



Educación afectivo sexual



Relaciones en igualdad



Educación afectivo sexual

AFECTOS, CUERPO, SENTIMIENTOS, DESEOS, MOCIONES,...

RELACIONES EN IGUALDAD.

Todas las personas, somos sexuadas, tenemos un cuerpo sexuado que nos permite pensar, entender, expresar, comunicar, disfrutar, sentir y hacer sentir. La sexualidad es la forma en la que cada cual expresa, comunica, siente, íntima, da y recibe placer con la palabra y los cinco sentidos de su cuerpo sexuado. La sexualidad es, por lo tanto, algo más que una dimensión de la persona: es algo que somos. De ahí que favorecer el desarrollo sano y placentero de la sexualidad sea favorecer el desarrollo integral de una persona.

La educación afectiva y sexual, por lo tanto, representa un aspecto de gran importancia en la formación integral de niñas y niños.

La necesidad física y afectiva de tocarnos, de darnos placer y de intimidad nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos. Pero las personas tenemos distintas sensibilidades y no nos gustan las mismas expresiones de afecto; por eso es necesario adquirir la capacidad para escuchar y escucharnos, reconocer qué queremos y qué no queremos, qué nos gusta y qué no nos gusta, hacer y disfrutar como queremos y sentimos sin hacer ni hacernos daño.

Las niñas, niños, adolescentes y jóvenes tienen derecho a una educación rigurosa, objetiva y completa a nivel biológico, psíquico y social, entendiendo la sexualidad como comunicación humana y fuente de salud, placer y afectividad.

Si pretendemos construir una sociedad en la que mujeres y hombres podamos convivir en igualdad y sin discriminaciones, así como lograr unas relaciones personales comunicativas, placenteras, igualitarias, responsables y libres, tenemos que proporcionar al alumnado una educación afectiva y sexual de calidad, pues la ausencia de ésta no sólo influirá en el desarrollo personal sino que también impedirá transformar las bases sociales para favorecer la construcción de una sociedad más igualitaria.

La educación sexual, como hemos dicho, nos ayuda a crecer como personas, pero si nos centramos sólo en lo biológico estaremos negando la posibilidad de construir una personalidad sana y de modificar aquellas ideas que, en muchos casos, están cargadas de prejuicios y estereotipos sexistas.

Por todo ello, la siguiente unidad didáctica versa sobre educación afectivo sexual. Desde STEE-EILAS queremos hacer un llamamiento para trabajar en las aulas la educación afectivo sexual que, entre otros objetivos, permita sentir y experimentar el gusto de vivir el cuerpo, las relaciones, los afectos sin violencia y con placer.

Hemos clasificado las actividades en función de niveles pero, como siempre, os animamos a adaptarlas a vuestro alumnado.

Para finalizar, en esta unidad se trabajan principalmente el conocimiento del cuerpo y las relaciones, en las actividades del comienzo tendrán protagonismo el conocimiento del cuerpo y en las siguientes las relaciones.



Educación afectivo sexual

PUNTO DE PARTIDA

El punto de partida, como siempre, puede ser un cuento (“Ni un beso a la fuerza”...), una película, algo que haya ocurrido, el cartel de STEE-EILAS... Teniendo en cuenta el tema, se elige el más adecuado para la clase.

OBJETIVO GENERAL

- Aprender a vivir con placer el cuerpo y las relaciones, teniendo en cuenta los deseos propios y los de las otras personas, para tener vivencias afectivo sexuales de calidad.

OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Conocer y usar algunas normas básicas de convivencia basadas en la igualdad, respeto y la responsabilidad, para desarrollar relaciones de igualdad.
- Conocer el propio cuerpo, teniendo en cuenta los cambios que se dan, para aceptarse a sí mismo/a.
- Darse cuenta de las diferencias físicas entre ellos/as y las personas adultas, viendo algunos ejemplos, para aceptar a los/as demás como son.
- Aceptar el cuerpo como fuente de comunicación, sensaciones, placer y afecto, experimentándolo así, para darnos cuenta de que el cuerpo no es algo que tengamos sino algo que somos.
- Desarrollar una afectividad sin estereotipos de género, haciendo sitio al afecto, emociones y sentimientos, para construir relaciones de igualdad.
- Entender la sexualidad como modo de relación, comunicación, afectividad y placer entre las personas, para desarrollar una vida sexual saludable y responsable.
- Darse cuenta de la importancia de expresar los deseos y sentimientos propios, trabajando las capacidades que ayudan a expresar sentimientos, afectos, deseos... para tener vivencias afectivo-sexuales positivas.

COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia para la autonomía e iniciativa personal.

CONTENIDOS

- Desarrollo de la competencia para trabajar la expresión de sentimientos y la comprensión.
- Desarrollo de la competencia para tener en cuenta los puntos de vista de los demás.
- Desarrollo del hábito de participar, cooperar y la solidarizarse.
- Valoración positiva de los papeles que cumplen en las relaciones afectivo-sexuales las comunicaciones, afectos, compromisos, atracciones...
- Respeto hacia los demás.
- Valoración crítica de las conductas discriminatorias.
- Opciones sexuales: comunicación, afecto, placer...
- Cambios físicos.
- Elementos para las relaciones interpersonales: emociones, compromisos, ayudas, cooperación, afecto...



Educación afectivo sexual

ACTIVIDADES

ACTIVIDADES PARA TRABAJAR CON EL CARTEL.

Material: Cartel de STEE-EILAS , pizarra, post-it, diccionario.

Tiempo: Una o dos sesiones.

Agrupamiento: Individual, pequeños grupos o gran grupo.

Descripción:

- 1.- Se colocará el cartel de STEE-EILAS en la pizarra y se repartirá 5 post-it al alumnado.
- 2.- La/el maestra/o leerá todas las palabras una a una, después de decir que hay que apuntar el significado de cada palabra en un post-it.
- 3.- Los alumnos y alumnas, en pequeños grupos, analizarán los diferentes significados y redactarán un significado de cada palabra.
- 4.- En gran grupo se pondrán en común todos los significados y se compararán con los que aparecen en el diccionario.
- 5.- Los alumnos y alumnas deberán pensar en qué situaciones se dan los afectos, sentimientos, deseos, emociones...
- 6.- La/el profesora/o impulsará el debate sobre el significado del cartel, subrayando la importancia de las relaciones de igualdad para vivir en igualdad.

E.I y primer ciclo de E.P

1. "YO SOY...".

Material: Fotos, espejo, papel y lápiz.

Tiempo: Dos o tres sesiones.

Agrupamiento: Individual, gran grupo.

Descripción:

- Observar cómo son mirándose en un espejo, fotografía... y realizar una descripción oral o escrita del propio cuerpo.
- En círculo, decir lo que más les gusta del compañero o compañera de la izquierda.
- Individualmente, hacer un dibujo del propio cuerpo (cómo se ven a sí mismos/as).
- Comentar los trabajos realizados y agruparlos formando un libro de "Cómo se ven los niños y las niñas de la clase".



Educación afectivo sexual

2. “SOMOS DIFERENTES”

Material: Revistas, tijeras, papel de embalar, pegamento.

Tiempo: Una o dos sesiones.

Agrupamiento: Grupos pequeños y gran grupo.

Descripción:

- Traer a clase diferentes revistas, cómics..., y recortar fotos de personas: altas, bajas, flacas, gordas, rubias, de diferentes razas...
- Confeccionar murales con los diferentes recortes.
- Comentar el hecho de que todas las personas somos diferentes, pero esto no implica que unas sean mejor que otras. Se puede unir con la actividad anterior (todos y todas de la clase somos diferentes).
- A partir del comentario, escribir frases alusivas en los murales.

3. ESQUEMA CORPORAL

Material: Pizarra.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Gran grupo.

Descripción:

- Ocupando todo el espacio de la sala movemos parte por parte todo el esquema corporal: primero todos los dedos de cada mano, luego las muñecas, los brazos, antebrazos, hombros, espalda, torso, caderas, músculos de la cara, las piernas, así hasta poner todo el cuerpo en movimiento. Son movimientos acumulativos.
- Después de tomar conciencia del cuerpo, hacer una lista de las cosas que se pueden hacer con él. Hacer una lista de lo que podemos sentir: hambre, placer, dolor...
- Dramatizar las acciones que hayan salido.

4. EL RINCÓN DE LOS MASAJES

Material: Material para el rincón (cojines, muñecos, pelotas suaves, plumas, trozos de ropa, etc.), cada material se guardará en una caja.

Soporte visual con ejemplos de hacer masajes sencillos.

Agrupamiento: Grupos pequeños.

Descripción: Se establecerá un espacio, un rincón, en el que los niños y las niñas de forma autónoma puedan visitarlo cuando tengan necesidad de ello.

