



recursos web
para la igualdad
y la convivencia



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria d'Educació,
Cultura i Esport



recursos web
para la igualdad
y la convivencia

GUÍA EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL PARA EDUCACIÓN ESPECIAL



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria d'Educació,
Cultura i Esport



IGUALDAD



Autoria:

Alemany Escrivá,
Encarnación
Bautista Martín, Soledad
Bolea Fuster, Laura
Borrás Moreno, Julia

Cartagena Fernández,
Rebeca
Cervera Sala, Rocío
Núñez Mora, María Rosario
Oliver Mora, Amparo
Ortiz Moril, Nuria

Pardo Caballero, María
Pastor Botella, María
Yolanda
Poveda García, Ana María
Ruiz Serrano, Emilio José



Revisión de contenidos:

Paula Peña - Gaspar Pablo Tomás
978-84-482-6740-7



PRÓLOGO

La información sobre la sexualidad es un aspecto imprescindible en el desarrollo del ser humano. Por ello, el sistema educativo debe garantizar su acceso y promover la salud sexual. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta requiere de un enfoque positivo y respetuoso, libre de toda coacción, discriminación y violencia.

Además, para conocerse a sí mismo es necesario saber quiénes somos y cómo nos definimos. Por ello, aclarar las diferencias entre sexo, género, identidad y orientación afectivo-sexual es clave para conocer la propia sexualidad. Pero, tratar estos temas no es solo aprender conceptos y aplicarlos, sino también supone una medida preventiva contra el abuso sexual y las conductas de maltrato.

Hasta la actualidad, la sociedad ha obviado la dimensión sexual de las personas con discapacidades, desdibujando así su propia identidad y menguando su capacidad de expresión. Así pues, la publicación de esta guía es un acto de defensa y amparo de los derechos sexuales y reproductivos. Asimismo, insta a romper con los mitos que estigmatizan a este alumnado y eliminar barreras de acceso, participación y aprendizaje para favorecer el desarrollo íntegro de las personas con diversidad funcional.

Esta guía ha sido desarrollada íntegramente por profesorado de centro de Educación Especial dirigida a docentes, alumnado y familias. Aporta una visión de la sexualidad amplia que forma parte de la vida cotidiana, no centrándose exclusivamente en las prácticas sexuales.

En la lectura se puede seguir el documento alternando apartados o actividades según intereses y necesidades, o siguiendo 3 preguntas que lo estructuran:

1. ¿Cómo soy? El sexo
2. ¿Cómo lo vivo? La sexualidad
3. ¿Cómo lo expreso? Las relaciones, los derechos y el consentimiento

Estamos seguras de que os resultará de gran ayuda y os hará repensar, desde el trabajo en el aula que tan bien desarrolláis, cómo estáis contribuyendo a la conformación de esta dimensión de la persona; pues trabajar la naturaleza sexual durante todo el ciclo vital es construir la propia identidad y la autonomía personal. Esperamos que su lectura pueda enriquecer vuestra práctica docente, fortalecer las relaciones personales del alumnado y promover una vida sana y plena en el entorno social.

Raquel Andrés Gimeno, directora general de Inclusión Educativa.



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
a. ¿Por qué es necesaria esta guía de Educación Sexual Integral (ESI)?	4
b. La diversidad sexual humana: conceptos básicos y sexualidades diversas. Sexualidades en la vida cotidiana	5
c. La sexualidad en Personas con Diversidad Funcional. Agentes socializadores	6
d. La educación sexual en educación especial	8
2. MARCO NORMATIVO	9
3. ORIENTACIONES PARA EL TRABAJO EN EL AULA	11
a. Cuestionario para valorar “mi propia mochila”	11
b. Orientaciones básicas	11
c. Conceptos para trabajar	13
d. Orientaciones para el trabajo / coordinación / implicación de las familias	13
e. Orientaciones metodológicas generales para el diseño de las actividades	15
f. Educación sexual integral y sexología	18
4. PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN	19
a. ¿Cómo soy? El Sexo	19
- Preguntas y mitos	19
- Orientaciones	20
- Propuestas de actividades	23
b. ¿Cómo lo vivo? La sexualidad	44
- Preguntas y mitos	44
- Orientaciones	45
- Propuestas de actividades	49
c. ¿Cómo lo expreso? La erótica	82
- Preguntas y mitos	82
- Orientaciones	83
- Propuestas de actividades	87
5. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	110
a. ¿Cómo soy? El Sexo	111
b. ¿Cómo lo vivo? La Sexualidad	121
c. ¿Cómo lo expreso? La Erótica	131



6. ANEXOS Y MATERIALES DE APOYO	140
a. ¿Cómo soy? El Sexo.....	140
b. ¿Cómo lo vivo? La Sexualidad.....	146
c. ¿Cómo lo expreso? La Erótica	152
7. BIBLIOGRAFÍA	153
8. BIBLIOGRAFIA WEB	154



1. INTRODUCCIÓN

a. ¿Por qué es necesaria esta guía de Educación Sexual Integral (ESI)?

La Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, recoge una serie de medidas entre las que se encuentra la eliminación de toda discriminación, con especial atención a las personas con algún tipo de discapacidad, garantiza su derecho a la salud sexual y reproductiva, y establece para ellas apoyos necesarios en función de su discapacidad.

También recoge la incorporación de la formación en salud y salud sexual y reproductiva al sistema educativo, teniendo en cuenta las necesidades de los grupos o sectores sociales más vulnerables como es el caso del alumnado con discapacidad, proporcionando a este alumnado información y materiales accesibles y adecuados a su edad. El hecho de que se reconozcan estos derechos es de gran relevancia dada la situación de vulnerabilidad en la que se encuentran las personas con diversidad funcional (DF).

La Estrategia de Salud Sexual y Reproductiva de la Comunitat Valenciana 2017-2021 (ESSR), supone uno de los cambios y avances más profundos en los derechos de las personas en la sociedad actual promoviendo el desarrollo efectivo de los derechos sexuales y reproductivos de todas las personas respetando la diversidad sexual, de género, funcional, cultural y de creencias, teniendo entre sus principios rectores el centrarse en las personas, tomando en consideración la diversidad sexual y de género, los diversos contextos socio-culturales y la diversidad funcional. Entre sus objetivos destacar los encaminados a facilitar información fiable y una educación sexual con visión holística de los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para tomar decisiones informadas y la formación motivadora en el ámbito de la promoción de la salud sexual dirigida a profesionales de sanidad, educación, igualdad, etc.

El Plan Director de Coeducación publicado por la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, plantea entre sus objetivos conseguir que el alumnado de todos los niveles educativos reciba una educación libre de sesgos de género, con referentes equilibrados femeninos y masculinos, una educación sexual integral (ESI) más allá de la biológica, y adquiera mecanismos para resolver conflictos de una manera positiva, rechazando la violencia en cualquier contexto, y conociendo las consecuencias personales y colectivas de la discriminación por razón de sexo, identidad y expresión de género, etnia, diversidad sexual o familiar, clase social o diversidad funcional.

Pero a pesar de todos estos avances, La educadora social Lucía Isabel Benito en su artículo: “*El rol de la persona con diversidad funcional intelectual en la educación sexual y la vivencia de la sexualidad*”, recoge los resultados de una investigación en la que se concluye que sigue siendo difícil el acceso a la ESI por parte de las personas con DF, además, concluye que algunas de las familias de la investigación desconocen que sus hijos o hijas con DF tienen derechos sexuales, esto junto a la falta de medios dificulta el cumplimiento de dichos derechos (Benito, 2017).

Resaltamos la necesidad de esta guía sobre ESI porque el acceso a la sexualidad por parte de las personas con DF sigue dependiendo de las decisiones de sus familiares, lo que origina que ellos desempeñen un rol pasivo.

Además, desde el ámbito educativo, la formación en ESI que se les ofrece, si se les llega a ofrecer, al alumnado con DF suele ser escasa y bastante pobre y sólo se imparte cuando surge una necesidad; por



ello, para que este alumnado pueda disfrutar de su vida sexual en las mismas condiciones que cualquier persona de su edad, es necesario que desde las escuelas se les imparta una educación sexual no sesgada y que se asesore y oriente a sus familias.

Por otro lado, es necesario un marco teórico, en este caso referido al Hecho Sexual Humano, que de soporte a las intervenciones educativas. Hacer educación sexual desde el conocimiento sexológico y el consenso profesional.

Con esta guía se pretende informar, orientar y asesorar tanto al profesorado que se encarguen de impartir saberes básicos y competencias específicas de ESI a las personas con DF como a las propias familias de estas últimas. De igual modo, pretendemos ofrecer reflexiones y claves que mejoren la ESI que ocurre en la convivencia y que, de manera transversal, tiene lugar cada día y de manera inevitable, en todas las escuelas.

b. La diversidad sexual humana: conceptos básicos y sexualidades diversas. Sexualidades en la vida cotidiana

Todas las personas tenemos sexualidad, ya que es un hecho que somos seres sexuados. El hecho sexual es un componente esencial y constitutivo de todos los seres humanos. Desde que nacemos hasta que morimos, somos y vivimos en cuerpos sexuados. Pero cada persona vive, percibe y experimenta esa realidad de manera distinta. Llamamos biografía sexual personal a esta vivencia única, marcada por el propio cuerpo y los sentimientos, pero también por nuestra cultura y ecosistema. La característica principal del hecho sexual humano es su diversidad. Las dimensiones del hecho sexual humano son la sexuación, la sexualidad y la erótica. Y se desarrollan de manera única en cada persona.

Según la Organización Mundial de la Salud, 2002: La sexualidad es un aspecto central de las personas, presente a lo largo de la su vida. Abarca el sexo, las identidades sexuales y los roles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones personales. La sexualidad puede incluir todas esas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está incluida por la interacción de factores biológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.

La sexualidad humana es una dimensión personal a cultivar, mimar y desarrollar. Es la consecuencia de un proceso de sexuación que se desarrolla en todas las personas.

La diversidad se utiliza para referirse a todas aquellas posibilidades de expresar y vivir la sexualidad, así como asumir identidades y distintas orientaciones sexuales. Es el reconocimiento de una pluralidad en la que los aspectos de la atracción, el deseo y el comportamiento en las relaciones tienen derecho a existir y manifestarse, teniendo como único límite el respeto a los derechos de todas las personas.

Para entender qué implica la diversidad sexual es necesario conocer algunos conceptos importantes que desarrollaremos a continuación:

La **orientación sexual** hace referencia a la atracción emocional y sexual, hacia otras personas (del mismo sexo o el sexo opuesto), así como la falta de esa atracción (asexualidad). Dependiendo del sexo por el que se siente atracción podemos nombrar las siguientes orientaciones:

Asexual: hacia ninguna persona.



Bisexual: personas de ambos sexos.

Heterosexual: personas del sexo opuesto.

Homosexual: hacia personas del mismo sexo.

Pansexual: personas de ambos sexos, sin importar las identidades y orientaciones sexuales.

La **identidad de género** se refiere a la percepción personal y subjetiva que una persona tiene de su género y que no tiene por qué coincidir con el sexo asignada al nacer, así la identidad de género no es binaria, no solo engloba al concepto hombre y mujer.

Por otro lado, la **identidad sexual** se refiere el sexo con el que la persona se identifica. Las siglas **LGTBIQ+** pretende incluir todas las identidades y expresiones de género, así como las distintas orientaciones sexuales:

L - Lesbiana: Mujer que siente atracción sexual y afectiva por otras mujeres.

G - Gay: Hombre que siente atracción sexual y afectiva por otros hombres.

T - Trans: El término engloba las identidades de género que no coinciden con aquellas asignadas al nacer. Hace referencia tanto al transgénero como al transexual.

B - Bisexual: Persona que siente atracción sexual y afectiva hacia ambos sexos indistintamente.

I - Intersexual: Persona que nace con características de ambos sexos o características ambiguas que no se pueden definir fácilmente.

Q - 'Queer' o sin etiquetas: Personas que no se categorizan con las etiquetas tradicionales o aceptadas socialmente.

+ - Otras: Personas que no se engloban en ninguna de las definiciones anteriores.

Y si hemos hablado de diversidad sexual, en la vida cotidiana, también es necesario hablar de sexualidades diversas. Se trata de reparar y poner en valor la particular manera en la que cada cual vive su sexualidad. Cada persona la construye y vive de manera única e irrepetible.

La diversidad entendida como un valor protagonista a la hora de acompañar el desarrollo sexual del alumnado. Una diversidad que, además de centrarse en las identidades y las orientaciones, impregna cualquier aspecto propio de la sexualidad. Diversidad en el desarrollo de todos los caracteres sexuales, en la manera de vivirlos y darles significado. Diversidad en el aprendizaje y la vivencia de la intimidad, del cuidado del cuerpo, de la propia imagen. Diversidad en la construcción y vivencia de los vínculos, los afectos, las emociones. Una diversidad que es un hecho y nos hace entender que todas las sexualidades son diferentes, todas igual de válidas y verdaderas.

c. La sexualidad en Personas con Diversidad Funcional. Agentes socializadores

Las personas con diversidad funcional necesitan habilidades que permitan avanzar en un desarrollo psicoafectivo global donde la sexualidad se reconozca como una dimensión más de



la persona. En ocasiones necesitarán apoyos en esta área de su vida, la clave es observar y acompañar. No dar nada por supuesto.

La sexualidad en personas con diversidad funcional, viene siendo no reconocida o reprimida. Las personas con diversidad funcional tienen los mismos derechos en relación a la sexualidad: derecho a la libertad sexual, derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexual del cuerpo, derecho a la privacidad sexual, al placer sexual, a la equidad sexual, a la expresión sexual, derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables, derecho a la información, derecho a la educación sexual integral y a la atención de la salud sexual.

Algunos de los tópicos en relación a la sexualidad de las personas con diversidad funcional son:

- Tienen carencia de deseos
- No tienen control de sus impulsos
- Desatención social. Silenciar necesidades evitar la formación sexual de las personas con discapacidad intelectual al considerarla innecesaria o peligrosa

Algunas de las barreras con las que se encuentran las personas con diversidad funcional en relación a la sexualidad que la escuela debe trabajar para conseguir vencerlas son las siguientes:

- Reticencias y miedos de madres, padres, profesorado o tutores
- En el caso de las mujeres, miedo a quedarse embarazadas o a que puedan abusar de ellas
- Creen que no necesitan tener pareja, ni relaciones sexuales
- Hay quienes piensan que no pueden controlar sus deseos sexuales
- No tienen espacios de intimidad
- Por todo ello, a veces, es incluso la propia persona quien se niega a sí misma el derecho a la sexualidad
- Algunas de estas personas manifiestan sentir vergüenza al tener que pedir autorización a sus tutoras/es, para realizar actividades sexuales, para las que los demás no necesitan pedir permiso

Por tanto, es fundamental la formación e implicación de la familia en la educación sexual para fomentar en casa el derecho a la intimidad, la higiene personal, la menstruación, la masturbación, y relación de la educación sexual y la conducta, desde una perspectiva de naturalidad.

Los agentes socializadores como la escuela y la familia deben, como en todos los otros aspectos educativos, trabajar de forma conjunta y colaborativa para trabajar la educación sexual.



Por otro lado, el uso de Internet y de las redes sociales puede abrir el acceso a la pornografía, o a prácticas como el cibersexo, el sexting, etc. El concepto de intimidad es clave en estos aspectos. Por eso, tanto la escuela como las familias es necesario que aborden el buen uso de las redes sociales en relación a la sexualidad. Desde la escuela, podemos orientar a las familias para iniciar buenas prácticas o buen uso de las redes sociales, así como facilitar apps para que las familias puedan tener un control parental mediante las aplicaciones.

La sexualidad de las personas con diversidad funcional no es diferente de la sexualidad de las personas sin diversidad funcional, ya que cada sexualidad es única, y por ello hablamos, del plural de las sexualidades. Cada persona se desarrollará y madurará de manera distinta, con ritmos diferentes. No todas las personas pueden o tienen que vivenciar todos los procesos desarrollados en la sexuación, la sexualidad y la erótica. Pero sí debemos ofrecer los apoyos necesarios para que la persona pueda entenderse, aceptarse y satisfacerse de la mejor manera posible. La observación es nuestra gran aliada.

No debemos olvidar que, a pesar de esta diversidad, el alumnado con diversidad funcional (no es ajena a las influencias sociales, los estereotipos de género y la heteronorma). En algunas personas esta influencia puede ser menor, en otras puede tener un peso mucho mayor.

La sexualidad en muchas ocasiones se vivenciará desde el cuerpo, y el aprendizaje también se desarrollará desde la vivencia. Pero es importante observemos y acompañemos en el proceso. Que tengamos una visión de la sexualidad amplia, donde tengamos presente que puede haber necesidades no satisfechas aunque no se comuniquen, y que existen múltiples experiencias corporales que es necesario reconocer como propias, y si es posible, poner nombre.

d. La educación sexual en educación especial

En cuanto a la ESI en Educación Especial, debido a las carencias presentadas en relación a la educación afectivo-sexual en la comunidad educativa en particular y en la sociedad en general, es necesario que cada centro incluya en su PEC, PGA y en todas programaciones de aula, un plan de Educación afectivo-sexual que englobe a todas las etapas educativas.

Cada centro escolar ha de contribuir a que los chicos y las chicas se desarrollen partiendo de la realidad de sexos diferentes y de la existencia de la identidad de género y sexual como parte fundamental del individuo que tiene derecho a reconocerse y que le reconozcan como tal.

Nuestra función como docentes, junto a las familias, es orientarlos y acompañarlos para que conozcan mejor sus cuerpos, se acepten y puedan disfrutar de sus deseos, cuando existen, de manera satisfactoria. Para ellos es imprescindible que las familias se comprometan con el proyecto educativo del centro para garantizar la cooperación en un entorno de convivencia, respeto y responsabilidad.

Para llevar a cabo una ESI de calidad, es necesario que la COCOPE junto al equipo de Orientación del centro, inicien esta propuesta con el fin de coordinarse con el profesorado de referencia del alumnado para poder impartir esta **materia** en cada aula, adaptando los contenidos, según las necesidades de cada grupo y flexibilizándolo tanto de forma teórica como práctica, mínimo una hora a la semana. No obstante, dicha materia se trabajará de forma transversal en todos los contextos dándole así una continuidad a lo largo de la trayectoria escolar del alumno o alumna.



En definitiva, llevar a cabo una educación sexual que atienda a un modelo amplio de sexualidad, que ponga en valor la diversidad y que mejore de manera contundente la educación.

2. MARCO NORMATIVO

La educación sexual integral, o ESI, es un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en planes de estudios que versa sobre los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. Su propósito es dotar a las niñas, niños y jóvenes de conocimientos basados en datos empíricos, habilidades, actitudes y valores que los empoderarán para disfrutar de salud, bienestar y dignidad; entablar relaciones sociales y sexuales basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas; y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y velar por ellos.

En las orientaciones revisadas se presenta la sexualidad mediante un enfoque positivo, reconociendo que la ESI va más allá de la educación sobre la reproducción, los riesgos y las enfermedades. En ellas se reafirma la posición de la educación sexual dentro de un marco de derechos humanos e igualdad de género, y se pone de relieve su contribución para la consecución de varios Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030, en particular los Objetivos 3, 4 y 5, relativos a la vida sana y el bienestar de todas y todos, la educación de calidad, y el logro de la igualdad de género, respectivamente.

Marco Internacional

- *Agenda 2030 para el desarrollo sostenible*. ONU. Septiembre, 2015. (ODS 3 Salud y Bienestar)
- *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. ONU. Mayo 2008.
- *Principios de Yogyakarta*. Principios sobre la aplicación internacional de derechos humanos en relación con la orientación sexual y la identidad de género. Alto Comisionado de la ONU para los DDHH. Marzo, 2007.
- *Carta de los derechos fundamentales de la Unión Europea*. Diciembre, 2000.

Marco estatal

- *LEY ORGÁNICA 3/2020*, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación.
- *LEY ORGÁNICA 3/2007*, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.
- *REAL DECRETO 1/2013*, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.
- *ORDEN ECD/65/2015, de 21 de enero*, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación en educación primaria, educación secundaria obligatoria y bachillerato.

**Marco normativo autonómico.**

- LEY 8/2017, de 7 de abril, integral del reconocimiento del derecho a la identidad y a la expresión de género de la Comunidad Valenciana.
- LEY 9/2018, de 24 de abril, de la Generalitat, de modificación de la Ley 11/2003, de 10 de abril de la Generalitat, sobre el estatuto de las personas con discapacidad.
- LEY 23/2018, de 29 de noviembre, de igualdad de personas LGTBI.
- LEY 26/2018, de 21 de diciembre, de la Generalitat, de derechos y garantías de la infancia y la adolescencia.
- DECRETO 104/2018, de 27 de julio, del Consell, por el que se desarrollan los principios de equidad e inclusión en el sistema educativo valenciano.
- DECRETO 101/2020, de 7 de agosto, del Consell, de desarrollo de la Ley 23/2018 de igualdad de las personas LGTBI.
- ORDEN de 29 de julio de 2009, de la Conselleria de Sanidad, por la que desarrolla los derechos de salud de niños y adolescentes en el medio escolar.
- ORDEN 20/2019, de 20 abril, de la Conselleria de Educación, Investigación, Cultura y Deporte, por la cual se regula la organización de respuesta educativa para la inclusión del alumnado en los centros docentes sostenido con fondos públicos del sistema educativo valenciano.
- ORDEN 5/2021, de 15 de julio, de la Vicepresidencia y Conselleria de Igualdad y Políticas inclusivas y de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba la nueva Hoja de Notificación para la atención socioeducativa infantil y protección del alumnado menor de edad y se establece la coordinación interadministrativa para la protección integral de la infancia y la adolescencia.
- Instrucciones del 15 de diciembre de 2016, protocolo de acompañamiento para garantizar el derecho a la identidad de género, la expresión de género y la intersexualidad.



3. ORIENTACIONES PARA EL TRABAJO EN EL AULA

a. Cuestionario para valorar “mi propia mochila”

Antes de iniciar cualquier actividad o taller con el alumnado proponemos reflexionar sobre nuestra propia actitud, nuestra propia “mochila” de experiencias y sentimientos relacionadas con la educación sexual. Para ello se presentan las siguientes cuestiones:

- ¿Tienes los conocimientos básicos sobre educación afectivo-sexual para educar a tu alumnado?
- ¿En clase hablo habitualmente con el alumnado de emociones y sentimientos?
- ¿Me siento cómodo hablando de sexualidad con el alumnado o profesorado?
- ¿Utilizo palabras adecuadas para referirme a los genitales cuando hablo con el alumnado?
- ¿Cuido el uso del lenguaje, nombrando y visibilizando a las alumnas de igual modo que a los alumnos?
- ¿La educación sexual debe trabajarse únicamente en el ámbito de la familia?
- ¿Ante conductas de expresión sexual del alumnado me siento incómoda o incómodo?
- ¿En el aula trabajo la higiene de todo el cuerpo?
- ¿Pongo ejemplos que reflejan todo tipo de realidades y sexualidades?
- ¿Está presente la educación sexual en mi programación de aula?
- ¿Mi alumnado tiene intereses sexuales?
- ¿Conozco y aplico terminología concreta sobre diversidad sexual?
- ¿Incorporo la perspectiva de género en todas las actividades del aula?

b. Orientaciones básicas

Después de esta reflexión sobre nuestra propia actitud, la recomendación es sencilla: adelante. Todas las personas con nuestra manera de ser y de expresar, hacemos educación sexual integral. Sabido esto, vamos a hacerlo mejor teniendo en cuenta las siguientes orientaciones básicas:

- Hablemos de educación sexual. Cuanto más hablemos, más fácil es seguir hablando. Lo más importante es mostrar buena disposición y actitud de escucha. A hablar se aprende hablando, igual que a no hablar se aprende no hablando.



- Exprésate con naturalidad. Nuestra expresión facial, tono de voz y todo nuestro cuerpo transmite información, por tanto, el objetivo será transmitir naturalidad, tranquilidad y confianza.
- Fomentemos la participación de todo el alumnado en la medida de sus posibilidades, cada aportación es valiosa, respetando el pudor y los silencios. El diálogo no se fuerza, se cultiva.
- Crear un clima de respeto y confianza. Transmitir el sentimiento de que se puede comunicar y plantear abiertamente dudas e inquietudes, sin juzgar, aportando información clara y corrigiendo los errores o distorsiones. Cuidado con que la información resulte excesivamente técnica o no adecuada a su nivel de comprensión.
- Uso de lenguaje y materiales adecuados a la edad evolutiva. Cuidado con infantilizar cuando hablemos con adolescentes o jóvenes con discapacidad sobre sexualidad.
- Observemos las reacciones y los intereses, una mirada, una caricia o una pregunta nos da mucha información.
- Prestar atención para diferenciar cuándo se debe tratar un tema de manera confidencial, privada e individualizada y cuándo de modo reflexivo con todo el alumnado.
- Ofrezcamos ejemplos plurales donde todos los colectivos estén representados.
- Acojamos información y propuestas del alumnado, estableciendo un diálogo igualitario que se aprenda de forma conjunta.
- Sé una persona honesta contigo misma y con el alumnado; y consultar con profesionales, buscar ayuda de especialistas en caso de dudas. No somos profesionales, somos docentes, formados pero docentes.
- Evaluemos cada actividad o taller, sólo mediante la reflexión obtendremos la mejora.

