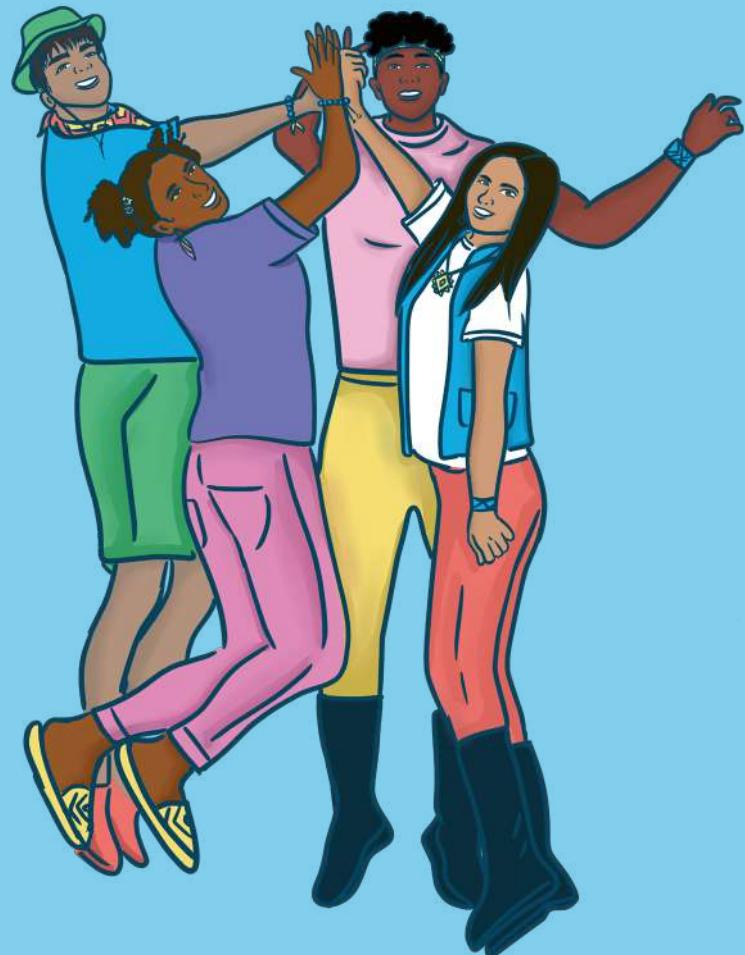


EJES 3 Y 4



# MANUAL DEL VOLUNTARIO



RETORNO A LA  
ALEGRÍA

unicef  | para cada infancia



EJES 3 Y 4



# MANUAL DEL VOLUNTARIO



RETORNO A LA  
ALEGRÍA

unicef  | para cada infancia

## **Retorno a la Alegría V. 2.0 Colombia**

**Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF**

### **Tanya Chapuisat**

Representante de Unicef en Colombia

### **Paola Franchi**

Especialista de Protección

### **Olga Lucía Zuluaga**

Oficial de Protección

### **Jorge Lisandro Garzón**

Oficial de Protección

## **IVolución Proyectos para el Desarrollo SAS**

### **Desarrollo de contenidos, edición y redacción de textos**

Germán Alberto Quiroga González

Julio César Grandas Olarte

Susana Tehfe Fadlallah – Fundación Taty

### **Diseño y diagramación**

Catherine Villabón Díaz

Melisa Sánchez

### **Ilustración**

Melisa Sánchez

### **© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)**

**Primera Edición**

1 de abril del 2024

Las afirmaciones y opiniones expresadas en esta publicación no reflejan, necesariamente, las posiciones del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF.

Reservados todos los derechos. Salvo excepción prevista por la ley, no se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa del editor.

## TABLA DE CONTENIDO

### INTRODUCCIÓN 06

**3**

### *Eje Temático 3* **RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS**

<i>Sesiones</i>	<b>07</b>
<i>9. Conociendo los derechos</i>	<b>14</b>
<i>10. Reconociendo y actuando frente a los riesgos</i>	<b>36</b>
<i>11. Evitando las violencias basadas en género</i>	<b>53</b>
<i>12. Cuido mi cuerpo</i>	<b>75</b>
<i>13. Reconociendo formas de la violencia</i>	<b>97</b>

---

**4**

### *Eje Temático 4* **ENTORNOS PROTECTORES**

<i>Sesiones</i>	<b>115</b>
<i>14. Reconociendo referentes</i>	<b>118</b>
<i>15. Mi casa, mi comunidad</i>	<b>141</b>
<i>16. Entornos protectores: Reconociendo redes de apoyo</i>	<b>155</b>
<i>17. Reconociendo mi entorno, nuestro ambiente</i>	<b>168</b>

### **MANUAL DE JUEGOS** **184**

# INTRODUCCIÓN

El “**Manual del voluntario**” de Retorno a la Alegría está diseñado para guiar a los voluntarios y voluntarias en la implementación eficaz del programa en contextos de emergencia y vulnerabilidad. Este manual se divide en dos tomos que cubren cuatro ejes temáticos.

En total, se prevén 17 sesiones que pueden ser ajustadas según las necesidades específicas del territorio. La metodología del programa es flexible, permitiendo adaptaciones tanto en el número de sesiones como en su contenido, según las observaciones y la retroalimentación recogida durante la implementación. Es crucial que los socios implementadores coordinen con otras organizaciones y actores comunitarios para maximizar el impacto y evitar duplicidad de esfuerzos. Las 17 sesiones se organizan en dos tomos.

El Manual del Voluntario Eje 1 y 2 se centra en la gestión emocional y las habilidades para la vida. En el eje de **gestión emocional**, abarca cuatro sesiones: Reconociendo mis emociones, El duelo en niños, niñas y adolescentes, Desahogo e integración de las emociones, y Manejo de las emociones. Estas sesiones están diseñadas para ayudar a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes a comprender y manejar sus emociones, desarrollando habilidades que les permitirán enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y empatía. En el eje de **habilidades para la vida**, las sesiones incluyen actividades que promueven la autoestima, la comunicación efectiva, la toma de decisiones y la resolución de conflictos, permitiendo a los participantes desarrollar competencias esenciales para su bienestar y desarrollo integral.

Adicionalmente, el Manual del Voluntario Eje 3 y 4 aborda dos ejes: el reconocimiento de los derechos y los entornos protectores. Las sesiones sobre el **reconocimiento de los derechos** tienen como objetivo sensibilizar a los participantes sobre sus libertades y derechos esenciales, y cuenta con cuatro sesiones: Conociendo los derechos, Reconociendo y actuando frente a los riesgos, Evitando las violencias basadas en género, Cuido mi cuerpo, Reconociendo formas de violencia; mientras que las sesiones sobre **entornos protectores** se enfocan en la importancia de la familia, la comunidad, la escuela y el estado en la creación de entornos seguros y de apoyo para los jóvenes. Este eje incluye sesiones como Reconociendo referentes, Mi casa, mi comunidad, Reconociendo redes de apoyo y Reconociendo mi entorno, nuestro ambiente.

Les invitamos a utilizar esta guía metodológica con creatividad y empatía, adaptándola a las realidades que encuentren en los territorios y a las necesidades de las niñas y niños afectados por emergencias o en contextos de vulnerabilidad; sabiendo que su labor tiene el poder de transformar sus vidas y construir un futuro mejor para todos y todas.

Eje Temático

3

# RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS

*CONOCIENDO LOS DERECHOS*

*RECONOCIENDO Y ACTUANDO FRENTA A LOS RIESGOS*

*EVITANDO LAS VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO*

*CUIDO MI CUERPO*

*RECONOCIENDO FORMAS DE LA VIOLENCIA*



EJE TEMÁTICO

# RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS

Todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes tienen derecho a vivir en entornos libres de cualquier forma de violencia. Según el informe anual del secretario general de Naciones Unidas sobre niñez y conflictos armados, en el 2022 se verificaron en Colombia 290 graves violaciones, lo que representa un incremento de un 25% en comparación con 2021. (UNICEF, sf).

En Colombia existen retos significativos para proteger a la niñez, la adolescencia y la juventud de las diferentes formas de violencia que los afectan, incluyendo el conflicto armado. Estas violencias pueden ser físicas, psicológicas y sexuales, pueden ocurrir en todos los ámbitos: al interior de la familia, en el colegio, en otras instituciones y en la comunidad. Muchas de estas formas de violencia están validadas por normas sociales y culturales, como el castigo físico, el matrimonio infantil y las uniones tempranas, el uso y utilización de personas para el conflicto, así como el reclutamiento armado. Todas las formas de violencia contra la niñez, la adolescencia y la juventud tienen consecuencias graves para su salud física y mental, su pleno desarrollo y causan secuelas para su vida adulta (UNICEF, sf).

En este eje temático abordaremos los derechos humanos de niños, niñas adolescentes y jóvenes como normas fundamentales para proteger y garantizar su bienestar, desarrollo y dignidad. Estos derechos incluyen entre otros, el derecho a la vida, la salud, la educación, la no discriminación y el juego. Buscan asegurar un entorno seguro y propicio para que estos grupos poblacionales crezcan, aprendan y participen en la sociedad de manera plena. Además, promueven la igualdad y la justicia reconociendo a los niños y niñas como individuos con derechos y voz propia.

## ¿QUE SON LOS DERECHOS HUMANOS?

Los derechos humanos son normas que reconocen y protegen la dignidad de todos los seres humanos, estos derechos rigen la manera en que los individuos viven en sociedad y se relacionan entre sí, al igual que sus relaciones con el Estado y las obligaciones del Estado hacia ellos.

Las leyes relativas a los derechos humanos exigen que los gobiernos hagan determinadas cosas y les impide hacer otras. Las personas también tienen responsabilidades; así como hacen valer sus derechos, deben respetar los derechos de los demás. Ningún gobierno, grupo o persona individual tiene derecho a llevar a cabo ningún acto que vulnere los derechos de los demás. (UNICEF, sf)



## ¿QUÉ ES LA CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DE LA NIÑEZ?

La Convención sobre los Derechos del Niño es un tratado internacional que reconoce los derechos humanos de los niños, definidos como personas menores de 18 años. La Convención establece en forma de ley internacional que los Estados Partes deben velar por que todos los niños –sin discriminación de ninguna clase– se beneficien de medidas especiales de protección y asistencia; tengan acceso a la educación y la atención de la salud; puedan desarrollar plenamente sus personalidades, capacidades y talentos; crezcan en un ambiente de felicidad, amor y comprensión; y reciban información sobre la manera en que pueden alcanzar sus derechos y participar en el proceso de una forma accesible y activa. Colombia ratificó la Convención sobre los Derechos de la Niñez a través de la Ley 12 de 1991.

Adicionalmente en 2006 se expidió el Código de Infancia y adolescencia a través de la Ley 1098 de 2006, el cual establece normas sustantivas y procesales para la protección integral de las niñas, niños y adolescente con el fin de garantizar el ejercicio de sus derechos, así como su restablecimiento cuando se ven vulnerados.

ÁREA DE DERECHOS	CATÁLOGO DE DERECHOS DE LA LEY 1098 DE 2006
DERECHOS GENERALES	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Derecho a la vida y a la calidad de vida y un ambiente sano.</li> <li>2. Derecho a la integridad personal.</li> <li>3. Derecho a la rehabilitación y la resocialización.</li> <li>4. Derecho a la libertad y seguridad personal.</li> <li>5. Derecho a tener familia y a no ser separado de ella.</li> <li>6. Custodia y cuidado personal.</li> <li>7. Derecho a los alimentos.</li> <li>8. Derecho a la identidad.</li> <li>9. Derecho a la salud.</li> <li>10. Derecho a la educación.</li> <li>11. Derecho al desarrollo integral en la primera infancia.</li> <li>12. Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes.</li> <li>13. Derecho a la participación de los niños, las niñas y los adolescentes.</li> <li>14. Derecho de asociación y reunión.</li> <li>15. Derecho a la intimidad.</li> <li>16. Derecho a la información.</li> <li>17. Derecho a la protección laboral de los adolescentes autorizados para trabajar.</li> <li>18. Derechos de los niños, las niñas y los adolescentes con discapacidad.</li> </ol>

ÁREA DE DERECHOS	LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES TENDRÁN PROTECCIÓN CONTRA:
DERECHOS DE PROTECCIÓN	<p><b>20.</b> El abandono físico, emocional y psicoafectivo de sus padres, representantes legales o de las personas, instituciones y autoridades que tienen la responsabilidad de su cuidado y atención.</p> <p><b>21.</b> La explotación económica por parte de sus padres, representantes legales, quienes vivan con ellos, o cualquier otra persona. Serán especialmente protegidos contra su utilización en la mendicidad.</p> <p><b>22.</b> El consumo de tabaco, sustancias psicoactivas, estupefacientes o alcohólicas y la utilización, el reclutamiento o la oferta de menores en actividades de promoción, producción, recolección, tráfico, distribución y comercialización.</p> <p><b>23.</b> La violación, la inducción, el estímulo y el constreñimiento a la explotación sexual, la pornografía y cualquier otra conducta que atente contra la libertad, integridad y formación sexuales de la persona menor de edad.</p> <p><b>24.</b> El secuestro, la venta, la trata de personas y el tráfico y cualquier otra forma contemporánea de esclavitud o de servidumbre.</p> <p><b>25.</b> Las guerras y los conflictos armados internos.</p> <p><b>26.</b> El reclutamiento y la utilización de las niñas y niños por parte de los grupos armados organizados al margen de la ley.</p> <p><b>27.</b> La tortura y toda clase de tratos y penas crueles, inhumanos, humillantes y degradantes, la desaparición forzada y la detención arbitraria.</p> <p><b>28.</b> La situación de vida en calle de los niños y las niñas.</p> <p><b>29.</b> Los traslados ilícitos y su retención en el extranjero para cualquier fin.</p> <p><b>30.</b> El desplazamiento forzado.</p> <p><b>31.</b> El trabajo que por su naturaleza o por las condiciones en que se lleva a cabo es probable que pueda afectar la salud, la integridad y la seguridad o impedir el derecho a la educación.</p> <p><b>32.</b> Las peores formas de trabajo infantil, conforme al Convenio 182 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT).</p> <p><b>33.</b> El contagio de enfermedades infecciosas prevenibles durante la gestación o después de nacer, o la exposición durante la gestación a alcohol o cualquier tipo de sustancia psicoactiva que pueda afectar su desarrollo físico, mental o su expectativa de vida.</p> <p><b>34.</b> Los riesgos y efectos producidos por desastres naturales y demás situaciones de emergencia.</p> <p><b>35.</b> Cuando su patrimonio se encuentre amenazado por quienes lo administren.</p> <p><b>36.</b> Las minas antipersonales.</p> <p><b>37.</b> La transmisión del VIH-SIDA y las infecciones de transmisión sexual.</p> <p><b>38.</b> Cualquier otro acto que amenace o vulnere sus derechos.</p>

ÁREA DE DERECHOS	LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES TENDRÁN COMO LIBERTADES FUNDAMENTALES:
DERECHOS FUNDAMENTALES	<p><b>20.</b> El libre desarrollo de la personalidad y la autonomía personal.</p> <p><b>40.</b> La libertad de conciencia y de creencias.</p> <p><b>41.</b> La libertad de cultos.</p> <p><b>42.</b> Libertad de pensamiento.</p> <p><b>43.</b> La libertad de locomoción.</p> <p><b>44.</b> Libertad para escoger profesión u oficio.</p>

Con la implementación de estas sesiones se pretende sensibilizar a niños, niñas, adolescentes y jóvenes para la toma de conciencia sobre lo que necesitan los niños y las niñas para estar a salvo.

Para el abordaje de este eje temático se desarrollarán 5 sesiones de la siguiente manera:



## SESIONES DE TRABAJO

9

### CONOCIENDO LOS DERECHOS



**Descripción:** El conocimiento y ejercicio pleno de los derechos permite una comprensión, toma de conciencia e importancia del reconocimiento por parte de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes sobre sus derechos fundamentales. Al conocer sus derechos, participar activamente en la comunidad y abogar por la igualdad, se contribuye a construir una sociedad más justa y respetuosa.



10

### RECORIENDO Y ACTUANDO FRENTE A LOS RIESGOS



**Descripción:** El reconocimiento de los riesgos se refiere al proceso de identificar y comprender situaciones, condiciones o factores que pueden representar una amenaza para la seguridad, el bienestar o la integridad de las niñas niñas y adolescentes con el fin de permitir que las personas y comunidades tomen medidas preventivas y adopten estrategias de protección para minimizar los efectos e incluso evitar los riesgos.

11

### EVITANDO LAS VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO



**Descripción:** Sensibilizar a las y los participantes sobre la importancia de entender la violencia basada en género. El enfoque inclusivo y adaptado a diferentes grupos de edad busca inspirar acciones concretas para la prevención de las violencias basadas en género.



12

### RECONOCIENDO LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS



**Descripción:** Los derechos sexuales y reproductivos buscan garantizar el ejercicio y desarrollo libre, informado, saludable, satisfactorio y sin violencia de la sexualidad y la reproducción, sin importar la edad, sexo, etnia, condición social o económica. En esencia, aseguran la libre decisión de hombres, mujeres sobre cómo ejercen y toman decisiones sobre su sexualidad.

13

### RECONOCIENDO FORMAS DE LA VIOLENCIA

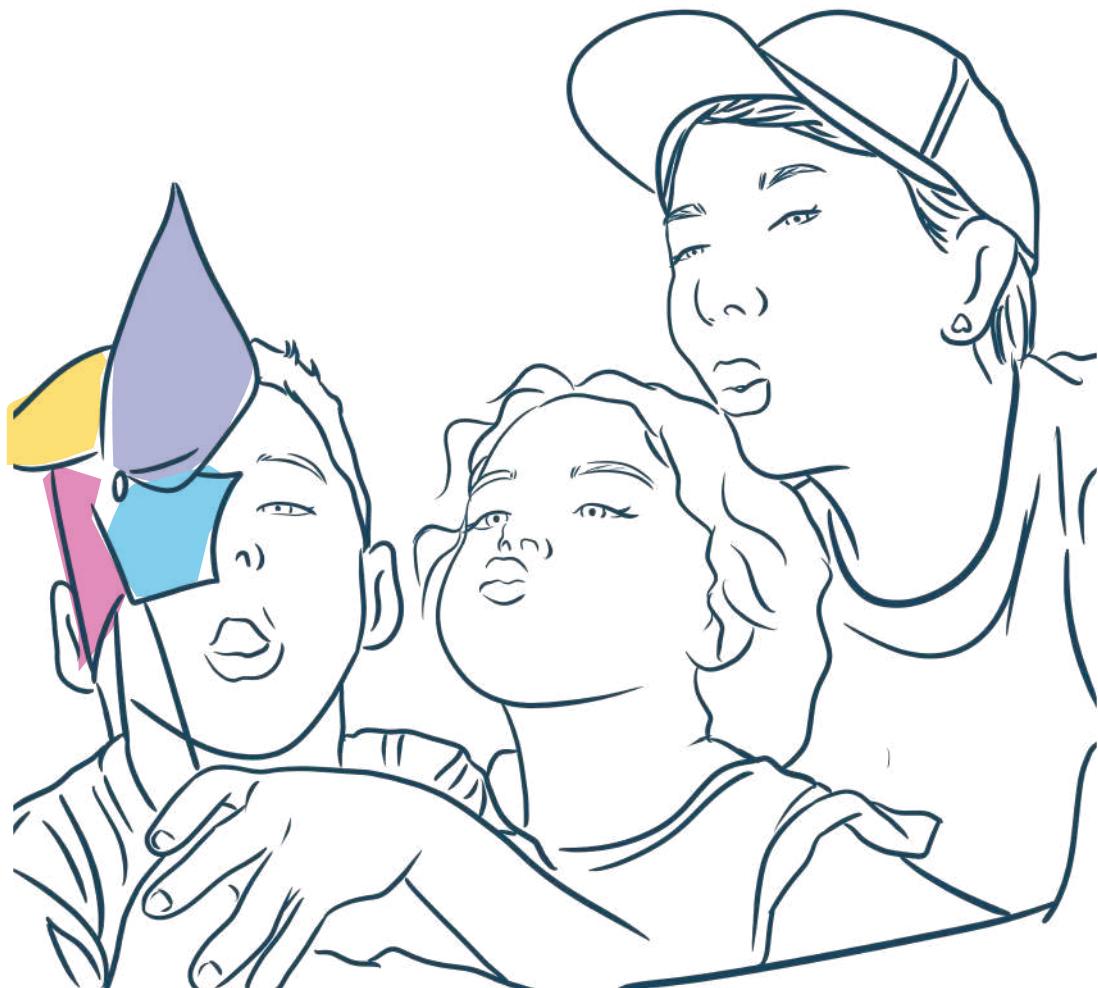


**Descripción:** La violencia contra los niños, niñas y adolescentes tiene múltiples formas y profundas consecuencias en su bienestar y desarrollo integral. Las secuelas de violencia pueden ir desde un impacto negativo en el aprendizaje y el rendimiento académico hasta un daño físico y emocional que puede durar toda la vida. Esta sesión de trabajo es un espacio para reflexionar, y proponer acciones concretas para prevenir y erradicar las formas de violencia que afectan a las niñas, niños y adolescentes.



*Sesión*  
**9**

# CONOCIENDO LOS DERECHOS



## 9

CONOCIENDO  
LOS DERECHOS

*Conoce tus derechos y estarás más cerca de construir un mundo justo para todos. - Anónimo.*

Cuando la sabiduría de los derechos humanos se encuentra con la riqueza de nuestras culturas, se abre un camino hacia un empoderamiento colectivo y una comprensión más profunda de nuestra identidad.

Los derechos humanos son principios fundamentales que reconocen la dignidad inherente de cada persona, independientemente de su origen, raza, género, religión, orientación sexual, o cualquier otra característica. Estos derechos son universales, inalienables e indivisibles, y se aplican a todas las personas.

### CARACTERÍSTICAS CLAVE DE LOS DERECHOS HUMANOS:

#### UNIVERSALIDAD

Los derechos humanos son aplicables a todas las personas en todo el mundo, sin excepción. Cada individuo, sin importar su contexto cultural o étnico, tiene derechos inherentes.

#### INALIENABILIDAD

Los derechos humanos son intransferibles y no pueden ser quitados ni renunciados. Nadie puede renunciar a sus derechos fundamentales, ya que están intrínsecamente ligados a la dignidad humana.

#### INDIVISIBILIDAD

Los derechos humanos no se pueden dividir ni jerarquizar. Todos son igualmente importantes y deben ser tratados como un conjunto interrelacionado. Por ejemplo, el derecho a la educación está vinculado al derecho a la participación y a la no discriminación.

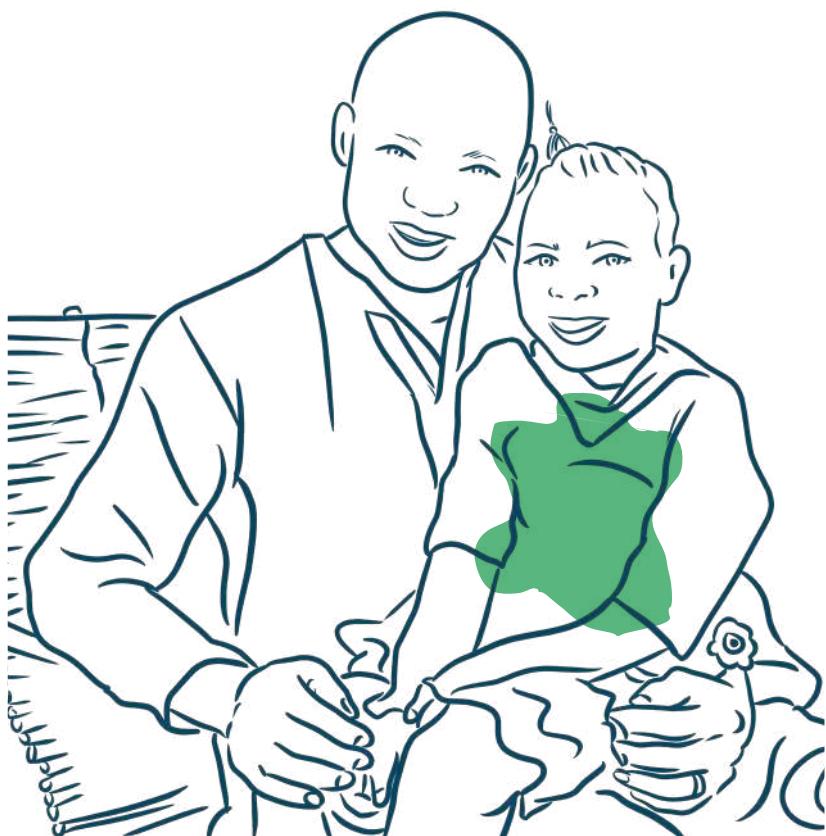
En esta sesión, se busca facilitar la comprensión, toma de conciencia e importancia del reconocimiento por parte de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes sobre sus derechos fundamentales. Al conocer sus derechos, participar activamente en la comunidad y abogar por la igualdad, se contribuye a construir una sociedad más justa y respetuosa.



Colombia, con su diversidad étnica y cultural, reconoce la importancia de preservar y respetar los derechos de todas las comunidades. La Constitución de 1991 reconoce y protege la diversidad étnica y cultural del país, garantizando derechos específicos para las comunidades indígenas, afrodescendientes y otras minorías.

Los derechos humanos son la base de una sociedad justa e inclusiva debe ser consciente y respetuoso de la diversidad étnica y cultural para garantizar que todas y todos disfruten de sus derechos fundamentales.

Cree un ambiente donde se valore la diversidad de perspectivas sobre lo que significa el reconocimiento de derechos en distintas culturas. Recuerde que conocer y defender estos derechos no solo empodera a las personas, sino que también construye comunidades más fuertes y conscientes de su riqueza cultural.



## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Facilitar la comprensión y toma de conciencia a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes sobre sus derechos fundamentales y la importancia del reconocimiento de estos mismos.



### MATERIALES

Tarjetas con situaciones, hojas de papel, lápices de colores, marcadores, figuras niño y niña tamaño grande, sobre de papel, espejo mediano con el mensaje, notas adhesivas, cinta pegante de papel, papel bond.



### DURACIÓN

3 horas y 45 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## YO ME VEO ESPECIAL



Todas las edades



## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Salude a las y los participantes y explique en esta sesión se busca facilitar la comprensión y toma de conciencia a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes sobre sus derechos fundamentales y la importancia del reconocimiento de estos mismos.
2. Solicite que se organicen en un círculo y luego se sienten en el suelo
3. Explique que van a ir pasando un sobre que tiene una frase escrita “abre este sobre y conocerás a este ser especial”.
4. Al abrir el sobre hay un espejo, que tiene un papel pegado que dice “Acabas de encontrar al ser humano más importante y especial”, indique que deben seguir pasando el sobre de papel al o la compañera que tenga a su lado hasta que todos puedan ver el contenido del sobre.
5. Una vez que todos las niñas, niños, adolescentes o jóvenes hayan tenido la oportunidad de compartir cómo se sienten, realice una breve reflexión en grupo. Pregunte:
  - ¿A quién viste?
  - ¿Quién es la persona más importante en este proceso?
  - ¿Por qué creen que ustedes son lo más importante?
6. Explique a las y los participantes que en ese círculo cada uno tuvo la oportunidad de descubrir una persona muy especial al abrir ese sobre, ellos mismos. Este ejercicio simboliza la importancia de reconocerse como seres humanos únicos e irreemplazables. Así como al abrir el sobre descubrieron al ser humano más importante, al reconocerse ellos mismos, se dan cuenta del valor propio y la singularidad.

**7.** Comunique a las personas participantes que reconocer importancia propia lleva a la comprensión de que todas las personas merecen ser tratadas con respeto, dignidad y consideración. Realice la siguiente pregunta:

- ¿Ustedes saben cuáles son los derechos tienen?

**8.** Luego de las intervenciones, comunique a las y los participantes que en esta jornada descubrirán y comprenderán sus derechos fundamentales, invítelos a tener presente que, al reconocer la importancia de respetar y proteger los derechos propios, se reconocerán y protegerán los derechos de los demás.



## ACTIVIDAD 2

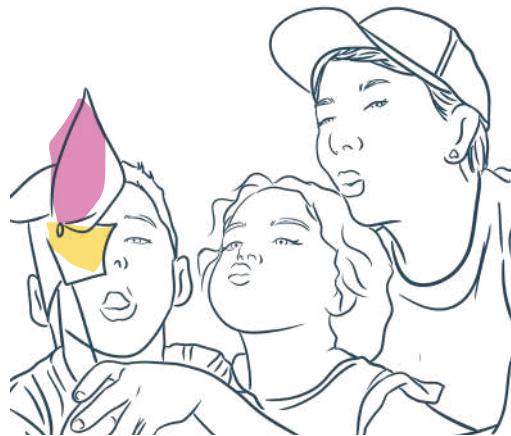
¿QUÉ NECESITAN LAS NIÑAS, NIÑOS,  
ADOLESCENTES Y JÓVENES?

10-13 años

## INSTRUCCIONES



35 minutos



**1.** Comience con una breve introducción sobre los derechos de la niñez, explicando qué son y por qué son importantes. Socialice lo siguiente:

**Hoy vamos a hablar sobre algo muy importante:** los derechos de los niños y las niñas. ¿Alguna vez se han preguntado qué significa eso o por qué es tan importante? Son como reglas especiales que nos protegen y nos aseguran que seamos tratados de manera justa y con respeto. Son cosas que todos deberíamos tener y que nos ayudan a vivir una vida segura y feliz. A veces, la gente se olvida de que los niños y las niñas también tienen derechos. Pero es muy importante recordarlos y respetarlos. Aquí hay algunos de esos derechos que tienen los niños y las niñas en todo el mundo.

- A no ser discriminado.
- A tener un nombre y una nacionalidad.
- A la Vida.
- A recibir cuidado de sus padres.
- A disfrutar de buena salud y al cuidado de ella.
- A la Seguridad Social.
- A la educación.
- A la recreación.
- A la vida privada.
- A ser protegido contra abusos.
- A expresar su opinión libremente.

*Ahora, vamos a explorar algunas situaciones juntos para ver cómo podemos garantizar esos derechos en la vida real.*

**2.** Explique a las niñas y los niños que participarán en la creación de una historia interactiva donde tomarán decisiones sobre situaciones que involucran la violación de derechos de la niñez.

**3.** Divida a los niños y niñas en grupos de 3 o 4 participantes y asigne a cada grupo una tarjeta con una situación específica que viola un derecho de la niñez, recuerde que debe preparar las tarjetas previamente con las siguientes situaciones:

- **Derecho a la educación:** Un niño es excluido de la escuela debido a su origen étnico. Deben decidir cómo abordar la discriminación y garantizar su derecho a la educación.
- **Protección contra el maltrato:** Una niña es maltratada en casa, pero tiene miedo de denunciar. Deben idear una forma de ayudar a la niña y protegerla contra el maltrato. Pues cuando lo ha hecho ha recibido burlas o no ha sido escuchado
- **Libertad de expresión:** Un niño tiene miedo de expresar sus opiniones en la escuela. Deben encontrar una manera de fomentar un ambiente donde todos los niños se sientan libres de expresarse.
- **Derecho a un hogar y una familia:** Una niña vive en un hogar de acogida y siente que sus derechos a tener una familia están siendo ignorados. Deben encontrar una solución para abordar sus preocupaciones.
- **Derecho a la salud:** Un niño no recibe atención médica adecuada debido a la falta de recursos en su comunidad. Deben pensar en cómo mejorar el acceso a la atención médica.
- **Derecho a la participación:** En una actividad escolar importante, un grupo de niños son excluidos de la planificación y toma de decisiones. Deben encontrar una manera de garantizar que todos los niños puedan participar activamente.
- **Derecho a un nombre y nacionalidad:** Una niña no tiene documentos de identificación y, por lo tanto, no puede acceder a servicios esenciales de salud, educación y nutrición. Deben idear una solución para garantizar su derecho a un nombre y nacionalidad.

**4.** Luego de entregar las tarjetas, indique que cada grupo debe crear una historia que comienza con la situación asignada. Entregue papel y lápiz para que creen la historia.

**5.** Explique que a medida que la historia avanza, las niñas y los niños deben tomar decisiones para resolver el conflicto y proteger los derechos del niño o niña involucrada.





**6.** Después de haber creado las historias, organice a todas las niñas y los niños para que hagan las presentaciones de sus historias.

**7.** Durante la presentación, los otros grupos pueden hacer preguntas y ofrecer sugerencias sobre cómo podrían abordarse las situaciones de manera diferente.

**8.** Facilite una discusión grupal después de todas las presentaciones. Pregunte a los niños y niñas:

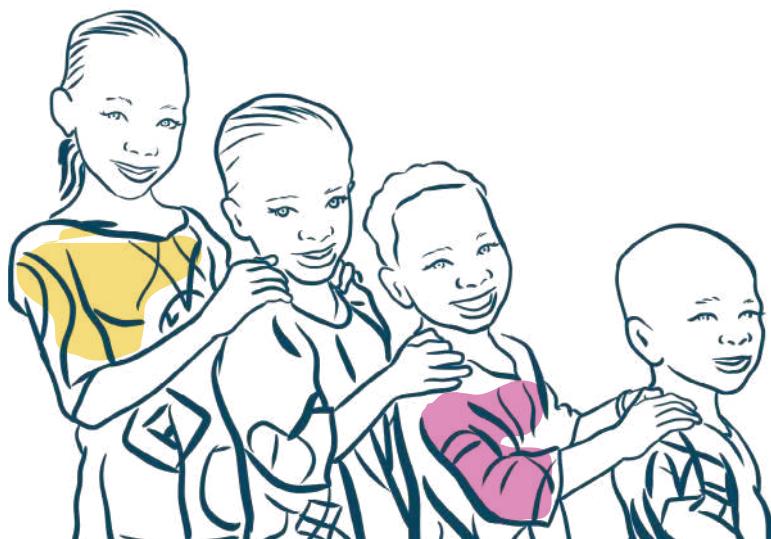
- ¿Qué decisiones les toco tomar en su historia?
- ¿Cuáles son las razones detrás de esas decisiones?
- ¿Cómo podrían aplicar esos conceptos en la vida real?
- ¿Es fácil tomar decisiones en las historias y considerar los derechos de los niños?
- ¿Qué creen que podemos hacer en nuestra comunidad para asegurarnos de que los derechos de los niños sean respetados?

**9.** Pida a las niñas y niños que reflexionen individualmente sobre lo aprendido y cómo podrían aplicar esos conocimientos en su vida diaria para proteger los derechos de los demás.

**10.** Concluya la actividad resumiendo los conceptos clave y destacando la importancia de tomar decisiones para proteger los derechos de los niños y las niñas, por último, manifiéstale que acaban de demostrar que todos tienen un papel importante en garantizar que los derechos de la niñez sean respetados y que cada uno tiene el poder de marcar la diferencia, ya sea promoviendo la igualdad, hablando contra la injusticia o simplemente siendo amables el uno con el otro.

Tenga en cuenta las siguientes soluciones a los problemas planteados en las tarjetas para que pueda proporcionar mayor orientación a las niñas y niños:

- **Derecho a la educación:** Organizar una campaña escolar que promueva la diversidad y la inclusión. Impulsar programas educativos que celebren todas las culturas y promuevan el respeto entre los estudiantes.
- **Protección contra el maltrato:** Establecer un sistema de apoyo en la escuela para que los niños se sientan seguros al informar sobre el maltrato. Colaborar con profesionales y servicios sociales para garantizar la seguridad y el bienestar del niño.
- **Libertad de expresión:** Crear un entorno escolar donde se fomente el diálogo abierto y el respeto por las opiniones de los demás. Establecer programas de tutoría entre estudiantes para que todos se sientan cómodos expresando sus ideas.
- **Derecho a un hogar y una familia:** Trabajar con servicios sociales para mejorar el sistema de hogares de acogida y buscar una familia adoptiva adecuada para el niño. Garantizar que el niño tenga el apoyo necesario para adaptarse a su nueva situación.
- **Derecho a la salud:** Colaborar con organizaciones médicas y comunitarias para proporcionar servicios de atención médica asequibles y accesibles. Organizar campañas de concientización sobre la importancia de la atención médica para todos los niños.
- **Derecho a la participación:** Implementar un proceso democrático en la planificación de actividades escolares. Asegurarse de que todos los estudiantes tengan la oportunidad de expresar sus ideas y contribuir a la toma de decisiones.
- **Derecho a un nombre y nacionalidad:** Colaborar con organizaciones legales para ayudar al niño a obtener documentos de identificación. Sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de registrar a todos los niños al nacer.



## ACTIVIDAD 2

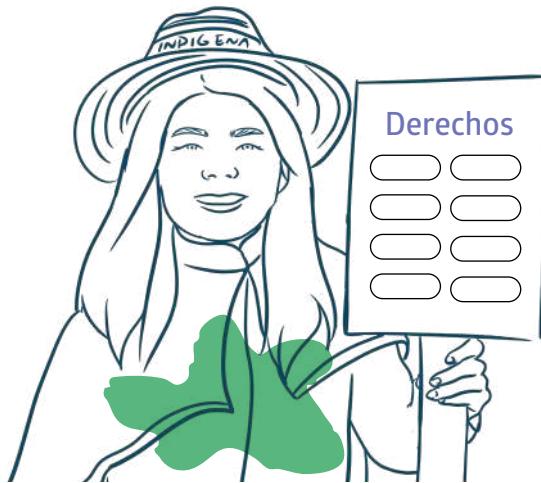
¿QUÉ NECESITAN LAS NIÑAS, NIÑOS,  
ADOLESCENTES Y JÓVENES?

14-17 años



35 minutos

## INSTRUCCIONES



1. Antes de iniciar, prepare tarjetas con las situaciones que involucran la violación de derechos humanos, estas tarjetas permanecerán en un recipiente o bolsa de tal forma que las y los adolescentes no puedan verlas.

- **Derecho a la educación:** Un estudiante es expulsado de la escuela sin razón aparente.
- **Derecho a la privacidad:** Un adolescente descubre que su maestro ha estado revisando su teléfono sin su permiso.
- **Derecho a la salud:** Una persona no puede acceder a servicios médicos básicos debido a su situación financiera.
- **Derecho a un juicio justo:** Un joven es arrestado injustamente y no tiene la oportunidad de presentar su caso adecuadamente.
- **Derecho a la libertad de expresión:** Un estudiante es castigado por expresar su opinión en clase.
- **Derecho a la no discriminación:** Un adolescente es excluido de un grupo debido a su orientación sexual.
- **Derecho a un hogar y una familiar:** Un niño es separado de su familia y colocado en un sistema de acogida sin razón aparente.
- **Derecho a la participación:** Un grupo de estudiantes no tiene voz en las decisiones escolares que los afectan directamente.
- **Derecho a la vivienda:** Una familia es desalojada de su hogar sin previo aviso y sin una razón justificada.

**2.** Comience con una breve introducción sobre los derechos y por qué son importantes. Socialice lo siguiente:

Hoy vamos a explorar el mundo de los derechos humanos. Pero ¿qué son realmente los derechos y por qué son tan importantes? Los derechos son como reglas especiales que nos protegen y nos aseguran un trato justo y respetuoso. Son principios fundamentales que todas las personas tienen, simplemente porque somos humanos. Estas reglas nos ayudan a vivir vidas dignas, libres y llenas de oportunidades.

A veces, los derechos pueden parecer palabras grandes y complicadas, pero en realidad, son la base de una sociedad justa y equitativa. Existen varios derechos fundamentales que son reconocidos en todo el mundo. Algunos de estos incluyen el derecho a la vida, la libertad de expresión, la educación, la igualdad, la privacidad y muchos más. Estos derechos forman la base de sociedades justas y equitativas.

**3.** Indique a las y los adolescentes que en la actividad asumirán el papel de la persona en la situación descrita en su tarjeta. No podrán ver la tarjeta, pero podrán hacer preguntas a los demás para adivinar qué derecho humano están representando.

**4.** Para desarrollar la actividad, tenga a la mano la bolsa o el recipiente donde tiene las tarjetas y seleccione a un participante al azar, este escogerá una tarjeta sin revisar el contenido que tiene dentro.



**5.** Pegue la tarjeta en la espalda del participante e indique que debe pasar al frente dándole la espalda a sus compañeros y compañeras para que ellos puedan leer el contenido de la tarjeta. Una vez lo han leído podrá darse la vuelta y empezar a hacer preguntas a sus compañeros y compañeras tipo **¿mi situación está relacionada con la escuela?** los demás participantes solo podrán responder si o no.

**6.** Cuando él o la participante logre adivinar el derecho, puede sentarse y seleccionar al participante que seguirá.

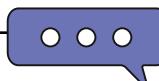
**7.** A medida que los participantes adivinan la situación, anote en una cartelera visible para todos, el derecho que han identificado.



**9.** Después de que se hayan acabado las tarjetas, facilite una discusión sobre las diferentes violaciones de derechos representadas y cómo se podrían abordar esas situaciones para proteger esos derechos. Realice las siguientes preguntas con base en los derechos que lograron identificar:

- ¿Cómo es el cumplimiento de los derechos en esta comunidad?
- ¿Qué aprendieron sobre la importancia de esos derechos?
- ¿Conocen algún caso en el que estos derechos no se cumplen?
- ¿Cómo es el cumplimiento de estos derechos en las poblaciones étnicas o migrantes? ¿Es igual que el resto o es diferente?
- ¿Cómo creen que hacer conciencia sobre los derechos humanos podría tener un impacto positivo en nuestra comunidad?