Cada uno de los materiales de este rincón se irá presentando por separado al grupo y enseñando su utilidad para el rincón. Al inicio se establecerán turnos para que los niños y las niñas se familiaricen con el rincón y posteriormente puedan ir con cierta autonomía. Pueden ir solos o bien en parejas para realizar la actividad de masajes. En el suelo de este espacio se pueden poner cojines o alguna alfombra para que sea un espacio más acogedor.



Educación afectivo sexual

5. TABLA DE FELICITACIONES, CRÍTICAS Y PROPUESTAS

Material: Papel de embalar

Tiempo: Las asambleas se pueden hacer semanalmente; empezando por las felicitaciones.

Agrupamiento: Gran grupo.

Descripción: En un lugar visible de la clase, colocaremos una tabla con tres columnas: felicitaciones, críticas y propuestas. En infantil podemos poner un dibujo de una cara que exprese agrado y otra de desagrado. Con ayuda de la profesora o profesor, se recogerán las situaciones que nos hacen sentir bien y se anotarán en la columna correspondiente. Al lado de cada situación se puede poner el nombre del componente del grupo. Haremos lo mismo con las situaciones que nos desagradan o con las propuestas de solución de conflictos.

Cuándo: Podemos hacer esta actividad semanalmente en la asamblea; empezaremos con las felicitaciones.

6. LECTURA DE IMÁGENES.

Material: Fotos, dibujos.

Tiempo: El tiempo necesario para trabajar las situaciones.

Agrupamiento: Grupos pequeños y gran grupo.

Descripción:

- Traer a clase imágenes (fotos, dibujos, diapositivas, láminas...) de distintas situaciones que se quieran trabajar con el alumnado: Afecto, conflicto, colaboración, abusos sexuales, marginación.
- Formar pequeños grupos y repartir las imágenes.
- Trabajar en días diferentes cada una de las situaciones a través de:

Comentar: Lo que se ve en la imagen, si les gusta o no, si han visto situaciones similares, ¿Qué hacer ante las distintas situaciones?

Dramatizar: Situaciones similares en el caso de las agradables, cómo actuar ante las desagradables, aprender a decir sí o no, aprender a pedir ayuda, aprender a colaborar.

Realizar un dibujo o pegar las imágenes en murales y escribir al lado las conclusiones extraídas.



Educación afectivo sexual

7. SESIÓN DE JUEGOS

Material: Música para bailar.

Tiempo: Una o dos sesiones.

Agrupamiento: Gran grupo y pequeños grupos.

Descripción: Después de la sesión de juegos, se hará una puesta en común sobre que es lo que más/menos les ha gustado, como se han sentido, con quien se han relacionado....

Juegos de cooperación

El nudo

En círculo y con los ojos cerrados, se va hacia el centro con las manos en alto. Allí, con cada mano se toman otras manos y se van enredando. Cuando todos los niños y las niñas están cogidos de la mano intentan desenredarse sin soltarse. Puede haber algunas personas externas al grupo que ayuden, diciendo lo que puede hacerse para deshacer el nudo.

Abrazos musicales cooperativos

Una música suena, a la vez que los participantes danzan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra.

Cuando la música continúa, los participantes vuelven a bailar. La siguiente vez que la música se detiene se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar a un gran abrazo final.

Juegos de cohesión y confianza

El viento y el árbol

Una persona se sitúa en el centro y cierra los ojos. Sus brazos penden a lo largo de su cuerpo y se mantiene en actitud erguida, para no caerse. El resto de participantes, que forman un círculo a su alrededor, la hacen ir de un lado para otro, empujándola y recibéndola con las manos. Al final del ejercicio es importante volver a poner a la persona en posición vertical, antes de abrir los ojos.

Juegos de autoestima y afirmación

Juego del foco

Grupos de 6 personas. A cada persona se le reparte un papel. En cada grupo cada miembro ha de ser protagonista durante 2 ó 3 minutos, situándose en el centro. Mientras que está en el centro, el resto de las personas del grupo escriben en el papel una cualidad positiva que observen en la persona que hace de foco. Cortan la franja de papel con la cualidad escrita y se la dan. Así hasta que todas las personas hayan sido foco. Después en cada grupo se comentan las "constelaciones de valores positivos" de cada cual.