Por otro lado, hay alumnado que no da significado a la comunicación verbal, pero que mantiene los mismos objetivos propios de la ESI. En este caso, “hablar de sexualidades” tiene que ver con el modo en que se prestan los apoyos en el día a día. Hablamos de una educación sexual integral implícita, que tiene significado para todo el alumnado, pero que es especialmente relevante para quienes tienen grandes necesidades de apoyo y no tienen acceso a materiales, espacios o actividades explícitas de educación sexual.

Esta manera de hacer educación sexual también merece algunas orientaciones básicas:

- Es importante la buena disposición que, en este caso, tiene que ver con ser conscientes de que es necesario ofrecer apoyos que les permitan aprender sobre su cuerpo, que les ayuden a conocerse y dar significado a las vivencias propias del desarrollo de su sexualidad. En ocasiones es importante poner palabras a sus vivencias, pero más aún aceptarlas como propias.
- Otra clave fundamental es la actitud de escucha, de prestar atención a los intereses, inquietudes y vivencias que están presentes, aunque se expresen sin palabras.



- La naturalidad, el respeto y la confianza, son esenciales a la hora de acompañar al alumnado en las tareas relacionadas con la higiene, el cuidado del cuerpo o la imagen personal.
- La intimidad se aprende, así que, es necesario reflexionar sobre lo que se enseña al respecto. Con este alumnado es necesario reflexionar sobre cuál es el estilo de aprendizaje individual, para garantizar la vivencia de la intimidad.
- Cuando el alumnado no tiene la capacidad de comprensión y expresión para “dar permisos”, la anticipación se convierte en un recurso esencial a la hora de facilitar cierto control y participación. Las tareas estructuradas y convertidas en rutinas, facilitan esa anticipación.
- Es importante que las sexualidades del alumnado con graves discapacidades se visibilicen en todos los espacios y especialmente, cuando se comparte con las familias.

c. Conceptos para trabajar

Pablo Freire (1970) establece que la naturaleza del ser humano es, de por sí, dialógica, y la comunicación tiene un rol principal en nuestra vida. Estamos continuamente dialogando con otros, y es en este proceso donde nos creamos y nos recreamos. A fin de promover un aprendizaje libre y crítico, los educadores deben crear las condiciones para el diálogo que a su vez provoque la curiosidad del aprendiz.

El análisis de la realidad ha de ser siempre nuestro punto de partida para utilizar metodologías inclusivas de calidad, a ser posible, desde una planificación centrada en la persona que potencie la autodeterminación del alumnado y lo implique en su proceso de aprendizaje, siendo protagonista de su enseñanza. Nuestras actividades habrán de fomentar las interacciones del alumnado con otras personas, participando del diálogo igualitario y siempre que se pueda en el marco de comunidades de aprendizaje, con la apertura del centro a la comunidad, intentando que los ambientes y las situaciones de aprendizaje resulten lo más naturales posibles.

Las actividades tipo planteadas en esta guía se encuentran impregnadas de metodología dialógica y guiadas por los conceptos de calidad de vida y autodeterminación que, en la práctica se traduce, como indica Verdugo (2021) en centrar las actividades, programas y servicios en las personas, dando especial relevancia a su propia perspectiva, satisfacción y bienestar personal.

Dadas las características de nuestro alumnado, las actividades las hemos de plantear graduadas teniendo en cuenta los diferentes niveles de desarrollo, de competencias y necesidades de la persona y no la etapa educativa en la que se encuentra.

d. Orientaciones para el trabajo / coordinación / implicación de las familias

La Educación Sexual Integral tiene por tanto una perspectiva global y necesita de la coordinación de todos los agentes que intervienen en la vida y desarrollo de cada persona.

Por esto, familia y escuela deben ir de la mano, por lo que se proponen las siguientes estrategias:



- Formación conjunta de profesionales y familiares, en horario extraescolar incluida en el Plan Anual de Formación del Centro.
- Realización de tertulias pedagógicas. Propuestas de lecturas:
 - “Sexualidades que importan” Carlos de la Cruz.
 - “Sexualidades diversas, sexualidades como todas” Carlos de la Cruz.
 - “Què tinc aquí baix?” Rosa Sanchis.
 - “Educación sexual para niños, una tarea sencilla”. Carlos de la Cruz y Verónica Fernández.
 - “Sexualidad, discapacidad y educación”. Lorenzo Miguel Barragán y Elisa Sánchez.

Estas tertulias se podrán celebrar cada dos meses, en horario extraescolar favoreciendo así la participación de toda la comunidad educativa. La Tertulia tendrá una duración de una hora y media, con la presencia de un moderador que fomente y ordene las interacciones.

- Presentación a las familias del Plan Afectivo Sexual que se implemente en el centro.
- Tutorías informativas con familias sobre los contenidos trabajados de forma trimestral.
- Ofrecer recursos y bibliografía existente en el centro y con la colaboración del Equipo de Orientación.
- Coordinar actividades con el centro de salud sexual y reproductiva más próximo, desde la Comisión de Convivencia.

Todas las actividades, reuniones y formaciones con la familia deben realizar en horario que facilite la máxima participación y presencia de las familias.

Algunas claves que pueden facilitar el trabajo con las familias, a propósito de esas estrategias serían:

- Ofrecer tiempos para la reflexión y la comprensión, sin prisas. Se trata de situarse junto a las familias y no enfrente. Una familia que niega o plantea dificultades para atender la sexualidad es una familia que necesita ayuda.
- Importancia de la escucha. Preguntar qué quiere él o ella saber y qué es lo que sabe.
- No culpar, juzgar las actitudes, creencias o ideologías de las familias. Es importante entender su realidad y poner en valor sus esfuerzos por mejorar. En cualquier caso, si surgen conflictos derivados de esas creencias, es oportuno y necesario hacer la reflexión de que las personas con discapacidad intelectual, pueden no vivir y construir las creencias del mismo modo que sus familiares en edad adulta y sin discapacidad. Y el objetivo es que cada cual sea protagonista de su propia sexualidad.
- Respeto al pudor, los secretos y los silencios porque también necesitan su intimidad.



- Transmitir que el silencio, “no hacer nada” en relación a las sexualidades, suele empeorar las situaciones. Han de tener la tranquilidad de que pueden contar con la escuela para entender y atender el desarrollo sexual de sus hijas e hijos.
- No hablar de algo no implica que no exista.
- La educación sexual desde la escuela ha de ir dirigida a todas las familias, no solo a las que perciben dificultades relacionadas con las conductas. Quizás, el primer objetivo es que sepan cómo es esa educación sexual integral, alejada de modelos restrictivos basados únicamente en las conductas.

De esta manera cumpliremos dos principios fundamentales, como son, colaboración y transparencia, base fundamental para establecer vínculos de confianza con las familias.

e. Orientaciones metodológicas generales para el diseño de las actividades

Para el diseño de nuestras actividades:

1. Principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (en adelante DUA)
2. Accesibilidad física, sensorial, cognitiva y emocional.
3. Utilización de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (en adelante TIC), Tecnologías del Aprendizaje y el Conocimiento (en adelante TAC) y las Tecnologías del Empoderamiento y Participación (en adelante TEP).

1. El DUA.

El DUA fue creado por el Centro de Tecnología Especial Aplicada (CAST) fundado en 1984. Es un marco educativo basado en las ciencias del aprendizaje, la psicología cognitiva y la neurociencia que guía el diseño de métodos, materiales y entornos flexibles que minimizan barreras.

El DUA asume la diversidad en los centros educativos, tanto ordinarios como específicos, como una ventaja para el aprendizaje que promueve el crecimiento personal, fomenta la empatía y la tolerancia, les hace sentirse únicos, pero parte de un grupo. Los prepara para una sociedad también diversa.

Tiene tres principios y nueve pautas, que se relacionan en el siguiente cuadro con la metodología empleada con nuestro alumnado:

Principios: alineados con las redes cerebrales vinculadas al aprendizaje (Pastor, Sánchez y Zubillaga, 2014).	Pautas: “conjunto de estrategias que ayudan a diseñar contextos flexibles maximizando las oportunidades de aprendizaje y eliminando barreras” (Elizondo, 2020, pág 55)	Para aplicarlo con el alumnado con nee:
Proporcionar múltiples medios de representación. El QUÉ del aprendizaje: se activan las redes de reconocimiento.	Opciones para la percepción Opciones para el lenguaje y los símbolos Opciones para la comprensión	Lectura fácil Apoyos visuales Aprendizaje dialógico Signos Braille
Proporcionar múltiples formas de acción y expresión. El CÓMO del aprendizaje: se activan las redes estratégicas.	Opciones para la acción física Opciones para la expresión y la comunicación Opciones para las funciones ejecutivas	Autoinstrucciones Andamiaje Programación multinivel Productos de apoyo y materiales que permitan la expresión (comunicadores, emisoras, licornios, carcasas, pictogramas)
Proporcionar múltiples formas de implicación / compromiso. El PORQUÉ del aprendizaje: se activan redes afectivas.	Opciones para el interés Opciones para el esfuerzo y persistencia Opciones para la autorregulación	Gamificación Aprendizaje Basado en el Juego Aprendizaje Servicio Aprendizaje Cooperativo Aprendizaje Situado Planificación Centrada en la Persona.

2. Accesibilidad física, sensorial, cognitiva y emocional.

En el diseño de todas las actividades y contenidos de esta guía, se ha de favorecer la accesibilidad física, sensorial, cognitiva y emocional.

"La escuela inclusiva requiere que los espacios, servicios, procesos, materiales y productos puedan ser utilizados por todo el alumnado y por las personas miembros de la comunidad educativa sin ningún tipo de discriminación y se incorporen las condiciones que aseguren la accesibilidad física, cognitiva, sensorial y emocional." *Artículo 3.9 Principios generales. Decreto 104/2018.*

Todas y todos tenemos muy presente y nos resulta fácil entender la accesibilidad física (infraestructuras: rampas, pasamanos, adaptación baños etc.; productos y tecnologías de apoyo: licornios, carcasas, pulsadores, mobiliario adaptado etc.) y también **la sensorial** (emisoras de FM, lápiz lector, escáner de texto a voz, audiolibros, anillo lector, lapbook, signos, Braille, impresoras 3D, etc.), sin embargo, la cognitiva y la emocional parecen un poco más complicadas.

La **accesibilidad cognitiva** permite al alumnado entender el entorno y las actividades, adaptándolas a su nivel de comprensión. Ejemplos: pictografiar las dependencias del centro (por ejemplo: Proyecto de



Estructuración Ambiental en el Aula de Niños con Autismo (PEANA)”; lectura fácil, utilización de varios recursos: textos, dibujos, gestos, voz, digitales; utilizar signos, símbolos, colores, pictogramas, fotografías, gráficos etc.).

Un **entorno emocionalmente accesible** es un entorno seguro, acogedor y comprensible donde el alumnado es reconocido y aceptado, sintiéndose uno más, desarrolla el sentimiento de pertenencia (Villaescusa, 2017). Ejemplo de ello puede ser fomentar la participación del alumnado en el centro (delegadas y delegados, aportando propuestas, mediante el aprendizaje dialógico etc.) y en su propio proceso de aprendizaje (planificación centrada en la persona) y en su entorno (aprendizaje servicio, aprendizaje situado). Y, en definitiva, cualquier actividad que fomente el autoconocimiento, la autoestima, la autonomía y la autodeterminación.

3. Orientaciones para trabajar con las TIC, TAC, TEP

Presentan ventajas relacionadas en primer lugar con la motivación del alumnado por su uso y el fomento del autoaprendizaje y la autonomía; en segundo lugar, con el gran número de recursos disponibles (apps para alumnado con diferentes NEAE), programas y apps de contenido educativo; y por último con la eliminación de barreras.

Las TIC hacen referencia a las tecnologías que nos facilitan los procesos de adquisición, transmisión e intercambio de información. Hoy en día es impensable una educación sin acceso al ordenador, tablet, internet y pizarra digital. Muchas de las actividades planteadas utilizan las TIC.

Las TAC hacen referencia al uso de las TIC como herramientas formativas. Introducción de la tecnología dentro de las planificaciones educativas, se refieren a la utilización que de ellas hace el alumnado para mejorar su aprendizaje (Archer, Savage, Sanghera-Sidhu, Wood, Gottardo y Chen, 2014). En la actualidad, se han consolidado, como una parte esencial de la educación y, más concretamente, de la educación especial (Tan y Cheung, 2008).

Las TEP ayudan a la autodeterminación y a la autorrealización personal. El alumnado puede interactuar y colaborar como creadores de contenido en una comunidad virtual. Para dicho fin se pueden utilizar plataformas que favorezcan el trabajo colaborativo docente y con el alumnado. En el caso de la Conselleria de Educación y en el marco del desarrollo del actual Plan Digital de Centro, una propuesta que puede resultar eficaz es TEAMS.

Algunas de las Tecnologías del Aprendizaje y del Conocimiento que se utilizan en el planteamiento de las actividades son:

Kahoot es una plataforma gratuita a la que puedes acceder previo registro con una cuenta gmail. Es una herramienta por la que el profesorado crea concursos en el aula, a través de cuestionarios de evaluación, para aprender o reforzar el aprendizaje y donde el alumnado participa como concursante.

Wordwall es un generador con plantillas para trabajar de diferentes maneras un contenido. Además, puedes encontrar actividades ya creadas con la posibilidad de editarlas.

Educaplay es una plataforma web que permite a los docentes crear diferentes tipos de actividades educativas multimedia, mediante diferentes escenarios o actividades tales como crucigramas, sopa de letras, adivinanzas, dictados, entre otras.



Buscapalabras.com es una plataforma que permite crear sopa de letras sobre algún tema en concreto.

Genially es una herramienta en línea para crear todo tipo de contenidos visuales e interactivos de manera fácil y rápida, de uso individual o en equipo.

Cerebriti es una plataforma gratuita en la que los juegos son protagonistas, con múltiples propuestas que abordan áreas como ciencias, geografía, idiomas, deportes, tecnología... entre muchas otras. Aplicados al aula, ayudan a facilitar la enseñanza de una forma más lúdica y amena.

Éstas y otras muchas más se pueden encontrar en la rueda del DUA, en el siguiente enlace aparece la rueda con el acceso a las APPS y un documento que describe cada una de ellas: <https://www.antonioamarquez.com/la-rueda-del-dua-recursos-para-derribar/>.

f. Educación sexual integral y sexología

Acompañar el desarrollo de las sexualidades alumnado con diversidad funcional, en esencia, no plantean diferencias con cualquier alumnado. La educación sexual integral, de la que estamos hablando, plantea el mismo marco y los mismos objetivos, en cualquier escuela y en todas las etapas educativas.

Los grandes objetivos generales son siempre los mismos. Hablamos de procurar que las chicas y chicos, aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica y relacionarse, de manera satisfactoria y siendo felices.

Pero es cierto que la diversidad en cuanto al desarrollo, la maduración, la comunicación o los estilos de aprendizaje, sitúa a quienes atienden a alumnado con N.E.E., ante el reto de acompañar a cada alumna y cada alumno, desde la individualidad. Con la necesidad de ajustarse y adaptarse a cada realidad, apostando por la flexibilidad y la creatividad, entendida como la habilidad de poder hacer las cosas de maneras distintas.

Tratar de describir el desarrollo de las sexualidades del alumnado con diversidad funcional y abarcando todas las etapas educativas, nos sitúa ante una realidad tan obvia como, seguramente, indescriptible: la diversidad más absoluta y, dígase de paso, enriquecedora.

Hablamos de diversidad sexual y de sexualidades diversas. De tantas maneras de construirse de manera sexuada, como alumnado existe.

En ocasiones, se corre el riesgo de que las dificultades en relación a las competencias cognitivas o de comunicación, nos lleven a situar al alumnado en un lugar madurativo que no les corresponde. Hay alumnado que no tiene competencias académicas o de comprensión, para trabajar teóricamente con relación a ciertos conceptos relacionados con la sexualidad. Sin embargo, su desarrollo y su maduración hormonal, referida a sus caracteres sexuales, ocurrirá al margen de cualquier carencia competencial. Y es necesario ser conscientes de ello y plantear una oferta educativa, a partir de esa realidad y sin caer en situaciones de infantilización o invisibilización del desarrollo sexual.



En cualquier caso y partiendo de esa diversidad de la que hemos hablado, vamos a nombrar algunos aspectos relevantes y claves que, de algún modo, nos acercan y ayudan a entender las sexualidades de este alumnado.

Atendiendo al modelo del Hecho Sexual Humano y en el marco que determina la Educación Sexual Integral, vamos a referirnos al SEXO (¿Cómo soy?), la SEXUALIDAD (¿Cómo lo vivo?) y la ERÓTICA (¿Cómo lo expreso?).

4. PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN

a. ¿Cómo soy? El Sexo

- Preguntas y mitos

La diversidad es un hecho. Lo normal, lo lógico, es que todas y cada una de las personas sean peculiares y únicas. Cada persona es excepcional. (De la Cruz, 2018)

Por esto en primer lugar vamos a centrarnos en la cuestión **¿Cómo soy?** planteándonos unas preguntas iniciales para reflexionar sobre la realidad de nuestro alumnado:

- ¿Reconocen su imagen ante el espejo?
- ¿Trabajamos en el aula todas las partes de cuerpo?
- ¿Hablamos en clase de sensaciones de placer?
- ¿Identifican sensaciones diferentes en su cuerpo?
- ¿Toman decisiones sobre sí mismos? Sobre el pelo, la ropa, etc.
- ¿Reconocen que su cuerpo y el de los demás cambia? ¿Hasta cuándo cambia?
- ¿Damos importancia y valor a la diversidad de los cuerpos?
- ¿Trabajamos las etapas evolutivas en el aula?

Ante las respuestas, ya podemos empezar a planificar cambios en nuestra práctica, sin dejar de revisar los mitos que persiguen a las personas con diversidad funcional respecto a su sexualidad, relacionada con el conocimiento de sí mismos. Según la Guía de Plena inclusión CV (Antes FEAPS) “Dibujando la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo: una cuestión de derechos”, estos mitos pueden ser:

- La sexualidad de las personas con diversidad funcional es “especial”.

No, su sexualidad se manifiesta de distintas maneras, igual que hay distintos cuerpos, por tanto, hay que dar la misma educación sexual.



- Las personas con diversidad funcional no necesitan Educación Sexual.

Todos necesitamos que la educación sexual esté presente durante todo el ciclo vital, para comprendernos a nosotros mismos y a los que nos rodean.

- Las personas con diversidad funcional no tienen sexualidad, son asexuadas y/o no les interesa.

Tratadas como niñas y niños eternos, pero su desarrollo corporal es el mismo y su cuerpo cambia como el de todas y todos. Tienen capacidad de sentir y excitarse.

- Las personas con diversidad funcional no tienen atractivo y no pueden producir placer.

Ya hemos visto antes que todas las personas tienen capacidad de sentir y excitarse, y además que todos los cuerpos son diferentes, debemos desterrar los cánones que nos marca la sociedad sobre lo que es o no atractivo, si no situar a la persona en el centro y dar a valorar lo que le gusta a cada uno, lo que le parece atractivo, sin olvidar sentimientos, valores y personalidad.

Al valorar estas preguntas y estos mitos aceptamos que la sexualidad está en todo el cuerpo, así que debemos conocer, sobre todo, el cuerpo, la piel, la sensibilidad, las distintas formas y tamaños y cómo pueden ser diversos los cuerpos de los hombres y los cuerpos de las mujeres.

Por tanto, aprender a reconocer sensaciones interoceptivas y propioceptivas, aprender a relajarse y experimentar, a despertar y desarrollar todos los sentidos intentando favorecer y posibilitar la diferenciación entre la propia persona y el resto del mundo que le rodea, abordando los mismos aprendizajes independientemente del género. No hay nada que sólo deba aprender quien pertenece a uno de los sexos, ni nada que no se deba aprender por esa pertenencia.

Proporcionaremos información inclusiva, que hable en plural, que ofrezca modelos para hombres y mujeres, que hable del placer, que llegue a las necesidades, pasando por las distintas capacidades y utilizando los sistemas de comunicación necesarios (De la Cruz, 2018).

- Orientaciones

El **SEXO** se concreta en el hecho de tener un cuerpo sexuado. Lo que conocemos como el proceso de sexuación, nos va construyendo como niñas o niños, mujeres u hombres, con toda la diversidad que ello implica y que en ocasiones escapa de esa clasificación binaria. Los caracteres sexuales, aquello que nos diferencia en relación al sexo, se expresan y desarrollan durante toda la vida. Nacemos como seres humanos hembras, macho o intersexuales, y posteriormente nos vamos identificando como hombres o mujeres. Siendo esto un proceso madurativo y cultural.

Cada alumna y cada alumno, necesita **conocer su cuerpo**, en relación a lo sexuado y, en la medida de lo posible, diferenciándolo de otros cuerpos. Entendiendo su desarrollo, sus cambios, en cada momento y etapa evolutiva. Dándoles significado y viviéndolos con naturalidad.



Es obvio que el silencio, la falta de información, no apunta en la dirección de la naturalidad. Todavía **se mantienen situaciones de silencio**, que trasladan al alumnado la creencia de que no se puede hablar de sexo. Las dudas, incomodidades o típicas risas, al abordar el tema, evidencian estas carencias.

Vivirse sin entenderse, es difícil. El alumnado **necesita y merece información**. Y además, como ocurre con cualquier otro conocimiento, la merecen **de manera anticipada**, antes de que surjan las dudas o se acaben viviendo como problemas. Hay que anticiparse a las preocupaciones y no aliviarlas cuando ya existen.

Desde las etapas más tempranas, han de empezar a conocer y reconocer los caracteres sexuales. **Conocer las diferencias** entre chicas y chicos, en clave de **diversidad** y viviéndolas desde la **aceptación**. Reconocer y poder nombrar los órganos genitales y sus partes. Quienes hacen uso de la comunicación verbal, han de conocer y **usar un vocabulario adecuado, sin infantilización**.

No es extraño que alumnas y alumnos, incluso de edades avanzadas y con capacidades cognitivas suficientes, no sepan **distinguir y poner nombre a las diferentes partes de sus órganos genitales**. Y habría que hacer referencia a un sesgo de género que evidencia que **las chicas adolecen más de esta información**. Distinguir entre la vagina y el meato urinario (“agujerito para el pis”) o saber que existe el clítoris, que solo sirve para sentir placer, son conocimientos tan esenciales como, muchas veces, silenciados.

Como ya se ha dicho, habrá alumnado con capacidades para llevar a cabo los aprendizajes teóricamente. **Hacen falta clases**, sesiones dedicadas a ello. Sabemos que también hay alumnado que no es susceptible de acceder a esos espacios de aprendizaje, pero no hay que olvidar que, en la escuela, se dan otros momentos y espacios que ofrecen oportunidades de aprender de las vivencias. Así, los apoyos que se ofrecen al alumnado a la hora de **los cuidados del propio cuerpo**, han de entenderse como oportunidades para aprender a conocerse y entender la maduración y el desarrollo. Aprendizajes significativos para todo el alumnado, pero que adquieren una especial relevancia para quienes tienen grandes necesidades de apoyo.

Es importante que el alumnado pueda **dar significado a los cambios** que el cuerpo va experimentando, en relación a la maduración sexual. Entender, cada cual, atendiendo a sus capacidades, procesos como **la menstruación**. También el funcionamiento y la maduración de **la Respuesta Sexual Humana (RSH)** Deseo, placer, excitación, erecciones, orgasmos y eyaculaciones, son conceptos clave para entender cómo funciona el cuerpo cuando, con la maduración, se activa el deseo erótico y la RSH.

Es muy habitual que el alumnado no tenga apenas información fiable, “académica”, sobre estas cuestiones tan relevantes y significativas en su vida y en su maduración sexual. Aunque estemos hablando de procesos naturales y cotidianos, **nunca es posible dar nada por hecho**. Más bien al contrario, la experiencia nos hace saber que **manejan muy poca información al respecto**. Y es muy complicado poder vivir bien ciertas experiencias, si no es posible ponerles nombre, entender lo que significan.



Para gestionar las emociones, el primer paso es reconocerlas. Para **gestionar el deseo**, es necesario poder ponerle nombre, saber lo que es y cómo funciona. Entender el placer, la excitación o saber que existen los orgasmos.

