



Año 2: Límites y Acoso Escolar (Bullying) Grados 6 - 8

Preparación: Repase la lección completa antes de comenzar la instrucción.

Obtenga una vista previa de los videos, esto podría requerir más de una visualización y apoyará la discusión de los puntos principales en este plan de lección.

Materiales: Copias de las Hojas de Trabajo de los Estudiantes y la Actividad para llevar a Casa, Cartel de las Cinco Reglas Para Mantener Su Cuerpo Seguro (2).

Actividades y Línea de Tiempo:

Actividad #1: Practicar y Revisar la Actividad: Opcional (5 minutos)

Actividad #2: VIRTUS® Video Introductorio “Empoderando a Los Niños de Dios” / Discusión (10 minutos)

Actividad #3: Hoja de Trabajo Para el Estudiante #1 “Comportamiento de Límite Personal/Hoja de Respuestas.” (10 minutos)

Actividad #4: Discusión en Grupo Pequeño (10 minutos)

Actividad #5: Hoja de Trabajo Para el Estudiante #2 “Círculo de Límites Personales” (10 minutos)

Actividad #6: Discusión en Grupo Grande / “Hoja de Trabajo del Círculo de Límites Personales” (10 minutos)

Oración / Distribuya el Folleto a los Padres (5 minutos)

Descripción del Plan de la Lección:

Principio: Ayudar a los niños respetar sus cuerpos por identificar y comprender sus límites personales. Darles información a los niños para proteger sus límites si alguien cruza sus límites haciéndolos sentir incómodos, asustados o confundidos.

Catecismo: **#2319** Toda vida humana, desde el momento de concepción hasta la muerte, es sagrada porque la persona humana ha sido creada por sí misma en la imagen y semejanza del Dios viviente.

#2252 Los Padres tienen la primera responsabilidad de la educación de sus hijos(as) en la fe, la oración, y todas las virtudes. Ellos tienen el deber de proveer, en lo más posible, las necesidades físicas y espirituales de sus hijos(as).

Meta: Ayudar a los padres /guardianes a enseñar a sus niños a identificar, establecer y proteger sus límites personales. Enseñar a los niños a respetar sus límites y los límites de los demás. Más de ella, empoderar a los niños a protegerse de cualquier situación que los haga sentir incómodos, asustados o confundidos.

Objetivos:

- Saber la definición de límite personal.
- Como identificar y proteger tú límite personal.
- Recordar las Reglas de Seguridad para proteger los límites personales.
- Definir el acoso escolar (bullying) y determinar las respuestas apropiadas al acoso escolar.
- Discuta por qué el acoso cibernético (cyber-bullying) viola los límites personales.
- Reconocer que el acoso cibernético es dañino y debe de informar a un padre/guardián u otro adulto seguro.
- Comunicar lo que han aprendido en las lecciones con sus padres /guardianes.

ACTIVIDAD #1: VIRTUS® Video Introductorio de “Empoderando a los Niños de Dios” 6 - 8 / Discusión (10 minutos)**Negro: Información Para los Maestros (as)/ Verde: Discusión en Clase**

El video de ‘Empoderando a los Niños de Dios’ introduce el tema de límites personales y seguridad de límites. El video define los límites personales, explica: por qué límites son importantes; y enseña a los estudiantes la necesidad de respetar sus propios límites y de los demás. El video también empodera a los niños saber qué hacer y a quién contar si alguien los hace sentir incómodos, asustados o confundidos.

Maestro(a): A continuación se encuentran los términos de vocabulario del video. Repase con la clase las definiciones y hable sobre los ejemplos para más claridad.