**10.** Concluya la actividad destacando la diversidad de derechos humanos y subrayando la importancia de comprender y proteger estos derechos en la vida cotidiana.



Exprese a las y los adolescentes que cada uno de ellos desempeñó un papel valioso al sumergirse en situaciones desafiantes, recuérdelle a las y los participantes que cada acción, por pequeña que parezca, tiene el poder de crear un impacto positivo en el mundo. Invítelos a ser conscientes de sus elecciones diarias y a reconocer que son agentes de cambio capaces de contribuir a la construcción de una sociedad justa y respetuosa.

## ACTIVIDAD 2

¿QUÉ NECESITAN LAS NIÑAS, NIÑOS,  
ADOLESCENTES Y JÓVENES?

18 en adelante



35 minutos

Para esta actividad prepare en un pliego de papel la figura de un niño y en otro pliego la figura de una niña.

1. Exponga las figuras del niño y la niña y pida a los jóvenes que le pongan un nombre a cada uno.
2. Luego entregue a cada uno de los y las jóvenes una nota adhesiva de un solo color.
3. Solicite a cada uno de los y las participantes que escriban lo que es bueno para las y los niños y las peguen en cada figura, lo que ellos consideren.
4. Luego reparta la nota adhesiva de otro color e indique que allí van a colocar las cosas que se deben evitar para que los niños y las niñas crezcan sanos y protegidos.
5. Una vez finalizado el ejercicio, de pegar los papeles en cada figura, abra una discusión con el grupo sobre los aspectos relevantes, lo que más se repite, si todos y todas están de acuerdo en estas cosas que se necesitan para que los niños y las niñas crezcan en un ambiente sano y las cosas que no necesitan para su bienestar.
6. Una vez finalizado el ejercicio, diga la siguiente reflexión:

*"Existe la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño (UNCRC) para proteger a todos los niños y garantizar que crezcan en el mejor entorno. Describe las cosas que todo niño debe ser capaz de tener, o hacer, con el fin de sobrevivir y crecer para alcanzar su potencial. Todos los niños tienen derechos básicos. Estos se aplican a todos los niños independientemente de su raza, color, género, idioma, religión, opiniones, orígenes, riqueza, estatus o capacidad".*



**7.** Dívida a las y los participantes en cuatro grupos y entregue papel bond y marcadores.

**8.** Basado en la Convención, explique a los y las jóvenes que:

Hay cuatro tipos principales de derechos en la Convención:

- Derechos al desarrollo, por ejemplo, educación, juego, etc.
- Derechos a la supervivencia, por ejemplo, atención médica, vida adecuada
- Derechos de participación, por ejemplo, expresión y participación de los niños, acceso a la información.
- Derecho a la protección que ayude a proteger a los niños de cosas que no son buenas para ellos. Por ejemplo, protección contra el abuso, la violencia, las drogas, etc.

**9.** Designe a cada grupo un tipo de derecho y pídale que creen carteles o infografías que promuevan e informen el derecho que se les fue asignado.

**10.** Cuando los grupos terminen de crear sus carteles, de un espacio para que los presenten a los demás.

**11.** Cuando los grupos finalicen las socializaciones, organice a las y los participantes en un círculo y realice las siguientes preguntas:

- ¿Recuerdan cómo decidieron nombrar a las figuras del niño y la niña? ¿Qué significado tiene el nombre que eligieron?
- ¿Qué tipo de cosas positivas escribieron y pegaron en las figuras? ¿Hay algún tema o derecho que se repitió con frecuencia?
- Al mirar las cosas que deben evitarse, ¿Notaron algún patrón o coincidencia en las respuestas del grupo? ¿Hay aspectos en los que todos estén de acuerdo?
- ¿Después de realizar esta actividad, ¿Cómo ven la conexión entre lo que discutimos hoy y la Convención de los Derechos del Niño? ¿De qué manera la UNCRC aborda las preocupaciones que compartieron?





Sobre los Tipos de Derechos:

- ¿Qué desafíos enfrentaron al crear los carteles?
- ¿Cómo decidieron representar visualmente los derechos que se les asignaron?
- Imaginemos que estos carteles se muestran en lugares públicos. ¿Cómo creen que podrían impactar a la comunidad?, ¿Pueden visualizar algún cambio positivo a partir de estos mensajes?
- Después de esta actividad, ¿hay algún compromiso personal que estén dispuestos a asumir para promover y proteger los derechos de los niños en su entorno?

**12.** Para cerrar la actividad, exprese a las y los jóvenes felicitaciones por haber creado una representación visual poderosa de lo que consideran esencial para el bienestar de los niños y niñas, así como de las cosas que debemos evitar.

Recuérdoles que hay un compromiso colectivo con la protección de los derechos de la infancia.

Explique que esos carteles son más que simples imágenes; son mensajes que pueden compartir con el mundo. Al difundir esas ideas, contribuyen a construir una comunidad que valora y protege los derechos de todos y todas.

ACTIVIDAD 3

UNA HISTORIA SOBRE LOS  
DERECHOS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS



10-13 años

INSTRUCCIONES



35 minutos

1. De indicaciones a las niñas y los niños para organizarse en un círculo grande y ubíquese en el centro con varios pliegos de papel periódico.
2. Explique a las y los participantes que van a construir una historia basada en un derecho, (las niñas y niños pueden elegir el derecho que más quieran), para lo cual cada uno podrá dictar una oración para hacer la historia entre todos.



3. Pídale a la persona que este a su lado izquierdo, que empiece con la historia, puede empezar con algo “como había una vez”, “en una vereda cercana...”
4. Su papel es ayudarlos a construir una historia que tenga coherencia y sea divertida.
5. Ayude a los participantes que siguen a dictar una frase creativa y emocionante. Lo más probable es que tenga que leer las frases anteriores a la que van a dictar para que las niñas y niños puedan seguir el hilo.
6. Escriba las frases que las niñas y niños dicen en los pliegos de papel periódico.
7. Al terminar, motive a las y los niños a dibujar pequeñas ilustraciones que complementen la historia. Seguramente tendrá más de un pliego, por lo que debe numerar las páginas.
8. 10 minutos después de estar decorando “las páginas” de la historia, lea la historia construida por todos. Celebre la creatividad y destaque cómo cada aporte contribuyó a hacer la historia única y especial.

**9.** Pregunte a las niñas y los niños:

- ¿Cómo se sintieron al construir una historia entre todos?
- ¿Qué tan fácil es decir la frase que habían pensado cuando llega su turno?
- ¿Cómo se cumple ese derecho en esta comunidad?

**10.** Recuerde dar espacio para las intervenciones luego de cada pregunta.

**11.** Al finalizar, invite a cada niña y niño a compartir un compromiso personal basado en lo que aprendieron. Puede ser algo pequeño pero significativo que planean hacer para promover y respetar los derechos de las niñas y niños en su vida diaria.

**12.** Exprese su agradecimiento por la participación y creatividad. Cierre destacando la importancia de comprender y respetar los derechos para construir un mundo más justo y equitativo.



## ACTIVIDAD 3

UNA HISTORIA SOBRE LOS  
DERECHOS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS

14-17 años



18 en adelante

## INSTRUCCIONES



35 minutos

1. Organice a las y los participantes en dos filas.
2. Invite a los participantes a discutir y elegir colectivamente un derecho específico de la Convención sobre los Derechos del Niño que servirá como el tema central de la historia.
3. Ubique un papel en un lugar retirado de las filas donde están las y los participantes.
4. Explique que van a escribir una historia y todas y todos van a contribuir en ella.
5. Para saber quién iniciará, las dos primeras personas de cada fila jugarán piedra, papel o tijera, el ganador deberá salir corriendo y escribir el comienzo de la historia y el otro participante pasará al final de la fila.



6. Este primer participante debe considerar el derecho seleccionado y comenzar la historia con una pregunta. Cada participante tendrá como límite un renglón.
7. Luego, los dos siguientes participantes juegan piedra, papel y tijera y el ganador pasa a escribir el siguiente renglón, indique que debe estar conectado al anterior y mantener el hilo de la historia.
8. Repita estos pasos hasta que todos los participantes hayan pasado. A medida que la historia avanza, pida a los participantes que incorporen creativamente el derecho seleccionado en sus contribuciones. Puede ser una situación en la historia que destaque la importancia de ese derecho.

**9.** Cuando el último participante escriba el último renglón, invítelos a completar la historia de manera concluyente. Luego, todos los participantes lean la historia completa en voz alta.

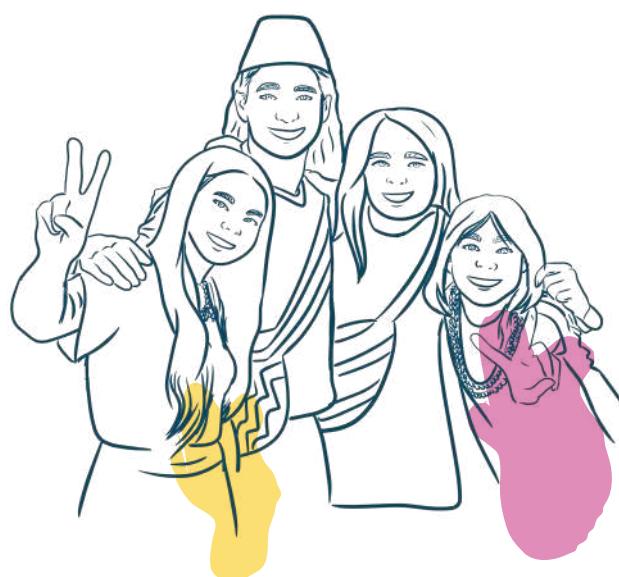
**10.** Facilite una discusión sobre cómo cada participante integró el derecho seleccionado en la historia. Realice preguntas como

- ¿Cómo influyó el derecho en el desarrollo de la trama?
- ¿Qué les gustó más de la historia colectiva que crearon?
- ¿Qué aprendieron sobre el derecho a través de su representación en la historia?
- ¿Cómo creen que la historia habría sido diferente si se hubiera seleccionado otro derecho?
- ¿Cómo pueden aplicar los derechos en su día a día?

**11.** No se olvide de dar espacio para varias intervenciones después de cada pregunta. Al final, celebre la creatividad de la historia y destaque cómo cada derecho agregó una capa única a la trama general.

**12. Finalice con la siguiente reflexión:**

*Así como cada línea que escribimos fue vital para la trama, cada uno de ustedes es esencial en la construcción de un mundo donde los derechos son reconocidos y respetados. A medida que reflexionamos sobre esta experiencia, les invito a llevar consigo la inspiración y el compromiso de aplicar estos principios en sus vidas cotidianas. Recuerden que cada pequeña acción, al igual que cada renglón en nuestra historia, puede tener un impacto significativo. Sigamos construyendo un futuro donde los derechos sean la base de nuestras decisiones y la fuente de historias aún más sorprendentes.*



## ACTIVIDAD 4

## JUGUEMOS



Todas las edades

## DESCRIPCIÓN



20 a 40 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión. También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- a)** Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- b)** Facilitar el desarrollo del juego.
- c)** Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- d)** Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.



**ACTIVIDAD 5**

**CONCLUSIÓN Y CIERRE**



Todas las edades

**INSTRUCCIONES**



10 minutos

1. Despues del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar el cierre.
2. Mientras hacen la transición entre el juego y el momento de cierre, ayúdelos a tranquilizarse, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.
3. Ubique a los participantes en un círculo o indique que se sienten en un lugar tranquilo.
4. Explique a los participantes que van a resumir la sesión con una sola palabra. Esta palabra debe representar lo que han aprendido, sentido o experimentado durante la sesión sobre el desarrollo de su yo interior. Invite a las y los participantes, uno por uno, a compartir su palabra clave con el grupo en orden de las manecillas del reloj. No es necesario que den una explicación detallada, simplemente la palabra.
5. Despues de que todos hayan compartido sus palabras clave, se hace una breve reflexión final preguntando a los participantes.
  - ¿Qué aprendizajes se llevan de este encuentro?
  - ¿Qué fue lo que más les gustó?
  - ¿Cómo se sintieron realizando cada juego y actividad?
  - ¿Cómo se sienten después de la sesión?
6. Cierre el encuentro agradeciendo, para esto puede decir algo como “Agradezco a cada uno por su participación el día de hoy, ha sido un tiempo valioso de reflexión y aprendizaje juntos. Llevemos lo que hoy hemos aprendido y experimentado a nuestras vidas cotidianas. Gracias por su compromiso y espero volver a verlos en la próxima sesión”.

**REFERENCIAS**

UNICEF Comité Español. (s.f.). CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO. Recuperado el 20 de Diciembre de 2023, de Sitio web de unicef.org: <https://www.unicef.org/es/convention-derechos-nino/texto-convencion>

UNICEF Colombia, Alianza por la Niñez. (2007). Código de la infancia y la adolescencia - Versión Comentada. BOGOTA, Colombia.

*Sesión*  
**10**

## RECONOCIENDO Y ACTUANDO FRENTE A LOS RIESGOS



## 10

RECONOCIENDO Y ACTUANDO  
FRENTE A LOS RIESGOS

*“Los verdaderos héroes son aquellos que reconocen los peligros, pero también saben cómo protegerse a sí mismos y a otros.” – Anónimo*

El reconocimiento de los riesgos se refiere al proceso de identificar y comprender situaciones, condiciones o factores que pueden representar una amenaza para la seguridad, el bienestar o la integridad de las personas, en otras palabras, implica estar consciente y alerta a los posibles peligros presentes en el entorno, ya sea en el hogar, en la escuela, en la comunidad o en cualquier otro contexto. Este proceso implica la capacidad de analizar y evaluar situaciones para anticipar posibles riesgos.

El objetivo principal del reconocimiento de los riesgos es permitir que las personas y comunidades tomen medidas preventivas y adopten estrategias de protección para minimizar los efectos e incluso evitar los riesgos por completo. Consulte en el anexo 1 11 riesgos específicos a los que se ven expuestos las niñas, niños y adolescentes.

De otra parte las estrategias de autoprotección son acciones deliberadas que una persona toma para prevenir, mitigar o responder de manera efectiva a situaciones de riesgo o amenaza a las que se ve expuesta. Estas estrategias están diseñadas para promover la seguridad personal y el bienestar, permitiendo a las personas tomar medidas proactivas para mantenerse a salvo en diversas circunstancias.

Sin embargo, no toda la responsabilidad es de la personas individualmente. La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger a las niñas, niños y adolescentes para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos como lo indica el artículo 44 de la Constitución Política de Colombia.

En esta sesión, se tiene la misión de fortalecer la capacidad de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes para reconocer riesgos y establecer algunas acciones de protección. Este tipo de actividades llevan a algunas personas participantes a identificar que están en riesgo o están siendo víctimas de alguna violación de derechos. En caso de identificar riesgos o situaciones en las que se están presentando vulneraciones a los derechos de los niños, niñas y adolescentes esté preparado para aplicar primeros auxilios psicológicos y comuníquese de inmediato con el equipo psicosocial del socio implementador para que asuman el caso.



Las diferencias culturales en las comunidades étnicas puede generar que los riesgos se perciban de una manera diferente, incluso como si no lo fueran. Esto quiere decir que cuando se aborden los riesgos con dichas comunidades, deberá ser más sensible para identificar si los niños, niñas y adolescentes reconocen o no estas situaciones como riesgos presentes en sus comunidades. Ante cualquier situación en la que identifique que un menor está en riesgo aumente su habilidad de observación y comuníquese con el equipo implementador.

## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Proporcionar a los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes herramientas para reconocer los riesgos y cómo actuar ante ellos.



### MATERIALES

Papel periódico, marcadores, hojas tamaño carta, cinta adhesiva, de colores, fichas bibliográficas con los 11 riesgos del **anexo 1**, stickers adhesivos redondos (son los puntos adhesivos que se usan para cerrar los sobres)



### DURACIÓN

4 horas y 20 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años

10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## EL AVIÓN DE LOS RIESGOS Y PELIGROS



Todas las edades



## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. De la bienvenida a las y los participantes y explique que esta sesión tiene como objetivo proporcionar a los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes herramientas para reconocer los riesgos de violencia y cómo prevenirlos.
2. Explique a las y los participantes que ahora jugarán al avión de los riesgos y peligros, asegúrese de establecer un tono relajado y abierto para crear un ambiente cómodo.
3. Entregue a cada participante una hoja y un marcador, luego indique que cada uno debe escribir en ella su edad, su sexo y algún riesgo o peligro al que hayan estado expuestos. No deben escribir su nombre.
4. Cuando finalicen, explique que deben doblar el papel hasta formar un avión.
5. Coloque una canción e indique que deben lanzar los aviones hasta que se detenga la música. mientras suene y tengan un avión de papel cerca, se seguirán lanzando sin descanso y sin leer, pero teniendo cuidado de no lastimar a nadie.
6. Posterior a ello una vez pare la música cada persona debe agarrar el avión que le haya quedado cerca y leer los datos.

Haga varias rondas de lectura para que se identifiquen unos 6 o 7 riesgos.

- ¿Cuál fue la situación que más les llamó la atención?
- ¿Identificaron alguna situación de riesgo que se presenta en varias edades?
- ¿Hay alguna situación de riesgo que se presenta más en niñas que niños o viceversa?

7. Cierre la reflexión informando que en esta sesión tiene como objetivo identificar acciones de prevención frente a los riesgos.

ACTIVIDAD 2 ¿CUÁLES SON LOS RIESGOS DE LAS NIÑAS Y NIÑOS?  10-13 años

## INSTRUCCIONES



60 minutos

**1.** Haga una explicación de los 11 riesgos a los que se ven expuestos las niñas, niños y adolescentes. Utilice los riesgos del **anexo 1** y pliegos de papel periódico para garantizar que cada vez que se explica un riesgo queda visible para todos.

**2.** Dibuje en un cartelera de papel periódico una figura humana con la imagen de un cerebro, corazón y estómago, y pregunte a los y las participantes:

- ¿Pueden reconocer lo que acabo de dibujar?
- ¿Pueden identificar la cabeza y el cerebro?
- ¿Pueden identificar el corazón?
- ¿Pueden identificar el estómago?

**3.** Una vez obtenga la respuesta de las y los participantes, cuéntele lo siguiente:

*"Hoy vamos a discutir los derechos de los niños a ser protegidos de la violencia y el abuso. Ya vimos que lastimar a los niños y las niñas es malo para ellos y que los niños tienen derecho a ser protegidos del daño. A veces las cosas nos lastiman físicamente en el exterior de nuestro cuerpo y a veces las cosas nos lastiman emocionalmente en el interior del cuerpo. Por ejemplo: golpear duele en el exterior del cuerpo y llamar a alguien con malos nombres duele en el interior y lo sientes en el corazón y el estómago."*

**4.** Luego de la reflexión, solicite a las y los participantes que den ejemplos de cómo alguien puede herir físicamente a los niños y las niñas en sus cuerpos, estas respuestas las va relacionando en la figura humana (al lado derecho). Luego de que las y los participantes terminen de dar ejemplos, se menciona que esto es considerado violencia física, y se pone un letrero que diga "violencia física o violencia" en la parte superior de la lista.





- 5.** Realice el mismo ejercicio, ahora señalando las partes internas (el cerebro, corazón y estómago), pregunte cómo alguien puede lastimar a los niños y las niñas para que lo sientan en el interior de su cuerpo (en su mente, corazón y estómago) y se relacionan en una lista al lado izquierdo de la figura humana. Los ejemplos de este tipo de violencia que los niños y las niñas pueden sentir en estas partes del cuerpo pueden ser engañar, llamar con malos nombres, ignorar, excluir de todo u obligar a hacer algo, amenazar, luego de reflexionar coloque el título al iniciar la lista de “Violencia psicológica o emocional”.
- 6.** Hay algunos tipos de violencia que pertenecen a los dos listados, por ejemplo, el trabajo infantil, explique la manera en que el trabajo es violencia física y de qué maneras es violencia psicológica/emocional; de una parte el trabajo doméstico (en la casa de otra persona o cuando se lleva a los extremos) puede dañar el cuerpo físicamente, o el niño/ la niña puede experimentar golpes o violencia sexual en el lugar de trabajo. El niño o la niña también puede experimentar violencia psicológica, por ejemplo, al emplear amenazas, o ser menospreciado debido a la explotación. Cuando salgan ejemplos de este tipo siempre haga la distinción en los dos listados.
- 7.** Explique que a través de esta actividad han explorado las diferentes formas en que la violencia puede manifestarse en la vida. Recuerde a las y los niños y niñas que todos y todas tienen el derecho de ser protegidos contra la violencia y el abuso. Manifieste que al identificar y comprender estas formas de violencia, están un paso más cerca de construir un entorno seguro y respetuoso para todas y todos.
- 8.** Invite a los niños y niñas a llevar esta conciencia a sus vidas diarias, compartiendo lo aprendido con amigos y familiares, y que continúen construyendo juntos un entorno seguro y protegido.

**ACTIVIDAD 2**

**EL NOTICIERO**



14-17 años  
18 en adelante

**INSTRUCCIONES**



60 minutos

1. Conforme 11 grupos, (seguramente de dos o tres personas máximo)
2. Entregue a cada grupo una ficha bibliográfica con la definición de los 11 riesgos, y pídale que construyan una noticia donde se exponga un caso en el cual se represente el riesgo que se les asignó.
3. El noticiero debe tener un presentador de la noticia (quien hace una introducción) y un corresponsal de noticia (que cuenta la noticia), para los grupos de tres se puede incluir un entrevistado. Tienen 20 minutos para leer el riesgo y crear la noticia.
4. Una vez han preparado sus noticias, pida a los demás participantes, (que serán los televidentes) que identifiquen de que riesgo se está hablando cada grupo debe leer la definición del riesgo que les fue asignado en voz alta para todos. Todo esto debe durar máximo 5 minutos.
5. Cuando han terminado de leer cada riesgo pídale que lo peguen en pliego de papel periódico que estará en una pared.
6. Luego distribuya a cada persona tres stickers adhesivos para que voten cuáles son los riesgos que consideran están más presentes en su comunidad. Si no tiene los adhesivos, haga pequeños trozos de papel de color y entregue a cada uno 3 papeles.
7. Permita un tiempo para que las personas vean los riesgos y pongan sus tres votos.
8. Al final haga una reflexión sobre los riesgos que más identifican los participantes.



## ACTIVIDAD 3

## SUPERHÉROE ANTI - VIOLENCIA



10-13 años

## INSTRUCCIONES



30 minutos



1. Ahora explique a las y los niños y niñas que se convertirán en superhéroes anti-violencia y tienen una gran misión, crear poderes que ayuden a combatir las violencias y peligros que han enlistado.
2. Entregue hojas y colores a las y los niñas, y explique que pueden inventar nombres, símbolos y hasta una historia de fondo para su super héroe, además, deben describir sus habilidades y como ayudarían a prevenir la violencia.
3. Mientras los y las participantes van realizando la actividad, organice un muro con dos pliegos de papel periódico en donde las y los niños pegaran sus creaciones con ayuda de cinta adhesiva.
4. Cuando las y los niños terminen de crear sus superhéroes invítelos a ir uno por uno, hacer su presentación del superhéroe a sus demás compañeros y compañeras y pegar su superhéroe en el mural.
5. Cuando todos finalicen, pregunte a las y los niños y niñas:
  - ¿Cómo se sintieron al crear su propio superhéroe anti-violencia?
  - ¿Cuál es el super poder que más se repite?
  - ¿Qué mensaje esperan transmitir con su superpoder a otras personas que enfrentan situaciones de violencia?
  - ¿Qué poderes quisieran que tuvieran las personas de tu familia o comunidad para proteger a las niñas y niños?

6. Recuerde dar el espacio para varias intervenciones después de cada pregunta y escuche cuidadosamente a cada participante. Al finalizar felicite a las y los participantes por haber creado unos defensores únicos, llenos de características especiales y poderes que pueden cambiar el mundo. Manifieste que al mirar esos superhéroes ve las capacidades de cada uno y cada una para enfrentar los desafíos y riesgos que tiene la vida, explique que cada dibujo, cada palabra y cada característica especial cuenta una historia y nos recuerda que la lucha contra la violencia no es solo responsabilidad de algunos sino una tarea que todos y todas podemos asumir.

### ACTIVIDAD 3

### ¿QUÉ HACEMOS CON LOS RIESGOS?



14-17 años



18 en adelante

#### INSTRUCCIONES



50 minutos

1. Una vez se han identificado los principales riesgos, organice 4 grupos (pueden ser más o menos de acuerdo con los resultados, si encuentra muchos riesgos con alta votación, haga más grupos)
2. Asigne a cada grupo un riesgo y entregue a cada grupo un pliego de papel periódico y pídale que en el centro escriban el nombre del riesgo.
3. Dígales que ahora van a trabajar en estrategias para enfrentar los riesgos. y qué piensen en las siguientes preguntas:
  - ¿Dónde se presenta principalmente este riesgo? (Lugares o situaciones en las que suele ocurrir)
  - ¿Cuáles acciones pueden hacer los participantes para prevenir ese riesgo?
  - ¿Cuáles acciones pueden hacer las familias para prevenir ese riesgo?
  - ¿Cuáles acciones pueden hacer las comunidades para prevenir ese riesgo?





- 5.** Para cada pregunta deben usar un color y escribir sus respuestas en el pliego de papel periódico que les entregó, de manera que sea fácil ver qué pueden hacer los participantes, las familias y las comunidades.
- 6.** Después de 25 minutos pida a cada grupo que en cuatro minutos presente las acciones que se pueden desarrollar para enfrentar ese riesgo.
- 7.** Al terminar las presentaciones genere una reflexión, utilizando los elementos que las personas participantes expusieron. Especialmente refuerce las ideas sobre las acciones de protección que deben hacer, asegúrese que durante la reflexión quedan claros estos puntos, además de los que se identifiquen por parte de la personas participantes:
  - Las niñas niñas y adolescentes enfrentan muchos riesgos, en ocasiones varios riesgos al mismo tiempo.
  - La prevención de estos riesgos, está dada por las capacidades que desarrollen las niñas, niñas y adolescentes, pero también por la fortaleza de las familias y las comunidades para protegerlos.
  - Los riesgos se reducen sustancialmente cuando los derechos básicos de las niñas niñas y adolescentes se ejercen adecuadamente: la educación, la salud, el derecho de la familia, etc. De allí la importancia de satisfacer sus necesidades. Salirse del colegio, por ejemplo, aumenta los riesgos sobre esa niña o niño escolarizado.
  - En la alcaldía del municipio existen rutas para atender algunos riesgos, es importante conocerlas y saber que oferta hay para prevenir que a las niñas, niñas y adolescentes les pasen estas cosas.
- 8.** Para finalizar pídale que piensen una acción que quisieran desarrollar para prevenir un riesgo específico. La van a compartir cuando regresen del juego.

## ACTIVIDAD 4

## JUGUEMOS



Todas las edades

## DESCRIPCIÓN



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “Manual de juegos de Retorno a la Alegría” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- a) Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- b) Facilitar el desarrollo del juego.
- c) Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- d) Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

**ACTIVIDAD 5**

**REFLEXIÓN Y CONCLUSIONES**



Todas las edades

**INSTRUCCIONES**



10 minutos

1. Después del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar el cierre.
2. Mientras hacen la transición entre el juego y el momento de cierre, ayúdelos a tranquilizarse, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.
3. Ubique a los participantes en un círculo
4. Diga a los participantes que digan una palabra que aprendieron hoy
5. Realice las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendiste sobre ti mismo/a durante esta sesión?
  - ¿Cómo se sintieron realizando cada juego y actividad?
  - ¿Hubo algún momento que te hiciera sentir especialmente conectado/a con los demás?
  - ¿Cómo puedes aplicar lo aprendido sobre el reconocimiento de los riesgos en tu día a día?
  - ¿Qué acuerdo colectivo podemos hacer para ser de esta comunidad un lugar más seguro para las niñas, niños y adolescentes?
6. Pida a cada participante que comparta un compromiso personal para enfrentar los riesgos.
7. Cierre el encuentro agradeciendo: para esto puede decir algo como “agradezco a cada uno por su participación el día de hoy, ha sido un tiempo valioso de reflexión y aprendizaje juntos. Llevemos lo que hoy hemos aprendido y experimentado a nuestras vidas cotidianas. Gracias por su compromiso y nos vemos en la próxima sesión”.

**REFERENCIAS**

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2019). Guía Orientadora para la Gestión del Riesgo en la Primera Infancia v1. Recuperado el 10 de febrero de 2024, de ICBF: <https://www.icbf.gov.co/guia-orientadora-para-la-gestion-del-riesgo-en-la-primera-infancia-v1>

IFRC Reference Centre for Psychosocial Support, World Vision International. (2018). Activity Catalogue for Child Friendly Spaces in Humanitarian Settings. Copenhagen, Dinamarca.



## ANEXO 1

### 11 RIESGOS A LOS QUE SE VEN EXPUESTOS LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

#### EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA



Se trata de los embarazos antes de los 18 años, ya que si bien existe la capacidad biológica de llevar un embarazo, el embarazo en la adolescencia genera muchos riesgos en la salud física y emocional tanto masculina como femenina, así como en sus interacciones sociales. Las consecuencias del embarazo en la adolescencia afectan tanto a hombres como mujeres.

#### TRABAJO INFANTIL



Todas aquellas acciones realizadas por las niñas, niños y adolescentes que corresponden a un trabajo remunerado o no remunerado (con pago o sin pago) que pueda afectar su desarrollo físico y psicológico. El Trabajo infantil limita las posibilidades de un desarrollo adecuado.

#### RIESGOS DIGITALES



Son todos los peligros y amenazas que tiene el uso de la internet, la navegación por las páginas web y la publicación de videos, blogs webs, correos electrónicos, mensajería instantánea, foros, chats, etc., y que pueden significar algún riesgo; al igual que ocurre en las actividades que se realizan en el “mundo físico”. En internet, no sabemos quién nos está hablando, puede haber suplantaciones de identidad para engañar a las niñas niños y adolescentes.

#### ENTRAR EN CONFLICTO CON LA LEY



Se trata de acciones o hechos que cometen niñas, niños o adolescentes en contra de la ley y que son delitos y por tanto penalizadas; es decir que existen leyes que pueden generar que la niña, niño o adolescente pueda ser castigado por el hecho, si bien la pena tienen condiciones diferentes a las de un adulto, es posible privar de la libertad a una persona entre 14 y 18 años.

#### USO Y CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS



Es el consumo de alcohol, tabaco, drogas ilícitas o medicamentos que tienen consecuencias negativas en la salud y en el desarrollo psicosocial y psicoemocional de niñas, niños y adolescentes. En estas edades los efectos de las sustancias psicoactivas tienen un alto impacto en el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes.

RETORNO A LA  
ALEGRÍA

## SUICIDIO



Es la acción de quitarse la vida, y puede estar motivada por estados emocionales depresivos o enfermedades mentales. Se debe prestar atención a la salud mental de las niñas, niños y adolescentes.

## MALTRATO INFANTIL



El maltrato infantil se entiende como todas aquellas acciones de agresión física, maltrato psicológico o negligencia (abandono y descuido) que se puede generar hacia una niña, niño y adolescente. Si bien hoy en día existe una ley que prohíbe el castigo físico (Ley 2089 de 2021) aún sigue siendo usada como una práctica en los hogares. El castigo físico afecta el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes.

## VIOLENCIA EN LA ESCUELA (BULLYING)



Toda acción que genere maltrato físico, psicológico o sexual hacia niñas, niños y adolescentes dentro de la institución educativa, por parte de compañeras y compañeros de estudio, docentes y administrativos. Las agresiones entre los niñas y niños no son algo “normal” de la edad y pueden causar graves consecuencias en el desarrollo.

## VIOLENCIA INTRAFAMILIAR



Todo tipo de maltrato por parte de un miembro de la familia a otro, esto incluye violencia física, psicológica, económica y sexual dentro del hogar. No necesariamente debe ser en contra de las niñas, niños y adolescentes, sino en contra de cualquier persona del hogar. La violencia intrafamiliar deja secuelas en el desarrollo y trastorna las relaciones sociales de niñas, niños y adolescentes.

## VIOLENCIA Y EXPLOTACIÓN SEXUAL COMERCIAL



Son las agresiones que involucren la sexualidad, genitalidad o corporalidad de una persona. Estas acciones se pueden dar por medio de utilizar o no utilizar la fuerza. Es lo que comúnmente las personas llaman “violaciones”. Sin embargo, los toqueteos y los acosos también son violencia sexual. La explotación sexual es aprovecharse económicamente de la sexualidad de una persona, y los casos son más frecuentes de lo que se piensa.

## RECLUTAMIENTO USO Y UTILIZACIÓN

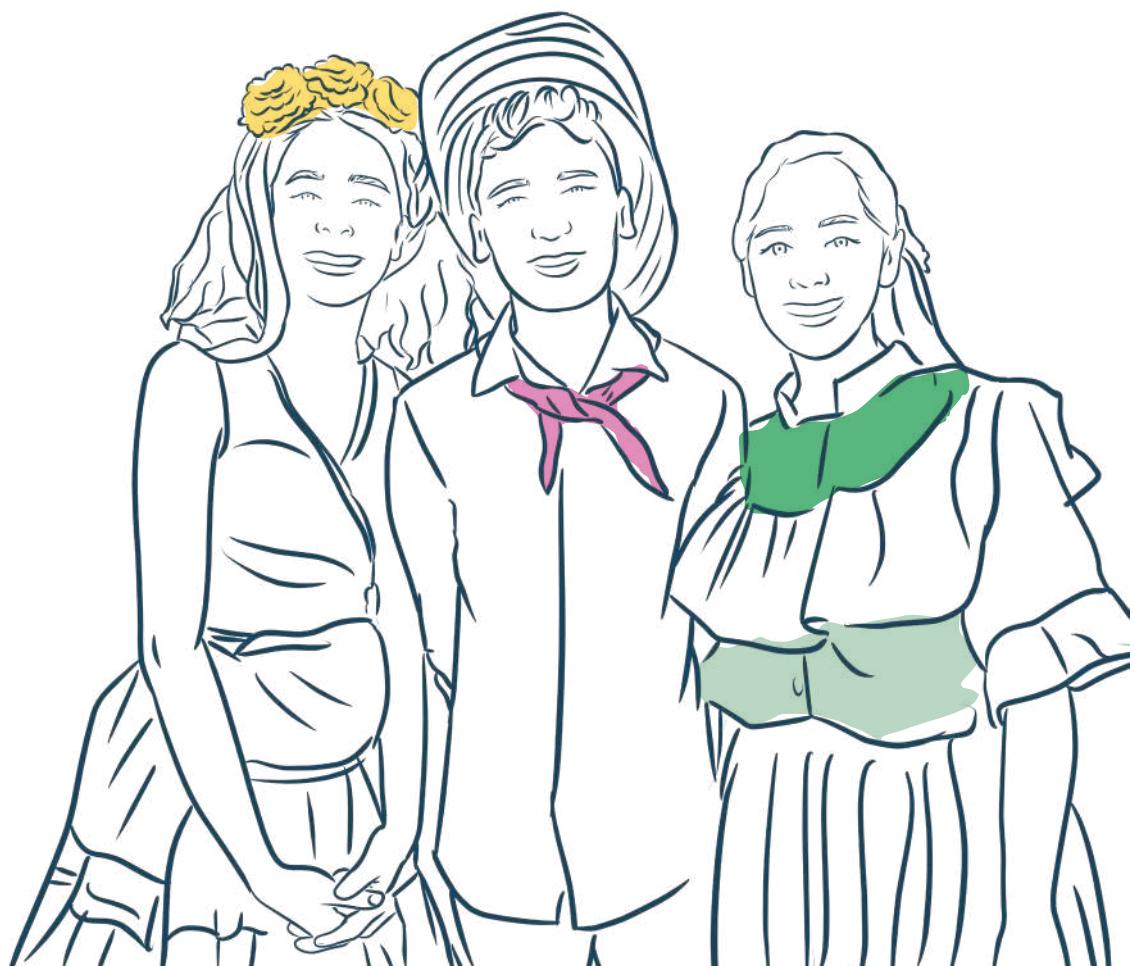


Son todas las acciones de llevarse o involucrar a una niña, niño o adolescente para que pertenezca y participe de acciones ilegales dentro de grupos al margen de la ley. También se trata de utilizarlos con fines delictivos, así no esté lejos de su casa, pero es obligado a realizar actividades para los grupos ilegales.



*Sesión*  
**11**

## Evitando las **LAS VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO**



## 11

EVITANDO LAS VIOLENCIAS  
BASADAS EN GÉNERO

*“El respeto por los derechos de los demás es la paz” (Benito Juárez).*

La sesión reconociendo los derechos de los otros (VBG) para niños, niñas, adolescentes y jóvenes se fundamenta en la necesidad de construir sociedades donde el respeto y la igualdad prevalezcan. Las Violencias Basadas en Género (VBG) es una problemática persistente que afecta a individuos en todas las edades y contextos socioeconómicos. Abordar este tema desde temprana edad es crucial para fomentar la prevención y promover valores fundamentales.

*“La verdadera medida de una sociedad radica en cómo trata a sus miembros más vulnerables y cómo salvaguarda sus derechos más básicos”* esta cita de Mahatma Gandhi destaca la responsabilidad colectiva de proteger los derechos fundamentales de todos los individuos, especialmente de aquellos que son más vulnerables a la violencia y discriminación. Reconocer los derechos de los demás es esencial para construir una sociedad justa y equitativa.

La sesión tiene como objetivo sensibilizar a las y los participantes sobre la importancia de respetar los derechos de los demás, abordando específicamente la violencia basada en género. De igual manera, se busca proporcionar herramientas prácticas y conocimientos que les permitan identificar, prevenir y abordar situaciones de violencia de manera respetuosa.

El enfoque inclusivo y adaptado a diferentes grupos de edad busca no solo informar, sino también inspirar acciones concretas. Al reconocer y respetar los derechos de los demás, se contribuye activamente a la construcción de comunidades más seguras, igualitarias y respetuosas para las generaciones presentes y futuras.

**CONCEPTOS CLAVES:**

**El género** se refiere a los roles, comportamientos, actividades y atributos construidos socialmente y que una sociedad determinada considera apropiados para niñas, niños, mujeres y hombres.

**La violencia de género** se refiere a todos los daños infligidos o sufridos por las personas sobre la base de las diferencias de género. Su intención es establecer o reforzar los desequilibrios de poder y perpetuar las desigualdades de género. La violencia de género puede afectar a las mujeres o a los hombres; sin embargo, afecta a las mujeres y a las niñas de forma sistemática y desproporcionada. La violencia de género incluye, por ejemplo, el matrimonio infantil, precoz y forzado, la ablación o mutilación genital femenina, la violencia y el abuso sexual, la negación del acceso a la educación y a los servicios de salud reproductiva, la violencia física y el abuso emocional.

**Discriminación por razón de género** significa cualquier exclusión o restricción por razón de género que cree barreras para las niñas, niños, mujeres y/u hombres en el reconocimiento, disfrute o ejercicio de sus derechos humanos plenos e iguales.

La **igualdad de género** se refiere a la ausencia de discriminación por razón del género.

La **equidad de género** es el proceso de ser justos con las niñas, los niños, las mujeres y los hombres. Para garantizar la equidad, hay que disponer de estrategias y medidas para compensar las desventajas históricas y sociales de las niñas y las mujeres que impiden que las niñas, los niños, las mujeres y los hombres actúen en igualdad de condiciones. La equidad conduce a la igualdad.

Los **enfoques** e intervenciones **que explotan el género** se aprovechan de las rígidas normas de género y de los desequilibrios de poder existentes para explotar aún más a las niñas y las mujeres.

La **desigualdad de género** se refiere a cualquier discriminación por razón del género.

Las **normas de género** son principios y reglas sociales que rigen el comportamiento de las niñas, los niños, las mujeres y los hombres en la sociedad y restringen su identidad de género a lo que se considera un rol de género apropiado en ese momento. Al igual que los roles de género, las normas de género no son estáticas ni universales y cambian con el tiempo.

Los **roles de género** son comportamientos, actitudes y acciones que la sociedad considera apropiados o inapropiados para una niña, un niño, una mujer o un hombre, según las normas y tradiciones culturales. Los roles de género no son estáticos ni universales, sino que varían entre culturas, a lo largo del tiempo, entre generaciones y en relación con otras identidades sociales como la clase social, el estatus socioeconómico, la etnia, la orientación sexual, la religión, la capacidad y el estado de salud.

La **sensibilidad al género** describe un enfoque o una intervención en la que se identifican, se consideran y se tienen en cuenta las diferentes necesidades, capacidades y oportunidades de niñas, niños, mujeres y hombres.

La **transformación de género** se refiere a los enfoques e intervenciones que utilizan un enfoque sensible al género y promueven la igualdad de género, al tiempo que trabajan con las partes interesadas clave para identificar, abordar y transformar positivamente las causas fundamentales de la desigualdad de género para las niñas, los niños, las mujeres y los hombres.