La pregunta de “**¿cómo se tienen bebés?**”, suele despertar un gran interés general, incluso en etapas muy tempranas. Cuando el desarrollo cognitivo permite que se planteen inquietudes relacionadas con la sexualidad, la concepción, el embarazo, el parto o la lactancia, suelen ser temas de interés. Es importante que el alumnado tenga **acceso a información fiable**, certera y ajustada a sus capacidades de comprensión.

Cuando surgen dudas respecto a si es el momento oportuno para explicar ciertos conceptos o cuestiones, la propuesta desde la sexología es no caer en el silencio y **ofrecer oportunidades**. Una información veraz y construida con valores, nunca puede ser mala ni provocar ningún problema. De igual modo, cuando hay dudas sobre la capacidad de comprensión del alumnado, la propuesta también es tratar de ofrecer oportunidades. Que no puedan aprender todo, no significa que no puedan aprender nada. Lo más importante es **que aprendan que de sexo y sexualidad, también pueden hablar y aprender**.

Evidentemente, los contenidos deberán **estar ajustados a las capacidades, estilos de aprendizaje y maneras de comunicarse** del alumnado. El uso de materiales adaptados y SAACs, se considera indispensable, al igual que ocurre con cualquier otro aprendizaje o propuesta educativa.

Y junto al conocimiento del cuerpo, es necesario **aprender a quererlo y cuidarlo**. En etapas tempranas, los cuidados se centran en **la higiene** y poco a poco, con la edad y la maduración, van abarcando ámbitos más relacionados con **la salud sexual**. La información y el conocimiento relacionado con las **Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)** es esencial, como lo es la información sobre la existencia y el uso de **métodos anticonceptivos**. Estamos hablando, pues, de una educación sexual de carácter preventivo. Aunque, evidentemente, no se puede caer en el error de limitar la educación sexual a esa prevención, también es obvio que se trata de una información importante y necesaria, para cierto sector del alumnado.

En gran medida, el conocimiento que cada cual tiene de su cuerpo, está muy relacionado con su participación en la higiene y los cuidados. Trabajar por **garantizar la máxima participación** e incluso autonomía, cuando las capacidades lo permiten, **es esencial para el conocimiento del propio cuerpo**.

Aquellos conocimientos relacionados con las prácticas sexuales, evidentemente, se orientan a etapas maduras, donde se hace evidente que los necesitan y les resultan significativos en su vida. Entiéndase prácticas sexuales como conductas diversas relacionadas con el placer sexual y la respuesta sexual humana, con otra persona u otras personas o en intimidad con nuestro propio cuerpo.

En definitiva, cada alumna y cada alumno, ha de saber y entender cómo es y funciona su cuerpo. Es cierto que, en la pubertad, los cambios que se experimentan son más intensos y llamativos, pero **la necesidad de conocerse resulta de vital e igual importancia, en todas las etapas educativas**.



Contenidos del apartado	
<u>Caracteres sexuales</u>	<u>El ciclo menstrual</u>
<u>Órganos genitales</u>	<u>Salud sexual</u>
<u>Cuerpo humano</u>	<u>ITS y anticonceptivos</u>
<u>Higiene y cuidados</u>	<u>Embarazo y lactancia</u>

- Propuestas de actividades

CARACTERES SEXUALES

Educación sexual implícita - Recomendaciones
Caracteres sexuales
El alumnado que no es capaz de reconocer y aprender conceptualmente sobre los caracteres sexuales, merece la oportunidad de ser consciente de esas estructuras y, especialmente, de la transformación que viven con la llegada de los cambios hormonales. Para ello, es recomendable prestar apoyos, ajustados a las capacidades y circunstancias de cada cual, para reconocer aquellas estructuras del cuerpo que suelen vivir cambios más significativos. Por ejemplo, aprovechar momentos de cuidado del cuerpo, para centrar la atención en reconocer partes del cuerpo como el pecho o las caderas. Reconocer zonas donde, en etapas tempranas no hay vello, pero que en algún momento comienza a aparecer... Guiar sus manos, centrar su atención y en definitiva, dedicar algo de tiempo, a que sean conscientes y le den significado a esos cambios madurativos.



SABERES BÁSICOS: LOS CARACTERES SEXUALES	NOMBRE: ¿PODRÍAS SABER SI ES MUJER U HOMBRE?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reconocer los caracteres sexuales. - Entender que la mayoría de los caracteres sexuales son “relativos” (intersexuales).	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO Se plantea la pregunta: “¿Podrías saber si es una mujer o un hombre por...?” Se hacen distintas propuestas, referidas a estructuras del cuerpo. Las que sí que diferencian a chicas y chicos, son caracteres sexuales. Un ejemplo de las propuestas que podemos hacer son: 1. Por el color de los ojos. 2. Por los pelos de las piernas. 3. Por los órganos genitales. 4. Por el tamaño de las orejas. 5. Por el tamaño del pecho. Según se vayan reconociendo los caracteres sexuales, nos daremos cuenta y transmitiremos que, casi todos, nos diferencian de manera “relativa”. Por ejemplo, las chicas suelen tener el pecho más grande (con el desarrollo), pero la realidad es absolutamente diversa y hay algunos chicos que tienen el pecho más grande que algunas chicas.		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual. Es importante mantener un tono permanente que transmita el valor de la diversidad en relación a todos los caracteres sexuales. Todas las maneras de vivirlos y desarrollarlos son igual de válidas.		

ÓRGANOS GENITALES

Educación sexual implícita - Recomendaciones

Los órganos genitales

Participar del cuidado del propio cuerpo, es la mejor manera de conocerlo. Así pues, favorecer la participación y conexión del alumnado, con las actividades propias de la higiene de sus órganos genitales, tiene un gran valor educativo.

Es importante **invitarles a participar activa y conscientemente**, de esa higiene, modelando sus manos cuando tienen dificultades motrices y no pueden tocarse, acceder a sus genitales.

También es fundamental, **ofrecer oportunidades para que puedan reconocer sus genitales visualmente**, cuando hay visión funcional. Cuando son necesarios cambios de pañal/absorbente o durante la higiene íntima, hay que prestar apoyos que brinden oportunidades para reconocer su desnudez.

SABERES BÁSICOS: LOS ÓRGANOS GENITALES	NOMBRE: CONOCER LOS ÓRGANOS GENITALES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	Reconocer los órganos genitales, sus partes, similitudes y diferencias. Entender que los órganos genitales también son diversos y hay innumerables formas y tamaños.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACION: 1 SESIÓN	MATERIALES: Ordenador o tablet Pizarra digital
DESARROLLO Se muestran imágenes explícitas (dibujos + pictogramas), de los órganos genitales, de chicos y chicas. Se nombran y explican las diferentes partes, cómo funcionan, para qué sirven.		

**OBSERVACIONES:**

Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.

Es importante ofrecer modelos de imágenes que apunten a la diversidad, legitimando las múltiples formas y tamaños de los órganos genitales.

También será necesario reflexionar sobre la existencia de la transexualidad, es decir, chicas que tienen pene y testículos y chicos que tienen vulva.

Habitualmente, existen muchas maneras de referirse y nombrar los genitales. Será recomendable hablar sobre ello, entender esa realidad propia del entorno cercano, pero habrá que asegurar un buen uso del lenguaje adecuado.

SABERES BÁSICOS: LOS ÓRGANOS GENITALES		NOMBRE: LO QUE SÉ DE LOS ÓRGANOS GENITALES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		-Reconocer los órganos genitales, sus partes, similitudes y diferencias. -Entender que los órganos genitales también son diversos y hay innumerables formas y tamaños.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Ordenador, Tablet o pizarra digital	
DESARROLLO Se muestran las mismas imágenes explícitas (dibujos + pictogramas), de los órganos genitales, de chicos y chicas, que se trabajaron en la anterior sesión. Ahora es el grupo el que ha de reconocer, nombrar y explicar todo lo que han aprendido.			
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo o por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual. Es importante prestar atención al adecuado uso del lenguaje, deteniendo la participación e invitando a hacerlo, si no es así.			

CUERPO HUMANO

Educación sexual implícita - Recomendaciones

Cuerpo humano

Desarrollar competencias referidas al cuerpo humano, cuando hablamos de alumnado que no disfruta de aprendizajes conceptuales, nos lleva a centrarnos en **ofertas educativas centradas en las vivencias**.

El reto es **adaptar las propuestas** para que todo el alumnado, sea cual fuere su nivel de competencia, experimente y aprenda en relación a todos los sentidos, los sabores, las texturas, su aparato locomotor, su sentido de la propiocepción...

Todo el trabajo planteado en las actividades que a continuación se describen, merece ser orientado y ajustado al estilo de aprendizaje de cada alumna y cada alumno.

Hacer ofertas que permiten al alumnado conocer mejor su cuerpo, desde una perspectiva global y no solo centrada en los rasgos sexuados, también se alinea con la educación sexual integral que proponemos.

SABERES BÁSICOS: PERCEPCIÓN	NOMBRE: BANDEJAS SENSORIALES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Trabajar a través de la experimentación y manipulación los conceptos relacionados con los diferentes sentidos. - Fomentar la capacidad de elección.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Bandejas Objetos con diferentes texturas, formas, tamaños.
DESARROLLO En una bandeja introduciremos un elemento como material base (espuma de afeitar, harina, bolas de hidrogel...) y algunos accesorios para que el alumnado pueda manipular y experimentar. Debe tratar de adivinar qué es lo que oculta esa bandeja. Preguntar al alumnado sobre cuál ha sido la sensación que más le ha gustado. Si han experimentado la sensación de placer. Del tipo.... "He sentido...cuando he tocado...." Ver anexo: https://www.educahogar.net/20-ideas-de-bandejas-sensoriales/		
OBSERVACIONES: A modo de circuito, se podrán ubicar diferentes postas con las bandejas sensoriales elaboradas.		

SABERES BÁSICOS: PERCEPCIÓN	NOMBRE: TALLER DE SABORES Y TEXTURAS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Trabajar a través de la experimentación y manipulación los conceptos relacionados con los diferentes sentidos. - Fomentar la capacidad de elección.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Recipientes. Alimentos con diferentes texturas, sabores y olores.
DESARROLLO: Con los ojos vendados, deberán probar una serie de alimentos, decir qué sienten al masticarlo, si es dulce, salado, amargo... y adivinar de qué alimento se trata. Preguntar al alumnado sobre cuál ha sido la sensación que más le ha gustado. Si han experimentado la sensación de placer. Del tipo.... "He sentido...cuando he probado...."		
OBSERVACIONES: A modo de circuito, se podrán ubicar diferentes postas con los recipientes de los alimentos.		

SABERES BÁSICOS: PERCEPCIÓN	NOMBRE: EDUCAPLAY. CRUCIGRAMA DE LOS SENTIDOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Trabajar a través de las Tecnologías del Aprendizaje y del conocimiento los conceptos relacionados con los diferentes sentidos.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Ordenador. Tablet. PDI.
DESARROLLO: El alumnado accederá al enlace facilitado por el docente, deberán realizar el crucigrama sobre los 5 sentidos en el menor tiempo posible. Ver anexo: https://es.educaplay.com/recursos-educativos/7175326-los_sentidos.html		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual. En el apartado de actividades de ampliación puedes encontrar otras propuestas de carácter interactivo para trabajar estos contenidos.		



SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: LAPBOOK LOCOMOTOR	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Afianzar los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: Cartulinas de colores. Rotuladores y lápices de colores. Plantilla con la figura del cuerpo humano (músculos y huesos).
DESARROLLO: Crear un Lapbook sobre el sistema locomotor donde aparezcan los diferentes huesos y músculos trabajados en las sesiones anteriores.		
OBSERVACIONES: La actividad se realizará en pequeños grupos.		

SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: TWISTER LOCOMOTOR	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Repasar los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ruleta con diferentes huesos y músculos del cuerpo asociadas cada parte con un color diferente. - Tapete con los diferentes huesos y músculos que aparecen en la ruleta y los diferentes colores.
DESARROLLO: El juego consiste en hacer girar la ruleta y colocar la parte seleccionada en un tapete en el suelo sin caerte. Ver anexo: https://wordwall.net/es/resource/6677002/juego-de-twister-con-partes-del-cuerpo		
OBSERVACIONES: Se podrán realizar en gran grupo o por pequeños grupos.		

SABERES BÁSICOS: PROPIOCEPCIÓN Y CONCIENCIA CORPORAL	NOMBRE: ¿QUÉ ES LA PROPIOCEPCIÓN?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Familiarizar a nuestro alumnado con las sensaciones de cada parte de su cuerpo. - Reconocer las partes íntimas de las personas.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Pañuelo o antifaz.
DESARROLLO: Taparemos los ojos a los alumnos y alumnas y girando sobre ellos mismos, provocaremos una sensación de mareo. Esta sensación nos servirá de punto de partida para trabajar la propiocepción. Aprovecharemos para diferenciar entre las partes de nuestro cuerpo que son públicas y privadas.		
OBSERVACIONES: Cada alumno y cada alumna experimentará la actividad y posteriormente se interpretarán las sensaciones vividas.		

SABERES BÁSICOS: INTEGRACIÓN SENSORIAL	NOMBRE: TÍRATE A LA PISCINA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Promover el estímulo táctil y aumentar la tolerancia hacia el mismo. - Reconocer las partes íntimas de las personas.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Piscina o bañera con pelotas de plástico. - Recipientes grandes con otros materiales (legumbres, arroz...)
DESARROLLO: El niño y la niña deberá entrar a la bañera con pelotas y la persona adulta le indicará una parte de cuerpo que debe sumergir por completo. De igual manera, el alumno y la alumna podrá seleccionar el área de su cuerpo que quiera cubrir con las pelotas. Aprovecharemos para distinguir las zonas íntimas y hacerles comprender la importancia del consentimiento a la hora de tener un contacto físico más íntimo con las personas.		
OBSERVACIONES: En el caso de no disponer de bañera, piscina de plástico o recipiente grande la actividad puede realizarse en el suelo con una sábana grande o funda de colchón utilizando los diferentes materiales, de manera que los podamos poner sobre el alumno o alumna, quién estará tumbado sobre la sábana.		



HIGIENE Y CUIDADOS

Educación sexual implícita - Recomendaciones

Higiene y cuidados

Ya hemos hablado de la importancia y el valor de la **participación del alumnado en las actividades de higiene íntima**. Cuando no es posible trabajar en el aula conceptualmente, **los cuidados de la higiene son los espacios de aprendizaje prioritarios**. En realidad, son momentos de aprendizaje para todo el alumnado. Todas las figuras profesionales del equipo, pueden proporcionar y participar de esos aprendizajes.

Atendiendo a las competencias de cada alumno y cada alumna, la idea es **hacerles partícipes y conscientes de estos cuidados**.

La recomendación, para quienes tienen grandes necesidades de apoyo, es **apostar por las rutinas**, que favorecen la estructura de las actividades y, por tanto, facilitan los aprendizajes. No da igual por donde empezar o terminar una actividad de higiene. El ritmo, las maneras, no pueden depender de quien presta ese apoyo. Cada alumna y cada alumno, merecen sus propias rutinas, ajustadas a sus competencias y posibilidades de aprendizaje.



SABERES BÁSICOS: HÁBITOS SALUDABLES E HIGIENE	NOMBRE: ¿CÓMO LLEVAMOS UNA VIDA SALUDABLE?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer los conocimientos previos de nuestros alumnos. - Reflexionar sobre conceptos relacionados con los hábitos saludables e higiene íntima. - Reconocer las partes íntimas de las personas.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO: Haremos una lluvia de ideas en gran grupo para saber de qué conocimientos parten nuestros alumnos y alumnas. Posteriormente, con la plataforma Cerebriti, elaboraremos una serie de preguntas y afirmaciones interactivas sobre cómo llevar hábitos saludables e higiene íntima, como, por ejemplo: - ¿Es recomendable hacer un aseo diario de los genitales tanto masculinos como femeninos? - ¿Debemos evitar el uso de productos de higiene íntima perfumados en el área genital? - ¿Debemos usar algún tipo de gel específico para el lavado de nuestros genitales? - ¿Es bueno llevar ropa apretada? - ¿Cada cuánto tiempo es recomendable cambiarse la compresa para evitar la formación de hongos por exceso de humedad?		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		

EL CICLO MENSTRUAL

Educación sexual implícita - Recomendaciones

EL CICLO MENSTRUAL

Las alumnas a las que no les resulta significativa la comunicación verbal y no se les puede anticipar y ofrecer información sobre el ciclo menstrual, **merecen entender y dar significado a esta vivencia**, cuando está presente.

Los objetivos son los mismos que con las chicas que usan la comunicación verbal, aunque, por su estilo de aprendizaje, la oferta educativa se centrará esencialmente en los apoyos para la higiene y cuidados del cuerpo.

Una recomendación esencial es **transmitir una vivencia en positivo de la menstruación**. Evitar comentarios, gestos y actitudes que den protagonismo a las connotaciones negativas que habitualmente se le atribuyen. Es necesario **validar la vivencia de las emociones** que, en esos días, pueden estar condicionadas.

El principal mensaje a transmitir es que **se trata de una vivencia natural**, que forma parte de la vida. Las alumnas han de percibir que somos conscientes de que la están vivenciando y que les acompañamos con naturalidad.

En la práctica educativa, esto supondría la **incorporación de algunos gestos** durante los apoyos de la higiene. Si no hacemos nada diferente al resto de días, la vivencia de la menstruación parecería invisible y sin significado.

Simplemente modelando su mano para llevarla a la zona del vientre y frotar un poco, sería una manera de dar a entender que sabemos que, en esa zona, siente algo diferente ese día.

Es una buena práctica, en esos días, encontrar tiempos para hacer un pequeño masaje en la zona de la barriga, aplicar calor, alguna pequeña vibración... Es decir, **facilitar un cuidado diferente y consciente**.

Algunas recomendaciones prácticas:

- Hacer uso, en esos días, de ropa interior (bragas) de algodón ecológico.
- Recomendar sujetadores cómodos de algodón ecológico.
- Observar a la menor y valorar si el ritmo de actividad diario debe disminuir porque existe algún tipo de malestar.
- Ofrecer algún analgésico si se considera oportuno.
- Recomendar a las familias la visita a ginecología a todas las mujeres con discapacidad intelectual, sean menores o adultas, con o sin grandes necesidades de apoyo.
- Calendarizar los días del periodo, para preveer los días previos y ofrecer los apoyos necesarios adelantándonos y, así como, ser conscientes de si se producen desajustes en el período



SABERES BÁSICOS: EL CICLO MENSTRUAL	NOMBRE: CONOZCO EL CICLO MENSTRUAL	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- El objetivo de la actividad es saber los conocimientos previos que tiene el alumnado sobre el ciclo menstrual.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Dos folios. - Lápiz
DESARROLLO: El alumnado se pondrá en dos grupos. En cada grupo tendrán un folio y lo irán pasando, siguiendo las agujas del reloj, por cada componente del grupo, respondiendo la siguiente pregunta: ¿Qué es para ti el ciclo menstrual? Se podrán escribir ideas para que vayan respondiendo como (duración, quien lo tiene mujeres/hombres), qué es la menstruación, etc. Una vez finalizadas las aportaciones de los dos grupos, se leerá lo que ha escrito cada grupo y se guardará el folio.		

SABERES BÁSICOS: EL CICLO MENSTRUAL	NOMBRE: PREGUNTAS FRECUENTES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar conocimientos previos. - Conocer el ciclo menstrual. - Analizar las creencias y desmitificar algunos aspectos sobre la menstruación. - Hábitos de higiene y salud menstrual.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: - PDI

**DESARROLLO:**

En este espacio se lanzarán preguntas para crear un debate entre el grupo. Algunas preguntas pueden ser:

- **¿Sabías que la menstruación tiene cuatro fases?** En esta pregunta, después del debate se puede presentar un gráfico para explicar las 4 fases.

Se puede aprovechar este espacio para hablar de los cambios en el moco cervical según la fase del ciclo.

- **¿Consideráis que es importante tener unos hábitos saludables para tener un ciclo menstrual sano?** Es importante destacar la importancia de tener unos hábitos saludables y una alimentación saludable para tener un ciclo menstrual sano.

- **¿Qué productos se pueden usar durante la menstruación?** A raíz de esta pregunta se pueden presentar los distintos productos para la higiene menstrual como las compresas, salvaslips, tampones, copa menstrual, braguitas menstruales, etc. Así como resolver las dudas que vayan surgiendo sobre los distintos productos.

- **¿La menstruación duele?** En esta pregunta podemos volver hacer hincapié en la importancia de la adquisición de unos hábitos saludables sanos para ayudar a tener un buen balance hormonal, así como de la importancia de ir al ginecólogo o la ginecóloga de forma periódica.

- **¿Puedo ir a nadar durante la regla?** A raíz de esta pregunta se pueden romper mitos que tiene el alumnado.

- **¿Para qué sirve la menstruación?** En esta pregunta podemos volver analizar un gráfico visual del ciclo menstrual donde se vean las distintas fases a lo largo del ciclo y lo que ocurre en cada fase.

OBSERVACIONES:

Es importante que se realice un registro para el ciclo menstrual y así poder anticipar cuando les va a bajar la menstruación aproximadamente, los cambios emocionales, etc. Además, también es muy importante que en el momento de la higiene menstrual se trabaje desde la intimidad.

Tenemos que tener en cuenta que las personas con necesidad de mayor apoyo pueden tener dificultad para entender todos estos conceptos. Sin embargo, cuando les baja la regla, si tienen dolor o simplemente si sabemos que les ha bajado la regla podemos, con acompañarlos diciéndoles “te ha bajado la menstruación”, siempre transmitiéndole tranquilidad y comprensión.

SABERES BÁSICOS: EL CICLO MENSTRUAL	NOMBRE: CALENDARIO MENSTRUAL	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer las fases del ciclo menstrual - Autoconocimiento - Diferencias individuales en el ciclo menstrual - Autonomía a higiene íntima en el ciclo menstrual - Intimidad	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: Esta actividad tendrá una duración continua a lo largo del curso	MATERIALES: - Registro ciclo menstrual
DESARROLLO: La actividad consiste en que cada alumna registre su ciclo menstrual y vaya identificando las diferentes fases del ciclo y como se siente. Con este registro la idea es que conozcan su ciclo. A continuación, proponemos un modelo para trabajar en clase. En el registro del ciclo debemos hacer especial hincapié de que cada ciclo es distinto en cada cuerpo. Es importante trabajar la autonomía en el cambio de los productos de higiene menstrual, así como trabajar los cambios siempre respetando la intimidad de la alumna.		

SABERES BÁSICOS: EL CICLO MENSTRUAL	NOMBRE: PREGUNTAS FRECUENTES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocimientos previos sobre el ciclo menstrual.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -PDI
Para finalizar repetimos la actividad “Conozco el ciclo menstrual” lanzando las mismas preguntas. Al finalizar se comparan los dos folios elaborados por grupo y se sacan unas conclusiones finales.		

SALUD SEXUAL

Educación sexual implícita - Recomendaciones

SALUD SEXUAL

Además de hablar y compartir información sobre hábitos saludables en relación a la salud sexual, es obvio que es necesario **cuidar esa salud en la práctica**, realizando esas actividades de cuidado de la mejor manera posible.

Es necesario decir que el alumnado con graves discapacidades, presenta las mismas necesidades de cuidado que cualquier chica o chico de su edad. Las **revisiones y seguimientos ginecológicos**, aunque se llevan a cabo desde el entorno familiar, deberían ser objeto de intercambio en tutorías u otros momentos de acompañamiento a las familias.

En el caso de los chicos, por ejemplo, es relativamente habitual que **situaciones de fimosis**, dejen de ser atendidas y queden invisibilizadas por la situación de discapacidad.

Por otro lado, si hablamos de salud sexual e higiene, también es necesario entender **los momentos de cuidado del propio cuerpo**, como **espacios de aprendizaje en la escuela**. Una buena higiene de los órganos genitales incluye, en el caso de los chicos, la detenida higiene del glande. Hay que enseñar y hacer consciente a cada alumno de la importancia de esta tarea de higiene, hay que facilitar su máxima participación. De igual modo ocurre con las chicas y con la necesidad de hacerlas partícipes de una correcta y detenida higiene de sus órganos genitales.

SABERES BÁSICOS: SALUD SEXUAL	NOMBRE: ¿VERDADERO O FALSO? HÁBITOS SALUDABLES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer la importancia de mantener una higiene íntima diaria y correcta	
TIPO: ¿QUE SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Cuestionario de Verdadero o Falso
DESARROLLO: 1. El grupo de alumnado se dividirá en diferentes grupos heterogéneos. 2. De forma individual se repartirá un cuestionario en el que tendrán que contestar con verdadero o falso. Por ejemplo: - Ducharse todos los días es bueno. - Me lavaré las manos antes de tocarme mis partes íntimas. - Si tengo una enfermedad de transmisión sexual no se lo tengo que contar a mi pareja. - Solo tengo que lavarme mis partes íntimas después de tener relaciones sexuales. Por último, se debatirán las respuestas en los diferentes grupos.		
OBSERVACIONES: Se recomienda adaptar las afirmaciones según las características del alumnado, así como la forma de presentar el cuestionario.		