Esto es un abrazo

Se sientan en círculo. La persona que comienza (A) dice a la de su derecha (B) "esto es un abrazo" y le da uno. B pregunta "¿un qué?" y A le responde: "un abrazo" y se lo vuelve a dar. Luego B dice a C (la de su derecha): "esto es un abrazo" y se lo da. C pregunta a B: "¿un qué?" y B le pregunta a A: "¿un qué?". A contesta a B: "un abrazo", y le da uno. B se vuelve a C y le dice: "un abrazo", y se lo da. Así sucesivamente. La pregunta "¿un qué?", siempre vuelve a A, quien dará de nuevo los abrazos. Simultáneamente A manda por su izquierda otro mensaje y gesto: "esto es un beso" y se lo da, siguiendo la misma dinámica.



Educación afectivo sexual

E.P Tercer ciclo y E.S

1. MI CUERPO CAMBIA

Materiales: Fotos.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Grupos pequeños y gran grupo.

Descripción:

1. Se divide el grupo en grupos pequeños.
2. Se reparten en cada grupo fotos o dibujos en los que aparezcan personas de diferentes edades, niños y niñas, jóvenes y adultos. (se puede pedir al alumnado de antemano que lleve fotos y dibujos).
3. En grupos pequeños se comentarán los cambios físicos que se dan en la adolescencia.
4. En gran grupo se comentarán dichos cambios. Se nombrará un secretario o secretaria que escribirá en la pizarra cuáles son las diferencias principales según la edad en las chicas y en los chicos.

2. ¿A QUIÉN ME GUSTARÍA PARECERME?

Material: Fotos, papel, lápiz, pizarra.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Individual, gran grupo.

Descripción: El alumnado llevará a clase fotos de famosos o famosas a los que les gustaría parecerse y pondrán por escrito el por qué de dicha elección. Se recogerán los escritos y se pondrán en común. A continuación se comentarán y se compararán las características adjudicadas a las chicas y a los chicos. Se realizará la actividad anónimamente.

3. ME GUSTARÍA LIGAR CON...

Material: Papel y bolígrafo.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Grupos pequeños y gran grupo.

Descripción:

Siguiendo con la actividad anterior, esta vez dirán que persona famosa les resulta atractiva y qué es lo que más valoran en ella. Como hemos hecho en la actividad anterior, se compararán las respuestas de chicas y chicos.



Educación afectivo sexual

4. “ÚLTIMAMENTE.....”

Material: Ficha adjunta.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Individual, gran grupo.

Descripción:

1. Se pregunta al alumnado si en esta etapa se dan también cambios a nivel psicológico.
2. Se reparte la ficha “Últimamente” y se pide al alumnado que la rellene anónimamente. Sólo deberán señalar si la persona que responde es chica o chico.
3. Una vez terminado, la profesora o profesor las recogerá y las irá leyendo en alto una por una.
4. Se comentarán en gran grupo.
5. Se extraerán conclusiones: ¿Cuáles son los cambios más importantes?, ¿qué diferencias hay entre chicas y chicos?

Chica o Chico
ULTIMAMENTE....
Últimamente lo más importante para mí es/son..... Hace años lo más importante era
Últimamente ya no hablo en casa sobre
Últimamente no soporto que mi madre/padre me diga
Últimamente me hace ponerme colorado/a
Últimamente me da muchísimo corte que
Últimamente pierdo el control (me enfado, rabio...) cuando alguien me dice
Últimamente

Relaciones en igualdad



Educación afectivo sexual

5. ¿QUÉ ENTENDEMOS POR SEXUALIDAD?

Material: Post-it de dos colores.

Tiempo: Dos sesiones.

Agrupamiento: Individual, gran grupo.

Descripción:

1. La profesora o profesor escribirá la palabra "sexualidad" en la pizarra y repartirá post-its entre el alumnado. Sería conveniente que el color de los post-its fuera diferente según sean chicas o chicos.
2. Se pedirá al alumnado que escriba que es para ellas o ellos la sexualidad.
3. Se leerán los Post-it y se clasificarán: significados relacionados con la afectividad, con el cuerpo, el sexo...
4. Se sacarán conclusiones: ¿qué es para este grupo la sexualidad? ¿hay grandes diferencias entre el significado para chicos y chicas?
5. Se les pedirá que pregunten el significado de la sexualidad a diferentes personas: en la familia a la madre y al padre; en la escuela a una profesora y a un profesor; en el barrio a una mujer y a un hombre jóvenes, a una mujer y a un hombre mayores.
6. Se sacarán conclusiones y se compararán con las conclusiones sacadas en el grupo.