El **patriarcado** se refiere a los desequilibrios históricos de poder, así como a las prácticas y sistemas tradicionales discriminatorios, que otorgan a los hombres **“más poder en la sociedad y ofrecen a los hombres beneficios materiales, como mayores ingresos y prestaciones informales, incluyendo el cuidado y el servicio doméstico de las mujeres y las niñas en la familia”**



Es importante que reconozca que la comprensión de los derechos de los demás y la lucha contra las violencias basadas en género deben ser abordadas con un enfoque étnico y cultural, respetando y teniendo en cuenta la diversidad de perspectivas y experiencias étnicas y culturales que enriquecen la comprensión colectiva de estos temas sensibles. Al considerar el impacto de las diferentes identidades culturales, está mejor preparado para desarrollar estrategias inclusivas y respetuosas que aborden las violencias basadas en género de manera efectiva. Este enfoque integral no solo respeta la diversidad cultural, sino que también fortalece la base para la construcción de sociedades más justas y equitativas. En la búsqueda de un mundo donde todos los individuos gocen plenamente de sus derechos, la sensibilidad hacia las particularidades étnicas y culturales se erige como un pilar fundamental para la construcción de un futuro más igualitario y respetuoso.



## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Sensibilizar y fortalecer a niños, niñas, adolescentes y jóvenes para que reconozcan y respeten los derechos de los demás, con un enfoque específico en la prevención de las Violencias Basadas en Género (VBG) particularmente hacia las mujeres, promoviendo actitudes y acciones que contribuyan a la creación de entornos seguros y equitativos.



### MATERIALES

Pelota, bola de lana, hojas de papel, cartulina grande o papel bond, octavos de cartulina, marcadores, colores, lápices, copias del **anexo 1** y copias del termómetro de VBG.



### DURACIÓN

2 horas

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## CONSTRUYENDO REDES DE RESPETO



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Agradezca a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes su participación en el espacio, indíquelas que si en algún momento no se sienten a gusto con lo que se está hablando, se lo pueden hacer saber con tranquilidad.
2. Explique a las y los participantes que van a construir entre todos y todas una red de respeto.
3. De orientaciones a las y los participantes para que formen un círculo.
4. Indique que pasara un rollo de lana y la persona que lo tenga dirá su nombre y compartirá algo que valore en términos de respeto y cuando finalice lanzará el rollo de lana y se quedará sosteniendo un pedazo para ir formando una red.



5. Realice la primera presentación, para mostrarle a las y los participantes como deben realizar el ejercicio, esto también ayudará a que quede sosteniendo el inicio de la lana, para presentarse puede decir *"Hola, mi nombre es \_\_\_\_\_ y en términos de respeto valoro como soy escuchada por los demás"* cuando finalice, sostenga el inicio de la lana y lance el rollo al otro extremo del círculo para que los y las participantes inicien con su presentación.
6. Cuando todos y todas se hayan presentado, comparta la siguiente reflexión: "esta red representa más que solo un ejercicio; simboliza la capacidad colectiva para construir un entorno seguro y respetuoso. En este tejido de experiencias y valores, hemos formado una red que nos conecta a todos. Cada hilo representa una historia, una perspectiva y, sobre todo, un compromiso con el respeto mutuo. Al lanzar el rollo de lana, compartimos no solo palabras, sino también la responsabilidad de mantener esta red fuerte".

**7.** Ahora explíquelo a las y los participantes que regresaran la lana por el mismo camino y para hacerlo la última persona en presentarse deberá mencionar una acción que consideren esencial para construir un mundo respetuoso y lanza la lana a la persona que se presentó antes que él o ella, esto lo repetirán hasta que el rollo de lana llegue nuevamente a sus manos. Por ejemplo: escuchar, ayudar, comprender.

**8.** Cuando todos hayan compartido las acciones y el rollo de lana llegue a sus manos, cierre la actividad mencionando lo siguiente: A medida que el rollo de lana viaja de mano en mano, recordamos que cada uno de nosotros es clave en construir un mundo lleno de respeto. La diversidad de acciones que destacaron refleja la riqueza de nuestra visión compartida para un mundo donde la dignidad, la igualdad y el respeto sean pilares inquebrantables. En esta sesión tenemos la misión importante de sensibilizarnos y fortalecernos para que se reconozcan y respeten los derechos de los demás, con un enfoque específico en la prevención de las Violencias Basadas en Género (VBG), promoviendo actitudes y acciones que contribuyan a la creación de entornos seguros y equitativos.

## ACTIVIDAD 2

### LA IMPORTANCIA DE LOS DERECHOS



10-13 años

#### INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Ubique a las niñas y los niños en un círculo sentados en el suelo.
2. Realice la narración del siguiente cuento, recuerde jugar con el tono de voz y los gestos para hacer más entretenida la historia.

Había una vez un colorido pueblo llamado Arcoíris, donde todos los niños y niñas jugaban y compartían sus sueños. Sin embargo, un día, algo extraño sucedió: algunos niños comenzaron a sentirse tristes porque sus derechos no estaban siendo respetados.

En el parque de Arcoíris, vivía una niña llamada Luna, a ella le encantaba volar su cometa, pero un día, otro niño llamado Sol la empujó y le quitó la cometa. Luna se sintió triste y sin saber qué hacer.

En el bosque cercano, vivía un sabio búho llamado Sabino, conocido por ayudar a resolver problemas. Luna decidió buscar la sabiduría de Sabino para entender qué podía hacer cuando sus derechos eran vulnerados.

Sabino reunió a los niños y niñas en el claro del bosque y les pidió que compartieran sus experiencias. Otros niños también tenían historias similares: algunos no podían jugar en el parque, otros eran interrumpidos al hablar y algunos no se sentían escuchados.

El sabio búho propuso una solución: "Creemos un Consejo de Derechos en Arcoíris, donde todos podamos hablar y asegurarnos de que nuestros derechos sean respetados".

Los niños se entusiasmaron con la idea y, juntos, crearon un cartel gigante con los derechos que todos debían respetar: el derecho a jugar, a ser escuchado, a ser tratado con amabilidad. Cada semana, se reunían en el Consejo de Derechos para discutir cualquier problema y encontrar soluciones. Si alguien sentía que sus derechos no estaban siendo respetados, todos trabajaban juntos para encontrar una solución justa.

Desde ese día, en Arcoíris, los niños y niñas aprendieron que todos merecen ser tratados con respeto y que podían hacer la diferencia cuando trabajaban juntos para proteger sus derechos. Y así, el pueblo de Arcoíris se convirtió en un lugar donde la amistad, la igualdad y la alegría brillaban más fuertes que nunca.

Y así concluye esta historia, recordándonos que, al trabajar juntos y respetar los derechos de los demás, podemos crear comunidades llenas de colores y alegría.



3. Proporcione materiales como: hojas blancas, lápices y colores. Pida a las y los participantes que creen un dibujo que represente cómo ellos pueden ayudar a proteger los derechos de los demás en su comunidad.
4. Camine alrededor del espacio y esté atento ante las dudas o problemas que presenten los niños y niñas para resolver la actividad.
5. Cuando finalicen de crear sus dibujos forme un círculo y permita que cada niño y niña comparta su dibujo. Motive a que expliquen lo que han representado y por qué es importante respetar los derechos de los demás.

6. Al finalizar, cierre la actividad con la siguiente reflexión: cada uno de ustedes es muy importante para crear un mundo lleno de paz y equidad, donde a todos y todas se le reconozcan y respeten sus derechos, hoy han creado algo increíble y valioso, no solo para ustedes sino para toda su comunidad, poco a poco han avanzado en el reconocimiento que tienen desde la individualidad y como comunidad también.

**ACTIVIDAD 2**

**TERMOMETRO DE VIOLENCIAS  
BASADAS EN GENERO**



14-17 años

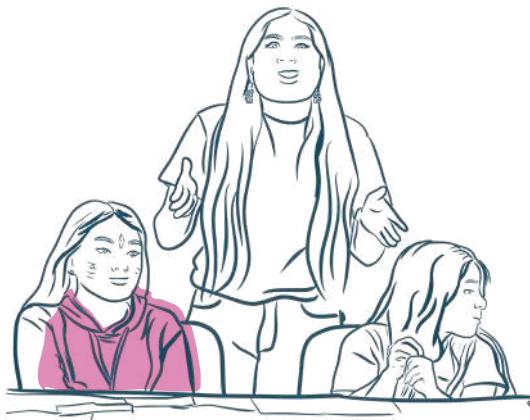


18 en adelante

**INSTRUCCIONES**



60 minutos



1. Divida al grupo en pequeños grupos de 3 participantes e indíquenles que cada grupo va a tomarle la temperatura a las violencias basadas en género particularmente contra la mujer en el entorno de la comunidad en donde se encuentran.
2. Para ello entregue a cada grupo una copia del **anexo 1** con el termómetro y las preguntas que permitirán tomarle la temperatura a la violencia basada en género. Entregue también 3 colores para marcar el termómetro: amarillo, naranja y rojo.
3. Explique a los grupos que se trata de dar respuesta a las preguntas de acuerdo a su percepción de las situaciones que se viven en su comunidad, barrio, asentamiento, hogar, colegio o entorno de trabajo.
4. Pida a los grupos que lean cada pregunta y comenten entre los miembros del grupo como se vive o evidencia cada situación desde su percepción y luego como grupo dar una respuesta, si hay diferencias o desacuerdos entre el grupo ayude a aclarar las diferencias y apóyelos para llegar a una respuesta consensuada como grupo.

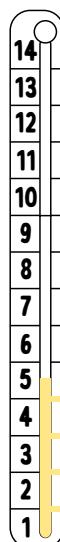
**5.** El termómetro tiene una escala de 1 a 14 que corresponde al número de preguntas que se formulan, por cada pregunta positiva el termómetro irá aumentando de temperatura.

**6.** Dé un tiempo entre 20 y 25 minutos para dar respuesta a las preguntas y pida que vayan registrando las respuestas en la hoja que se les entregó.

**7.** Pida a cada grupo que cuente cuantas preguntas con respuestas positiva tuvieron, este conteo es la base para el termómetro del grupo, seguidamente pida a cada grupo que según su respuesta coloree el termómetro con los siguientes parámetros:

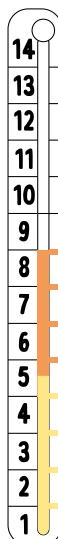


- Si hay entre 0 y 5 respuestas positivas, deben colorear tantas casillas como respuestas positivas con el color amarillo y ese será el resultado de su termómetro, por ejemplo si el grupo dio respuesta positiva a 4 de las 14 situaciones, entonces coloreara el termómetro hasta la casilla número 4.



Número de respuestas  
positivas: 4

- Si hay entre 6 y 9 respuestas positivas, deben colorear las primeras cinco casillas con amarillo y las restantes con color naranja, por ejemplo si el grupo dio respuesta positiva a 8 de las 14 situaciones, entonces coloreará de la 1 a la 5 con amarillo y de la 6 a la 8 con naranja y ese será el resultado de su termómetro.



Número de respuestas  
positivas: 8

- Si hay más de 9 respuestas positivas, deben colorear de la 1 a la 5 con amarillo, de la 6 a la 9 con naranja y las restantes casillas con rojo, por ejemplo si un grupo dio respuesta positiva a 13 preguntas, su termómetro deberá tener de la 1 a la 5 amarillo, de la 6 a la 9 naranja y de la 10 a la 13 rojo.



Número de respuestas  
positivas: 13

**8.** Pida a los grupos que peguen en una pared o tablero sus termómetros para hacerlos visibles para todo el grupo. Esto permitirá tener una idea de cómo los niños, niñas, adolescentes y jóvenes perciben las violencias basadas en género en su entorno cercano.

**9.** Invite a los participantes a que se sienten en un círculo y motive la reflexión sobre el ejercicio observando lo siguiente:

- **Las situaciones 1 a la 6 son violencia psicológica, léalas nuevamente y pregunte si conocen otras formas de violencia psicológica.**

#### **¿Qué otras señales de violencia psicológica conocen?**

Este atento/a a las respuestas dadas por los y las participantes y se reafirme que la **violencia psicológica** es toda acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza directa o indirecta, humillación.

- **Las situaciones de la 7 a la 9 son violencia física, léalas nuevamente y pregunte si conocen otras formas de violencia física.**

#### **¿Qué otras señales de violencia física conocen?**

Escuche las respuestas dadas por los y las participantes y reafirme que la **violencia física** es todo daño que afecte la integridad física y el derecho a la vida de la persona, pudiendo ocasionar daños físicos internos o externos a la persona agredida, no necesariamente deben quedar huellas, heridas o moretones en la víctima.

- **Las situaciones 10, 11 y 12 corresponden a violencia sexual, léalas nuevamente y pregunte si conocen otras formas de violencia sexual.**

#### **¿Qué otras señales de violencia sexual conocen?**

Escuche las respuestas dadas por los y las participantes y reafirme que la **violencia sexual**, es todo daño o sufrimiento sexual que se lleva a cabo a través de la fuerza, coerción, intimidación, amenaza, chantaje, soborno, manipulación o cualquier otra acción contra la voluntad de la víctima o sin que lo pueda decidir de manera consciente. Por ejemplo tocamientos, manoseos, exhibicionismo, exposición a actos sexuales o material pornográfico, violación, prostitución forzada, matrimonios con menores, acoso sexual, incesto y cualquier acto sexual con menor de 14 años.

- **Las situaciones 13 y 14 corresponden a violencia económica, léalas nuevamente y pregunte si conocen otras formas de violencia económica.**

#### **¿Qué señales de violencia económica conocen?**

Preste atención a las respuestas y reafirme que la **violencia económica**, es toda acción que no permite tener un ingreso separado, o que quita las ganancias económicas a la persona, ejerciendo control sobre la personas.

**10.** Cierre el ejercicio invitando a los participantes a que se reconozca que las acciones que violentan a las personas por su género atentan contra el desarrollo y bienestar de la comunidad y luchar por erradicarlas debe ser un compromiso de todos, finalice haciendo énfasis en los siguientes elementos:

No es posible hacer una única definición de ser hombre o ser mujer, y que, cuando lo intentamos hacer, solemos caer en las características del sexo, de los roles o los estereotipos de género.

Al hablar de roles de género, nos referimos al lugar que les asigna la sociedad a las personas, y está relacionado con la forma de ser, sentir y actuar, dándole valor dependiendo de si son realizadas por una mujer o un hombre.

Y al hablar de estereotipos de género, nos referimos a los prejuicios, lo que se espera de las personas por nacer hombres o por nacer mujeres: los hombres son fuertes, agresivos, dominantes, las mujeres son frágiles, débiles, emocionales y sumisas.

Ambos elementos producen una asignación desigual de tareas, actividades, expectativas y valoraciones de lo que es y lo que hacen los hombres y las mujeres en la sociedad, generando discriminación y violencias basadas en género.

Si son víctimas de violencias basadas en género hay canales de acompañamiento y denuncia que pueden ser utilizados para recibir apoyo, **comentar la situación con personas de confianza o directamente en instituciones como la fiscalía, comisaría de familia, la Policía de infancia y adolescencia, la personería o el ICBF** pueden ser el primer paso para afrontar la situación.



## ACTIVIDAD 3

## ACUERDOS RESPETUOSOS



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Diga que en esta actividad las niñas y niños trabajarán juntos para desarrollar acuerdos positivos, es decir, reglas sobre cómo pueden trabajar juntos de manera positiva y tratarse respetuosamente.
2. Coloque un papelógrafo grande (2 hojas juntas, puede ser de cartulina o papel bond) en el suelo. Diga que cada participante debe dibujar el contorno de su mano en el papel (se pueden turnar y pasar de cinco en cinco). Si es posible, los asistentes pueden tratar de unir su mano para crear un círculo de manos unidas.
3. Motive a las niñas y niños a reunirse alrededor del papelógrafo con las huellas de las manos, para que como grupo puedan discutir y acordar acuerdos positivos y comportamientos aceptables para crear un espacio cómodo para todos.
4. Escriba en las huellas de las manos los acuerdos positivos de los participantes vayan nombrando. Por ejemplo, todos deben respetar las opiniones de los demás. De igual manera pregunte si los miembros del grupo si están de acuerdo, con el acuerdo positivo nombrado y añada cada uno de ellos en el papelógrafo.



5. Haga revisar juntos la lista de acuerdos positivos, para ver si es necesario agregar alguna de las sugerencias adicionales para un entorno respetuoso, divertido, seguro e inclusivo. De ser así, sugiéralas y discútalas con las niñas y agréguelas a su lista.

Acuerdos positivos para un entorno respetuoso, divertido, seguro e inclusivo:

- Respetarse mutuamente y valorar las diferencias en el grupo
- Todo el mundo tiene derecho a opinar sin ser juzgado por los demás
- Escuchar a los demás

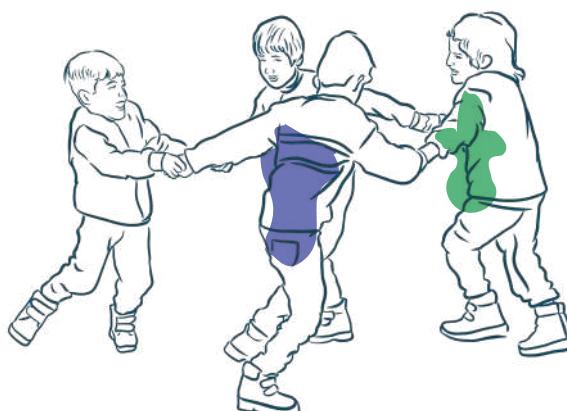
- No hay respuestas erróneas: todo el mundo está aquí para aprender
- Intenta participar en todo lo que puedas, pero sólo comparte tus ideas y pensamientos si quieres
- Estar motivado y animar a los demás a participar
- Sé amable con los demás, tanto en palabras como en acciones
- Ayudarse mutuamente cuando sea necesario
- Comunicar al facilitador o al punto focal de salvaguardia si se siente inseguro o incómodo
- Respetar la intimidad de los demás

**6.** Explique que los acuerdos positivos se aplican a todos, a las niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos, haga hincapié en que **“siempre pueden esperar que los demás los traten con respeto y sean amables con ustedes. No deben decir nada que los tristezca, no deben pegarles, ni hacer nada que los haga sentir mal”**.

**7.** Diga que el respeto por la privacidad y la confidencialidad de las personas es realmente importante en las sesiones, explique que **“si compartimos algo personal aquí con las demás, no queremos que nadie de aquí lo comparta con alguien fuera del grupo. Por lo tanto, también tenemos la responsabilidad de no compartir nada sobre nadie del grupo con personas ajenas a él. Siempre debemos tratar a los demás como nos gustaría que nos trataran a nosotros. También hay que recordar que algo que a ti no te parece privado puede serlo para otra persona (o viceversa)”**.

**8.** Explique la excepción a la regla de confidencialidad: **“La única excepción a la regla de no compartir nada fuera de este grupo, es si alguno de ustedes comparte que está siendo dañado por alguien, si está en riesgo de dañarse a sí mismo, o si me habla de otra persona que está siendo dañada.”** Continúe diciendo: **“Puede haber momentos en los que te sientas incómodo por compartir algo muy personal en el grupo. No tienes que hacerlo si no quieres.”**

**9.** Pregunte si las y los participantes tienen alguna duda y elógielos por haber dado los primeros pasos importantes para crear un ambiente seguro y respetuoso para el resto de las sesiones.



## ACTIVIDAD 4

## JUEGO



Todas las edades

## DESCRIPCIÓN



30 minutos

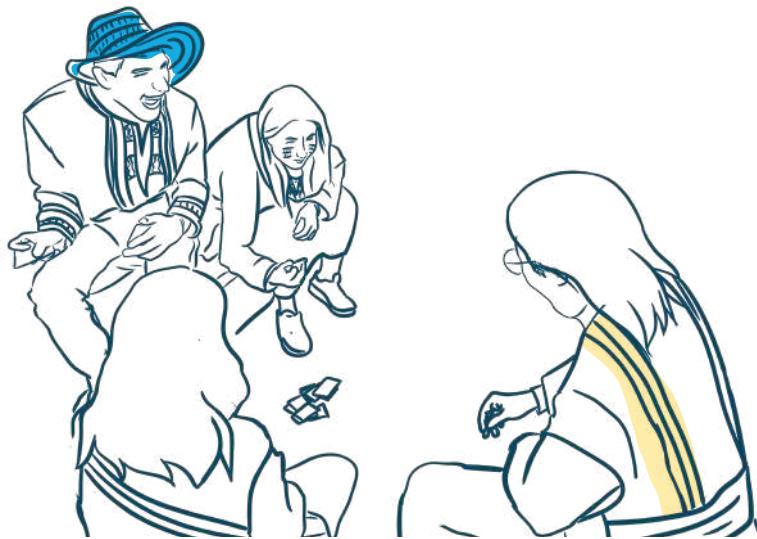
En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- Facilitar el desarrollo del juego.
- Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.



Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

## ACTIVIDAD 5

## DESPEDIDA



Todas las edades

## INSTRUCCIONES

10 minutos

1. Invite a los participantes a formar un círculo, manteniendo una distancia segura entre ellos, explícales que realizarán una actividad que simboliza la importancia de la colaboración y el apoyo mutuo.
2. Entregue a cada participante una tarjeta o papel pequeño en el que hayas escrito una palabra positiva relacionada con la temática, como “respeto”, “solidaridad”, “aprecio” “igualdad” o “empatía”.
3. Pida que tomen un momento para leer la palabra que les ha tocado.



4. Seguidamente explique que el o la participante que tenga la palabra “inicia” mencionando la palabra positiva que tiene y cómo la relaciona con la temática de reconocer los derechos de los demás, después, esa persona pasa la palabra al siguiente participante, tomando su mano, quien hace lo mismo.
5. A medida que cada participante comparte su palabra, forma una cadena física sosteniendo las manos con quienes están a su lado. Anime a que cada conexión en la cadena represente la fortaleza y apoyo que brindan al reconocer los derechos de los demás.
6. Tras completar la cadena, invite a los participantes a reflexionar brevemente sobre cómo la colaboración y el apoyo mutuo son fundamentales en la promoción de los derechos de los demás.
7. Agradezca a todos por su participación y compromiso e indique que desea verlos pronto para la próxima sesión.

## REFERENCIAS

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2021). Encuentros prevención de riesgos específicos entre pares. Bogotá, Colombia.

Naciones Unidas. (s.f.). La Declaración Universal de los Derechos Humanos. Recuperado el 6 de diciembre de 2023, de <https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>

Ministerio de Justicia . (2021). TALLER PEDAGÓGICO VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO. Recuperado el 26 de enero de 2024, de Tejiendo Justicias: [https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/tejiendo-justicia/Documents/Talleres/Herramienta3/Talleres%20VBG/TALLER\\_VIOLENCE\\_BASADA\\_EN\\_GENERO\\_J%C3%93VENES\\_EN\\_ACCL%C3%93N.pdf](https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/tejiendo-justicia/Documents/Talleres/Herramienta3/Talleres%20VBG/TALLER_VIOLENCE_BASADA_EN_GENERO_J%C3%93VENES_EN_ACCL%C3%93N.pdf)

## ANEXO 1

Reflexionen sobre cada una de las siguientes situaciones y de acuerdo a lo que consideren se presenta en su comunidad, en su hogar, en su colegio, en su grupo de amigos o en su entorno de trabajo, marquen una **X** en la columna de **SI** o en la columna de **NO** según como grupo perciban la situación.

Seguramente habrá situaciones que se habrán presentado una u otra vez, pero traten de dar una respuesta si la situación es muy recurrente en su entorno, no se trata de responder lo que se considera como bueno o malo sino identificar si la situación se presenta en el entorno en que viven actualmente.

SITUACIÓN 1 A LA 6		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
1. ¿Las niñas, las adolescentes y mujeres adultas son objeto de bromas hirientes o piropos ofensivos?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
2. ¿Las niñas, las adolescentes y mujeres adultas son humilladas o ridiculizadas por lo que dicen, hacen o piensan?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
3. ¿Los hombres descalifican las opiniones de las mujeres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
4. ¿Los hombres controlan las amistades o las relaciones familiares de las mujeres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
5. ¿Las decisiones de las mujeres no son tenidas en cuenta y son más importantes las de los hombres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
6. ¿Las niñas, las adolescentes y mujeres adultas son objeto de ofensas verbales, insultos o malas palabras?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		

SITUACIÓN 7 A LA 9		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. ¿Los hombres empujan o jalonean a las mujeres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
8. ¿Las mujeres son objeto de amenazas con objetos o armas por parte de los hombres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
9. ¿Los hombres golpean o agredean físicamente a las mujeres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		

SITUACIÓN 10 A LA 12		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. ¿Las niñas, las adolescentes y mujeres adultas reciben caricias agresivas por parte de los hombres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
11. ¿Las niñas, las adolescentes y mujeres adultas son obligadas a tener prácticas sexuales sin su consentimiento?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
12. ¿Los hombres prohíben a las mujeres usar métodos anticonceptivos?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		

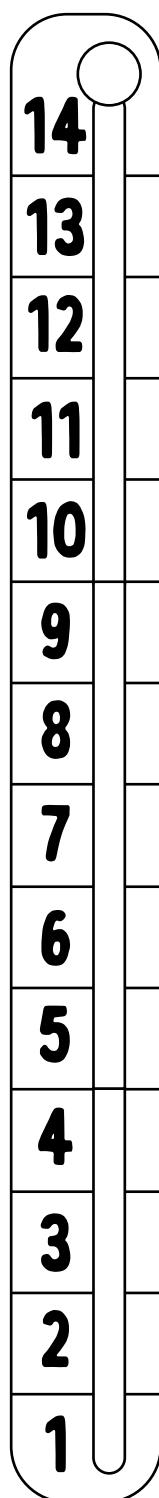
SITUACIÓN 13 A LA 14		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. ¿El dinero o bienes de las mujeres es controlado y manejado por los hombres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		
14. ¿Las decisiones de comprar algo o gastar en algo la toman los hombres y no las mujeres?	<b>SI</b>	<b>NO</b>		



ANEXO 1

ESCALA DE TERMÓMETRO DE  
VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO

RESPUESTAS





*Sesión*  
**12**

# CUIDO MI CUERPO



12

CUIDO  
MI CUERPO

*'Cualquiera que sea la libertad por la que luchamos, debe ser una libertad basada en la igualdad' (Judith Butler).*

Los derechos sexuales y reproductivos abarcan los derechos humanos aplicados a la vida sexual y reproductiva de todas las personas. Estos buscan garantizar el ejercicio y desarrollo libre, informado, saludable, satisfactorio y sin violencia de la sexualidad y la reproducción, sin importar la edad, sexo, etnia, condición social o económica. En esencia, aseguran la libre decisión de hombres, mujeres y jóvenes sobre cómo ejercen la sexualidad.

El pleno reconocimiento y ejercicio de estos derechos permiten un verdadero ejercicio de la ciudadanía, más allá de la toma de decisiones en el ámbito público, la ciudadanía se entiende como la posibilidad de tomar decisiones libres sobre el propio cuerpo y los aspectos relacionados con la sexualidad y reproducción.

## CONCEPTOS

## 1. SEXUALIDAD



Es una dimensión de la identidad que es transversal a toda la existencia como ser humano y que es fundamental en el desarrollo y bienestar integral. “La sexualidad abarca cómo las personas se sienten, se identifican y se relacionan en función de su sexo, género y orientación sexual”. Elvia Vargas Trujillo (2012)

## 2. SEXO: LO QUE SOMOS BIOLÓGICAMENTE

HOMBRE	MUJER	INTERSEXUAL
Categoría sexual que se le asigna a la persona al nacer cuando la apariencia externa de sus genitales corresponde a lo que denominamos pene y testículos.	Categoría sexual que se le asigna a la persona al nacer cuando la apariencia externa de sus genitales corresponde a lo que denominamos vulva.	Categoría sexual que se le asigna a personas que tienen características anatómicas correspondientes a los dos sexos reconocidos en el ámbito biomédico y en la mayoría de las culturas (hombre/mujer) o cuyos genitales no son fácilmente identificables al momento del nacimiento.  Se calcula que en 1 de cada 4500 nacimientos se observan genitales que no son fácilmente clasificables por el personal de salud, razón por la cual no es posible asignar alguna de las categorías sexuales socialmente establecidas (hombre o mujer).

### 3. EXPRESIÓN DE GÉNERO: LO QUE SE APRENDE A SER Y A HACER

FEMENINO	ANDRÓGINO	MASCULINO
<p>Presentación en formas que una cultura asocia con ser mujer.</p> <p>Representa las características, los comportamientos y los roles que socioculturalmente se atribuyen a las mujeres.</p>	<p>Una combinación de rasgos masculinos y femeninos, o una expresión de género no tradicional.</p> <p>Categoría que representa características, comportamientos y roles que integran tanto lo que socioculturalmente se asume que es femenino como lo que se considera masculino.</p>	<p>Presentación en formas que una cultura asocia con ser hombre.</p> <p>Representa las características, los comportamientos y los roles que socioculturalmente se atribuyen a los hombres.</p>

### 4. DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS

Son Derechos Humanos y su finalidad es garantizar que todas las personas puedan vivir libres de discriminación, riesgos, amenazas, coerciones y violencia en el campo de la sexualidad y la reproducción. Garantizan que las personas, incluyendo a todas las niñas y mujeres del mundo, vivan libres de discriminación, riesgos, imposiciones, amenazas y violencia en el ámbito de la sexualidad, afecto y reproducción.



## ¿CUÁLES SON LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

Todas las mujeres, hombres, jóvenes, niños y niñas, sin importar su etnia, condición social, económica, pensamiento u orientación sexual, tienen derecho a:

### DERECHOS SEXUALES

- Derecho a fortalecer la autonomía y la autoestima en el ejercicio de la sexualidad.
- Derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera.
- Derecho a elegir las parejas sexuales.
- Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia.
- Derecho a tener relaciones sexuales consensuadas.
- Derecho a decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual.
- Derecho a decidir sobre la unión con otras personas.
- Derecho a vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género.
- Derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera.
- Derecho a la protección y prevención de infecciones de transmisión sexual o embarazos no deseados.
- Derecho a recibir información y al acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad, sin ningún tipo de discriminación.

### DERECHOS REPRODUCTIVOS



- Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción, ni violencia.
- Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos.
- Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desean y el espacio de tiempo entre un embarazo y otro.
- Derecho a decidir sobre el tipo de familia que se quiere formar.
- Derecho a ejercer la maternidad con un trato equitativo en la familia, espacios de educación y trabajo.
- Derecho a una educación integral para la sexualidad a lo largo de la vida.
- Derecho a acceder a métodos de anticoncepción modernos, incluida la anticoncepción de emergencia.
- Derecho al acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura.
- Derecho a acceder a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva.

Fuente: (Fondo de Población de las Naciones Unidas, s.f.)

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS:

Los métodos anticonceptivos son una herramienta para ejercer la sexualidad y prevenir un embarazo no planeado. Su función es impedir un embarazo a través de barreras físicas, hormonas o pequeñas intervenciones quirúrgicas. Existe una variedad amplia de métodos anticonceptivos y a excepción del condón es recomendable que antes de elegir alguno, se acuda a una consulta médica para tener toda la información y poder decidir cuál es la mejor opción para cada persona.

Métodos hormonales	MÉTODOS TEMPORALES:
Implante subdérmico:	Consiste en una o dos barras cortas y delgadas, que se implanta en la parte superior del brazo de la mujer y libera una hormona llamada progestina que espesa el moco cervical, impidiendo el paso de los espermatozoides hacia el óvulo y disminuyendo la frecuencia de ovulación. Dura entre tres y cinco años.
Anticonceptivos orales	Método seguro y efectivo para evitar temporalmente el embarazo, contienen pequeñas cantidades de hormonas como estrógeno y progesterona, que logran evitar la ovulación evitando el riesgo de embarazo. De igual manera, generan cambios en el moco del cuello del útero, haciéndolo más espeso de tal forma que los espermatozoides no pueden penetrarlo.
Inyección mensual o inyección trimestral	Método seguro y efectivo para evitar temporalmente el embarazo, contienen pequeñas cantidades de hormonas femeninas, como estrógeno y progesterona, que evitan la ovulación. Existen dos presentaciones, una de aplicación mensual y otra de aplicación trimestral.

## DISPOSITIVOS INTRAUTERINOS

T de Cobre	Elemento plástico, que adicionalmente contiene cobre, su efecto anticonceptivo lo ejerce al suspender la viabilidad y la vitalidad de los espermatozoides, de tal manera que no se encuentren con el óvulo y de esta forma previenen la fecundación y el embarazo. Ofrece protección anticonceptiva hasta por 12 años sin carga hormonal.
Dispositivo intrauterino hormonal o endoceptivo	Elemento plástico en forma de T que contiene un derivado hormonal en su interior. Crea un cambio en el útero que hace que los espermatozoides se debiliten y no puedan encontrarse con el óvulo, adicionalmente reduce la cantidad del sangrado menstrual y en las mujeres que usualmente presentan dolores menstruales, los reducen.

## MÉTODOS DE BARRERA

Condón o preservativo	Cubierta de látex que se adapta al pene erecto, formando una barrera entre el semen y la vagina o el ano. Impide el paso de los espermatozoides y reduce el paso de los agentes causantes de algunas de las infecciones y enfermedades de transmisión sexual. Es necesario usar uno por cada relación sexual y se debe usar durante todo momento donde haya contacto genital y hasta después de la eyaculación.
-----------------------	---

Fuente: elaboración propia, basada en (Profamilia, s.f.)

## MÉTODOS DEFINITIVOS:

Ligadura de trompas	Es una cirugía mínimamente invasiva, ambulatoria que dura alrededor de 10 minutos y consiste en cauterizar las trompas de falopio para impedir el paso del óvulo al útero evitando así el embarazo.
Vasectomía	Es un procedimiento que consiste en cortar y/o ligar los conductos deferentes por donde pasan los espermatozoides desde los testículos para salir en la eyaculación, garantiza un 99% de efectividad.

Fuente: elaboración propia, basada en (Profamilia, s.f.)

Durante esta sesión, se busca que niñas, niños, adolescentes y jóvenes identifiquen cómo el ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos contribuye a la ciudadanía. Esta va más allá de elegir y ser elegido en el ámbito público; implica la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre el cuerpo y los aspectos ligados a la sexualidad y reproducción. Este reconocimiento facilita el empoderamiento individual y colectivo, permitiendo a las personas tomar decisiones informadas y saludables.

Es crucial destacar puntos clave, como la importancia del respeto a la diversidad en la expresión de la sexualidad e identidad de género, el acceso a información y educación precisa, la prevención de las violencias de género, la promoción de la salud sexual y reproductiva, y la participación activa en decisiones relacionadas con la vida sexual y reproductiva. Continuando con este enfoque, es importante subrayar la necesidad de respetar la autonomía y las creencias de cada etnia y cultura.



Reconocer que las comunidades son diversas y que cada una tiene sus propias perspectivas sobre la sexualidad y la reproducción es esencial para construir un enfoque inclusivo y respetuoso. Al integrar el respeto a la autonomía y las creencias culturales en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, no solo se fortalece la ciudadanía, sino que también se contribuye a la construcción de sociedades más justas, equitativas e inclusivas.

## AGENDA DE ACTIVIDADES

## OBJETIVO

Promover el conocimiento y la conciencia de los derechos sexuales y reproductivos a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.



## MATERIALES

Música para ambientación, tarjetones con los nombres de los derechos reproductivos y tarjetas con los nombres y definiciones, tarjetas con las imágenes de los métodos anticonceptivos, tarjetones con las descripciones y ventajas de cada método y cinta adhesiva. hojas de papel, colores, marcadores, colbón, tijeras, lápices, un parlante para reproducir sonido.



## DURACIÓN

3 horas

## ACTIVIDADES



## Todas las edades



10-13 años



14-17 años



## • 18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## RECONOCIENDO NUESTRO CUERPO



Todas las edades



## INSTRUCCIONES



20 minutos

**1.** Agradezca a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes su participación en el espacio, indíquales que, si en algún momento no se sienten a gusto con lo que se está hablando, se lo pueden hacer saber con tranquilidad.

Debido a que esta actividad consiste en una técnica de relajación, es importante que para su realización promueva un ambiente de calidez, confianza y tranquilidad en los asistentes.

**2.** Explique que la actividad que van a realizar consiste en un ejercicio de relajación. Dependiendo del espacio disponible, solicite a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes que se acuesten en el piso o se queden sentados o sentadas en sus sillas. Lo importante es que todos los y las participantes adopten una posición cómoda y dejen de lado objetos que los y las puedan incomodar o distraer.

**3.** Pida a los y las participantes que cierren los ojos y se concentren para escuchar atentamente la lectura.

**4.** Lea lentamente el texto «Mi cuerpo despierto».

## MI CUERPO DESPIERTO

Y aspiro un buen soplo de aire, y éste entra en mi cuerpo.  
Lo siento cuando se desliza por mi interior,  
Llega hasta los pulmones y éstos se expanden.  
El aire desciende hasta los pies y luego asciende  
Acariciando mis órganos sexuales, el estómago,

El corazón, la sangre, el pecho, el cerebro.  
Ah, qué bienestar siento. Qué limpios,  
Livianos y sanos siento mis órganos interiores.  
Y el aire vuelve al exterior y comienza a deslizarse  
Por la piel y acaricia las piernas, los muslos,  
El vientre, los pechos y los brazos...  
Ese aire suave y lento me llena de júbilo y de gozo.  
Y besa el rostro, ojos, pómulos, la boca.

En el cabello se detiene y forma un remolino,  
Luego salta a la nariz, y de ésta a las orejas.  
Y juega, juega con todos mis órganos.  
Este aire es la vida misma, fuerza y energía  
Que hace que cada uno de los órganos que  
Constituye mi cuerpo palpite en sangre, carne y hueso.  
Y todo es bienestar.

Mi cuerpo respira al compás del viento,  
Crece cada vez más, se afirma en sus raíces.  
Me sostiene y me alcanza todo lo que busco y quiero:  
Una vida de plenitudes, una vida donde cada acto  
Sea como lo que sueño cada noche.  
Y así, mientras pienso, y mientras siento  
El recorrido del aire por mi cuerpo,  
Una sonrisa me llena el rostro, y mí alrededor se ilumina.  
El cuerpo es el templo de cada uno y una de nosotros y nosotras.

Tomado de: PROFAMILIA, Asociación Dominicana Pro Bienestar de la Familia, Programa de Salud Sexual y Reproductiva con Jóvenes y Adolescentes. «Hablemos...Manual de educación sexual para adolescentes multiplicadores». Módulo Sexualidad Humana. Santo Domingo. p. 4.

**5.** Con los ojos abiertos motive a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes a reaccionar frente a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron al realizar el ejercicio de relajación?
- ¿Habían hecho un recorrido por todo su cuerpo deteniéndose en sentir y en pensar en cada parte de él?
- ¿Es fácil para ustedes hablar de las diferentes partes de sus cuerpos, incluidos sus órganos sexuales?
- ¿Qué tanto conocen su cuerpo, qué tanto lo cuidan y lo respetan?

**6.** Invite a los participantes a despojarse de prejuicios y a abordar la sexualidad como otra parte de su ser, que debe ser ejercida con conocimiento y responsabilidad para llevar una vida más satisfactoria y con mayor bienestar, indíquenles que en la sesión de hoy se trabajará en el conocimiento y la conciencia de los derechos sexuales y reproductivos a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

## ACTIVIDAD 2

## LOS DERECHOS DE MI CUERPO



10-13 años

## INSTRUCCIONES



40 minutos

1. Oriente a las niñas, niños y adolescentes a sentarse en círculo.
2. Indique a los niños y niñas que a través del juego y la representación teatral se identificarán los derechos sexuales y los derechos reproductivos que pueden ejercer los niños, niñas adolescentes.
3. Antes de iniciar la actividad deje claro estos elementos:
  - Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos a los cuales todos tenemos derecho.
  - Además de derechos que tal vez tengamos más claros, como el derecho a la vida, a la educación, a la salud, tenemos otros derechos relacionados muy directamente con nuestro cuerpo y se denominan derechos sexuales y reproductivos.
  - Estos derechos, sin distingo de creencias, etnia, origen, género o edad buscan velar por la integridad del cuerpo y las decisiones que se toman sobre él.
  - Estos derechos se irán ejerciendo a lo largo de la vida pero es importante que desde esta edad se vayan conociendo.
  - Invite a los niños y niñas para que en el espacio educativo o los servicios de salud estén atentos y participen en las actividades y charlas que sobre educación sexual y reproductiva se programen.
4. Dependiendo del número de participantes arme 4 o 5 grupos, cada grupo con un máximo de 5 o 6 participantes.
5. Asigne un número a cada grupo entregue uno de los derechos que previamente ha debido escribir en hoja o un ficha bibliográfica. Una ficha para cada derecho.





· **GRUPO 1:** Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia, y a tener relaciones consensuadas, y derecho a decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual.

· **GRUPO 2:** Derecho a elegir las parejas sexuales, y derecho a la protección y prevención de infecciones de transmisión sexual o embarazos no deseados.

· **GRUPO 3:** Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos y cuántos se quiere tener, y derecho al acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura.