ITS Y ANTICONCEPTIVOS

Educación sexual implícita - Recomendaciones
ITS
Hay infecciones que, aunque se transmitan por conductas eróticas, pueden estar presentes en personas que no realizan ninguna práctica. Es decir, hay alumnado con graves discapacidades, ajeno a la erótica compartida, que podría vivir algún episodio de ITS , por causas endógenas. Es necesario tener presente esta realidad, a la hora de valorar signos o conductas relacionadas, por ejemplo, con el tocamiento de los órganos genitales.

SABERES BÁSICOS: PREVENCIÓN DE EMBARAZO Y MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS	NOMBRE: EL CONSULTORIO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	– Tomar decisiones y decidir acciones de forma responsable para prevenir embarazos. – Promover una vida afectiva y sexualidad saludable. – Conocer tipos de métodos de protección existentes, características, funcionamiento, fiabilidad y tipo de protección.	
TIPO: DETECCIÓN DE CONOCIMIENTOS PREVIOS TEORÍA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Textos (Anexo) -Fotografías -Métodos anticonceptivos
DESARROLLO: 1.Iniciamos la actividad con preguntas para conocer los conocimientos previos. Ejemplo: ¿Qué son las medidas preventivas? ¿Cuáles conocen?, ¿Qué consecuencias puede tener una relación sexual sin usar preservativo?, ¿Cuáles son las medidas para prevenir los embarazos?,¿Cuáles son para las enfermedades de transmisión sexual? 2.En pequeños grupos observarán imágenes de métodos anticonceptivos. 3.A continuación, se repartirán textos de diferentes situaciones con preguntas que deberán responder y tendrán que coger los métodos anticonceptivos que hayan aparecido en el texto y los que consideren más adecuados para cada situación.		

4. Todo el alumnado se agrupará en círculo y un alumno o alumna de cada grupo explicará la situación que le ha tocado y mostrará las imágenes elegidas. Entre todos debatirán si las imágenes son las más adecuadas. Realizaremos preguntas a todo el grupo sobre cuáles son las características y normas de uso de cada una de ellas.

5. La actividad finalizará con una reflexión conjunta sobre los conocimientos adquiridos y se realizará un resumen de las características de los métodos anticonceptivos femeninos y masculinos, para ello se puede apoyar con imágenes y explicaciones en Power Point, Canva...

OBSERVACIONES:

Se recomienda adaptar las situaciones a las características del alumnado.

SABERES BÁSICOS: PREVENCIÓN DE EMBARAZO Y ANTICONCEPTIVOS	NOMBRE: CAJA ANTICONCEPTIVA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Detectar conocimientos previos del alumnado de los métodos anticonceptivos. - Presentar de forma más completa el método seleccionado. - Conocer las ventajas, inconvenientes y la correcta utilización de cada método anticonceptivo.	
TIPO: DETECCIÓN DE CONOCIMIENTOS PREVIOS TEORÍA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Caja -Diferentes anticonceptivos -Pizarra/hoja
DESARROLLO: 1. Nos sentamos en círculo alrededor de una caja con los métodos anticonceptivos. 2. Cada alumno/a deberá coger uno de los objetos (el que quiera) y explorarlo. 3. Se colocarán por grupos los que hayan seleccionado objetos iguales. 4. Por turnos, vamos diciendo lo que pensamos qué es, para qué sirve, cómo se coloca, orientado al cuerpo femenino o masculino, cuándo se usa, qué previene, cómo lo podemos adquirir... (Todas estas indicaciones podemos tenerlas visibles en la pizarra para realizar la descripción). 5. Por último, el maestro/a realizará su exposición complementando o corrigiendo lo que cada grupo ha dicho.		
OBSERVACIONES: Profundizar según el nivel del alumnado. Se puede realizar un mural o un cartel en Canva donde se recoja la información obtenida.		



SABERES BÁSICOS: ITS. PREVENCIÓN. PRESERVATIVO	NOMBRE: APRENDER A PONER EL PRESERVATIVO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Saber identificar conductas sexuales de riesgo -Promover el sexo seguro y ofrecer alternativas al coitocentrismo -Establecer relaciones sexoafectivas seguras minimizando la brecha de género en esta cuestión.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Preservativos -Maquetas de pene o similar
DESARROLLO: - Se reparte entre el alumnado preservativos. - Dejamos que de forma libre que abran un preservativo y se familiaricen con él: lo toquen, lo estiren, metan los dedos, etc. - Les damos otro preservativo y ahora de uno en uno y mientras les vamos guiando, practican cómo se pone el preservativo. - Pasos: 1. Pene en erección 2. Abrir el envoltorio del preservativo 3.Sujetar la punta para evitar la falta de aire 4.Desenrollarlo sobre el pene hasta la base 5.Sujetar el preservativo por la base al retirarlo 6.Pérdida de erección 7.Quitar preservativo 8.Nudo 9.Comprovar que no se haya roto		
ORIENTACIONES: Es interesante ir dejando que sea el propio alumnado que vaya enunciando los pasos conforme vaya avanzando la actividad hasta que finalmente todos hayan interiorizado los pasos. La actividad puede repetirse en otro momento las veces que sea necesario. Apoyar con pictogramas si es necesario		



SABERES BÁSICOS: ITS. PREVENCIÓN. PRESERVATIVO	NOMBRE: EL MOMENTO ADECUADO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Saber identificar conductas sexuales de riesgo -Promover el sexo seguro y ofrecer alternativas al coitocentrismo -Establecer relaciones sexoafectivas seguras minimizando la brecha de género en esta cuestión.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Pizarra tradicional
DESARROLLO: -Dibujamos en la pizarra una tabla con dos columnas. En una columna ponemos como título “Maneras de ligar”, en la otra columna ponemos como título “Maneras de proponer el uso del preservativo a la pareja”. -Junto con el alumnado a través de una lluvia de ideas que vamos guiando, vamos rellenando las dos columnas. -Las comparamos para evidenciar cuantas formas de ligar sabemos y qué pocas formas conocemos de pedirle a la pareja que se ponga el preservativo. -Por último, les ayudamos a imaginar situaciones y como pedirle a la pareja que se ponga el preservativo.		
ORIENTACIONES: -Según las características del alumnado puedes sustituir la producción escrita por otro tipo de apoyos más acordes a las características del alumnado como pictogramas, imágenes, papel continuo, etc. -Es importante ir guiando la actividad de forma activa para que la actividad tenga un resultado positivo.		

EMBARAZO Y LACTANCIA.

SABER BÁSICO: EL EMBARAZO	NOMBRE: ¿QUÉ SABEMOS SOBRE EL EMBARAZO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Detectar conocimientos previos del alumnado sobre el Embarazo y la fecundación.	
TIPO: DETECCIÓN DE CONOCIMIENTOS PREVIOS	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Pizarra digital - Test de conocimientos previos - Actividad interactiva <i>El embarazo</i> https://wordwall.net/es/resource/16021531/embarazo
DESARROLLO: La sesión empezará pasándoles a los alumnos/as un cuestionario de conocimientos previos sobre el embarazo. Después, hablaremos sobre lo que el alumnado sabe sobre el embarazo y sobre la fecundación. Ver anexo: Test de conocimientos previos.		

SABER BÁSICO: EL EMBARAZO	NOMBRE: ¿QUÉ ES CIERTO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocer las dudas que tengan los alumnos sobre el embarazo. -Ampliar la información que tienen los alumnos sobre el embarazo.	
TIPO: ¿EN QUÉ DUDAMOS?	DURACIÓN: 1-2 sesiones	MATERIALS: - Cuestionario de preguntas.
DESARROLLO: Invitaremos a una mujer embarazada al aula. Antes de invitar a la profesora o madre que este embarazada, en una asamblea previa a la visita, se les pedirá al alumnado que entre todos elaboren una lista de preguntas o curiosidades que quieran preguntarle a la futura mamá que nos visitará, con esto pretendemos que cuando llegue la madre no se queden en blanco y no surja ninguna pregunta; uno de los alumnos del aula, irá anotando todas las preguntas que surjan y el nombre de la alumna o alumno que la ha hecho. Esta actividad se podrá utilizar tanto para solucionar sus dudas como para ampliar su información que sabe el alumnado sobre estos temas.		



SABER BÁSICO: EL EMBARAZO	NOMBRE: DIÁLOGO CON LOS ALUMNOS/AS ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Comprobar los conocimientos que han adquirido el alumnado sobre el embarazo. -Aplicar el diálogo como herramienta fundamental de trabajo y para la funcionalidad en la vida. - Repasar los contenidos adquiridos sobre el embarazo. - Comprobar que no les quedan dudas sobre el tema.	
TIPO: TERTULIA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Actividad interactiva https://wordwall.net/es/resource/16021531/embarazo -Tablets del alumnado -Pizarra digital
DESARROLLO: <u>ACTIVIDAD 1</u> A partir de la información extraída de la entrevista que se le ha hecho a la mujer embarazada que invitamos a la clase, realizaremos una tertulia dialógica en la que se elegirá un moderador/a, se establecerá un tiempo de una hora aproximadamente y todas las personas que lo deseen han de tener las mismas oportunidades de dialogar. <u>ACTIVIDAD 2</u> Los alumnos y las alumnas accederán a través de un enlace que el profesor le enviará a su correo a la actividad interactiva “El embarazo” de Wordwall, dicha actividad consta de 5 preguntas, cada una de ellas dispone de varias opciones de respuesta, tras leer la pregunta, el alumno/a seleccionará la opción que considere que es correcta. La actividad permite que el alumno/a se autocorrija.		



b. ¿Cómo lo vivo? La sexualidad

- Preguntas y mitos

Para iniciar el trabajo en este bloque volvemos a plantearnos preguntas sobre nuestra propia práctica y realidad de centro, que serán el inicio para una reflexión necesaria para una programación posterior adecuada y completa.

¿Respetamos la intimidad del alumnado en nuestra práctica diaria?

¿Abro la puerta del baño sin avisar?

¿Respeto la intimidad de mi alumnado cuando realizo el aseo o cambio un pañal?

¿Damos ejemplos de diversidad de género y orientación?

¿Damos visibilidad a la sexualidad de las chicas?

¿Damos visibilidad a la diversidad familiar?

¿Utilizamos un lenguaje coeducativo?

¿Trabajamos sus fortalezas en el aula?

¿Trabajamos en el aula el autoconocimiento, autoconcepto y autoestima?

¿Trabajamos las elecciones y toma de decisiones en aspectos básicos del aula?

¿Actuamos en coordinación con las familias?

¿Ofrecemos asesoramiento a las familias en cuanto a la oferta de oportunidades de elección y autonomía en los contextos familiar y social?

¿Tengo una actitud natural ante conductas relacionadas con la masturbación o la excitación de mi alumnado?

Mitos

A este ejercicio de reflexión le añadiremos el conocimiento de los mitos relacionados con este bloque y cómo estas ideas son erróneas. Según la Guía de FEAPS “Dibujando la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo: una cuestión de derechos”, estos mitos pueden ser:

- Las personas con diversidad funcional tienen dificultades para tener una sexualidad normal.

El nivel intelectual no determina la capacidad de amar, expresar afecto, deseo, compartir emociones y enamorarse. Lo que les impide tener relaciones saludables es la sobreprotección. Y esto lleva a que no puedan desarrollar su intimidad, por lo que manifiestan estas conductas en situaciones públicas.

- Las personas con diversidad funcional tienen una sexualidad incontrolable, impulsiva y promiscua, por tanto, llena de peligros.



Suele ocurrir que las personas con DF no reciben educación sexual donde se trabaje las etapas del desarrollo, las muestras de atención y cariño hacia otras personas distinguiendo más cercanas o desconocidas y prácticas que deben realizarse en intimidad.

- La forma correcta de obtener placer sexual es mediante el coito.

Cada persona es única y podrá encontrar placentero el coito, la masturbación, las caricias y otras manifestaciones de la sexualidad como fantasías, enamoramiento, el deseo de atraer, todas ellas igual de válidas siempre que haga feliz a la persona sin dañar a otros. No debemos centrar la atención en la práctica del coito, la sexualidad es mucho más diversa.

- Los hombres con DF tienen mayor necesidad y deseos sexuales que las mujeres con DF que se consideran asexuales.

Los estereotipos de género también afectan a las personas con DF. Sociedad y entorno deben tomar conciencia de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres. Tienen derecho a la intimidad, al placer sexual y a tener pareja e hijos si así lo desean.

- Orientaciones

La **SEXUALIDAD** es la manera en que cada cual vive el hecho sexuado, **la propia manera de verse y sentirse**. Hablamos también de un proceso en continua evolución y mediatizado por la cultura, la sociedad y, por supuesto, la educación. Es evidente que la sexualidad nos sitúa ante un hecho determinado por la individualidad, por la peculiaridad. Es por eso que, en muchos momentos, hablamos de sexualidades, en plural, de tantas maneras de vivirse y sentirse, como personas existen. La sexualidad incluye la vivencia que cada cual tiene y siente de su **identidad** y de la **orientación de sus deseos**, tengan el matiz que tengan. La vivencia del deseo nos lleva a hablar del placer y el desagrado, inicialmente. Y a propósito de esa vivencia del deseo, se producen y experimentan todas **las reacciones propias de la activación de la Respuesta Sexual Humana**.

La sexualidad, también incluye el aprendizaje y la vivencia de la **intimidad**, así como la consideración y cuidado de la **imagen personal**.

El gran objetivo es que cada cual **se acepte**, que viva en positivo su particular manera de construir su sexualidad. Que sientan que merecen la pena, que se sientan felices de cómo son.

Es obvio que acompañar al alumnado en el objetivo de aceptarse, tiene que ver **con visibilizar y poner en valor la diversidad**. Rebelarse contra los estereotipos de género y modelos establecidos, generando un entorno en el que todo el alumnado se sienta incluido, sienta consideración y respeto. Es necesario ofrecer referentes de diversidad, en la construcción de la identidad, la vivencia de los deseos, en el modo de vivir y expresar el género.

Debería ser innecesario apuntar que la **coeducación** es otra clave esencial y siempre presente. La **perspectiva de género** ha de acompañar cualquier propuesta educativa, especialmente cuando hablamos del acompañamiento de las sexualidades.

Es posible, sobre todo cuando nos referimos al alumnado con graves discapacidades, que exista la **“falsa percepción” de que no existen sesgos de género**. Como este alumnado ve restringidas sus



posibilidades de elegir, desarrollar sus hobbies, sus preferencias... podría parecer que hay pocas situaciones de desigualdad. Sin embargo, no hay que pensar en términos cuantitativos, sino cualitativos. Quedan muchos aprendizajes y realidades que **deben ser cuestionadas y analizadas con perspectiva de género**.

Un claro ejemplo de desigualdad se concreta en el ámbito del erotismo, en las posibilidades de disfrutar de espacios de intimidad para la masturbación. Sin duda, **el entorno tiene más y mejor predisposición para escuchar, atender y acompañar a los chicos** que a las chicas. Es necesario ser conscientes de este sesgo, que ha de ser erradicado en el contexto educativo y que requerirá un especial esfuerzo en el trabajo con las familias.

En todas las etapas educativas, el trabajo en relación al **autoconcepto, la autoestima y la autoaceptación**, debe estar presente, ya que determina la construcción de la identidad y la vivencia de la sexualidad. Desde la etapa infantil y a lo largo de todo el recorrido educativo, cada cual, atendiendo a sus competencias, debe disfrutar de **oportunidades para crecer**, elegir, tomar decisiones. Evidentemente, también en aquellos aspectos relacionados con la sexualidad.

El alumnado con diversidad funcional corre un riesgo, muy frecuente, de recibir **una atención sobreprotectora** que, con el tiempo, suele convertirse en un trato infantilizado. Esto limita sus posibilidades de crecimiento y autodeterminación.

Cada día hay muchas pequeñas decisiones, que ayudan a cada cual a **determinar su “estilo de vida”**. Aquellas que tienen que ver con el cuidado del propio cuerpo, la imagen personal, el disfrute de la intimidad y los vínculos, tienen una repercusión directa en la vivencia de la sexualidad.

Hablar de educación sexual integral es hablar de **garantizar oportunidades de decidir**, respecto a todos los aspectos que dan sentido a la sexualidad. Esa es la clave, que cada alumna y cada alumno aprendan que **sus elecciones tienen valor** y se respetan.

Especialmente el alumnado con grandes necesidades de apoyo, ve muy restringidas sus posibilidades de decidir. Por eso, **generar situaciones de elección**, es un reto continuo para quienes les prestan apoyos en el entorno educativo y también familiar.

Junto a la construcción de la identidad, **la maduración de los deseos** es uno de los elementos esenciales del desarrollo de la sexualidad. Un proceso que, una vez más, ocurre de manera individual y que merece acompañamiento desde la escuela.

El deseo es una emoción, que relacionamos con las ganas de experimentar el placer sexual.

En las primeras etapas de la vida, hablamos de sensaciones placenteras, de una **sexualidad sensomotora**, vinculada a los abrazos, las caricias, el contacto piel con piel. Con el desarrollo hormonal, el cuerpo va madurando y **despertando a la vivencia del deseo erótico**.

La experiencia del placer sexual se enmarca en lo que conocemos como la **Respuesta Sexual Humana** (RSH), es decir, las reacciones y vivencias que se experimentan cuando se activa el deseo. Habitualmente, aunque no ocurre siempre, con el desarrollo, esas reacciones físicas del cuerpo (excitación, orgasmos, eyaculaciones...), maduran y se hacen presentes. Cada cual va descubriendo cómo se construyen sus deseos y aprendiendo a darles significado. Frecuentemente, los deseos se traducen en conductas.



Es cierto que la orientación de los deseos, hacia qué personas se dirigen, es una característica importante, pero no la única. **Cada deseo es multifactorial** y hay muchos aspectos personales que lo condicionan.

Para que los deseos se orienten hacia otras personas, es necesaria una maduración cognitiva significativa. Hay alumnado, aquel que presenta **más dificultades competenciales en lo cognitivo**, que no van a orientar sus deseos. Hipotéticamente, **sus deseos estarán centrados en el propio cuerpo**, en la experiencia personal del placer erótico.

Sea como fuere, con todos los matices que la vivencia del deseo plantea, es necesario **educar para que el alumnado aprenda a gestionarlos**, a ponerles nombre, darles significado y entender lo que sienten y experimentan. Y algo fundamental, **que vivan con legitimidad esos deseos**, tengan la orientación que tengan o que no tengan.

En muchas ocasiones, el alumnado **no tiene información suficiente para afrontar esa gestión de los deseos**. Esa información, de carácter académico, sobre cómo funciona el cuerpo, sitúa a las escuelas ante **la responsabilidad de garantizarla**.

También es habitual, en los centros de educación especial, que estén presentes las conductas masturbatorias. Hay alumnado que **no tiene competencias para gestionar bien el deseo erótico** y saber que esas conductas solo pueden ocurrir en privado. Cuando en la escuela se dan este tipo de conductas, **el objetivo es ofrecer aprendizajes y competencias, para regular ese deseo** y que puedan disfrutarlo con satisfacción en el entorno privado.

Hay alumnas y alumnos con graves discapacidades y muchas dificultades para comprender límites, que pueden mostrar conductas masturbatorias muy recurrentes y en tiempos y lugares inadecuados. En esos casos, es inevitable ofrecer una respuesta educativa. Lo más inmediato es enseñar que **esas conductas no pueden llevarse a cabo en público**, en el aula o cualquier otro espacio común. **Limitar esas conductas es necesario**. Sin embargo, si la única respuesta educativa es esa, hay aprendizajes básicos que no ocurren. Es más, es posible que lo que el alumno o la alumna aprenda es que el deseo es algo malo y que no puede disfrutar. El objetivo es que aprendan que el deseo es una emoción legítima, sana y positiva.

Cuando ponemos límites que indican “aquí no”, **es necesario ofrecer la alternativa adecuada** y explicar donde y cuando es “aquí sí”. Como decíamos, siempre que sea posible, el lugar adecuado en un entorno privado.

Hay ocasiones en las que eso no es posible. Cuando el alumnado presenta graves discapacidades y sus posibilidades de aprendizaje se concretan en lo vivencial e inmediato, parece sensato pensar en la posibilidad de ofrecer un espacio íntimo en la escuela. Sin duda, es un tema complejo, que solo puede ser abordado de manera conjunta y coordinada **entre la escuela y la familia**.

En cualquier caso, no hablamos de que la escuela ofrezca espacios para la masturbación. Aunque pudiese parecer lo mismo, la propuesta es valorar la posibilidad de **ofrecer un espacio íntimo, con un fin educativo**. Solo cuando es imprescindible para **que el alumnado aprenda a diferenciar tiempos y espacios adecuados de los inadecuados**.



Evidentemente, estas intervenciones educativas sólo tienen sentido en un **programa individualizado y compartido con la familia**. Un programa que debe tener continuidad en casa, teniendo presente que las familias van a necesitar apoyos que la escuela debería garantizar.

Al hilo de estas reflexiones, hablamos de otro elemento esencial en la construcción de la sexualidad es la **vivencia de la intimidad**. Si definimos lo íntimo como aquello que es nuestro, que no queremos que sea público y solo compartimos con quien decidimos, estamos ante un hecho fundamental en la vida de cualquier persona. Tiene que ver con tiempos y lugares, con el hogar, las pertenencias, las emociones, el erotismo... y, por supuesto, con el propio cuerpo.

La vivencia de la vergüenza en relación a la desnudez, el pudor, comienza a aparecer al llegar la etapa de primaria. Sin embargo, es habitual que estos aprendizajes no formen parte de los logros del alumnado con diversidad funcional. En ocasiones por sobreprotección, infantilización o simplemente, por la naturalización de ciertas situaciones de necesidad de apoyos.

La intimidad es un derecho y es necesaria para crecer. Es importante ser conscientes, especialmente en el ámbito educativo, que **la intimidad se aprende, así que, es necesario enseñarla**. Ese es un **objetivo primordial** cuando hablamos de educación sexual integral.

Desde etapas bien tempranas, es posible y necesario **enseñar a cada alumna y cada alumno que “su cuerpo es suyo”** y, por lo tanto, que otros cuerpos son de otras personas y es necesario respetarlos. Enseñar que hay zonas más íntimas que otras y que merecen un respeto y una consideración especial.

Cada alumno y cada alumna, atendiendo a su momento madurativo y sus capacidades, ha de **ejercer el mayor control posible sobre su intimidad**. Una intimidad que, insistimos, tiene que ver con muchos aspectos de la vida y que, en el marco de la educación sexual, cobra especial relevancia, en relación al propio cuerpo.

La **imagen personal** también es fundamental en la construcción de la propia identidad y, por tanto, en la vivencia de la sexualidad. También en la etapa de primaria es cuando se le empieza a dar importancia. Cuidarla y considerarla es algo que se va aprendiendo y que, en nuestro contexto social, merece reflexión. El uso de las redes sociales, puede exagerar y distorsionar el manejo de la imagen personal. Posiblemente, en el entorno educativo, el gran objetivo general sea **cuestionar y regular el valor que se le da**. La imagen es importante, pero su consideración ha de apuntar a la diversidad. Además, la imagen no puede ser tan importante a la hora de valorar a las personas. También **son importantes otros aspectos personales**, relacionados con los valores, las actitudes.

En cualquier caso, con el alumnado con discapacidad o diversidad funcional, la realidad suele ser diferente. Pueden **perderse la oportunidad de valorar y disfrutar de su imagen** si desde el entorno cercano, no se ofrecen posibilidades de elección y cuidado. Si desde ese entorno no se transmite el valor de su imagen, se carece de ese aprendizaje. Quizás la clave está en el hecho de poder elegir, **tomar decisiones respecto a la propia imagen**, a la gestión de la ropa, el peinado, los complementos...

Desde etapas bien tempranas, el alumnado puede **asumir pequeñas decisiones**, que se irán ampliando con la maduración. Se trata de ajustar esas decisiones, a las capacidades y el desarrollo de cada cual.

