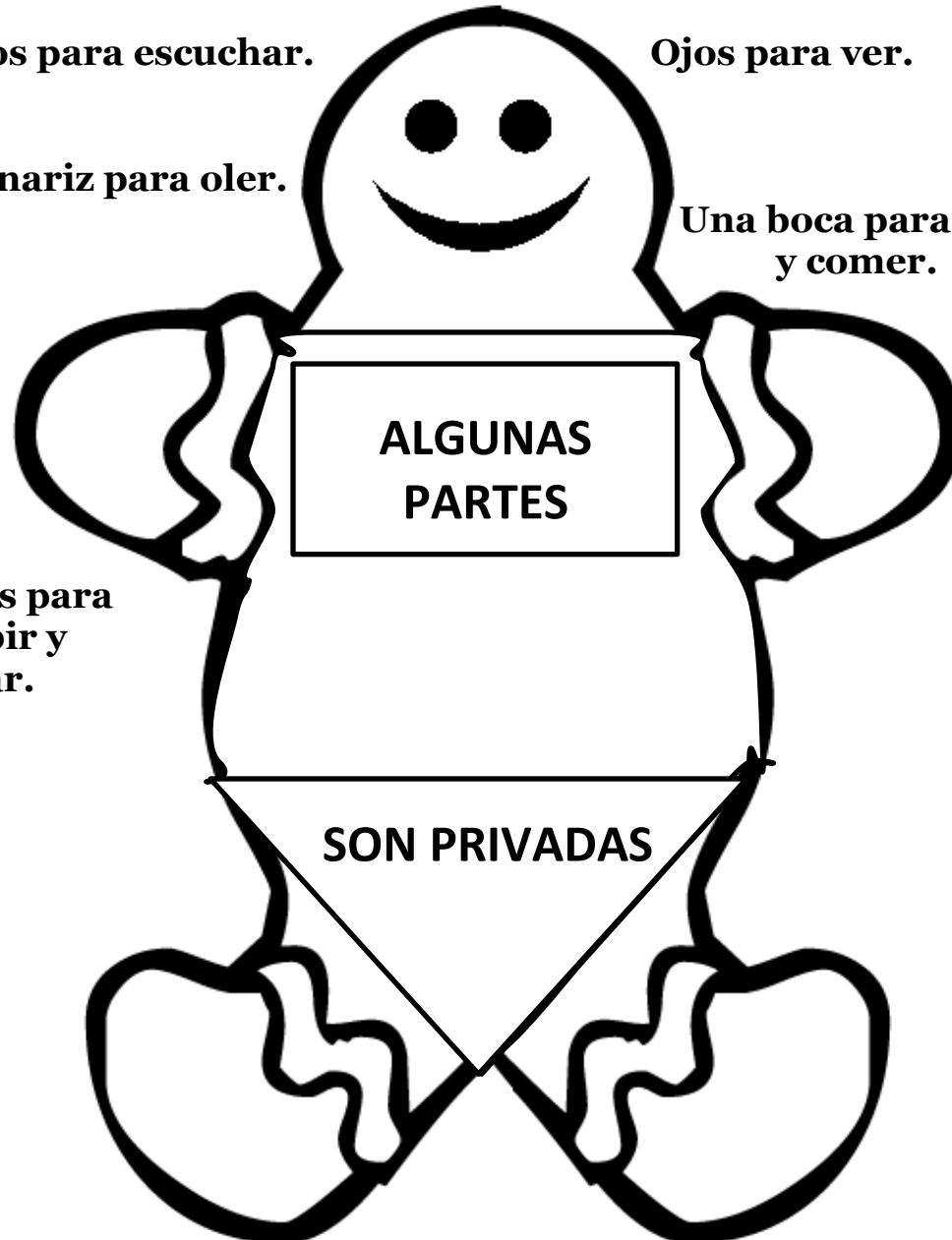
**Oídos para escuchar.**

**Ojos para ver.**

**Una nariz para oler.**

**Una boca para hablar  
y comer.**

**Manos para  
escribir y  
ayudar.**



**Piernas y pies para caminar y correr.**



## ¡Dios me Hizo!

### Opción 3

**Mi cuerpo tiene muchas partes especiales y útiles.**

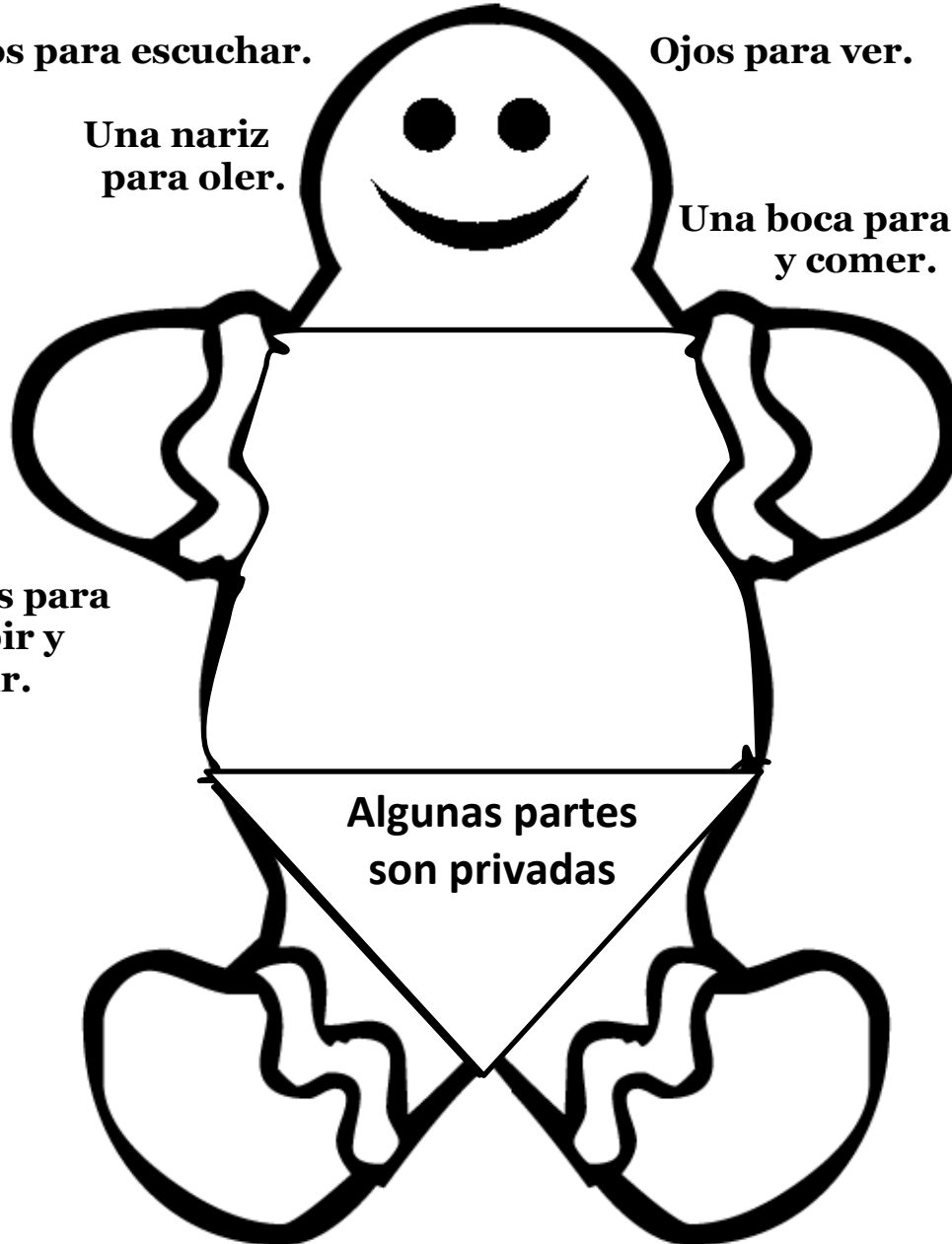
