

# Mi Cuerpo Es Mi Cuerpo



**Programa musical sobre la  
prevención de abuso infantil.**

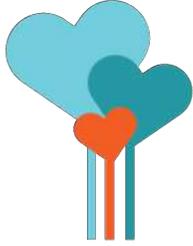
[www.mybodyismybody.com](http://www.mybodyismybody.com)

## *Canción 2 Tutorial*

Si usted sospecha de abuso infantil llame a los Servicios de Protección Infantil y reciba consejo. Van a escuchar sus inquietudes y tomarán medidas en su nombre si un niño está en peligro.

# Canción 2 Tutorial

## Mi Cuerpo Es Mi Cuerpo



## Canción 2 Si no se siente bien, no lo hagas

### Objetivo de la canción:

#### **1. Enseñarle a los niños a escuchar sus propios sentimientos -**

La mayoría de las veces los niños saben cuando algo no los hace sentir bien o cuando algo los hace sentir incómodos. Entonces les enseñan esta regla con la canción de rap

***Si no se siente bien, no lo hagas...Huh!!***

#### **2. Hablar sobre la presión de compañeros -**

Pueden usar esta canción para hablarles a los niños sobre la presión de compañeros en la escuela o alguien de la familia que quiera que ellos hagan algo que saben que no está bien. Pueden incluir las drogas o el acoso escolar.

Hacer frente a la presión de compañeros puede ser duro, pero háblenle y explíquenle lo fuerte que pueden ser y la confianza en sí mismos que pueden tener si no se dejan presionar o acosar por otros niños para hacer cosas que no quieren hacer.

***Si no se siente bien, no lo hagas...Huh!!***

# Canción 2 Tutorial

## ***3. Ayudar a los niños con el empoderamiento del cuerpo.***

Los niños deben saber que su cuerpo es de ellos, y que si hay cosas que los hacen sentir incómodos, tienen el derecho a decir **iNO!** Yo no quiero hacer eso.

***Si no se siente bien, no lo hagas...Huh!!***

## **Sentimientos**

Una vez hayas empezado la conversación sobre los sentimientos puedes hablar de los distintos sentimientos que tenemos. ***Felicidad, tristeza, soledad, enojo, miedo.***

Es muy importante que los niños sepan que todas las personas en el mundo tienen los mismos sentimientos de ellos y que no están solos.

***Averigua cuántos tipos diferentes de sentimientos los niños pueden producir.***

# Actividad

Mi Cuerpo  
Es  
Mi Cuerpo



Pueden jugar un juego usando caras felices, caras tristes, caras enojadas, caras divertidas, o les pueden decir que dibujen caras que demuestren como ellos se sienten.

Mi Cuerpo  
Es  
Mi Cuerpo



# Letras de canciones

## Si no se siente bien, no lo hagas (Letras de canciones)

Si no se siente bien, no lo hagas  
La gente puede tocarte y decirte que no es malo Pero recuerda que tu cuerpo te pertenece a ti  
Tú eres la única persona que sabe si no se siente bien Y si no se siente bien  
No lo hagas, huh!  
Que si no se siente bien  
No lo hagas, huh!  
No lo sagas No lo hagas

Hay gente en el mundo que te toma por tonto Quiere darte drogas y que no vayas a la escuela Quiere que guardes secretos  
Pero tú sabes que hacer  
Porque si no se siente bien  
No lo hagas, huh!  
Que si no se siente bien  
No lo hagas, huh!  
No lo sagas No lo hagas

La gente te abraza y te dice que le importas Yo no te digo que sea malo Pero tú sabrás si no se siente bien  
Y si no se siente bien no lo hagas huh!  
Si no se siente bien no lo hagas huh!  
No lo sagas No lo hagas  
Si no se siente bien no lo hagas huh!  
No lo haas No lo hagas  
Si no se siente bien no lo hagas huh!!

