

Quérote+

fichas

PLAN PROXECTA

Curso 2021/2022

Educación sexual



XUNTA
DE GALICIA

Quérote+

fichas

PLAN PROXECTA

Curso 2021/2022 Educación sexual



XUNTA
DE GALICIA



© Xunta de Galicia. 2021. Fichas Plan Proxecta. Educación sexual. Curso 2021/2022

EDITA: Consellería de Política Social, Dirección Xeral de Xuventude, participación e Voluntariado
URL: <https://libraria.xunta.gal/gl/>

Esta obra distribúese cunha licenza CC-Atribución.Compartirigual 4.0 Espana de Creative Commons.
Para ver unha copia de licenza, visite: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

4ª ed., Santiago de Compostela
Autoría: Equipo dos Centros Quérote+

Índice

Presentación	7
FICHA 1 PRESENTACIÓN DO RECURSO QUÉROTE+	15
FICHA 2 A EDUCACIÓN SEXUAL	22
FICHA 3 A ORIENTACIÓN DO DESEXO E A IDENTIDADE SEXUAL	28
FICHA 4 O MODELO DE AMOR ROMÁNTICO	35
FICHA 5 A RELACIÓN DOS SEXOS A TRAVÉS DA TECNOLOXÍA	41
FICHA 6 CULTIVANDO HABILIDADES	47
FICHA 7 ACONCEPCIÓN E CONCEPCIÓN	53
FICHA 8 HOXE DAMOS A CLASE NÓS	57



Presentación



Presentación

FICHAS PLAN PROXECTA

Os centros educativos constitúen un espazo de socialización esencial no desenvolvemento de mozos e mozas. Un espazo no que ademais de recibir formación académica, representan un lugar de encontro para a relación co grupo de iguais, no que se forxan valores, actitudes e modelos de conduta.

A convivencia entre os sexos está recollida na regulación dos obxectivos da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato do seguinte xeito:

No Real decreto 1105/2014, do 26 de decembro, polo que se establece o currículo básico da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato, establece que a educación secundaria obrigatoria contribuirá a desenvolver nos alumnos e alumnas as capacidades que lles permitan:

- a. Asumir responsablemente os seus deberes, coñecer e exercer os seus dereitos no respecto aos demais, practicar a tolerancia, a cooperación e a solidariedade entre as persoas e grupos, exercitarse no diálogo afianzando os dereitos humanos e a igualdade de trato e de oportunidades entre mulleres e homes, como valores comúns dunha sociedade plural e prepararse para o exercicio da cidadanía democrática.
- b. Desenvolver e consolidar hábitos de disciplina, estudo e traballo individual e en equipo como condición necesaria para unha realización eficaz das tarefas de aprendizaxe e como medio de desenvolvemento persoal.
- c. Valorar e respectar a diferenza de sexos e a igualdade de dereitos e oportunidades entre eles. Rexeitar a discriminación das persoas por razón de sexo ou por calquera outra condición ou circunstancia persoal ou social. Rexeitar os estereotipos que supoñan discriminación entre homes e mulleres, así como calquera manifestación de violencia contra a muller.
- d. Fortalecer as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións cos demais, así como rexeitar a violencia, os prexuízos de calquera tipo, os comportamentos sexistas e resolver pacificamente os conflitos.
- e. Desenvolver destrezas básicas de utilización das fontes de información para, con sentido crítico, adquirir novos coñecementos. Adquirir unha preparación básica no campo das tecnoloxías, especialmente das de información e comunicación.
- f. Concibir o coñecemento científico como un saber integrado, que se estrutura en distintas disciplinas, así como concibir e aplicar os métodos para identificar os problemas nos diversos campos do coñecemento e da experiencia.
- g. Desenvolver o espírito emprendedor e a confianza nun mesmo, a participación, o sentido crítico, a iniciativa persoal e a capacidade para aprender a aprender, planificar, tomar decisións e asumir responsabilidades
- h. Comprender e expresar con corrección, oralmente e por escrito, na lingua castelá e, se a

houbese, na lingua cooficial da Comunidade Autónoma, textos e mensaxes complexos, e iniciarse no coñecemento, a lectura e o estudo da literatura.

- i. Comprender e expresarse nunha ou máis linguas estranxeiras de maneira apropiada.
- j. Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e a historia propias e as dos demais, así como o patrimonio artístico e cultural.
- k. Coñecer e aceptar o funcionamento do propio corpo e o dos outros, respectar as diferenzas, afianzar os hábitos de coidado e saúde corporais e incorporar a educación física e a práctica do deporte para favorecer o desenvolvemento persoal e social.
- l. Coñecer e valorar a dimensión humana da sexualidade en toda a súa diversidade. Valorar críticamente os hábitos sociais relacionados coa saúde, o consumo, o coidado dos seres vivos e o medio ambiente contribuíndo á súa conservación e mellora.
- m. Apreciar a creación artística e comprender a linguaxe das distintas manifestacións artísticas, utilizando diversos medios de expresión e representación.

Ao mesmo tempo o Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da educación secundaria obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia, amplía os obxectivos do seguinte xeito:

- n. Coñecer, valorar e respectar os aspectos básicos da cultura e da historia propias e das outras persoas, así como o patrimonio artístico e cultural. Coñecer mulleres e homes que realizaran achegas importantes á cultura e á sociedade galega, ou a outras culturas do mundo.
- o. Coñecer e valorar os aspectos básicos do patrimonio lingüístico, cultural, histórico e artístico de Galicia, participar na súa conservación e na súa mellora, e respectar a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e das persoas, desenvolvendo actitudes de interese e respecto cara ao exercicio deste dereito.
- p. Coñecer e valorar a importancia do uso da lingua galega como elemento fundamental para o mantemento da identidade de Galicia, e como medio de relación interpersoal e expresión de riqueza cultural nun contexto plurilingüe, que permita a comunicación con outras linguas, en especial coas pertencentes á comunidade lusófona.

O decreto galego, no seu artigo catro di:

“A programación docente debe abranguer en todo caso a prevención da violencia de xénero, da violencia contra as persoas con discapacidade, da violencia terrorista e de calquera forma de violencia, racismo ou xenofobia, incluído o estudo do Holocausto xudeu como feito histórico. Evitaranse os comportamentos e os contidos sexistas e os estereotipos que supoñan discriminación por razón da orientación sexual ou da identidade de xénero, favorecendo a visibilidade da realidade homosexual, bisexual, transexual, transxénero e intersexual.

Evitaranse os comportamentos e os contidos sexistas e os estereotipos que supoñan discriminación por razón da orientación sexual ou da identidade de xénero, favorecendo a visibilidade da realidade homosexual, bisexual, transexual, transxénero e intersexual.

