

**PLAN DE EDUCACIÓN SEXUAL
DESDE UNA PERSPECTIVA
CRISTIANA**

**ITINERARIO
DE EDUCACIÓN SEXUAL
DESDE LOS 2 HASTA LOS 17 AÑOS**

PRESENTACIÓN

ITINERARIO DEL PLAN DE EDUCACIÓN SEXUAL Desde una perspectiva cristiana

Con un gozo enorme, ponemos en manos de la educación nacional y particularmente de la educación católica, los Criterios Metodológicos y el Itinerario del Plan de Educación Sexual que entre todos y todas impulsamos desde la Asociación Uruguaya de Educación Católica.

Es un Plan que nació de la experiencia de nuestros Centros Educativos, en diálogo con los planes oficiales y construido desde nuestra identidad católica. Los textos medulares del Plan fueron puestos a consideración de más de un centenar de personas que lo estudiaron, corrigieron y mejoraron. Entre ellos educadores, directivos y agentes pastorales de los centros educativos asociados.

Este documento es una de las tres partes del Plan. La primera es el Marco Conceptual, donde se reseñan las convicciones desde las que se aborda y fundamenta la propuesta educativa sobre la sexualidad. La segunda parte son los Criterios Metodológicos y el Itinerario en diálogo con los programas oficiales, cubriendo desde las edades más tempranas hasta la adolescencia, para que los Centros Educativos tengan una propuesta unitaria y secuenciada en esta materia. Y por último, las fichas para trabajar con los niños, niñas y adolescentes de todas las edades y una guía metodológica que orienta la intervención de los educadores.

Queremos que sea un Plan dinámico y en continua construcción. Sabiendo de lo limitado de toda producción humana y de lo perfectible que son nuestras elaboraciones, lo iremos mejorando año a año. Después de experimentarlo y evaluarlo haremos los ajustes y las innovaciones que la realidad y la práctica pedagógica nos indiquen.

El Señor, que nos soñó y creó a su imagen y semejanza; que nos hizo capaces de vivir amando, y al hacernos sexuados puso en nuestro ser

la potencialidad para construirnos juntos como personas en el amor y la libertad responsable, haga fecundo este Plan.

La Dirección Nacional de AUDEC

DIRECCIÓN NACIONAL
DE LA ASOCIACIÓN URUGUAYA DE EDUCACIÓN CATÓLICA

P. Marcelo Fontona
Muzikantas
Director Nacional

Hna. Laura Guisado
Subdirectora

Prof. Mario Bengoa
Subdirector

Dr. Elbio Medina
Subdirector

P. Raúl García Aparicio
Subdirector

Prof. Manuel Nieto
Subdirector

Trabajaron en la elaboración de estos documentos:

Ps. Fernando Candona,

Psic. Soc. Magela Grisoni,

Prof. Silvia Anesetti,

Lic. Rafael Ibarzabal,

acompañados por la Dirección Nacional de AUDEC

ALGUNOS CRITERIOS METODOLÓGICOS

A fin de facilitar la correcta comprensión de los itinerarios y de orientar la intervención con los alumnos proponemos los siguientes criterios metodológicos.

- La educación sexual, como toda instancia educativa, debe insertarse en un proceso personal y grupal
- Se trabaja en equipo y dentro de un marco institucional.
- Es conveniente tener el “espejo” de otro responsable.
- Recordar que el educador, educa desde sus propias “matrices de aprendizaje”, estar abierto a la reflexión, la introspección, la autocrítica, la revisión personal permanente.
- Incluir y comprometer siempre –de acuerdo a situaciones y edades- a la familia del alumno/a en el proceso.
- El trabajo que hacemos ha de ser secuencial, profundiza el anterior y abre el siguiente. Cada tema, cada eje, incluye, articula y complementa el proceso iniciado.
- Tener en cuenta, que el vínculo tiene una gran fuerza educativa, tanto el del docente - alumno, como el del alumnado entre sí.
- Si hace falta, quizá deba iniciarse un trabajo vincular (que ya incluye la educación de la afectividad) antes de un trabajo específico en la temática.
- Conectar siempre con la persona, la vida el grupo, las situaciones cotidianas, sus experiencias.
- Escuchar con gran apertura sus preguntas, y comprender que “la pregunta” no siempre se formula, a veces es un chiste, un comentario, un dibujo, un mensaje no verbal.
 - Indagar qué información o idea previa hay detrás.
 - Identificar hasta dónde desea saber.
 - Ser honesto en las respuestas. La información debe ser veraz
 - Ubicar la pregunta en la etapa de desarrollo respectiva.
 - No regañar ni sermonear cuando se acerquen y tengan la confianza de preguntar.

- Trabajar (de acuerdo a la edad y a los objetivos específicos) incluyendo las tres dimensiones mencionadas en el marco teórico y al contexto socio cultural.
- Utilizar siempre un lenguaje unificado y unificador de los distintos planos y dimensiones implicadas (lo corporal, la ternura, los valores, lo religioso etc.)
- Motivar al involucramiento con la propuesta, que sea lo más participativa posible.
- Adecuar el enfoque, el abordaje, las palabras –siempre verdaderas- a la realidad, contexto y edad con que estamos trabajando.
- Tener claros los límites de nuestra tarea. Estar dispuestos a derivar las situaciones que escapan a nuestro rol o formación: familia, psicólogos, asistentes sociales, sacerdotes, etc.
- Cuidar el encuadre de trabajo, el lugar, la preparación, el cuidado, el material, el “clima del grupo”.
- Recordar que el trabajo intelectual es sólo una parte, ni siquiera la más importante. No disociar.
- Permitir aprender desde lugares diferentes, incluir el juego, la expresión, el canto, la danza, la gestualidad.
- Tener cuidado con el marco en cuanto a la confidencialidad del espacio, incluyendo las fotografías.