Contenidos del apartado	
<u>Intimidad</u>	<u>Excitación. Respuesta física. Masturbación</u>
<u>Autoconcepto. Autoaceptación. Autoestima</u>	<u>Emociones</u>
<u>Placer y desagradador</u>	<u>Toma de decisiones</u>
<u>Deseo</u>	<u>Identidad</u>
<u>Acompañamiento en la construcción de la identidad sin estereotipos</u>	

- Propuestas de actividades

LA INTIMIDAD

Educación sexual implícita - Recomendaciones
INTIMIDAD
Posiblemente, la intimidad más significativa para el alumnado con grandes necesidades de apoyo, es la que tiene que ver con su cuerpo, su desnudez. Con los límites que permiten reconocer algunas partes del cuerpo, más íntimas que otras. Es importante que los espacios en los que se realizan apoyos íntimos sean reconocibles por el alumnado y ofrezcan y enseñen límites. Lo más obvio tiene que ver con las puertas cerradas y la necesidad de respetarlas y pedir permisos. Cuando no es posible pedir permiso y esperar el consentimiento, es clave la anticipación. Se pueden generar anticipadores, individuales y ajustados a la realidad comunicativa de cada alumna y cada alumno; antes de prestar el apoyo para quitar la ropa, quitar el pañal y, en definitiva, acceder a zonas íntimas del cuerpo. Otra recomendación es favorecer rutinas bien estructuradas porque facilitan esa anticipación. Si las cosas suceden siempre del mismo modo, es más fácil aprender lo que va a suceder y eso genera control y, en definitiva, mejora la intimidad. Otra clave metodológica, sería la de facilitar la máxima participación del alumnado en los apoyos que comprometen su intimidad. Explicar o transmitir que cada cual ha de participar al máximo de su higiene. De igual modo, quienes prestan los apoyos, han de reducir al mínimo ese contacto. El mensaje a transmitir, con las actitudes y gestos: “Tu cuerpo es tuyo. Estas zonas son más íntimas y por eso, eres tú quien asume más protagonismo.” En la práctica esto se traduciría en modelar sus manos, darles tiempo y oportunidad, para que accedan y manipulen sus órganos genitales.

CONTENIDO: INTIMIDAD	NOMBRE: ¿QUÉ ES LA INTIMIDAD?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reflexionar sobre el concepto de intimidad. - Intimidad en pensamientos, emociones e ideas. - Intimidad en tu cuerpo y tus cosas.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Pizarra y rotuladores.
DESARROLLO: Preguntamos al alumnado sobre lo que piensas que significa la palabra intimidad. Lanzaremos las siguientes preguntas: ¿Qué es la intimidad? ¿Hay cosas que hacemos cuando estamos solos? ¿Tenemos sentimientos que no contamos a los demás? ¿Podemos contarlos a algunas personas? ¿Hay partes de nuestro cuerpo que no enseñamos a los demás? ¿En qué lugares enseñamos más partes del cuerpo? ¿Hay gente delante? ¿Quiénes son? Iremos apuntando todas las ideas en la pizarra para llegar a distinguir lo íntimo de lo público, distinguiendo lugares, pensamientos, cosas y partes de nuestro cuerpo relacionadas con la intimidad.		
OBSERVACIONES: Se recomienda adaptar las afirmaciones según las características del alumnado, así como la forma de presentar el cuestionario.		

SABER BÁSICO: INTIMIDAD	NOMBRE: ¿LUGARES ÍNTIMOS O PÚBLICOS?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	Reflexionar sobre lugares que podemos considerar íntimos o públicos.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Pictogramas o fotos reales (Ver anexo). -Mural con dos espacios: íntimo y público.
DESARROLLO: Prepararemos diversas imágenes en pictogramas o foto y tendremos que identificar los lugares y reflexionar si son lugares íntimos o públicos. Según vayamos reflexionando se colocarán en uno de los dos espacios (íntimo o público).		
OBSERVACIONES: Se recomienda adaptar las imágenes según las características del alumnado, así como la forma de presentar el material puesto que puede prepararse de forma manipulativa o en digital.		

SABER BÁSICO: INTIMIDAD	NOMBRE: ¿ACCIONES ÍNTIMAS O PÚBLICAS?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	Identificar acciones que podemos considerar íntimas o públicas.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Pictogramas o fotos reales (ver anexo). Mural con dos espacios: íntimo y público.
DESARROLLO: Prepararemos diversas imágenes en picto o foto y tendremos que identificar las acciones de nuestra vida diaria y reflexionar si son acciones que hacemos en la intimidad o no. Según vayamos reflexionando se colocarán en uno de los dos espacios (íntimo o público).		
OBSERVACIONES: Se recomienda adaptar las imágenes según las características del alumnado, así como la forma de presentar el material puesto que puede prepararse de forma manipulativa o en digital.		

1SABER BÁSICO: INTIMIDAD	NOMBRE: PRACTICO LA INTIMIDAD	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Describir entre todos el concepto de intimidad. - Reflexionar sobre cómo puedo respetar la intimidad.	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Pizarra, rotuladores y cartulina.
DESARROLLO: Reflexionaremos sobre lo aprendido en cuanto al concepto de intimidad y cómo puedo respetar la intimidad de las personas de nuestro entorno. Elaboraremos frases para generar una lista de acciones que respetan la intimidad. Ejemplos: - Toco a la puerta antes de entrar en una habitación. - Aviso que voy a entrar en el cuarto de baño. - Pregunto si puedo abrir una mochila que no es mía. - Pregunto si puedo dar un abrazo		
OBSERVACIONES: Según el alumnado del aula, podremos adaptar la elaboración del cartel con pictogramas o foto real.		

AUTOCONCEPTO. AUTOACEPTACIÓN. AUTOESTIMA.

Educación sexual implícita - Recomendaciones

AUTOCONCEPTO.

Para quienes no manejan la comunicación verbal, ni elaboran conceptos abstractos, hablar de autoconcepto en relación a lo sexuado, nos remite a hablar de los caracteres sexuales, del reconocimiento y consciencia al respecto.

Ya hablamos de acompañar al alumnado, especialmente en los cuidados del cuerpo, con esa intención. Brindarles oportunidades de que **conozcan y reconozcan sus estructuras y rasgos sexuales**.

Cabría reseñar, por la importancia y significación de esta recomendación práctica, que el alumnado que usa pañales o absorbentes, necesita y merece **“tiempos sin pañal”**. Seguramente, es el hogar el lugar adecuado para disfrutar de esas vivencias, pero sin duda, desde la escuela hay que orientar a las familias en esa dirección. Percibir la propia desnudez, es mejorar el autoconcepto en relación a la sexualidad.

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE:	
AUTOCONCEPTO	DIARIO DE MI AUTOCONCEPTO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Cultivar la idea de un autoconcepto que cambia y crece con el desarrollo.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Libreta, pictogramas y fotos
DESARROLLO:		
Promover de manera grupal o individual que cada persona reflexione sobre autoconcepto sexual. Para ello se planeará que piensen como ha ido cambiando su cuerpo, como se sienten con su cuerpo sexuado y qué emociones les transmiten.		
Se recomendará que el alumnado traiga fotografías de él o ella en distintas edades. Y que señale o busque pictogramas que representen sus cambios corporales, las partes de su cuerpo, sus peinados y complementos favoritos, etc.		
Cada persona pegará sus fotos cronológicamente en su libreta o diario. Pintando el fondo del color según se ha sentido en ese momento o como lo recuerda. En cada hoja pondrá una foto o varios pictogramas, señalando como era su cuerpo cuando era bebé, cuando tenía 5 años, en la adolescencia, por ejemplo. Podrá poner un pictograma sobre su identidad sexual, sobre su orientación sexual, sobre su relación con su cuerpo, y podrá ampliar su diario siempre que se desee.		



Por ejemplo, después de la actividad del placereado, se podrá completar la actividad con un mapa del cuerpo sexuado, donde las personas señalen que partes de su cuerpo han sentido placer y que parte displacer. Señalar con colores o pictogramas.

OBSERVACIONES:

Las actividades se podrán realizar en equipo o de manera individual.

Educación sexual implícita - Recomendaciones**AUTOACEPTACIÓN. AUTOESTIMA**

A partir de lo dicho en relación al autoconcepto, acompañar al alumnado en su proceso de autoaceptación y construcción de una buena autoestima, tiene que ver con hacerles **vivir en positivo**, todas las situaciones en las que reconocen y son conscientes de sus rasgos sexuados.

Cabría reseñar, con un carácter práctico, que cuando se prestan **apoyos relacionados con la higiene íntima**, es necesario **cuidar mucho los comentarios, maneras y actitudes**. Hacer referencia con rechazo a ciertas situaciones u olores, no contribuye a construir una vivencia en positivo de esas situaciones.

También es oportuno reseñar que los **apoyos orientados al cuidado de la imagen personal**, son en sí mismos, estímulos en favor de la autoaceptación y la buena autoestima. Quienes tienen muchas necesidades de apoyo, necesitan apoyos específicos para disfrutar de esas oportunidades y **aprender a dar valor a la imagen personal**.

SABERES BÁSICOS: AUTOCONCEPTO AUTOACEPTACIÓN AUTOESTIMA	NOMBRE: EL ESPEJO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Descubrir cómo se visualiza el alumnado observando su imagen en el espejo	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Espejo alargado
DESARROLLO: Cada persona visualizará su imagen en el espejo y comentará cómo ve su cuerpo y su cara. Para las personas con mayor necesidad de apoyo se le acompañará con apoyo físico y/o verbal.		



SABERES BÁSICOS: AUTOCONCEPTO AUTOACEPTACIÓN AUTOESTIMA	NOMBRE: EL SUSURRO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Descubrir la grandeza de cada uno -Afianzar el amor propio -Consolidar el buen clima del grupo -Mejorar las relaciones sociales	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS Y REFLEXIÓN.	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Opcional música de fondo
DESARROLLO: Sale una persona voluntaria al centro de la clase y cierra los ojos. El resto piensa algo bonito o alguna característica que le guste sobre esa persona. Cada participante se acercará a susurrarle al oído.		

SABERES BÁSICOS: AUTOCONCEPTO AUTOACEPTACIÓN AUTOESTIMA	NOMBRE: ¿CÓMO SOY?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar las distintas áreas en las que se forma nuestra autoestima	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Post-it de diferentes colores por categoría
DESARROLLO: El alumnado debe señalar cosas buenas de sí mismos en las siguientes áreas y escribirlas en un post-it de color según la categoría y colocarlas en un lugar para poder visualizarlas correctamente. Físico: - ¿Qué me gusta de mi cuerpo? Personalidad: - ¿Qué me gusta de mi forma de ser? Habilidades: - ¿Qué cosas sé hacer bien?		

PLACER Y DESAGRADO

Educación sexual implícita - Recomendaciones

PLACER Y DESAGRADO

El alumnado con grandes necesidades de apoyo, **merece oportunidades para experimentar y expresarse tanto en relación al placer como al desagrado.**

La recomendación es **proponer experiencias** con esa intención educativa. Buena parte del **trabajo desarrollado en las aulas de estimulación multisensorial**, plantea la oferta de estímulos centrados en el propio cuerpo. En estos contextos suele ser esencial valorar cuando el alumnado expresa bienestar, placer, o muestra desagrado. **Diversificar estas ofertas y atender a esas expresiones**, son excelentes prácticas educativas en favor de una buena educación sexual.

Cabría reseñar que, en el marco de la escuela, **estaríamos hablando de un placer corporal, pero al margen del placer sexual.** El placer erótico, que activa la Respuesta Sexual Humana y se acompaña de signos de excitación, se entiende como propio de la intimidad y el entorno familiar.

Cuando, de manera casual y no intencionada, un estímulo provoca excitación erótica, **la recomendación sería tratar de evitarlo en el marco de la escuela.** Buscar maneras de mantener la propuesta educativa, pero sin provocar esa excitación.

La propuesta es **registrar esas experiencias.** Se trata de una información importante para trasladar al entorno familiar. Conocer estímulos que provocan el deseo y la excitación puede ser relevante en el caso de abordar el diseño de un plan individualizado para el disfrute del erotismo.



SABERES BÁSICOS: PLACER/DISPLACER CORPORAL	NOMBRE: PLACERES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Propiocepción. - Conocimiento del esquema corporal. - Reconocimiento de las zonas del cuerpo que cada cual considera placenteras y no placenteras en el contacto físico. - Reconocer las diferencias en la forma que tienen de percibir el tacto las diferentes personas y en las diferentes zonas.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Plumas, plumeros o nuestras propias manos.
DESARROLLO: Se invita a cada persona a sentarse en una silla, o tumbarse en colchonetas, y estar en silencio. Se repasa el esquema corporal de manera oral y señalando el cuerpo. Se enseña los tipos de automasajes que vamos a realizarnos. Caricias en forma de círculo, caricias en horizontal, lento y rápido, fuerte y delicadamente, etc. Se invita a estar con los ojos cerrados, pero esto es algo voluntario. La persona dinamizadora señalará donde se deben masajear las personas y de qué forma, empezando por el pelo, la cabeza, el nacimiento del cabello, las cejas, la frente, las mejillas y los labios. Iremos bajando en las caricias al cuello, los hombros, los brazos, las manos, el pecho, la barriga, la zona genital y las piernas. Estaremos el mismo tiempo con cada zona, centrándonos en si la experiencia es agradable o desagradable. Al finalizar la sesión, se planteará un debate sobre cómo nos hemos sentido, si hemos sentido placer y qué zonas han sido placenteras y cuáles no.		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en grupo, en ocasiones podemos ampliar a que sea otra persona que elija el alumnado la que ofrece el masaje. Los masajes puedes darse con los dedos, con plumas o plumeros.		



SABERES BÁSICOS: PLACER/DISPLACER ERÓTICO	NOMBRE: MI CUERPO ES MÍO, MI PLACER ES MÍO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar y poner nombre a la actividad de la masturbación -Identificar el placer sexual y diferenciarlos de otras sensaciones placenteras. -Entender la masturbación como una actividad legítima e íntima.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Opcional música de fondo
DESARROLLO: La lectura compartida del siguiente texto servirá para abrir un debate que esencialmente se centrarán en la vivencia del placer erótico, en el contexto que plantea la masturbación y diferenciándolo de otros placeres. La intención fundamental es legitimar esta actividad y en consecuencia, la vivencia del placer sexual como un derecho fundamental. Otras cuestiones sobre las que preguntar y compartir información, tienen que ver con los conocimientos relativos a la Respuesta Sexual Humana, la identificación de signos propios de la excitación o con el carácter íntimo de estas prácticas. “MI CUERPO ES MÍO, MI PLACER ES MÍO” <i>“Me encanta ese momento, antes de cenar, cuando me meto en el aseo y... ¡me puedo dar un baño! Entre semana, casi siempre toca ducha, pero los fines de semana o algún día especial, puedo bañarme. Con el agua calentita, la espuma de ese jabón que le echan al agua y que huele tan bien.</i> <i>Me gusta cerrar los ojos un rato y disfrutar de lo bien que me siento con mi cuerpo desnudo, calentito y relajado. Me echo jabón en las manos y empiezo a lavarme la cabeza, pero dándome un masajito con los dedos, despacio, apretando un poco... ¡Me da un gusto increíble! A veces me gusta pensar que es otra persona la que me hace el masaje y parece que me da más gusto.</i> <i>Luego voy con la esponja... por todo el cuerpo. Me da muchas cosquillas pasármela por el cuello y también por la barriga. A veces, esa zona se me pone un poco tensa y me duele. Así que, me encanta acariciarme ahí.</i> <i>Últimamente, he descubierto que si me paso la esponja por mis genitales y me froto un poco... siento unas cosquillas muy especiales. Me dan ganas de seguir y seguir, porque siento un placer que me gusta mucho. Es diferente a lo que siento en la cabeza o en la barriga. Más que relajarme, el cuerpo se me pone como contento, como excitado.</i> <i>El otro día, estaba a solas y sabía que nadie me iba a molestar, así que, estuve un buen rato acariciándome. Llegó un momento en que sentí algo un poco raro, pero que me encantó. De repente, me dio mucho mucho placer. Era algo así como que los músculos de mis genitales se apretaban, como si vibraran... Fueron solo unos segundos, pero muy intensos. Nunca había sentido un placer así.</i> <i>Luego el cuerpo se me quedó como muy relajado, con ganas de descansar...</i>		



SABERES BÁSICOS: PLACER Y DESAGRADO	NOMBRE: ¿QUÉ COSAS NOS DAN PLACER Y CUÁLES NOS DESAGRADAN?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer conceptos claves. - Identificar ideas previas del alumnado.	
TIPO: Reflexión / Expresión	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Pizarra y tizas
DESARROLLO: El docente dará unas pautas previas sobre el concepto de placer y desagrado. Posteriormente se hará una lluvia de ideas escribiendo en la pizarra dos columnas (PLACER/DESAGRADO) las frases o palabras que vaya diciendo el alumnado sobre dichos conceptos para así después, hacer una reflexión sobre ello y una puesta en común. Para el alumnado si comunicación oral se les pueden dar apoyos visuales y que sean ellos quienes los sitúen en una u otra columna.		
OBSERVACIONES: Previo a la actividad introducir alguna consideración u observación que haga referencia a que las cosas que gustan o no a cada persona van a ser diferentes y que cada persona podrá elegir en qué columna pondrá lo elegido.		
OBSERVACIONES: Hay que prestar atención para no transmitir la idea de que la masturbación es una práctica necesaria u obligatoria. Es tan legítimo practicarla como no hacerlo y hay que explicar claramente esta idea.		

DESEO

Educación sexual implícita - Recomendaciones

DESEO. EXCITACIÓN. ORGASMO. MASTURBACIÓN

Cuando el alumnado no es capaz de aprender a través de conceptos y lo hacen a partir de las propias vivencias, las intervenciones desde la escuela, en el ámbito de la erótica, deberían estar orientadas al entorno familiar. **Estas vivencias corresponden a la intimidad del hogar.**

Como ya se ha dicho, en ocasiones, el deseo está presente en la escuela y la alumna o el alumno no tienen habilidades para gestionar la espera. En esos casos, **se hace necesaria una respuesta educativa.**

Lo inmediato y recomendado, es tratar de enseñar intimidad, límites y **evitar esas conductas en lugares y momentos inadecuados.** Eso es primordial. Ahora bien, no hay que olvidar que también **han de aprender que estas conductas son legítimas y deben vivirse en positivo.** Si el único mensaje es de negación, cuando se trata de alumnado con graves discapacidades, podrían asociar esas conductas con algo prohibido, malo.

La recomendación esencial es encontrar el equilibrio para **enseñar tanto intimidad como legitimidad.** Es necesario **cuidar el tono, las maneras y actitudes a la hora de restringir las conductas masturbatorias.** Transmitir, lo más explícitamente posible, que esas conductas no son adecuadas, por el momento o el lugar, pero que son conductas sanas y positivas.

Como se ha indicado en las orientaciones previas, esto puede plantear el debate sobre la necesidad de ofrecer momentos de intimidad en la escuela. Una decisión que, en cada caso y con cada familia, habría que resolver, **incorporando criterios objetivos y sexológicos.**

Por otro lado, es habitual que este alumnado, tenga conductas masturbatorias, pero **su intimidad erótica no sea satisfactoria.** La ausencia de orgasmo, aunque no siempre sea así, es un hecho significativo que invita a pensar en esa insatisfacción. Cuando hay conductas masturbatorias muy recurrentes o signos que expresen malestar o frustración, deberíamos valorar esta posibilidad.

En esos casos, la recomendación es trabajar en equipo y **diseñar planes individualizados para el disfrute del erotismo.** Básicamente, brindar oportunidades de mejora y enriquecimiento de los espacios de masturbación. Muchas veces la clave está en los estímulos. Cualquier persona en su intimidad autoerótica, recurre a estímulos. Este alumnado, puede necesitar **apoyos que faciliten algún estímulo**, que siempre será individual y ajustado a cada chica o chico.

En cualquier caso, la idea es que **estos aprendizajes deberían ocurrir en el entorno familiar.** Ahora bien, **las familias necesitan apoyos** intensos y continuados. No tiene sentido invitar y responsabilizar a la familia para que apoye a su hija o hijo, sin darles más soporte. Hay que diseñar conjuntamente **“dónde, cuándo, cómo (con qué estímulos) y con quién (si hacen falta apoyos)”**.

La escuela debería asumir su parte de protagonismo en estos acompañamientos a la familia. Y, en muchas ocasiones, pueden ser necesarios **apoyos especializados de profesionales de la sexología.**

SABERES BÁSICOS: DESEO, SATISFACCIÓN DEL DESEO	NOMBRE: EL HAMBRE	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar aquellos alimentos que provocan deseo. - Elección de estímulos deseados, que pueden provocar placer, excitación. - Aprender las diferencias a la hora de experimentar el deseo, diferentes objetos provocan diferentes reacciones entre las personas. Tenemos diferentes gustos y preferencias. - Respeto por orientaciones del deseo diferentes a los propias.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Bote de esencia o vela de vainilla y de canela. -Pastel, chocolate, o algo apetitoso. -Fruta o algún alimento que huela mucho.
DESARROLLO: - En grupo se preguntará quien siente hambre en ese momento y cómo saben que tienen hambre. Por ejemplo, mediante señales fisiológicas del cuerpo como el ruido de las tripas o dolor en la barriga. - Se enseñará a la clase un aroma especial, a vainilla o canela, por ejemplo. La clase lo olerá, y reflexionarán sobre si a alguien que no tenía hambre le ha aparecido el hambre al olerlo. - Se enseñará a la clase algunos alimentos como son un pastel, chocolate o una pieza de fruta. Se puede desarrollar una explicación de como es este alimento, señalando lo bueno que está o lo apetitoso. - Se pregunta al grupo quien tiene hambre al mirar el alimento. Y qué sienten. Y qué desean hacer: si comerse el alimento o esperar a la comida, merienda, etc. -Se comenta en grupo, que el deseo sexual es como el hambre. Es una sensación que aparece en nuestro cuerpo, a veces de manera espontánea, a veces cuando vemos un estímulo sexual estimulante. Comparamos el alimento estimulante del hambre con otros estímulos sexuales, teniendo en cuenta que cada cual experimenta deseo sexual con estímulos distintos.		
OBSERVACIONES: - Deseamos hacer una comparación con el hambre y el deseo. Y cómo nace el deseo de estímulos sexuales. - Reflexionar sobre que el deseo no es negativo ni malo. - Podemos profundizar analizando que hacemos cuando sentimos deseo. Por ejemplo, cuando estoy en clase y tengo hambre, me tengo que aguantar hasta la hora de la comida. Cuando siento deseo sexual y estoy en clase, me tengo que aguantar hasta que vaya a mi casa.		

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE		
DESEO	EL MAPA DE NUESTRO CUERPO		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:	- El cuerpo humano - Lo que desean las chicas - Lo que desean los chicos - Reconocer la figura del cuerpo humano. - Diferenciar los órganos sexuales masculinos y femeninos. - Romper estereotipos masculinos y femeninos en relación al deseo sexual.		
TIPO: REEFLEXIÓN, COOPERACIÓN, EXPRESIÓN Y DIÁLOGO.	DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: - Papel continuo - Roturadores de colores - Tarjetas con fotos, pictogramas.	
DESARROLLO: <u>PRIMERA PARTE</u> Se constituyen dos grupos, uno de chicos, otro de chicas. (Si en el aula hay personas transexuales o en proceso de definición de género se ubicarán en el grupo donde se sientan identificados y cómodos/as) - Una persona de cada grupo se tumbará sobre el papel y con el rotulador otra marcará el contorno de la figura para conseguir una silueta de chica y otra de chico, tanto por delante como por detrás. - A continuación, se explica que vamos a trabajar “lo que nos gusta” de otras personas y que entonces, vamos a hacer nuevos grupos. En un grupo estarán a quienes les gustan las chicas y en el otro, a quienes les gustan los chicos. Se explicará que si hay alguien a quien le gusten tanto las chicas como los chicos, que puede estar en el grupo que desee. Se trata de legitimar los deseos, sean cuales sean. “Todas las orientaciones son igual de válidas, como lo es transitar por ellas”. - El grupo al que le gustan los chicos, coge las siluetas de chico y viceversa. - Actividad 1: Se les pide a cada grupo que pongan en la figura, lo que creen que les gusta, qué tienen en el cerebro, en qué piensan normalmente. Qué tienen en el corazón, qué sentimientos les asocian. - Actividad 2: Localización del deseo. Para alumnado con mayor nivel de desarrollo cognitivo. Se les indica que marquen con rojo las zonas corporales que piensen resultan más excitantes sexualmente, numerando esas zonas de menor a mayor importancia erótica según se consensue dentro del grupo. Cada grupo lo hará sobre las siluetas que han elegido, de chica o de chico.			



SEGUNDA PARTE:

Puesta en común y debate.

Darles el tiempo necesario para ponerse de acuerdo y, cuando estén preparadas/os se realiza la puesta en común, que abrirá el debate en el que se contrastarán los diferentes puntos de vista observados, a nivel de grupo y a nivel personal.

Puesta en común y debate:

- Se elige un moderador y un representante de cada grupo.
- El grupo a quienes les gustan los chicos, resume sus conclusiones:

Qué creen que tienen los chicos en el cerebro: en qué piensan.

Qué creen que tienen los chicos en el corazón: qué sienten.

En grupos con mayor desarrollo cognitivo, qué zonas creen que son más excitantes sexualmente para ellos.

