



Nivel inicial

**ERES IMPORTANTE, ERES ESPECIAL Y VALES MUCHO**

# Hola!

**Amiguita, amiguito:**

**La presente cartilla “Eres importante, eres especial y vales mucho” te ayuda a recordar lo valiosa, valioso que eres para tu familia para la unidad educativa y para la comunidad.**

**Te invitamos a realizar las actividades en tu curso con la guía de tu maestra o maestro.**

*Mi nombre es:* \_\_\_\_\_

*Estudio en:* \_\_\_\_\_

*Mi curso es:* \_\_\_\_\_

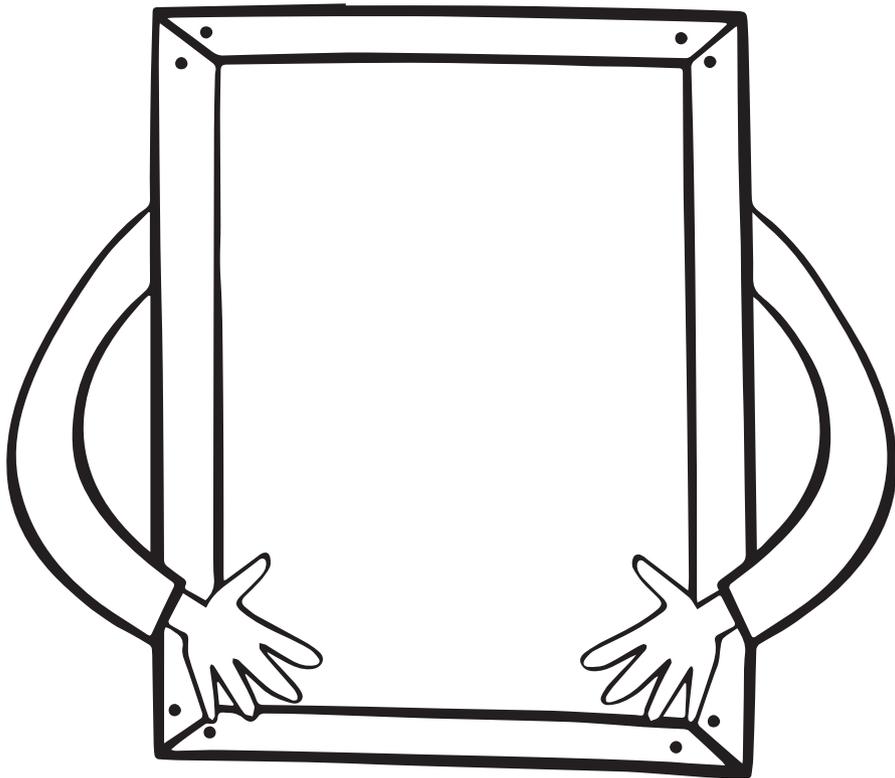
**Esta cartilla se realizó con la asistencia técnica de UNICEF Bolivia y el apoyo financiero del Comité Nacional de UNICEF Canadá.**

**Serie  
Todos aprendemos  
jugando**

**Fundación Educo  
UNICEF**

**Quinta edición:  
agosto de 2022**

Todas las personas somos únicas y diferentes, tenemos un rostro diferente nos gustan diferentes frutas y verduras. Si todos fuésemos iguales el mundo sería aburrido.



## Actividad 1

### Dibújate

Mi nombre es:

.....  
Mi edad es:

.....  
Mi color favorito es:

.....  
Mi comida favorita es:

.....  
Ser diferente es ser único y especial.



