

Créixer sense límits

Coeducació afectiva
i sexual

Educació infantil i primària

Curs 2025-2026

LA NATURADORA

La sexualitat és una part molt important de qui som les persones i està present des del naixement, ja que naixem amb un cos que té un sexe biològic. En les primeres etapes de la vida, el sexe biològic ja determina quins missatges rebem i quines expectatives es tenen sobre nosaltres. Des dels zero anys, aprenem també els afectes i comencem a aprendre a posar límits i respectar els límits de les altres persones. Des que aprenem a parlar, coneixem les paraules per a denominar totes les parts del cos i, a mesura que creixem, entenem la funció de cada part. Tot això és sexualitat i, per tant, quan parlem d'educació sexual, parlem de molts aspectes rellevants per al desenvolupament de les persones: afectes, emocions, cossos i canvis, diversitat, coeducació, prevenció de violències sexuals, etc.

No abordar l'educació sexual des de l'inici del desenvolupament, implica estar fent una educació sexual que reforça la idea de tabú de la sexualitat, com alguna cosa que cal amagar i del que no es pot parlar. És necessari un canvi de model perquè la sexualitat siga considerada com una dimensió positiva de la persona.

Aquesta educació sexual comença des del naixement, s'ajusta a l'edat de la persona i té en compte el seu nivell de desenvolupament, per a adaptar els continguts adequats a cada edat. Parteix d'un concepte que contempla el benestar com a part de la salut, transmet una correcta informació amb bases científiques, es basa en els drets humans i aposta fermament per la igualtat de gènere i l'acceptació de la diversitat.

Proposem una sèrie d'activitats d'educació afectiva i sexual dirigides a l'alumnat del CRA Terra de Riuraus.

El programa contempla la realització de quatre sessions per cadascuna de les aules d'infantil 4-5 anys i els cursos de primària.

En cadascun dels cursos s'adaptaran els continguts a les edats de l'alumnat, de manera que s'aprofundirà més o menys en els objectius definits a continuació, i s'abordaran les qüestions específiques de la seua edat.

OBJECTIUS

- Conèixer el propi cos sexual.
- Aprendre a nomenar el conjunt del cos.
- Identificar els estereotips de gènere.
- Conèixer el propi dret a establir límits.
- Prevenir els abusos sexuals.
- Conèixer els canvis corporals i els canvis biològics que es donen a la seua edat

A continuació es detallen els continguts a treballar en cada nivell i una primera proposta d'activitats, encara que aquestes poden modificar-se lleugerament per a adaptar-se als grups i per a incorporar altres materials i recursos.

INFANTIL, PRIMER I SEGON DE PRIMÀRIA

En infantil, primer i segon de primària s'abordaran aspectes sobre el coneixement corporal i aprenentatge de les paraules que serveixen per a nomenar el conjunt del seu cos, sense haver de recórrer a paraules que oculten, ridiculitzen o fan ostentació de la genitalitat humana. Un altre aspecte a tractar serà el de la prevenció d'abusos sexuals i, per a això, s'introdueix el concepte de parts privades i es dona eines per a posar límits i dir no. També se'ls dona eines molt senzilles per a reconèixer quines situacions han de comunicar a persones adultes de la seua confiança.

Activitats

Igual que tu però diferent. Activitat per a evidenciar i valorar la diversitat dels cossos i per a trencar amb els estereotips de gènere de la primera infància.

Les emocions. Dinàmica per a reconèixer emocions mitjançant el joc i expressar les emocions que ens fan sentir diferents situacions.

El nostre cos. Introducció sobre la importància de cuidar-nos i conèixer el nostre cos. Es proposa l'audiovisual infantil "el nostre cos" o el conte "El teu cos és teu", amb els quals es revisen les parts del cos i la necessitat de posar límits i respectar els límits de les altres persones.