Para a implementación estableceranse medidas complementarias para a mellora da convivencia, como define o Decreto 8/2015, do 8 de xaneiro, polo que se desenvolve a Lei 4/2011, do 30 de xuño, de convivencia e participación da comunidade educativa en materia de convivencia escolar, no seu artigo 24, apartado 2 di: Poderán desenvolverse, ademais, programas que supoñan a incorporación de aspectos relacionados co autoconcepto e a autoestima, a xestión pacífica de conflitos, a dinámica de grupos, traballo cooperativo, educación afectivo-sexual e a igualdade entre homes e mulleres. No decreto tamén se fai referencia ao recollido na Lei 2/2014, do 14 de abril, pola igualdade de trato e a non discriminación de lesbianas, gays, transexuais, bisexuais e intersexuais en Galicia, coa finalidade de garantir o principio de igualdade de trato e de non discriminación por razón de orientación sexual e identidade de xénero das persoas homosexuais, bisexuais, transexuais, transxénero e intersexuais no ámbito educativo. Referido ao eido educativo, respecto á sexualidade e convivencia, nos seguintes artigos:

Artigo 23. Actitudes

A Administración educativa galega, en colaboración co departamento competente en materia de igualdade, fomentará a realización de actividades dirixidas á comunidade escolar para a prevención de actitudes e comportamentos discriminatorios pola orientación sexual ou a identidade de xénero.

Artigo 24. Formación do persoal docente

Estableceranse actividades de formación para o persoal docente existente. Así mesmo, incorporárase a realidade LGTBI e os distintos modelos de familia aos cursos e másters de formación do futuro persoal docente e aos plans de estudos das titulacións de Educación Social, Maxisterio, Pedagogía, Psicoloxía e Dereito.

Artigo 25. Divulgación da realidade LGTBI entre as ANPA

A consellaría competente en materia de educación, en colaboración coas ANPA, deseñará contidos para as escolas de pais e nais relativos á realidade LGTBI e aos diferentes modelos de familia.

Artigo 26. Combater o acoso e favorecer a visibilidade

1. Estableceranse actuacións para combater o acoso escolar por razón de orientación sexual ou identidade de xénero, favorecendo a visibilidade do alumnado LGTBI e a plena normalidade das distintas orientacións sexuais e identidades de xénero. Así mesmo, informarase sobre os mecanismos de denuncia dos casos de acoso.

2. Para os efectos de favorecer a visibilidade e de integrar de forma transversal a diversidade afectivo-sexual nos centros escolares, a consellería competente en materia de educación favorecerá nos centros sostidos con fondos públicos a realización de actividades específicas próximas a datas de celebracións internacionais relacionadas co recoñecemento efectivo de dereitos a persoas lesbianas, gays, transexuais, bisexuais e intersexuais.

Para a consecución dos obxectivos formulados, vólvese fundamental elaborar estratexias socioeducativas que aborden diferentes temáticas, entre elas, a educación sexual. A sexualidade é unha condición indisociable do ser humano que nos fai únicos e particulares. Nunha etapa de cambios como é a pubertade, é importante que mozos e mozas conten coas ferramentas e instrumentos precisos que os acompañen e axuden no seu propio proceso de sexuación.

O obxectivo fundamental é que mozos e mozas aprendan a coñecerse, a aceptarse e a vivir a súa sexualidade dun xeito positivo e satisfactorio.

Esta recompilación de fichas, preséntase como un recurso de utilidade para o equipo docente, de xeito que poidan abordarse de maneira práctica, dinámica e interactiva, contidos de interese para o desenvolvemento dos mozos e mozas.

Para o desenvolvemento do programa e a posta en marcha das fichas cóntase co apoio do equipo de traballo de Quérote+. A persoa responsable e docentes implicados no desenvolvemento do programa poden poñerse en contacto co centro Quérote+ de referencia para formular as consultas e dúbidas que lle poidan xurdir para a implementación do programa.

DATOS DE CONTACTO

CENTRO QUÉROTE+	ENDEREZO	TELÉFONO
A CORUÑA	AVD. LINARES RIVAS,28 8º	981 223 913
LUGO	COMPLEXO XUVENIL LUG II, RÚA PINTOR CORREDOIRA, 4	982 241 732
OURENSE	CASA DA XUVENTUDE - RÚA CELSO EMILIO FERREIRO, 27 4º	988 231 740
SANTIAGO	RÚA RAMÓN PIÑEIRO, 19	881 997 613
VIGO	RÚA DA FERRERÍA, 41	986 095 977