Si bien cada propuesta tiene objetivos específicos, con dinámicas adecuadas a la edad y a los contenidos a trabajar, todas apuntan en forma congruente a cinco objetivos generales:

- 1 – EDUCAR LA PERSONA SEXUADA.
- 2- PRESENTAR LA SEXUALIDAD DE UN MODO DIGNO Y DIGNIFICANTE.
- 3- EDUCAR A LA LIBERTAD Y A LA RESPONSABILIDAD.
- 4- DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE AMAR.
- 5- FAVORECER EL DISCERNIMIENTO.
- 6- EDUCAR EN LA TRASCENDENCIA¹

¹ Basado en repartidos de Lucía Clavier.

NIVEL INICIAL – DE 2 A 5 AÑOS

Los objetivos de la Educación sexual en Nivel Inicial serán comunes a toda la etapa, profundizándose distintos aspectos a través de diferentes propuestas

Objetivos:

DIMENSIÓN CORPORAL:

Reconocer y nominar adecuadamente las distintas partes del cuerpo e identificar las diferencias sexuales
Descubrir el cuerpo como regalo de Dios

DIMENSIÓN AFECTIVA:

Reconocer y dar nombre a los afectos, sentimientos y sensaciones.
Valorar la familia como espacio de crecimiento y desarrollo de nuestro ser sexuado.

DIMENSIÓN SOCIO- CULTURAL

Promover el respeto por la propia persona y por los demás, con un enfoque de equidad de género.
Diferenciar lo íntimo, lo público y lo privado.
Promover el empoderamiento del cuerpo como factor protector frente a posibles situaciones de maltrato o abuso.

2 Y 3 AÑOS

Aspectos a tener en cuenta:

Al dibujar figuras humanas incluir y nombrar los genitales.

Nominar: las distintas partes del cuerpo
las emociones sentimientos y sensaciones

Promover la capacidad de:

Asombro y maravilla en la contemplación

Admiración y agradecimiento por los niños y niñas y por su familia.

Aprovechar las instancias cotidianas (ir al baño, comida, juegos...) para intervenir pedagógicamente según los objetivos planteados.

Sería conveniente incluir a la familia, haciéndola participar e involucrarlos través de talleres, pág. Web, mail...., cuaderno viajero.

Proponemos dividir los contenidos a trabajar en unidades, éstas podrán llevar uno, dos o tres encuentros, eso dependerá de la realidad del grupo, sus emergentes y necesidades.

4 AÑOS

Unidades de trabajo:

- ***¡Qué lindo es mi cuerpo!***

Trabajo con un puzle que el niño arma o desarma.

El puzle da la posibilidad de vestir y desvestir a un niño y una niña, desde su ropa externa pasando por la ropa interior hasta su cuerpo desnudo.

Trabajo con la familia: Enviar a casa la misma silueta y completar juntos las partes del cuerpo

Nos permite trabajar:

Lo íntimo, lo público y lo privado

Las diferencias en el cuerpo

La maravilla de mi cuerpo creación de Dios

MATERIALES: Puzle

- ***Tengo un cuerpo que quiero cuidar***

Canción: Tengo un cuerpo que quiero cuidar.

Ficha: Dios nos creó y nos hizo maravillosos

- ***En mi familia crezco con alegría²***

En la familia nacemos y crecemos como personas sexuadas

Trabajo con muñecos sexuados,

Construimos una familia, le ponemos nombre y roles. Elaboramos su historia. La mama está embarazada. Acompañamos su proceso en las

² Contenidos extraídos del Programa Oficial de Primaria 2008.

semanas y vemos su nacimiento. Esta familia tendrá un lugar en el aula. Podemos trabajar como Jesús también creció en una familia con alegría

- **Jugando a ser grande.**

Los niños traen ropa y accesorios de adultos (lentes- sombreros,..) para jugar roles adultos. Los educadores también nos disfrazamos. La idea es jugar roles y que el mismo sea un rato de disfrute, de goce y de ir intercalando cada uno de los aspectos planteados en los objetivos. Armar una ficha para que el niño cuente a su familia lo que hicieron y los padres lo escriban.

5 AÑOS

Unidades de trabajo:

- ***Este es mi cuerpo***

Hacemos una silueta marcando con un lápiz en el piso el contorno de uno de los niños y de una de las niñas. Observamos el cuerpo, le damos nombre, lo escriben, vemos que no todos los cuerpos son iguales... Dependiendo del grupo y la demanda podemos profundizar más en la anatomía.

- ***Mi cuerpo es mío***

Canción: Este es mi cuerpo.

¿Qué hago con mi cuerpo? ¿Qué me gusta hacer con mi cuerpo?

¿Qué cosas disfruto y que cosas no?

Ficha con la canción e imágenes

- ***Pongo colores a mis sentimientos.***

Trabajar cómo con mi cuerpo expreso mi mundo interior. Imágenes de expresiones distintas a través del cuerpo.

Ficha: Pongo colores a mis sentimientos

Otra opción: Dominó de las emociones (Programa Claves)

- **Tenemos juguetes y los compartimos³**

Ficha: Tenemos juguetes y los compartimos (con los cambios que hicimos)

Cada niño trae su juguete preferido. Cuenta como juega con él. Todos jugamos con todo.

Todos podemos jugar con todo, seamos niñas o varones.

Video igualdad de género para niños.

<http://www.youtube.com/watch?v=iax2W9qAfK0>

Otra posibilidad:

Cuatro rincones: Uno con pelotas, otro con herramientas, otro con bebotes y otro con elementos de cocina. Vamos rotando por los rincones. Los niños van rotando por los talleres y luego comentamos como se sintieron, donde se sintieron más cómodos, a que no pudieron jugar...

Canción de Ruperto Rocanrol: *"Yo tengo derecho a jugar"*

Ficha con la letra de la canción y dibujamos lo que más nos gustó de la experiencia.

