

## Tópico de la lección: Amistad

### Alineación de estándares:

#### Estándares Nacionales de Educación Sexual

**CHR.5.CC.1** – Describir las características de las relaciones saludables versus no saludables entre amigos y familiares.

**CHR.5.AI.1:** identificar adultos de confianza, incluidos los padres y cuidadores, con quienes los estudiantes pueden hablar sobre las relaciones.

#### Estándares de Contenido Académico de Nevada

**1.PS.4.1** – Describa las formas en que se puede violar el espacio personal de uno mismo y de los demás.

**1.PS.4.6** – **Categorizar** las ventajas y desventajas de comunicarse usando tecnología y redes sociales.

**2.AF.4.1** – **Comparar** cómo diversas fuentes de la familia, los compañeros, la cultura, la tecnología de los medios y cualquier otro factor influyen en los comportamientos de salud.

### Objetivos:

- Describir al menos 3 características saludables y 3 no saludables de las relaciones.
- Comparar al menos 2 formas positivas y 2 negativas en que los amigos y compañeros pueden influir en las relaciones.
- Identificar al menos dos adultos de confianza con quienes hablaría sobre una relación.
- Definir consentimiento

### Actividades:

Prueba de amistad saludable y no saludable

Influencias positivas y negativas en las relaciones

Que hace a un buen amigo (2:00) <https://youtu.be/iPb0Ww7gDlo>

Consentimiento para chicos (2:30) <https://youtu.be/h3nhM9UJjc>

### Preparación para la lección :

Make copies of Healthy and Unhealthy Friendship Quiz- located at end of this lesson.

Hacer copias del Cuestionario sobre amistades saludables y no saludables, que se encuentra al final de esta lección.

**Introducción a la lección :**

- • S.H.A.R.E. es importante para todos en la clase.
- • El objetivo es que cada uno de ustedes sienta que estas clases se relacionan con usted y su vida.
- • Este Plan de estudios y las conversaciones de clase resultantes tienen la intención de ser respetuosos e inclusivos de muchas perspectivas y permitir que todos los estudiantes se vean a sí mismos y comprendan su propia salud y sexualidad.
- • El propósito de COMPARTIR es ayudarlo a tomar decisiones informadas y evitar comportamientos que lo pongan en riesgo.
- • Todas las preguntas son bienvenidas. Si no se siente cómodo/a preguntando en clase, he proporcionado papel para preguntas anónimas, o puede hablar conmigo más tarde.
- • Hablaremos de esto como si fuéramos científicos/médicos porque usaremos los términos anatómicos correctos para las partes de nuestro cuerpo.
  - Es importante que sepamos los términos correctos para todas las partes de nuestro cuerpo.

***El uso de palabras slangs:*** si los estudiantes usan palabras de slangs, tenga en cuenta que ese puede ser el único idioma que hayan escuchado antes de esta clase. También es posible que solo estén tratando de sacarle de quicio. Dado que no sabrá su motivación, si usan un término de slangs, corríjalos suavemente (recuérdelos que estamos usando los términos anatómicos correctos, como científicos) y pídeles que continúen. Por ejemplo, si dijeran "bolas" por "testículos", es probable que haya algunas risas. Simplemente diga: "¿Y cuál es la palabra que aprendimos para 'bolas'?" y repita usando el término testículos.

Lección:

Diapositiva 1:

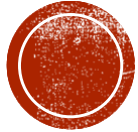
# AMISTADES

4<sup>th</sup> Grade S.H.A.R.E.



- El enfoque de la lección será sobre las amistades: relaciones saludables y no saludables y consentimiento, pero primero debemos hablar sobre ser amigos con nosotros mismos.

## Diapositiva2:



**“LA AMISTAD CON UNO MISMO ES MUY IMPORTANTE, PORQUE SIN ELLA UNO NO PUEDE SER AMIGO CON NADIE MÁS EN EL MUNDO”**

**ELEANOR ROOSEVELT**

- ¿Qué significa esta cita?
  - o Proporcione tiempo para una breve conversación sobre lo que los estudiantes piensan sobre la cita.
  - o ¿Cómo es posible que no seamos buenos amigos de alguien cuando no somos buenos amigos con nosotros mismos?
  - o Antes de que podamos ser buenos amigos de los demás, debemos ser buenos amigos con nosotros mismos.
    - ¿Cómo se ve eso?
    - Indague sobre cualquier cosa en este sentido: hablarnos positivamente a nosotros mismos, cuidar nuestros cuerpos, estar orgullosos de quienes somos, etc.
- Ahora hablemos de nuestras amistades con los demás y el aspecto saludable y no saludable de esas amistades.
  - o En primer lugar, ¿qué cree que significa el término “amistad”?