- **Límites Personales** – son las reglas, o límites que creamos para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que las personas se comporten con nosotros y con los demás. Los límites personales incluyen límites físicos, emocionales, mentales y materiales que establecemos para lo que aceptaremos de otra persona en palabras o acciones. Describe un límite físico que hayas establecido para ti.
- **Acoso Escolar (Bullying)** – cuando alguien intencionalmente o repetidamente hace o dice algo que te lastima, daña o te humilla, ya sea física o emocionalmente, esto puede suceder en persona, en una sala de chat (chatroom), un mensaje de texto y en línea.
- **Adulto de Confianza**-es un adulto que tu sientes que sea seguro y confortable cuando se trata de problemas personales, preguntas incómodas y situaciones y problemas sensibles.
- **Acoso Cibernético (Cyber-bullying)** - es usando cualquier dispositivo digital para enviar, publicar o compartir contenido negativo, dañino, falso o malo sobre otra persona. Esto incluye compartir información personal o privada sobre otra persona que causa vergüenza o humillación.
- **Reglas de Seguridad** – en el video las reglas de seguridad personales te recordaron que “Digas No!” “Aléjate” “Inmediatamente Dile a un Padre o Adulto Seguro!” y recordar que, “Nunca Es Mi Culpa!” Estas reglas te darán el poder para mantenerte seguro si te acuerdas de siempre seguirlos.

ACTIVIDAD #2: Límites Personales y Reglas de Seguridad Búsqueda de Palabras (5 minutos)

Introduce la hoja de trabajo recordando a los estudiantes que comprender, establecer y mantener límites personales les dará el poder de controlar las situaciones que pueden amenazar su seguridad.

Distribuye la Hoja de Trabajo Para el Estudiante #1.

**Hoja de Trabajo Para el Estudiante #1
"Comportamiento de Límite Personal/Hoja de Respuestas"**

Los Límites Personales son guías, reglas, o límites que creamos para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que las personas se comporten con nosotros y con los demás. Los Límites Personales incluyen límites físicos, emocionales, mentales y materiales que establecemos para lo que aceptaremos de otra persona en palabras o acciones.

En el cuadro a continuación, lea, el "Comportamiento" específico listado en la primera columna. En la segunda columna, escribe tu respuesta a cómo protegerías tus límites personales y los de los demás contra ese comportamiento.

Hoja de Trabajo Para el Estudiante #1 "Comportamiento de Límite Personal/Hoja de Respuestas"	
<p>Los Límites Personales son guías, reglas, o límites que creamos para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que las personas se comporten con nosotros y con los demás. Los Límites Personales incluyen límites físicos, emocionales, mentales y materiales que establecemos para lo que aceptaremos de otra persona en palabras o acciones.</p> <p>En el cuadro a continuación, lea, el "Comportamiento" específico listado en la primera columna. En la segunda columna, escribe tu respuesta a cómo protegerías tus límites personales y los de los demás contra ese comportamiento.</p>	
COMPORTAMIENTO	Cómo respondería para proteger tu Límite Personal
1	Un compañero de clase continuamente se pone "en tu cara" y te hace sentir muy incómodo.
2	Estas en un parque de diversiones con tus amigos(as) cuando un extraño comienza a seguirte e intenta hablar contigo.
3	Ves a uno de los estudiantes mayores acosando a un estudiante más joven y haciéndole llorar. Quieres decir algo pero si lo haces, el acosador se puede ponerse contra ti.
4	Un amigo quiere que juegues un videojuego que sabes tus padres no te permiten, cuando tratas de decir que no, tu amigo te dice: "¡No seas un bebé!"
5	Deseas permanecer más tiempo en la casa de tu amigo(a) para terminar de ver una película, pero si lo haces llegarías tarde a casa.
6	Un compañero de clase que no conoces bien sigue pidiéndote tu número de teléfono celular.
7	Sospechas que un amigo(a) está siendo abusado(a), solo es una sospecha, pero estás preocupado por tu amigo(a).
8	Esta investigando en línea para una tarea en casa y de repente aparece un sitio web que te hace sentir inseguro.
9	Un maestro(a) te sigue poniendo el brazo alrededor de tu hombro y te da palmaditas en la espalda y deseas que pare.
10	Estas en un baile de la escuela. Un niño que te gusta te pregunta que salgas al estacionamiento y vas con él. ¡Pero luego hizo movimientos hacia ti y no te gusto!