³ Ídem

PRIMARIA – DE 6 A 12 AÑOS

Objetivos:**DIMENSIÓN CORPORAL:**

- Promover el cuidado y respeto del propio cuerpo y de los otros.
- Favorecer la reflexión de los niños y niñas sobre las conductas saludables y adecuadas a su edad.
- Valorar el cuerpo como creación de Dios donde todo es bueno y creado con amor.
- Brindar una sólida información biológica.

DIMENSIÓN AFECTIVA:

- Promover la apertura a la interioridad
- Propiciar la comunicación asertiva de la afectividad en las relaciones vinculares.
- Propiciar el desarrollo de la capacidad de amar como donación de sí mismo

DIMENSIÓN SOCIO- CULTURAL

- Respetar las diferencias trabajando desde la perspectiva de género.
- Promover la reflexión crítica acerca de los mandatos sociales sobre el ser varón y el ser mujer.
- Fomentar la autoestima y la aceptación de la imagen corporal, como factores protectores de situaciones de abuso y maltrato.

1º PRIMARIA – 6/7 AÑOS

Unidades de trabajo:

- ***Mi cuerpo creación de Dios: Imagen y semejanza***

Retomamos la canción “este es mi cuerpo” trabajada en nivel 5

Modelamos entre 4 o 5 niños, con cerámica un cuerpo de un niño y de una niña de su edad.

Se retoma las partes del cuerpo, los nombres, lo público, lo íntimo y lo privado. Diferenciar el pudor de la vergüenza.

Frente a nuestras creaciones contamos el segundo relato del Génesis y ponemos énfasis en el Amor de Dios, en la maravilla de la creación del

cuerpo humano, destacando que todo es bueno. Jugamos a ser Dios y ellos soplan sobre los muñecos.

Ficha: Hoja donde aparecen un niño y una niña desnudos. Lo recortamos y lo pegamos en cartón.

En otra hoja tenemos elementos para recortar y vestirlos. Estos muñecos podrían acompañarnos durante todo el año.

- ***Todos somos diferentes***

En los mismos grupos, y a partir de los modelos de cerámica, elaborarán la historia de esos niños, cómo se llaman, dónde nacieron, qué les gusta hacer, qué relación tienen entre ellos (son hermanos, amigos, vecinos, etc...), qué les gusta jugar...

Luego en ronda, presentan al resto de los compañeros las historias creadas. A partir de lo que van relatando trabajaremos los estereotipos de género desde una perspectiva de equidad. Todos podemos jugar con todo y hacer de todo. Todos somos diferentes, sentimos cosas distintas, tenemos historias distintas, aprendemos a diferentes ritmos...

- ***Las mujeres y los varones en el trabajo***

(Si es posible, este taller hacerlo coincidir con el mes de los trabajadores)

Le pedimos al niño que pregunte en casa en qué trabajan los integrantes de su familia y que traiga algo para jugar al trabajo u oficio de uno de ellos.

Compartimos y jugamos al trabajo de cada uno. Verbalizamos cómo se sintieron, qué les gustó más o menos, las diferencias en los trabajos...

Valoramos el trabajo como fuente de felicidad y seguimos promoviendo la equidad, en cuanto a que no existen trabajos exclusivos para mujeres y para varones. Todos tenemos capacidades diferentes, no determinadas por el sexo que tengamos.

- ***Mi cuerpo me da a conocer***

En grupos de 4 o 5 les pedimos a los niños pongan cara de: susto, miedo, alegría, tristeza y le sacamos una foto. Luego las proyectamos y vamos conversando e identificamos que sentimientos, emociones nos transmiten

Profundizamos acerca de cómo nuestro cuerpo comunica lo que sentimos y también el cuerpo del otro me habla acerca de cómo está, cómo se siente.

Rescatamos la importancia de identificar las emociones, ponerlas en palabras para apropiarnos de ellas, para conocernos y conocer más a los demás.

2º PRIMARIA – 7/8 AÑOS

Unidades de trabajo.

- **Reconocerme como varón o mujer**

Llevamos a la clase una silueta de una niña y un niño en goma eva. Entre todos en el pizarrón vamos anotando las diferencias que existen entre las niñas y los niños. Al contemplar y analizar lo realizado vamos descubriendo cómo nos construimos como personas sexuadas.

- **Hábitos para mantenerme saludable**

Usamos la ficha donde hay un niño y una niña dibujados y dice: Para crecer sano necesito... Ahí expresamos lo que cada uno quiera y al ponerlo en común tratamos que no quede ninguna dimensión sin contemplar: lo afectivo, lo biológico, lo social, lo trascendente (Comemos, tenemos amigos, sentimos, rezamos....)

- **Mi familia⁴**

Trabajaremos la afectividad en las relaciones vinculares, en este caso nos detendremos en la familia.

Les entregaremos una hoja y marcadores y cada uno realizará un dibujo presentando a su familia y completando la frase: "Mi familia es..."

Conocemos todas las familias, vemos que todas son distintas y valoramos cada una de ellas.

Luego los invitamos a ver en sus casas con sus familias el cuento digitalizado: "Una feliz

⁴ Ídem

catástrofe”(http://www.aulalibre.es/IMG/pdf_DOC_1_Una_Feliz_Catastr
ofe.pdf)

Enviamos en el cuaderno de clase algunas preguntas acerca de las relaciones familiares que plantea el cuento, el reparto de roles, cómo se sienten los personajes con el lugar que ocupan, etc. Lo retomamos luego en clase.

- **Mis amigos**

Dibujamos a mis amigos. ¿Cómo se llaman? ¿Qué me gusta hacer con ellos?, ¿Qué me enoja de ellos?

Conversamos. Compartimos.

Jesús tuvo amigos: les damos un dibujo infantil de Jesús y los apóstoles el cual pintan y le ponen nombre a cada uno.

3º PRIMARIA – 8/9 AÑOS

Unidades de trabajo:

- **El patio: jugamos y crecemos**

Partimos de la experiencia del patio de recreo: ¿qué hacemos en el recreo? ¿A qué jugamos?

¿Qué es lo que más nos gusta? ¿Qué cambiaríamos? y conversamos

Opciones: Escribimos nuestras propuestas para un recreo mejor.