**Oídos para escuchar.**

**Ojos para ver.**

**Una nariz  
para oler.**

**Una boca para hablar  
y comer.**

**Manos para  
escribir y  
ayudar.**



**Algunas partes  
son privadas**

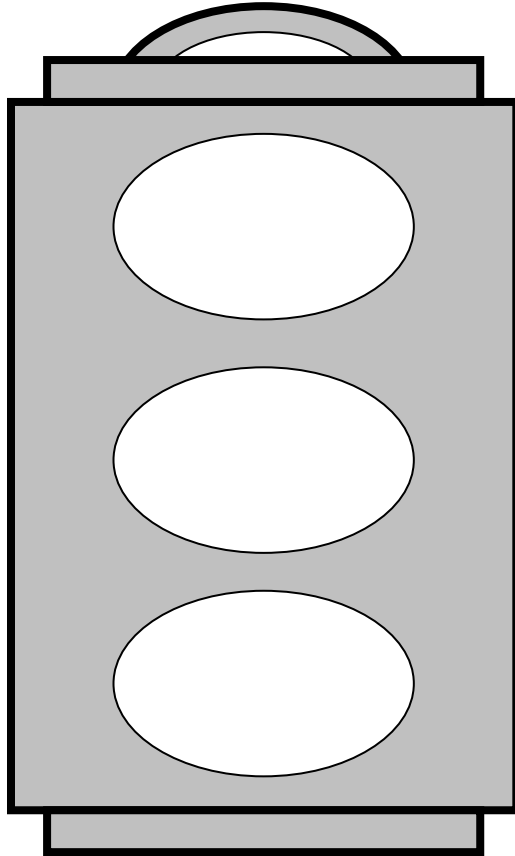
**Piernas y pies para caminar y correr.**