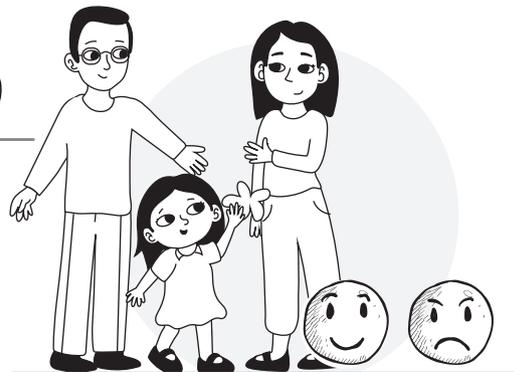
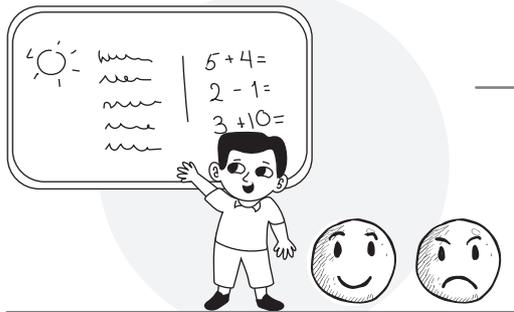
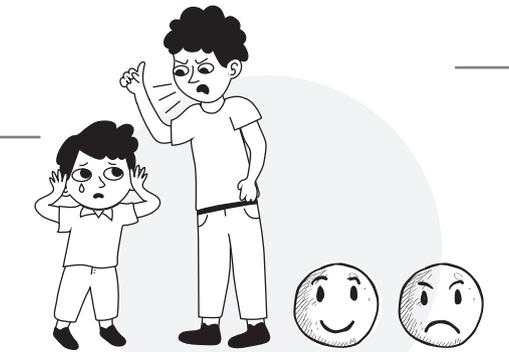
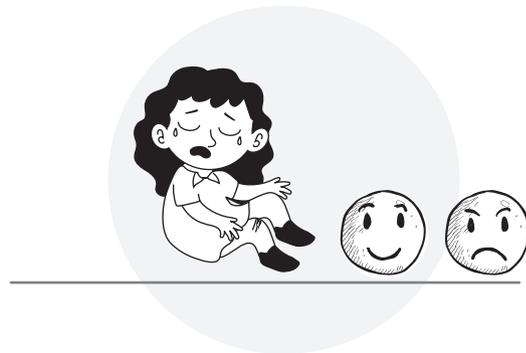
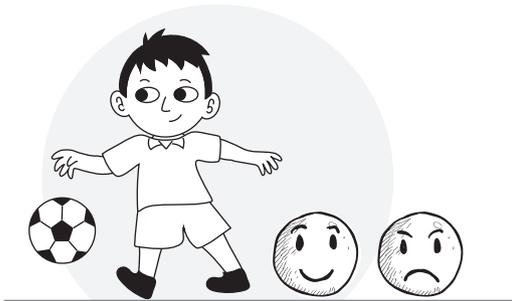
Pide a las niñas y niños que se presenten y describan su dibujo. Recuérdales que todos son distintos por las características físicas que tienen, por los gustos en la comida y por el origen cultural. Recalca que cada uno debe valorar su aspecto físico, su origen cultural y sus gustos.

## Actividad 2



### ¿Qué me pone feliz y qué me entristece?

Pinta la carita feliz si te gusta la imagen y la carita triste si no te gusta.



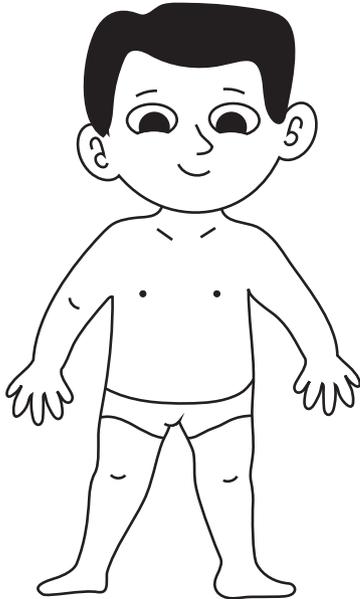
Reflexiona sobre cada imagen en clase y recalca que todas las niñas y niños del mundo tienen derecho al buen trato y a ser felices con su familia, en la unidad educativa y en el barrio.



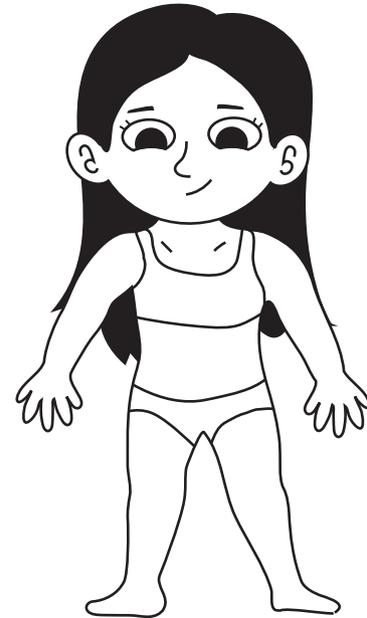
## Actividad 3

### Conoce tu cuerpo

Pinta a la niña y al niño e identifica las partes del cuerpo que aparecen en la columna del medio.