Organizamos un recreo diferente donde todos y todas puedan jugar y divertirse.

Leemos el cuento: *Oliver Button es una nena*.

- **El origen de la vida humana: la fecundación**

Traemos los muñecos de goma eva que usamos en 2do. y volvemos a nombrar las partes del cuerpo pero ahora vamos dando nombre y ubicación a los órganos internos. Podemos hacerlo pegando sobre la goma eva los mismos y agregando como “una pancita que se abre”. Ya empezamos hablar de vagina, útero, ovarios, óvulos, espermatozoides...

Tendremos una lámina donde estén los órganos genitales femeninos y masculinos y un dibujo de la relación sexual.

Modelado en grupo del óvulo y el espermatozoide* para producir el encuentro fecundo en tercera dimensión.

Se puede profundizar y darle una dimensión trascendente deteniéndose en la maravilla del ser humano creado como único e irrepetible.

4º PRIMARIA – 9/10 AÑOS

Unidades de trabajo:

- ***Voy siendo mujer o varón: una mirada a mi historia.***

Realizamos un carné de identidad donde pongo mi foto, por qué me pusieron mi nombre, donde nací, como se conocieron mis padres....

Los varones por un lado y las chicas por otro: Miramos al otro sexo y constatamos: ¿Qué hacen? ¿De qué hablan? ¿Qué les gusta? ¿Cómo se visten?....

Se pone en común y se realiza una dinámica de intercambio.

¿Qué cosas que hacen las niñas y a mí gusta hacer? ¿Qué hacen los varones a mí me gusta hacer?

Cuestionar los estereotipos de género.

- ***Mi historia de amor. Camino a la pubertad.***

Vemos juntos el video “en el vientre materno”

<http://www.nationalgeographic.es/en-el-ventre-materno> donde reafirmamos que nuestro ser sexuado comenzó antes de nacer.

* Contenidos extraídos del programa oficial de primaria año 2008

Contemplamos la maravilla de un embrión de 11-12 semanas es perfecto, es sexuado,
Realizaremos un trabajo en taller, donde plasmar de diferentes maneras nuestra historia en tres etapas: vida intrauterina- primera infancia y etapa escolar – pubertad. Para ello los dividiremos en tres grupos:

a) La vida intrauterina: Modelamos con cerámica, barro el desarrollo del embrión- feto en el útero.

b) Primera infancia y Etapa escolar Hacemos un dibujo colectivo o varios acerca de los cambios y aprendizajes que se han ido produciendo en esta etapa. (Aprendimos a caminar, leer, socializarnos, etc...)

c) La pubertad: Elaborar un afiche por sexo.
¿Qué cambios van a ocurrir en mi cuerpo de niño, de niña en los próximos años?
Clarificamos los cambios corporales: menstruación, eyaculación, vello púbico, caracteres sexuales secundarios.
Clarificar también los cambios afectivos y sociales.

Al final hacemos una puesta en común especificando la unicidad de mi historia. (Podemos traer los modelos de fecundación realizados en tercero, como punto de partida de esta historia de amor.
Agradecemos a Dios por todo lo que hemos crecido y por todas las personas que son parte de nuestra historia.

5º PRIMARIA – 10/11 AÑOS

Unidades de trabajo:

- **Prevención de situaciones de maltrato y abuso**
- **Primer acercamiento a la conceptualización de sexualidad.**
Collage. Construimos en cartulina un mural que expresa: ¿De qué hablamos cuando hablamos de que es sexualidad?

Comenzamos con los chicos un proceso de clarificación donde trabajamos con los elementos que salen y los que no estén presentes, explicitándolos.

- **Los sistemas sexuales femeninos y masculinos**

Dibujamos en el piso la silueta de un niño y una niña. La consigna es colocar todos los nombres de los órganos del cuerpo que estén relacionados con la sexualidad. Se puede habilitar a que coloquen todos los nombres con los que los conocen.

Clarificamos los nombres.

Dejamos claro que todo el cuerpo es sexuado.

a. Incluimos también lo afectivo.

b. información biológica de los sistemas sexuales. (Esto en está en el programa curricular).

- **Los sistemas sexuales femeninos y masculinos**

Canción: Mariana Ingold. "Aceptate como sos" El planeta sonoro. ¿Qué situaciones parecidas a estas ocurren entre nosotros?

Trabajamos la autoestima

Canción: mi cuerpo es solo mío. Con mi cuerpo me comunico. Es para....

6º PRIMARIA – 11/12

Unidades de trabajo:

- **"Toda mi persona está cambiando"**

Retomamos la silueta trabajada en 5º con nombres y sobrenombres y sobre ella misma representamos en ese cuerpo dónde se están dando o dónde se van a dar los cambios corporales en esta etapa y trabajan en grupo en base a 3 preguntas:

- ¿Qué cambios están ocurriendo en nuestros cuerpos, en esta etapa?
- ¿Qué nuevas funciones, posibilidades estrenamos?
- ¿Cómo nos sentimos con estos cambios?

Puesta en común aclarando dudas, inquietudes, sobre todo haciendo énfasis en la vivencia subjetiva de los cambios, su impacto en lo emocional y social (familia, amigos)

Terminamos con oración: "Jesús también fue adolescente"...

- **"Mitos y realidades"**

Elaborar en base a lo que se fue recogiendo de inquietudes, preguntas mitos en forma de puzles.

En grupos los deberán armar y responder frente a esa afirmación si es verdadera o falsa y por qué.

Se clarifican las dudas y se desmitifican los conceptos.

- **"Tengo 52.435 amigos"**

Reflexionamos acerca de las dificultades y fortalezas de la comunicación virtual.

Jugamos el juego del Programa Claves: "Antivirus"

Describimos las actitudes que colaboran con una buena comunicación y las que no

Realizamos entre todos/as una lista de ellas, utilizando el "me gusta" "no me gusta" de Facebook.