ACTIVIDAD #3: Discusión de Grupos Pequeños (5 minutos)

Maestro(a): Una vez que todos los estudiantes hayan completado la “**Hoja de Trabajo de Comportamiento de Límite Personal y las Respuestas**”, divídalos en pequeños grupos de discusión de no menos de 3 ni más de 5 por grupo. Dile a los estudiantes que compartan sus respuestas con el grupo. Después de que todos los miembros del grupo hayan compartido, pida a los estudiantes que hablen sobre las respuestas. El maestro(a) debe circular entre los grupos para monitorear y motivar la participación.

Actividad #4: Hoja de Trabajo Para el Estudiante #2 “Hoja de Trabajo del Círculo de Límites Personales” (5 minutos)

Actividad #4: “Hoja de Trabajo del Círculo de Límites Personales” (10 minutos)

Instrucciones: Coloque el número de los escenarios de comportamiento de tu Hoja de Trabajo de Comportamiento de Límite Personal y las Respuestas, en el anillo de color apropiado del círculo que corresponda con ese comportamiento. Por ejemplo, para el primer escenario coloque el #1 en el anillo verde de "Violación de Límites", porque alguien que se mete en su cara es una violación de límites.

“Hoja de Trabajo del Círculo de Límites Personales”

Maestro(a): Una vez que todos los estudiantes hayan completado la “**Hoja de Trabajo de Comportamiento de Límite Personal y las Respuestas**”, divídalos en pequeños grupos de discusión de no menos de 3 ni más de 5 por grupo. El maestro(a) debe circular entre los grupos para monitorear y motivar la participación.

Instrucciones: Coloque el número de los escenarios de comportamiento de tu Hoja de Trabajo de Comportamiento de Límite Personal y las Respuestas, en el anillo de color apropiado del círculo que corresponda con ese comportamiento. Por ejemplo, para el primer escenario coloque el #1 en el anillo verde de "Violación de Límites", porque alguien que se mete en su cara es una violación de límites.

Violacion de Limite
Acoso Escolar / Acoso - Cibernetico / Accho
Abuso Sexual

ACTIVIDAD #5: Discusión de Grupo Grande/ “Hoja de Trabajo del Circulo de Límites Personales” (5 minutos)

Maestro(a): Pídale a los estudiantes voluntarios que compartan dónde colocaron los diferentes escenarios numerados en el círculo. Luego pregúntale a la clase:

- Levanta la mano si también colocaste el número ____ en el círculo “verde”. ¿Porque?
- ¿Quién coloco el numero ____ en un diferente circulo? ¿Porque?

Continúa la discusión hasta que el estudiante de las respuestas por cada uno de los escenarios.


ACTIVIDAD #5: RECURSO PARA PADRES EN CASA (5 minutos)**Recurso para Padres En Casa**

Maestro(a): Distribuya una copia del Recurso Para Padres en Casa a cada estudiante. Diles a los estudiantes que lean el artículo con sus padres / guardianes y que tengan una plática familiar sobre los contenidos.

Hablando con Su Adolescente sobre los Límites Personales Seguros y Saludables

Establecer límites personales seguros y saludables es importante para la vida de su adolescente. Saber qué hacer cuando ocurre lo "inesperado" puede salvar a los adolescentes de situaciones difíciles o experiencias dolorosas.