## Diapositiva 3:

 **AMISTAD****¿Qué significa?**

- Si los estudiantes responden con citas o romances
  - Continúe con, ¿una relación o amistad siempre tiene que significar dos personas saliendo juntos?
- ¿Cuáles son algunos tipos diferentes de amistades que las personas pueden tener?
  - Indague sobre amistades, relaciones románticas, entre miembros de la familia, o entre un niño y un adulto, maestro, entrenador, médico, líder religioso, etc.
- Nos vamos a centrar en las relaciones que los niños o adolescentes pueden tener entre sí, ya sean amistades o relaciones de noviazgo.

**Diapositiva 4:** *¿Qué hace a un buen amigo?*

(El contenido del video termina en 2 minutos y el resto es para hablar de lo que hace a un buen amigo)

Hablar brevemente sobre lo que hace que sea un/una buen amigo/amiga

**Actividad:** Cuestionario sobre saludable/no saludable

- Repartir el cuestionario
- Proporcionar suficiente tiempo para terminar (5 min)
- Una vez completado, haga que los estudiantes trabajen con un compañero y comparen las respuestas.
  - Pídeles que dialoguen sobre las respuestas en las que quizás no estén de acuerdo.
- Traer de vuelta a todo el grupo
  - Repase cada pregunta y pida voluntarios para compartir sus respuestas y las razones de sus respuestas.
  - Si hay desacuerdos o malentendidos, proporcione una explicación de las respuestas correctas (consulte la clave de respuestas)
- Diga algo como: “Ahora que conocemos algunas características de las relaciones saludables y no saludables, pensemos en las formas en que los amigos y compañeros pueden influir en una relación de manera positiva y negativa”.
  - ¿Qué significa “influir” en alguien?
    - Indague por cualquier cosa como: conseguir que haga algo.
    - También puede hablar sobre personas influyentes en las redes sociales y lo que hacen.

**Diapositiva 5:****Actividad:** Influencia positiva y negativa en las relaciones

- Esto se puede completar como una conversación de toda la clase o individualmente.
  - Si se completa individualmente, haga que los estudiantes respondan en el reverso de su prueba C/F. Cierto of Falso

## INFLUENCIAS POSITIVAS Y NEGATIVAS EN LAS RELACIONES

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cosas que amigos y compañeros pueden hacer o decir que pueden influir en una relación de una manera <b>positiva</b> o saludable</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cosas que amigos y compañeros pueden hacer o decir que pueden influir en una relación de manera <b>negativa</b> o no saludable</li> </ul> |
|---|--|



- ¿Cuáles son algunos ejemplos de cosas que los amigos pueden hacer o decir que pueden ayudar en una amistad de manera positiva? ¿Eso los mantienen saludables?
  - Indague cualquier de estos a lo largo de los siguientes:
    - Guardan tus secretos
    - Te ayudan a aprender un nuevo juego
    - No se molestan contigo si no puedes hacer cosas que ellos pueden hacer
    - Te incluyen en juegos y otras actividades.
    - Se quedan contigo cuando estás triste
    - Escuchan tus ideas, aunque sean diferentes a las tuyas
    - Se turnan en los juegos o deciden qué hacer
    - Son honestos contigo
    - Se preocupan por tus sentimientos
    - Etc.

- ¿Cuáles son algunos ejemplos de cosas que los amigos pueden hacer o decir que pueden influenciar en una amistad de manera negativa? ¿Eso lo hace no saludable?
  - Indague cualquiera de estos a lo largo de los siguientes:
    - Ignoran tus sentimientos si estás triste o molesto
    - Saltan frente a ti en la fila
    - Te quitan cosas sin preguntar
    - No te invitan a jugar cuando hay un grupo
    - Hieren tus sentimientos y no piden disculpas
    - Se burlan de ti aunque les pides que no lo hagan
    - Se quedan a la espera mientras estás siendo acosado y no hacen nada ni le dicen a nadie
    - Hablan de ti a tus espaldas
    - Te mienten
    - Te presionan para que hagas cosas que no quieres hacer
    - Etc.

#### Diapositiva 6: Consentimiento



- Diga algo como: “Hemos estado hablando sobre las amistades y lo que puede hacerlas buenas y no tan buenas. No podemos hablar de relaciones saludables sin hablar del tema del *consentimiento*”.
  - El consentimiento es el permiso para que algo suceda
    - Consentimiento es preguntar y respetar la respuesta a la pregunta.



- Pida voluntarios para explicar/dar ejemplos de lo que es el consentimiento. Si no hay voluntarios, algunos ejemplos podrían ser:
  - ¿Me das un abrazo?
  - ¿Puedo sentarme a tu lado mientras leemos este libro?
  - ¿Puedo usar tu teléfono para llamar a casa?
  - ¿Puedo usar uno de tus lápices?
- El consentimiento es un proceso continuo y se puede retirar en cualquier momento.
  - ¿Está bien si todavía me siento a tu lado mientras leemos otro libro juntos?
    - El hecho de que alguien haya dicho que sí antes, no significa que aceptará la actividad más adelante.
    - Una persona siempre puede cambiar de opinión en cualquier momento antes o durante una actividad.
    - ¿Puedes pensar en otros ejemplos?