· **GRUPO 4:** Derecho a acceder a métodos de anticoncepción modernos, y derecho a acceder a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva.

· **GRUPO 5:** Derecho a recibir información y al acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad, sin ningún tipo de discriminación, y derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir ni discriminación, ni coerción ni violencia.

**6.** Cuándo haya asignado a cada grupo su derecho, pida que en 10 minutos preparen una presentación teatral del derecho que les correspondió.

**7.** Este atento a resolver y a orientar sobre la forma en que pudieran realizar la presentación y a explicar o dar más información sobre los derechos sobre los que existan dudas.

**8.** La representación será de máximo 2 minutos por grupo, pida a los demás grupos prestar atención a la representación de sus compañeros. Al terminar cada representación pedirá al grupo que lea el derecho asignado, para que se asocie de mejor manera la representación con el derecho.

**9.** Al final de cada presentación, agradezca y valide las presentaciones de los grupos.

**10.** Invite a los niños y niñas a reflexionar sobre los derechos sexuales y reproductivos realizando las siguientes preguntas:

- ¿Habían escuchado antes sobre los derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Qué les aporta a su vida diaria conocer que existen los derechos reproductivos?
- ¿Las mujeres y los hombres viven la sexualidad de la misma manera?
- ¿Cómo es visto socialmente que una mujer tenga más de una pareja sexual? ¿Y un hombre?
- ¿Es igual de fácil (o de difícil) para mujeres y hombres pedir que la pareja sexual use el preservativo en una relación?

Cierre la actividad haciendo énfasis que estos derechos son como guías que nos ayudan a tomar decisiones importantes sobre nuestra propia vida y cuerpo, recuerde la importancia y valoración que se debe hacer de nuestro cuerpo el cual no puede ser vulnerado y recuérdelles que estos derechos son derechos humanos que son iguales tanto para mujeres como para hombres.



## ACTIVIDAD 2

## QUIÉREME COMO TE QUIERO YO

14-17 años  
18 en adelante

## INSTRUCCIONES

40 minutos



1. Pida a las y los participantes que se agrupen en un círculo mezclando mujeres y hombres, y solicitará que se sienten en el piso.
2. Cuando se haya realizado el círculo, escucharán la canción: "Quiéreme cómo te quiero yo" de Choquibtown, cuando esta se termine pregunte a las y los adolescentes y jóvenes cuál era el mensaje principal de la canción, dejará que algunos participen voluntariamente.
3. Ponga nuevamente la canción pero esta vez analicen cada estrofa de la canción para describir cuál es el mensaje que quiere dejar cada una. Anote en una ficha bibliográfica o en una hoja los mensajes que como grupo identifiquen para cada estrofa.
4. Pregunte al grupo qué opinan de la letra y si están de acuerdo con los mensajes o no.
5. Entrege a cada una de las y los adolescentes y jóvenes una ficha bibliográfica y un esfero o marcador, allí deberán responder la siguiente pregunta:
  - ¿Las decisiones que tomo respecto a mi cuerpo y mi sexualidad pueden afectar mi proyecto de vida?
6. Una vez todos hayan terminado de escribir, recoja las fichas bibliográficas y entréguelas de nuevo pero a personas diferentes cuidando que ninguno de los participantes quede con su propia ficha, de forma tal que cada adolescente quede con una ficha diferente a la suya.

7. Pida que lean individualmente la ficha que llego a sus manos y luego pida que voluntariamente comparten las ideas de lo que escribieron y de lo que llego en la ficha nueva. Pida que encuentren similitudes entre sus ideas y las de los compañeros.

Para finalizar, resuma las ideas de todas y todos, y cierre mencionando la importancia del cuidado del cuerpo y la toma de decisiones para el proyecto que tiene cada una y uno.

La canción se puede encontrar en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=07gA2ezEMRs>

Si por algún motivo no se puede reproducir la canción, también puede llevar la letra impresa para que pueda ser analizada por las y los adolescentes y jóvenes. En el **anexo 1** se encuentra la letra de la canción.

<https://www.musica.com/letras.asp?letra=2385172>



## ACTIVIDAD 3

## CARRERA POR LOS DERECHOS



Todas las edades



## INSTRUCCIONES

40 minutos

1. Conforme 4 grupos con los participantes, ubique una mesa o una silla en el centro del salón o espacio en donde se desarrolle la sesión y ubique los grupos en las esquinas del salón a distancia igual del centro donde ha dejado la mesa o la silla.
2. Explique a los participantes que se jugará una carrera por los derechos, y que ganará el grupo que más puntos acumule acertando a las respuestas a ciertas situaciones cotidianas que pueden suceder en la zona donde viven.
3. Presente el juego de la siguiente manera: se van a realizar unas preguntas sobre los derechos sexuales y reproductivos y los grupos deben escoger el o la participante que irá a la competencia, luego de la lectura de la pregunta y las posibles respuestas, el grupo dialogará sobre la respuesta correcta y enviará al participante escogido al centro del espacio donde estará una mesa o la silla que tiene en la mitad una pelota plástica; el primer participante que tome la pelota responderá la pregunta. Si la respuesta es correcta el grupo se anotará un punto. En la siguiente ronda los equipos deberán rotar de persona elegida para ir al centro.
4. Se han preparado 6 rondas, inicie leyendo la pregunta y las opciones de respuesta a los grupos.
  - ¿Qué puedo hacer para no ser padre o madre a temprana edad?
    - a) No tener relaciones sexuales nunca en la vida.
    - b) Orar o pedirle a la naturaleza para no quedar embarazado o embarazada.
    - c) Confiar en que eso no me va a pasar.
    - d) Pedir orientación sobre métodos anticonceptivos en el centro de salud o a adultos de confianza.

• ¿Qué significa si alguien me da un beso a la fuerza?

- a) Está jugando a las escondidas conmigo.
- b) Intenta decirme algo sin usar palabras.
- c) Está ejerciendo una forma de violencia sobre mí, porque está haciendo algo sin mi consentimiento.
- d) Esta muy enamorado o enamorada de mi.

• Si voy a tener relaciones sexuales y no tengo un condón ¿qué hago?

- a) Buscar en Google la respuesta.
- b) Ir a un puesto de salud y solicitar el condón porque es un derecho que tengo y, así, prevengo enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados.
- c) No tener relaciones sexuales.

Si un amigo me dice que cuando esté grande quiere tener seis hijos yo le respondo:

- a) Le pregunto si está seguro de cómo los va a cuidar y protegerlos.
- b) Que nadie puede tener tantos hijos.
- c) Que es uno de sus derechos reproductivos elegir cuántos hijos quiere tener y en qué tiempo.

Camila es una amiga de 13 años y no ha podido volver a la escuela porque su familia no tiene cómo asumir algunos gastos. Un vecino y amigo del padre ofrece hacerse cargo económica-mente de ella a cambio de que viva con él.

• ¿Ante esta situación qué hago?

- a) Avisar a las autoridades.
- b) Convencer a Camila de no hacerlo.
- c) Hablar con los padres de Camila.
- d) Camila debe aceptar la ayuda.





• Si resulto contagiado con una infección de transmisión sexual ¿Qué hago?:

- a) Tomar un cohete a Júpiter.
- b) Decirle a mi mamá.
- c) Acudir a un servicio de salud y pedir asesoría en salud sexual y reproductiva.
- d) No usar condón e infectar a otras personas.

**5.** En cada ronda asegúrese de que todo el grupo este de acuerdo y comprende la respuesta correcta.

**6.** Al terminar el juego felicite a todos los grupos y pida un aplauso para el grupo que más puntos obtuvo en el grupo.

**7.** Invite a los y las participantes a sentarse en un círculo en el piso para iniciar la reflexión colectiva.

**8.** Promueva que los y las participantes respondan de forma verbal las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante conocer los derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Conocían los derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Los derechos se viven de manera diferente para hombres y mujeres?

**9.** Para terminar invite a los jóvenes y adolescentes a vivir una sexualidad responsable y para hacerlo un primer paso es conocer y comprender sus derechos sexuales y reproductivos así como velar por su cumplimiento en su comunidad.

**ACTIVIDAD 4**

**JUGUEMOS**



Todas las edades

**DESCRIPCIÓN**



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos use la “Cartilla de juegos y actividades lúdicas de Retorno a la Alegría”. Dentro de esta guía, encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- a)** Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- b)** Facilitar el desarrollo del juego.
- c)** Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- d)** Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

**ACTIVIDAD 5**

**DESPEDIDA**



Todas las edades

**PALABRAS CLAVE:**



10 minutos

- 1.** Despues del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar el cierre.
- 2.** Incentive a los participantes a discutir sobre los temas abordados, de forma que se permita el intercambio libre de ideas, creencias, pensamientos, sentimientos y emociones generadas en la actividad, que además pueden relacionarse con vivencias cotidianas.
- 3.** Las intervenciones deben ser breves durante este momento, y únicamente deben enfocarse en incentivar a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes a participar activamente de la discusión, planteando su punto de vista, cuestionando, reflexionando y analizando, así como aclarando dudas o información que los asistentes soliciten.

**4.** Como conclusión final deberá apoyar con información veraz y confiable realizando énfasis en:

- Los cambios biopsicosociales ocurridos en la adolescencia y juventud despiertan curiosidad e interés por descubrir su sexualidad, esta exploración deben realizarse con conocimientos básicos y prácticas protectoras, como las aprendidas en la sesión. Para que la sexualidad sea segura, responsable y placentera, porque de otro modo pueden poner seriamente en riesgo su salud sexual y salud reproductiva.
- Cómo tomar decisiones para la vivencia de una sexualidad responsable, segura y placentera, que permitan prevenir el embarazo y las ITS/VIH en la niñez, adolescencia y juventud.
- La importancia de buscar información y apoyo para tomar decisiones responsables sobre la sexualidad, por lo que se recomienda buscar el centro de salud más cercano y utilizar los servicios de salud sexual y reproductiva que estos ofrecen.

**5.** Brinde un agradecimiento por la participación activa y deseando verlos pronto para la próxima sesión.

## REFERENCIAS

- PROFAMILIA Colombia. (2013). Preguntas y Respuestas sobre Sexualidad. Bogotá, Colombia.
- CONSEJERÍA PRESIDENCIAL PARA LOS DERECHOS HUMANOS y FONDO DE POBLACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS. (1998). Promoción de los Derechos Humanos sexuales y reproductivos. Módulos pedagógicos para formadores. Módulo 1: La Sexualidad y la salud sexual y reproductiva. Bogotá, Colombia
- Vargas Trujillo (2017): Revista National Geographic, Vol 40. Enero de 2017.
- Cabello Montaño, P., López Uribe, E., López Uribe, O., & Mancilla Mendoza, M. (2016). Taller Jóvenes Construyendo Nuestra Sexualidad. México D.F., México.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Organización Internacional para las Migraciones. (2021). Encuentros vivenciales de fortalecimiento de habilidades del siglo XXI. Bogotá, Colombia.
- Defensoría de Pueblo, Profamilia. (2007). Guía para la formación Guía para la formación en Derechos Sexuales y en Derechos Sexuales y Reproductivos Reproductivo. Bogotá, Colombia.
- UNICEF Colombia. (2021). Guía Metodológica Guía Metodológica ¡Vaya a donde vaya, soy extraordinaria!
- PROFAMILIA. (s.f.). Recuperado el 8 de febrero de 2024, de Día del Niño, una mirada a sus Derechos Sexuales y Reproductivos: <https://profamilia.org.co/dia-del-nino-una-mirada-a-sus-derechos-sexuales-y-reproductivos/>



## ANEXO 1

### QUIÉREME COMO TE QUIERO YO. CHOQUIBTOWN

Algunas veces cuando pienso en mi futuro  
me acuerdo de tus propuestas y me pongo a pensar.

y me pongo a pensar, y me pongo a pensar  
que la emoción es más fuerte que todo  
pero siempre está la razón diciéndome.

Ay  
no lo vas hacer mal  
no lo vas hacer mal  
no lo vas hacer mal

Pues mi futuro solo lo decido yo  
construyo sueños y así me siento mejor  
y fue un consejo que mi padre a mi medio  
en lo que vas a ser, se la mejor.

Quiéreme como te quiero yo  
así que no me busques solo pa' eso  
demuéstrame que soy tu amor  
así que no me busques solo pa' eso (x2).

Solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso

Vamos para arriba, que lo nuestro esta primero  
primero por eso cuando me protejo, siento que te  
protejo mi forma de demostrar lo mucho que te  
quiero y la intención es que juntos lleguemos lejos.

Responsabilidad, te estoy llamando que a jóvenes  
y chicas, esta afectando pongamos toda la energía  
en estudiar que luego llegará el tiempo de criar.

Quiéreme como te quiero yo así que no me bus-  
ques solo pa' eso demuéstrame que soy tu amor  
así que no me busques solo pa' eso (x2).

Solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso

Ante cualquier cosa, siempre actúa con in-  
teligencia  
se paciente y a tus actos ponles conciencia  
por que tienes vida, sueños y caminos im-  
portante llegar lejos y poder continuar hacia  
adelante.

Por que estar embarazado eso es tenaz  
dale vida a tus sueños y tu sed de volar  
por que los límites, los pones tu o los  
pongo yo.

Esa es la fuerza con actitud, entiéndelo  
Date un tipo, tomate un tiempo  
ya entre los dos llegara ese momento  
en que nos podamos entregar  
y una nueva vida poder abrazar (x2).

Toda, toda la energía en estudiar  
toda, toda la energía en estudiar

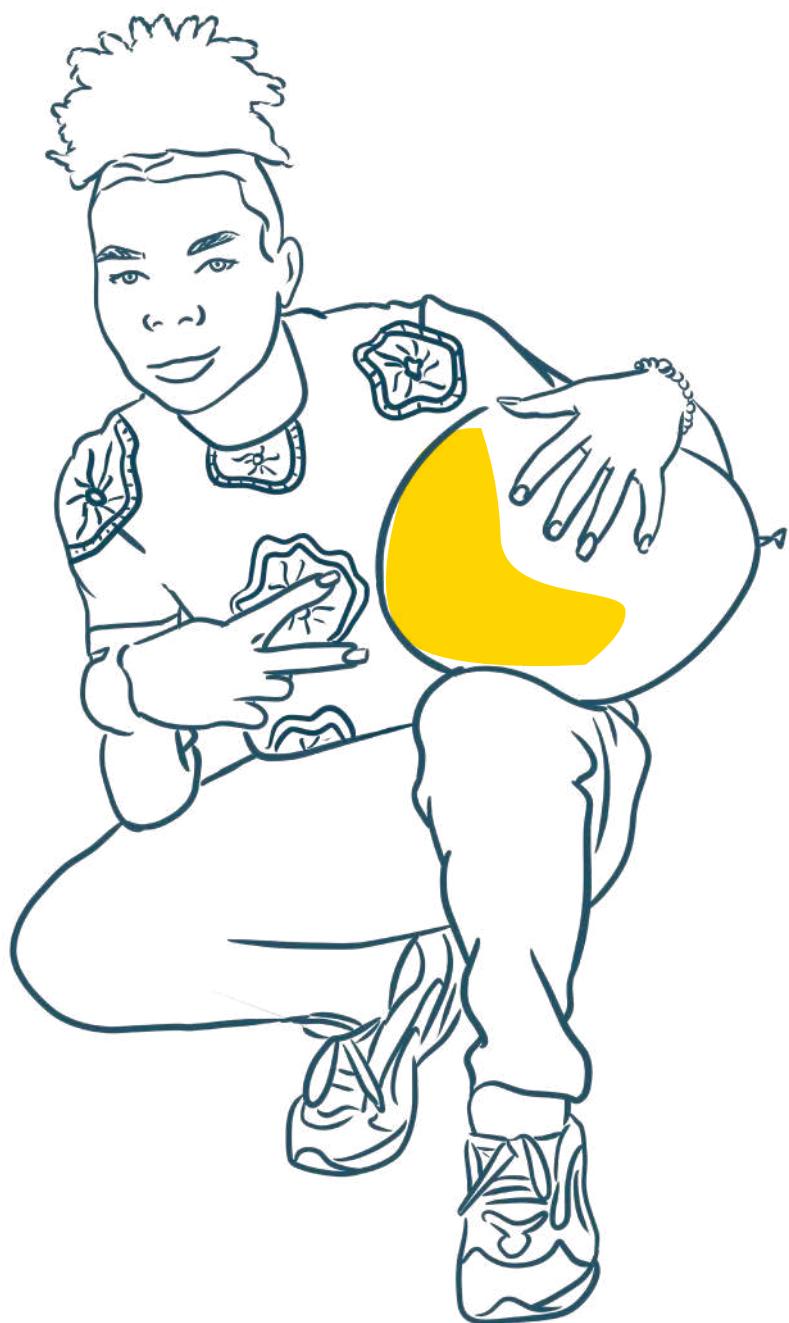
Quiéreme como te quiero yo  
así que no me busques solo pa' eso  
demuéstrame que soy tu amor  
así que no me busques solo pa' eso (x2)

Solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso  
solo pa' eso



*Sesión*  
**13**

## RECONOCIENDO FORMAS DE LA VIOLENCIA



## 13

RECONOCIENDO FORMAS  
DE LA VIOLENCIA

La violencia contra los niños niñas y adolescentes tiene múltiples formas y profundas consecuencias en su bienestar y desarrollo integral. Las secuelas de violencia pueden ir desde un impacto negativo en el aprendizaje y el rendimiento académico hasta un daño físico y emocional que puede durar toda la vida. Esta sesión de trabajo es un espacio para reflexionar, y proponer acciones concretas para prevenir y erradicar las formas de violencia que afectan a las niñas, niños y adolescentes.

Es importante que como voluntario reconozca las siguientes definiciones:

**VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO - VBG**

Se refieren a los actos dañinos dirigidos contra una persona o un grupo de personas debido a su género. Tiene su origen en la desigualdad de género, el abuso de poder y la existencia de normas dañinas. Si bien las mujeres y niñas están expuestas a sufrir violencia de género de manera desproporcionada, los hombres y los niños también pueden enfrentarla. En ocasiones se emplea este término para describir la violencia dirigida contra las poblaciones LGBTQI+, al referirse a la violencia relacionada con las normas de masculinidad/feminidad o las normas de género. Ver la sesión 11.

**VIOLENCIA ECONÓMICA**

Consiste en lograr o intentar conseguir la dependencia financiera de una persona de cualquier edad, manteniendo para ello un control total sobre sus recursos económicos o sus ingresos, impidiéndole acceder a ellos y prohibiéndole trabajar o asistir a la escuela.

**VIOLENCIA PSICOLÓGICA**

Consiste en provocar miedo a través de la intimidación; en amenazar con causar daño físico, o con destruir sus mascotas y bienes; en someter a maltrato emocional o en forzar a la persona a aislarse de sus amistades, de su familia, de la escuela o del trabajo.

**VIOLENCIA FÍSICA**

Consiste en causar o intentar causar daño a una niña, niño, adolescente, jóvenes o adultos golpeándola, propinándole patadas, quemándola, agarrándola, pellizcándola, empujándola, dándole bofetadas, tirándole del cabello, mordiéndole, negándole atención médica u obligándola a consumir alcohol o drogas, así como empleando cualquier otro tipo de fuerza física contra ella.

### VIOLENCIA SEXUAL

Conlleva obligar a una persona de cualquier edad, sea o no su pareja, a participar en un acto sexual sin su consentimiento; también a prohibirle el uso de métodos anticonceptivos o de prevención de enfermedades de transmisión sexual. El consentimiento no aplica cuando se trata de una menor de 14 años de edad.

### EXPLORACIÓN SEXUAL INFANTIL

Es una forma de violencia sexual que consiste en pagar, ofrecer o aceptar pagar en dinero o en especie por cualquier actividad de tipo sexual; igualmente es delito facilitar de cualquier forma o lucrarse de estas actividades. También es delito la utilización de personas menores de 18 años en lo que se conoce como “pornografía” (reducción, tenencia, intercambio o comercialización de materiales de contenido sexual).

### RECLUTAMIENTO, USO Y UTILIZACIÓN DE MENORES DE EDAD

Separación física de un niño, niña o adolescente de su entorno para el desarrollo de actividades ilegales, ya sea la participación directa en actividades bélicas o militares o en actividades tácticas, de sustento, en relación con los grupos ilegales.

### RUTA INSTITUCIONAL DE ATENCIÓN Y PROTECCIÓN

Son rutas que se han establecido para dar lineamientos al sistema de Salud, ICBF, Fiscalía, Policía, Medicina Legal, Comisarías de familia, Defensoría del pueblo, Personería, con el propósito de que activen los protocolos de atención frente a los casos que se presenten. Por ejemplo, en casos de violencia sexual, el sector salud de manera prioritaria asiste a la víctima y posteriormente entran a actuar otras instituciones. Para el caso de infancia y adolescencia, ICBF, el sector salud y la Fiscalía tienen protocolos de protección y atención específicos para niñas, niños y adolescentes en los diferentes territorios de Colombia.

### PREVENCIÓN

Es evitar con intención que algo ocurra. Para el caso de los riesgos específicos que afectan a las niñas, niños adolescentes y jóvenes en contextos de movilidad humana es importante resaltar que las acciones de prevención son responsabilidad de las diferentes instituciones y/o entidades, agencias entre otras, encargadas del trabajo con esta población. La responsabilidad no recae sobre las niñas y mujeres adolescentes, aunque algunas acciones puntuales pueden contribuir a detectar el riesgo y prevenirlo.

## ¿CÓMO EXPLICAR LAS VIOLENCIAS A LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS?

Como ya se vio en sesiones previas, se puede hacer uso de estas orientaciones para explicar los diferentes tipos de violencia.

- Algunas violencias generan dolor en la piel, los músculos y órganos del cuerpo, pueden ser golpes o empujones, su nombre es violencia física.
- Otra se ejerce con las palabras y la voz, pueden ser gritos e insultos, hace que uno se sienta torpe, como si nadie lo quisiera, incapaz, con mucha rabia y con mucha tristeza, su nombre es violencia psicológica o emocional.
- Hay una violencia que se da cuando nos tocan nuestras partes íntimas o nos piden y obligan a hacer cosas que nos hacen sentir incomodidad. Si bien a veces es posible que te toquen por tu higiene y cuidado personal, como cuando deben cortarte el cabello, revisarte en el consultorio médico o ponerte una vacuna, después de estas acciones no deberías sentir miedo, culpa o tristeza. Además estas acciones de cuidado se deben realizar siempre en presencia de un adulto responsable de los niños y niñas. Un médico nunca debe examinar un niño o niña sino está en la presencia de sus padres.

Es fundamental destacar que la sesión tiene la prevención como un elemento central. El propósito central es el desarrollo integral de los participantes para que puedan desplegar todas sus capacidades físicas, psicológicas, afectivas e intelectuales. Además, se busca reducir las situaciones de riesgo psicosocial, especialmente para aquellos que viven en condiciones menos favorables. Esta sesión se lleva a cabo mediante la participación activa de los adolescentes, promoviendo su empoderamiento y fortalecimiento como vías para proteger su salud y bienestar. Se aborda la importancia de reconocer y ejercer sus derechos desde una perspectiva que respete su edad y contexto, fomentando así un diálogo abierto y constructivo sobre temas fundamentales para su desarrollo integral.



Al abordar el tema de prevención, es importante reconocer y respetar las diversas creencias étnicas y culturales que moldean las perspectivas individuales y comunitarias. La sexualidad está intrínsecamente vinculada a la identidad cultural, y las prácticas preventivas deben ser sensibles a las diversidades que existen. Es esencial que comprenda que las percepciones sobre la intimidad, la educación sexual y las prácticas preventivas pueden variar significativamente entre diferentes grupos étnicos. Al respetar estas diferencias, no solo fomenta la inclusión y la diversidad, sino que también promueve un diálogo abierto y colaborativo que permite la adaptación de las estrategias de prevención para ser culturalmente pertinentes. Sin embargo, es un reto la conciliación entre el respeto por la diversidad cultural con la promoción de los derechos la salud sexual y reproductiva. Respete las ideas culturales, y presente de la manera más neutral posible los derechos sexuales, poco a poco estos temas van discutiéndose en la propia comunidad quien finalmente podrá o no considerar nuevas formas de actuar frente a este tema.

## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Promover en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes actitudes de protección y promoción de los Derechos Sexuales y Reproductivos mediante el reconocimiento de las diversas formas que asume la violencia, impulsando el conocimiento de las principales instituciones (autoridades), rutas de atención y líneas de atención presentes en su entorno.



#### MATERIALES

Hojas de papel, lápices, colores, Tablero o pliegos de papel periódico, bolsa con semillas, tijeras, octavos de cartulina.



#### DURACIÓN

1 hora y 5 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## EL MOLINERO Y EL REY



Todas las edades



## INSTRUCCIONES



15 minutos

1. Salude a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes y recoja los hallazgos y reflexiones que hayan tenido después de la última sesión frente a los derechos sexuales y reproductivos. Es importante que agradezca y valide emocionalmente, aceptando y mostrando empatía ante lo expresado.
2. Lea el cuento “El molinero y el rey” que encontrará en el anexo 1.
3. Una vez finalice la lectura del cuento, oriente una reflexión usando las siguientes preguntas orientadoras:
  - ¿Por qué el rey quería comprar el molino?
  - ¿Por qué el molinero no quería vender su molino?
  - ¿Crees que en el reino del rey Federico se respetaban los derechos de todas y todos los ciudadanos? • ¿Por qué?
  - ¿Por qué el molinero estaba tan seguro de que el rey no podría comprar su molino?
  - ¿Por quién tomarían partido? ¿Por qué motivos?
4. Agradezca cada intervención y señale que cómo los derechos nos protegen sin importar nuestro rol en la sociedad, ni la cantidad de dinero que tengamos, ya que en las sociedades modernas, todos tenemos los mismos derechos.

## ACTIVIDAD 2

## RECONOCIENDO LAS FORMAS DE VIOLENCIA



10-13 años

## INSTRUCCIONES



30 minutos

1. Para dar inicio a la actividad de una lectura orientadora de los diferentes tipos de violencia a los que se pueden ver expuestos los niños o niñas.
2. Invite a las y los niños y niñas a realizar 6 grupos con un número de integrantes similar.
3. Antes de iniciar la actividad, prepare 6 tarjetas 2 por cada caso:

## CASO 1



Marcos se encuentra en octavo grado y su sueño es ingresar al grupo de animadores (porristas) de su institución educativa, se ha estado preparando, tomando clases particulares de gimnasia. Sin embargo llegado el día de su audición no le permiten que se presente con todo el equipo. Las encargadas de la selección; (la entrenadora y dos gimnastas del equipo), dicen que prefieren que la rutina la hagan las mujeres, pues los hombres normalmente no tienen las habilidades necesarias, y las porras son una tarea de las mujeres, lo que provoca de Marcos se retire, sintiéndose rechazado y humillado.

## CASO 2



Mariana olvidó entregar una tarea hoy y la profesora envió una nota a su familia. Al recibirla, su familia le reclama, molesta, gritando: “**¿Por qué es tan tonta?, ¿Dónde tiene la cabeza? ¡Siempre hace lo que quiere y no escucha lo que debe hacer, con Mariana no se puede!**”. Estas son palabras que Mariana escucha constantemente, y que le duelen en el corazón. Mariana ha empezado a creer que ella hace las cosas mal, que no puede con las tareas y que es su culpa que las cosas en la casa no estén bien.

## CASO 3



“**¿Dónde está ese niño?**” Dice un adulto persiguiendo a Santiago. “**Si corre le va peor**” le dicen, pero no escucha y sigue corriendo. Santiago se puso a pelear con sus hermanos y se lastimaron, ahora su familia quiere darle un par de correazos. Así es como los educaron y cómo creen que deben corregir las cosas que sus hijos hacen mal. Santiago está asustado y sus hermanos también. Él sale corriendo, ellos guardan silencio para evitar ser castigados otra vez. No sé sabe que vaya a pasar cuando Santiago regrese a casa.

**5.** Entregue una tarjeta a cada grupo. Indique que deben leer y conversar sobre la respuesta a las preguntas planteadas. En total son 3 casos, es decir, dos grupos analizarán la misma historia. Una historia trata sobre la violencia de género, otra sobre la violencia emocional y otra sobre la violencia física.

**6.** Luego de la lectura y la discusión solicite que cuenten la historia del caso a través de una historieta o comic. Las niñas y niños deben ponerse de acuerdo para mostrar en una secuencia de dibujos (uno por integrante del equipo).

**7.** Acompaño el proceso creativo en cada grupo, haciendo preguntas, motivando a las y los participantes, proponiendo formas de plasmar lo discutido y realizando preguntas orientadoras, como:

- ¿Qué pasó en la historia?
- ¿Qué creen que sienten los personajes?
- ¿Qué debería pasar? ¿Cómo cierra la historia?
- ¿Cómo deberían actuar los adultos?
- Cómo deberían actuar las niñas y niños?

**8.** Teniendo en cuenta que cada historia es analizada por los grupos, haga una plenaria donde se exponen y comparan las diferentes compresiones de los grupos que leyeron la misma historia.

**9.** En la plenaria, busque que las niñas y niños identifiquen las diferencias y similitudes entre las interpretaciones de los casos.



**10.** Luego de que los grupos cuenten sus historias, identifique los casos en los que se vulneraron los derechos de las niñas y los niños, identifiquen cuál tipo de violencia se ejerció, cuál es la responsabilidad de la persona agresora y por qué afecta el bienestar de la niña o niño de la historia.



**11.** En los mismos grupos, se pide que hagan una lluvia de ideas de las cosas que esa persona que experimenta la situación puede hacer para protegerse en ese momento, ya sea evitando o disminuyendo el nivel de peligro. Todas las ideas las anotarán en un pliego de papel periódico.

**12.** Haga una plenaria para que las y los participantes compartan las emociones, perspectivas e ideas previamente. Se validará y agradecerá cada intervención.

**13.** Cuando los grupos hayan participado en la plenaria, haga una ponderación de las ideas a partir de dos criterios:

- ¿Esto me produce bienestar?
- ¿Esto ayuda a resolver la situación para todas las personas involucradas en el conflicto?

**14.** Se complementan las opciones con las siguientes alternativas:

Se escribe el listado completo de opciones en el tablero o en el pliego de papel kraft. Debe asegurarse de sólo incluir opciones que efectivamente eviten o reduzcan la violencia, por lo que no se deben incluir estrategias que impliquen agresión o más violencia.

**ACTIVIDAD 2 RECONOCIENDO LAS FORMAS DE VIOLENCIA**

14-17 años  
18 en adelante

**INSTRUCCIONES**

30 minutos

- Explique los diferentes tipos de violencia con base en la introducción a esta sesión.
- Solicite a las y los participantes, que se organicen en grupos de 5 personas. A cada grupo entréguele una hoja con 5 o 6 palabras de esta lista: Caricia, grito, insulto, beso, soledad, amor, golpe, cinturón, pellizco, abandono, silencio, palmada, enfermedad, rechazo, desprecio, elogio, abrazo, mujer, aplauso, aprecio, patada, coscorrón, tocamiento, género, morenitos, dolor, placer.
- Pida a las y los participantes que complementen esa lista con otras 6 o 7 palabras, adicionales. Estas palabras las crearan a partir de leer y escribir lo primero que se les ocurra leyendo las palabras del listado inicial.
- A continuación, con las palabras que ya tenían, y las nuevas que recolectaron, cada grupo debe construir un guion para un dramatizado en el que se aborde al menos una forma de violencia contra las niñas y niños. La duración debe ser 5 minutos, que posteriormente debe ser representado al grupo con una actuación.
- Pida a las y los jóvenes que realicen la presentación de sus historias ante los asistentes.
- Después de la totalidad de las representaciones, pregunte a las y los participantes:
  - ¿Hubo violencia física en alguna historia? ¿en cuál? ¿por qué?
  - ¿Hubo violencia emocional o psicológica en alguna historia? ¿en cuál? ¿por qué?
  - ¿Hubo violencia de género en alguna historia? ¿en cuál? ¿por qué?
  - ¿Hubo violencia sexual en alguna historia? ¿en cuál? ¿por qué?





Ante cada violencia identificada, pregunte;

- ¿Qué creen que sintió la persona que violentaba? ¿y la que recibía la violencia?
- ¿Qué harían ustedes si les pasa?
- ¿Qué harían si ven que le pasa a alguien más?
- ¿Qué se hubiera podido hacer para evitar que se diera la violencia?

**7.** Agradezca cada intervención y valide todas las respuestas.

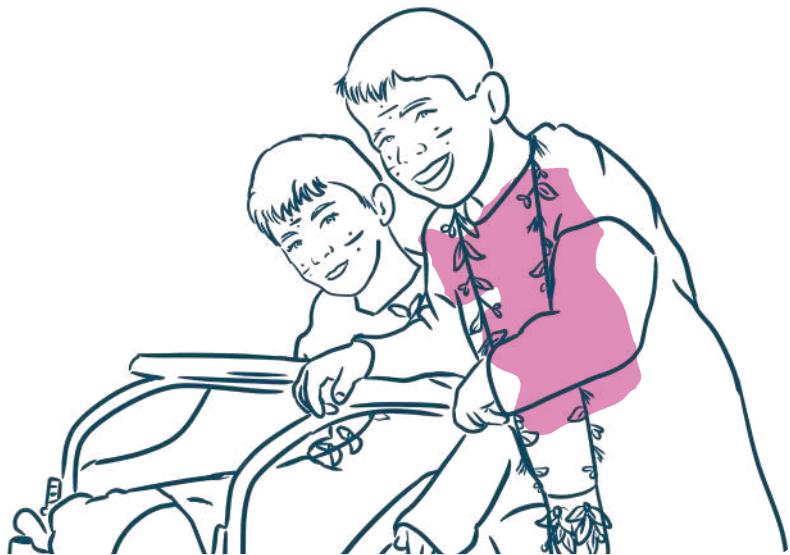
Recuerde a las y los participantes que todas las formas de violencia mencionadas también son una amenaza y vulneración de los derechos de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Genere una reflexión sobre las estrategias de empoderamiento, defensa y resistencia de los y las participantes frente a los distintos tipos de violencia, haciendo énfasis en el valor y poder de los jóvenes para transformar las condiciones de sus vidas. Cerciórese que cada participante haga un compromiso consigo mismo y consigo misma frente a la prevención y defensa de sus vidas frente a la violencia.

**8.** Pida a las y los niños, adolescentes o jóvenes mantener los equipos de trabajo de la actividad anterior.

**9.** Invite a una discusión en cada grupo, en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentirían si fueran los protagonistas de las presentaciones que vieron en la actividad anterior?
- ¿Qué harían?
- ¿Qué les gustaría que el resto de los personajes hicieran?



**11.** En los mismos grupos, se pide que hagan una lluvia de ideas de las cosas que esa persona que experimenta la situación de riesgo puede hacer para protegerse en ese momento, ya sea evitando o disminuyendo el nivel de peligro. Todas las ideas las anotarán en un pliego de papel periódico.

**12.** Haga una plenaria para que las y los participantes compartan las emociones, perspectivas e ideas definidas en el paso anterior. Se validará y agradecerá cada intervención.

**13.** Cuando los grupos hayan participado en la plenaria, se haga una ponderación de las ideas a partir de dos criterios:

- ¿Esto me produce bienestar?
- ¿Esto ayuda a resolver la situación para todas las personas involucradas en el conflicto?

**14.** Se complementan las opciones con las siguientes alternativas:

Se escribe el listado completo de opciones en el tablero o en el pliego de papel kraft. Debe asegurarse de sólo incluir opciones que efectivamente eviten o reduzcan la violencia, por lo que no se deben incluir estrategias que impliquen agresión o más violencia.

**ACTIVIDAD 3**

**REFLEXIONEMOS MEDIANTE LA RULETA  
DE LAS OPCIONES**



Todas las edades

**INSTRUCCIONES**



20 minutos

**1.** Entregue un octavo cartulina, un marcador y tijeras. Cada participante dibuja en la cartulina un círculo y lo recorta. A continuación, como si fuera una torta o pastel, dibujan 6 secciones con la siguiente información. De tal manera que se tenga una rueda con opciones.

- Pedir ayuda a un adulto de confianza que te escuche, que te crea y que tome acciones.
- Tomar un espacio para respirar profundo.
- Identificar lo que está sintiendo cada persona involucrada.
- Tomar distancia (alejarse de ahí)
- Expresar con respeto lo que se está sintiendo.
- Pedir ayuda a las instituciones. (Llamar a la línea de atención del (ICBF) o (Policía), asistir a la defensoría de familia, comisaría de familia, inspección de policía, personería, fiscalía, centro de salud, entre otras).



2. En cada espacio, se escribe cada una de las opciones.
3. Con la rueda de las opciones lista, realice un juego de roles donde se plantea un caso y los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, de manera voluntaria, dan respuesta escogiendo una opción de la rueda. Los casos son:
  - ¿Qué podrían hacer si son testigos cuando dos personas están discutiendo, se insultan y golpean entre sí?
  - ¿Qué podrían hacer si un familiar, compañero o conocido amenaza con golpearlos o hacerles daño de alguna manera?
  - ¿Qué podrían hacer si un familiar se acerca a ustedes para confiarles que ha sido víctima de abuso?
  - ¿Qué podrían hacer si su mamá o papá están muy enojados?



4. Retroalimente lo que plantea cada participante, ayudándoles a identificar los niveles de amenaza y violencia para, así, validar si la opción es proporcional y necesaria.
5. Tenga en cuenta que la idea de la ruleta no es para orientar las acciones que deben hacer los niños y las niñas, pues este tipo de decisiones no se dejan al azar. La idea de la ruleta es justamente para reflexionar si una acción es la adecuada.
6. Es importante siempre promover el desmonte de la agresión como estrategia de afrontamiento o resolución de conflictos.
7. Cierre a la actividad recordando que cada situación es particular y requiere una medida especial; insista que la ruleta no debe usarse como instrumento para definir la acción a seguir, sino como un recordatorio de las múltiples opciones que se pueden tomar en una situación de riesgo.

**ACTIVIDAD 4**

**JUGUEMOS**



Todas las edades

**DESCRIPCIÓN**



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “Manual de juegos de Retorno a la Alegría” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- a)** Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- b)** Facilitar el desarrollo del juego.
- c)** Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- d)** Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

## ACTIVIDAD 5

## DESPEDIDA



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



10 minutos

1. Después del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar el cierre.
2. Pídale a las y los participantes que se desplacen lentamente y de manera libre por el espacio. Mientras tanto, se les dirá que piensen en las experiencias vividas durante la sesión, así como en los aprendizajes que se llevan.
3. Luego de unos minutos, pídale que se formen en círculo y ubique en el centro una bolsa con semillas.
4. Solicite que, de manera voluntaria, compartan con las y los demás el aprendizaje o la experiencia que se llevan de la sesión. Quien hable deberá pasar al centro, tomar una semilla y contar su aprendizaje, luego volverá a su puesto en el círculo llevándose la semilla consigo. Se incentiva a la participación.
5. Explique que la piedra o la semilla simbolizan el aprendizaje o la experiencia que se llevan de la sesión, y que estos empezarán a germinar y a nutrirlos a partir de este encuentro.
6. Finalmente, invite a los participantes asistir a la próxima sesión, agradezca a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes su participación, recuérdale que las semillas deben cuidarse para que crezcan, y que, en este caso, el cuidado será poner en práctica lo aprendido durante la sesión.

## REFERENCIAS

Cabello Montaño, P., López Uribe, E., López Uribe, O., & Mancilla Mendoza, M. (2016). Taller Jóvenes Construyendo Nuestra Sexualidad. México D.F., México.

Defensoría de Pueblo, Profamilia. (2007). Guía para la formación Guía para la formación en Derechos Sexuales y en Derechos Sexuales y Reproductivos Reproductivo. Bogotá, Colombia.

UNICEF Colombia. (2021). Guía Metodológica Guía Metodológica ¡Vaya a donde vaya, soy extraordinaria!

Fondo de Población de las Naciones Unidas. Educación sexual integral. (s.f.). Recuperado Septiembre 12 de 2023, de <https://www.unfpa.org/es/educaci%C3%B3n-sexual-integral>

Muñoz, V. (2012). El derecho a la educación: una mirada comparativa Argentina, Uruguay, Chile y Finlandia. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe. Santiago de Chile. Chile.

## ANEXO 1

### EL MOLINERO Y EL REY

Hace 200 años vivía el Rey Federico, quien tenía un palacio en las afueras de la ciudad. Ahí se retiraba a descansar y gozar de la tranquilidad de sus jardines y bosques. Pero desgraciadamente junto al palacio había un molino de viento. Este molino le pertenecía a un señor que lo usaba para moler los granos de trigo hasta convertirlos en fina y blanca harina. Apenas soplaban el viento comenzaban a girar las grandes aspas, éstas a su vez movían las ruedas de piedra que comenzaban a moler y todo junto hacía un escándalo que llegaba a muchos metros de distancia. El rey se molestaba, pues decía que con ese escándalo no podía pensar, ni trabajar, mucho menos descansar.

Por fin un día mandó llamar al molinero y le dijo:

-Usted comprenderá que no podemos seguir juntos en este lugar. Uno de los dos tendrá que retirarse, ¿cuánto me puede dar usted por este palacio?