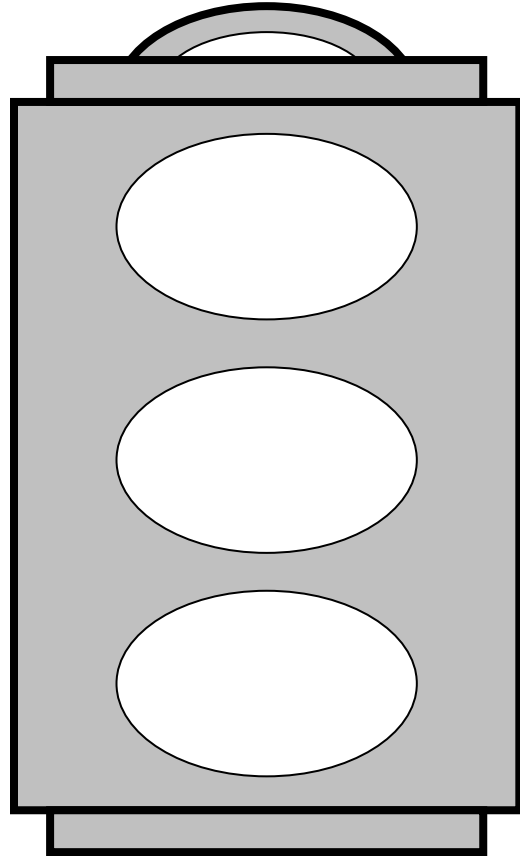
## Signos de ALTO y SIGA

**Instrucciones:** 1) Coloree los círculos como se indica. 2) Recorte cada semáforo.  
 3) Pegue uno en cada lado de un palillo para que queden de espaldas.

Coloree el círculo de arriba **ROJO**



Coloree el círculo de abajo **VERDE**



----- ✂  
 Cuando tu maestro lea estos dichos, enseña el semáforo **VEDE** o el **ROJO**.  
 Recuerda, **Verde** significa “**Bien**” o “**Sigue**” y **Rojo** significa “**Malo**” o “**Alto.**”

Un compañero de clase te pega.	Tu mama o tu papa te abrazan.	Un compañero de equipo te da un “High-5”
Tu hermana te dice un sobrenombre.	Un vecino te ofrece un aventón para tu casa.	Alguien te quita algo.
Un amigo te patea.	Alguien comparte un juguete contigo.	Alguien quiere ver partes privadas de tu cuerpo.
Alguien trata de besarte.	Alguien te jala del brazo.	Un amigo te invita a su casa cuando sus padres no están en casa.



## ¿Qué harías?

Una manera para permanecer seguros es tener un plan de qué hacer en diferentes situaciones. Así como practicamos en planes de seguridad, así como un simuló de incendio, podemos practicar maneras seguras para las relaciones.

Discuta estas situaciones con su clase. Después escriba que harían para permanecer seguros en las siguientes situaciones. Te puedes llevar esta hoja a casa para compartir con un adulto de confianza o con tus padres.

1) ¿Qué deberías hacer si fueras separado de tus padres en un evento, en medio de una multitud, o en una tienda?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2) ¿Qué harías si un adulto extraño te pide que...

...te vayas con él/ella? \_\_\_\_\_

...le ayudes o le hagas un favor? \_\_\_\_\_

...guardes algo en secreto? \_\_\_\_\_

2) ¿Qué harías si algo a alguien te hace sentir temeroso, lastimado o incomodo?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4) ¿Qué harías o dirías si alguien...

...te invita a ir adentro de su casa? \_\_\_\_\_

...te quiere llevar para afuera? \_\_\_\_\_

...quiere que te subas a su carro? \_\_\_\_\_

5) ¿Qué harías si alguien te ofrece...

...un regalo? \_\_\_\_\_

...unos caramelos deliciosos? \_\_\_\_\_

...algún dinero? \_\_\_\_\_