La bombolla dels secrets. Es treballa sobre quines coses ens fan sentir que sí i què ens fan sentir que no, quan es tracta de contacte amb altres persones, per a reforçar les eines que permeten a l'alumnat aprendre a posar límits. S'introdueix també el concepte de "carícia secreta o secrets dolents" per a la prevenció dels abusos sexuals.

TERCER I QUART DE PRIMÀRIA

En tercer i quart, a més del coneixement del propi cos i de les paraules per a nomenar-lo, i de l'adquisició d'eines per a reconèixer i denunciar abusos sexuals, s'incorporaran continguts sobre els canvis que es donen a les seues edats i, especialment, la menarquia. És necessari que les criatures coneguen quins canvis es donaran en els seus cossos abans que aquests esdevinguin i puguin resoldre els seus dubtes i inquietuds respecte a aquests canvis. És per això que als 8-10 anys han de conèixer els primers canvis de la pubertat i la menarquia.

Activitats

El teu cos és teu. Introducció sobre la importància de cuidar-nos i conèixer el nostre cos. A partir del conte "El teu cos és teu" es revisen les parts del cos i les normes bàsiques quant al contacte corporal i al respecte pels límits. Es reflexiona sobre quines coses els fan "sentir que sí" i quines els fan "sentir que no" i com cal actuar quan no es respecten els límits propis.

Cossos i canvis. L'alumnat dibuixa com imagina que serà el seu cos en un parell d'anys i quins canvis pensen que es produiran. De la posada en comú del treball individual s'extrauen els temes i dubtes principals per a abordar en la tercera sessió.

Els primers canvis. Reflexió sobre els primers canvis que es donen en les primeres etapes de la pubertat, posant especial atenció a la menarquia. S'aborda la regla des d'un punt de vista positiu, eliminant les concepcions negatives i de vergonya i qüestionant els principals mites i falses creences sobre aquest procés.

Posem límits. Mitjançant la representació d'una sèrie d'escenes, l'alumnat assaja possibles situacions en les quals és convenient posar límits i, a vegades, demanar ajuda de les persones adultes de confiança.

CINQUÉ I SISÉ DE PRIMÀRIA

En cinqué i sisé de primària es continua amb la mateixa línia que en els cursos anteriors, però s'amplien els continguts sobre els canvis de la pubertat, tant físics com emocionals i es respon als seus dubtes. En aquest nivell aprofundim més en l'anatomia genital, femenina i masculina, en quins són els canvis fisiològics que es donen a les seues edats i com pot afectar emocionalment aquest canvi d'etapa.

Activitats

Cossos i canvis I. A partir d'unes làmines amb il·lustracions de cossos diversos, se'ls demana que indiquen les parts del cos i els canvis que es donen a les seues edats. Aquesta activitat serveix per a avaluar quin és el punt de partida de l'alumnat i aquells aspectes sobre els quals cal aprofundir més en el taller. Se'ls dona l'opció de fer preguntes anònimes, escrivint-les en un paper.

Cossos i canvis II. S'explica, amb l'ajuda d'uns models de tela, les parts dels genitals femenins i masculins, posant especial atenció en el coneixement de les parts dels genitals femenins que històricament han sigut obviades. Es respon als dubtes que han fet en la primera part que estiguen relacionades amb els continguts d'aquest taller.

Dilemes. Dinàmica de prevenció de la violència de gènere adaptada a situacions que se solen donar en les primeres relacions en la preadolescència. L'objectiu principal d'aquesta és introduir la qüestió del consentiment, el respecte dels límits i l'expressió dels sentiments.

Dilemes II. Activitat similar a la de la tercera sessió, però on s'incorporaran situacions relacionades amb riscos detectats al llarg de les sessions anteriors, especialment aquells relacionats amb l'ús de xarxes socials.

Les propostes d'activitats són orientatives i podran modificar-se segons les necessitats del centre educatiu i les que es detecten a les aules.

FAMÍLIES

Es realitzarà una sessió presencial dirigida a les famílies de l'alumnat, amb la qual es pretén introduir quin és el context de partida i oferir eines i recursos per a acompanyar l'educació sexual a casa i a l'escola.