Al principio el molinero no le entendió y por eso el rey le explicó:

- Usted no tiene dinero como para comprar este palacio por eso será mejor que me venda su molino.
- Bueno, le dijo el molinero, - yo no tengo dinero para comprarle su palacio, pero usted tampoco puede comprarme el molino. El molino no está a la venta.

El rey pensó que el molinero quería lograr un buen precio, por eso le ofreció más de lo que valía la propiedad. Pero el molinero volvió a decir:

- El molino no está a la venta-.

El rey le ofreció una suma aún mayor. Entonces el molinero le dijo:

- No venderé el molino por ninguna suma. Aquí nací y aquí quiero morir. Yo recibí este molino de mis padres y quiero dejárselo a mis hijos para que vivan al amparo de las bendiciones de sus antepasados.

El rey perdió la paciencia. Y de mal talante le dijo:

- Hombre, no sea terco yo no tengo por qué seguir alegando con usted. Si no quiere hacer un trato que le conviene, llamaré a unos entendidos para que digan cuánto vale en realidad ese viejo molino. Eso será entonces lo que se le pagará a usted y mandaré arrancar esa máquina.

Tranquilamente el molinero se sonrió y le contestó al Rey Federico:

- Eso lo podría hacer usted si no hubiera jueces en el reino.

El rey lo contempló en silencio. Contaba la gente de aquel tiempo que, en lugar de enojarse, agradeció esas palabras. El molinero confiaba en los jueces de su reino, el molinero sabía que el rey respetaría la ley. Federico no insistió más. El molino quedó en su lugar como un monumento a la justicia ciega. Tan ciega que no distingue a un rico de un pobre, ni a un rey poderoso de un humilde molinero.



Eje Temático

4

# ENTORNOS PROTECTORES

*RECONOCIENDO REFERENTES*

*MI CASA, MI COMUNIDAD*

*RECONOCIENDO REDES DE APOYO*

*RECONOCIENDO MI ENTORNO, NUESTRO AMBIENTE*



## EJE TEMÁTICO

## ENTORNOS PROTECTORES

Según el ICBF, los entornos protectores son espacios seguros de participación, expresión y desarrollo, donde los niños, niñas y adolescentes viven libres de violencia. Estos entornos cumplen con las leyes, cuentan con institucionalidad y la sociedad promueve prácticas protectoras que reducen la vulnerabilidad y fortalecen los derechos de los menores de edad (ICBF, 2022).

El proceso de generación y fortalecimiento de entornos protectores implica reflexionar sobre las dinámicas e interacciones que ocurren diariamente en el entorno de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Es esencial señalar que las sesiones de “Entornos protectores” han identificado como aspectos relevantes el papel de la familia, la comunidad, la escuela, el estado y la identificación de riesgos en el entorno de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. La familia, en este contexto, forma individuos como sujetos de derechos. La escuela educa y guía a ciudadanos, mientras que la sociedad recibe y nutre poblaciones, el papel del estado es garantizar sus derechos, que tengan acceso a educación de calidad, a salud, que vivan protegidos de todo tipo de violencias y en un entorno familiar seguro. En este eje temático, nos sumergiremos en el tema de los entornos protectores, organizando tres sesiones diseñadas para que niños, niñas, adolescentes y jóvenes reflexionen sobre las dinámicas e interacciones diarias en su entorno. El objetivo es crear oportunidades para el bien individual y colectivo, promoviendo espacios que garanticen el bienestar y el cuidado basado en los derechos fundamentales, fomentando la no violencia y el sano desarrollo.

- **Sesión 14:** Reconociendo referentes
- **Sesión 15:** Mi casa, mi comunidad
- **Sesión 16:** Reconociendo Redes de Apoyo
- **Sesión 17:** Reconociendo mi entorno, nuestro Ambiente

sesiones de trabajo

14

RECONORIENDO REFERENTES



**Descripción:** La calidad de los entornos protectores, contextos familiares, institucionales, educativos y comunitarios es uno de los factores de protección más importantes para la prevención (...). (ICBF, 2020), por lo que es necesario tener en cuenta que para favorecerlos o fortalecerlos, al inicio de la sesión.



15

MI CASA, MI COMUNIDAD



**Descripción:** Retomando la definición de lo que es un entorno protector en la sesión anterior se concluye para esta actividad, como un espacio que proporciona condiciones adecuadas para que niños, niñas, adolescentes y jóvenes adquieran las herramientas necesarias para su desarrollo, libre de situaciones de riesgo.

16

ENTORNOS PROTECTORES

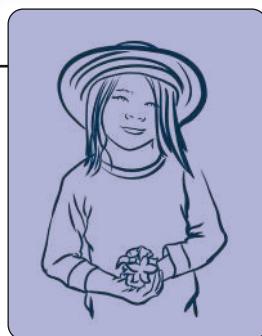
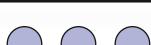


**Descripción:** Las redes de apoyo son importantes para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes. Son como ese grupo de héroes que están allí para ayudar en diferentes áreas de la vida, ya sea en salud, trabajo, seguridad, educación, apoyo emocional, justicia y más. Estas redes son como un escudo que brinda soporte cuando más lo necesitan.



17

RECONORIENDO MI ENTORNO,  
NUESTRO AMBIENTE



**Descripción:** Continuamos con este viaje educativo que no solo busca despertar la curiosidad, sino también fomentar el amor y respeto por su invaluable hogar, la Tierra. Como sabiamente expresó Barbara Ward, "Somos la primera generación que siente el impacto del cambio climático y la última que puede hacer algo al respecto" y estas palabras resuenan profundamente hoy, recordando la urgencia de comprender y actuar para proteger el entorno.

*Sesión*  
**14**

## Reconociendo **REFERENTES**



## 14

RECONOCIENDO  
REFERENTES

*El amor es la fuente de la seguridad, la fuente de la vida. (Susan Polis Schutz)*

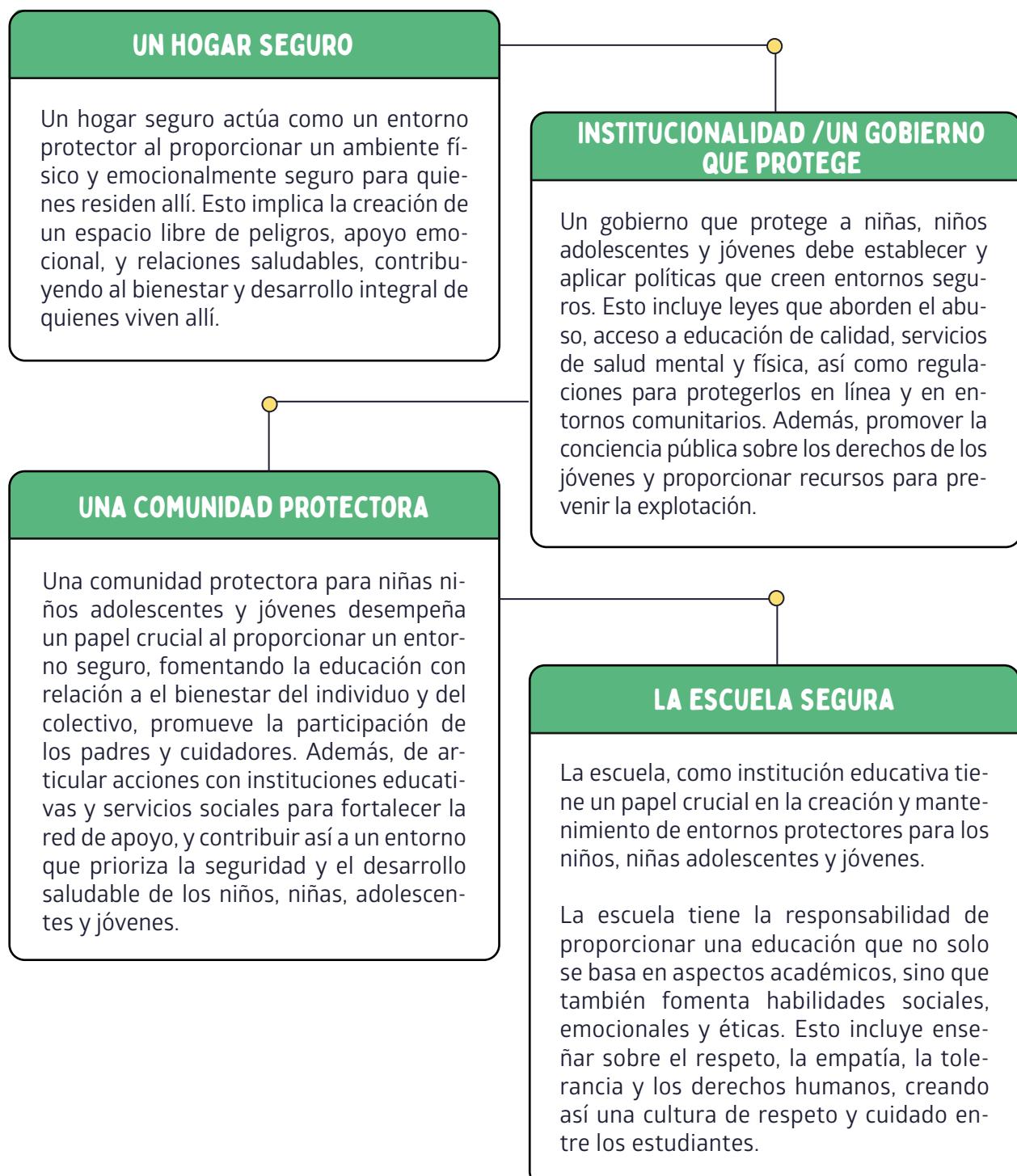
La calidad de los entornos protectores, contextos familiares, institucionales, educativos y comunitarios es uno de los factores de protección más importantes para la prevención (...). (ICBF, 2020),

Cabe mencionar que, en relación con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, se puede decir que un entorno protector es un espacio que ofrece unas condiciones adecuadas para que ellos y ellas logren aprehender las herramientas necesarias para construir y disfrutar la vida.

Por lo tanto, como individuos, familias, comunidades y sociedades están llamados a favorecer y a garantizar entornos protectores para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes haciendo que cada lugar que ellos habitan, como la casa, el colegio, los parques y, en general, los espacios públicos, les provea los elementos necesarios para vivir bien, para vivir felices. Por lo tanto, la sesión “Reconociendo referentes” aporta actividades formativas y de prevención a través de diversas estrategias y dinámicas como el juego.



Las niñas, los niños, los adolescentes y jóvenes pueden tener un “escudo” que los protege de cualquier riesgo. Este “escudo” puede estar formado por las características y habilidades que cada persona tiene; entre ellos un hogar protector; una escuela segura; una comunidad y la institucionalidad (un gobierno que protege).





En la ejecución de la sesión: "Reconociendo referentes", es importante tener en cuenta la diversidad cultural y étnica de los participantes quienes se va a dirigir la sesión, es decir tener claro en donde se va a realizar la actividad; paso siguiente propiciar un espacio inclusivo y respetuoso, donde cada niño, niña y adolescente se sienta involucrado, comprendido y representado. Así mismo fomentar un diálogo que sea acorde a la identidad cultural de todos los participantes.

## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Fortalecer las capacidades de protección a niños, niñas y adolescentes para el reconocimiento de referentes protectores que contribuyen a enfrentar situaciones de vulnerabilidad.



### MATERIALES

Música para ambientación, cuento "camino a casa", tablero o pliego de papel Kraft, plantilla del álbum de referentes protectores, hojas en blanco, lapiceros, plastilina de colores



### DURACIÓN

3 horas y 20 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1 RECONOCIENDO EL CUIDADO Y PROTECCIÓN



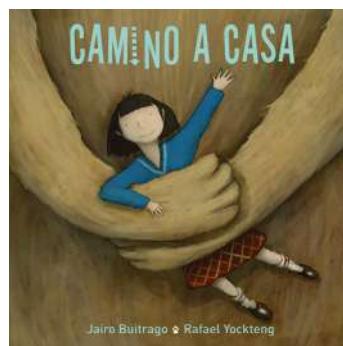
Todas las edades

## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Salude a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes y recoja los hallazgos y reflexiones que hayan tenido después de la última sesión. Es importante agradecer y validar que todos y todas estén dispuestos para estar en el espacio.
2. Proyecte olea el cuento “Camino a casa” (Buitrago & Yockteng, 2011) que se encuentra en el **anexo 1**. Es importante resaltar el contenido del cuento y sus ilustraciones, sin embargo, se pueden realizar adaptaciones o realizar dibujos semejantes, en caso de que el cuento no se pueda proyectar, mostrar desde un dispositivo electrónico o imprimir.



3. Desarrolle una plenaria con los y las asistentes sobre las emociones e ideas que les genera el cuento, preguntándole al grupo:

- ¿Qué pasa en el cuento?
- ¿Cómo se siente la niña cuando está el león? ¿por qué se siente así?
- ¿Qué piensan del león? ¿qué les hace sentir el león de la historia? ¿por qué?
- ¿Quién actúa como el león en sus vidas?
- ¿Cómo se sienten con las personas que son como el león de la historia?
- ¿Cómo se sienten las personas que no tienen un león en sus vidas?
- ¿Cómo podemos ser leones para otras personas?
- ¿Es posible ser como la niña y como el león a la vez?

4. De cierre a la plenaria señalando que el león provee sensación de cuidado y protección a la niña de la historia, acompañándola en momentos difíciles y alegres, también recuerde que todas y todos podemos cuidar, y que también tenemos personas que nos cuidan de la misma manera.

## ACTIVIDAD 2

## REFERENTES PROTECTORES



10-13 años

## INSTRUCCIONES



25 minutos

1. Indique que el objetivo de la actividad es reconocer a aquellas personas que pueden cuidar, especialmente en situaciones donde se esté en riesgo la integridad física (cuerpo) y la integridad emocional (sentimientos).
2. Entregue a cada niño, niña y adolescente tres hojas de papel y plastilina de colores.
3. Indique que en cada hoja deben dibujar, con plastilina, (dibujar la silueta en la hoja esparciendo la plastilina con el dedo índice, como si el dedo fuera el lápiz) a una persona en la que confien mucho. Si bien se estimulará que en cada hoja sea una persona diferente, es válido también si se repite al personaje. Si el esparcir la plastilina con el dedo se hace muy difícil para el niño o la niña, puede indicarle que lo dibuje con lápices de colores.



4. Solicite a los y las participantes que en cada dibujo escriban el nombre de esa persona y que respondan ante el grupo la siguiente pregunta:
  - ¿Ante qué situaciones te protege esta persona?
  - ¿Qué característica de esta persona te hace sentir segura o seguro?
5. Indique que las respuestas son pistas de las características que tienen las personas que dibujaron, y que esta capacidad de hacerles sentir seguridad les convierte en sus referentes de confianza para resolver alguna situación.

**ACTIVIDAD 2**

**REFERENTES PROTECTORES**

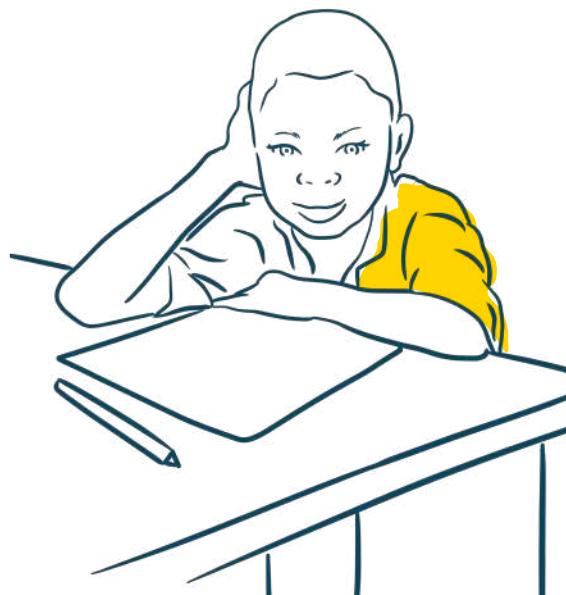
★ 14-17 años  
★ 18 en adelante

**INSTRUCCIONES**

⌚ 25 minutos



1. Pida a las participantes que se reúnan en círculo y entregue una hoja en blanco y un lápiz a cada participante.
2. Solicite al grupo que escriba, en la hoja, todos los nombres que se les ocurran en respuesta a las siguientes preguntas:
  - ¿A quién acuden cuando...
  - ...están en riesgo de sufrir un accidente?
  - ...tienen hambre? ...tienen preocupación?
  - ...se sienten enfermos(as)?
  - ...tienen miedo?
  - ...necesitan un consejo?
  - ...se encuentran en problemas?
  - ...necesitan dinero?
  - ...se sienten solos(as)?
  - ...se sienten tristes?
  - ...necesitan buscar apoyo legal?
  - ...reciben una llamada de auxilio?
  - ...sienten que su salud mental está en riesgo?
3. Teniendo en cuenta las respuestas en el anterior paso, abra una discusión en el grupo sobre los siguientes temas:



- ¿Sienten que confían en las personas que escribieron? ¿por qué?
- ¿Qué instituciones, entidades o personas conocen, que puedan ayudar ante estas situaciones?
- ¿Han hecho uso de alguna línea de emergencia? ¿en qué circunstancia?
- ¿Qué nombres se repiten?
- ¿Dónde conocieron a esas personas?
- ¿Quiénes son parte de su familia? ¿quiénes no lo son?
- ¿Se han encontrado en alguna situación de riesgo? ¿a quién han acudido?

**4.** Agradezca cada intervención y se validan todas las respuestas, de cierre a la actividad indicando que como individuos, familias, comunidades y sociedades estamos llamados a favorecer y garantizar entornos protectores para los niños, las niñas, los adolescentes y jóvenes, haciendo que cada lugar que ellos habitan, como la casa, el colegio, la universidad, los parques y, en general, los espacios públicos, les provean los elementos necesarios para vivir bien y tranquilos.

## ACTIVIDAD 3

## CREANDO Y DIBUJANDO



10-13 años

## INSTRUCCIONES



20 minutos

**1.** Pida a las niñas y los niños que, de acuerdo a lo que respondieron en la actividad 2, dibujen con plastilina el superpoder de cada personaje. Por ejemplo, si alguien siente seguridad porque lo abrazan, pueden pintarse brazos fuertes.

**2.** Cuente las siguientes cinco situaciones, e indique que, en cada una, los y las niños y las niñas deben escoger a una de las personas o referentes que dibujaron para que les ayude en la situación:

- Una niña o niño está cerca de un río muy peligroso y puede ahogarse.
- Alguien se está llevando a la fuerza a una niña o a un niño.
- Una niña o un niño está siendo maltratado en el colegio por sus compañeros.
- Una niña o niño se siente triste porque le han dicho que no sirve para nada.
- Una niña o niño tiene miedo porque le fue mal en el colegio.



**3.** En cada situación solicite que algunos participantes, de manera voluntaria, muestren la persona que han seleccionado y expliquen el porqué de la selección.

**4.** Al finalizar, resalte que las personas que han seleccionado son fuente de ayuda y protección, tal como el león de la historia que vieron, y que a estas personas pueden recurrir cuando se sientan asustados, tristes o molestos.

**5.** Invite a que las niñas y niños guarden los dibujos y se los regalen a las personas que han dibujado, contándoles el por qué decidieron pintarlos.

ACTIVIDAD 3

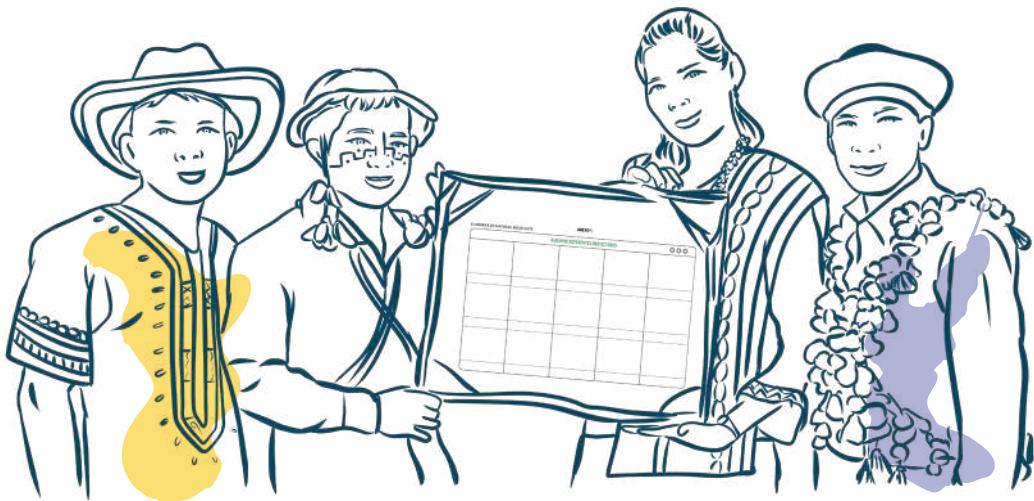
CREANDO Y DIBUJANDO

14-17 años  
18 en adelante

INSTRUCCIONES



20 minutos



1. Pida a las y los jóvenes tener presente la actividad anterior.
2. Entregue a cada participante una fotocopia del **anexo 2** de la sesión para realizar un álbum de referentes protectores junto con lápices y colores.
3. Indique a las y los participantes que en esa hoja deben armar su álbum de referentes protectores. La intención es que en el cuadrado grande indiquen de manera detallada (nombre, símbolos, dibujos) si es posible, a las personas o entidades a las que identificaron, y que en el rectángulo escriban el nombre y el rol, por ejemplo, si es un familiar, una profesora, entidad, institución, entre otros.

ÁLBUM DE REFERENTES PROTECTORES			
	<b>EL ICBF</b>		<b>MI AMIGO DE LA JUNTA DE ACCIÓN COMUNAL</b>
<b>JUÁN MI HERMANO</b>	<b>LA ENTIDAD ICBF</b>	<b>DOÑA JUANA</b>	<b>CÉSAR TORRES</b>

4. Una vez finalizados los álbumes, se da un espacio para que las y los participantes se muestren los álbumes al grupo de trabajo.

## ACTIVIDAD 4

## JUGUEMOS



Todas las edades

## DESCRIPCIÓN



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- a) Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- b) Facilitar el desarrollo del juego.
- c) Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- d) Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.



ACTIVIDAD 5 REFLEXIONANDO MEDIANTE LA DRAMATIZACIÓN  10-13 años

## INSTRUCCIONES



25 minutos

1. Después del juego, convoque a las niñas, niños y adolescentes para realizar la actividad, ayúdelos a tranquilizarse, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.
2. Posteriormente realice una breve explicación sobre la importancia de tener adultos protectores o referentes positivos en la vida. Destaque cómo los referentes pueden influir en su camino.

"Vamos a hablar sobre algo muy especial:

tener adultos protectores y referentes positivos en nuestras vidas.

- ¿Alguna vez te has preguntado por qué es genial tener a esas personas a tu alrededor?



Imagina que estás aprendiendo a andar en bicicleta. A veces, puede ser un poquito difícil, ¿verdad? Ahí es donde entran en juego los adultos protectores, como tus padres, abuelos, maestros o cualquier persona que te cuide. Son aquellos referentes que te ayudan a mantener el equilibrio cuando las cosas se ponen difíciles. Te cuidan y te enseñan a pedalear fuerte.

Ahora, piensa en alguien a quien admires mucho. Puede ser un héroe de los cuentos, un deportista increíble o alguien que siempre te hace sentir bien. Esos son los referentes positivos. Son como faros brillantes que te muestran el camino. Te enseñan a ser amable, valiente y a hacer cosas asombrosas.

Tener adultos protectores y referentes positivos es como tener un equipo de superhéroes a tu alrededor. Ellos te inspiran, te ayudan a crecer y siempre están ahí para darte un abrazo cuando lo necesitas.

Así que, recuerda, tener a estas personas geniales en tu vida hace que todo sea más divertido y emocionante. Ellos te guían en tu viaje, te apoyan y te muestran lo increíble que eres. ¡Nunca olvides lo especial que eres y lo afortunado que eres de tener a estos superhéroes a tu lado!

**3.** Pida a los participantes que se organicen en equipos de 5 participantes y seleccionen situaciones clave en las que sus referentes hayan sido importantes, anime a reflexionar sobre esos momentos y cómo influyeron en sus vidas. Así mismo, indique que esas situaciones se deben representar, tomando una de las siguientes opciones:

· **SITUACIÓN 1:** Apoyo emocional en dificultades.

Los participantes dramatizarán un momento en el que un referente brinda apoyo emocional durante una dificultad.

· **SITUACIÓN 2:** Consejo o guía significativa.

Representarán un consejo valioso o guía que haya marcado la vida de alguien.

· **SITUACIÓN 3:** Superación de obstáculos con ayuda de referente.

Simularán un ejemplo de cómo un referente ayudó a superar un obstáculo específico.

**3.** Después de las dramatizaciones, facilite un diálogo abierto sobre las experiencias representadas. Pregunte cómo influyeron esos referentes en las situaciones y qué aprendizajes dejaron.



ACTIVIDAD 5 REFLEXIONANDO MEDIANTE LA DRAMATIZACIÓN  18 en adelante

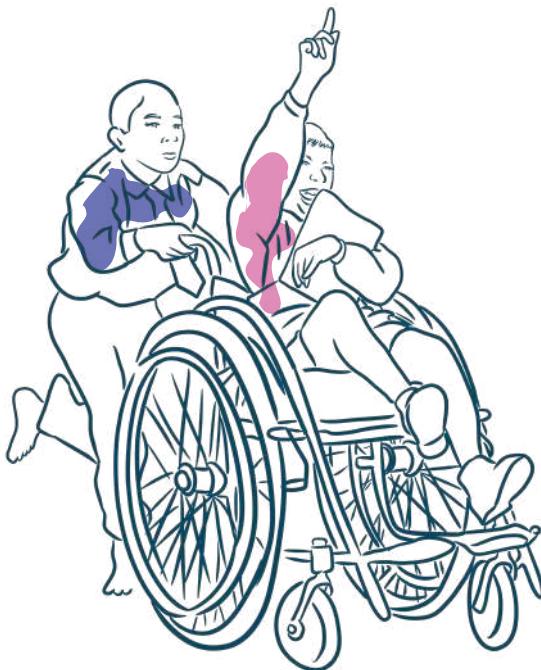
## INSTRUCCIONES



25 minutos

**1.** Después del juego, convoque a los jóvenes para realizar la actividad, ayúdelos a tranquilizarse, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.

**2.** Posteriormente invite a las y los participantes a formar 5 grupos y asigne una de las siguientes situaciones a cada grupo y pida que discutan quién podría ayudarlos y cómo podrían pedirle ayuda:



**SITUACIÓN 1:** Estás al cuidado de un familiar con quien no te sientes en tranquilidad y amenaza con pegarte.

**SITUACIÓN 2:** Estás enfermo, pero te encuentras solo en casa.

**SITUACIÓN 3:** Estás transitando por un lugar concurrido y observas un accidente.

**SITUACIÓN 4:** Te ofrecen dinero para realizar un “pequeño trabajo”, sin embargo, es inseguro o peligroso.

**SITUACIÓN 5:** Te sientes muy triste y desconsolado.

**3.** De 10 minutos para que los grupos creen el dramatizado. Al finalizar, cada grupo debe actuar, ante el resto de las y los participantes, la situación problema, mostrando también, qué persona o entidad protectora y de qué manera se le podría pedir ayudar en la resolución de la situación.

**4.** Indique a los participantes que cada grupo formado anteriormente, debe presentar ante el resto de las y los participantes la situación asignada. Las representaciones no pueden ser de más de 3 minutos.

Al finalizar cada presentación, pregunte al grupo:

- ¿Qué pasaba en la situación?
- ¿Qué opinan de la forma en que se pidió la ayuda? ¿lo harían igual? ¿diferente?
- ¿Pedirían ayuda a una persona diferente? ¿a quién?

## ACTIVIDAD 6

## CONCLUSIÓN Y DESPEDIDA



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



10 minutos

1. Invite a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes a formar un círculo, manteniendo un espacio cómodo entre cada persona.
2. Introduzca una pelota suave o un objeto similar que pueda pasarse fácilmente.
3. Indique que la persona que tiene la pelota empiece expresando a quién o a qué institución desea agradecer y por qué. Para que posteriormente, pase la pelota a la persona de la izquierda y así sucesivamente.
4. Para hacerlo más divertido, explique que cada vez que alguien recibe la pelota, debe realizar un movimiento especial antes de expresar su agradecimiento. Puede ser un salto, un giro o cualquier gesto creativo.
5. Despues de que todos hayan compartido sus agradecimientos y movimientos, cierre la actividad con un aplauso energético y agradeceles a todos por participar, e indicando que:

“Esta actividad nos recordará la importancia de reconocer a quienes nos apoyan y nos cuidan. ¡Espero que hayan disfrutado de la sesión y se lleven consigo la alegría de agradecer!

**¡HASTA LA PRÓXIMA AVENTURA!**

**REFERENCIAS**

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (29 de Julio de 2020). Noticias ICBF. Recuperado el Febrero 12 de 2024, de <https://www.icbf.gov.co/noticias/en-nuestras-manas-esta-ser-en-tornos-protectores-de-los-ninos-directora-icbf>

Flores, Silvia Conde. Secretaría de Educación Pública. (2010). ¿Cómo construir ambientes protectores? Guía para las familias. ¿Cómo construir ambientes protectores? Guía para las familias. México D.F., México.

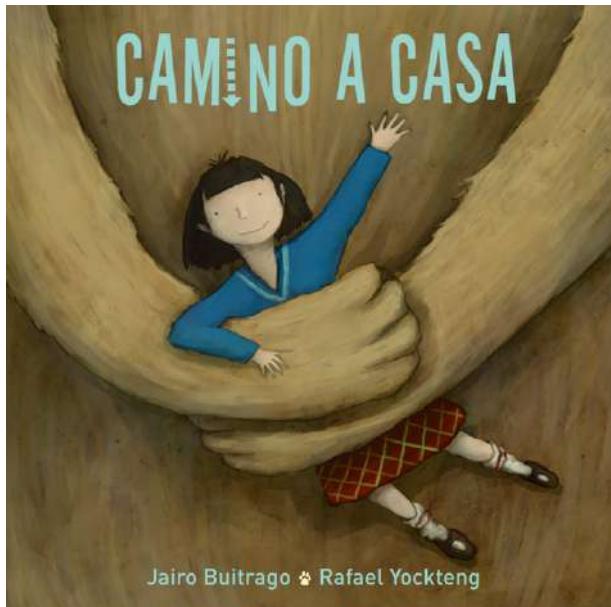
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (s.f.). icbf.gov.co. Recuperado el 14 de diciembre de 2023, de Mis manos te enseñan - Pautas para vivir en Casa - Cuidadores: <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-ensenan/cuidadores>

Escobar, S. M. (2023). Fundación Alberto Merani. Recuperado el 12 de febrero de 2024, de Consolidar entornos protectores: <https://www.linkedin.com/pulse/consolidar-entornos-protectores-para/>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2021). Encuentros prevención de riesgos específicos entre pares. Bogotá, Colombia.

Buitrago, J., & Yockteng, R. (2008). Camino a Casa. México D.F., México: Fondo de Cultura Económica.

ANEXO 1  
CUENTO "CAMINO A CASA" (BUITRAGO & YOCKTENG, 2011).



Libro ganador del Concurso de Álbum Ilustrado A la Orilla del Viento  
El jurado estuvo conformado por Anthony Horne, Ricardo Chávez  
Castañeda, Graciela Noriñ Gómez, Silvano Karamay y Fernanda Orellana

Primera edición, 2009  
Tercera reimpresión, 2014  
Primera edición electrónica, 2015

Buitrago, Jairo  
Camino a casa / Jairo Buitrago ; ilus. de Rafael Yockteng. —  
Méjico : IRI, 2009. — (22 p., ilas., 20 x 22 cm. — (Colección Especiales de A la Orilla  
del Viento))

ISBN 978-607-16-0997-3

1. Literatura infantil. I. Yockteng, Rafael, II. Ser. III. C.

Dewey 803.048 8775

Para María Osorio  
y para Catalina  
Jairo

A mi Dama Roja  
Rafael

© 2009, Jairo Buitrago, texto

© 2009, Rafael Yockteng, ilustraciones

D. 9.0.2008, Fondo de Cultura Económica

Campus Universitario 777, 16238, México, D. F.

www.fondoecdulculturaeconomica.com

Empresa certificada por RICOH 2008

Editorial: Mónica Martínez y Elena Pecarán

Diseño gráfico: Gabriela Martínez Nava

Corrección: libroparalelo@fondoecdulculturaeconomica.com

Tel.: 01 800 5449-1971. Tel.: 01 800 640 1973

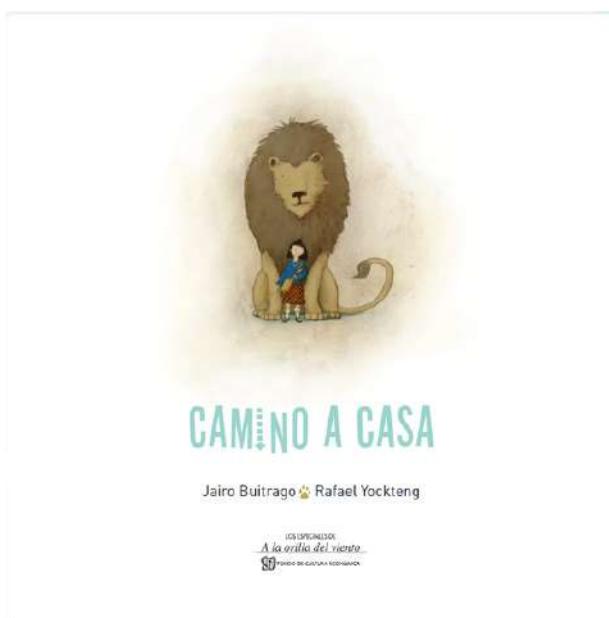
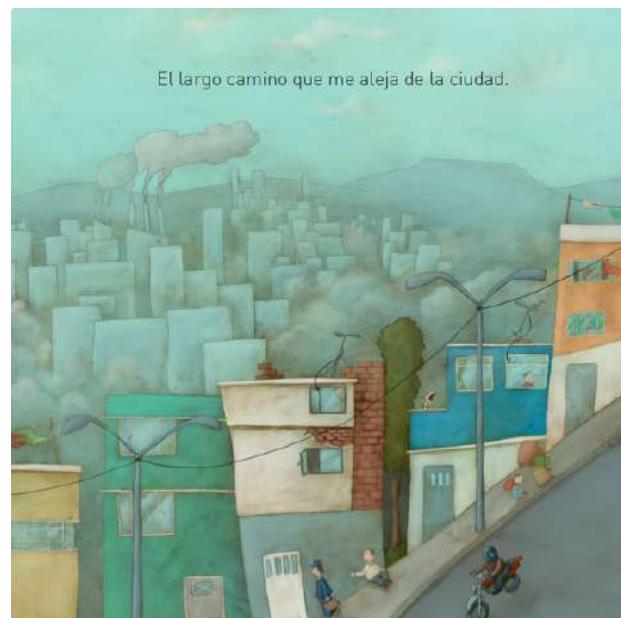
Se prohíbe la reproducción parcial o total de esta obra, sea cual fuere

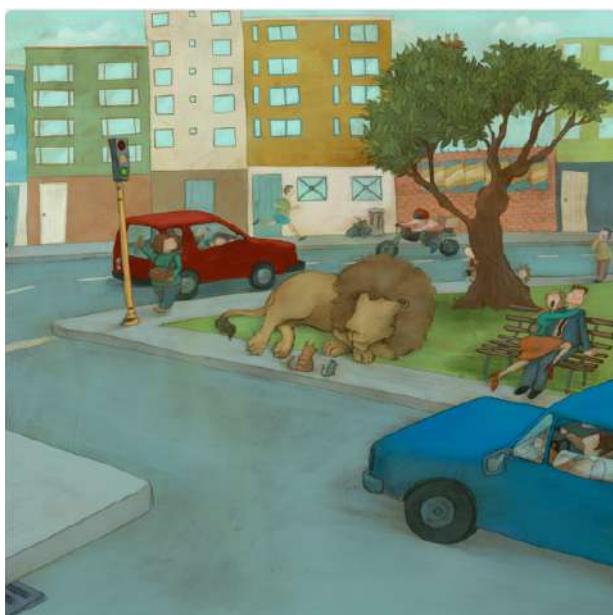
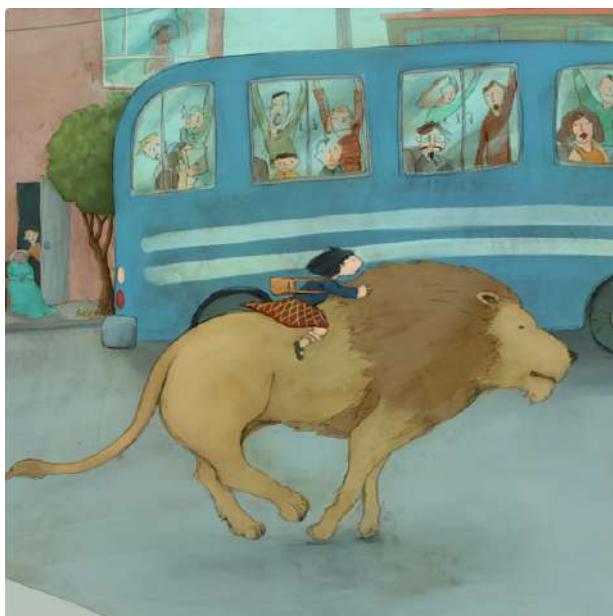
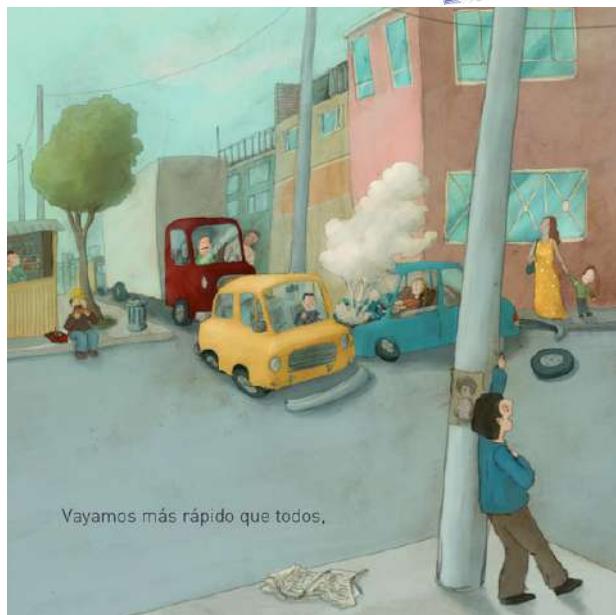
el medio, con la única excepción del tránsito de los derechos.

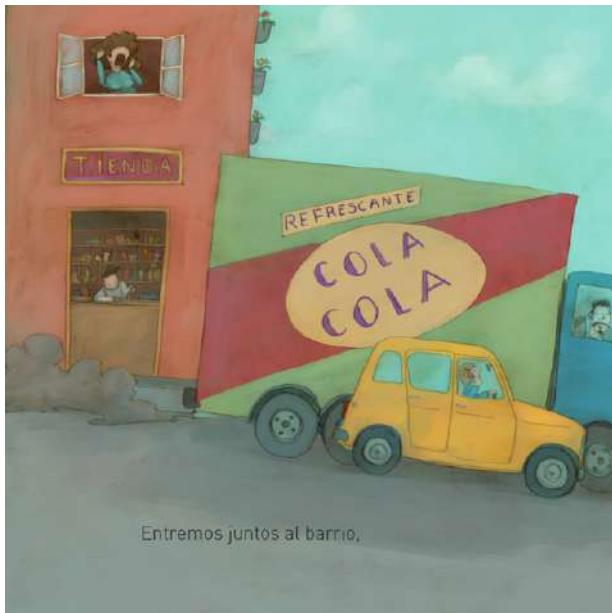
ISBN 978-607-16-0997-3

ISBN 978-607-16-3442-9 (PDF)

Hecto en México • Añadido en México











**ANEXO 2**

**ÁLBUM DE REFERENTES PROTECTORES**




15

## MI CASA, MI COMUNIDAD



15

MI CASA,  
MI COMUNIDAD

*Lo que haya en el centro de nuestra vida será nuestra fuente de seguridad, guía, sabiduría y poder. Stephen Covey*

Un entorno protector se concibe, como un espacio que proporciona condiciones adecuadas para que niños, niñas, adolescentes y jóvenes adquieran las herramientas necesarias para su desarrollo, libre de situaciones de riesgo.

En cuanto a las condiciones físicas de un entorno protector, no se limitan solo a la localización y accesibilidad de los espacios, sino que abarcan todos los aspectos de bioseguridad, satisfacción de necesidades básicas, garantía de derechos y desarrollo de potencialidades necesarias para vivir y sobrevivir. En este sentido, fomentar y fortalecer los entornos protectores es responsabilidad de todos los integrantes de los espacios (hogares, comunidades, instituciones, etc.) que rodean a niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Es relevante destacar que las actividades formativas y de prevención, mediante diversas estrategias dinámicas como el juego y expresiones artísticas, buscan facilitar la expresión de vivencias personales y aprender conceptos de manera atractiva, involucrando la dimensión emocional y creativa. En este contexto, la sesión “**Entornos protectores: Mi casa, mi comunidad**” se presenta como un instrumento eficaz que sensibiliza y, en particular, abre la puerta para que las niñas, niños, adolescentes y jóvenes identifiquen situaciones de riesgo y vulneración en su territorio o comunidad.