Variante de la actividad:

1. En vez de hacer una pregunta se pueden hacer varias: para ti ¿Qué es la sexualidad? ¿Para qué vale la sexualidad? ¿A qué edad aparece? ¿Dónde lo tiene el chico? ¿Y la chica? ¿Qué esperan las chicas de la sexualidad? ¿Y los chicos? ¿Qué es transexual? ¿Y travestí? ¿Y homosexual?...
2. Se sacarán conclusiones. El profesorado intentará corregir las ideas erróneas que puedan aparecer.

6. VAMOS A LIGAR

Material: Video.

Tiempo: Una sesión.

Agrupamiento: Parejas.

Descripción:

1. El profesor o profesora pedirá 8 voluntarios/as, 4 chicas y 4 chicos. Se forman 4 parejas, dos heterosexuales y dos homosexuales.
2. En cada pareja una/o de los/as dos tiene que acercarse a la otra persona. En uno de los casos de las parejas heterosexuales se acercará el chico y en el otro la chica.
3. Cada pareja elegirá la situación: un bar., una discoteca, una biblioteca... En todos los casos una de las personas estará sentada (puede ayudar tener una botella de agua o cualquier otro elemento que tenga a mano) y la otra se le acercará.
4. Las representaciones serán de 6 minutos.
5. El público valorará cada situación: ¿Es una situación creíble, real? ¿Lo han hecho bien? ¿Les daríais algún consejo?
6. Se pondrán todas las valoraciones en común para comentar y sacar conclusiones: ¿Cuáles son las mayores dificultades para comunicarse? ¿Qué pasa cuando no se liga? ¿Cuesta mucho decir que no? ¿Hay mucha diferencia entre chicos y chicas?
7. Las dramatizaciones se pueden grabar en video.



Educación afectivo sexual

EVALUACIÓN

Mientras se trabaja la unidad se hará una evaluación continua, utilizando entre otras, las técnicas que abajo se comentan.

Al terminar la unidad didáctica, se valorará el trabajo de los alumnos y alumnas siguiendo los criterios marcados.

Los alumnos y las alumnas también podrán hacer su auto evaluación y la de la unidad didáctica.

Al final de cada actividad se hará la evaluación de la misma, qué ha funcionado, qué no, cómo se ha organizado la clase, el tiempo, si ha estado motivado el alumnado... Todo esto, si es necesario, se adoptará para las próximas actividades, para poder cumplir los objetivos al final de la unidad.

Criterios de evaluación.

- Utiliza y conoce las normas básicas de convivencia.
- Establece relaciones de igualdad.
- Conoce su cuerpo.
- Se valora positivamente (auto concepto positivo).
- Trata a los demás con respeto.
- Se percata de las diferencias físicas.
- Se da cuenta de sus emociones y sentimientos.
- Expresa sus deseos, sentimientos y emociones.
- Entiende la sexualidad como relación interpersonal.
- Es capaz de experimentar a través del cuerpo cualquier sensación.

Técnicas de evaluación: Observación.

Instrumentos de evaluación:

- Seguimiento diario del profesorado.
- Portafolios: Constituirán la historia de cada alumno/a. En ellos se recogerán tanto las valoraciones de su trabajo como una selección de las tareas más significativas de cada uno/a.
- Trabajos realizados.

Evaluación del alumnado sobre la unidad didáctica. Guión:

- Qué es lo que más y lo que menos les ha gustado.
- Qué han aprendido.
- Qué les ha llamado más la atención.



Educación afectivo sexual



RECURSOS

- **La educación sexual en la primera infancia:** Ministerio de educación, cultura y deporte. www.migualdad.es/MUJER/publicaciones/docs/17Edusex.pdf
- **La educación sexual de niños y niñas de 6 a 12 años:** Ministerio de educación y ciencia.
- **Ni ogros ni princesas** guía web.educastur.princast.es/proyectos/coeduca.
- **Sexpresan:** Harimaguada programa interactivo para la educación sexual. www.harimaguada.org
- **Educación Afectivo-sexual en la educación infantil:** Junta de Andalucía. www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/1afectivo_sexual.php3
- **Educación afectivo-sexual en la educación primaria** Junta de Andalucía.
- **Programa de educación afectivo-sexual en la educación secundaria:** www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/3afectivo_sexualphp3
- **Sentir y pensar** Programa de educación emocional. Editorial sm. www.infantil.profes.net/inteligencia.asp
www.primaria.profes.net/inteligencia.asp
- **Ni un beso a la fuerza:** Marion Mebes; Editorial Maite Canal

Páginas web para el profesorado

- www.educarenigualdad.org
- Zubiak eraikitzen grupo de coeducación.
Blog: <http://zubiakeraikitzen.blogspot.com>
- www.stee-eilas.org