- El otro grupo rebate las conclusiones: ¿están de acuerdo con lo que han anotado?, ¿todos piensan y sienten lo mismo?, ¿hay diferencias entre ellos en lo que piensan y sienten?, ¿las zonas que considera el grupo que tienen mayor importancia erótica para los chicos, son las que ellos consideran?, ¿todos consideran las mismas zonas?.

- Lo mismo con el otro grupo.

Cuestiones para el debate:

- Analizar si las respuestas están más o menos genitalizadas y las diferencias entre un grupo y otro.
- Analizar, si surge, el porqué del tabú de la masturbación femenina y no de la masculina. Por qué los chicos suelen hablar más de ello.

OBSERVACIONES:

El desarrollo de la actividad será más o menos dirigido y más o menos complejo dependiendo del nivel de desarrollo cognitivo del alumnado participante.

Con algunos grupos se identificarán zonas corporales que les provocan placer (mediante cosquillas, masajes etc.), con otros identificar las zonas que consideramos erógenas, intentando ir más allá de los genitales. Con otros grupos se podrá llegar a un debate, más o menos elaborado.

EXCITACIÓN. RESPUESTA FÍSICA. MASTURBACIÓN

SABERES BÁSICOS: EXCITACIÓN SEXUAL	NOMBRE: QUÉ ES EXCITACIÓN Y QUÉ NO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar y poner nombre a los síntomas de la excitación sexual. - Identificar la excitación sexual y diferenciarlos de otras sensaciones placenteras. - Entender la excitación como una emoción más, legítima e íntima.	
TIPO: CONOCIMIENTO Y REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Pictogramas - Pantalla táctil
DESARROLLO: En una mesa o en la pantalla táctil, situamos múltiples pictogramas de acciones y emociones distintas (vergüenza, incomodidad, preocupación, alegría, tristeza, etc...), junto con pictogramas que describen la excitación sexual: , calor, latir el corazón rápido, sentir genitales, deseo de tocarse, placer, pensamiento en un estímulo sexual, piel de gallina, rubor sexual, genitales, sentir lubricación, etc. - las personas deberán elegir qué pictogramas expresan o se sienten cuando experimentamos excitación sexual. - Comparamos la excitación sexual con otro tipo de excitación, como sentir excitación por ir a un concierto, por que sea su cumpleaños, o por sentir nerviosismo.		
OBSERVACIONES: - A veces es complicado buscar pictogramas que representen la sexualidad. Puedes escribir palabras en tarjetas, dibujar tus propios pictogramas o hacer la actividad de manera oral. Se recomienda hacer las tres versiones a la vez para potenciar los aprendizajes y facilitar la accesibilidad cognitiva.		



SABER BÁSICO: EXCITACIÓN	NOMBRE: ¿QUÉ SIENTO EN MI CUERPO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar sensaciones como aumento del ritmo cardiaco, cosquillas en la barriga, cosquillas en genitales, calor en la cara, erección, lubricación de la vagina como consecuencia de lo que siento a través del tacto. -Trabajar la intimidad.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Busto del cuerpo humano y una pluma. Pictogramas de partes del cuerpo, de una mano y de una pluma. Pictogramas sobre la excitación. (Ver Anexo)
DESARROLLO: La actividad consiste en reflexionar en cómo nuestro cuerpo siente sensaciones en todas partes, recordad los conceptos del tacto y los sentidos trabajados anteriormente, y cuáles están relacionadas con la excitación. Preguntaremos qué piensan que se siente al acariciar con la mano o con la pluma distintas partes del cuerpo. Para identificar la excitación mostraremos las reacciones del cuerpo en pictos, trabajando el concepto de excitación como fruto de todas las sensaciones trabajadas en la primera parte de la actividad. Recordaremos que la excitación pertenece a nuestra intimidad y por tanto debemos estar en lugares íntimos y si vamos a realizar caricias a otras personas será en el marco de una relación de intimidad y siempre si la otra persona está de acuerdo.		
OBSERVACIONES: Elegiremos los materiales según nuestro alumnado.		

SABER BÁSICO: EXCITACIÓN	NOMBRE: LA ESPIRAL	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reconocer cómo la excitación es un continuo que va aumentando en distintos niveles de intensidad y puede acabar o no en orgasmo. - Trabajar la intimidad.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Pictogramas de caricias en distintas partes del cuerpo, aumento de intensidad, pictograma de placer, pictograma de excitación en grande, pictograma de orgasmo. (Ver anexo)
DESARROLLO: Retomaremos la información trabajada sobre la excitación, y explicaremos cómo la excitación puede ir en aumento cuando intensificamos esas sensaciones de placer. Iremos colocando los pictos de las cosas que nos excitan completando la espiral para reconocer que se trata de un continuo. Explicaremos que cada persona puede mantenerse en cualquier momento de la espiral o si lo prefieren pueden seguir aumentando las sensaciones para llegar al orgasmo. Recordaremos que la excitación pertenece a nuestra intimidad y por tanto debemos estar en lugares íntimos para jugar con la excitación.		
OBSERVACIONES: Se insistirá en la idea de que cada persona puede vivir la excitación como quiera, parando en el momento en que le guste o jugando con las intensidades. Transmitiremos la idea de que no es obligatorio llegar al orgasmo. Cada persona decide. Recordaremos el concepto de intimidad y que la excitación ha de identificarse y buscar un espacio íntimo para jugar con la intensidad.		

SABER BÁSICO: ORGASMO	NOMBRE: ORGASMO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	Conocer el concepto de orgasmo. Conocer lo que ocurre en el cuerpo cuando sucede el orgasmo. Conocer la sensación posterior al orgasmo. Trabajar la higiene.	
TIPO: ¿QUÉ ES VERDAD?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Pictogramas de excitación, placer, orgasmo, eyaculación, higiene íntima, descansar, feliz. (Ver Anexo)
DESARROLLO: Después de la actividad de la espiral de la excitación explicaremos que, si mantenemos la excitación durante un tiempo y aumentamos la intensidad llegaremos el orgasmo, por lo que incluiremos al final de la espiral el pictograma de orgasmo. Explicaremos qué sucede en el cuerpo cuando sucede el orgasmo, mostrando la eyaculación, placer intenso en vagina y clítoris, y la sensación de bienestar y abandono posterior. Luego, explicaremos la higiene que se debe realizar de los genitales.		
OBSERVACIONES: También será necesario hacer referencia a la intimidad y lo trabajado con anterioridad sobre la excitación.		



SABER BÁSICO: ORGASMO	NOMBRE: ¿QUÉ ES EL ORGASMO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer el concepto de orgasmo. - Conocer qué sucede en el cuerpo cuando sucede el orgasmo. - Reflexionar sobre la sensación posterior al orgasmo. - Trabajar la higiene íntima.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Ninguno
DESARROLLO: Con el alumnado plantearemos una tertulia en relación a la excitación y al orgasmo mediante las siguientes preguntas: ¿Sabéis qué es el orgasmo? ¿Lo tenemos hombres o mujeres? ¿Qué sucede después? ¿Sabéis qué hay que hacer después? ¿Dónde podemos experimentar el orgasmo? De esta forma trabajaremos la intimidad, el abandono después del orgasmo, las sensaciones corporales y la reacción del cuerpo de forma natural.		
OBSERVACIONES: Realizaremos esta actividad con la metodología de tertulia, pidiendo el turno de palabra y respetando las intervenciones de los compañeros y las compañeras.		

LAS EMOCIONES

Educación sexual implícita - Recomendaciones

EMOCIONES

La expresión de las emociones es algo esencial. El alumnado que no participa de la comunicación verbal, **suele mostrar competencias para la expresión de sus emociones** más esenciales. Es necesario dejar de dar prioridad a la comunicación verbal y atender los gestos, actitudes, reacciones...

En el ámbito de la educación afectiva y sexual, las emociones más significativas son aquellas que surgen de los vínculos. Por eso es fundamental **ofrecer oportunidades para compartir**. El alumnado con graves dificultades competenciales en lo motor, que usan silla de ruedas, suelen tener pocas oportunidades de relacionarse a través del contacto que, paradójicamente, suele ser su canal de comunicación preferente.

Por eso, **la recomendación es generar oportunidades para ello**. Tiempos y espacios de juego, en suelo, en espacios donde, entre iguales, puedan **contactar y relacionarse a través del cuerpo**. Que puedan expresar sus preferencias, reconocer vínculos de mayor confianza y, en definitiva, **disfrutar de oportunidades para la vivencia y expresión de las emociones**.



SABERES BÁSICOS: EMOCIONES	NOMBRE: RECORDAR SITUACIONES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Reconocer, identificar, nombrar emociones.	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Pizarra digital - Folios
DESARROLLO: El profesor pide al alumnado que durante 5 minutos cierren los ojos e intenten recordar situaciones vividas en las que han sentido excitación, vergüenza ante la desnudez, enamoramiento, culpa, miedo. Pasado ese tiempo, lo anotan en el folio para que no se les olvide y se pedirá voluntarios/as para compartir con los demás dichas experiencias. El profesor puede ayudar al alumnado que ha salido voluntario formulándole preguntas, del tipo: ¿Dónde estabas cuando sentiste “Vergüenza” al desnudarte? ¿Con quién estabas? ¿Qué fue lo que sucedió? ¿Cómo conseguiste tranquilizarte? Para el alumnado no verbal, se les puede pedir a las familias que participen recordando situaciones en las que sus hijos hayan experimentado diversas emociones, será el maestro/a en que lea la información facilitada y siempre que sea posible, se le pedirá al alumnado que señala el pictograma que refleje lo que sintió, en caso de que el alumno/a sólo pueda indicar con la mirada, se colocarán los distintos pictogramas en un atril o en una superficie que le permita al alumno/a señalar con la mirada la respuesta correcta.		



SABERES BÁSICOS: EMOCIONES	NOMBRE: ¿QUÉ SIENTO ANTE...?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar y reconocer emociones.	
TIPO: TERTULIA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Pizarra digital - Imágenes - videos de YouTube
DESARROLLO: Para esta actividad, el profesor buscará imágenes o videos y les pedirá al alumnado que expresen qué siente ante ellos, por ejemplo, una imagen de dos chicas besándose en la boca, es buscará la imagen en la PDI y les preguntará qué les hace sentir. Se pueden utilizar: - Imagen de dos chicos dándose la mano. - Imagen de una compresa con sangre. -Imagen de ropa interior. -Imagen de dos personas en la cama. - Imagen de una persona tocando el trasero a otra. - Imágenes de una persona haciéndose un selfi en ropa interior en plan sexy. Para el alumnado no verbal que puede señalar, para cada imagen se colocarán debajo diferentes pictogramas de distintas emociones para que señale la emoción que cada imagen le hace sentir.		



SABERES BÁSICOS: EMOCIONES	NOMBRE: LA CAJA PLACENTERA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:	-Reconocer qué cosas nos resultan placenteras - Compartir situaciones vividas que han sido placenteras para ellos	
TIPO: TERTÚLIA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -caja con bombones -masajeador de diferentes tipos y crema corporal
DESARROLLO: El profesorado le entrega una pequeña caja con objetos diversos a cada alumno y cada alumna, pondrá música relajante y les deja tiempo para que experimenten con los objetos de la caja. Pasado un tiempo, apagará la música y les pedirá que nombren aquellas cosas que les han resultado placenteras y cuáles no. Después de esto, se puede establecer un diálogo entre el alumnado en el que se hablará del placer, invitándoles a compartir situaciones vividas fuera del colegio que han resultado placenteras para ellos. Con el alumnado con mayor afectación motórica o alumnado no verbales, le podemos pedir a las familias que intenten recordar situaciones que hayan vivido sus hijos e hijas y quieran compartir que hayan resultado placenteras para ellos.		

TOMA DE DECISIONES.

Educación sexual implícita - Recomendaciones

TOMA DE DECISIONES

Sin duda, el alumnado con graves déficits competenciales **tiene pocas oportunidades para tomar decisiones significativas**.

Cuando se trata de decisiones que necesitan una comprensión abstracta y conceptual de las situaciones, **hablamos de decisiones acompañadas**. Quienes prestan apoyos, han de ayudarles a decidir pensando en sus deseos, preferencias y, en definitiva, en su estilo de vida.

Por otro lado, **en las actividades del día a día**, relacionadas con los cuidados básicos, **se plantean muchas situaciones de decisión** que, habitualmente, se toman de manera casi automática. Por ejemplo, por dónde comenzar a vestirse o desvestirse, el orden de las rutinas para la higiene, si ponerse o no colonia o cómo y dónde ponerla...

Decisiones sobre las que apenas ponemos atención, pero que son muy significativas para este alumnado. La recomendación **es prestar atención y generar oportunidades para que participen y decidan**, mostrando sus preferencias.

Lo más básico y sencillo es **poder elegir entre dos opciones**. Por ejemplo, es una excelente práctica, ofrecer dos posibilidades con relación al cuidado de su imagen personal (de peinado, vestido, llevar o no un complemento...) y acompañar sus decisiones dándoles significado.

De igual modo, hay alumnado con mejores habilidades y competencias, que también disfruta de menos oportunidades de decisión de las que podría. Es una responsabilidad educativa, **tratar de ser conscientes de eso y garantizar oportunidades de toma de decisiones**, que repercuten directamente en el desarrollo y el crecimiento personal.

Material recomendado:

RAP: "La clave es escuchar"

<https://www.youtube.com/watch?v=WHv2BbZ3jC8&t=8s>



SABERES BÁSICOS: TOMA DE DECISIONES	NOMBRE: ¿QUÉ HACES SÍ...?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Aprender a decidir qué se hace en determinadas situaciones	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS, REFLEXIÓN Y DIÁLOGO	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Propuesta de situaciones de forma escrita u oral
DESARROLLO: Se plantean diferentes situaciones: - Qué haces si alguien te está mintiendo y lo sabes? - Qué haces si tus publicaciones no reciben *likes? - Qué haces si tienes una cita especial y no tenso qué ponerte? - Qué haces si no puedes aguantar los gases en la intimidad con tu pareja? - Qué haces si te revelan una cosa privada de la intimidad y te mueres para contarlo? - Qué haces si tu pareja quiere tener relaciones eróticas y tú no? - Qué haces si estás con tu pareja en la intimidad teniendo una relación erótica y os dais cuenta que no tenéis preservativo? - Qué haces si tienes una cita especial y te sale un granito? - Qué haces si te regalan un juguete erótico? - Qué haces si tu pareja te acaricia alguna parte del cuerpo y no te gusta?		

SABER BÁSICO: TOMA DE DECISIONES	NOMBRE: 1,2,3...YO DECIDO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	1. Analizar la puesta en práctica de todos los pasos que implica tomar una decisión. 2. Valorar pros y contras en la toma de decisiones. 3. Identificar la relación entre la toma de decisión y bienestar.	
TIPO: REFLEXIÓN, ANÁLISIS Y EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Plantilla rellenable

**DESARROLLO:**

Se plantean situaciones hipotéticas en las que el alumnado se pueda sentir identificado. Ejemplos: Tengo un evento muy especial y no tengo ni idea de cómo vestirme o peinarme, tengo una cita con mi pareja y quiero que sea especial, quiero dar un paso más en la intimidad con mi pareja.

Mediante casos diversos trataremos que el alumnado sea capaz de desmenujar paso a paso el proceso de la toma de decisiones, tratando de contestar a las siguientes preguntas:

¿Cuáles son las diferentes opciones que tengo?

¿Puedo descartar alguna opción en un principio?

¿Qué opciones me quedan?

¿Qué es lo que yo realmente quiero, necesito?

¿Qué es lo que realmente me hace feliz?

Anoto las cosas buenas de cada una de las opciones.

Anoto las cosas malas de cada una de las opciones.

Valoro con todos los datos obtenidos.

Escojo una opción.

Pasado un tiempo, valoro.

OBSERVACIONES:

Se recomienda adaptar las preguntas según las características del alumnado, así como la forma de presentar la plantilla. Se puede realizar de forma oral o escrita, individual con posterior puesta en común o grupal.

Para esta actividad se pueden aprovechar las situaciones planteadas en la anterior actividad.

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE:	
TOMA DE DECISIONES	DINÁMICA DE GRUPO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Descubrir al alumnado que le cuesta tomar una decisión por sí mismo y se deja llevar por los demás.	
TIPO: VISUALIZACIÓN Y REPRESENTACIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -De forma oral o escrita
DESARROLLO: En un grupo, se escoge una pareja para representar una situación en que se decide quedar. Una persona desea ir al cine a ver su película favorita y la otra desea quedarse en casa para una cita íntima. Al finalizar la representación, el grupo comenta la situación. El alumnado puede improvisar diferentes situaciones de la vida real ya sea de relación de pareja, amistad, familiar...		



SABERES BÁSICOS: TOMA DE DECISIONES	NOMBRE: DINÁMICA DE GRUPO: JUEGO DE ROLES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Desarrollar la imaginación en el alumnado -Aprender a trabajar en equipo -Aprender a tomar decisiones	
TIPO: VISUALIZACIÓN Y REPRESENTACIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -De forma oral o escrita
DESARROLLO: Se realizarán pequeños grupos en los que el propio alumnado planteará situaciones que simularán toma de decisiones y las representarán con un pequeño teatro. Ejemplos: - Me envían mensajes al móvil o llaman muchas veces horas incorrectas. ¿Qué hago?. - Cuando un compañero o compañera se acerca demasiado, abraza e incluso da algún beso sin pedir permiso... No te sientes del todo bien, pero no sabes si decirle algo.		

IDENTIDAD

Educación sexual implícita - Recomendaciones y recursos

IDENTIDAD. GÉNERO

La construcción de la identidad, está determinada por la cognición, las capacidades de construir pensamiento abstracto... Con el alumnado con graves discapacidades, parece poco adecuado hablar de una identidad sexual relacionada con la manera de identificarse con uno de los sexos. En muchos casos, estos alumnos y alumnas no construyen una idea que les identifica con un sexo y les diferencia del otro u otros. **No son capaces de entender que hay chicas y chicos**, que son diferentes y por qué lo son.

Ahora bien, **al construir su identidad, incorporan sus rasgos sexuados**. En su manera de construirse, incluyen todas las estructuras sexuadas de su cuerpo y las vivencias relacionadas con su desarrollo hormonal. No podríamos caer en el error de hablar de “falta de identidad sexual”. Quizás, cabría hablar de una **identidad “sexuada”**.

De este modo, las recomendaciones, apuntarían a **prestar apoyos que les hagan conscientes de sus rasgos y vivencias sexuadas**. Como se ha dicho al hablar de los caracteres sexuales, que sean conscientes de ellos. Que participen del cuidado de su cuerpo, de sus órganos genitales. Y además, acompañando esos apoyos de mensajes en positivo, que les permitan **vivirse con aceptación**.

De igual modo, este alumnado no suele mostrar competencias para la comprensión del concepto del género. Son las personas que les prestan apoyos, quienes **han de ser conscientes de los posibles sesgos y ofrecer las mismas oportunidades** a las alumnas y los alumnos, en todos los contextos educativos.

Recomendaciones

Cuando en la escuela, se observen **signos que puedan apuntar a la vivencia de la transexualidad**, sería oportuno atender lo que, inicialmente, sería una posibilidad. Se trataría de **buscar recursos**, en el entorno, a través de los que realizar un seguimiento de las vivencias de esa alumna o alumno.

Esos signos pueden ser muy diversos y suelen atender a situaciones del día a día, en los que un chico o chica, muestra incomodidad y rechaza aspectos que se asocian de manera estereotipada, a su identidad de género actual o simplemente, **hace demandas alejadas de esos modelos**. Actitudes que pueden relacionarse, por ejemplo, con la elección de la ropa, el uso de los WC, el disfrute de algunos hobbies...



Recursos

Es importante que el centro educativo y los docentes conozcan los distintos protocolos de actuación y las asociaciones que pueden orientarnos para realizar un buen acompañamiento con el alumnado.

En el ámbito de la Comunitat Valenciana está desarrollado el protocolo de acompañamiento de la Conselleria d'Educació en la siguiente instrucción:

- Instrucció del 15 de desembre de 2016, del director general de Política Educativa, per la qual s'estableix el protocol d'acompanyament per a garantir el dret a la identitat de gènere, l'expressió de gènere i la intersexualitat.

En este protocolo se establecen los pasos que hay que seguir desde el centro para realizar un buen acompañamiento.

Así como también es importante conocer el asesoramiento por parte de entidades especialistas en este ámbito cómo:

- LAMBDA.
- Diversitat Alacant.
- Chrysallis.
- ORIENTA (CIPI- GVA)



SABERES BÁSICOS: IDENTIDAD DE GÉNERO	NOMBRE: ¿ES CHICO O CHICA?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Promover la reflexión sobre el concepto de identidad de género -Reflexionar sobre la identidad de género del alumnado	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS Y REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Foto o dibujo del cuerpo masculino y femenino- Imagen para debatir entre todos (veáis lo anexo de recursos-Ropa variada)
DESARROLLO: Se presentan las fotos del cuerpo masculino y femenino y se plantea al alumnado que diga si son hombres o mujeres. Es muy probable que digan que son hombres (si tienen el aparato reproductor masculino) o mujeres (si tienen el aparato reproductor femenino). Se lanzará la reflexión para que el alumnado entienda el concepto de identidad de género. POSIBLE REFLEXIÓN: cuando nacemos nos asignan un sexo (macho o hembra) según los genitales con que hayamos nacido, y con este dato se nos impone un género: las hembras serán mujeres, del género femenino, y los machos serán hombres, del género masculino. Se explicará que la identidad de género está en la cabeza y cómo se identifica cada persona (como hombre o como mujer) y esta es independiente del género biológico. No siempre encaja con nuestro sexo biológico y el género asignado por nuestros rasgos físicos. A continuación, se les presentará una imagen de mujer embarazada con la pregunta “¿es niño o niña?” para que el alumnado interprete lo que ha entendido y qué significa. ORIENTACIONES PARA LA REFLEXIÓN: Explicar que cuando una mujer está embarazada es muy común preguntar el sexo biológico del bebé. Este tendrá un sexo biológico y según esto tenderemos a asociarle un género masculino o femenino. Sin embargo, será la misma persona la que irá construyendo su identidad sexual y se identificará como hombre o como mujer, sin tener que tener relación con su sexo biológico. A continuación, se propone hacer preguntas al alumnado de cómo se identifican, así como realizar un taller para disfrazarse, y se ofrecerá ropa muy variada.		
OBSERVACIONES: Cuando en la escuela se observan signos que puedan apuntar a la vivencia de la transexualidad, sería oportuno atender el que, inicialmente, sería una posibilidad. Se trataría de buscar recursos, en el entorno, a través de los cuales realizar un seguimiento de las vivencias de esta alumna o alumno. Estos signos pueden ser muy diversos y suelen atender situaciones del día a día, en que un chico o pequeña muestra incomodidad y rechaza aspectos que se asocian de manera estereotipada a su identidad de género actual o simplemente hace demandas alejadas de estos modelos. Actitudes que pueden relacionarse, por ejemplo, con la elección de la ropa, el uso de los WC, el goce de algunos entretenimientos...		

SABERES BÁSICOS: IDENTIDAD DE GÉNERO	NOMBRE: CONOZCO LOS CONCEPTOS BÁSICOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocer los siguientes conceptos: - Sexo biológico - Identidad de género - Orientación del deseo - Expresión de género	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -PDI. -Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=1QbTZYiQ6BA - Ropa muy variada.
DESARROLLO: La actividad consiste en ver el siguiente vídeo para repasar los conceptos básicos. El alumnado podrá hacer preguntas y debatir, expresar dudas, y comentar los conceptos vistos en el vídeo.		

SABERES BÁSICOS: IDENTIDAD DE GÉNERO	NOMBRE: REPASO LOS CONCEPTOS BÁSICOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Repasar los conceptos básicos trabajados	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Cada alumna y cada alumno tendrá una tarjeta roja y una verde
DESARROLLO: Cada alumno o alumna tendrá una tarjeta verde y una roja. La tarjeta verde indicará verdadero y la roja falsa. El maestro o la maestra leerá unas frases y el alumnado tendrá que identificar si son verdaderas o falsas, mostrando la tarjeta adecuada. - “El sexo biológico se asigna según el aparato reproductor que cada persona tiene (masculino o femenino)”. - “Todas las personas se tienen que identificar y sentir según su sexo biológico”. - “Sentirse hombre o mujer dependerá de cómo se siente cada persona, sin tener relación con el sexo biológico”. - “Una persona se puede sentir mujer aunque tenga pene”. - “Todas las personas con vagina, se tienen que sentir mujeres”.		



SABERES BÁSICOS: IDENTIDAD DE GÉNERO	NOMBRE: CHICOS Y CHICAS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reconocer la diversidad en cuanto a la identidad y al cuerpo. - Valorar la diversidad familiar.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Material didáctico de la Asociación Naizen. https://naizen.eus/portfolio/chicas-y-chicos-identidad-y-cuerpo/
DESARROLLO: Trabajaremos el material realizado por la Asociación Naizen (Asociación de Familias de menores transexuales) para reconocer la diversidad en los cuerpos y las identidades.		