En referencia al entorno familiar y al entorno comunitario es importante que se tengan presente los siguientes elementos.

De manera general se puede entender que un entorno protector es un espacio seguro de expresión, participación y desarrollo, que ofrece oportunidades para crecer de manera segura y favorable.

En el entorno familiar se desarrollan sentimientos de seguridad, de compañía de afectividad, de apoyo, de comprensión entre otros, se construyen los valores y normas familiares que dan paso a los comportamientos aceptados o no por la familia.

Al hablar del entorno comunitario se hace referencia a las características del contexto que favorecen conductas de convivencia y relacionamiento entre los diferentes actores presentes en una comunidad. En este entorno se debe promover una convivencia que facilite las relaciones y la participación de los miembros de la comunidad, se dan en este entorno las acciones de las institucionales que de manera coordinada con la comunidad favorezcan abordar objetivos que favorezcan a la comunidad. En este entorno se construyen normas formales o informales que regulan la convivencia comunitaria.



En el marco de la sesión “**Mi casa, mi comunidad**”, se subraya la importancia de respetar y honrar las diversas creencias, tradiciones y valores que cada participante pueda aportar desde su propia identidad cultural. Se reconoce que la riqueza de la comunidad reside en su diversidad, y es fundamental fomentar un ambiente inclusivo que celebre y respete las distintas perspectivas. Al promover el entendimiento mutuo y la valoración de las diversas culturas presentes en la sesión, se contribuye a la construcción de entornos protectores que reflejen la pluralidad de experiencias y fortalezcan los lazos comunitarios

## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Reconocer y profundizar en las necesidades, vulnerabilidades, factores de riesgo o de protección (física, ambiental y social) en el entorno de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.



### MATERIALES

Marcador borrable, tablero, marcado permanente, papel kraft o periódico, o tiza en el suelo, hojas en blanco, lapiceros, lápices, colores.



### DURACIÓN

2 horas y 30 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## ATENCIÓN A LOS CAMBIOS



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



15 minutos

**1.** Salude a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes haga una revisión de los hallazgos y reflexiones que hayan tenido después de la última sesión. Es importante validar emocionalmente (dar sentido a la experiencia que cuentan, aceptarla y mostrar empatía) y dar contexto de lo que ha venido ocurriendo en las diferentes sesiones.



**2.** Organice a las y los participantes en dos grupos e indique que en la sesión de hoy deberán prestar mucha atención a lo que sucede a su alrededor. Lo primero que harán es detectar las diferencias que pueda tener el otro grupo cada vez que lo solicite.

**3.** Pida a cada grupo pararse uno enfrente del otro y solicite que se miren con detalle y atención pues, cuando vuelvan a pararse de esta manera, tres cosas habrán cambiado en el otro grupo. Deben descubrir qué cambió.

**4.** Después de un rato ubique a los grupos lo más alejado posible entre sí, y en cada grupo, realice tres cambios aleatorios. Por ejemplo, puede pedir que un participante se quite su gorra, que alguien más se quite un zapato y que otros se intercambien sus chaquetas.

**5.** Vuelva a pedir a los grupos que se paren uno enfrente del otro y los reta a descubrir rápidamente qué cambió en cada grupo. La ronda durará hasta que ambos grupos hayan descubierto los cambios, puede dar pistas. La actividad consta de cinco rondas.

**6.** Pasadas las cinco rondas, pregunte al grupo:

- ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿y lo que menos?
- ¿Qué fue lo más fácil? ¿y lo difícil?

**7.** Para finalizar resalte que para superar el ejercicio fue necesario que cada participante prestara mucha atención a cada detalle, por lo que les invita a mantener esa atención en el siguiente ejercicio, ya que ahora serán detectives en el territorio.

## ACTIVIDAD 2

## ENTREVISTANDO A LA COMUNIDAD



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



60 minutos

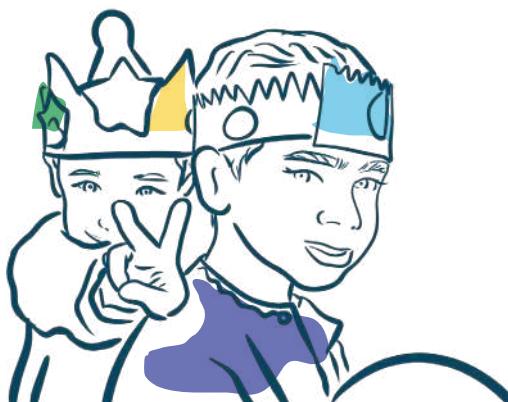
1. Realice un recorrido por el barrio, con las y los asistentes, hasta diferentes sitios previamente seleccionados donde puedan encontrar seguridad física. Por ejemplo, un parque, un colegio, CAI de la policía o una esquina cerca de un negocio. Si no es posible, el recorrido se hará de manera virtual o apoyándose en fotos del territorio. Sin embargo, permita a los jóvenes mayores de 18 años, tocar en los hogares cercanos y conocidos por ellos y ellas mismas y mismos, para tener comunicación con sus habitantes. (en caso de realizar el recorrido por el territorio). promueva el acompañamiento de los padres de familia (si así lo desean), en caso de realizar el recorrido por el territorio.
2. Indique a los y las participantes que pueden convocar en las ubicaciones seleccionadas a personas conocidas o de confianza de la comunidad, con el propósito de que les brinden información con más facilidad.
3. Se orienta a los y las participantes a conformar máximo 3 grupos de acuerdo con el número de participantes en la actividad para que aborden respetuosamente a algunas personas de la comunidad para realizar las siguientes preguntas.

Se trata de entrevistar a diferentes miembros de la comunidad para:

- a). Conocer la historia, grupo 1;
- b). Conocer la situación actual y dinámica de la comunidad, grupo 2;
- b). Conocer los riesgos y necesidades que enfrenta niños, niñas, adolescentes y jóvenes, Grupo 3.

**HISTORIA Y ANTECEDENTES- GRUPO 1:**

- ¿Qué sabe de este lugar donde reside actualmente?
- ¿Conoce algo de la historia de este lugar?
- Los personajes míticos que se han aparecido.
- ¿Cuáles fechas o acontecimientos especiales comparten los miembros de la comunidad?



## SITUACIÓN Y DINAMICA DE LA COMUNIDAD - GRUPO 2

- ¿Los miembros de la comunidad son respetados y valorados?
- ¿Cuáles elementos son representativos en la comunidad y le permiten diferenciarse frente a las demás?
- Los sitios agradables y desagradables y por qué.
- Los sitios que dan miedo, alegría, tristeza y enojo.
- Los sitios donde hay violencia o peligro para los niños, niñas y adolescentes.
- Sitios donde se reúne la comunidad para realizar celebraciones.
- ¿Qué significa para usted ser miembro de la comunidad?
- ¿Cuáles son los líderes comunitarios que se reconocen en el territorio?
- ¿Cuáles son los miembros de la comunidad, que generan una influencia positiva en los jóvenes y adolescentes?



## RIESGOS Y NECESIDADES - GRUPO 3

- ¿Cuáles son los principales vulneraciones, riesgos que viven los niños, niñas, adolescentes y jóvenes?
- ¿Qué acciones comunitarias plantea la comunidad como una alternativa de solución frente a las situaciones de riesgo?
- ¿Dónde están ubicadas las entidades de seguridad e instituciones públicas? ¿usted cree que hacen falta?
- ¿Cuáles redes de apoyo existen dentro de la comunidad?
- ¿Cuáles consideran son las principales necesidades de niños, niñas, adolescentes y jóvenes?

**5.** Finalmente motive a los y las participantes a tomar notas detalladas y regresar conjuntamente al salón.

## ACTIVIDAD 3

## CARTOGRAFÍA



Todas las edades

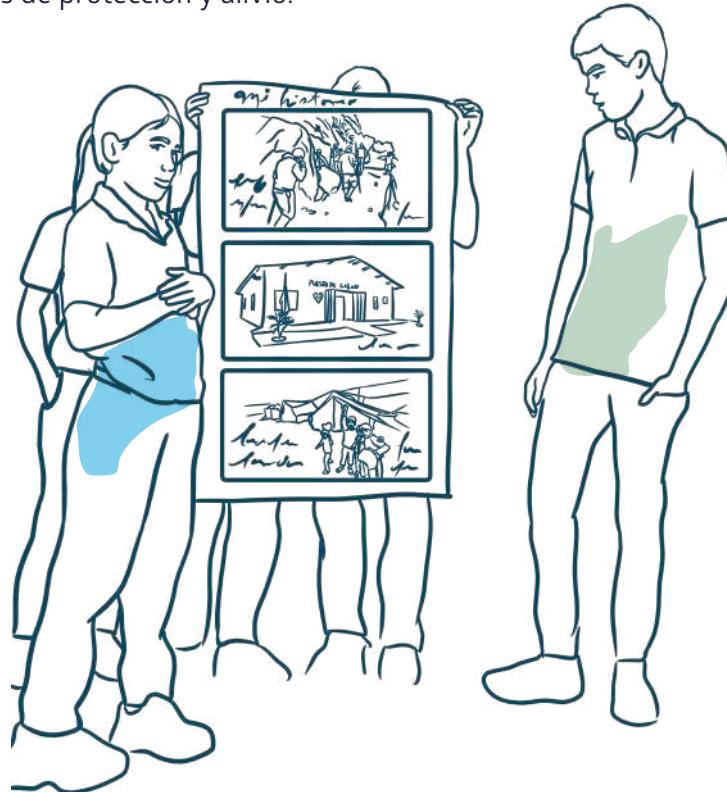
## INSTRUCCIONES



35 minutos

1. En el salón nuevamente reúna a los y las participantes en cinco grupos para compartir sus impresiones sobre lo que vieron en el recorrido, sobre las historias que escucharon y sobre lo que ellas y ellos mismos piensan y sienten, especialmente frente a los sitios y respuestas de las personas frente a las situaciones de riesgo o vulneración identificadas. Cada grupo puede contar en 5 minutos lo encontrado.
2. En consenso construyen una historieta que integre lo que escucharon y su propia posición. Deben dividir la historia por la cantidad de participantes que tenga cada grupo y dibujar ese fragmento con alguna pequeña descripción escrita en la parte inferior. Por ejemplo: uno dibujará lo que sabe de la historia del barrio sumando lo que le contaron y el siguiente con los lugares desagradables y, así con cada parte de la indagación.
3. Se hace una exhibición de las historias donde cada grupo cuenta la suya propia en máximo 3 minutos.
4. Plantee un debate a partir de los siguientes tópicos:

- Los sitios agradables y desagradables y por qué.
- Los sitios donde aparece la violencia o peligro.
- Los sitios donde suelen ocurrir las historias de riesgo o vulneración.
- Los sitios de encuentro entre comunidad.
- Los sitios de protección y alivio.



- 5.** Pida a un o a una asistente que vuelvan a resaltar el espacio recorrido e imaginado y, los focos riesgo o vulneración/de protección y alivio. Puede ser con marcador borrable en el tablero, marcado permanente en papel kraft o periódico o tiza en el suelo. Pueden intervenir otras personas del grupo para enriquecer lo que se ha construido.

**Nota:** en caso de que perciba temor, angustia o le sea compartida una situación que represente que se vive una violencia o que hay un riesgo de que se configure, debe tomar nota del lugar y comunicarlo al equipo del socio implementador.

#### ACTIVIDAD 4

#### REFLEXIÓN DE LO ENCONTRADO



10-13 años

#### INSTRUCCIONES



15 minutos

1. Pida a los niños que cierren los ojos y piensen en lo que más les gusta de su casa y comunidad. Este momento les ayudará a concentrarse.
2. Abra un espacio para que cada niña, niño y adolescente comparta brevemente lo que disfruta en su comunidad. Fomente un ambiente positivo.
3. Proporcione papel y lápices de colores, animando a los participantes a dibujar algo que les haga sentir agradecidos por su hogar y vecindario.
4. Formule preguntas simples como:
  - ¿Qué podemos hacer para que nuestra comunidad sea un lugar más feliz?
  - ¿Cómo podemos ayudar a nuestros vecinos?



5. Invite a los participantes a hacer pequeños compromisos para mejorar su entorno, como ayudar a limpiar un área común o ser amables con los vecinos.
6. Aliente a aquellos que se sientan cómodos a compartir sus dibujos y compromisos con el grupo.

## ACTIVIDAD 4

## REFLEXIÓN DE LO ENCONTRADO



14-17 años



15 minutos

## INSTRUCCIONES



1. De unos minutos para que los adolescentes reflexionen en silencio sobre lo que aprendieron y cómo se sienten al conocer más sobre su comunidad.
2. Inicie una conversación abierta preguntando:
  - ¿Qué descubrieron sobre su comunidad que no sabían antes?
  - ¿Cómo se puede promover la diversidad y la inclusión en nuestros vecindarios?
  - ¿Cuáles son los desafíos que enfrenta nuestra comunidad y cómo podemos abordarlos juntos?
3. Pida que imaginen cómo les gustaría ver su comunidad en el futuro y qué acciones individuales pueden tomar para contribuir a ese ideal.
4. Anime a cada adolescente a compartir un pequeño compromiso personal para mejorar su entorno comunitario.
5. Proporciona materiales como hojas blancas, lápices y colores para que creen símbolos que representen la fuerza y la diversidad de su comunidad.
6. Invite a aquellos que se sientan cómodos a compartir sus compromisos y símbolos con el grupo.

## ACTIVIDAD 4

## REFLEXIÓN DE LO ENCONTRADO



18 en adelante

## INSTRUCCIONES



15 minutos

1. Conduce una breve reflexión centrada en la gratitud por el hogar y la comunidad. Esto establecerá un tono reflexivo.

"En nuestra vida diaria, a menudo subestimamos el valor de la comunidad que nos rodea. La comunidad no solo es un conjunto de calles y casas, sino un tejido de relaciones, experiencias y apoyo mutuo.

Hoy, tómate un momento para reflexionar sobre la gratitud por tu comunidad. Piensa en las conexiones que has formado, en las risas compartidas, en las manos amigas en momentos difíciles. Cada persona, cada rincón, contribuye a la riqueza de tu entorno.

Para aquellos que son nuevos en la comunidad hacer este reconocimiento es muy significativo pues en un plazo importante para hacer parte y sentirse miembro de la comunidad.

La gratitud por la comunidad no solo eleva nuestro espíritu individual, sino que también fortalece los lazos que nos unen. Así que, en este instante, agradece por la red de personas que te rodea. Estamos conectados de formas sorprendentes, y reconocer esto nos lleva a construir comunidades más fuertes y unidas. ¡Gracias por ser parte de esta comunidad!"

2. Posteriormente facilite un diálogo profundo sobre:

- Desafíos y oportunidades en la comunidad.
- Ideas para fortalecer la cohesión y el apoyo mutuo.

Realizando preguntas como:

- ¿Cuáles consideras que son los mayores desafíos que enfrenta nuestra comunidad?
- ¿Hay áreas específicas donde crees que podríamos mejorar para hacer nuestra comunidad más fuerte y resiliente?
- ¿Qué oportunidades ves para crear un impacto positivo en nuestra comunidad?
- ¿Hay recursos o talentos subutilizados que podríamos aprovechar para el beneficio común?
- ¿Cómo podemos fomentar una mayor conexión entre los miembros de la comunidad?
- ¿Existen actividades o eventos que podríamos organizar para fortalecer nuestros lazos?
- ¿Cómo podemos mejorar el apoyo mutuo dentro de la comunidad?
- ¿Hay iniciativas que podríamos implementar para garantizar que nadie se sienta excluido o desatendido?

**3.** Indique que entre los 5 integrantes de cada grupo dibujarán una última imagen o ilustración de su historia que integre lo que se ha discutido.

**4.** Por último, haga que los asistentes presenten su ilustración de manera grupal, con el propósito de que participen cada uno de los jóvenes.

**5.** Una vez terminen de contar la historia, agradezca la creatividad y valide todas las ideas dadas, mencionando que estas historias son un elemento de protección que ayudarán a prevenir las situaciones de riesgo.



## ACTIVIDAD 5

## JUEGO



Todas las edades

### INSTRUCCIONES



25 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- Facilitar el desarrollo del juego.
- Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

## ACTIVIDAD 6

## DESPEDIDA



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



15 minutos

1. Después del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar la actividad de despedida, ayúdelos a tranquilizarse, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.
2. Facilite la sesión invitando a los y las participantes a organizarse en un círculo, irá orientándolos para que tomen respiraciones profundas y exhalen todo el aire que toman.
3. Cuando todo el grupo esté en el círculo, continuarán respirando y pida que cierren sus ojos y sigan las orientaciones que van a escuchar a continuación. Anuncié que la idea es empezar a sentir las tensiones acumuladas y soltarlas para terminar la sesión más relajados.
4. Inicie proponiendo apretar la boca, los dientes y los cachetes y luego soltar, se continúa tensando el cuello y luego soltar, como dejando caer la cabeza, estirar los brazos y apretar los puños con fuerza, luego soltarlos y dejarlos caer, y así sucesivamente, se van tensionando partes del cuerpo, para luego soltarlas y dejarlas sin fuerza.



**5.** Oriente a todas y todos a hacer el cierre. Indicando que se ubiquen cómodamente y en silencio. Invite a una reflexión grupal a partir de las respuestas que algunos participantes den voluntariamente a tres preguntas. Cada pregunta se formula para responderse inmediatamente y dar oportunidad a quien quiera responder. Al finalizar resuma brevemente lo que expresan los participantes:

- ¿Qué les gustó del encuentro de hoy?
- ¿Qué no les gustó del encuentro de hoy?
- ¿Qué fue aquello que descubrieron el día de hoy? ¿Algo que se lleven para su casa? ¿Algo que no sabían y ahora sí?

**6.** Cierre el espacio agradeciendo a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes por compartir sus experiencias. Invítelos a seguir aprendiendo y creciendo juntos.

## REFERENCIAS

Escobar, S. M. (2023). Fundación Alberto Merani. Recuperado el 12 de febrero de 2024, de Consolidar entornos protectores: <https://www.linkedin.com/pulse/consolidar-entornos-protectores-para/>

Flores, Silvia Conde. Secretaría de Educación Pública. (2010). ¿Cómo construir ambientes protectores? Guía para las familias. ¿Cómo construir ambientes protectores? Guía para las familias. México D.F., México.

Constanzo, A. Z., & González Sánchez, M. (2012). Variables psicosociales del entorno comunitario asociadas a procesos de desadaptación social en adolescentes: reflexiones a partir de un estudio de caso. *Universitas Psichologica, 11*(4), PP. 1135-1145.

*Sesión*  
**16**

## RECONOCIENDO REDES DE APOYO



## 16

RECONOCIENDO  
REDES DE APOYO

*Cada lugar donde nos sentimos seguros es un tesoro. (Jan Jansen)*

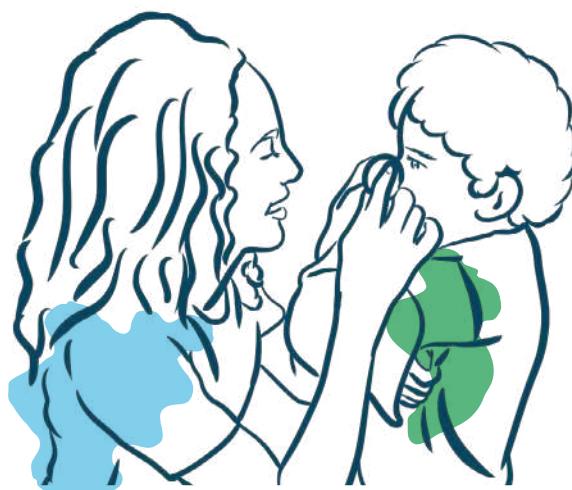
Las redes de apoyo son importantes para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes. Son como ese grupo de amigos que están allí para ayudar en diferentes áreas de la vida, ya sea en salud, trabajo, seguridad, educación, apoyo emocional, justicia y más. Estas redes son como un escudo que brinda soporte cuando más se necesita.

En otras palabras, las redes de apoyo están conformadas por entidades y personas que trabajan juntas para responder a situaciones difíciles o momentos complicados. Es importante recordar lo que ya se ha venido hablando de lo que es un entorno protector, esos espacios seguros de participación, expresión y desarrollo, donde las personas viven libres de violencia.

El entorno protector busca transformar lugares que pueden sentirse inseguros, como los hogares o comunidades, en espacios seguros. Es como una red tejida con nodos fuertes que no permiten que personas malintencionadas ingresen y afecten sus derechos. Si alguna vez hay algo sospechoso o alguien viola sus derechos, esta red asegura que se informe o denuncie a las autoridades adecuadas.

Entonces, la sesión entornos protectores: reconociendo redes de apoyo tiene como objetivo ayudar a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes a identificar las instituciones o autoridades que están presentes (o tal vez faltan) en su comunidad para proteger y defender los derechos. Nos centraremos especialmente en áreas importantes como la salud, educación, protección y justicia. Es como aprender a reconocer a los amigos locales y saber cómo pedir ayuda cuando la necesitan.

En el camino por fortalecer las redes de apoyo es importante que en la comunidad se pueda identificar esas redes de apoyo y como se organizan para ayudarse entre si.



## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Fortalecer la capacidad de identificación de las instituciones o autoridades presentes o inexistentes en la comunidad frente a la protección y defensa de los derechos, particularmente de los sectores salud, educación, protección y justicia.



#### MATERIALES

Hojas en blanco, lapiceros. Mapa grande que puede ser en papel kraft, periódico o impreso, colores o marcadores.



#### DURACIÓN

2 horas y 55 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## CALLES Y AVENIDAS



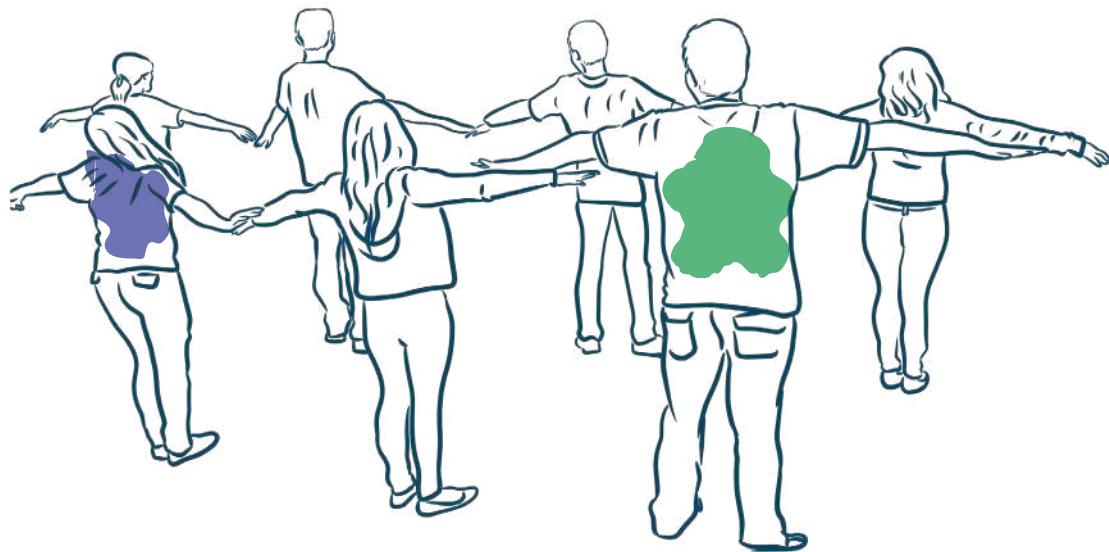
Todas las edades

## INSTRUCCIONES



15 minutos

1. Salude a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes haga una revisión de los hallazgos y reflexiones que hayan tenido después de la última sesión. Es importante que valide emocionalmente (dar sentido a la experiencia que cuentan, aceptarla y mostrar empatía) y de contexto de lo que ha venido ocurriendo en las diferentes sesiones.
2. Oriente a todos los y las participantes a ubicarse en filas paralelas, idealmente de 6 integrantes cada una, formando un total de 4 filas.



3. Deje dos participantes fuera de las filas, uno será el gato, el otro el ratón. La organización dependerá del número de asistentes.
4. Indique que todas y todos deben iniciar mirando al frente. Cuando se diga "avenida" se tomarán de las manos con las personas de la fila del lado y, cuando se diga "calle" giran hacia su derecha y se tomarán de las manos con las personas de su misma fila. Practique un par de veces antes de iniciar.
5. Indique que cuando ya dominan el movimiento, el gato y el ratón comenzarán a perseguirse por entre las y los participantes.
6. Debe definir el ritmo del juego alternando a momentos entre calles y avenidas. Puede ir cambiando los jugadores que se persiguen, así como la persona facilitadora que da las indicaciones.
7. Indique que hay momentos de seguridad y de inseguridad, que es muy importante saber identificarlos y como apoyarse mutuamente para sentirse más seguros entre todos.

## ACTIVIDAD 2

## DESAFÍO DE CONFIANZA



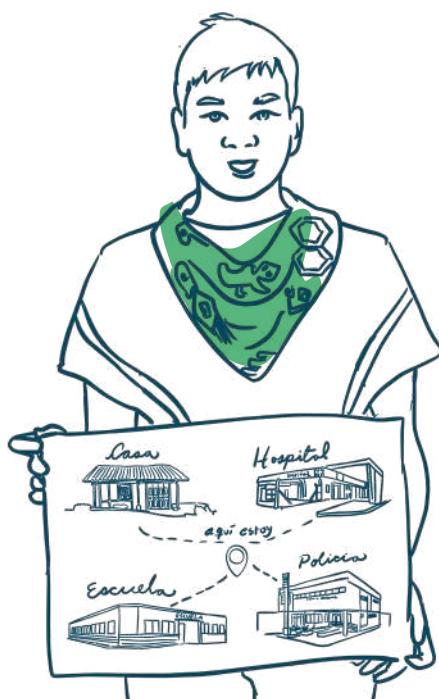
10-13 años

## INSTRUCCIONES



30 minutos

1. Comparta información específica de las instituciones presentes en el territorio colombiano que prestan acompañamiento a personas en situaciones de riesgo **anexo 1**. Permita la participación de los niños y niñas, indagando frente a sus conocimientos previos e identificando si la institución se encuentra presente en su comunidad (debe tener esta información previamente).
2. Recuerde también la existencia de las líneas de emergencia, 123 línea única de emergencia nacional, 141 del ICBF, 018000112137 Línea púrpura, 155 para Víctimas de violencia, 111 Atención de Desastres, 119 Bomberos, 125 Secretaría de Salud – Ambulancias, 132 Cruz Roja, 144 Defensa Civil, entre otros.
3. Indique que hoy todas y todos harán una expedición desde el salón, por lo que explorarán el territorio en el que viven en su imaginación. Mencione también que este territorio es desconocido para muchas personas, por lo que es importante que, a medida que lo recorren, pinten un mapa muy claro que después les sirva a otras personas. En el mapa deben ubicar todos los lugares que les parezcan interesante o importantes, así como las instituciones presentes en su comunidad que prestan acompañamiento; por ejemplo su centro médico, colegio, estación de policía, en caso de desconocer brinde ayuda a las niñas y niños.
4. Indique que el mapa no tiene que ser exacto, lo importante es reconocer las entidades que podrán prestarles ayuda, en caso de necesitarlo.



5. Entregue cuartos de papel y colores a cada participante, e invite a poner en el centro de la hoja una señal que marque el lugar donde están realizando la actividad. A continuación, dibujarán el lugar aproximado en que se encuentra la casa de cada participante.
6. Si no es posible guiar un recorrido imaginario, se puede apoyar con fotos de los lugares de referencia (opcional).
7. Indique que los mapas que han construido serán especiales, ya que llevarán un mensaje muy valioso, pues aparte de tener todos los lugares que son importantes o interesantes para cada niña y niño, también consignarán lugares que prestan acompañamiento a las situaciones de vulneración.

8. Al finalizar, de un espacio para que las y los niños socialicen su mapa y las entidades que pusieron en este.
9. Valore la creatividad de cada participante y agradezca su participación, recuerde entonces que el mapa es un elemento de protección que deben guardar para consultarla en caso de que lleguen a sentir que sufren alguna situación de riesgo.

**ACTIVIDAD 2**

**RECONOCIENDO LAS REDES DE APOYO**



14-17 años



18 en adelante

**INSTRUCCIONES**



30 minutos



1. Entrege hojas y lapiceros a cada participante.
2. Comparta información específica de las instituciones presentes en el territorio colombiano que prestan acompañamiento a personas en situaciones de riesgo **anexo 1**. Permita la participación de los niños y niñas, indagando frente a sus conocimientos previos e identificando si la institución se encuentra presente en su comunidad (debe tener esta información previamente).
3. Recuerde también la existencia de las líneas de emergencia, 123 Liana única de emergencia nacional, 141 del ICBF, 018000112137 Línea púrpura, 155 para Víctimas de violencia, 111 Atención de Desastres, 119 Bomberos, 125 Secretaría de Salud – Ambulancias, 132 Cruz Roja, 144 Defensa Civil, entre otros.
4. Mencione que son líneas telefónicas gratuitas a nivel nacional, que deben ser usadas con responsabilidad a través de las cuales se pueden reportar emergencias, hacer denuncias y pedir orientaciones sobre situaciones que afecten a las y los participantes o comunidad.

**5.** Haga un ejemplo de cómo pueden pedir ayuda a las personas cuando se presenta una situación de riesgo o emergencia. Asuma el rol de cualquier servidor público y, con alguien voluntario represente cómo sería pedir ayuda para alguien que considera que puede estar experimentando alguna situación. En este paso recuérdale a los y las participantes las situaciones de riesgo identificadas en las sesiones anteriores.

**6.** Entregue unas situaciones para que los y las adolescentes y jóvenes puedan preparar un guion (corto) y simular las peticiones de ayuda, preparando un juego de roles en 4 grupos.

- Llamar a la Línea 141 del ICBF al ser testigo que su vecino lastima a sus hijos e hijas.
- Solicitar apoyo por una situación de desastre natural.
- Encontrar a una persona que requiere atención médica.
- Llamar al 123 de la policía nacional para solicitar seguridad.

**7.** Los equipos tienen máximo 4 minutos para realizar la presentación de la situación ante los demás compañeros.

**8.** Se hace retroalimentación a las y los compañeros que hicieron el juego de roles, teniendo en cuenta si han usado las habilidades que se han trabajado durante el proceso y si entregaron la información completa. Se puede indicar alguna sugerencia concreta y pedir que repitan ese fragmento específico para mejorar su presentación.

- Información de datos personales lo más completa posible.
- Claridad al exponer la situación.
- Escuchar las sugerencias.

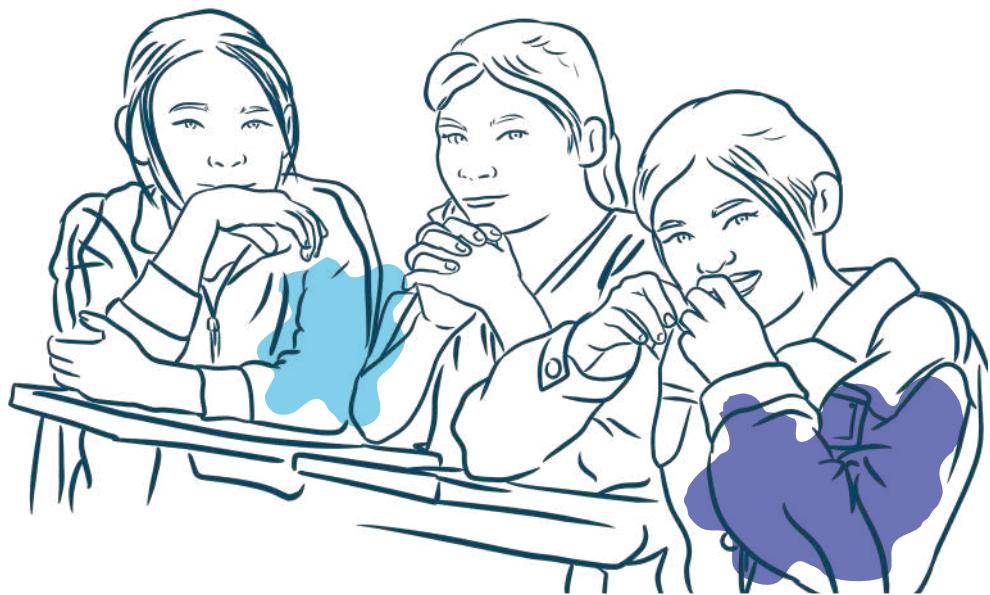


## ACTIVIDAD 3

## ESPACIOS DE MI TERRITORIO



Todas las edades



## INSTRUCCIONES



25 minutos

1. Indique que ya que han construido un mapa y conocen muy bien el territorio pueden ser guías de otras niñas, niños y adolescentes.
2. Para esto invite a desarrollar un folleto turístico que puedan entregar a sus amigas y amigos. En él consignarán la información de las líneas de atención socializada en la actividad anterior.
3. Al repetir la información de las líneas de atención mencione que son líneas telefónicas gratuitas a nivel nacional, que deben ser usadas con responsabilidad a través de las cuales se pueden reportar emergencias, hacer denuncias y pedir orientaciones sobre situaciones que afecten a las y los participantes o comunidad.
4. Seguidamente recuerde las instituciones presentes en el territorio colombiano que prestan acompañamiento a personas en situaciones de riesgo y entregará la información impresa **anexo 1**, de igual manera repartía, lápices, colores variados a cada participante y una hoja, invite a las niñas, niños y adolescentes a consignar la información dada de manera libre y llamativa, ya que ésta será una guía de protección para sus amigas y amigos.
5. Cuando finalicen el diseño de los folletos, invite a que algunos participantes muestren voluntariamente sus trabajos al grupo. Posteriormente señale que las guías que han desarrollado pueden servirle a sus amigas y amigos en caso de experimentar alguna situación de riesgo.

**ACTIVIDAD 4**

**JUEGO**



Todas las edades

**INSTRUCCIONES**



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- Facilitar el desarrollo del juego.
- Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.

## ACTIVIDAD 5

## ESPACIO DE RELAJACIÓN



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Después del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar la actividad de relajación, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.

Indique pausadamente lo siguiente:

"Siéntense o recuéstense cómodamente, busquen la posición que más te guste, cierren los ojos y empiecen a relajar todos los músculos de tu cuerpo. Empiecen a respirar lenta y profundamente.

Tomen aire por la nariz y llenen plenamente los pulmones. Sostengan unos segundos el aire y déjenlo salir lentamente por la boca, luego exhalen.

Concéntrense en su cara, en sus mandíbulas apretadas, tensen y aflojen esa parte del cuerpo lentamente. Tomen aire por la nariz y llenen plenamente los pulmones. Sostengan unos segundos el aire y déjenlo salir lentamente por la boca.

Relajen los músculos del cuello, liberen la tensión, muevan el cuello lentamente, inhalen y llenen plenamente los pulmones, sostengan unos segundos el aire y déjenlo salir lentamente por la boca, exhalen nuevamente.

Lleven la atención a los hombros, liberen la tensión, el malestar, muévanlos suavemente y relájenlos completamente al respirar. Inhalen, sostengan unos segundos el aire y al exhalar, imaginen que sale de ustedes toda preocupación, toda angustia y tensión.

Continúen relajando el tronco, la espalda, el abdomen, las piernas, liberen el estrés y la tensión que los mantiene contraídos, e incómodos, respiren profunda y lentamente. Tomen aire por la nariz y llenen los pulmones, sostengan unos segundos el aire y déjenlo salir lentamente por la boca.





Ahora lleven la atención a las piernas, liberen la tensión poco a poco, bajando por tus muslos, tus rodillas, las pantorrillas y finalmente los pies, sientan como sale toda la tensión por cada uno de los dedos y se aleja el malestar, muévanlos suavemente y relájenlos completamente al respirar. Inhalen, exhalen.

Continúen relajados o relajadas. La tensión de los músculos de los brazos va desapareciendo conforme mueven los dedos, dejen que escape la tensión, ahora no hay tensión en el cuerpo, se sienten libres de ese malestar. Respire profundamente. Inhalen, exhalen.

Todo el cuerpo está plenamente relajado, se sienten muy tranquilas o tranquilos, muy a gusto con cada uno y con las personas que los y las rodean, sientan como poco a poco la tensión se aleja de ustedes, respiren profundamente, tomen aire por la nariz. Sostengan unos segundos el aire y déjenlo salir lentamente por la boca.

**2.** Lentamente abran los ojos, y sientan cómo todo el cuerpo está relajado y sientan ese bienestar recorriendo el cuerpo.

**3.** Invite a los participantes a organizarse en 5 grupos.

**4.** Pida a cada grupo que diseñe una forma corta de contar a otras y otros (un jingle, un afiche, un comercial o una nota de radio) qué hacer en caso de detecta una situación de riesgo con el siguiente contenido:

- ¿Cuál es la situación?
- ¿Qué hacer?
- ¿Dónde y a quién acudir?
- ¿Por qué es importante que todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes conozcan esta información ?

**5.** Se hace la presentación de cada grupo en menos de un minuto una tras otra.

Agradezca y valide la participación de todas y todos, señalando que han adquirido conocimientos que protegerán a otras personas de la comunidad, por lo que se invita a que lleven la información a sus pares y a las y los adultos de su comunidad, promoviendo así la creación de comunidades cuidadoras.

## REFERENCIAS

Escobar, S. M. (2023). Fundación Alberto Merani. Recuperado el 12 de febrero de 2024, de Consolidar entornos protectores: <https://www.linkedin.com/pulse/consolidar-entornos-protectores-para/>

Defensoría de Pueblo, Profamilia. (2007). Guía para la formación Guía para la formación en Derechos Sexuales y en Derechos Sexuales y Reproductivos Reproductivo. Bogotá, Colombia.

## ANEXO 1

### INFORMACIÓN PARA ORIENTAR LAS ACTIVIDAD 2 Y 3

#### REDES DE APOYO



REDES DE APOYO	
Instituciones o autoridades presentes en Colombia frente a la protección y defensa de los Derechos de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes particularmente de los sectores salud, educación, protección y justicia.	
<b>COMISARIAS DE FAMILIA</b>	Depende de la Alcaldía del municipio, Le corresponde garantizar, proteger, restablecer y reparar los derechos de miembros de las familias.
<b>INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR, ICBF DEFENSOR(A) DE FAMILIA</b>	Se encuentra en los Centros Zonales de Bienestar Familiar, atiende casos en que estén involucrados niños, niñas y adolescentes, es decir, personas menores de 18 años en riesgo. Adopta medidas de restablecimiento de derechos para detener la violación o amenaza de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.
<b>DEFENSORÍA DEL PUEBLO</b>	Vela por la promoción, ejercicio y divulgación de los derechos humanos, tanto de víctimas como de agresores en casos de violencia. Están localizadas en las capitales de los departamentos, la principal función es prestar asesoría por ejemplo para la formulación de derechos de petición y acciones de tutela.
<b>PERSONERÍA MUNICIPAL</b>	Se encuentra en cada municipio, presta servicio de asesoría jurídica gratuita para hacer peticiones a las autoridades, formular acciones de tutela y en general para apoyar a las personas a fin de prevenir vulneraciones de sus derechos o restablecimiento de los mismos.
<b>CASAS DE JUSTICIA</b>	Lugar donde se concentran varias instituciones para facilitar el acceso a la justicia, también promueve los mecanismos alternativos para la solución de conflictos y el fortalecimiento de la convivencia ciudadana.
<b>LA UNIDAD PARA LA ATENCIÓN Y REPARACIÓN INTEGRAL A LAS VÍCTIMAS</b>	Su función es el acercamiento del Estado a las víctimas mediante una coordinación eficiente y acciones transformadoras que promuevan la participación efectiva de las víctimas en su proceso de reparación. Se encarga de coordinar las medidas de asistencia, atención y reparación otorgadas por el Estado, como de articular a las entidades que hacen parte del Sistema Nacional para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas.
<b>FISCALÍA GENERAL DE LA NACIÓN</b>	Su función es recibir DENUNCIAS penales por cualquier delito, investigar y acusar a los presuntos infractores. También debe velar por la protección de las víctimas.
<b>ESTACIÓN DE POLICÍA</b>	Su función es garantizar una prestación rápida y adecuada de protección y atención a quienes acuden a solicitar ayuda. Cuando se dice Policía Judicial se entiende también que se trata de la Policía Nacional, el Cuerpo Técnico de Investigación de la Fiscalía CTI, la SIJIN y la DIJIN.
<b>DEPENDENCIAS DE LAS ALCALDÍAS LOCALES</b>	Dentro de la entidad existen distintas dependencias encargadas de apoyar y prestar asesoría a la comunidad en situación de vulnerabilidad en distintos aspectos. Existen, por ejemplo, la Oficina por una Justicia de Género, las Casas para la Igualdad, entre otros que aunque NO reciben denuncias, orientan a las víctimas de abuso sexual y violencia intrafamiliar sobre la ruta a seguir para formular denuncias y obtener información acerca de los recursos y redes disponibles.
<b>MEDICINA LEGAL</b>	Elabora los dictámenes médico legales necesarios para determinar el grado y la causa de una lesión, así como la incapacidad que ésta ocasiona. Atiende a las personas que son remitidas mediante orden escrita de autoridad, como Comisaría, Fiscalía, Juzgado y Policía Judicial.
<b>ORGANIZACIONES NO GUBERNAMENTALES (ONG)</b>	Están comprometidas con la difusión del derecho a una vida libre de vulnerabilidad. Cuentan con profesionales que prestan servicios de apoyo y asesoría a las poblaciones que han sufrido alguna situación de vulnerabilidad.