Damos gracias a Dios por nuestros amigos/as.

SECUNDARIA – DE 12 A 18 AÑOS

En este momento de la preadolescencia son “centro de interés” para los alumnos los temas referidos a la pubertad y todas las transformaciones que corresponden a esta etapa; las primeras construcciones conceptuales sobre la sexualidad; las relaciones entre sexo y género; la autoestima, el compañerismo y las relaciones familiares.

DIMENSIÓN CORPORAL

La pubertad, en cuanto período de cambios corporales y psicológicos, constituye un gran desafío en el crecimiento y una etapa compleja en la vida de los y las preadolescentes. Los importantes cambios corporales son centro de reflexión para la mayoría de chicos y chicas. Conocer las transformaciones que van a vivir o están viviendo, poder interpretar los procesos internos y externos, contribuye a mitigar los aspectos intranquilizadores que todo cambio lleva aparejado.

- **Mi cuerpo está cambiando:**
 - Conocer nuestra realidad como seres sexuados y las diferencias entre hombres y mujeres, tanto en lo anatómico como en lo fisiológico.
 - Conocer los cambios que suceden en la pubertad.

- **Ampliando mi vocabulario** (conceptualización de sexualidad)
 - Conocer el vocabulario referido a los órganos sexuales masculinos y femeninos (internos y externos), diferenciando entre el vocabulario coloquial y el técnico.
 - Tomar conciencia de cuál es el lenguaje adecuado según diversos contextos, denunciando y rechazando el lenguaje sexista, agresivo o soez.

- **Fisiología e Higiene**
 - Reforzar el conocimiento del propio cuerpo, romper tabúes y resolver dudas.
 - Conocer los nuevos fenómenos fisiológicos (menstruación, excitación sexual, eyaculaciones involuntarias...
 - Favorecer la adquisición de hábitos higiénicos.

DIMENSIÓN AFECTIVA

Además de los cambios físicos, en el paso a la adolescencia se producen también importantes, y en ocasiones problemáticos, cambios psicológicos que también es necesario acompañar.

Los seres humanos nacemos hombres y mujeres. Pero nuestra identidad personal no nos viene dada por nacimiento, sino que se construye en un proceso en el que confluyen distintos elementos: la biología, la familia, nuestro sexo, nuestra orientación sexual, los roles y estereotipos sociales, nuestra personalidad... a lo largo del tiempo y en continua evolución.

- **Cambia mi cabeza, cambia mi corazón (modos de pensar y de sentir)**
 - Identificar y tratar de interpretar emociones, estados de ánimo, atracciones y rechazo.
 - Descubrir el mundo de mis sentimientos e interpretar sus cambios.
 - Reconocer las transformaciones en mi modo de pensar sobre la realidad.

- **¿Quién soy? (Identidad personal. Identidad sexual. Identidad y roles de género)**

Respecto a la cuestión de sexo-género, hemos de considerar que el sexo hace referencia a la naturaleza, mientras que el género tiene que ver con la cultura.

Se nace con un sexo determinado, varón o mujer, mientras que el género, masculino o femenino, se adquiere a través del proceso de socialización

 - Diferenciar sexo y género.
 - Aceptar positivamente su identidad sexual.
 - Percibir la influencia social en la construcción del género.
 - Empezar a analizar críticamente los roles de género.

- **Me quiero mucho**

Todas las cualidades y habilidades son importantes para construir nuestra identidad personal.

- Reconocer las cualidades, capacidades y habilidades de cada persona
- Fomentar el amor así mismo y la aceptación personal.

DIMENSIÓN SOCIAL

Aprender a establecer relaciones equilibradas, respetuosas y solidarias con las demás personas en diferentes situaciones constituye un proceso esencial en la maduración afectiva de las personas.

- **Nos tratamos bien... compañeros**

- Apreciar la importancia de los valores y actitudes necesarias para el compañerismo y las relaciones de convivencia en general.
- Desarrollar capacidades de autorregulación para la convivencia
- Asumir posicionamientos internos y conductas que nos permitan vivir libres de situaciones de acoso y violencia.

- **Y la familia... ¿bien?**

La familia es "condición de posibilidad" para la existencia y el desarrollo de la persona. Lo que damos y nos aporta la familia es mucho más que las cosas materiales. Todas las personas de la familia tienen que responsabilizarse de todo lo que contribuye a una "buena vida" familiar.

- **Corresponsabilidad**

- Valorar la importancia que la familia tiene en nuestro desarrollo personal.
- Establecer relaciones familiares positivas y valorizar comportamientos que fomenten el cariño y la ternura, analizar los comportamientos.
- Estimular la corresponsabilidad en las tareas y actitudes que, en el hogar, facilitan y mejoran la vida de todos los miembros de la familia.

- **Diversidad familiar**

- Reconocer que hay distintos tipos de familias y que todas son igual de importantes.
- Aceptar que todas las personas son muy importantes en la familia y que cada una tiene mucho que aportar a ella.

UNIDADES DE TRABAJO:

Las cosas por su nombre

- Separados por pequeños grupos por sexo, dibujo en papelógrafo un niño y un hombre, una niña y una mujer
- Puesta en común, conversamos y clarificamos los cambios corporales de esta etapa
- Mencionamos y completamos el significado de algunas palabras
- ¿Cómo me siento en esta etapa? Lo explico por escrito.
- Puesta en común, clarificamos cambios emocionales .
- Oración : lectura del Génesis Gen 2, 4-7

Yo estoy cambiando

- Completamos la ficha personalmente, que da cuenta de algunos cambios que está viviendo el adolescente
- Puesta en común
- Momento de oración y agradecimiento por la aventura de crecer. (Lc. 2, 40)

Dios nos hizo maravillosos/as ... aunque a veces nos cueste creerlo

- Motivamos a mirarnos con buenos ojos
- Invitamos a completar la ficha (insistimos, convencemos , a veces cuesta "mirarse con buenos ojos")
- puesta en común, de algún aspecto
- trabajo de expresión, con diferentes materiales, hacer una tarjeta de felicitación para uno mismo

DIMENSIÓN CORPORAL

La sexualidad es una dimensión de la persona, que apunta al encuentro, la comunicación interpersonal profunda y plena, la vinculación afectiva. En su vivencia y realización trae consigo dos importantes regalos para nuestra vida: el placer, la fecundidad...