### *Texto de Cynthia*

*Si no se siente bien, no lo haas.  
Vamos a divertirnos con la próxima canción. Hay que recordar una regla muy importante, la cual es  
Si no se siente bien, no lo hagas*

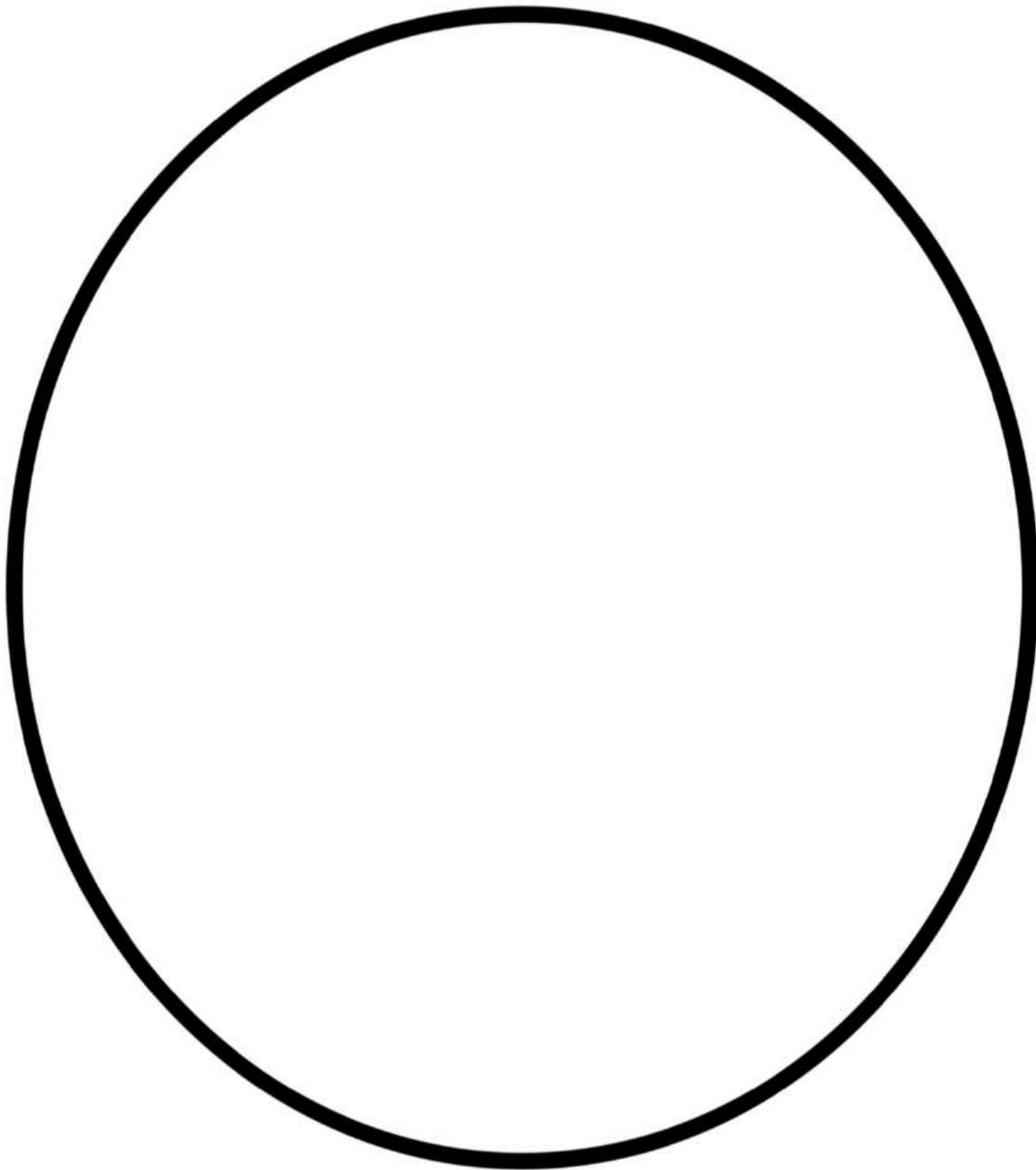
*No estoy hablando de cosas como hacer tu tarea o limpiar tu cuarto. Hablo de si alguien quiere que vayas a algún lugar con él, pero tú sabes que no deberías.  
Si no se siente bien, no lo hagas.*