Persoa coordinadora

Noa Tilve Cabada

Teléfono: 881 997 612

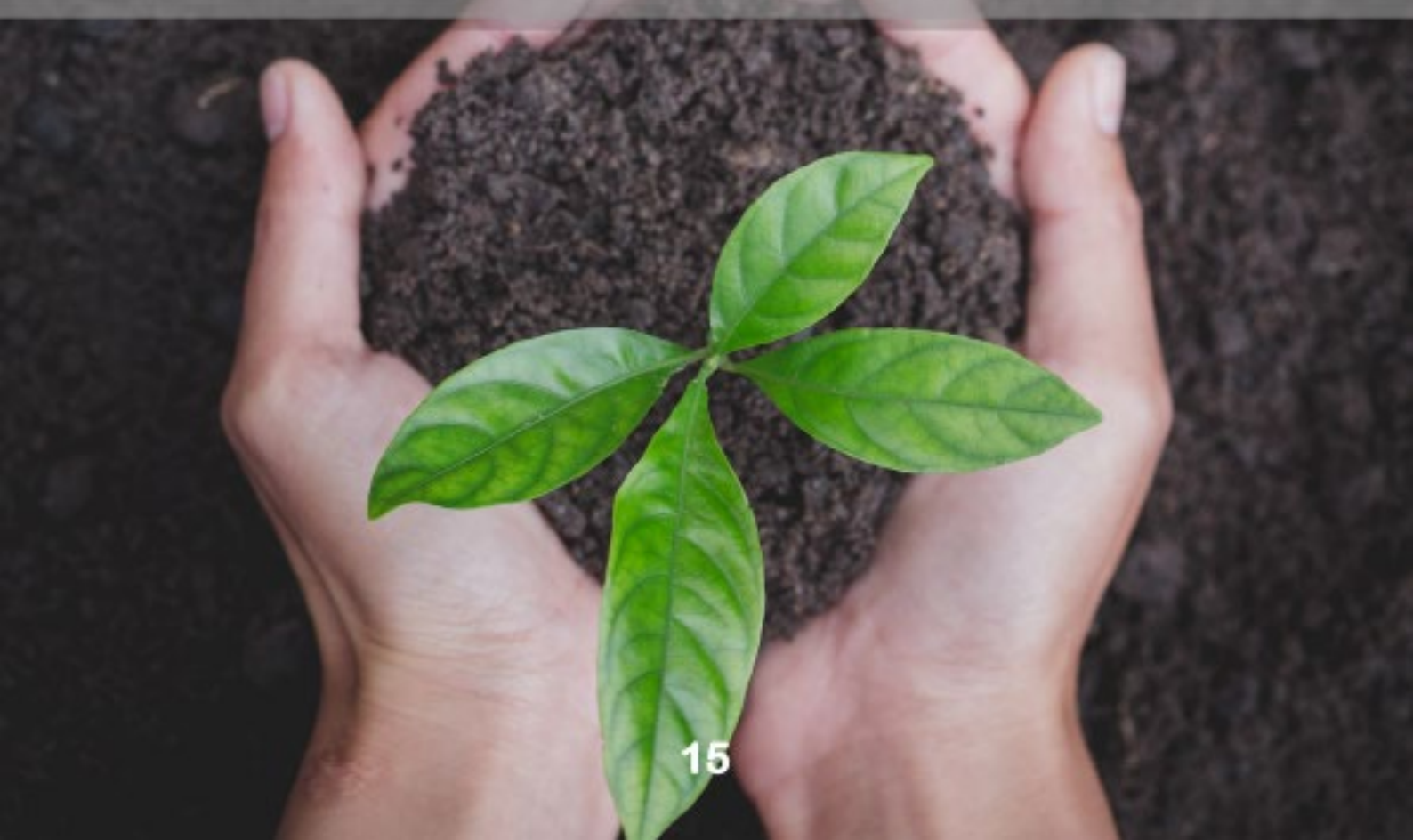
Mail: noa.tilve.cabada@xunta.gal

Agradécese o interese amosado e a implicación para o traballo coa mocidade neste tema primordial para o seu desenvolvemento persoal e social.



FICHA 1

PRESENTACIÓN DO RECURSO QUÉROTE+



FICHA 1

PRESENTACIÓN DO RECURSO QUÉROTE+

Que é Quérote+?

Os centros Quérote+ pertencentes á Dirección Xeral de Xuventude, Participación e Voluntariado son un recurso público de información e asesoramento para a mocidade. Os mozos e mozas poden realizar as súas consultas de forma confidencial e anónima ao equipo de profesionais de Quérote+ a través das diferentes vías de contacto, nas temáticas de sexualidade, prevención do consumo de substancias, convivencia, uso das TIC e imaxe corporal e autoestima

Vías de consulta:

- Consultoría presencial e telefónica

Quérote+ A Coruña	Avd. Linares Rivas ,28 8º Teléfono: 981 223 913
Quérote+ Lugo	Complexo Xuvenil LUG II, Rúa Pintor Corredoira, 4 Teléfono 982 241 732
Quérote+ Ourense	Casa da Xuventude - Rúa Celso Emilio Ferreiro, 27 4º Teléfono 988 231 740
Quérote+ Vigo	Rúa da Ferrería, 41 Teléfono 986 095 977
Quérote+ Santiago	Rúa Ramón Piñeiro, 19 Teléfono 881 997 613

- Consultoría a través da páxina web <http://xuventude.xunta.es/querote-mais>
- Consultoría a través de Whatsapp e Telegram 647 018 752
- Consultoría a través de videochamada

Obxectivos

Dar a coñecer os centros Quérote+ e o seu servizo de consultoría.

- Posibilitar o achegamento da mocidade a Quérote+ para que o teña como recurso de referencia profesional nas súas procuras de información e asesoramento

Materiais necesarios

Medios dixitais (ordenador e conexión á internet)

Desenvolvemento da actividade

Esta actividade está pensada para ser desenvolvida na aula de informática, xa que deste xeito poderán acceder aos contidos virtuais e á asesoría en liña.

O profesorado explicará os servizos que poden atopar en Quérote+ a través da súa páxina web, amosando o seguinte vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=aiYmRr_otHk, e dando as indicacións precisas para que poidan facer as súas consultas, ou de ser o caso, o profesorado fará unha pregunta a modo de exemplo para que o alumnado coñeza o mecanismo do sistema.

Asemade pode establecerse conexión vía Falemos (concertado previamente se hai dispoñibilidade) para facer unha videoconferencia cunha persoa do equipo de traballo dos centros Quérote+.

Dende a páxina principal <http://xuventude.xunta.es> aparece esta ventá cos diferentes servizos da Dirección Xeral de Xuventude, Participación e Voluntariado. Acceso directo a Quérote+ dende a pestana.



ÁREA DE CONSULTAS

Para acceder ás consultas en liña hai que premer no cadro “Formula a túa dúbida”.



FORMULARIO DE CONSULTAS

Todas as consultas son anónimas e confidenciais. Os datos solicitados no formulario son de carácter estatístico. Para realizar unha consulta é preciso cubrir os campos (que teñen asterisco) e redactar a pregunta. Ao final aparece un código que terá que ser gardado, xa que é a clave de acceso que se solicitará para acceder á resposta.




As dúbidas resolveranse nun prazo de 48 horas (sen contar fins de semana e/ou festivos). Para acceder á resposta haberá que premer no cadro “Resposta á túa dúbida” que nos levará a un novo formulario para introducir o código específico da consulta.



Indicacións metodolóxicas

- A procura de información a través da rede é unha realidade do día a día. Os contidos que figuran na internet non sempre son verídicos e científicos, polo que é importante potenciar o espírito crítico para que as achegas sexan o máis positivas e produtivas posibles e dar a coñecer recursos profesionais e científicos nos que poder consultar dúbidas. A modo de suxestión, o profesorado pode analizar co alumnado o recurso de ForoCoches, cuestionar quen está detrás desas respostas e en que medida e situacións determinadas damos por válidas esas respostas.
- O/A docente promoverá a participación activa e dinámica do alumnado, convidándoos a buscar unha información específica (cun exemplo de pregunta que lles poida interesar) e comparando as diferentes respostas atopadas. Despois pode facerse unha reflexión sobre a cantidade de fontes de información existente, a diversidade de información que se presenta, e como seleccionar unha información o máis profesional e científica posible (se é o que se procura).

A photograph of three people sitting on a stone wall, looking out over a large body of water and a mountainous landscape at sunset. The sky is a mix of orange, yellow, and light blue. The water is a deep blue-grey. The mountains in the distance are silhouetted against the bright sky. The people are seen from behind, sitting on a rough, grey stone ledge. The person on the left is wearing a white t-shirt with a dark pattern. The person in the middle is wearing a dark grey t-shirt. The person on the right is wearing a black sleeveless top and has long dark hair. She is holding a smartphone in her right hand.

FICHA 2

A EDUCACIÓN SEXUAL

FICHA 2

A EDUCACIÓN SEXUAL

A sexualidade é unha dimensión humana, un valor indisociable que nos fai persoas únicas e particulares. O proceso de sexuación é o proceso a través do cal nos imos convertendo en mulleres e homes diversos. Un proceso que abarca toda a vida da persoa e está en constante evolución.

A través da educación dos sexos, imos adquirindo ferramentas para construír os nosos propios conceptos e as respostas aos interrogantes. Constitúenas todas esas mensaxes e información que temos sobre as mulleres e os homes e as relacións que se establecen entre eles.

De todo isto podemos destacar que o obxectivo da educación dos sexos é aprender a coñecerse, a aceptarse e a expresarse de xeito que a nosa vivencia como persoas sexuadas sexa positiva e satisfactoria, por suposto tamén nesa esfera erótica que tanto preocupa.