Este artículo lo ayudará como padre / guardian para facilitar la discusión con su adolescente sobre los límites personales, lo que le permitirá protegerse del abuso, el acoso y la manipulación. Los siguientes son temas sugeridos para conversar con su adolescente:



Reglas Familiares:

- toques de queda, citas, mantenerse en contacto con usted y cualquier cambio en sus planes.
- hacia dónde van, con quién van y cuándo regresarán.
- por qué es importante tener su teléfono celular (encendido y cargado) cuando están lejos de casa.
- siempre teniendo un "plan" concreto en caso de situaciones de emergencia como una rueda desinflada en la carretera por la noche, quedarse sin gasolina, **ect.**

Límites Personales Seguros y Saludables:

- la importancia de confiar en sus propios instintos de sentimientos cuando se trata de la presión social no saludable.
- que él o ella siempre tiene derecho a decir "NO" si se sienten amenazados o incómodos de alguna manera.
- que la dominación en una relación no tiene nada que ver con el amor o el respeto. El abuso verbal, emocional o físico nunca debe ser tolerado, cuando se trata de sexo, "NO" SIEMPRE SIGNIFICA "NO".
- que nunca está bien violar la ley--cualquiera que sugiera que lo haga no es un verdadero amigo.
 - esto se aplica al consumo de alcohol y a tomar cualquier tipo de drogas ilegales o recreativas, **ect.**
 - esto también se aplica a lo que los adolescentes pueden pensar como una "broma" como: publicaciones inapropiadas o explícitas en las redes sociales, aceptando amenazas peligrosas en persona o en línea, "comer y correr", robar en las tiendas o usar grafiti para destruir propiedades son todos crímenes!

¡Comunicarse con su adolescente le ayudará a construir una relación de confianza y les permite saber que pueden hablar contigo sobre cualquier cosa y que siempre estarás ahí para ayudar!

Termina la lección con una oración

"Dios quiere que estemos seguros, saludables y felices. Dios nos ha dado el poder de estar atentos, protegernos y ayudar a otros que puedan necesitar nuestra ayuda. Nos ha dotado de "buen sentido". Así que ahora vamos a preguntarle al Señor, para ayudarnos a usar siempre los dones que nos ha dado para nuestro bien y el bien de los demás. Vamos a rezar juntos la oración de San Francisco de Asís.

Señor, hazme un instrumento de tu paz.
Donde haya odio, siembre yo amor;
donde haya injuria, perdón;
donde hay discordia, unión;
donde haya duda, fe;
donde haya desaliento, esperanza;
donde haya sombras, luz.
donde haya tristeza, alegría.

Hoja de Trabajo Para el Estudiante #1
“Comportamiento de Limite Personal/Hoja de Repuestas”

Los Limites Personales son guías, reglas, o límites que creamos para identificar formas razonables, seguras y permisibles para que las personas se comporten con nosotros y con los demás. Los Límites Personales incluyen límites físicos, emocionales, mentales y materiales que establecemos para lo que aceptaremos de otra persona en palabras o acciones