### Diapositiva 7:

Video: Consentimiento para niños

## CONSENTIMIENTO PARA CHICOS



**Diapositiva 8: Recuerda...**

**TU CUERPO TE PERTENECE.**

**TÚ DECIDES SOBRE TU PROPIO CUERPO.**

**NADIE DEBE TOCARTE SIN PERMISO.**

**EL CONSENTIMIENTO SIGNIFICA ELEGIR SIEMPRE RESPETAR LOS  
LÍMITES DE LOS DEMÁS.**

**EL CONSENTIMIENTO SE PUEDE RETIRAR EN CUALQUIER MOMENTO.**

- Tu cuerpo te pertenece
- Tienes la oportunidad de decidir sobre tu propio cuerpo
- Nadie debe tocarte sin permiso
- Consentimiento significa elegir siempre respetar los límites de los demás.

**Diapositiva 9:** Si tienes más preguntas, ¿con quién puedes hablar?

## WHO CAN YOU TALK TO?

Padre o  
guardián

Adulto de  
confianza

Consejero  
Escolar

Enfermera  
escolar

Maestro

Líder  
basado en  
la fe

Clínica de la  
salud

Proveedor  
de la salud



DRAFT

## CUESTIONARIO SOBRE AMISTAD SALUDABLE Y NO SALUDABLE

**Cierto o Falso:** En una relación sana de amigos y/o parejas románticas...

1. \_\_\_\_\_ No Presionarse unos a otros para hacer algo que tal vez no quieran hacer.
2. \_\_\_\_\_ Interesado/a en cómo se siente la otra persona, compartir información personal y confiar el uno en el otro.
3. \_\_\_\_\_ Haz lo que la otra persona quiere para que no se enoje con ella/él.
4. \_\_\_\_\_ No se deja insultar ni se lo tome en serio cuando la otra persona se burle de ellos (como insultarlos como estúpidos o perezosos o insultarlos).
5. \_\_\_\_\_ Piensa siempre de la misma manera y nunca discutas.
6. \_\_\_\_\_ Haz lo que la otra persona quiere hacer aunque no quieras o no creas que es una buena idea.
7. \_\_\_\_\_ Apóyense y ánimense unos a otros, y defiéndanse unos a otros cuando están siendo objeto de burlas o intimidación.

## CLAVE DE RESPUESTA

1. **CIERTO.** Las personas en relaciones saludables no insisten en que la otra persona haga lo que la otra persona quiere que haga. Presionar a alguien para que haga algo no es una señal de respeto o amistad.
2. **CIERTO.** Las personas en relaciones saludables a menudo comparten preocupaciones personales, historias y experiencias que no compartirían con otras personas que no son amigos cercanos o que simplemente no conocen muy bien. Deben poder tener la expectativa de que la otra persona mantendrá la privacidad de esa información personal y no se la dirá a nadie, a menos que sientan que mantener el secreto puede ser perjudicial o peligroso para su amigo, en cuyo caso se lo pueden contar a un adulto responsable.
3. **FALSO.** Las relaciones saludables son relaciones iguales para ambos, lo que significa que ambas personas pueden opinar sobre lo que hacen juntas. Si una persona se enoja porque la otra no hace lo que quiere, eso no es respetuoso y no es una relación igual. Está bien enfadarse con alguien que no quiere hacer lo que tú quieres hacer, pero eso no significa que la otra persona tenga que ceder si lo desea.
4. **FALSO.** Las personas en relaciones sanas nunca deben insultar a otras personas, ni burlarse unos de otros con palabras que puedan ser hirientes. Las bromas saludables no incluyen insultos, menosprecios ni amenazas.
5. **FALSO.** Los desacuerdos están bien y son perfectamente saludables. Sería menos saludable si nunca hubiera desacuerdos porque eso podría sugerir que una persona se sale con la suya todo el tiempo y la otra cede todo el tiempo. Las personas en relaciones saludables hablan y explican sus puntos de vista y sentimientos para llegar a una solución.
6. **FALSO.** Así como no está bien presionar a alguien para que haga algo que no quiere hacer, no es saludable hacer lo que otra persona quiere si tú no quieres. Está bien comprometerse a veces, pero si algo suena como una idea realmente mala (o peligrosa, incorrecta o simplemente nada interesante), no debes hacerlo.
7. **CIERTO.** Puede ser realmente difícil para alguien, incluso un buen amigo, defender a alguien que está siendo objeto de burlas o intimidación porque tiene miedo de que también pueda ser intimidado. Sin embargo, cuando los amigos se defienden unos a otros, es menos probable que sean intimidados. Si es imposible defenderlos porque no se siente seguro, es importante encontrar a un adulto para que pueda intervenir. Ayudar a un amigo cuando está en problemas es muy importante para una relación sana.