A sexoloxía axúdanos a enmarcar teóricamente isto co feito sexual humano e as súas tres realidades; a sexuación, a sexualidade a e erótica. Somos protagonistas da nosa sexualidade, sabendo que somos persoas únicas e irrepitibles e que a sexualidade é un valor que vale a pena cultivar.

Obxectivos

- Contribuír aos procesos de sexuación de mozos e mozas dun xeito positivo
- Facilitar a posta en común e a reflexión sobre as dúbidas que poden existir respecto das prácticas eróticas e as relacións entre persoas
- Propiciar actitudes de empatía cara ás diferentes visións e formas de vivir a sexualidade

Materiais necesarios

- Folios
- Bolígrafos
- Caixa de correo

Desenvolvemento da actividade

Repártense papeis en branco e propónse ao alumnado que escriba as preguntas que queira sobre a sexualidade e os aspectos que con ela se relacionan (prácticas, relacións, diferenciación, etc,...) e se metan nunha caixa de correo. As preguntas son anónimas e en ningún momento se pedirá que se identifiquen. En caso de que non xurdan preguntas, suxeriráselle que escriban dúas palabras que para eles e elas están relacionadas coa sexualidade.

Cando as teñan escritas, recóllense e organízanse por temas para facilitar o traballo posterior do grupo (exemplos de grupos: partes do corpo, métodos anticonceptivos, infeccións de transmisión sexual, prácticas eróticas, orientación, identidade). Trátase de que cada pregunta/palabra suscite a posibilidade de reflexión do grupo. É importante que se lean todas as preguntas/palabras para que todos e todas asuman que se tiveron en conta.

Farase un resumo estruturado de todas as cuestións/palabras, para nas seguintes fichas tratar de dar resposta específica a cada unha delas. Con aquelas dúbidas/palabras nas que o/a docente precise un apoio poderán ser enviadas a Quérote+ e deste xeito tamén se potencia o recurso como clave para obter información e asesoramento.

Indicacións metodolóxicas

- É importante que se xere o debate na aula, de maneira que o alumnado poida achegar as súas impresións e sexan os protagonistas da sesión. Para iso o/a profesor/a poderá formular preguntas ou dicir palabras a modo de exemplo, buscando a reflexión e análise crítica dos alumnos e alumnas.
- As dúbidas/palabras deben ser clasificadas e ordenadas por temáticas (que o/a docente pode escoller) para ser resoltas con posterioridade, tanto na propia aula, como a nivel individual como tarefa para desenvolver fóra do centro.
- A reflexión do alumnado pode guiarse co material que se presenta como referencias bibliográficas e recursos de interese (visionar e ler previamente á posta en marcha da ficha para poder guiar o traballo na aula).

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Vídeo Educación sexual:

<https://www.youtube.com/watch?v=IcORzwnpqB8>

Vídeo “El sexo”:

<https://www.youtube.com/watch?v=BmZWSIII8c>

Guía Educación de las Sexualidades:

<http://salutsexual.sidastudi.org/es/registro/2c9391e41fb402cc011fb44118e13e67>

Otro folleto de sexualidad:

http://www.ampap.es/wp-content/uploads/2013/10/2013_10_taller_adolescente_sexualidad_folleto.pdf

Igualdade-Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional, Recursos:


<https://www.edu.xunta.gal/portal/node/26114>

Cuadernos de Orientación : Tu sexualidad

https://juventud.asturias.es/documents/49228/1284235/CO1_Tu_Sexualidad.pdf/5aabe29d-4f16-e373-abc3-4cccac2279f0

Vídeo “El primer amor. El despertar al amor y la sexualidad” - Charla para educadores de Silverio Sáez

<https://www.youtube.com/watch?v=B1tQO6iPyTI>

A close-up photograph of two young men with dark hair, smiling and kissing on the lips. They are positioned against a vibrant green background. The man on the left is wearing a blue t-shirt with a white graphic, and the man on the right is wearing a light-colored, patterned button-down shirt. The lighting is soft and warm, highlighting their faces.

FICHA 2

A EDUCACIÓN SEXUAL

FICHA 3

A ORIENTACIÓN DO DESEXO E A IDENTIDADE SEXUAL

Esta ficha baséase primordialmente na introdución de conceptos relativos á identidade sexual e á orientación do desexo, co fin de analízalos e diferenciarlos como elementos clave dentro do proceso de sexuación. O proceso de sexuación, a través do cal nos configuramos como seres sexuados, leva consigo un resultado que pode resumirse nun único adxectivo: diversos/as. A característica da diversidade toma connotacións persoais e sociais salientables ao falar de identidade, desa forma na que cada un/unha se sinta como home ou como muller ou conforme etiqueta que considere. Diversos e diversas tamén no desexo e nas formas nas que este se manifesta, resultando así un senfín de identidades, de formas diversas de sentirse, que se manifestan a través de diferentes canles.

O coñecemento desa diversidade sexual e o fomento do respecto á convivencia entre os sexos vólvese fundamental para evitar situacións de violencia e discriminación.

Obxectivos

- Potenciar a convivencia respectuosa e harmónica entre os sexos na súa diversidade.
- Contribuír á eliminación de calquera tipo de discriminación por cuestión de identidade e/ou orientación sexual.

Materiais necesarios

- Cartolinas
- Pinturas
- Ordenador

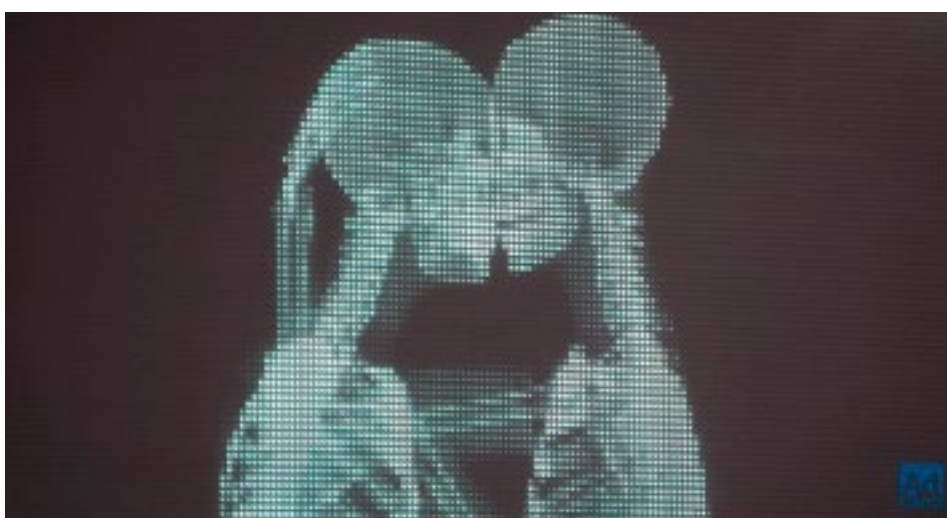
Desenvolvemento da actividade

En equipos de traballo de 3-4 persoas terán que deseñar un cartaz que promova os valores do respecto á diversidade sexual. o dito cartaz irá acompañado dun hashtag específico para a súa difusión nas redes sociais.