Pie  
Cabeza  
Mano  
Rodilla  
Vagina  
Labios  
Nariz  
Boca  
Cuello  
Pene  
Pecho  
Pierna



Explica a las niñas y niños que las partes íntimas del cuerpo son privadas, nadie las puede ver ni tocar y son aquellas que están cubiertas por la ropa interior. De igual manera, recalca que todas las personas tienen esas partes íntimas, por eso tampoco debemos verlas ni tocarlas.

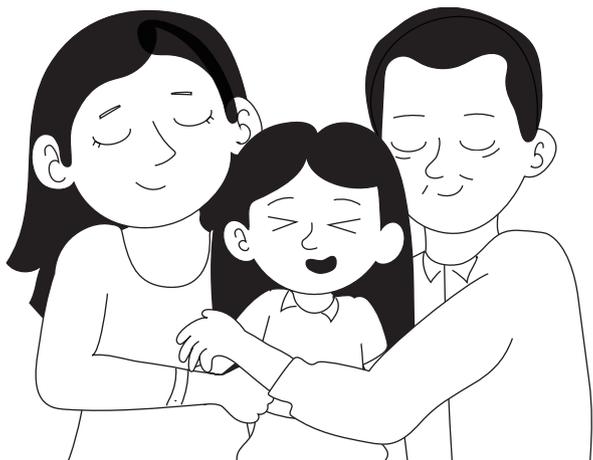


## Actividad 4



### Caricias buenas y caricias malas

Pinta a detalle el dibujo de las caricias buenas.



Si una caricia te hace sentir bien, feliz y sobre todo cómoda o cómodo, es una **CARICIA BUENA**.



Si una caricia te hace sentir triste, con miedo, con vergüenza y te pone incómodo o incómoda es una **CARICIA MALA**.



Enseña a las niñas y niños a escuchar las emociones y sensaciones del cuerpo. El cuerpo comunica cuando siente peligro con sensaciones de miedo, vergüenza, tristeza. Recuérdales que:

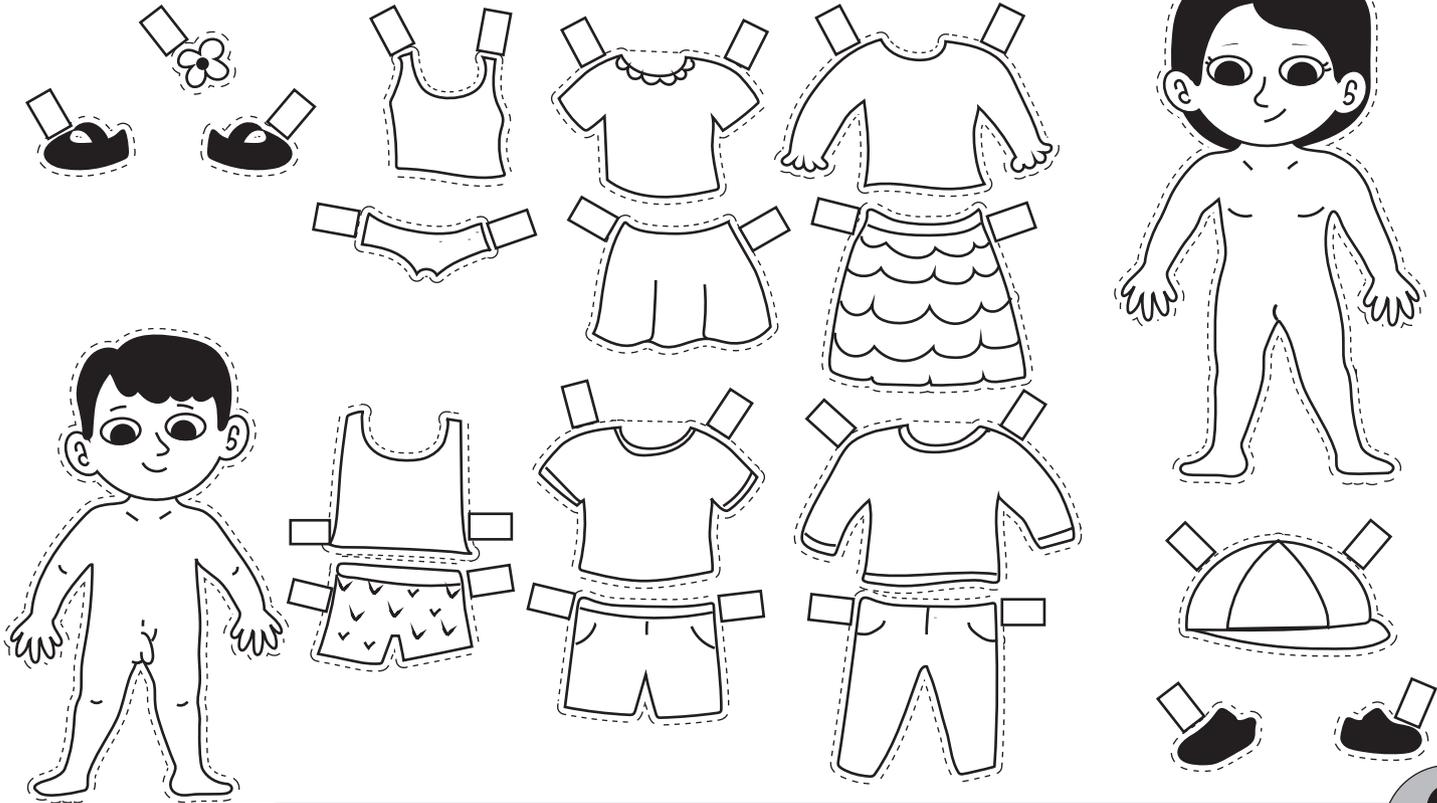
- No están obligados a recibir caricias, pueden decir **NO!**
- No acepten caricias que les ponen tristes.
- No acepten caricias malas.
- Pueden contar a mamá, a la maestra cuando alguien les hace caricias malas, incómodas o les hacen sentir mal.