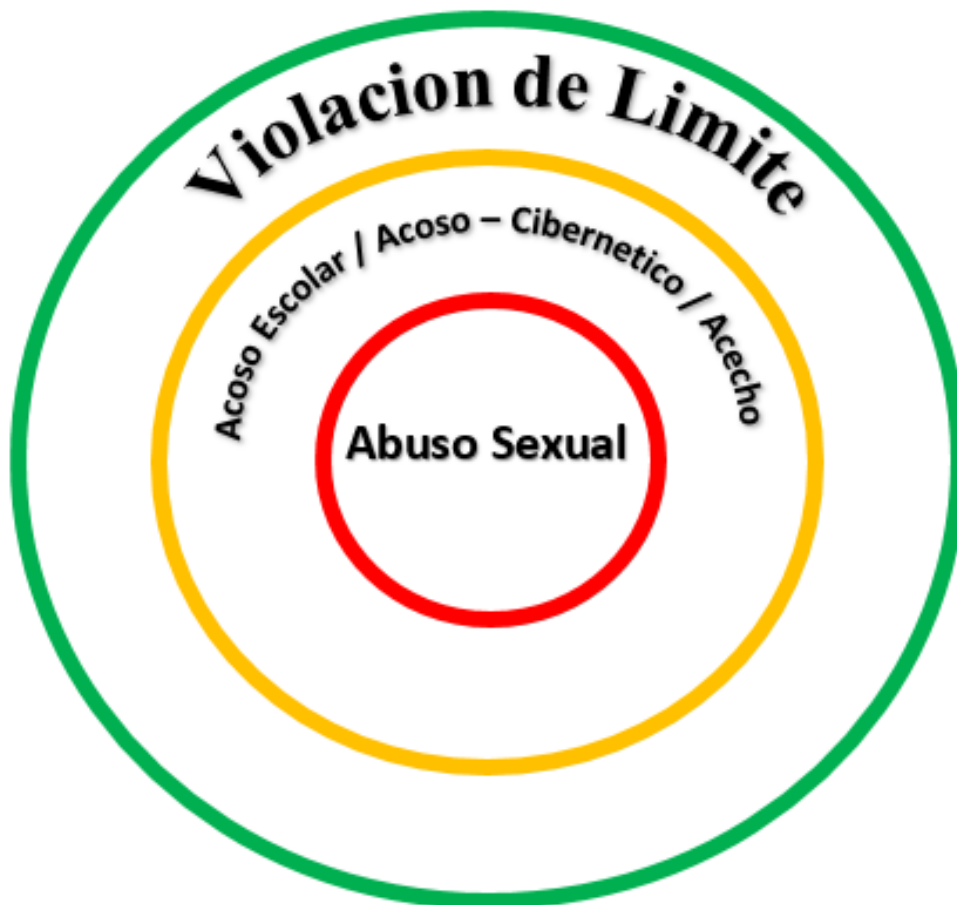
En el cuadro a continuación, lea, el "Comportamiento" específico listado en la primera columna. En la segunda columna, escribe tu respuesta a cómo protegerías tus límites personales y los de los demás contra ese comportamiento.

	COMPORTAMIENTO	Cómo responderías para proteger tu Limite Personal
1	Un compañero de clase continuamente se pone "en tu cara" y te hace sentir muy incómodo.	
2	Estás en un parque de diversiones con tus amigos(as) cuando un extraño comienza a seguirte e intenta hablar contigo.	
3	Ves a uno de los estudiantes mayores acosando a un estudiante más joven y haciéndole/la llorar. Quieres decir algo pero si lo haces, el acosador se puede ponerse contra ti.	
4	Un amigo quiere que juegues un videojuego que sabes tus padres no te permiten, cuando tratas de decir que no, tu amigo te dice: "¡No seas un bebé!"	
5	Deseas permanecer más tiempo en la casa de tu amigo(a) para terminar de ver una película, pero si lo haces llegarás tarde a casa.	
6	Un compañero de clase que no conoces bien sigue pidiéndote tu número de teléfono celular.	
7	Sospechas que un amigo(a) está siendo abusado(a), solo es una sospecha, pero estás preocupado por tu amigo(a).	
8	Está investigando en línea para una tarea en casa y de repente aparece un sitio web que te hace sentir inseguro.	
9	Un maestro(a) te sigue poniendo el brazo alrededor de tu hombro y te da palmaditas en la espalda y deseas que paren.	
10	Estas en un baile de la escuela. Un niño que te gusta te pregunta que salgas al estacionamiento y vas con él. ¡Pero luego hizo movimientos hacia ti y no te gusto!	

“Hoja de Trabajo del Círculo de Límites Personales”

Maestro(a): Una vez que todos los estudiantes hayan completado la “**Hoja de Trabajo de Comportamiento de Limite Personal y las Repuestas**”, divídalos en pequeños grupos de discusión de no menos de 3 ni más de 5 por grupo. El maestro(a) debe circular entre los grupos para monitorear y motivar la participación.