Recursos para empregar na aula:

Love has no labels (O amor non ten etiquetas). Neste vídeo emprégase o efecto dunha radiografía na que se ven diferentes formas de afecto a través de esqueletos humanos.

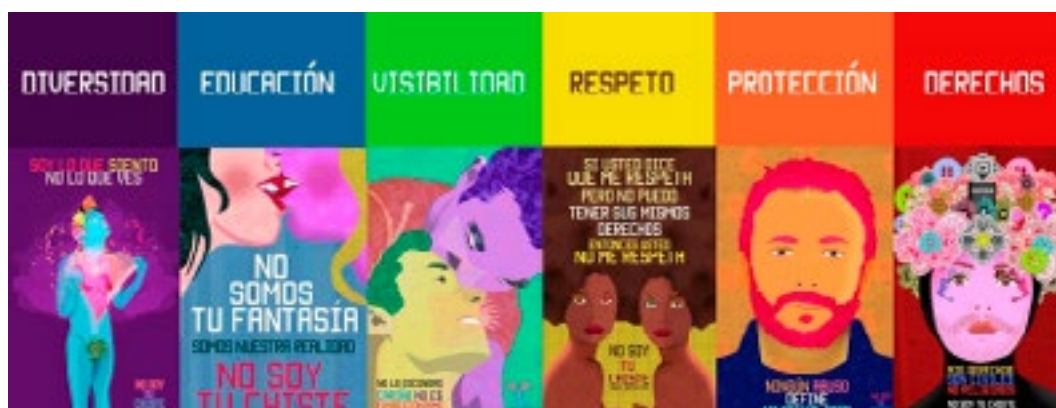
<https://www.youtube.com/watch?v=PnDgZuGIhHs>



Love Has No Labels | Diversity & Inclusion | Ad Council

“No soy tu chiste” recolle a través de diferentes ilustracións, mensaxes reivindicativas para a igualdade social e a loita contra a homofobia e transfobia. <http://nosoytuchiste.tumblr.com/>

<https://www.facebook.com/nosoytuchiste>



Indicacións metodolóxicas

- A diversidade sexual é unha característica básica na sexualidade humana. Non hai un modo único de ser, de sentir, de desexar. Sendo esta unha realidade, a linguaxe que empregamos será clave se queremos fomentar o respecto á diversidade. Evitar empregar certos termos pode ser de axuda para acadar os obxectivos marcados. Dicotomías: normal/raro, bo/malo, expresións deber de ou ter que fronte: frecuente/infrecuente/diverso, saudable/responsable, non facilitan a aceptación da diversidade; ao contrario, manteñen estereotipos, mitos e actitudes discriminatorias que se poden observar nas aulas. Comezar a empregar outras palabras abre a porta a unha educación inclusiva e libre de mensaxes discriminatorias. Comezar a falar de “frecuente ou infrecuente”, falar de “o que queremos e desexamos”, “Saudable/responsable, da diversidade de desexos e formas de sentir e vivir o que nos acontece, falar das circunstancias nas que nos desenvolvemos abre portas ao entendemento e ao respecto”.
- A linguaxe é un dos elementos vertebradores, pero tamén están as condutas que manifestamos ante o que vemos como diferente, como menos habitual, con menos frecuencia. Reflexionar con eles e con elas sobre como reaccionan cando observan algo que lles resulta particular ou infrecuente pode ser de interese para facer unha análise desas condutas e xerar posibles alternativas en caso de que sexan indicadoras de discriminación ou mostran dalgún tipo de violencia.
- Se xorden comentarios ou condutas negativas, como poden ser en relación á homosexualidade ou identidade sexual, é fundamental que o profesor/a incentive o alumnado cara ao respecto e adopte un discurso libre de estereotipos e prexuízos.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Guías sobre diversidade afectivo-sexual para adolescentes:

Protocolo educativo para garantir a igualdade, a non discriminación e a liberdade de identidade de xénero - Xunta de Galicia

https://www.xunta.gal/c/document_library/get_file?folderId=906470&name=DLFE-25810.pdf

Manual “Abrazar la Diversidad”: propostas para una educación libre de acoso homofóbico y transfóbico

http://www.inmujer.gob.es/actualidad/NovedadesNuevas/docs/2015/Abrazar_la_diversidad.pdf

Materiais didácticos Chrysallis:

https://chrysallis.org/recursos_trans_lgtbiq/material-didactico_trans_lgtbiq/

Curtametraxe “Vestido nuevo”:

<https://www.youtube.com/watch?v=u9FOEdw8dR8>

Campaña Quérote+ “Like pola Diversidade”:

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/Like_diversidade_-_Tarxeta.pdf

Campana Quérote+ “Fagamos un bo trato”:

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/Querote_BoTrato_2018_web.pdf

Guía didáctica El amor y el sexo no son de un solo color

<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD11216.pdf>

Vídeo Quérote+ Día Internacional da Visibilidade Trans:

<https://www.youtube.com/watch?v=u9FOEdw8dR8>

Guía Transexualidad:

http://www.cmpa.es/datos/2/GUIA_TRANSEXUALIDAD_interior_7529.pdf

TEDEX : Un paso más en la defensa de la diversidad

<https://naizen.eus/portfolio/un-paso-mas-en-la-defensa-de-la-diversidad/>

Vídeo ¿Quién eres?:

https://www.youtube.com/watch?v=kCIJv_bL0lc

Recursos Naizen:

www.naizen.eus/recursos

Rede apoio profesorado LGBTI

<https://www.edu.xunta.gal/portal/es/node/28893>

A person is sitting in a vibrant green hammock, suspended between trees in a lush forest. The person's back is to the camera, and they are looking towards a waterfall in the distance. The waterfall flows over rocks and branches in the foreground, creating a sense of a serene, natural setting. The background is filled with tall, thin trees and dense foliage, with sunlight filtering through the leaves.

FICHA 4

O MODELO DE AMOR ROMÁNTICO

FICHA 4

O MODELO DE AMOR ROMÁNTICO

Que é o amor? Que é o namoramento? Que se sente nese estado? O amor como emoción ou sentimento é diverso, non hai un modelo nin unha forma de expresalo que sexa única; é plural e diverso como o son as persoas e as relacións afectivas que se poden establecer entre elas. Porén, existe un modelo social dominante que impera na nosa cultura e que xera un sistema de mensaxes sobre as características que debe ter “o amor verdadeiro”. Estamos a referirnos ao modelo de “amor romántico”.