Al llegar a la pubertad y a la adolescencia, nuestro cuerpo cambia y aparecen diversas manifestaciones corporales, psicológicas y afectivas de dicho cambio, lo que, entre otras muchas cosas, nos da idea de que empieza nuestra edad adulta. Ante determinadas situaciones, aparece el deseo sexual, que no es nuevo, pero que es distinto a lo que pudimos haber sentido antes.

- **Cuerpo y deseo: sensaciones, sentimientos, emociones (La respuesta sexual)**

Las personas tenemos capacidad de regular nuestro deseo sexual. Éste puede ser satisfecho, aplazado u olvidado, dependiendo de la situación. Las relaciones sexuales se han de ir dando en el marco del amor, desde las necesarias condiciones de madurez, conocimiento, libertad y responsabilidad.

- Identificar las reacciones corporales de deseo y excitación sexuales.
- Reflexionar y discernir las diferentes alternativas que se pueden dar al deseo sexual.
- Presentar y proponer con claridad la sexualidad como lenguaje del amor.
- Orientar la atracción, el deseo y la respuesta sexual en el marco del amor interpersonal, aportando criterios claros de discernimiento

- **La reproducción humana**

- Conocer la reproducción humana y relacionarla con la madurez personal y la responsabilidad.
- Aclarar dudas, falsas ideas y mitos sobre la concepción y el embarazo.

DIMENSIÓN AFECTIVA

El desear y el gustar tienen vinculaciones importantes con nuestra autopercepción tanto corporal como psicológica. De ahí que la autoestima sea un núcleo central en la construcción de la propia personalidad.

Por lo que se refiere a la construcción de autoimagen positiva, debemos tener en cuenta la presión que ejercen los estereotipos socio culturales, el peso de lo externo, el predominio de la belleza física como responsabilidad para las chicas... en la vivencia subjetiva de éxito o fracaso, de aceptación o rechazo que impacta en los y las adolescentes. La autoestima no puede depender de la cercanía o lejanía a un modelo impuesto.

Queremos contribuir a que, ellas y ellos, amplíen el número de consideraciones a tener en cuenta en la construcción de la propia imagen, como son las relaciones con las demás personas, la responsabilidad y el éxito en los estudios, la capacidad de ponerse metas , los logros personales...

- **Mis señas de identidad (cuestionario de personalidad)**
 - Identificar y apreciar las distintas dimensiones y características de mi personalidad
 - Desmitificar la preponderancia que se da al aspecto físico.
 - Valorar la importancia de distintos factores que contribuyen a la construcción de mi personalidad.

- **Lo que dicen de mí**
 - Saber cómo nos ven las demás personas.
 - Descubrir, que a veces, cómo se ve cada cual no se parece en nada a cómo te ven los demás.
 - Reflexionar acerca de nuestra dependencia de la opinión de las demás personas.
 - Descubrir en uno mismo cualidades positivas que antes no valoraba como tales.

- **En busca de la belleza: la belleza “en serie” – la belleza “en serio”**

- Reflexionar sobre la imagen propia y discernir estereotipos de belleza, de éxito etc.
- Potenciar una actitud de respeto por uno mismo.
- Reconocer y jerarquizar los elementos que quiero que formen parte de un “modelo propio” de belleza.
- Ponderar el papel que juega la imagen en nuestras relaciones y situaciones cotidianas.
- Incentivar y fortalecer la asertividad para ser “yo mismo/a”

DIMENSIÓN SOCIAL

En la adolescencia es muy importante la pertenencia a un grupo. La necesidad de sentirse aceptado o aceptada por los iguales es muy fuerte y se traduce en la formación de grupos que pueden ser cerrados. Entre sus miembros se establecen unos lazos de cohesión que suelen implicar la exclusión del que no pertenece al grupo, el que no “encaja” porque es diferente. En ocasiones el rechazo se manifiesta de forma muy evidente e incluso cruel.

- **Igualmente personas aunque no personas iguales-**

- Reflexionar acerca de la diversidad y cómo afecta a la manera de tratarnos.
- Reflexionar sobre las causas y consecuencias de la exclusión.
- Aprender a ponerse en el lugar del otro.
- Posicionarse ante una situación injusta y desvelar por qué no se actúa.

- **El tesoro escondido: la amistad**

- Reflexionar sobre qué es la amistad y cómo debe comportarse un verdadero amigo o amiga.
- Aprender a reconocer situaciones o comportamientos que pueden hacerse pasar por amistad pero que en realidad no lo son.

UNIDADES DE TRABAJO:

Jornada Taller

¿La belleza en serie? La belleza en serio

Conectamos con talleres, jornadas o intervenciones del año anterior.
¿Qué recuerdan? ¿Qué hicimos? ¿Qué les quedó?

Retomamos conceptos de tabú, vergüenza, lo que digo, cómo lo digo
Juego repaso conceptos fisiológicos destacados (puede ser con un juego de preguntas y respuestas, ej, Trivia de Sex educa.)

Agrupados por sexo:

- Cada grupo hace una lista describiendo el chico ideal y la chica ideal.
- Puesta en común.
- Problematizamos, cuestionamos modelos, prejuicios, estereotipos.
- Contrastar con datos de la realidad próxima; comparar con personas y parejas conocidas en el ámbito doméstico o vecinal.
- Brindar información relativa a las características fisiológicas y los sentimientos asociados a la misma (1º menstruación, 1º eyaculación, incomodidad, placer). Conectamos estas con la construcción de la propia persona sexuada.