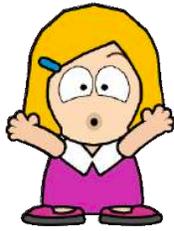
*O si alguien quiere que hagas algo que te hace sentir incómodo.  
Si no se siente bien, no lo hagas.*

**Mi Cuerpo**  
**Es**  
**Mi Cuerpo**

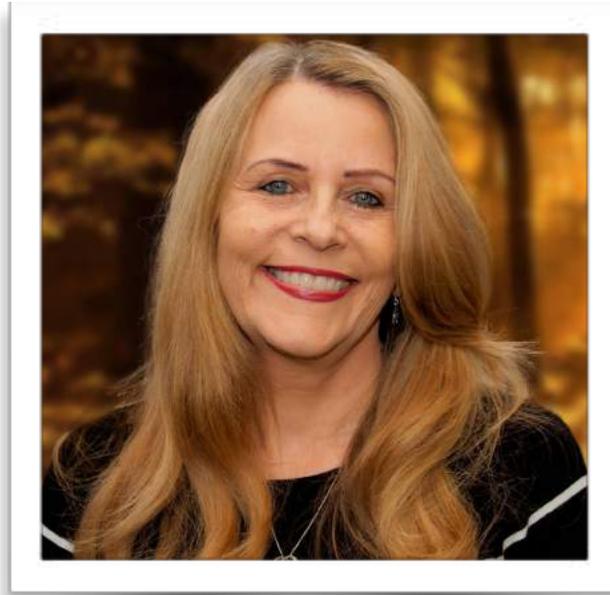


# Actividad





Animado y escrito por  
Chrissy Sykes



# Conectate con

**Social Media**

**Twitter:**

**Facebook:**

**Youtube:**

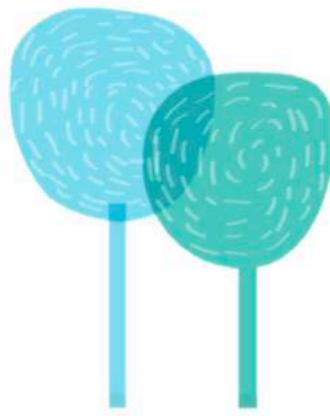
**Instagram:**

**[www.mybodysimybody.com](http://www.mybodysimybody.com)**

**Mi Cuerpo**  
**Es**  
**Mi Cuerpo**



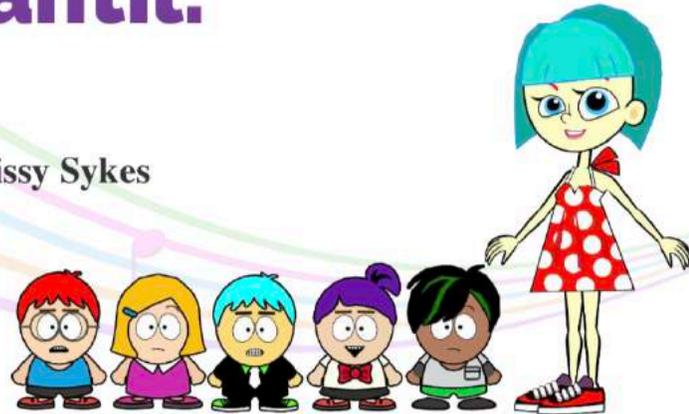
**Mi cuerpo  
es  
Mi cuerpo**



**Programa musical  
sobre la prevención de  
abuso infantil.**

Presentado por Chrissy Sykes

*Manteniendo a los niños seguros.*



©2017

[www.mybodysimybody.com](http://www.mybodysimybody.com)