- a) Existe a media laranxa
- b) Os celos son síntoma de amor
- c) A confianza é dalo todo
- c) O amor move montañas (pode con todo)
- d) En parella non hai segredos (non hai lugar para a intimidade)
- e) Hai que ter parella, se non tes parella é que tes un problema
- f) No amor hai sufrimento, se non o hai é que non hai amor

Esta serie de tópicos e mitos asociados ao amor romántico crean unha serie de expectativas sobre como deben ser as relacións afectivas e tamén un estándar no comportamento de homes e mulleres. Unha idealización do amor que provoca en moitos casos o establecemento de relacións tóxicas, de desigualdade e que inciden directamente na seguridade e autoestima das persoas.

Neste senso, vólvese fundamental dotar os mozos e as mozas de ferramentas que os axuden a facerlle fronte a estas presións externas, recoñecer que existe diversidade á hora de construír as relacións de parella e que poidan construír as relacións afectivas igualitarias e respectuosas.

Obxectivos

Analizar as mensaxes vencelladas ao modelo de amor romántico

Visualizar a realidade da diversidade de formas de vivir e expresar o amor

Potenciar as relacións igualitarias e respectuosas entre os sexos

Materiais necesarios

Ordenador

Conexión á internet

Materiais necesarios

Ordenador

Conexión á internet

Desenvolvemento da actividade

Nesta actividade búscase que os mozos e mozas investiguen e exploren en diferentes medios as mensaxes que recibimos arredor do amor romántico. Poderán elixir cancións, películas, series, libros ou algún anuncio publicitario e realizarán a tarefa de modo grupal (4-5 por grupo dependendo do número de alumnos/as).

O profesorado contará co seguinte material de apoio que poderá empregar na aula para axudar a comprensión da actividade e dos obxectivos que se perseguen.

“Encuentra el verdadero amor” é un material para transmitir entre a mocidade o positivo dos valores das relacións igualitarias libres de violencia de xénero. A través dunhas curtametraxes quérese ensinar á mocidade a detectar os primeiros sinais do maltrato e a distinguir entre unha relación sana baseada na igualdade e o respecto, e outra que non o é.

Podes seguir a guía didáctica das curtametraxes para o traballo na aula:

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/profesionales/Investigacion/educativo/recursos/material/pdf/guia.pdf>

Curtametraxes:

<https://cimamujerescineastas.es/videos-encuentra-el-verdadero-amor/>

Ao final da sesión pódese visualizar o seguinte vídeo que pode acompañar as reflexións finais da ficha:

<https://www.youtube.com/watch?v=o9r3OFRDPR0>

E entregar o seguinte material impreso ao alumnado:

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/2020/A_erotica_do_bo_trato.pdf

Indicacións metodolóxicas

Na adolescencia, as mensaxes dadas no grupo de iguais teñen, en xeral, maior peso e influencia que se veñen a través doutras vías, como as familias, o profesorado, profesionais, etc... Por iso, que mozos e mozas estean concienciados e informados fai que repercuta nas súas actitudes, tanto a nivel individual como social e teña unha repercusión positiva no seu contorno.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Monográfico Coeducación y mitos del amor romántico:

<http://www.fundacionmujeres.es/files/attachments/Documento/46001/image/BOLETIN%20FM%2093.pdf>

Laboratorio: Prevención de la violencia de género en la adolescencia. Preguntas, juegos y actividades

<https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/8346E44F-1C60-4850-AAC8-7934034AB5C6/307347/laboramorioweb.pdf>

APP DetectaAmor:

<http://www.juntadeandalucia.es/iamcatalogo/doc/iam/2014/143531097.pdf>

La historia de Pepe y Pepa:

<http://institucional.us.es/vgenero/wp-content/uploads/2018/05/Historia-de-Pepe-y-Pepa.pdf>

Vídeo Pepe y Pepa – La escalera cíclica de la violencia de género:

<https://www.youtube.com/watch?v=26txqL99eFM>

Guía de buen trato y Prevención de la Violencia de Género:

https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cprofesnortedetenerife/wp-content/uploads/sites/4/2018/01/guia_buenostratos_-junta-de-andalucia.pdf

A erótica do bo trato e o bo trato na erótica

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/2020/A_erotica_do_bo_trato.pdf



FICHA 5

A RELACIÓN DOS SEXOS A TRAVÉS DA TECNOLOXÍA

FICHA 5

A RELACIÓN DOS SEXOS A TRAVÉS DA TECNOLOXÍA

O mundo virtual é parte da realidade cotiá. Un espazo de comunicación e relación das diferentes dimensións da vida individual e social. Ás novas xeracións atribúeselles o coñecemento sobre dispositivos, aplicacións e medios virtuais, coa denominación propia de “nativos dixitais”. No entanto, o seu coñecemento técnico non implica unha educación propia no medio que repercuta nun manexo positivo e responsable. O espazo virtual ten unhas características propias, unha idiosincrasia particular que é preciso analizar e coñecer co fin de que sexa un recurso positivo e útil.

Nos últimos tempos, cuestións como o ciberbullying , o envío de fotografías e contidos íntimos, o control virtual, o ghosting, etc. constitúen unha realidade sobre a que é preciso intervir para dotar de ferramentas educativas que eviten este tipo de situacións e posibiliten unha navegación segura, responsable e respectuosa.

Obxectivos

- Potenciar a actitude crítica e reflexiva na toma de decisións
- Posibilitar un uso da tecnoloxía dun xeito responsable e positivo
- Reflexionar sobre o uso da tecnoloxía nas relacións persoais

Materiais necesarios

- Documento da actividade

Desenvolvemento da actividade

A través dun documento con varios enunciados referentes ao tema de relacións e redes sociais, propíciase o debate na aula para que sexan os mozos e mozas quen de achegar as súas opinións e constrúan reflexións que serán de beneficio común. O/A docente será o/a encargado de mediar e incentivar o alumnado a participar, xuntando información relevante en relación con este tema. Trátase de achegar unha visión crítica que lles axude a valorar os diferentes aspectos e opcións que forman parte das súas relacións persoais e que moitas veces están condicionadas e influídas por factores externos que son negativos.

Pódense empregar os vídeos que aparecen no apartado de Bibliografía e recursos de interese como material de apoio para o traballo dos contidos.

CUESTIONARIO PARA DEBATER NA AULA

- Se envío un whatsapp a alguén que está en liña e non me contesta, teño sensacións negativas
- Se estás namorado/a podes dar os teus contrasinais como mostra de amor á túa parella
- Insultar e/ou increpar alguén nas redes sociais pode ter implicacións legais
- As fotos que envío por whatsapp poden ser vistas por persoas que eu non quero
- Cando rematas unha relación cunha persona, é frecuente que as fotos que se mandaron durante a relación e que formaban parte da intimidade acaben circulando polos whatsapp de xente allea
- Despois de ter varias citas cunha persoa desaparece, non volves saber dela, non volve escribir, e mesmo bórrache das redes sociais.