Instrucciones: Coloque el número de los escenarios de comportamiento de tu Hoja de Trabajo de Comportamiento de Limite Personal y las Repuestas, en el anillo de color apropiado del círculo que corresponda con ese comportamiento. Por ejemplo, para el primer escenario coloque el #1 en el anillo verde de "Violación de Limites", porque alguien que se mete en su cara es una violación de límites.



Limites Personales y Reglas de Seguridad

Búsqueda de Palabras

O R U G E S O T L U D A N U A E L I D Y
A X T F F V Z V Z Y N T N Y M S B W D N
Q P N G H O P R E U C I M S E G F X Q O
H Y L T T K T K Y Q V S K L E T K H H R
D Y Z U W X U R E S P E T O D O P N T P
J A G I C D O L F A Z S Z I J A Z Z Z V
T W P C W I I E T A J E L A Y O N I D K
W I M T L Q M O N Z B J B S N E G T Q K
X X W U M G X N S Q J O K K O O X Q W X
X X R U J J B B E M Z X P A A P S P B P
G K P D G C V R H A E H J S C H E I R L
I C B G H M G T W R C A Z Q O B U O U I
R A C I F I T N E D I N M Z S Y T R X M
Q H A B W N Q O L T D M U A O E S J R I
F Z K Z E N R W Y G S P L N G X I W L T
V E U J G R H G O A R D I E U I K W K E
B R V D D W I E C W Z L R B C D R M J S
Y W J P U Y P R K S R T P V I B D F S T
T M O E S B T J K W Z O C B Z L H F M C
Y M B P G M P Q K R O M T X B I H J O M

DILE A UN ADULTO SEGURO
ES MI CUERPO
NO ACOSO
RESPETO

DI NO Y ALEJATE
IDENTIFICAR
NUNCA EN MICULPA

DIOS ME AMA
LIMITES
PROTEGER

Hablando con Su Adolescente sobre los Límites Personales Seguros y Saludables

Establecer límites personales seguros y saludables es importante para la vida de su adolescente. Saber qué hacer cuando ocurre lo "inesperado" puede salvar a los adolescentes de situaciones difíciles o experiencias dolorosas.

Este artículo lo ayudará como padre / guardian para facilitar la discusión con su adolescente sobre los límites personales, lo que le permitirá protegerse del abuso, el acoso y la manipulación. Los siguientes son temas sugeridos para conversar con su adolescente:



Reglas Familiares:

- toques de queda, citas, mantenerse en contacto con usted y cualquier cambio en sus planes.
- hacia dónde van, con quién van y cuándo regresarán.
- por qué es importante tener su teléfono celular (encendido y cargado) cuando están lejos de casa.
- siempre teniendo un "plan" concreto en caso de situaciones de emergencia como una rueda desinflada en la carretera por la noche, quedarse sin gasolina, ect.

Límites Personales Seguros y Saludables:

- la importancia de confiar en sus propios instintos de sentimientos cuando se trata de la presión social no saludable.
- que él o ella siempre tiene derecho a decir "NO" si se sienten amenazados o incómodos de alguna manera.
- que la dominación en una relación no tiene nada que ver con el amor o el respeto. El abuso verbal, emocional o físico nunca debe ser tolerado, cuando se trata de sexo, "NO" SIEMPRE SIGNIFICA "NO".
- que nunca está bien violar la ley--cualquiera que sugiera que lo haga no es un verdadero amigo.
 - esto se aplica al consumo de alcohol y a tomar cualquier tipo de drogas ilegales o recreativas, ect.
 - esto también se aplica a lo que los adolescentes pueden pensar como una "broma" como: publicaciones inapropiadas o explícitas en las redes sociales, aceptando amenazas peligrosas en persona o en línea, "comer y correr", ¡robar en las tiendas o usar grafiti para destrozarse propiedades son todos crímenes!

¡Comunicarse con su adolescente le ayudara a construir una relación de confianza y les permite saber que pueden hablar contigo sobre cualquier cosa y que siempre estarás ahí para ayudar!