Trabajo personal:

- Exploramos y explicitamos los distintos sentimientos que esta actividad ha suscitado en cada estudiante.
- Damos la oportunidad de diálogo y encuentro.

El enamoramiento emerge con fuerza en el horizonte de estas edades. Es un estado afectivo que desata grandes emociones, fuertes expectativas y muchas veces inquietudes y temores. Otro aspecto es el referido a los sentimientos en general y su expresión.

Así mismo seguiremos trabajando sobre el deseo sexual, sus manifestaciones y su orientación.

Descubrir y aceptar el mundo de los sentimientos como parte del mundo interior propio tanto de chicas como de varones, redundará en beneficio y bienestar de todos, pues aumentará la autonomía y la capacidad de expresión y satisfacción de los y las adolescentes. Es importante fortalecer su asertividad y hacerles sentir que tienen derecho a expresar sus sentimientos y a ser escuchados, aunque en el estereotipo social pueda estar marcado como debilidad.

DIMENSIÓN CORPORAL

- **Creencias sobre la sexualidad (falsedades y verdades)**

- Identificar las falsas creencias sobre la sexualidad, las relaciones sexuales, la concepción y el embarazo, el “ser varón” y “ser mujer”, los vínculos entre drogas y sexo, etc.
- Construir conocimientos veraces y positivos

- **El deseo sexual y su orientación**

El deseo sexual humano no es una fuerza inexorable que requiera una satisfacción inmediata. Tampoco es una realidad que se pueda ignorar y reprimir.

- Desarrollar criterios adecuados para el autodomínio y la autorregulación del y los deseos.
- Presentar la castidad como un criterio de orientación del deseo sexual.
- Aprender a orientar el deseo sexual en el horizonte del amor como proyecto de comunión interpersonal.
- Identificar las falsas creencias sobre la sexualidad y el deseo sexual.
- Aceptar y respetar las diferentes formas de ser varón y de ser mujer de las personas.

- **Reproducción y responsabilidad; salud y responsabilidad.**
 - Adquirir los necesarios conocimientos relativos a la concepción y la anticoncepción.
 - Informar sobre las Enfermedades de Transmisión Sexual a fin de generar conductas responsables y preventivas.
 - Aportar criterios de discernimiento sobre salud sexual y reproducción desde nuestra visión cristiana.

DIMENSIÓN AFECTIVA

Relaciones afectivas y sexuales...

Adquiere especial importancia en este momento del desarrollo afectivo sexual de los y las adolescentes fomentar el análisis crítico de los modelos afectivos y sexuales predominantes en nuestra sociedad y reflexionar con ellos sobre qué modelo de relaciones son las que quieren establecer y construir.

El enamoramiento emerge con fuerza en el horizonte de estas edades. Es un estado afectivo que desata grandes emociones, fuertes expectativas y muchas veces inquietudes y temores. Para los y las adolescentes, al igual que para el resto de los seres humanos, es una cuestión seria y nunca debemos restarle importancia o banalizarla, pues sería despreciar su manera de sentir y, en definitiva, su persona. Es de suma importancia tratar de acompañar, para, desde el acompañamiento poder, si es necesario, y siempre desde el respeto, desdramatizar y paliar situaciones dolorosas.

- **Sensatez y sentimiento (de la cintura para arriba)**

Descubrir y aceptar el mundo de los sentimientos como parte del mundo interior propio tanto de chicas como de varones, redundará en beneficio y bienestar de todos, pues aumentará la autonomía y la capacidad de expresión y satisfacción de los y las adolescentes. Es importante fortalecer su asertividad y hacerles sentir que tienen derecho a expresar sus sentimientos y a ser escuchados, aunque en el estereotipo social pueda estar marcado como debilidad.

- Explorar, reconocer y aceptar el mundo de mis sentimientos.
- Desarrollar habilidades de comunicación de mi mundo afectivo.

- **¿Cómo digo “te quiero”? Enamorarse y amar.**

Podemos aproximarnos a una definición del estado de enamoramiento como aquella situación en la que una persona siente gran atracción física y psicológica por otra, lo que le hace pensar siempre en ella y querer pasar con ella el mayor tiempo posible. El conocimiento de esa persona nos irá diciendo si nos gusta cómo actúa, cómo piensa, cómo se comporta con nosotros y, en definitiva si nos conviene seguir con ella. Lo mismo le ocurrirá a ella.

- Aprender a acercarse a las personas que nos resultan atractivas.
- Desarrollar habilidades de relación.
- Aprender a vivir y expresar el enamoramiento.
- Desdramatizar el hecho de no ser correspondido.

- **El amor como proyecto: alteridad, intimidad, pasión y compromiso.**

- Descubrir el amor como proyecto que hundiéndose su raíz en los sentimientos, los trasciende.
- Trabajar los componentes del amor: alteridad, intimidad, pasión y compromiso.
- Ofrecer una visión cristiana del amor y de su sacramentalidad.

DIMENSIÓN SOCIAL

- El buen trato: detectando la violencia, la exclusión, la intolerancia...
- El buen trato: detectando el sexismo, la homofobia...
- El buen trato: las relaciones interpersonales y las tics.

UNIDADES DE TRABAJO:

Tenemos en cuenta que el programa de tercero de biología incluye temáticas específicas de sexualidad y sería conveniente coordinar con el docente de la materia.

Clarificamos mitos, reflexionamos y problematizamos acerca de las motivaciones que llevan al “debut sexual”. (siempre desde una perspectiva de género y promoviendo la comunicación asertiva)

Clarificamos conceptos acerca de la respuesta sexual humana .

Promovemos espacios que permitan un contacto directo con las emociones y sentimientos que este tema me genera.

“Cómo me sentí la primera vez que...”

Poner 4-5 papelógrafos por todo el salón, con las preguntas

“¿Cómo me sentí la primera vez que

... anduve en bicicleta”?

... hice un escrito?

... anduve solo en ómnibus?

Centramos la reflexión en los sentimientos y emociones que se despiertan en nosotros las primeras veces que hacemos algo.