Indicacións metodolóxicas

- Mozos e mozas forman parte do que se denomina “nativos tecnolóxicos”. Naceron na era dixital, controlan os dispositivos electrónicos e as aplicacións dunha maneira case automática. Porén a linguaxe e o funcionamento dos contornos virtuais implican unha linguaxe particular na que moitas veces, non posúen as ferramentas para unha navegación segura, responsable e positiva.
- Hai unha serie de “normas sociais” que temos claras na convivencia física, pero parece que no é así na convivencia virtual. Ningunha persoa colle unha foto doutra persoa, a imprime e a pega no taboleiro do instituto ou na rúa, por que si o facemos a través doutros “taboleiros” como poden ser as redes sociais? Por que non fago mofa e insulto á cara pero si o fago a través do móbil ou do ordenador? Podemos traballar con eles e con elas o concepto “netiqueta ” e que sexan eles e elas mesmas as que creen esas normas de convivencia tecnolóxica.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Web Pantallas Amigas:

<https://www.pantallasamigas.net>

Web Pantallas Amigas- Netiquétate:

<https://www.pantallasamigas.net/netiqueta-joven-para-redes-sociales-ciudadania-digital-y-ciberconvivencia/>

Vídeo Whatsapp:

<https://www.youtube.com/watch?v=Q6wZdSRK9Mc>

Vídeo Doble Check:

https://www.youtube.com/watch?v=8tmB-wF_I3c

Campaña Quérote+ “ Quérote na rede”:

<http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/crea.jpg>

<http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/CONECTA.jpg>

<http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/COMPORTE.jpg>

Nuevos modelos de comunicación en parejas jóvenes: Guía.

<https://www.gijon.es/es/publicaciones/nuevos-modelos-de-comunicacion-en-parejas-jovenes>

Nuevos modelos de comunicación en parejas jóvenes: propuesta para intervención:

<https://parejasjovenesblog.wordpress.com>

Guía sexting positivo

http://www.cmpa.es/v_juventud/informacion/informacionver.asp?cod=32795&te=5227&idage=38509&vap=0

Espacios de seducción CMPA

http://www.cmpa.es/v_juventud/informacion/informacionver.asp?cod=33728&te=6096&idage=39790&vap=1



FICHA 6

CULTIVANDO HABILIDADES

FICHA 6

CULTIVANDO HABILIDADES

Moitas veces, a toma de decisións facémola en función do noso contorno, do que se espera de nós, das nosas condutas e intereses. A sociedade invita a certos comportamentos que posiblemente non sexan os escollidos pola persoa que os realiza. O grupo de iguais é un grupo de apoio moi importante na adolescencia, pero tamén o grupo de presión máis condicionante á hora de tomar certas decisións.

Se falamos de sexualidade e en concreto da erótica, podemos dicir que tamén existe presión para a iniciación neste eido. Mozos e mozas reciben mensaxes de presión para comezar a ter encontros, para experimentar con certas prácticas, o que pode chegar a prexudicar as relacións entre iguais. Ao igual que sucede co consumo de substancias ou as presións estéticas que xeran conflitos e disfuncións en mozos e mozas, tamén sucede no mundo da erótica.

Obxectivos

- Aprender a identificar e responder de maneira axeitada á presión de grupo
- Analizar alternativas de solución cando nos sometemos á presión negativa
- Favorecer a comunicación entre o grupo

Materiais necesarios

- Ficha de traballo

Desenvolvemento da actividade

O alumnado séntase en círculo. Dous voluntarios/as representarán unha situación na que un/unha exercerá presión sobre outra persoa, collendo como exemplos as situacións que se presentan.

- a. Levas tempo cunha persoa e esta proponche ter relacións eróticas baixo o argumento de que “todos os meus amigos e amigas xa o fixeron”. Cal sería a túa réplica?
- b. Estades todos/as nun parque no que hai xente consumindo alcol e fumando porros. Ofrécenche fumar pero ti non queres. Que argumentos empregarías para expresar que non desexas consumir?
- c. A túa parella pídeche como mostra de amor que tatúes o seu nome. Como actuarías?
- d. Viches en Instagram que está de moda o pelo gris e a xente do teu grupo está empezando a pintar o pelo pero a ti non che gusta. Como reaccionarías aos seus comentarios de que “non vas á moda”?

Tras a representación, as persoas voluntarias reflexionarán sobre como se sentiron, tanto a persoa que realizaba a presión como a que respondía ao verse presionada. Posteriormente o grupo analizará como defendeu a súa posición a persoa que resistía á presión, e comentará outras posibilidades de resposta á situación suscitada.

Despois da ronda de representacións e reflexións, visualizarase o vídeo “Explicamos el consentimiento”, un vídeo que fai unha analogía entre o consentimiento sexual e o feito de tomar te. Seguirase a ficha de traballo para guiar as reflexións en relación a este tema.

Consentimiento sexual explicado con te:

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=E4WTnJCMrH8>

- 1.- Despois de ver o vídeo como definirías o consentimiento sexual?
- 2.- A que situacións pode estar a referirse o vídeo cando fala de estar “inconsciente”?
- 3.- Enténdese que un NON QUERO pode ser en calquera momento? Antes e durante? Que acontece se hai un non quero antes? E durante? Que pensariades?
- 4.- Un Si quero, pode implicar un si quero pero con condicións (si quero, pero con preservativo/ si quero, pero nun espazo íntimo/ si quero compartir unha masturbación, pero non a penetración), falamos das condicións? Como facemos para expoñer esas condicións?

Indicacións metodolóxicas

- A adquisición de ferramentas para unha negociación positiva entre iguais, facilitará unhas relacións persoais baseadas no respecto e nunha comunicación activa.
- A verbalización de situacións similares pode contribuir a unha reflexión grupal, así como a resolución de conflitos entre todos e todas, dirixidos polo/a docente.
- Valorar a importancia ou non dunha práctica en función de ideas e conceptos sociais que foron impostos.
- Reflexionar sobre o por que en determinadas ocasións temos claro o noso posicionamento e noutras nos sentimos máis vulnerables.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Guía para la prevención de la violencia sexual en jóvenes y adolescentes:

[https://www.granada.org/intranet/bolmujer.nsf/8698d6a110f45cdbc125753700481017/de825a83a3878916c1257ecb0044a8fe/\\$FILE/Guia%20Didactica%20Prevenci%C3%B3n%20Violencia%20Sexual%20en%20j%C3%B3venes.%202015.pdf](https://www.granada.org/intranet/bolmujer.nsf/8698d6a110f45cdbc125753700481017/de825a83a3878916c1257ecb0044a8fe/$FILE/Guia%20Didactica%20Prevenci%C3%B3n%20Violencia%20Sexual%20en%20j%C3%B3venes.%202015.pdf)

Campaña Quérote+ “Cultivando as relacións”:

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/Folleto_Cultivando_as_relaci%C3%B3ns.pdf

Campaña Quérote+ “Cultivando a autoestima”:

http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/Sobre_cultivandoautoestima.pdf

Guía para el profesorado Con-sentido:

http://www.cmpa.es/datos/2/GUIA_PARA_EL_PROFESORADO_CONSENTID49.pdf

Actividades para trabajar a autoestima:

https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado5_1.pdf



FICHA 7

ACONCEPCIÓN E CONCEPCIÓN

FICHA 7

ACONCEPCIÓN E CONCEPCIÓN

Nos programas de educación sexual, a prevención dos embarazos non planificados e as infeccións de transmisión sexual (ITS), son temas fundamentais para traballar.