ACOMPANIAMIENTO EN LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD SIN ESTEREOTIPOS.

SABERES BÁSICOS: IDENTIDAD DE GÉNERO SIN ESTEREOTIPOS	NOMBRE: EL ÁRBOL DE LOS DESEOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Expresar como se sienten y como quieren que se los trate.	
TIPO: REFLEXIÓN/EXPRESIÓN	DURACIÓN: 3 SESIONES	MATERIALES: -Cartulina -Ramas -Recortes de papeles -Bolígrafo
DESARROLLO: La actividad empezará con una reflexión sobre la importancia de tratar bien a las demás personas, sentirse respetados, no ser juzgados por razones como la raza, la etnia, la identidad sexual y/o la orientación sexual. A continuación, sobre la cartulina, con las ramas recogidas se construirá un árbol. Una vez construido, se repartirá un papel al alumnado y en éste escribirán sus deseos con relación a cómo les gustaría sentirse y ser tratados en relación a su identidad sexual, su orientación sexual, etc. Es importante para la realización de esta actividad crear un ambiente relajado, pausado y que invite a la reflexión individual. Se recomienda poner música de relajación mientras se realiza la actividad. Para finalizar, el alumnado podrá leer y compartir con sus compañeros o compañeras su deseo de forma voluntaria.		

SABERES BÁSICOS: TRANSEXUALIDAD	NOMBRE: SOY JAZZ	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Leer el cuento mediante la lectura compartida -Entender el concepto de transexualidad -Fomentar el debate y la reflexión entre el alumnado	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 3 SESIONES	MATERIALES: -Cuento “Soy Jazz”. Herthel Jessica, Jennings Jazz. Edicions Bellaterra.
La actividad consiste en leer el cuento “Soy Jazz”. Es un libro que trabaja el concepto de personas transexuales. Algunas preguntas que pueden invitar a la reflexión del alumnado y al debate pueden ser las siguientes. No obstante, estas se deben ir adaptando a las características del alumnado. Con estas preguntas podemos visibilizar los gustos, preferencias, aficiones del alumnado y desmitificar los estereotipos de género. - ¿Qué le gusta hacer a Jazz? - ¿Cuál es su color favorito? - ¿Cómo le gusta vestir? - ¿Cómo se sentía Jazz cuando iba al colegio? - ¿Cómo se sentía Jazz con su familia? ¿Pensáis que a Jazz le gustaría ser como se siente también en el colegio? - El día que Jazz fue al médico con su familia, ¿cómo pensáis que se sintió? ¿Y los familiares de Jazz? ¿Qué cambió a partir de ese momento? - ¿Alguna vez os habéis sentido como Jazz? - ¿Cómo se sentía Jazz al final del cuento? - ¿Qué consejo le daríais a Jazz? - ¿Conocéis alguna persona transexual? - ¿Os identificáis con vuestro sexo biológico?		
La lectura del cuento se puede adaptar mucho a las características del alumnado. Se puede adaptar el libro a los principios de la lectura fácil, usar el lector inmersivo, acompañar la lectura con pictogramas, etc. OBSERVACIONES: Para trabajar el concepto de personas transexuales hay muchos cuentos. En la página web de LAMBDA, en el apartado “Biblioteca de colores” hay disponible muchos recursos para trabajar el concepto de personas transexuales según el nivel del grupo-clase.		



c. ¿Cómo lo expreso? La erótica

- Preguntas y mitos

Preguntas

La erótica es la forma de expresar todo lo que hemos hablado anteriormente, es lo que somos y lo que vivimos, por lo que tendrá múltiples formas y particularidades.

Para poder hacer una reflexión significativa de este apartado nos plantearemos las siguientes cuestiones:

¿Reconozco cómo mi alumnado expresa sus afectos y los respeto?

¿Conozco los derechos sexuales de las personas con DF?

¿Doy visibilidad en mi práctica diaria a la diversidad de colectivos?

¿Trabajo en el aula las relaciones afectivas positivas?

¿Trabajo las relaciones con las personas y el grado de cercanía en esas relaciones?

¿Permito en el centro conductas de expresión del afecto que no corresponde con la edad del alumnado?

¿Mantengo una actitud de sobreprotección con mi alumnado?

¿Doy valor a las relaciones afectivas que surgen en el alumnado de mi centro?

Mitos

Como en los apartados anteriores, primero reflexionaremos y añadiremos los mitos que rodean a las personas con DF en cuanto a la expresión de sus deseos. Según la Guía de FEAPS *Dibujando la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo: una cuestión de derechos*. Estos mitos pueden ser:

- **Las personas con DF no pueden tener pareja.**

Falso, la sobreprotección para evitar frustraciones a la hora de enfrentarse a las emociones y a posibles rupturas es un grave error. Necesitan que favorezcamos los espacios, los tiempos y las formas de expresarse, acompañándolos en el aprendizaje y vivencia de su sexualidad.

- **Las personas con DF pueden transmitir genéticamente la discapacidad.**

Esta idea es falsa, ya que el origen de la discapacidad está demostrado científicamente que responde a múltiples causas. Y además, queremos destacar que la sexualidad en sí mismo, es un valor de la persona y no debemos centrarnos únicamente en la función reproductiva.

- **Las personas con DF no tienen capacidad para captar el abuso del que pueden ser objeto.**

En primer lugar, debemos empoderar a las personas con DF para que puedan tomar sus propias decisiones. El hecho de que sean vulnerables al abuso está relacionado con la estrecha dependencia y



la sumisión a terceras personas, además de la pérdida de la intimidad y falta de Educación Sexual. Con todo esto, las personas con DF pueden tener relaciones sexuales consentidas y satisfactorias.

- **Todas las personas con DF son heterosexuales.**

Existe un gran abanico de posibilidades sexuales, diferencias y singularidades, que dan lugar a distintas prácticas, orientaciones e identidades sexuales. La Educación Sexual debe ir encaminada a conocer estas realidades y así poder descubrir su sexualidad desde la diversidad.

- Orientaciones

La **ERÓTICA** es la manera en que cada cual expresa su sexualidad, podríamos decir que es **aquello que se hace**. Esto incluye los deseos y las fantasías y, evidentemente, los gestos o conductas.

De las relaciones personales, surgen **emociones que enmarcamos en lo que llamamos afectividad**. Unas nos hacen sentir mejor y otras peor. Todas igual de legítimas y necesarias.

Ya hemos hablado del **deseo**, que es otra emoción, pero que **merece ser diferenciada de la afectividad**. Esas ganas de experimentar el placer sexual, que activan la Respuesta Sexual Humana y que, pueden surgir en el marco de una relación, pero también como un deseo individual y centrado en el propio cuerpo.

El gran objetivo, en relación a la erótica, es que el alumnado aprenda a **reconocer y gestionar bien sus emociones** y, por tanto, sus relaciones personales. También cuando surge el deseo erótico, el objetivo es la búsqueda del bienestar, **la satisfacción**. Se trata de que cada cual, **se sienta bien y sea feliz**, disfrutando de sus relaciones y de los deseos, cuando están presentes.

La participación de la escuela en el acompañamiento del deseo erótico, debería estar sujeta a aquellos principios y acuerdos que cada escuela establezca en su comunidad y con la participación de las familias.

En todas las etapas educativas, **la educación de las emociones**, va a estar presente de manera significativa. Es necesario garantizar competencias que permitan al alumnado, atendiendo a su desarrollo y sus capacidades, **reconocer las emociones**. Ser conscientes de ellas, poder identificarlas y ponerles nombre, cuando es posible. También saber expresarlas y compartirlas. Adquirir habilidades de comunicación e interrelación, que les permitan **cultivar sus relaciones**, viviendo de manera legítima esas emociones y **gestionándolas adecuadamente**.

Sabemos que **las posibilidades de establecer vínculos** y disfrutar de relaciones personales, **están limitadas**, muchas veces, para el alumnado con diversidad funcional. Sus oportunidades más allá del entorno escolar y familiar, suelen ser pocas, especialmente para quienes tienen graves discapacidades.

También es muy habitual, que este alumnado, vaya creciendo **sin construir una idea clara de los distintos tipos de vínculo**. Y lo que es más importante, sin aprender que, según la confianza y cercanía de cada vínculo, son apropiados unos gestos y conductas, pero otros no.



Por eso, es importante contemplar la necesidad de que el alumnado desarrolle estas competencias. Distinguir entre gente conocida, desconocida, vínculos familiares, vínculos en la escuela, que serán diferentes con las personas adultas que, cuando se trata de iguales. En la escuela se van a dar relaciones de compañerismo, pero también **es importante aprender el valor de la amistad**. Muchas veces ocurre que se identifican como amigos o amigas a cualquier persona cercana. No es que esto sea malo o perjudicial, pero **se pierde la oportunidad** de disfrutar conscientemente de la amistad como un vínculo especial, preferente y forjado con el tiempo.

Para que exista amistad, simplemente es necesario que las dos personas acuerden, de manera más o menos explícita, que son amigas. Sin embargo, para llenar de contenido y sentido la amistad, **es necesario compartir**. La amistad se da entre dos personas que comparten afectos y también intereses, cosas que les gustan y motivan. Dos personas refuerzan su amistad cuando saben que pueden contar la una con la otra, cuando tienen oportunidades para escucharse y ayudarse. **Es tarea de la escuela**, ofrecer oportunidades para el desarrollo de competencias que permitan **disfrutar de una amistad significativa y llena de contenido**.

Al hilo de este trabajo, cuando hablamos de familia, es necesario educar en clave de diversidad. Ofrecer modelos distintos, cuidando el protagonismo, para que todas las familias sean consideradas por igual. No hay un modelo de familia más legítimo y tradicional y otros que “también merecen ser respetados”. **Todas las maneras de construir familia, son igual de válidas**.

Distinguir entre vínculos, sabiendo que unos son más cercanos y de confianza que otros, permite **adaptar los gestos**, las maneras de relacionarse. Por eso, también es habitual que el alumnado con diversidad funcional, no ajuste bien esos gestos. Que no aprendan a reconocer y respetar límites personales, sabiendo que hay maneras de saludar, caricias, besos y gestos, que sólo son adecuados cuando existe una cierta confianza.

Desde las primeras etapas educativas, en la escuela, es necesario **enseñar estos límites** que, además, también **se ajustan en relación a la edad**. Cualquier chico o chica, con la maduración y el desarrollo, van desechando ciertos gestos de cariño, que se asocian a la infancia. Es posible que el alumnado con diversidad funcional, no demande esos cambios. Sin embargo, hay que acompañar su desarrollo, también en este sentido y **evitar la infantilización en la expresión de los afectos**, cuando alcanzan edades que así lo requieren.

También es muy frecuente que los vínculos que se establecen entre alumnado y profesionales que les apoyan, suelen plantear dudas en la gestión de los límites personales y la expresión de los afectos. No es fácil determinar cuándo es necesario poner límites. Va a depender de las personas involucradas, de su relación, de la situación...

Es obvio y saludable que las relaciones entre profesorado y alumnado, se desarrollen en el ámbito de la afectividad y que se puedan expresar y compartir emociones. Pero también es innegable que, en algún momento, va a surgir la necesidad de regular los gestos. Lo importante es ser conscientes que **hay que enseñar límites** y para ello, seguramente es buena idea explicarlos. Aprovechar situaciones de la convivencia, para **explicar cuando es oportuno expresar el cariño con determinados gestos y cuando no**. Diferenciar momentos, relaciones de más o menos confianza y, en definitiva, **desarrollar habilidades relacionadas con los límites personales**.

Las **relaciones de pareja**, también suelen ser significativas y despiertan interés, sobre todo en el alumnado que presenta menores necesidades de apoyo. Es habitual que **tengan poca información y**



competencias, para gestionar este tipo de vínculos. Habitualmente, entienden la relación de pareja en base a los modelos y referentes de su entorno. Modelos de personas que no tienen diversidad funcional y que no suelen resultar significativos.

Quizás el trabajo más importante desde la escuela, es **deconstruir la idea** de que tener pareja puede ser un objetivo en la vida, un “éxito” social. El objetivo es sentirse bien, ser feliz en el ámbito de la afectividad, y eso puede ocurrir teniendo pareja o sin tenerla.

Es muy habitual que, copiando modelos y actitudes sociales, se hable de novias, novios o parejas, en las escuelas. No es fácil ni para el alumnado, ni para el entorno, saber qué grado de consideración otorgar a esas relaciones. Especialmente en edades tempranas o cuando el alumnado presenta discapacidad intelectual importante, podría ser adecuado hablar de **“jugar a ser pareja”**.

Podríamos decir que una **relación de pareja** se establece **cuando dos personas así lo deciden**, con consciencia de ello, entendiendo lo que supone y qué se espera de esa relación. Estas relaciones se entienden con legitimidad, cuando ocurren **entre personas que tienen estilos de vida y aprendizaje parecidos**, cuando sus capacidades cognitivas y de comunicación se complementan, de modo que pueden **vivir en igualdad situaciones de toma de decisión**.

A partir de ahí, cada pareja debería ir **construyendo su propia manera de serlo**. El alumnado con diversidad funcional, merece referentes cercanos, alejados de los estereotipos sociales de pareja y que les permitan, disfrutar de esas oportunidades. **Aprender estrategias básicas** para “ligar”, iniciar y cuidar relaciones de pareja, con respeto y en clave de igualdad, son competencias que, en ocasiones, pueden resultar de interés. Es necesario provocar el debate sobre el buen trato, sobre actitudes y gestos que pueden considerarse como el “buen amor”, así como ciertas actitudes, posiblemente aprendidas del entorno, que nos llevan a hablar del “mal amor”.

En el marco de la erótica, **el deseo es, quizás, la emoción más significativa**. Quizás, el principal objetivo, tiene que ver con la legitimidad, es decir, procurar que cada cual, viva libremente y sin restricciones, sus deseos.

Cuando hablamos de compartir deseos, una tarea fundamental es **evitar “la expectativa de heterosexualidad”**, es decir, dejar de presuponer la heterosexualidad como norma, para generar un contexto donde todas las realidades estén presentes. **La visibilización del colectivo LGTBIQ+** es, sin duda, una premisa fundamental y una responsabilidad para cualquier escuela.

Diferenciar las fantasías y los deseos, legitimando también, ambas cuestiones, es fundamental. Puede ser adecuado partir del concepto de fantasía, diferenciándolo de la realidad, para **atender y entender las fantasías relacionadas con el deseo** y el placer.

El uso y manejo de las redes sociales, exige también una respuesta educativa, para cierto alumnado. Es necesario que sean conscientes de los peligros que plantean, poniéndoles nombre y aprendiendo estrategias para afrontarlos.

Las conductas relacionadas con el erotismo, deberían de construirse desde una convivencia marcada por la posibilidad de comunicarse y **relacionarse en clave de igualdad**. Cualquier conducta erótica compartida, sólo tiene sentido si las dos personas, siendo conscientes y sabiendo aquello que practican, lo desean y lo pasan bien juntas. **Han de compartir la necesidad del asentimiento**, de hacer solo



aquello que a las dos personas les apetece y sabiendo que si, en cualquier momento, la otra persona no quiere participar de cualquier práctica, **hay que respetar absolutamente esa decisión.**

Es esencial, desde el punto de vista de la educación sexual, compartir información acerca de **lo que se ha de considerar una situación de abuso.** Reconocerlas y **saber reaccionar y gestionarlas** si, en algún momento, están presentes.

El disfrute de la sexualidad, de la erótica, ha de ocurrir **en el marco de los Derechos Sexuales.** Derechos esenciales que amparan estas vivencias y que han de formar parte de los contenidos propios de la educación sexual en las escuelas.

Contenidos del apartado	
<u>Visibilización de colectivos</u>	<u>El buen trato</u>
<u>Las relaciones. Círculos de relaciones. Habilidades sociales</u>	<u>Las fantasías eróticas</u>
<u>El consentimiento</u>	<u>Prevención del abuso</u>
<u>Tipos de familias</u>	<u>Información en las redes. Pornografía. Redes sociales</u>
<u>El enamoramiento. Tipos de amor. Las relaciones de pareja</u>	<u>Los derechos sexuales</u>
<u>Orientación sexual. Orientación del deseo. Diversidad sexual</u>	



- Propuestas de actividades

VISIBILIZACIÓN DE COLECTIVOS

SABER BÁSICO: VISIBILIZACIÓN DE COLECTIVOS	NOMBRE: STREPTEASE VERBAL	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	Dar visibilidad a colectivos LGTBIQ+ Expresar sentimientos y emociones con libertad Trabajar la naturalidad en las relaciones	
TIPO: ¿QUÉ ES VERDAD?	DURACIÓN: MITJA JORNADA	MATERIALES: -Biombo -Foco de luz -Silla
DESARROLLO: En un aula o en salón de actos pondremos un biombo con una silla y un foco de luz para que desde el público se pueda apreciar la silueta de la persona que va a hablar. Pediremos a un adulto que sea miembro de la comunidad educativa que cuente su experiencia como miembro del colectivo LGTBIQ+ detrás de ese biombo para que el alumnado pueda escuchar su testimonio. Al terminar la persona saldrá a conocer a todo su auditorio para que todos puedan apreciar su cercanía y naturalidad. Después propondremos al alumnado que cuenten cualquier experiencia que quieran detrás del biombo y así todas las personas presentes lo podrán escuchar. Se podrá realizar turno de preguntas.		
OBSERVACIONES: Se trabajarán conceptos como el respeto, la libertad de expresión y la identidad.		



SABER BÁSICO: VISIBILIZACIÓN DE COLECTIVOS	NOMBRE: TERTULIA DEL STRIPTEASE	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Reconocer qué han aprendido al conocer un testimonio en primera persona sobre el colectivo LGTBIQ+ -Eliminar ideas o prejuicios homofóbicos -Reconocer actitudes o comentarios homofóbicos	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESSIÓ	MATERIALES: Ninguno
DESARROLLO: Realizaremos una tertulia en el grupo clase después de la actividad del striptease verbal en pequeño grupo. Plantearemos las siguientes preguntas: ✓ ¿Cómo crees que se sentía la persona detrás del biombo? ✓ ¿Crees que es necesario ocultarse? ✓ ¿Qué pensabas sobre el colectivo LGTBIQ+? ✓ ¿Ha cambiado tu opinión? ✓ ¿Cómo te has sentido tú al escuchar sus vivencias?		
OBSERVACIONES: Trabajaremos conceptos como identidad, salir del armario, libertad, igualdad y respeto.		

LAS RELACIONES. CÍRCULO DE RELACIONES. HABILIDADES SOCIALES.

Educación sexual implícita - Recomendaciones

LAS RELACIONES. CÍRCULOS DE RELACIONES. HABILIDADES SOCIALES.

Para el alumnado con grandes necesidades de apoyo, resulta de vital importancia, **contar en la escuela con figuras de referencia**. Reconocer un círculo de confianza, con preferencias entre sus iguales, pero también con referentes profesionales. Quienes necesitan apoyos para cualquier actividad, incluyendo los cuidados básicos, merecen tener la seguridad de que esas necesidades van a ser atendidas. Es recomendable, en la organización del personal, las posibles rotaciones, contemplar este factor. En la medida de lo posible, **es oportuno mantener esas figuras profesionales de referencia**. Además, es una responsabilidad profesional, ser conscientes de que **hay que generar ese vínculo, cercano, afectivo y que transmita seguridad y confianza**.

SABER BÁSICO: CONFIANZA	NOMBRE: CÍRCULOS DE CONFIANZA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar los distintos círculos de confianza (yo, familia, amigos, compañeros, conocidos, ayudas comunidad, desconocidos) - Distinguir la forma de relacionarse con las personas que forman parte de los diferentes círculos de proximidad - Comprender que cada persona tiene una situación diferente con respecto al otro (diversidad familiar).	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Cartulinas de colores, tijeras, encuadernador, fotos
DESARROLLO: A través de esta actividad, se podrá elaborar a nivel individual un producto artístico que refleje los diferentes círculos de confianza del alumnado. Comenzaremos identificando en cada caso los miembros que componen cada círculo y lo plasmarán en cada uno de los círculos. ¿Quién está en cada círculo? Se recortarán círculos de diferentes tamaños y colores y se unirán superpuestos y ordenados por tamaños, con un encuadernador en la parte superior con el fin de que puedan destaparse. A continuación, reflexionaremos sobre la forma de relacionarnos: ¿cómo nos podemos saludar?, ¿Cómo saludamos?, ¿Qué hacemos con cada persona? Si tengo un problema, ¿se lo puedo contar?, ¿Puedo dar besos y abrazos?, ¿Cómo doy besos y abrazos? ¿De qué cosas puedo hablar?...		
OBSERVACIONES: Puede ser una actividad segmentada que se trabaje a lo largo de varias sesiones. Para trabajar el círculo de la familia, se podría trabajar un caso concreto siendo una persona la protagonista de ese momento. Si el grupo es más autónomo, se podría planificar trabajar un círculo cada día y que de forma autónoma lo completen realizando una exposición al resto del grupo. Puede pedirse fotos a la familia de modo que la actividad resulte más visual para el alumnado que precisa de un mayor apoyo.		

EL CONSENTIMIENTO

Educación sexual implícita - Recomendaciones

CONSENTIMIENTO

Cuando el alumnado no puede expresar claramente el consentimiento de los apoyos que tienen que ver con la intimidad, **se hace necesaria una buena escucha**.

Evidentemente, cuando hay expresión de incomodidad o rechazo, podríamos estar ante situaciones de “no consentimiento”.

Por otro lado, cuando un alumno o alumna está **en conexión con la actividad, anticipa** lo que va a suceder y **participa** de ella, podemos suponer que los apoyos ocurren **en clave de consentimiento**.

Por el contrario, si hay desconexión o la persona evita o dificulta la participación, también se debería sospechar falta de consentimiento.

Las claves metodológicas son, pues, **la escucha, la anticipación y la facilitación de la participación**, atendiendo a las posibilidades y capacidades de cada cual.

Educación sexual implícita - Recomendaciones

ABUSO

El objetivo esencial es que el alumnado **identifique a las personas de confianza**, aquellas que le prestan apoyos en situaciones que comprometen la intimidad del cuerpo y **que sean capaces de mostrar incomodidad o queja**, cuando hay personas sin ese vínculo de confianza que vulneran su intimidad.

Para ello, la organización de los recursos humanos, ha de apuntar en esa dirección. Garantizando **que solo las personas necesarias participen de los apoyos íntimos** y tratando de **que esas personas sean referenciales**, de confianza.

Además, es necesario **garantizar que el alumnado se siente a gusto** con quienes habitualmente les prestan apoyos. No deberíamos de dar siempre por hecho ese vínculo favorable, generando mecanismos de revisión al respecto.

Este alumnado puede expresar su incomodidad o queja, a partir **de cambios o reacciones emocionales que deberían convertirse en signos de alarma**. Cuando muestran malestar o rechazo hacia alguna de sus figuras de apoyo, se debería prestar atención a esas expresiones y valorar el modo en que se prestan los apoyos.



Las actividades que se exponen a continuación van dirigidas a trabajar el consentimiento en el alumnado y prevenir situaciones de abuso. Están pensadas como una secuencia, pero se pueden trabajar de forma independiente de acuerdo a las características del grupo o a la persona que va dirigida.

SABERES BÁSICOS: GUSTOS, DESEOS Y PREFERENCIAS	NOMBRE: ME GUSTA... ¿O NO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reflexionar sobre sus gustos y preferencias - Expresar opiniones y deseos	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS Y REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Folios de colores y rotuladores.
DESARROLLO: Preguntamos al alumnado sobre comidas, juegos, actividades, sensaciones y situaciones que les gustan y las anotan en tarjetas, añadiendo me gusta... ¿o no? Se reparten las tarjetas aleatoriamente y cada alumno/a tiene que leerla y contestar. Ej: Me gusta ir a la playa ¿o no? Me gusta salir al cine ¿o no? Me gusta cocinar ¿o no?		

SABERES BÁSICOS: GUSTOS, DESEOS Y PREFERENCIAS	NOMBRE: AHORA NO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar gustos, preferencias y deseos y expresarlos libremente	
TIPO: INTERCAMBIO DE IDEAS	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Tarjetas realizadas en la actividad <i>¿Me gusta...o no?</i>
DESARROLLO: Iniciar un debate a partir de la actividad anterior sobre los momentos en que nos apetecen hacer las cosas que nos gustan. Planteamos situaciones tipo: A Laura le encanta ir a la playa. Su amiga la invita a pasar el día en la playa con su familia, pero a ella no le apetece en ese momento ¿Qué puede hacer Laura?		