## Actividad 5

En esta página tienes la ropa de la niña y el niño. Recorta, pinta, vístelos y juega combinando la ropa como quieras.

### ¡Recorta y pega!



Guía a las niñas y niños en el recorte de figuras. Recuérdales que las partes del cuerpo en las que se usa la ropa interior, son las partes íntimas que nadie puede ver, tocar, sacar fotos ni grabar.



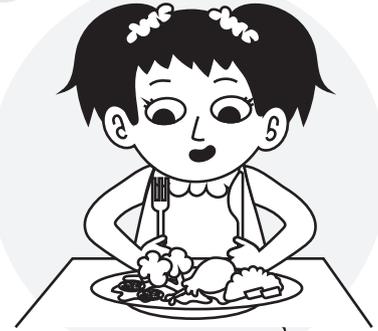




## Actividad 6

**¡Lo más valioso que tienes es tu cuerpo!**

Pinta todos los dibujos de la actividad 6.

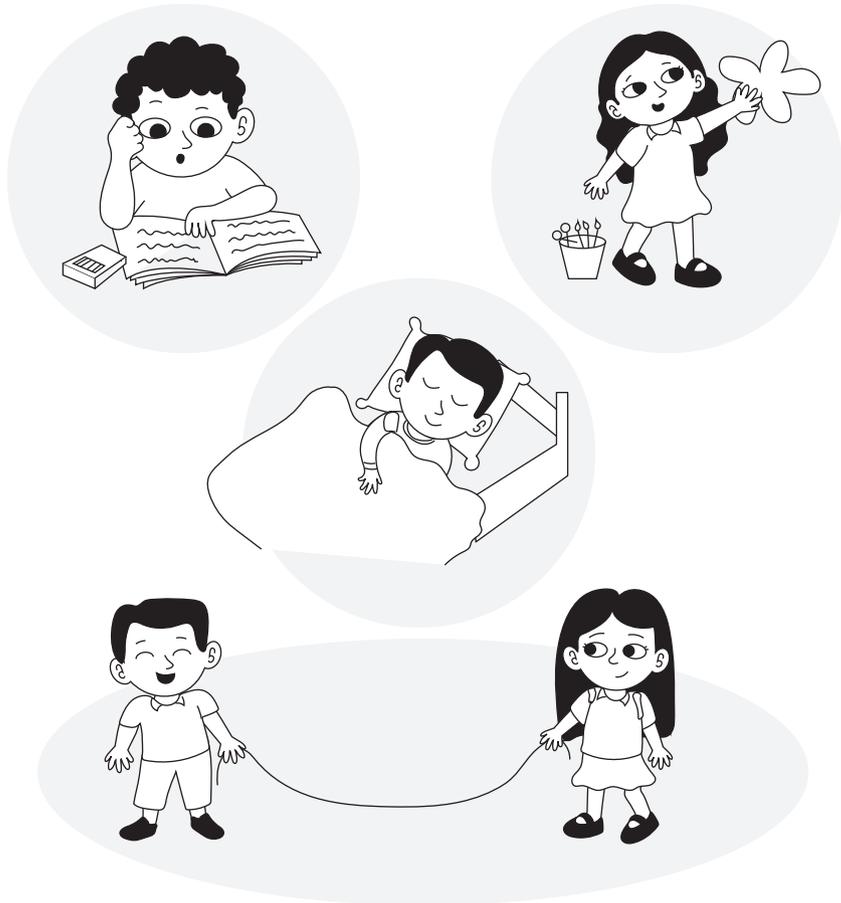


Reflexiona con las niñas y niños con respecto a la importancia de cuidar su cuerpo con diferentes actividades como bañarse, alimentarse, ejercitar, comer bien para crecer saludablemente.

## Actividad 6



¡lo más valioso que tienes es tu cuerpo!



Si no lo cuidamos...



Cierra la actividad recordando a las niñas y niños que su cuerpo es un tesoro y por eso hay que cuidarlo, alimentarlo y ejercitarlo.

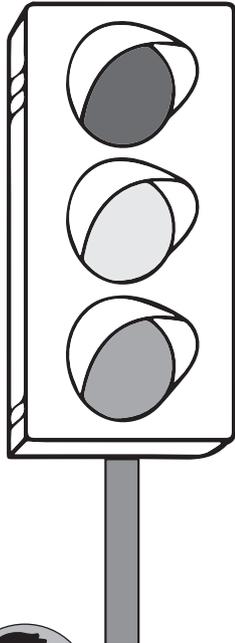




## Actividad 7

# Rojo, amarillo y verde: los colores del semáforo del cuerpo

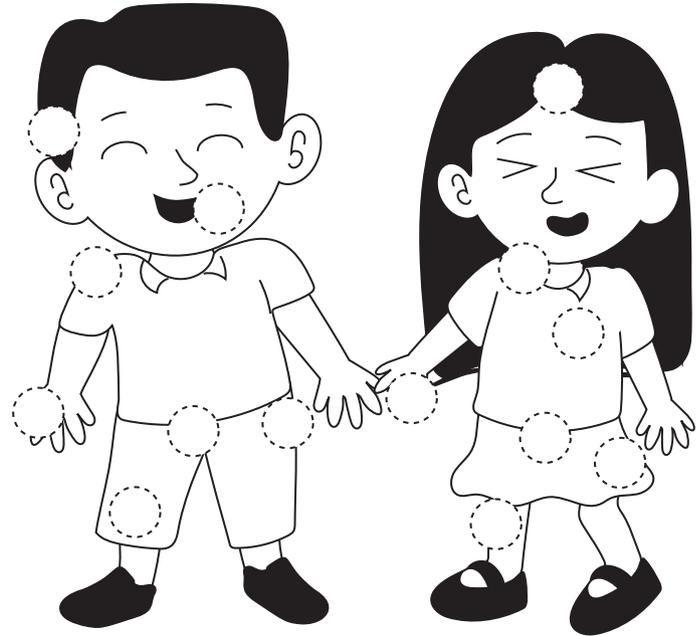