No entanto, en ocasións, ocupan a posición principal e fan esquecer outras cuestións que son elementos clave da sexualidade humana. Dende o modelo biográfico da sexoloxía, partimos do concepto de diversidade, de que cada persoa se constrúe como ser único e particular, de que non hai normas ou fórmulas sobre “que” facer ou “como” facelo, senón que depende de cada persoa, dos seus tempos, ritmos e desexos. Deste xeito falamos de que todo o corpo é sensible e sensitivo e a erótica vólvese un mapa para explorar e descubrir, no que a penetración é unha práctica, pero non ten por que ser a única ou máis importante. Por isto, falamos de prácticas conceptivas e aconceptivas, é dicir, daquelas que implican posibilidade de embarazo e as que non.

Obxectivos

- Contribuír ao coñecemento da erótica persoal
- Potenciar o uso do preservativo como método de protección ante os
- embarazos non planificados e as ITS

Materiais necesarios

- Ficha da actividade

Desenvolvemento da actividade

Organízase o alumnado en grupos de 4 persoas. Durante 10 minutos pídeselles que elaboren unha lista con 10 maneiras diferentes de ter relacións eróticas que non impliquen posibilidade de embarazo. Unha vez elaborada a listaxe, compártese en gran grupo e vanse apuntando no encerado. Deste xeito, visibilízase que a erótica é unha vía para a experimentación do pracer e hai tantas prácticas como a persoa sexa capaz de imaxinar. Esas prácticas que non implican posibilidade de embarazo son as denominadas prácticas “aconceptivas” (bicos, caricias, masaxes). Noutro extremo do encerado escribiremos o título “Prácticas conceptivas” e preguntaremos ao grupo cales son (aquelas que comportan posibilidade de embarazo. Unicamente a penetración vaxinal). Deste xeito damos paso a introducir os bloques temáticos dedicados á prevención: infeccións de transmisión sexual e embarazos non planificados.

Para que resulte un traballo máis dinámico, organízase a clase en grupos de 3-4 persoas coa misión de buscar información na internet para elaborar un pequenodocumento onde reflectan as características principais, tanto dos métodos anticonceptivos como das ITS (Infeccións de transmisión sexual). Ao remate da sesión pódese visualizar o seguinte vídeo realizado polos Centros Quérote+: <https://www.facebook.com/watch/?v=251229766344318> e entregar ao alumnado o seguinte documento impreso sobre ITS: http://xuventude.xunta.es/images/QUEROTE/Ponte_ao_d%C3%ADa_coas_ITS.pdf

Indicacións metodolóxicas

- O/A docente transmitirá a importancia de adoptar unha actitude crítica na busca da información e a importancia de realizala en páxinas que dean garantías de fiabilidade nos seus contidos.
- Fará fincapé na resolución daquelas cuestións expostas con anterioridade e de xeito anónimo polo alumnado.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

Web Querote.org / Apartado Saber+ / Protección e anticoncepción:

http://querote.org/afondo/apartado.php?id_l=043&lg=gal

Web Sergas:

Métodos de protección e anticonceptivos:

<https://www.sergas.es/Asistencia-sanitaria/M%C3%A9todos-anticonceptivos?idioma=ga>

Infeccións de transmisión sexual:

<https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/557/ITS%20Pol%C3%ADptico.pdf>

Kolokon.org

<http://kolokon.com/sexo/sexualidad/>

Unicef: Xogo Concondon

<http://juegoconcondon.com/>

Guía Prácticas eróticas seguras fronte a las ITS:

https://www.gobiernodecanarias.org/igualdad/organismo/los_servicios_al_publico/ediciones_publicaciones/publicaciones_del_ici/guias-sexualidad/

A photograph of two young women in a park, blowing leaves. The woman on the left is wearing a white top and has her head tilted back, blowing leaves upwards. The woman on the right is wearing a black top and is also blowing leaves upwards. The background is a lush green forest with many trees. The overall mood is joyful and carefree.

FICHA 8

HOXE DAMOS A CLASE NÓS

FICHA 8

HOXE DAMOS A CLASE NÓS

Fundamentación

A adquisición e asentamento de novos coñecementos ven apoiada pola capacidade de transmisión desa mesma información no grupo de iguais. Na adolescencia, o grupo de mozos e mozas que teñen maior idade, os que van cursos por diante, adoitan ter unha maior influencia no espazo de relación, polo que se convirten, moitas veces, en referentes e exemplos que hai que seguir. A posibilidade de poder exercer de transmisores de información “axeitada”, de ferramentas de comunicación ou de coñecementos de recursos aos que acudir para solicitar asesoramento, facilita que as relacións entre compañeiros/as de diferentes cursos poida chegar a exercer unha relación positiva. É interesante fomentar unha reciprocidade entre alumnado e profesorado, que acabe sendo tamén parte dun proceso de relación entre iguais dentro dun mesmo centro.

Obxectivos

- Asimilar conceptos e concretalos para servir de ponte cos/coas compañeiros/as de 2º da ESO do centro ou cursos análogos.
- Reflexionar sobre a importancia de como transmitimos e cales son as pautas para facelo.

Materiais necesarios

- Medios dixitais

Desenvolvemento da actividade

Elaborar materiais coa finalidade de introducir aqueles temas abordados durante todo o ano a través das fichas e traballo en aula. Preténdese explicar deste xeito aos/ás participantes que se van a elaborar unha serie de materiais que serán presentados (presencial ou virtualmente) aos compañeiros de 2º curso ou cursos análogos. Divídese a clase por grupos, explicando que cada grupo vai confeccionar un vídeo, unha canción, unha presentación (prezi, power point) ou un póster e un folleto sobre un dos temas ou todos os tratados durante o programa (son exemplos de materiais que se poden elaborar). Valorarase que o material se faga en formato virtual para unha maior difusión e impacto social.

Indicacións metodolóxicas

- Esta última ficha de traballo pode axudar a facer unha valoración dos contidos aprendidos.
- A resolución de dúbidas finais, a reflexión sobre os conceptos traballados e, sobre todo, o xeito de expresalo finalmente cun grupo de iguais facilitará un traballo de continuidade no centro e na propia aula.

Referencias bibliográficas e recursos de interese

- <https://querotemaisdeleusebio.blogspot.com/2019/05/aconcepcion-e-concepcion-traballando.html>
- <http://www.edu.xunta.gal/centros/cpivirxeremedios/?q=taxonomy/term/22->
- <https://cataboisproxecta.blogspot.com/search/label/Qu%C3%A9rote>
- <https://orientacionportas.wordpress.com/2019/06/26/plan-proxecta-querote-2018-2019-cpi-domingo-fontan/>

Quérote+



XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo 21-22