*Sesión*  
**17**

**RECONOCIENDO MI ENTORNO,**  
Nuestro ambiente



17

## RECONOCIENDO MI ENTORNO, Nuestro ambiente

*“Lo que hacemos hoy importa, porque estamos intercambiando un día de nuestras vidas por ello”. -Jane Goodall*

En esta sesión se busca proporcionar una experiencia enriquecedora que va más allá de la mera comprensión de la ecología, se requiere que reconozcan la urgente necesidad de inculcar en las nuevas generaciones un profundo sentido de responsabilidad y conexión con el entorno que les rodea. La idea de que las acciones cotidianas tienen un impacto duradero en el medio ambiente, subrayan la importancia de tomar decisiones informadas y respetuosas con la naturaleza. En este contexto, la sesión se presenta como una oportunidad valiosa para sembrar semillas de cambio positivo, inspirándoles a convertirse en defensores activos de la salud y el equilibrio del planeta. Con un enfoque lúdico y educativo, se espera que esta sesión no solo informe, sino que también motive a la acción, contribuyendo así a la formación de ciudadanos conscientes y comprometidos con la preservación del medio ambiente para las futuras generaciones.

### ¿QUÉ ES EL MEDIO AMBIENTE?

El ambiente físico está constituido y definido por el clima, los entornos geológicos y la contaminación.

El ambiente biológico hace referencia a la población humana; así como a la flora, la fauna y el agua. El ambiente socioeconómico incluye los desastres, que en su mayoría son ocasionados por las actividades del hombre o por efectos de la naturaleza.

### CONTAMINACIÓN DEL MEDIO AMBIENTE

La contaminación del medio ambiente son todos aquellos elementos que están presentes en él y que dañan, perjudican y ponen en peligro la seguridad, las condiciones de vida, el bienestar y las características de los ecosistemas y de la flora y fauna que los habitan.

Es todo aquello que daña el aire, el suelo, el agua, la flora y la fauna. Una parte de esa contaminación es natural, por ejemplo, cuando un volcán entra en erupción libera una gran cantidad de gases y productos que pueden dañar el ecosistema, no obstante, la mayor parte de la contaminación del medio ambiente se produce como consecuencia de las actividades humanas, ya sea con los plásticos en el mar, los residuos en la montaña o la emisión de CO<sub>2</sub> a la atmósfera.

## CÓMO CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE MEDIDAS DE CONSERVACIÓN Y PROTECCIÓN

- **Ahorro energético:** manteniendo una actitud responsable a la hora de utilizar aparatos y electrodomésticos, apagando aquellos que se encuentren en desuso, desenchufando cualquier aparato conectado a la red eléctrica que no se esté utilizando, reemplazando las bombillas convencionales por ahorradoras y utilizando los recursos naturales como es la energía del sol, para aprovechar tanto su luz como el calor que proyecta.
- **Ahorro de agua:** cada gota que se desperdicia se puede convertir en litros al final del día y en cantidades abrumadoras a final del mes, reduciendo la capacidad de las cisternas, evitando dejar correr el agua y, en definitiva, cerrando el grifo en todas aquellas situaciones en las que su uso no resulte imprescindible.
- **Aprovechamiento de los recursos:** esto hace referencia al aprovechamiento de todos los recursos y materiales de los cuales se dispone, pues los seres humanos viven en una sociedad basada en el consumo, y en muchas ocasiones se compran artículos y productos que en realidad no se necesitan
- **Reciclar:** esta acción está relacionada con la anterior, ya que, a través de la correcta separación de los residuos, desechos y desperdicios en los contenedores habilitados para cada uno de ellos, se puede ofrecer una nueva vida a las basuras, garantizando de este modo el aprovechamiento de recursos. Los colores del reciclaje básicos son estos:

De acuerdo con la Resolución No. 2184 de 2019 del Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible, el código de colores blanco, negro y verde para la separación de residuos en la fuente es el siguiente:

**COLOR BLANCO:** Para depositar los **residuos aprovechables** como plástico, vidrio, metales, papel y cartón.

**COLOR NEGRO:** Para depositar residuos **no aprovechables** como el papel higiénico; servilletas, papeles y cartones contaminados con comida; papeles metalizados, entre otros.

**COLOR VERDE:** Para depositar **residuos orgánicos** aprovechables como los restos de comida, desechos agrícolas etc.



## ¿QUÉ ES LA SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL?

La sostenibilidad ambiental es la responsabilidad de conservar los recursos naturales y proteger los ecosistemas del planeta con el fin de favorecer la salud y el bienestar, ahora y en el futuro. De igual manera hace posible que las personas tomen conciencia del impacto ambiental de sus actividades, de los productos y servicios que ofrecen las industrias y de las actividades cotidianas.



Al abordar el tema del medio ambiente y el entorno, es esencial que reconozca y respete las diversas creencias étnicas y culturales que influyen en la relación de las comunidades con la naturaleza. Las percepciones sobre la tierra, los recursos naturales y la interconexión entre las personas y su entorno pueden variar significativamente entre diferentes grupos étnicos y culturas. El respeto por estas creencias no solo enriquece el diálogo y la comprensión mutua, sino que también es fundamental para el éxito de las iniciativas ambientales. Al integrar perspectivas culturales diversas, se promueve un enfoque más inclusivo y contextualizado hacia la sostenibilidad ambiental. La consideración de las creencias étnicas y culturales en el abordaje del medio ambiente no solo respeta la diversidad cultural, sino que también fortalece la conexión entre las comunidades y sus entornos, facilitando prácticas sostenibles arraigadas en la comprensión y el respeto mutuo.

## AGENDA DE ACTIVIDADES

### OBJETIVO

Fomentar la conciencia ambiental y cultivar una actitud proactiva hacia la preservación del medio ambiente en niñas, niños, adolescentes y jóvenes, cultivando el compromiso duradero hacia la preservación y sostenibilidad de su entorno natural.



### MATERIALES

Hojas de papel, lápices, octavos de cartulinas, cinta adhesiva, pegante, cartones reciclados, materiales reciclados, envases de plásticos, tijeras, hilos (nylon, cuerda o piola), semilla o piedras, papel bond y marcadores.



### DURACIÓN

2 horas y 30 minutos

### ACTIVIDADES



Todas las edades



10-13 años



14-17 años



18 en adelante

## ACTIVIDAD 1

## EXPLORADORES DEL ENTORNO



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



20 minutos

1. Reúna a las y los participantes en un área al aire libre e indíquenles que se hagan en un círculo.
2. Anuncie que en la sesión de hoy todas y todos aprenderán a valorar la naturaleza. Explique que para esto se convertirán en exploradores del entorno y que deberán observar y recolectar elementos naturales que les parezca más interesantes.
3. Establezca las siguientes reglas:
  - No podrán recolectar plantas vivas
  - No pueden dañar el entorno natural
  - Deben respetar la naturaleza.
4. Dé a cada participante unos minutos para explorar el área y recolectar elementos naturales como piedras, hojas, ramitas, flores caídas, etc.
5. Después del tiempo designado, pida a las y los participantes que regresen al círculo con sus hallazgos.
6. Invite a cada persona a mostrar y describir un elemento natural que hayan recolectado. Pidan que expliquen por qué eligieron ese elemento o qué les llamó la atención.
7. Con los elementos reunidos, explique que ahora van a crear una obra de arte colaborativa en el suelo. Pueden formar un mánjala, una figura geométrica, o simplemente colocar los elementos de manera creativa.
8. Concluya la actividad con una breve reflexión explique que esta experiencia les ayuda a fomentar la conexión con la naturaleza y la apreciación de los pequeños detalles del entorno. Manifieste que en la sesión de hoy empezaran a comprometerse a cuidar y descubrir las maravillas que nos rodean.



## ACTIVIDAD 2

## CREACIÓN SOSTENIBLE PARA TODOS



10-13 años

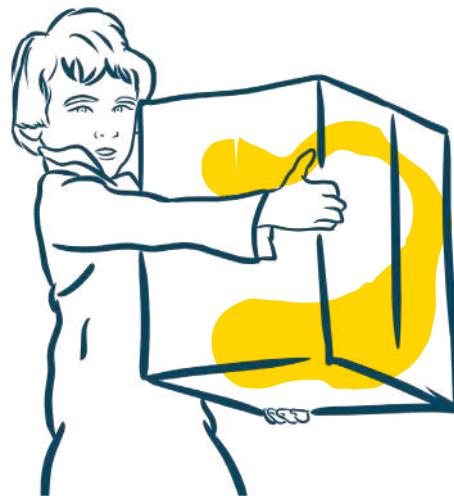
## INSTRUCCIONES



30 minutos

**Importante:** Para esta actividad, necesitará los siguientes materiales reciclables: cartón envases de yogur, tapas de botellas, cartones de huevo o papel de revistas y periódicos (el material puede aportarlo o hable previamente con los participantes para que presenten materiales reciclables encontrados fácilmente en sus hogares).

1. Comience contando la historia del “**Bosque de las mariposas verdes**” sobre un mundo mágico donde los participantes pueden hacer la diferencia cuidando el ambiente.

**EL BOSQUE DE LAS MARIPOSAS VERDES**

Había una vez, en un rincón mágico del mundo, un bosque encantado llamado “El Bosque de las Mariposas Verdes”. En este lugar, las hojas susurraban canciones de alegría, los árboles compartían secretos ancestrales, y cada mariposa llevaba consigo los sueños de los niños.

En este bosque vivían cuatro amigos: Amapola, Destello, Brilla y Arroyito. Cada uno tenía un don especial para proteger y embellecer su hogar. Amapola hacía florecer las plantas con su risa, Destello iluminaba la oscuridad con luces mágicas, Brilla cuidaba de los arroyos y ríos con amor, y Arroyito, el más pequeño, susurraba a las mariposas para que llevaran mensajes de esperanza.

Un día, una sombra grisácea comenzó a extenderse por el bosque, apagando los colores y tristeciendo a las criaturas mágicas. Los cuatro amigos, llenos de determinación, se reunieron en el claro de las luciérnagas para buscar una solución.

Descubrieron que la sombra era la Tristeza, una criatura que se alimentaba de la indiferencia hacia el medio ambiente. Los 4 amigos, con corazones valientes, decidieron cambiar la historia.

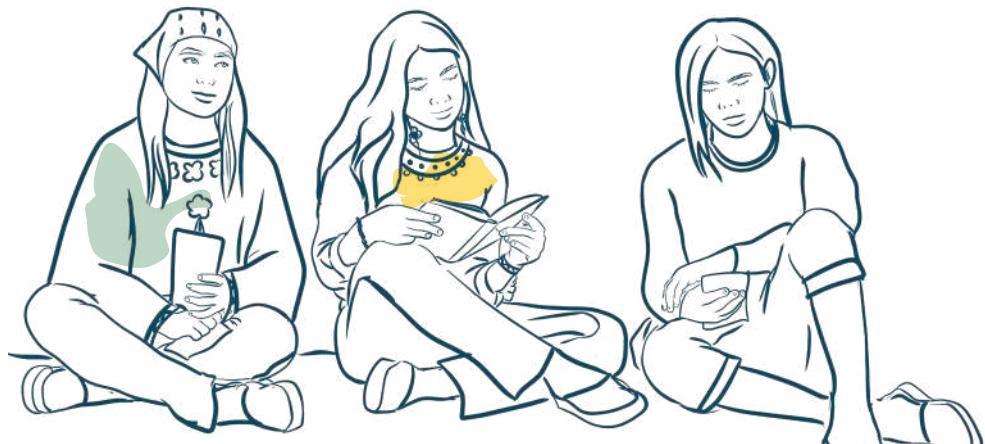
Amapola, con sus risas, sembró flores que alegraron a la Tristeza. Destello, con sus luces mágicas, iluminó los corazones apagados. Brilla, con su amor por el agua, limpió los ríos y arroyos entristecidos. Arroyito, con sus susurros, convocó a las mariposas para que llevaran mensajes de esperanza a todos los rincones del bosque.

La Tristeza, al sentir el cambio, se transformó en una mariposa verde resplandeciente que bailaba con alegría. El Bosque de las Mariposas Verdes se llenó de vida, color y canciones de gratitud.

Los cuatro amigos, ahora Guardianes del Bosque, enseñaron a todos los niños del mundo que cada pequeña acción cuenta. Juntos, protegieron su hogar mágico y recordaron a todos que, incluso en un rincón encantado, unidos podían hacer la diferencia.

**2.** Realice las siguientes preguntas:

- ¿Cuál don especial tenía cada uno de los cuatro amigos en el Bosque de las Mariposas Verdes, y cómo usaron sus habilidades para enfrentar la Tristeza?
- ¿Qué simboliza la sombra grisácea de la Tristeza en el cuento? ¿Cómo afectó al bosque encantado y a sus habitantes?
- ¿Cómo describirías la transformación de la Tristeza en una mariposa verde resplandeciente? ¿Qué mensaje crees que transmite esta transformación?
- ¿Cuál fue el papel de cada amigo en la resolución del problema? ¿Cómo trabajaron juntos para devolver la alegría al bosque?
- ¿Qué lección aprendieron del Bosque de las Mariposas Verdes sobre la importancia de cuidar el medio ambiente y la conexión entre las pequeñas acciones y el bienestar del bosque?



**3.** De espacio entre cada pregunta para varias intervenciones, escuche atentamente a cada participante. Cuando haya realizado todas las preguntas, cierre con la siguiente reflexión: A través del Bosque de las Mariposas Verdes, aprendimos que nuestras acciones, por más pequeñas que sean, tienen un impacto significativo en nuestro entorno. La tristeza puede transformarse en alegría cuando cuidamos y apreciamos la naturaleza. Seamos guardianes de nuestro propio bosque, protegiendo con amor y acciones conscientes. Recordemos que, como los amigos del cuento, cada uno de nosotros puede marcar la diferencia y contribuir a la magia y la belleza de nuestro planeta.

**4.** Ahora, presente los materiales reciclables y explique a las y los niños que con estos utensilios que estaban dispuestos a ir a la basura crearan arte. Explique que estos elementos cotidianos pueden convertirse en tesoros creativos. De ser posible investigue previamente y muéstrelles ejemplos del uso creativo de materiales usados en la creación de nuevos elementos.

**5.** Deje a disposición todos los materiales reciclados que lograron conseguir, si hay cartones lo usarán como lienzo, sino entregue a cada participantes un octavo de cartulina, además, proporcione pegante, cinta y tijeras e indique que juntos, crearan un mural mágico representando un entorno ideal lleno de plantas, animales y agua limpia, usando los materiales reciclados.

**6.** De espacio a las y los niños para buscar materiales de la naturaleza para agregar en sus murales, como flores u hojas de los árboles que estén en el suelo, palitos de madera, piedras, entre otros. Explíquenles que cada uno de estos recursos ayudara a nutrir su creación.

**7.** Camine alrededor del espacio, y este atento ante cualquier ayuda que puedan necesitar los y las niñas.

**8.** Cuando todas y todos hayan finalizado, organice un círculo e invite a cada niña y niño a mostrar su obra de arte.

**9.** De elogios a las creaciones de las y los niños, felicítelos por el esfuerzo y dedicación puesta para construir esas obras de arte.

**10.** Pregunte a las y los participantes:

- ¿Cómo se sienten al crear algo nuevo a partir de materiales reciclables?
- ¿Sabían que podían reutilizar estos materiales para hacer otras cosas?

**11.** Invite a cada uno a comprometerse con una acción de reciclaje en su hogar o escuela y a compartir lo aprendido con amigos y familiares.

**12.** Agradezca la participación entusiasta y destaque que cada pequeña acción cuenta para cuidar nuestro entorno.



## ACTIVIDAD 2

## CREACIÓN SOSTENIBLE PARA TODOS

14-17 años  
18 en adelante

## INSTRUCCIONES

30 minutos



1. Comience la actividad con la siguiente lectura, sobre el impacto ambiental a largo plazo de nuestras acciones cotidianas.

En nuestro día a día, tomamos decisiones que parecen pequeñas, pero su impacto es como una onda que se extiende mucho más allá de nuestro horizonte inmediato. Cada bolsa de plástico que usamos, cada aparato electrónico que descartamos, tiene un impacto ambiental a largo plazo.

El plástico de un solo uso que usamos hoy podría persistir en el medio ambiente durante cientos de años. La energía que consumimos sin pensar contribuye a la emisión de gases de efecto invernadero, afectando el clima de mañana. Cada elección que hacemos, desde la comida que elegimos hasta cómo nos desplazamos, deja una huella.

Imaginen que nuestras acciones son como semillas plantadas en el suelo de nuestro futuro. ¿Queremos cultivar un bosque exuberante de sostenibilidad o permitir que crezcan espinas de impacto negativo? La elección es nuestra.

La buena noticia es que también somos agentes de cambio. Pequeñas acciones sostenibles pueden tener un impacto significativo. Al rechazar el plástico de un solo uso, reciclar, reducir el desperdicio y elegir opciones más sostenibles, estamos escribiendo un guion diferente para nuestro futuro y el de las generaciones venideras.

Así que, jóvenes, cada decisión cuenta. Cada elección diaria puede ser un paso hacia un futuro más verde y sostenible. Sigamos escribiendo la historia de nuestro impacto, eligiendo cuidadosamente nuestras acciones diarias.

El cambio está en nuestras manos. ¡Sigamos adelante con conciencia y acción!

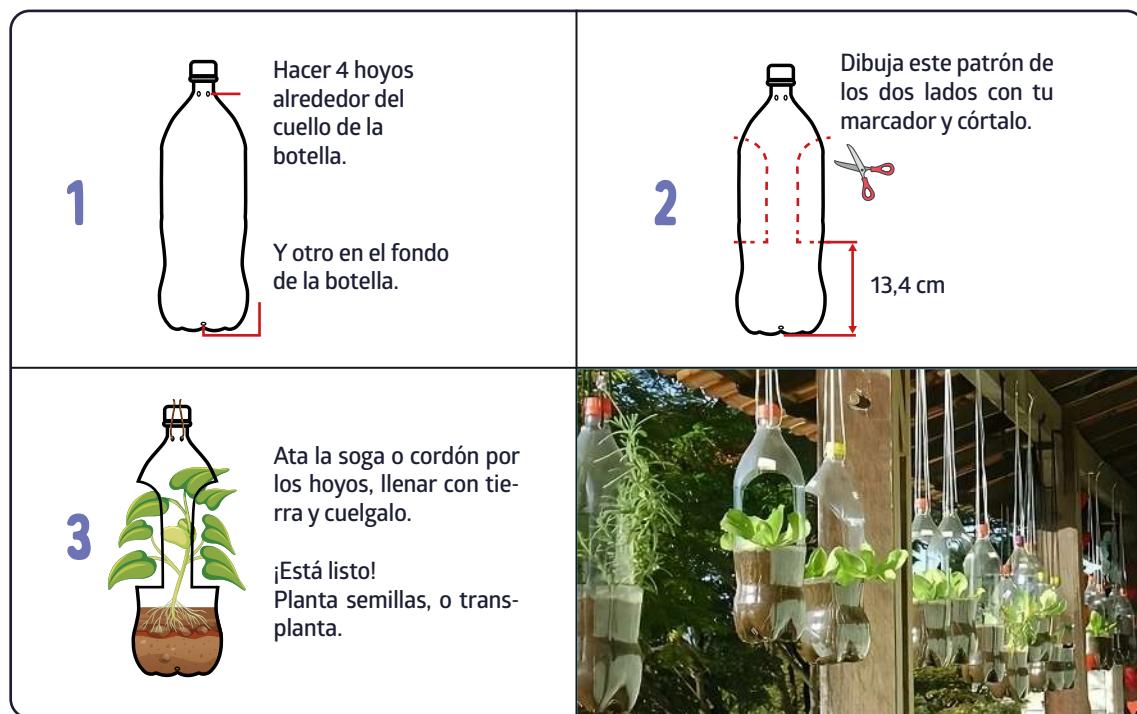
Con optimismo verde.

**2.** Plantee preguntas sobre la responsabilidad colectiva y el papel de los y las adolescentes y jóvenes en la protección del entorno.

- ¿Cómo pueden influir positivamente en sus comunidades para fomentar prácticas más sostenibles?
- ¿Consideran que tenemos una responsabilidad colectiva en la preservación del entorno? ¿Por qué?
- ¿Cómo podríamos aprovechar la tecnología y las redes sociales para sensibilizar sobre la protección del entorno?
- ¿Qué proyectos o iniciativas creativas podrían emprender los adolescentes para promover la sostenibilidad en sus escuelas o comunidades?

**3.** Presente la actividad explicando la importancia de reutilizar materiales y crear espacios verdes incluso en entornos limitados.

**4.** Muestre el ejemplo de jardines verticales para inspirar la creatividad, y distribuya las botellas de plástico y tijeras entre las y los participantes. (El material puede ser aportado o hable previamente con los participantes para que traigan botellas de plástico usadas en sus hogares).



Tomado de: *Expok Sustentabilidad y RSE. Cómo hacer macetas con botellas de plástico recicladas.*

5. Dé instrucciones para que corten la parte superior de las botellas, justo por debajo del cuello.
6. Seguidamente indique que deben cortar las botellas por la mitad longitudinalmente, creando dos piezas que se asemejen a bolsillos y doblar ligeramente el fondo de cada “bolsillo” para formar una base que retenga la tierra.
7. Indique que usen cuerdas, nylon, piola, y la anuden a las tapas de las botellas, para crear una manera sencilla de colgar la maceta.
8. Finalice explicando que en sus hogares pueden llenar cada “bolsillo” con tierra para macetas y plantar una planta pequeña o hierba en cada bolsillo. Oriente a los participantes a colgar el jardín vertical en un lugar designado, asegurándose de que reciba la luz adecuada para las plantas elegidas.
9. Agradezca su participación activa y destaque la importancia de su creatividad en la construcción de un mundo más sostenible y justo.



ACTIVIDAD 3 CAMBIANDO EL MUNDO, UN PASO A LA VEZ  Todas las edades

## INSTRUCCIONES



30 minutos

1. Inicie la sesión resaltando la importancia de cuidar el entorno y cómo cada persona, incluso con recursos limitados, puede marcar la diferencia. Puede hacerlo con el siguiente mensaje:

*"Cuidar nuestro entorno es una responsabilidad compartida y cada persona tiene el poder de marcar la diferencia. Desde acciones pequeñas, como recoger la basura, hasta decisiones más significativas, como reducir nuestro consumo de plástico, todos contribuimos al bienestar de nuestro planeta. Al reconocer que nuestras elecciones diarias impactan directamente en el entorno, podemos impulsar un cambio positivo. La suma de esfuerzos individuales crea un efecto colectivo, construyendo un futuro más sostenible."*

2. Pida a los participantes que escriban en una hoja (puede ser papel reciclado) una pequeña acción que podrían realizar para mejorar su entorno.
3. Forme parejas y pida a los participantes que compartan sus ideas con sus compañeros. Anímelos a discutir y encontrar soluciones prácticas.
4. Invite a algunas parejas a compartir sus ideas con el grupo. Fomente un debate sobre la viabilidad y el impacto de estas acciones en el medio ambiente.
5. Después del debate, pida a cada participante que elija una acción concreta y realista que se comprometan a realizar, (pueden ser acciones pequeñas como, reducir el consumo de agua o energía, reducir el uso de plásticos, no botar basura en la calle, entre otros).
6. Anuncie la creación de un compromiso colectivo donde todos los participantes se comprometan a realizar, al menos, una de las acciones identificadas. Puede realizar una votación o generar un consenso a partir del diálogo y escribir el compromiso en un tablero o pliego de papel.



7. Concluya destacando el poder de las pequeñas acciones. En resumen, cada pequeña acción cuenta y, juntos, estamos construyendo un impacto significativo en nuestro entorno. Agradezco sinceramente la participación activa de cada uno de los asistentes. Sigamos trabajando juntos para preservar nuestro hermoso planeta y garantizar un futuro sostenible para todos. ¡Gracias por ser defensores del medio ambiente!

## ACTIVIDAD 4

## JUEGO



Todas las edades

## DESCRIPCIÓN



30 minutos

En este momento de la sesión, fomentaremos la participación activa de los participantes, invitándolos a jugar. Para orientar los juegos usar el “**Manual de juegos de Retorno a la Alegría**” que se encuentra al final en el Manual del Voluntario eje 3 y 4. encontrarán una variedad de juegos que podrán usar.

En la medida de lo posible seleccione un juego que contribuya al fortalecimiento de los lazos entre los participantes y que esté relacionado con los temas tratados en la sesión.

También se pueden utilizar juegos tradicionales de la región, de acuerdo con los usos y las costumbres, así no estén en la cartilla.

Su papel como voluntario durante el juego es:

- Explicar las reglas del juego y orientar su cumplimiento.
- Facilitar el desarrollo del juego.
- Observar el comportamiento de los participantes, por si nota actitudes que no son acordes con el desarrollo del juego.
- Identificar acciones que se den durante el juego para asociarlas al objetivo de la sesión y retomarlas para el cierre.

Recuerde que la duración del juego dependerá de las condiciones de la comunidad donde se está desarrollando, llegando incluso a durar más de lo esperado, sobre todo en las niñas y niños más pequeños que requieren ocupar su tiempo libre.



## ACTIVIDAD 5

## CONECTANDO CON NUESTRO ENTORNO



Todas las edades

## INSTRUCCIONES



10 minutos



1. Despues del juego, convoque a las niñas, niños, adolescentes o jóvenes para realizar la actividad, ya que pueden llegar muy eufóricos del momento del juego.
2. Invite a todos los participantes a sentarse en círculo, establezca un tono positivo y abierto para la actividad y guíe a los participantes en una breve sesión de respiración consciente.
3. Pídale que cierren los ojos, respiren profundamente y se concentren en el ritmo de su respiración. Durante este tiempo, enfatice la conexión entre su respiración y el aire que comparten con la naturaleza.
4. Pida a los participantes que, manteniendo la calma, observen el entorno que los rodea.
5. Motive a prestar atención a detalles que a menudo pasamos por alto, como sonidos de la naturaleza, colores, olores y texturas.
6. Abra un espacio para que los participantes compartan brevemente una observación significativa. En el cual pueden describir lo que vieron, escucharon o experimentaron durante la observación silenciosa. Es importante fomentar un ambiente de respeto y escucha activa.
7. Introduzca la idea de cómo estas observaciones están vinculadas con sus propias experiencias y sentimientos hacia el entorno y pregunte cómo se sintieron al prestar atención a su entorno y si alguna observación les recordó alguna experiencia personal.



- 8.** Guíe a los participantes a reflexionar brevemente sobre cómo sus acciones diarias pueden influir en el entorno que acaban de observar. Motive a pensar en pequeñas acciones que puedan realizar para contribuir al cuidado del medio ambiente.
- 9.** Pida a cada participante que comparta brevemente una reflexión personal sobre lo que más les impactó durante la sesión. Fomente respuestas relacionadas con el cuidado del medio ambiente y la importancia de su participación.
- 10.** Invite a los participantes a hacer un compromiso personal en relación con lo aprendido durante la sesión, pueden ser acciones pequeñas y alcanzables que contribuyan al cuidado del medio ambiente.
- 11.** Entregue a cada participante una semilla pequeña (puede ser una semilla real o simbólica, como un piedra) y explique que estas semillas representan sus compromisos personales y el crecimiento continuo de su conexión con el entorno.
- 12.** Dirija a los participantes a encontrar un lugar simbólico para plantar su semilla, mientras siembran, pueden decir en silencio o en voz alta su compromiso personal.
- 13.** Agradezca nuevamente a todos por su participación y por sembrar estas “semillas de compromiso”. Motive a llevar consigo el recuerdo de la sesión y aplicar lo aprendido en su vida diaria.

## REFERENCIAS

IBERDROLA. (s.f.). Iberdrola.com. Recuperado el 14 de diciembre de 2023, de Sostenibilidad ambiental - Educación ambiental para niños: <https://www.iberdrola.com/sostenibilidad/educacion-ambiental-para-ninos>

Expok Sustentabilidad y RSE. (s.f.). Pinterest.com. Obtenido de Cómo hacer macetas con botellas de plástico recicladas: <https://co.pinterest.com/pin/136726538659846847/>

# MANUAL DE JUEGOS



RETORNO A LA  
ALEGRÍA

unicef  | para cada infancia

## TABLA DE CONTENIDO

# MANUAL DE JUEGOS

<i>Juego 1: Charadas</i>	186
<i>Juego 2: Gallito de las rocas</i>	189
<i>Juego 3: El gato y el ratón</i>	192
<i>Juego 4: La pilindrina, rayuela o puché</i>	195
<i>Juego 5: Yermis</i>	198
<i>Juego 6: Triqui</i>	201
<i>Juego 7: La moma</i>	204
<i>Juego 8: Lagashtija</i>	207
<i>Juego 9: Doña Ana</i>	209
<i>Juego 10: El pez y el pescador</i>	212
<i>Juego 11: ¡Llegó carta!</i>	215
<i>Juego 12: Pan quemao</i>	218
<i>Juego 13: Congelados</i>	221
<i>Juego 14: Ponchados</i>	224
<i>Juego 15: Silla caliente</i>	226
<i>Juego 16: Lotería</i>	228
<i>Juego 17: Veo veo</i>	230
<i>Juego 18: Pañuelito robado</i>	232
<i>Juego 19: Gallina ciega</i>	234
<i>Juego 20: Marco polo</i>	236
<i>Juego 21: Mico, Toro y tigre (Variación de piedra papel o tijera)</i>	238
<i>Juego 22: Que pase el rey</i>	240
<i>Juego 23: Botellita</i>	242
<i>Juego 24: Encuentra una pareja</i>	244

JUEGO 1

# CHARADAS



# JUEGO 1

## OBJETIVO DEL JUEGO

El objetivo del juego de charadas es adivinar la mayor cantidad de palabras o frases posibles en un tiempo determinado. Los jugadores deben trabajar en equipo para adivinar las palabras o frases que su representante está actuando sin usar palabras ni sonidos. El equipo con más puntos al final del juego gana.

**Este juego es ideal para las sesiones en las cuales se necesite fortalecer:** la comunicación no verbal, la comprensión auditiva, expresión oral, la atención, memoria, trabajo en equipo, desarrollo de la creatividad y la Interacción social.



### MATERIALES

- Papel y lápiz o bolígrafo
- Un temporizador (opcional)



### PREPARACIÓN

1. Divide a los jugadores en dos o más equipos.
2. Escribe una lista de palabras o frases en trozos de papel. Puedes usar una variedad de categorías, como películas, canciones, animales, personajes famosos, etc.
3. Dobra los papeles y colócalos en un recipiente.



## COMO JUGAR

1. Cada equipo elige a un jugador para que actúe como representante y se irán rotando los participantes a medida que vayan pasando.
2. El representante saca un papel del recipiente y lo mira sin mostrarlo a su equipo.
3. El representante tiene un tiempo determinado (generalmente 1 minuto) para actuar la palabra o frase sin hablar ni usar sonidos.
4. Los demás jugadores de su equipo deben adivinar la palabra o frase.
5. Si el equipo adivina correctamente antes de que se acabe el tiempo, gana un punto.

1. Si el equipo no adivina correctamente antes de que se acabe el tiempo, el turno pasa al siguiente equipo.
2. Gana el equipo que tengas más puntos en el tiempo destinado al juego.



## CONSEJOS

- Usa gestos exagerados y expresiones faciales para ayudar a tu equipo a adivinar la palabra o frase.
- Si te quedas sin ideas, puedes dar una pista a tu equipo sin ser contundente.
- ¡Diviértete! Las charadas son un juego para compartir con tus compañeros y amigos.



JUEGO 2

# GALLITO DE LAS ROCAS



# JUEGO 2

## OBJETIVO DEL JUEGO

Llevar la pelota a la zona de anotación del equipo contrario y depositarla para obtener un punto. El equipo con la mayor cantidad de puntos al final del juego gana.

**Este juego es ideal para para las sesiones en las cuales se necesite fortalecer:** El trabajo en equipo, desarrollo de la motricidad gruesa (correr, saltar, atrapar), coordinación, liderazgo, resolución de problemas, toma de decisiones, agilidad en el pensamiento.



### MATERIALES

- Un espacio amplio para jugar y seguro para los participantes.
- Un grupo de jugadores (al menos 4)
- Una pelota.
- Delimitar la zona de anotación con una cuerda o algo similar.
- La cantidad de puntos con el que se gana el juego.



### PREPARACIÓN

1. Divide a los jugadores en dos equipos iguales.
2. Elige a un jugador de cada equipo para que sea el “gallito de las rocas” se debe ir rotando este es el líder del grupo y debe de coordinar al grupo y debe actuar como líder y dar las instrucciones.
3. Los “gallitos de las rocas” se ponen en el centro del espacio de juego, de espaldas a sus equipos.
4. Los demás jugadores se ponen antes de la zona de anotación.



## COMO JUGAR

1. El juez del juego lanza la pelota al aire.
2. Los “gallitos de las rocas” se dan la vuelta y corren hacia la pelota.
3. El primer “gallito de las rocas” que toque la pelota gana un punto para su equipo.
4. El “gallito de las rocas” que gana el punto debe llevar la pelota de vuelta a su equipo y lanzarla a un compañero de equipo.
5. El compañero de equipo que atrapa la pelota gana un punto para su equipo.
6. El equipo que lleve a la zona de marcación gana 2 puntos.



## JUEGO 3

# EL GATO Y EL RATÓN



# JUEGO 3

## OBJETIVO DEL JUEGO

El gato debe atrapar al ratón. El ratón evita ser atrapado por el gato y los demás ratones deben ayudar al ratón a no ser atrapado.

**Este juego es ideal para para las sesiones en las cuales se necesite fortalecer:** El trabajo en equipo, desarrollo de la motricidad gruesa (correr, saltar, atrapar), cooperación, comunicación, gestión emocional (frustración), resolución de problemas, Aceptación de la derrota.



### MATERIALES

- Un espacio amplio para jugar y seguro para los participantes.
- Un grupo de jugadores (al menos 8).



### PREPARACIÓN

1. Elegir a un gato y a un ratón de forma aleatoria.
2. Los demás participantes serán ratones.
3. Hacer un círculo con los ratones tomados de la manos.



## COMO JUGAR

**1.** Se inicia el diálogo:

- Gato: ¡ratón, ratón!
- Ratón: ¿quéquieres gato?
- Gato: ¡quiero correr!
- Ratón: ¡no puedes!
- Gato: ¡sí puedo!
- Ratón: ¿a qué horas?
- Gato: a las \_\_\_\_\_  
(elegir una hora entre 1 y 12)

**2.** Todos los estudiantes giran en el mismo sentido tomándose de las manos y cantando la canción:

“El reloj de la clase de español, da las horas siempre bien. Da la una, da las dos, da las tres, da las cuatro, da las cinco, da las seis, da las siete, da las ocho, da las nueve, da las diez, da las once, da las doce”.

- 1.** Cuando sea la hora acordada por el gato y el ratón, el ratón saldrá del círculo y correrá huyendo del gato, quien debe intentar atrapar al ratón. Sin embargo, es importante recordar que el ratón puede ingresar al círculo para protegerse y los ratones que forman el círculo serán la casa que protegerá al ratón.



## REGLAS DEL JUEGO

- 1.** El gato no puede romper el círculo, solo puede entrar si los participantes se descuidan y dejan que pase.
- 2.** El ratón debe salir del círculo como mínimo 4 veces.
- 3.** Si el gato atrapa al ratón se eligen dos nuevos participantes.
- 4.** Si después de 3 minutos el gato no atrapa al ratón, se da por terminado el juego.



## JUEGO 4

# LA PILINDRINA RAYUELA O PUCHE



# JUEGO 4

## OBJETIVO DEL JUEGO

Se cree que este juego se desarrolló en la Europa renacentista y que la temática está basada en el libro La divina comedia de Dante Alighieri, obra en la cual el personaje, cuando sale del Purgatorio y quiere alcanzar el Paraíso, tiene que atravesar una serie de nueve mundos hasta lograrlo.



### MATERIALES

- Tiza de colores.
- Piedra o también llamada tejo.



### PREPARACIÓN

1. Dibuje la pilindrina, rayuela o puche en el suelo o la tierra, no se olvide de enumerar los cuadros.
2. Indique que el juego comienza tirando una piedra pequeña (también llamada tejo) en el cuadrado número 1, intentando que la piedra caiga dentro del cuadrado sin tocar las rayas externas.



### COMO JUGAR

1. Explique a las y los participantes que se comienza a recorrer la rayuela, brincando en un solo pie, sin pisar las rayas, guardando el equilibrio hasta que se llega al cuarto piso donde hay dos casillas y podemos apoyar los dos pies (uno en el 4 y otro en el 5). Luego siguen al número 6 a pata coja y nuevamente, apoyamos los dos pies, uno en el 7 y el otro en el 8. Ahora hay que volver al número 1, dando la media vuelta de un salto, (siempre sin pisar las rayas) y deshacer el mismo camino hasta el número 1 donde la persona que esté saltando se agachará por la piedra sin apoyar el otro pie.

2. Si la o el participante no ha pisado raya continuamos el juego, ahora tirando la piedra en la casilla número 2 y repitiendo lo mismo. Si la piedra no cayera dentro de la casilla número 2 o tocara raya, pasaría el turno al siguiente jugador. El objetivo es tirar la piedra en todas las casillas sucesivamente. Quien acabe antes, gana.



### CONSEJOS

- Se recomienda hacer 1 rayuela por cada cinco participantes para que todas y todos tengan la oportunidad de participar.



## JUEGO 5

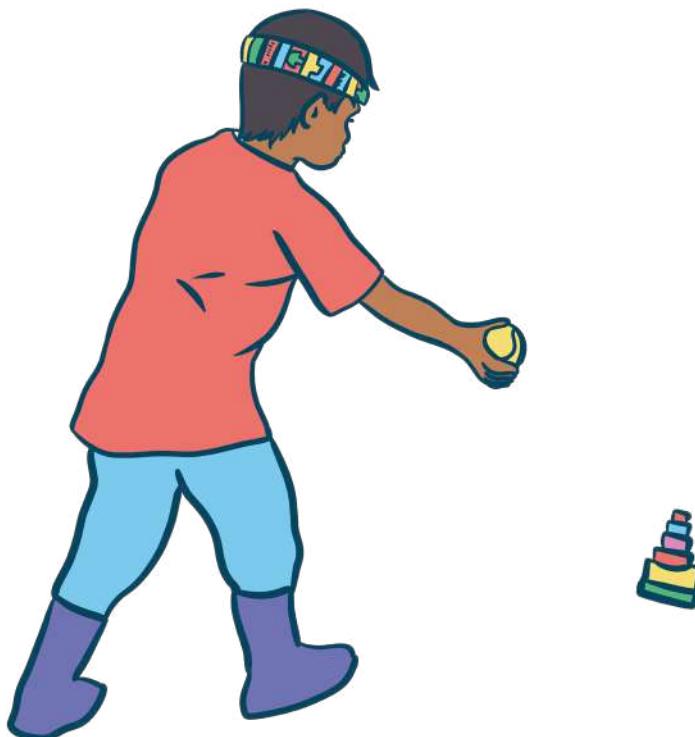
# YERMIS



# JUEGO 5

## OBJETIVO DEL JUEGO

El Yermis es un juego tradicional colombiano en el que participan dos equipos. Un equipo intenta derribar una torre de 10 tapas de gaseosa o cerveza (latas) con una pelota pequeña y luego intenta armarlas nuevamente sin ser ponchado por el equipo adversario. Un jugador es ponchado cuando es tocado por la pelota.



### MATERIALES

- 10 tapas de gaseosa o cerveza (latas)
- una pelota pequeña.



### PREPARACIÓN

1. Organice dos equipos, cada uno de 7 jugadores, donde 5 están dentro del campo y dos son suplentes. Los jugadores del equipo que derriba la torre y la arma están protegidos con una raqueta (o un palo) que utilizan para defenderse y evitar ser ponchados.



## COMO JUGAR

- Explique que el objetivo del juego es armar la torre de 10 tapas antes de ser ponchados en su totalidad. Los jugadores del equipo que poncha no pueden dar más de 3 pasos con la pelota en la mano y deben hacerse pases entre ellos para acercarse a los adversarios y poncharlos antes de que armen el yermis.
- Cuando algún jugador logra armar la torre de tapas sin ser ponchado grita "yermis" para indicar que el juego ha terminado y poder contar las tapas; si están completas se decreta 1 punto y cambian de roles de los equipos. Si al contar las tapas de la torre no están las 10 se decreta yermis quemado y no hay punto. Si por suerte, al momento de cantar el "yermis" la torre se derrumba, también se decreta "Yermis quemado" y el equipo pierde la posibilidad de hacer el punto.
- Cuando un jugador del equipo que arma la torre bota la pelota con la raqueta hacia un lugar inaccesible el juez decreta "Bola Negra" y se suspende el juego, y se reanuda cuando la pelota vuelve al campo, entonces se decreta "Bola blanca".