Pinta los círculos que aparecen en los cuerpos del niño y la niña de acuerdo a los colores del semáforo.



**ROJO: ¡NO! Nadie puede tocar tus partes íntimas. Tus partes íntimas son los genitales (vagina o pene), glúteos, boca, pecho, cuello.**

**AMARILLO: ¡Ten cuidado! Ninguna persona puede tocar tus piernas o cerca de tus partes íntimas. Avisa a tu mamá o maestra.**

**VERDE: Una caricia está bien en las manos y en la cabeza, también un abrazo.**



Explica brevemente a las niñas y niños, el significado de los colores del semáforo .

**Rojo:** Alto! Prohibido. **Amarillo:** Cuidado es una señal de alerta. **Verde:** Permitido.

Refuerza la idea de que nadie puede tocar las partes íntimas de la niña o niño y que la mamá o una maestra siempre les escuchará si tienen algo que contar.

## Actividad 8



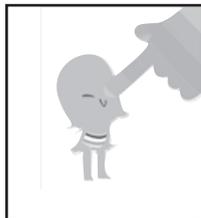
### "Kiko y la mano"

Pide a tu maestra, a tu maestro que lea en voz alta el cuento "Kiko y la mano".

1

"¿Puedo tocarte la nariz?", pregunta la mano.

"Sí, claro", dice Kiko.



2

"¿Puedo tocarte la mano?", pregunta la mano.

"Sí, claro", dice Kiko.

