** PROGRAMA PAS: ACTIVIDAD FAMILIAR**

PRIMERO BÁSICO

**“MI CUERPO ES UN TESORO”**

**ACTIVIDAD A REALIZAR CON NUESTROS HIJOS:**

**Objetivos:**

* Compartir un momento de diálogo con nuestro hijo/a que fortalezca nuestra comunicación y relación actual y futura.
* Acompañar a nuestro hijo/a en su desarrollo integral como persona.
* Preservar el espacio familiar como el lugar prioritario para la educación de temáticas más íntimas.
* Ayudar a nuestro/a hijo a valorar y cuidar su propio cuerpo.
* Ayudar a nuestro hijo/a a valorar y respetar el cuerpo de los demás.

**Para preparar la actividad:**

Es deseable que esta actividad la realicemos en un momento preestablecido y tranquilo, en lo posible con la participación de ambos padres y con la máxima dedicación a nuestro hijo/a de primero básico.

Para preparar la actividad les proponemos leer el texto propuesto en el siguiente link: <http://pastoral-colegio-ingles7.webnode.mx/programa-de-valores/pas/material-para-padres/a1eros-basicos/>

 **Ideas importantes a considerar**

1. Dios nos ha dado un cuerpo y un alma que es **un todo que no se puede dividir**. Debemos ser respetuosos de nuestro cuerpo y el de los demás.
2. Mi cuerpo es toda mi persona. Aquello que hago con mi cuerpo o que le pasa a mi cuerpo, me pasa a mí.
3. El pudor constituye un elemento que intenta proteger nuestra intimidad. Éste tiene relación con el recato, la modestia, la vergüenza y la honestidad. Suele estar vinculado a lo referente a la sexualidad y al respeto frente a la misma. Lo que da pudor es aquello que no se quiere mostrar o hacer en público.
4. La educación al pudor comienza desde los primeros años de nuestros hijos y es también una forma de protección y prevención en el ámbito de la sexualidad.

**ACTIVIDAD:**

**1. Conversación**

- Invite a su hijo a la realización de la actividad. Si por algún motivo otros hijos deben participar de este momento, dedique su máxima atención a su hijo/a de primero básico.

- Conversen sobre todas las cosas increíbles que podemos hacer con nuestro cuerpo, como comer, jugar, abrazar, acariciar, sentir, correr, saltar. Conversen acerca de sus preferencias de estas actividades.

- Conversen sobre la idea que “Mi cuerpo es toda mi persona”, que las cosas que hago con mi cuerpo las hago yo, y si alguien le hace algo a mi cuerpo, me lo hace a mí. Ej: Si un amigo me pega, me pega a mí; si me duele la cabeza, me siento mal en general, cansado/a, desanimado/a, etc. Podemos relacionarlo con lo que les pasa a ellos, pero también compartir lo que nos pasa a nosotros como papás.

|  |  |
| --- | --- |
| -Conversen sobre las acciones que tomamos para cuidar y respetar nuestro cuerpo: comer sano, protegernos del sol, ponernos cinturón de seguridad, lavarnos los dientes, respetar nuestra intimidad, no dejando que nadie mire o toque nuestras partes privadas o íntimas (las que cubrimos con el traje de baño o ropa interior), salvo cuando mi mamá me ayuda a vestir o ir al baño, cerrando la puerta cuando voy al baño o cuando me visto. También cuando voy al doctor, pero siempre acompañado(a) de alguno de mis padres.- Conversen sobre las acciones que debiera reforzar su hijo/a para cuidar bien su cuerpo: Ej: acostarse más temprano, alimentarse bien (o mejor), lavarse los dientes, hacer ejercicio, etc.- Tomen un propósito con su hijo/a sobre una o dos acciones concretas a mejorar. **2. Propósito y dibujo:**- Ya que revisamos cómo cuidar y respetar nuestro cuerpo, escribamos nuestro propósito.

|  |
| --- |
| **Propósito:** |

 |
|  |

**Dibujo:** Ahora en una hoja blanca haz un dibujo sobre lo que te has propuesto y tal vez lo puedes colgar junto a tu cama para recordar tu propósito.

**EVALUACIÓN (Devolver este talón al profesor jefe)**

**Nombre del alumno: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Curso:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**¿Pudieron tomarse el tiempo para realizar esta actividad?**

**SI\_\_\_\_\_\_\_ NO\_\_\_\_\_\_\_ SI, PERO FUE MUY DIFÍCIL\_\_\_\_\_\_\_**

**¿Participaron ambos padres? Mamá\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Papá\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**¿Cómo se mostró su hijo/a frente a la actividad?**

**CONTENTO\_\_\_\_\_\_\_\_ INDIFERENTE \_\_\_\_\_\_\_\_\_ OTRO\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**A ustedes ¿les gustó la actividad? Mamá: SI\_\_\_\_\_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Papá: SI\_\_\_\_\_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Observaciones o sugerencias: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Muchas gracias**