Puesta en común

Introducimos “la primera vez sexual”, haciendo explícito el entorno afectivo que la acompaña. Hacemos hincapié en la importancia de la decisión, de estar informado para ser más libre, etc...

Trabajo en grupos.

PRECONCEPTOS : “primera vez”

Ejemplo: “la primera vez siempre duele”, la primera vez no quedás embarazada” ”la primera vez tiene que ser con alguien que te enseñe” “la primera vez es horrible” ”la primera vez es maravilloso” etc.

Armaremos tantas frases como grupos necesitamos conformar

Cada frase la recortaremos en piezas de puzle según la cantidad de integrantes de cada equipo.

Repartimos las piezas, el equipo se encuentra, arma su frase y realiza un pequeño diálogo para argumentar la veracidad o no de la misma.

Compartimos en plenario las frases y clarificamos los conceptos que sean necesarios.

- Miramos el corto “Deben ser los nervios” de Unicef
- En equipo encontrar un final a la situación planteada o representar el posible final del video en una dramatización.
- Conversamos, profundizamos acerca de los planteos y estrategias que se manejaron en cada final.
- Orientamos hacia la asertividad como la mejor forma de comunicación. Valorar en cada final cuán libres y responsables fueron las personas implicadas.

DIMENSIÓN CORPORAL

Somos sexuados... (vivir la sexualidad)

- Desterrando mitos
- Siempre hay una primera vez... condiciones para una sexualidad “de calidad” humanizante y humanizada; personalizante y personalizada.
- Asertividad: “sí, sí”; “no, no”
- Relaciones sexuales y responsabilidad (salud sexual y reproductiva)
- ¡Es el amor! (alteridad, intimidad, pasión y compromiso)

DIMENSIÓN AFECTIVA

Construyo mi identidad... (aprendiendo a conocerme y a quererme)

- Esa libertad que peleamos... Procesos de toma de decisiones.
- Quien tiene un proyecto... se quiere
- Las grandes búsquedas: quién soy; quién quiero ser; con quién quiero ser; para quién quiero ser.
- El tiempo de los “intentos” (ideales, sueños proyectos)... “Turbulencias” en el viaje (crisis, angustias, dudas...)

DIMENSIÓN SOCIAL

- Integración y diversidad... hablar, hablar, hablar... La buena comunicación.
- No a las presiones...

¿Y la familia?... bien gracias.

- La familia: origen y destino
 - Ser parte afectiva y efectivamente.
-

UNIDADES DE TRABAJO:

Introducimos la definición de mito diferenciando el relato tradicional basado en antiguas creencias de diferentes comunidades de la afirmación errónea que se toma como verdad cultural.

Presentamos algunos **Mitos y realidades sobre la sexualidad** .

Trabajo grupal:

Se forman grupos de chicos y chicas. Se les entregan los mitos sin las explicaciones y se le pide que señalen cuales son mito y cuales realidades. Se les puede también que planteen otros mitos que existen entre los jóvenes o adultos.

Puesta en común.

Van socializando lo trabajado en los grupos y vamos interviniendo para ir aclarando y enfocando los temas que se plantean en las dimensiones corporal, afectiva, y social en el Itinerario (pag.38 del Itinerario)

Presentar la **Canción** Solo el amor de Silvio Rodríguez

Análisis grupal de la canción

Trabajo personal , de creación y modelado en barro mientras voy reflexionando:

¿A quién amo?

¿Por quién me siento o me he sentido amado?

Escribo nombres en hojitas de papel y en torno a ellos hacemos nuestra

Oración final dando gracias a Dios por todos esas personas a las que amamos y nos aman.

5º y 6º DE LICEO – 16 a 18 AÑOS

En esta etapa, como siempre, se retoman en general todas las temáticas anteriores.

En el espiral de crecimiento vamos dándole distintas connotaciones y profundidad tomando en cuenta la vivencia que los jóvenes tienen a esta edad y el horizonte que se les plantea.

DIMENSIÓN CORPORAL

Sistemas sexuales:

- Fisiología
- Embarazo. Parto
- Respuesta sexual
- Planificación familiar- Método anticonceptivos

DIMENSIÓN AFECTIVA

- Dimensión de la pareja: Proyecto de vida
- La comunicación asertiva.
- Amor y enamoramiento.
- El lugar del placer y el placer como lugar.

DIMENSIÓN SOCIAL

- Prevención de la violencia en las relaciones de pareja.
- La seducción, la erotización del vínculo y los límites.
- ¿Ser o parecer? Construcción de la Identidad.
- Construcción de la persona sexuada: Ser varón. Ser mujer. Diversidad sexual.
- Derechos sexuales y reproductivos.
- Embarazo adolescente.
- Pornografía, erotismo y medios de comunicación

- La persona: templo de Dios.
- La castidad: una dimensión humanizante.
- El celibato: un camino posible

INDICE

PLAN DE EDUCACIÓN SEXUAL DESDE UNA PERSPECTIVA CRISTIANA ITINERARIO DE EDUCACIÓN SEXUAL

PRESENTACIÓN

ALGUNOS CRITERIOS METODOLÓGICOS

NIVEL INICIAL – DE 2 A 5 AÑOS

2 Y 3 AÑOS

4 AÑOS

5 AÑOS

PRIMARIA – DE 6 A 12 AÑOS

1º PRIMARIA – 6/7 AÑOS

2º PRIMARIA – 7/8 AÑOS

3º PRIMARIA – 8/9 AÑOS

4º PRIMARIA – 9/10 AÑOS

5º PRIMARIA – 10/11 AÑOS

6º PRIMARIA – 11/12

SECUNDARIA – DE 12 A 18 AÑOS

1º DE LICEO – 12/13 AÑOS

2º DE LICEO – 13/14 AÑOS

3º DE LICEO – 14/15 AÑOS

4º DE LICEO – 15/16 AÑOS

5º y 6º DE LICEO – 16 a 18 AÑOS