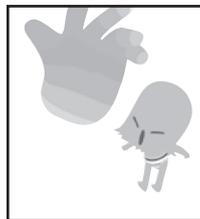


3

"Y, ¿puedo tocarte dentro de tu ropa interior?", pregunta la mano.

"¡NO!", grita Kiko.

"¡ESO SÍ QUE NO!"



Todos debemos recordar que nadie puede tocar las partes íntimas de la niña o niño.

Es un extracto del cuento completo: "Kiko y la mano", producido por el Consejo de Europa en el marco de su Campaña "UNO DE CADA CINCO".



Explica el concepto de violencia sexual, enfatizando que nadie, sea maestro, familiar o vecino puede ver, tocar, sacar fotos o grabar las partes íntimas del cuerpo, ni obligar a tocar o ver las partes íntimas de otras personas.



## Actividad 9

### Las "3 REGLAS DE ORO"

Si en algún momento te sientes en peligro como Kiko, puedes aplicar las "3 REGLAS DE ORO".



#### 1) DI ¡NO!

Nadie puede tocarte ni obligarte a tener contacto físico que te haga sentir incómodo, con miedo o vergüenza. ¡Di NO!



#### 2) CORRE Y PIDE AYUDA

Corre, escápate y pide ayuda a las personas que están cerca.



#### 3) CUÉNTASELO A ALGUIEN DE CONFIANZA

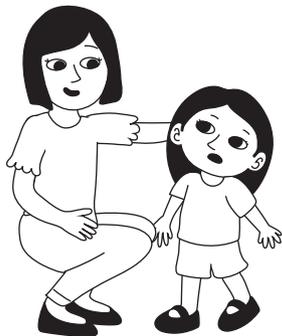
Puedes contarle a tu mamá, tu tía, tu papá, a la maestra u otra persona de confianza, pero tienes que decirlo. ¡No te puedes quedar callado, callada!  
Te escucharán y apoyarán.



Recuerda a las niñas y niños que el cuerpo da señales cuando está en peligro, a través de las emociones. Por ejemplo, cuando se tiene miedo o se siente incomodidad o tristeza, la niña o el niño puede estar en peligro.



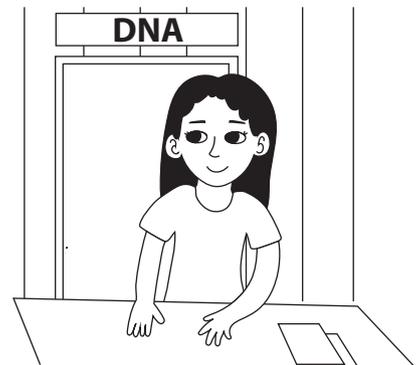
Explícales a las niñas y niños que si alguien toca una parte de su cuerpo eso está muy mal y por eso hay instituciones que les protegen y cuidan. Pueden contárselo a una persona de confianza o acudir al CEPAT, DNA, Policía o SLIM para recibir apoyo.



Tu mamá, papá o alguien de la familia



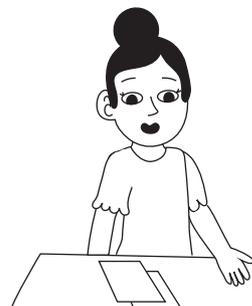
Centro Especializado de Prevención y Atención Terapéutica



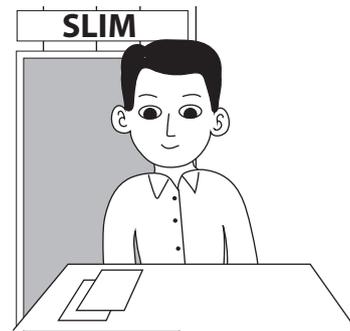
La Defensoría de la Niñez y Adolescencia



La Policía



Tu maestra o maestro



Servicios Legales Integrales Municipales

**Las instituciones y personas que protegen los derechos de las niñas, niños y adolescentes son:**

- \* Maestras y maestros.**
- \* Dirección de la unidad educativa.**
- \* Defensorías de la Niñez y Adolescencia.**
- \* Policía Boliviana.**
- \* El Centro Especializado de Prevención y Atención Terapéutica (CEPAT)**

**¿Cuáles de estas instituciones que protegen los derechos de niñas, niños y adolescentes están más cerca a tu casa o unidad educativa?**

---

**Si tienes alguna pregunta o requieres alguna orientación llama a la línea gratuita**

**FAMILIA SEGURA 800 11 3040**