## CONSEJOS

- Puede cambiar el número de cada equipo de acuerdo a la cantidad total de todas las personas que estén participando.
- Este es un juego de estrategia muy entretenido; desarrolla habilidades físicas gruesas como correr, lanzar, atrapar y esquivar. Incentiva también el trabajo en equipo, la cooperación y la comunicación con los demás.
- En general es un juego que llama la atención de los niños, niñas adolescentes y jóvenes.



# JUEGO 6

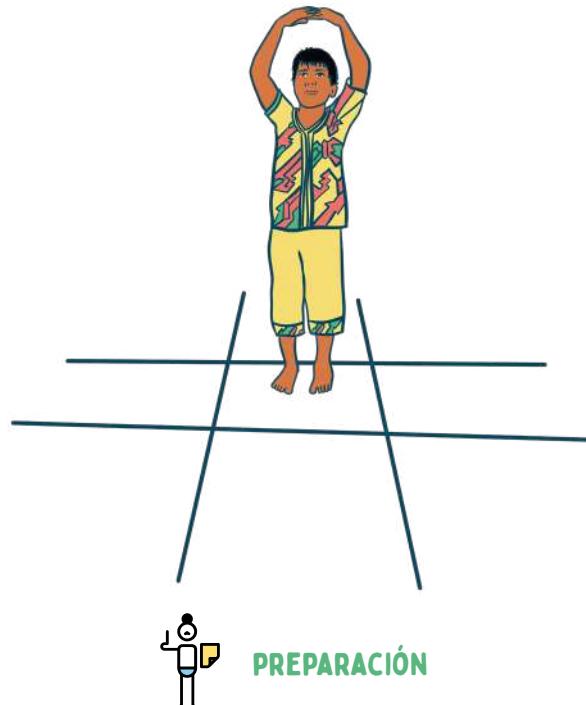
# TRIQUI





## OBJETIVO DEL JUEGO

El juego del triqui, tradicionalmente se juega sobre una matriz de 3x3, en este juego, los jugadores alternadamente buscan colocar sus fichas de forma secuencial ya sea por filas, por columnas o en las diagonales (ocho formas de ganar).



1. Dibuje sobre la tierra la matriz de 3x3, debe hacerla lo suficientemente grande para que las y los participantes puedan entrar en cada cuadro.
2. Divida el grupo de participantes en dos equipos, uno será el equipo equis y otro será el equipo cero.
3. Explique que jugarán triquis en tamaño real, y el objetivo es lograr que los equipos en cada jugada logren poner sus fichas (que serán los mismos participantes de cada equipo) de forma secuencial ya sea por filas, columnas o en las diagonales.
4. Para establecer qué equipo iniciará en la primera ronda, solicite a los equipos que seleccionen a un integrante para jugar piedra, papel o tijera y definir qué equipo dará el primer movimiento.
5. Recuerde que la piedra aplasta la tijera, la tijera corta el papel y el papel envuelve la piedra, en caso de empate (que dos jugadores elijan el mismo elemento), se juega otra vez.



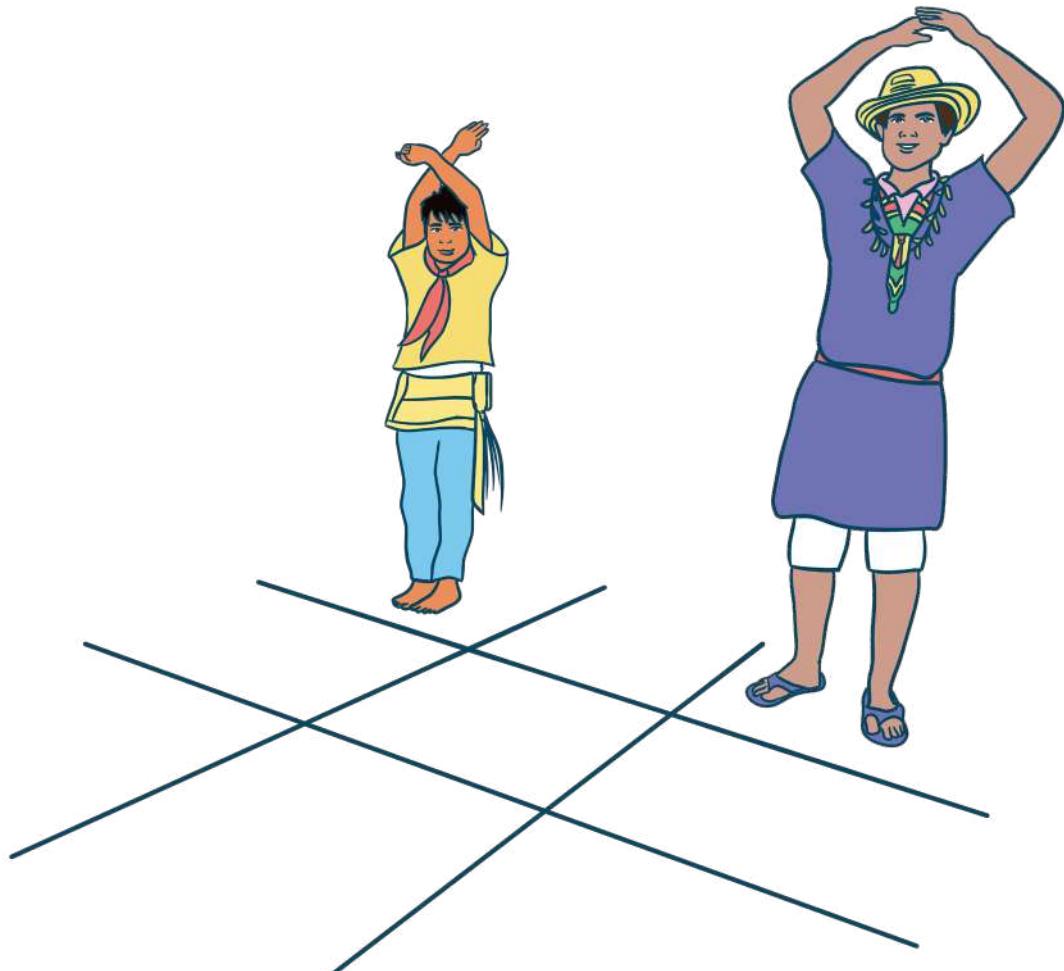
## COMO JUGAR

1. Cuando esté definido que equipo iniciará haciendo el primer movimiento, indique que tendrán 10 segundos para comunicarse y concertar entre todos cuál será el movimiento que harán, es decir, donde pondrán su ficha.
2. Cuando se realice el primer movimiento, el otro equipo tiene la oportunidad de hacer su jugada.
3. La ronda finaliza cuando uno de los dos equipos haga triquis o se completen todas las casillas.



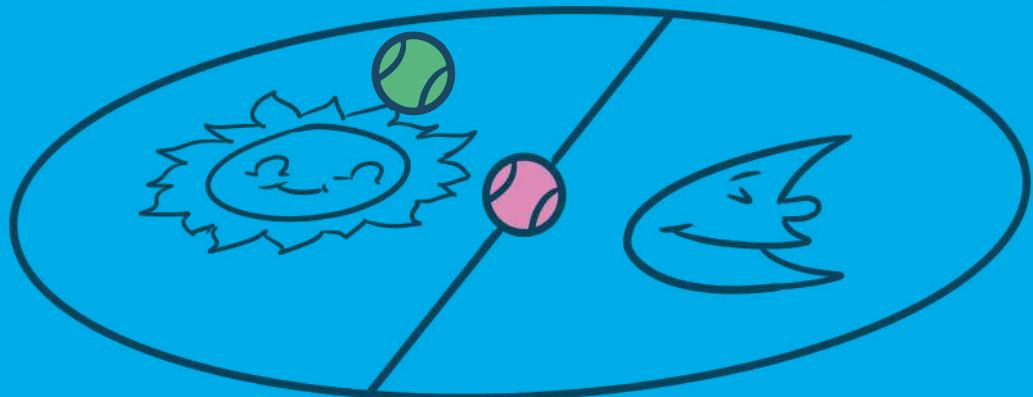
## CONSEJOS

- En esta versión del triquis, los jugadores serán las fichas, cuando se posicione en una casilla deberán hacer con sus manos la figura correspondiente a su equipo, equis y cero.



# JUEGO 7

## LA MOMA



# JUEGO 7

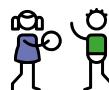
## OBJETIVO DEL JUEGO

Sacar la bola del círculo lanzándola con fuerza y puntería, representando la lucha entre el Sol (SUE) y la Luna (CHIA) dentro del círculo que simboliza la bóveda celeste (ABOS).



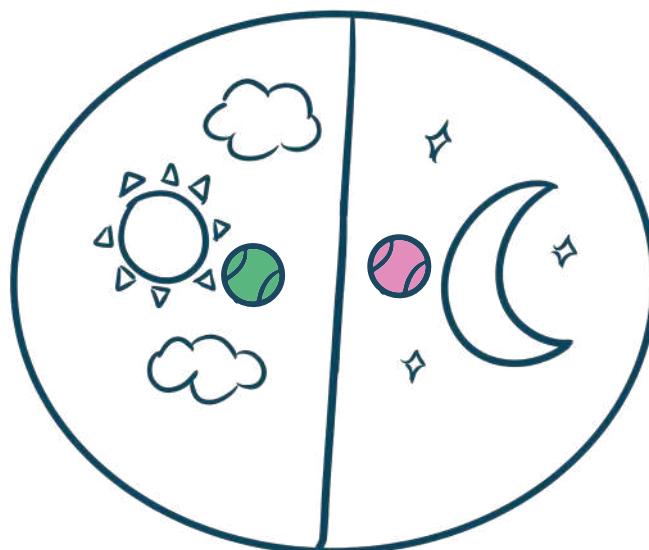
### PREPARACIÓN

1. Dibuje un gran círculo en el suelo y una línea que lo divida a la mitad, en un lado del círculo haga una luna y en el otro un sol.
2. Definir las fuerzas: un equipo representa al sol (SUE), el otro equipo representa a la luna (CHIA). Los y los participantes se ubican en dos filas a los lados del círculo mirando hacia el.
3. Ubique un objeto que tenga en el centro del círculo, puede ser una pelota.



### COMO JUGAR

1. Seleccione a uno de los primeros participantes de las hileras e indique que debe lanzar una pelota y mover la que está en el círculo, la meta es sacar el objeto o pelota que está dentro del círculo. Ubique el punto de lanzamiento lo suficientemente lejos del círculo.
2. Cada vez que no se pueda sacar la pelota u objetos las y los participantes deberán simular que tiene mucho calor (si queda dentro del sol) o mucho frío (si queda dentro de la luna).



## JUEGO 8

# LAGASHTIJA



## JUEGO 8

## OBJETIVO DEL JUEGO

Se dice que cuando llegaba el rayo y el trueno las hormigas arrieras volaban y era época de pesca. En la arena del río los niños hacen el UKU (túnel) para sacar las lagartijas que servían de carnada para el pescado grande o de alimento. De ahí salió este juego en el que un «perro de monte» persigue a una «lagartija» pasando entre las piernas de los otros participantes.



## PREPARACIÓN

1. Organice a las y los participantes uno tras de otro, de tal forma que al abrir las piernas se construya un túnel llamado "UKU".
2. Una vez construido el túnel, seleccione a dos jugadores, uno será el perro y otro la lagartija.



## COMO JUGAR

1. Durante la persecución, el perro y la lagartija deben pasar entre las piernas de los participantes que forman una fila.
2. La ronda finaliza cuando la lagartija es atrapada o el perro se rinda.
3. Cuando finalice, seleccione o de manera voluntaria que pasen otros dos participantes y defina los roles para dar inicio nuevamente.

## JUEGO 9

# DOÑA ANA



## JUEGO

## OBJETIVO DEL JUEGO

La Mamá Grande doña Ana se encontraba muy enferma. Por ello, al aclarar el día, los mayores mandaron a los niños a preguntar cómo había amanecido la señora. Esta anécdota es la que inspira este juego, que consiste en representar las diferentes dolencias que padece la matriarca. Con esta dinámica se pone de relieve uno de los personajes más representativos de la tradición oral del Pacífico y el Caribe. Los valores que se refuerzan con este juego son el respeto a los mayores y la solidaridad entre los miembros de la comunidad.



## PREPARACIÓN

1. Para jugar organice dos grupos: el primero se conforma de dos niños que representan a doña Ana y a su acompañante; el segundo varía en número y agrupa a los niños que van a preguntar por el estado de salud de la matriarca.
2. Explique que cada vez que los niños preguntan por doña Ana, el acompañante responde que tiene una enfermedad diferente, como mal aire, ojo, espanto o reuma. Además, el acompañante debe representar el mal que aqueja a doña Ana con gestos y movimientos.



### COMO JUGAR

1. Informe que para ir a preguntar por doña Ana lo hacen con la siguiente canción:

Niños:

Doña Ana no está aquí,  
doña Ana está en Belén,  
sacándose la rosa  
y poniéndose el clavel.

Puertas de oro,  
orillas de cristal,  
se abren y se cierran  
como las demás.

(Un niño va a preguntar  
cómo amaneció doña Ana)

Niño:

¿Cómo amaneció doña Ana?

Acompañante:

Ay doña Ana amaneció  
con mal aire.

(El niño regresa al grupo  
y hace la mímica del mal)



2. Finalmente, cuando hayan pasado por todas las enfermedades padecidas por doña Ana, esta muere y su espíritu sale a correr a los participantes del juego.



## JUEGO 10

# EL PEZ Y EL PESCADOR



# JUEGO 10

## OBJETIVO DEL JUEGO

Si la marea está alta, los pescadores no salen al mar porque los bajos quedan cubiertos por el agua. Cuando esto pasa, los pescadores con chinchorros no tienen de dónde apoyarse para halar las redes desde la profundidad. En este juego se recrea la relación entre el estado de la marea y los pescadores. De esta manera, se busca que los participantes conozcan y distingan cómo influye el estado de la marea en las faenas de pesca.



### PREPARACIÓN

1. Primero organice al grupo de la siguiente manera:
  - Un piloto, a quien le corresponde dirigir el juego señalando cuándo la marea está alta y cuándo está baja.
  - Un pescador, encargado de atrapar a los peces cuando la marea está baja.
  - Un grupo de peces que deben evitar ser atrapados por el pescador.
2. Luego divida el salón con una línea que representa la separación entre el mar y la arena. Indique que el pescador se debe ubicar del lado de la arena y los peces del lado del mar, el piloto va en medio de ellos y canta si la marea está baja o está alta.



### COMO JUGAR

1. Antes de que el piloto cante si la marea está baja o alta, todos los participantes deberán cantar la siguiente ronda musical: *Arriba y abajo, adelante y atrás con mis amiguitos nos vamos a pescar. Lanzamos el chinchorro, lo volvemos a lanzar, a muchos pececitos queremos atrapar.*
2. Explique que cuando la marea esté alta, el pescador no puede perseguir a los peces, de lo contrario se convierte en pez y uno de los peces pasa a ser el pescador. Cuando la marea está baja, el pescador comienza la persecución y cada pez que atrape se convierte en otro pescador.
3. El juego termina cuando queda solo un pez por atrapar, este es el ganador del juego y se convierte en el piloto de la siguiente ronda.



## JUEGO 11

**¡LLEGÓ CARTA!**



# JUEGO 11

## OBJETIVO DEL JUEGO

Este es un juego de estrategia y destreza, pero también es un juego en el que se desarrolla la habilidad verbal y la expresión corporal. La actividad comienza con el llamado de un cartero que anuncia la entrega de una carta a un grupo de «saltarines». Estos indagan sobre la procedencia de la carta y luego saltan para acercarse hasta el cartero.



### PREPARACIÓN

1. Elija al azar quién será el cartero, indique que este se ubica a cierta distancia del resto del grupo, integrado por los saltarines.
2. El cartero debe anunciar la llegada de una carta para uno de los saltarines diciendo “¡Llegó una carta!”, los saltarines responderán preguntando “¿para quién?” y el cartero responde con el nombre del participante y este pregunta por el lugar de donde viene la carta. El cartero responde por sílabas el nombre del sitio (Tu-ma-co, Ca-li, Po-pa-yán).
3. Explique que a medida que el cartero dice el nombre del lugar, el saltarín da un salto por cada sílaba, acercándose lo más que pueda hacia el cartero.



### COMO JUGAR

1. Esta dinámica se repite con el resto del grupo hasta que todos hayan saltado.
2. Cuando todos los saltarines estén a una distancia menor, da indicaciones para que el cartero se ponga de espaldas a ellos y los saltarines, por su parte, hacen movimientos rápidos para aproximarse aún más al cartero. El cartero decidirá en qué momento girará rápidamente para sorprender a los saltarines en pleno movimiento. Si alguno es pillado mientras se mueve, queda eliminado.
3. El juego termina cuando uno de los saltarines llega al territorio del cartero y ocupa su lugar en la siguiente ronda.



## JUEGO 12

# PAN QUEMAO



# JUEGO 12

## OBJETIVO DEL JUEGO

Este tradicional juego infantil tumaqueño se originó por un suceso en la vereda Vuelta Larga. Un día, por estar conversando, a unas comadres de esa población se les quemó el pan y, para evitar represalias, culparon a los niños que en ese momento jugaban por allí.



### PREPARACIÓN

1. Indique a los niños que formen una fila, uno al lado del otro, y se tomen de las manos.
2. Explique que en cada extremo de la fila se encuentra una comadre: la comadre A al inicio y la comadre B al final.



### COMO JUGAR

1. Informe que la comadre A pregunta a la comadre B por la cantidad de panes en el horno. La comadre B contesta con la cantidad de participantes que hay jugando más «uno quemao».
2. Luego, la comadre A pregunta por la persona que lo quemó y la comadre B señala al participante que esté al lado de la comadre A en la fila.
3. La comadre B pone a andar la fila mientras canta una ronda con los demás niños. La fila pasa por debajo de los brazos de la comadre A y del niño que esta tiene cogido de la mano (el quemao). Este queda con los brazos cruzados y mirando en dirección contraria al resto de los participantes.
4. Ronda: *Que lo pasen por ladrón y lo vuelvan chicharrón debajo del fogón.*
5. Repita esto con cada uno de los participantes, disminuyendo el número de panes y aumentando el número de quemados, hasta que todos quedan con los brazos cruzados, menos las dos comadres.
6. Por último, indique que las dos empiezan a jalar para su lado, quien jale con más fuerza se quedará con más panes (participantes) y ganará el juego.



## JUEGO 13

# CONGELADOS



# JUEGO 13

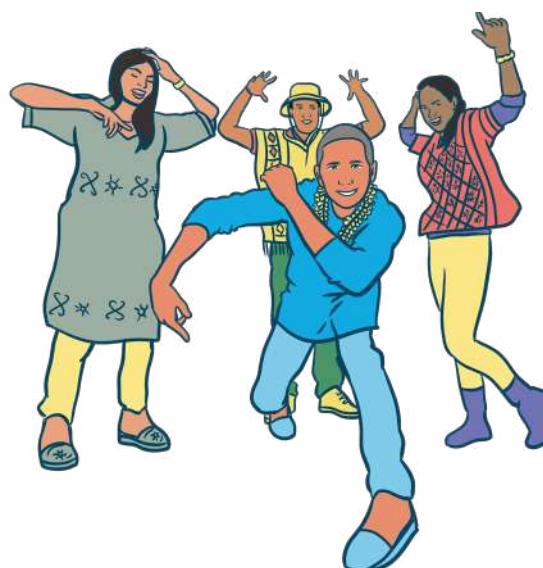
## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego usado en varios países latinoamericanos y tiene dos formas posibles de disfrutarlo. A continuación, se ofrece las dos posibilidades.



### 1. Congelados con música y baile.

- A.** Deben jugar al menos 3 jugadores. Es una actividad que exige control y equilibrio.
- B.** Se requiere contar con un espacio libre de obstáculos.
- C.** Debes pedirle al grupo que se ubique de pie en una ronda. Debes dar la siguiente instrucción: deben bailar siguiendo el ritmo de la música, procurando hacer movimientos originales y únicos.
- D.** Pasados unos segundos, detienes la música y gritas: **¡Congelados!**, en ese momento, los y las participantes deben quedarse en la posición que se encontraban, el que se mueva o se caiga queda descalificado.
- E.** Vuelves a poner la música con intervalos cortos y largos, la idea es lograr que las personas se muevan y queden en posiciones difíciles de sostener.
- F.** Se repite varios turnos para que sea divertido.





### COMO JUGAR

#### 2. Congelados de persecución.

- A.** Deben jugar mínimo 5 jugadores. Es una actividad que exige rapidez, coordinación y trabajo en equipo
- B.** Se requiere contar con un espacio amplio y libre de obstáculos, donde los participantes puedan correr libremente.
- C.** Se requiere 3 roles en el juego: los participantes que deben correr y no dejarse alcanzar. La persona que persigue a los participantes para congelarlos (congelador), y una persona que tiene el poder de descongelar, pero no se puede dejar alcanzar porque también puede ser congelado.
- D.** El juego consiste en que persona encargada de perseguir a los demás participantes (congelador) corre tratando de alcanzar a los demás, debe congelar uno a uno, cuidando que no los toque el descongelador. Debe lograr congelar a todos y así termina el juego.



JUEGO 14

# RONCHADOS



# JUEGO 14

## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego que busca desarrollar agilidad, competición y coordinación. Deben jugar mínimo 5 personas.



### COMO JUGAR

1. Consiste en que por una persona lleva una pelota mediana (ponchador), y tiene que perseguir a los otros jugadores (corredores) para tirarles la pelota. Si un jugador corredor es tocado en cualquier parte por la pelota, el ponchador deberá decir: **¡Ponchado!** e inmediatamente es eliminado del juego. El juego se termina, cuando el ponchador ha logrado ponchar a todos los participantes.

JUEGO 15

# SILLA CALIENTE



# JUEGO 15

## OBJETIVO DEL JUEGO

El objetivo del juego “Silla Caliente” es encontrar una silla y sentarse cuando la música se detenga, evitando quedar sin asiento. El último jugador en quedar con una silla gana el juego. Es un juego muy sencillo y divertido que exige agilidad, atención y coordinación. Deben participar mínimo 5 personas.

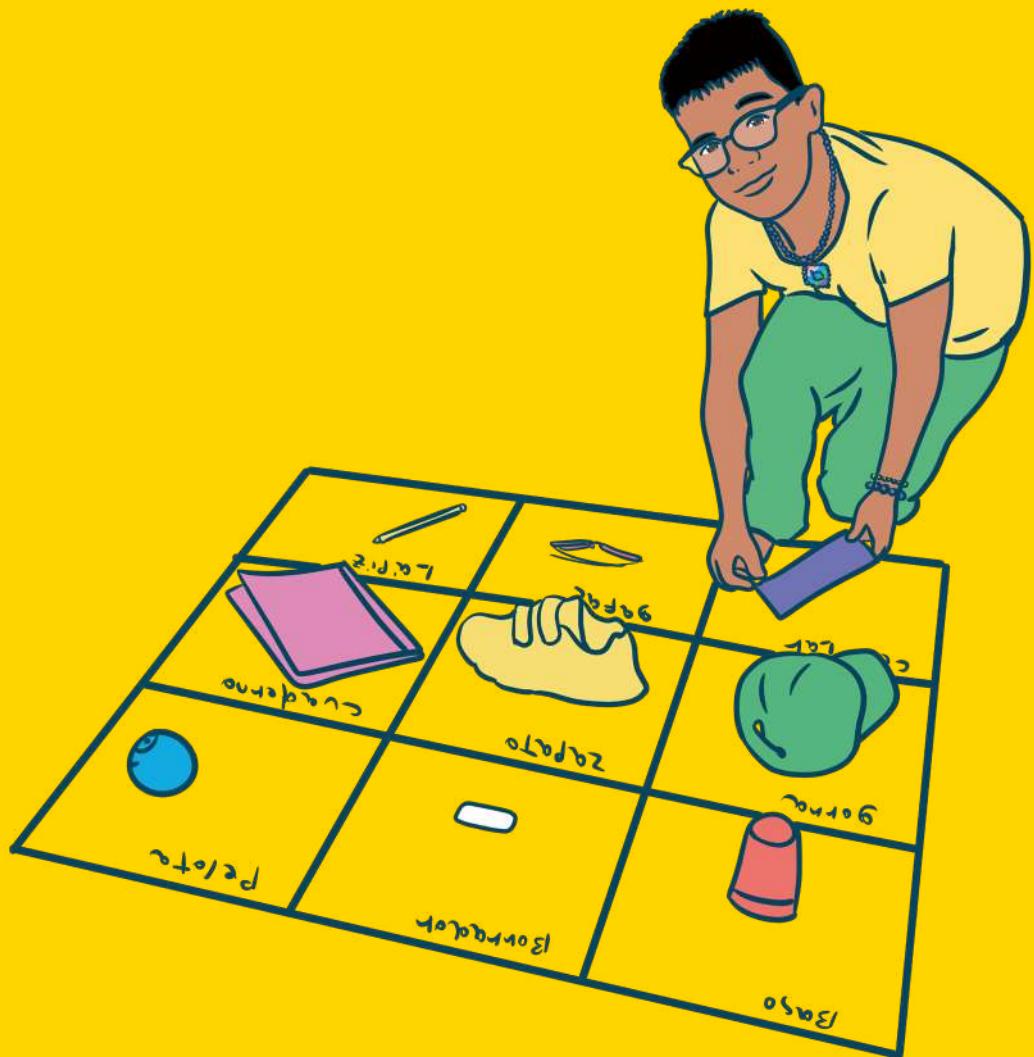


### PREPARACIÓN

1. Consiste en disponer las sillas en círculo hacia afuera y poner al grupo de personas a caminar o bailar alrededor de las sillas. La clave está en poner siempre una silla de menos respecto al número de personas. Ejemplo: si son seis participantes, se ponen 5 sillas. Si son 5 participantes se ponen 4 y así. La idea es que las personas están caminando o bailando desprevenidas y en un momento se dice: **¡sentados!** Las personas deben buscar la silla disponible. Quién quede de pie será eliminado.

# JUEGO 16

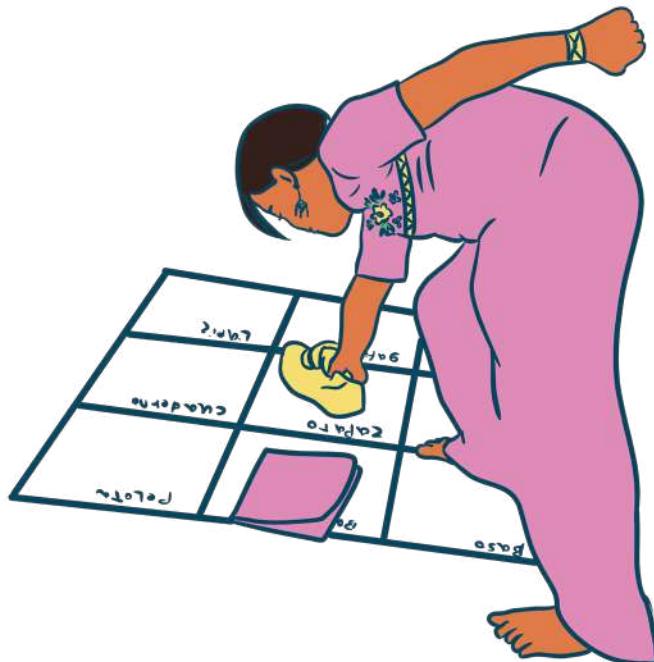
## LOTERIA



# JUEGO 16

## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego muy usado en para el desarrollo de habilidades u operaciones matemáticas y de lenguaje. Además, puede usarse para desplegar la creatividad, memoria e imaginación. Consiste en encontrar parejas de imágenes u objetos. Usualmente en el comercio se puede conseguir el juego. También se puede hacer de forma creativa, como a continuación se propone:



### PREPARACIÓN

1. Deben participar al menos 3 jugadores.
2. Se escoge 6 o 9 objetos disponibles en el entorno y de fácil acceso. Ejemplo: zapatos, cuaderno, vaso, morral, gafas, lápiz, flor, balón, teléfono móvil.



### COMO JUGAR

1. Se dispone en el suelo el espacio para marcar con una tiza o con cinta de enmascarar los 6 o 9 cuadros donde deben ponerse los objetos. Se marca cada cuadro con el nombre del objeto que se debe poner.
2. Se da la instrucción: la persona que logre encontrar todos los objetos y ponerlos en cada recuadro primero, ganará.

# JUEGO 17

## VEO VEO



# JUEGO 17

## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego apto para espacios cerrados y no exige movimiento.



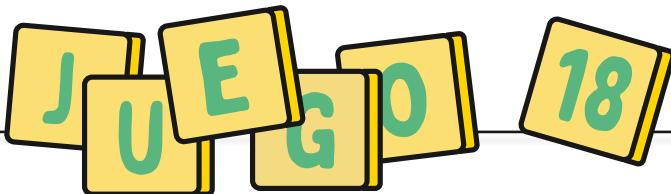
### COMO JUGAR

1. Busca desarrollar atención, observación y concentración. Puede jugarse con una persona en adelante.
2. Consiste en que una persona dice: **“Veo Veo”** y empieza a decir pequeñas características de algún objeto que esté cercano.
3. Los demás jugadores tendrán que adivinar cuál es el objeto visto.

JUEGO 18

# PAÑUELITO ROBADO





## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego por equipos. Debe jugarse con al menos 10 jugadores para conformar 2 equipos iguales. Es un juego de velocidad, agilidad y trabajo en equipo. A continuación, se explica:



### PREPARACIÓN

1. Se conforma dos equipos. Y se enumera en secreto los jugadores.
2. Se requiere contar con un espacio amplio y libre de obstáculos, donde los participantes puedan correr libremente.
3. Se forma a los equipos de frente a una distancia determinada el uno del otro (por ejemplo, 20 metros).
4. En el centro del campo de juego se pinta una línea separadora y se pone una persona que mantendrá un pañuelo colgando de su mano justo encima de la línea separadora.



### COMO JUGAR

1. La persona con el pañuelo dirá en voz alta: **"salen los números xx"**, y entonces, el integrante de cada equipo que tenga dicho número deberá correr para coger el pañuelo y llevarlo de vuelta al lugar en el que estaba. El primero que lo consiga sin que su contrincante lo detenga gana la ronda, quedando el participante del equipo contrincante sin punto.
2. El truco del juego consiste en provocar al contrario para que rebase la línea simulando haber cogido el pañuelo y correr más rápido que el oponente una vez agarrado el pañuelo. Cuando se han eliminado varios jugadores de un equipo, se reorganizan los números pudiendo asignar varios a un solo jugador.

JUEGO 19

# GALLINA CIEGA



# JUEGO 19

## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego tradicional muy divertido que exige, coordinación, atención y escucha. Se requiere un grupo de máximo 12 jugadores y mínimo 4. Se requiere contar con un espacio amplio y libre de obstáculos, donde los participantes puedan moverse libremente, aunque se limita el espacio donde pueden estar y de donde no pueden salirse.



### PREPARACIÓN

1. Se forma un círculo alrededor de la Gallinita ciega.
2. Para empezar los jugadores dicen “**Gallinita ciega, ¿qué se te ha perdido?**”.
3. La gallinita ciega responde: “**Una aguja y un dedal**”.
4. Los jugadores responden, “**da tres vueltas y los encontrarás**”.



### COMO JUGAR

1. Inmediatamente los jugadores se sueltan de las manos para no dejarse coger por la gallinita.
2. La gallinita ciega da tres giros sobre sí misma y sale en busca de algún jugador que pillar.
3. Una vez haya localizado a alguien tendrá que intentar reconocer quien es, solamente con el tacto.
4. Si descubre su identidad, esa persona será la nueva gallinita ciega.

## JUEGO 20

# MARCO POLO



# JUEGO 20

## OBJETIVO DEL JUEGO

Es un juego que usualmente se juega en piscinas, sin embargo, también se puede jugar por fuera, en un espacio abierto. Deben participar mínimo 3 personas, máximo 10. Es un juego que exige concentración, escucha y coordinación de movimientos.



### PREPARACIÓN

1. Se escoge a una persona que hará de **Marco**, esa persona deberá tener los ojos vendados. Debe quedarse en un punto fijo y contar hasta 10.
2. En ese momento, los demás jugadores se distribuyen en el espacio, buscando un lugar estratégico donde no puedan ser alcanzados.



### COMO JUGAR

1. El jugador con los ojos vendados dirá: **“Marco”** y los demás jugadores deberán responder **“Polo”**. El jugador **Marco** puede gritar **“Marco”** con tanta frecuencia como desee.
2. Escuchar que los jugadores respondan **“Polo”** puede ayudarle a averiguar dónde están, lo cual le permite nadar o caminar hacia ellos, hasta encontrarlos.
3. Una vez encuentre a alguien y adivine quién es, dejará de ser **Marco** y cambiará de rol, con quién fue encontrado.

## JUEGO 21

# MICO, TORO Y TIGRE

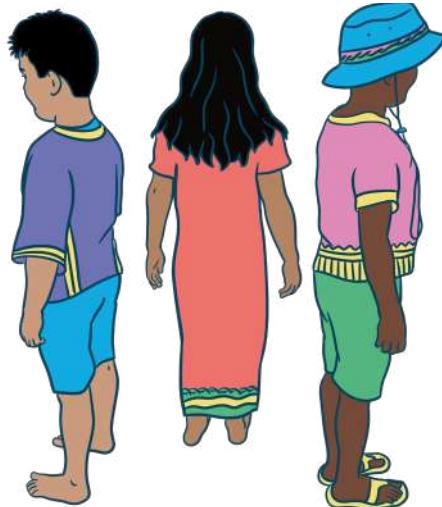
*(Variación de piedra papel o tijera)*



# JUEGO 21

## OBJETIVO DEL JUEGO

Esta es una actividad para mínimo dos personas, pero es más divertido hacerlo entre dos grupos. Requiere tener concentración, atención y trabajo en equipo. La instrucción es la siguiente:



### COMO JUGAR

1. Existen tres animales que compiten entre sí:
  - **El toro le gana al tigre.**
  - **El tigre le gana al mico.**
  - **El mico le gana al toro.**
2. La persona tendrá que elegir uno de los tres animales para representar así:
3. Si elige el toro, debe poner sus dedos índices en la frente y simular el sonido del toro.
4. Si elige el mico, debe hacer el gesto de trepar un árbol y simular el sonido de un mico.
5. Si elige el tigre debe poner sus manos en forma de garras y simular el sonido de un tigre.
6. Los jugadores se ponen de espaldas y el facilitador contará hasta tres, en ese momento las personas se voltean y hacen el gesto del animal escogido. Si las personas o los grupos hacen el mismo animal, quedan empatados.

JUEGO 22

QUE PASE  
EL REY



# JUEGO 22

## OBJETIVO DEL JUEGO

Este es una actividad para realizarse en un grupo numeroso preferiblemente, exige atención, actividad física y fuerza. Es preferible hacerla en un espacio abierto y libre de obstáculos.



### PREPARACIÓN

1. Lo primero que se debe hacer es escoger a dos personas que se deben tomar de las manos.
2. Cada uno de estos deberá escoger una fruta que representará su equipo ej: el primero será manzana y el segundo será sandía.
3. El resto de los jugadores no se pueden enterar a quién corresponde la fruta. Los demás participantes deben hacer una fila.



### COMO JUGAR

1. Todos los jugadores deberán cantar la siguiente copla:  

“Que pase el rey,  
 que ha de pasar,  
 que el hijo del conde  
 se ha de quedar”.
2. Con la canción, la fila pasará en medio de las manos y al finalizar la copla, con la última palabra, atraparan a la persona que se encuentre allí. La llevarán a un lugar y le preguntarán en secreto cual fruta escoge. Así poco a poco se conformarán los equipos. Al finalizar, se hará una competencia halando cada grupo para su lado, cuando se rompa la cadena de personas se tendrá el grupo ganador.

JUEGO 23

# BOTELLITA



# JUEGO 23

## OBJETIVO DEL JUEGO

Este es una actividad para grupos de 3 a 10 personas. Puede hacerse en un lugar abierto o cerrado, requiere concentración y atención.

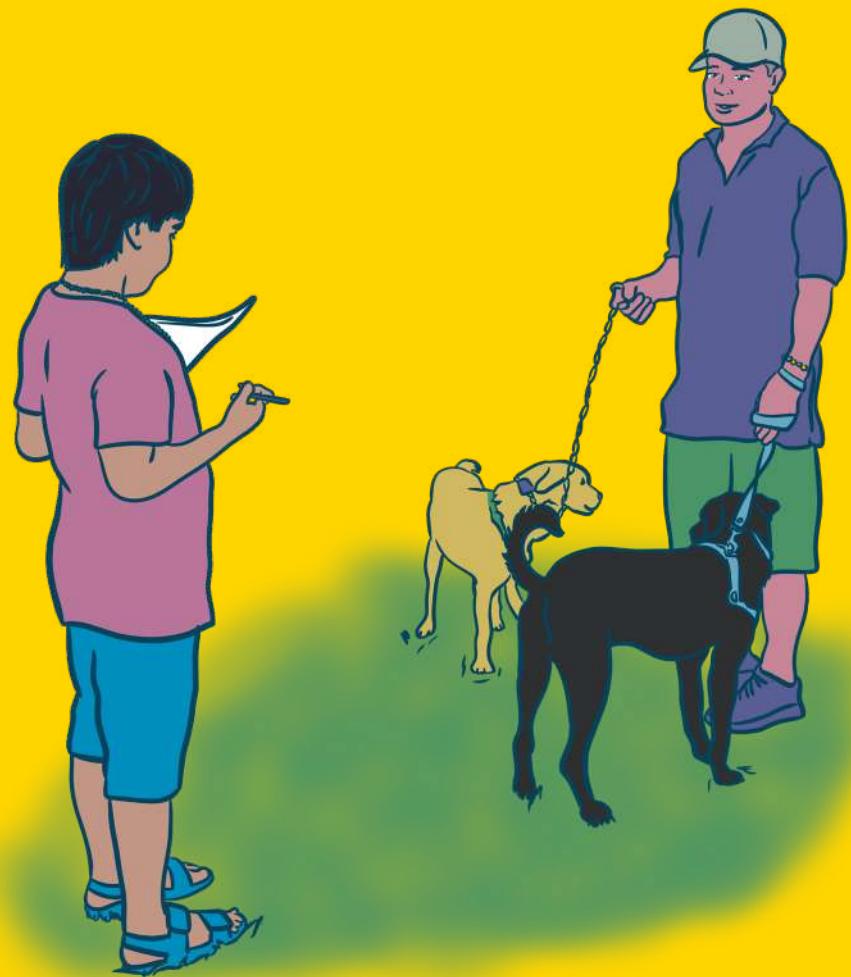


como jugar

1. Se necesita que los jugadores se sienten en círculo. Se dispone de una botella.
2. Una persona pone a girar la botella en forma de ruleta y cuando la botella se detiene, apuntará a dos personas, en el extremo de la punta o donde está la tapa será la persona.
3. No.1 que juega y en la parte de la base de la botella será la persona.
4. No.2 que le da a escoger: pregunta o reto, La persona No 1 deberá realizar lo que escogió y el grupo determinará si cumplió con lo que se corresponde.

## JUEGO 24

# ENCUENTRA UNA PAREJA





## OBJETIVO DEL JUEGO

Es una actividad para hacer en un grupo numeroso preferiblemente, busca integrar a las personas y generar atención y movimiento. A cada participante se le entrega una hoja con unas preguntas que debe responder en el grupo.



### COMO JUGAR

1. Debe encontrar en el grupo personas que responda a las diferentes características. El que primero termine gana. Debe completar todas las preguntas en 10 minutos máximo:
  - A. Encuentra una persona que tenga mascota: pon su nombre y el nombre de la mascota.
  - B. Encuentra una persona que le guste el fútbol: pon su nombre y el nombre del equipo que le gusta.
  - C. Encuentra una persona que cumpla años en el mismo mes que tú: pon su nombre y su fecha de cumpleaños.



COMO JUGAR

- D. Encuentra una persona que le guste tu misma comida favorita: pon su nombre y la comida favorita.
- E. Encuentra una persona que en su nombre tenga la letra A: pon su nombre
- F. Encuentra una persona que tenga la misma edad que tú: pon su nombre y su edad.
- G. Encuentra una persona que le guste hacer deporte: pon su nombre y el deporte que practica.
- H. Encuentra una persona que use gafas: pon su nombre.
- I. Encuentra una persona que tenga la misma talla de zapatos que tu: pon su nombre y la talla de zapato.
- J. Encuentra una persona que tenga el pelo corto: pon su nombre.





# RETORNO A LA ALEGRÍA

unicef  | para cada infancia