SABERES BÁSICOS: GUSTOS, DESEOS, PREFERENCIAS Y OPINIONES	NOMBRE: CONTIGO SÍ	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar las personas con las que nos gusta compartir buenos momentos. - Tener en cuenta los deseos de los demás.	
TIPO: JUEGOS DE ROLES	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Tarjetas realizadas en la actividad <i>¿Me gusta...o no?</i>
DESARROLLO: Ampliamos la actividad planteando sus preferencias a la hora de compartir actividades con otras personas. A continuación, harán preguntas a otro/a compañero/a, que deberá contestar sí o no (juego de roles). Todos los alumnos/as interpretarán los dos roles. -¿Te gustaría ver una película conmigo? -¿Quieres que vayamos a merendar juntos/as? -Te invito a jugar a mi casa ¿quieres venir?		

SABERES BÁSICOS: EL CONSENTIMIENTO	NOMBRE: EL CONSENTIMIENTO, TAN SIMPLE COMO UNA TAZA DE TÉ	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Entender el concepto del consentimiento.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Enlace vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=BuuyajciFC4
DESARROLLO Con el alumnado plantearemos una tertulia sobre el consentimiento con el visionado de este video, muy claro y sencillo. La intención final, será concluir en un concepto lo más claro posible de lo que supone el consentimiento, diferenciándolo de situaciones que apuntan al abuso.		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo o por pequeños grupos.		



SABERES BÁSICOS: SECRETOS	NOMBRE: SECRETOS BUENOS, SECRETOS DE CUIDADO.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar secretos - Diferenciar entre distintos tipos de secretos	
TIPO: REFLEXIÓN E INTERCAMBIO DE OPINIONES	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Folios de colores
DESARROLLO: Escribimos en tarjetas diferentes situaciones en las que se guarda un secreto. Los vamos leyendo y les preguntamos si piensan que es bueno o no, y por qué. Debatimos sobre si deberíamos contarlos. “Vamos a dar una fiesta sorpresa a mi hermana. Debes guardar el secreto” “Marta quiere que vayamos a pasear en lugar de ir al parque, pero no quiere que mi madre lo sepa, quiere que sea un secreto”. “Juan me ha querido besar en el baño, pero me da vergüenza contarlos”. “Mi amigo se encuentra mal, pero no quiere que se lo diga a nadie” “Silvia me ha dicho que le gusta Carlos, pero quiere que le guarde el secreto” “Mi padre tiene entradas para el concierto, pero no se lo puedes contar a nadie, es un secreto”. “He roto la lámpara con la pelota. Guárdame el secreto” Finalizamos volviendo hacerles las preguntas de la primera actividad, después de haber realizado esta. ¿Han variado las respuestas?		

TIPOS DE FAMILIAS

Tipos de familia	Actividades tipo
¿Qué sabemos?	Actividad 1: Lluvia de ideas sobre los diversos tipos de familia que conocen. Actividad 2: Visualización de imágenes con diversidad familiar. Imagen (anexos). Actividad 3: Invitados e invitadas especiales, sus familiares, (propia realidad, enriquecimiento con sus aportaciones, anécdotas, vivencias de familia, fotos y recuerdos)
¿Qué hemos aprendido?	Actividad 1: Elaborar un mural de las diversas familias que pueda haber en la clase o que conozcan. Actividad 2: Juego de roles de las diferentes familias. Cada equipo representará un tipo de familia.
¿En qué dudamos?	Actividad 1: Mesa redonda donde se debatirán aspectos de interés que el alumnado quiera resolver en la que habrá moderadores, turnos de preguntas, respuestas, réplicas en la que todos expresarán su opinión. Actividad 2: Recordaremos las experiencias de las familias, testimonios. Puesta en común.
¿Cómo se sienten en sus familias?	Actividad 1: Se establecerá una puesta en común en la que el alumnado voluntariamente exprese sus emociones referidas a esta cuestión.
¿Qué cambiarían si pudiesen?	Actividad 1: Se establecerá una puesta en común en la que el alumnado voluntariamente exprese sus emociones referidas a esta cuestión.

EL ENAMORAMIENTO. EL AMOR. TIPOS DE AMOR. LAS RELACIONES DE PAREJA

Educación sexual implícita – Recomendaciones

EL ENAMORAMIENTO. EL AMOR. TIPOS DE AMOR.

Hablar de amor, en un marco de pareja, nos lleva a referirnos a sentimientos, vivencias que exigen cierta elaboración cognitiva. Es obvio que, para disfrutar de ese amor de pareja, son necesarias competencias cognitivas maduras y significativas. Hay alumnado que no va a poder vivir esa realidad.

Aunque esas competencias no estén presentes y como ya se ha descrito, **todo el alumnado merece oportunidades para establecer vínculos que favorezcan una vivencia intensa de las emociones.**

Se ha hablado de que el alumnado con grandes necesidades de apoyo, necesita vínculos profesionales de referencia. Figuras cercanas, que garanticen un apego seguro y facilitador de los aprendizajes. También de la necesidad de que tengan oportunidades para compartir con sus compañeras y compañeros, **mostrando preferencias y distinguiendo vínculos y emociones más intensas y satisfactorias.**

Los vínculos con animales, mascotas, también pueden convertirse en magníficas oportunidades para disfrutar de esas emociones que nos hacen sentir bien al relacionarnos. Es obvio que todo el alumnado va a tener, **y merece tener, relaciones diversas y que le permitan experimentar diferentes maneras de vivir “el amor”,** entendido en el marco de lo afectivo.

SABER BÁSICO: AMOR, RELACIONES DE PAREJA	NOMBRE: EL AMOR	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Descubrir los diferentes tipos de amor que conocen	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: EN VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Lápiz y papel o tablet
DESARROLLO: El alumnado realizará una lluvia de ideas acerca de su propio significado del amor y a partir de sus propuestas se realizará un diálogo anotando los diferentes puntos de vista. Diferenciamos los tipos de amor: familiar, autoestima, amor de pareja, amor romántico, amor emocional, mascotas y amor a las cosas, etc.		
OBSERVACIONES: Se establecerán turnos y normas para que el diálogo sea igualitario pero recordando que esas sensaciones van cambiando y luego aparece el amor de pareja o la pareja se rompe.		

SABER BÁSICO: AMOR, RELACIONES DE PAREJA		NOMBRE: BUEN AMOR, MAL AMOR	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		- Ofrecer un marco actitudinal de respeto en las relaciones de pareja - Promover relaciones saludables de amor y de pareja desde la perspectiva de género - Reflexionar y diferenciar sobre modelos de relaciones positivos y negativos existentes	
TIPO: DETECCIÓN DE CONOCIMIENTOS PREVIOS / DESARROLLO		DURACIÓN: 1 o 2 SESIONES	MATERIALES: Letras de canciones de amor “malo” - “La Tortura” Shakira - “Eres mía” Romeo Santos - “Carolina” M Clan Letras de canciones de amor “bueno”: - “Contigo” La Otra - “Lo malo” Ana y Aitana - “Esta noche” Tremenda Jauría -Ordenador y Proyector para visualizar los videoclips y/o letras de la canción. -Papel Continuo/ Cartulinas -Tijeras
DESARROLLO: Vamos a preparar con el alumnado un mural donde diferenciaremos actitudes positivas y negativas en las relaciones de pareja y en el amor hacia otra persona. - Preparamos con el alumnado la plantilla en una cartulina o papel continuo que dividiremos en 2. En un lado pondremos el título “Amor Bueno” y en el otro lado pondremos “Amor malo”. - Después repartimos las letras que vayamos a trabajar entre el alumnado. - Iremos escuchando las letras, parando las canciones, subrayando frases que hayamos detectado en uno u otro sentido. - Cuando hayamos terminado una canción podemos ir recortando las frases detectadas y colocándolas donde correspondan en el mural. - A la vez, a través del diálogo iremos reflexionando con el alumnado, buscando otros ejemplos de su propia experiencia, etc. - Podemos ir añadiendo dibujos, imágenes, otras frases, etc. Que surjan en el desarrollo de la actividad.			
OBSERVACIONES: 1) Estas canciones son a modo de ejemplo, existen muchas otras que también pueden servir dependiendo de las características del alumnado. 2) Esta actividad se puede adaptar de forma más dirigida dándole directamente al alumnado las frases de amor bueno y amor malo seleccionadas. En este caso la actividad consistiría en detectar la frase en la canción mientras la escuchamos, y después pegarla en el mural. 3) Se puede hacer la letra con pictogramas si fuera útil para el alumnado.			



SABER BÁSICO: RELACIONES DE PAREJA	NOMBRE: PRESIONES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Aprender a respetar las decisiones personales sobre tener relaciones sexuales o no - Tomar decisiones de forma responsable sin dejarnos llevar por la insistencia de la pareja desde la perspectiva de género	
TIPO: DESARROLLO	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - 3 tarjetas con situaciones para representar - Pizarra
DESARROLLO: El/la docente lanzará unas preguntas al alumnado para introducir la actividad tipo: ¿Tenéis pareja? ¿Creéis que es obligatoria tener sexo con una pareja? Se da una tarjeta al alumnado por grupos describiendo una situación de pareja: Situación 1: Una pareja de chico y chica está hablando porque llevan un año de relación y no han tenido relaciones sexuales. Él le presiona diciendo que, si no tienen sexo ya, la relación va a terminar porque eso significa que no le quiere. Situación 2: Unas amigas hablan sobre sus relaciones de pareja. Una comenta que no sabe si tener relaciones sexuales o no. ¿Qué le dicen sus amigas? Situación 3: Una pareja lleva saliendo 6 meses, han tenido relaciones sexuales. Ella no sabe si contárselo a sus amigas o a algún familiar porque es muy tímida y no sabe si el resto de personas lo ha hecho o no, si está bien lo que hizo o no. A cada grupo se le dará 10 minutos para que preparen la representación de la situación. Después saldrán a realizar el juego de roles y se abrirá diálogo y debate sobre lo que se ha visto.		
OBSERVACIONES: - Las situaciones planteadas se adaptarán en función de la realidad de nuestro alumnado. - Las agrupaciones podrán variar en función del número de alumno/as y del apoyo que necesiten.		



SABER BÁSICO: ENAMORAMIENTO	NOMBRE: ME GUSTAS PORQUE...	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer las inquietudes, conocimientos y expectativas del alumnado - Favorecer la reflexión del alumnado sobre el amor	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Tarjetas con frases
DESARROLLO: Leemos una serie de frases elaboradas teniendo en cuenta las características del grupo. El alumnado dirá con qué frases se siente identificado. Cuando me gusta otra persona me gusta.... - estar a su lado - hablar con él o ella - pasar tiempo juntos - bromear y reírnos - cogerle de la mano Luego daremos un tiempo para que ellos/as realicen sus aportaciones Después incluiremos frases con cualidades personales que les gusta que tengan las personas con las que se relacionan. Me gustan las personas... - cariñosas - sinceras - que me hablan bien - que tienen en cuenta mis opiniones y deseos - que se preocupan por mí - que comparten sus cosas - alegres - marchosas De igual modo les daremos voz para que realicen sus aportaciones al grupo. Podemos trabajar luego la idea: ¿CÓMO SE CUANDO ME GUSTA ALGUIEN? Siento que me estoy enamorando cuando: pienso mucho en esa persona, me pongo nerviosa cuando la veo, tengo muchas ganas de verla y de estar cerca, me gusta su cara y su cuerpo, me parece atractiva, tengo ganas de tocar a la persona y cuando me toca me pone la piel de gallina, no veo sus defectos...		
OBSERVACIONES: - El vocabulario y la manera de formular las frases se hará teniendo en cuenta las características del grupo. - En caso necesario las frases irán acompañadas de imágenes que faciliten la comprensión.		



SABER BÁSICO: ENAMORAMIENTO	NOMBRE: ESO SÍ ES AMOR, ESO NO ES AMOR	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar comportamientos positivos hacia las demás personas	
TIPO: DRAMATIZACIÓN/ REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Tarjetas con situaciones para dramatizar
DESARROLLO: El alumnado tendrá que dramatizar diversas situaciones y los demás tendrán que decir si creen que son actitudes y comportamientos que demuestran amor o no. Situaciones a dramatizar: - Soy amable con la otra persona - Ofrezco ayuda - Soy cariñoso/a - Me enfado con la persona si habla con otros compañeros/as - Dejo de hablar a la persona porque no hace lo que yo quiero - Le digo que no me gusta que baile en la fiesta Finalmente haremos una puesta en común para concluir, reflexionando en grupo, propiciando que compartan sus opiniones sobre las sensaciones que les han provocado las situaciones que han visto o dramatizado.		
OBSERVACIONES: - Las situaciones estarán adaptadas a las experiencias del grupo. - Las situaciones se pueden acompañar con imágenes que faciliten su comprensión por parte del alumnado que lo necesite. - Incluir durante las representaciones que el amor sea cuidado y la alerta de las redes sociales.		

EL BUEN TRATO

Educación sexual implícita - Recomendaciones

EL BUEN TRATO

Como ya se ha dicho, quienes tienen importantes déficits competenciales en lo cognitivo, **no van a comprender ni disfrutar de relaciones de pareja**.

Sin embargo y evidentemente, **el buen trato**, entendido como el modo de relacionarse promoviendo un sentimiento mutuo de reconocimiento y valoración, **también les incluye**.

En la escuela, es necesario ser conscientes de que este alumnado, por el hecho de necesitar muchos apoyos y situarse siempre en el lugar de quien recibe la ayuda, **corre el riesgo de no disfrutar de una interacción igualitaria**.

Es una responsabilidad profesional tener esto presente y **favorecer vínculos basados en el buen trato**, la empatía, la comunicación efectiva y el respeto a las decisiones individuales.

En el ámbito de la afectividad, ese buen trato supone **escuchar y respetar las expresiones del alumnado**. No dar por hecho que el contacto, los gestos de acercamiento, han de ser siempre bien recibidos. Es necesario **garantizar un intercambio afectivo que ocurra en el marco de la naturalidad**, es decir, de manera que cada cual sienta comodidad y bienestar.

Estas actividades se pueden aprovechar para trabajar otras temáticas como la toma de decisiones, el “aprender a decir que no”, la autoestima entre otras.

En anexos quedan reflejados enlaces a actividades relacionadas con el buen trato para adaptarlas a diferentes niveles del alumnado.

SABER BÁSICO: BUEN TRATO	NOMBRE: EL ABRAZO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Adquirir el hábito del buen trato -Afianzar las habilidades sociales	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Tablet -pizarra digital -imágenes de fantasía
DESARROLLO: Se establecen parejas en la clase, se sitúan dos personas una enfrente de otra con los brazos en los hombros del compañero/a. Se coloca una mano en un hombro y se dice una cualidad positiva. Ejemplo: “me gusta lo responsable que eres”, la otra mano en el otro hombro, y su segunda cualidad positiva, “me encanta lo comprometido que eres”, el otro le dirá otras dos cualidades y finalmente se darán un abrazo		
OBSERVACIONES: Las parejas se eligen al azar para favorecer las relaciones sociales y deben preguntarse ¿te parece que nos demos un abrazo?		



SABER BÁSICO: EL BUEN TRATO	NOMBRE: LA MAGIA DEL BUEN TRATO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Adquirir el hábito del buen trato -Afianzar las habilidades sociales -Desarrollar la empatía	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Decorado sobre la temática opcional
DESARROLLO: Se realizarán dos equipos, uno de ellos representará una escena sobre el buen trato y el otro otra escena sobre el mal trato, la temática puede ser sobre un tema propuesto que pueden decidir por consenso y nos servirá también para afianzar la toma de decisiones. Seguidamente se establecerá una puesta en común de cómo se ha sentido cada uno de ellos en las diferentes situaciones.		
OBSERVACIONES: Es interesante que se cambien los roles en la representación para que puedan vivenciar las dos situaciones.		

LAS FANTASÍAS ERÓTICAS

Educación sexual implícita - Recomendaciones

FANTASÍAS ERÓTICAS

Hay alumnado que **no puede desarrollar competencias que les permitan elaborar fantasías**, incorporar la abstracción a sus deseos. En esos casos, **los estímulos que provocan la excitación, suelen estar más centrados en las vivencias corporales**.

Estas alumnas y alumnos, **tampoco suelen desarrollar competencias que les lleven a orientar sus deseos** hacia otras personas.

Esto, más que una recomendación, merece una reflexión. Es posible que, este alumnado y como ya se ha descrito, necesite apoyos para el disfrute de su masturbación. Apoyos que, en principio, se conciben en el entorno familiar.

Es lógico y normal que esto provoque dudas. Una de esas inquietudes, tiene que ver con la creencia de **que si alguien de la familia presta esos apoyos, se convierta en el objeto del deseo de su familiar**.

Esta idea, tiene mucho que ver con creencias populares y poco con la experiencia sexológica. Cuando se trata de alumnado con grandes necesidades de apoyo, sin competencias para generar fantasías ni orientar los deseos, **tiene poco sentido pensar que eso pueda ocurrir**. En el caso de poner en marcha un plan de acompañamiento individualizado para el disfrute del erotismo, es importante y recomendable **que, desde la escuela, se compartan estas reflexiones con la familia**.

SABER BÁSICO: FANTASÍA	NOMBRE: ¿FANTASÍA O REALIDAD?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reflexionar sobre la fantasía. - Identificar elementos reales y de fantasía. - Diferenciar fantasía de realidad.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Tablet, pizarra digital, imágenes de fantasía.
DESARROLLO: Realizaremos un paseo por el centro haciendo fotos de la realidad que nos rodea con un dispositivo móvil que pueda manejar el alumnado. Las proyectaremos en la pizarra digital y las observaremos reconociendo lo que he visto y tocado. Tendremos preparadas stikers con imágenes de hadas, fantasmas, duendes, etc y las iremos colocando en las fotos para valorar si es posible o no, si estamos en la realidad o la fantasía.		
OBSERVACIONES: Tendremos en cuenta los gustos del alumnado sobre películas o cuentos para incluir elementos de fantasía que sean cercanos y significativos. Podremos realizar esta actividad realizando un debate y buscando en internet imágenes reales y de fantasía o ficción para analizar la diferencia.		

SABER BÁSICO:	NOMBRE: FANTASÍA ERÓTICA	
FANTASÍA ERÓTICA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reconocer ideas y sueños que pueden aparecer en nuestros pensamientos relacionados con la sexualidad. - Reconocer que las fantasías no tienen por qué convertirse en realidad. - Trabajar la intimidad, en cuanto a la expresión de esas fantasías. - Trabajar que las fantasías son naturales y todos y todas las tenemos.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Papeletas con preguntas sencillas a contestar. -Buzón.
DESARROLLO: Recordaremos los conceptos de, fantasía y realidad, excitación y masturbación, después realizaremos las siguientes preguntas: ¿Alguien ha tenido sueños con imágenes de caricias o el cuerpo propio o de otras personas? ¿Qué aparecía en esos sueños? ¿Cómo nos sentíamos? Recordamos el concepto de intimidad y para poder expresar esas experiencias íntimas propondremos completar, de forma anónima, unas papeletas con las preguntas lanzadas a todos que puedan responder con un sí o no y propuestas de respuestas a elegir de forma sencilla. Se meterán en el buzón. Iremos comentando las respuestas destacando las siguientes ideas clave: Las fantasías eróticas son buenas y naturales. Las fantasías no tienen por qué hacerse realidad, pueden ser sólo fantasías y se viven de forma placentera. Las fantasías forman parte de nuestra intimidad y se comparten en momentos de intimidad.		
OBSERVACIONES: Tendremos en cuenta al grupo y propondremos en las preguntas opciones más sencillas o más complejas.		

PREVENCIÓN DEL ABUSO

Educación sexual implícita - Recomendaciones	
ABUSO	
El objetivo esencial es que el alumnado identifique a las personas de confianza, aquellas que le prestan apoyos en situaciones que comprometen la intimidad del cuerpo y que sean capaces de mostrar incomodidad o queja, cuando hay personas sin ese vínculo de confianza que vulneran su intimidad. Para ello, la organización de los recursos humanos, ha de apuntar en esa dirección. Garantizando que solo las personas necesarias participen de los apoyos íntimos y tratando de que esas personas sean referenciales, de confianza. Además, es necesario garantizar que el alumnado se siente a gusto con quienes habitualmente les prestan apoyos. No deberíamos de dar siempre por hecho ese vínculo favorable, generando mecanismos de revisión al respecto. Las personas pueden expresar su incomodidad o queja, a partir de cambios o reacciones emocionales que deberían convertirse en signos de alarma. Cuando muestran malestar o rechazo hacia alguna de sus figuras de apoyo, se debería prestar atención a esas expresiones y valorar el modo en que se prestan los apoyos.	

SABER BÁSICO: ABUSO		NOMBRE: TIPOS DE ABUSOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		- Identificar y poner nombre a los tipos de abusos - Identificar qué puedo hacer si vivo una situación de abuso.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	– Pictogramas – Pizarra	
DESARROLLO: – En grupo hablar de si saben que quiere decir abuso. – Preguntar si nos pueden decir cuántos tipos de abusos conocen. – Ver el comic sobre los tipos de abusos. – Dialogar sobre si han vivida algún tipo de abuso. pedir que cada persona diga a que dos personas le contaría que sufre un abuso. Debe ser una persona de la familia y una del cole.			
OBSERVACIONES: Descargar material comic sobre tipos de abusos en la web http://nomasabuso.com/tu-espacio/que-es-un-abuso/			



SABER BÁSICO: PREVENCIÓN DEL ABUSO	NOMBRE: CANTA CON KIKO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Proporcionar al alumnado estrategias para la detección de situaciones de abuso.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: CANCIÓN KIKO Y LA MANO: https://www.youtube.com/watch?v=CRHeC5LhW4 LIBRO “KIKO Y LA MANO” https://rm.coe.int/16806b0780 Para complementar... SECRETOS SÍ, SECRETOS NO https://www.youtube.com/watch?v=fUuEzJkB6OQ Mi Cuerpo Es Mi Cuerpo Programa Completo Mantener a los niños a salvo https://www.youtube.com/watch?v=Rp9LJDR7mls Mi cuerpo es mío y nadie lo puede tocar https://www.youtube.com/watch?v=gQ5E-dWUEs
DESARROLLO: A través de diferentes materiales procedentes de Internet, el alumnado podrá visualizar de un modo muy claro y sencillo estrategias, situaciones y tips para la detección y la prevención de situaciones de abuso. A través de la canción “Kiko y la mano” romperemos el hielo para después leer el respectivo cuento.		
OBSERVACIONES: Dependiendo de las características del alumnado realizaremos la selección de vídeos más adecuada. Se podría trabajar con el alumnado, la canción aprendiendo gestos o incluso inventar una canción diferente.		

INFORMACIÓN EN LAS REDES. PORNOGRAFÍA. REDES SOCIALES

SABER BÁSICO: REDES SOCIALES	NOMBRE: PELIGROS EN LA RED	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Familiarizar al alumnado con el vocabulario relativo a peligros de las redes.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Tarjetas Web dónde obtener información https://protecciondatos-lopd.com/empresas/peligros-redes-sociales/
DESARROLLO: Mostrar el alumnado tarjetas con conceptos relativos a los peligros que pueden darse cuando no se utilizan las redes de un modo seguro. Por otro lado, se leerán o aportarán tarjetas con titulares o imágenes que tengan relación con los términos correspondientes. Se pedirá al alumnado emparejar las tarjetas con el fin de unir cada concepto con su ejemplo. A partir de los resultados se podrá profundizar en aquellos conceptos que el alumnado necesite conocer. Ejemplos: “Me amenazó con colgar mis vídeos sexuales y etiquetar a mi familia” El hombre, de 21 años, chantajeó a la niña para obtener fotos eróticas y tener un encuentro sexual.		
Imagen Grupo Ático 34.		
OBSERVACIONES: Dependiendo de las características del alumnado realizaremos la selección de terminología. El trabajo de este contenido se puede segmentar en tantas sesiones como se necesite. Por ejemplo, dedicar una sesión por término.		



SABERES BÁSICOS: INTIMIDAD	NOMBRE: ¿NOS HACEMOS UN SELFIE?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar que fotos son adecuadas o no. - Cuando puedo compartir foto y con quien.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: – Tarjetas de roll playing. Alarma, timbre o campana.
DESARROLLO: El grupo se divide en dos. Uno tendrá una alarma o timbre y la harán sonar cuando crean que la foto o selfie es inadecuado y explicarán el porqué. El otro grupo realizará mediante juego de roles unas historias: -Una pareja, cada persona en su casa, se piden fotos dándose los buenos días. -Una pareja, cada persona en su casa, se piden fotos dándose besos. -Una pareja, cada persona en su casa, se piden fotos en posiciones sexy. -Un compañero o compañera de clase te pide una foto en bikini. -Un “amigo” del whatsapp o de facebook que nunca has visto en persona te pide una foto haciendo morritos, luego en posición sexy y luego de tu pecho o genitales.		
OBSERVACIONES: Material complementario: canal de youtube pantallas amigas: https://www.youtube.com/channel/UCV4VpXz_0IujThjnmGwzKbw		

LOS DERECHOS SEXUALES

Educación sexual implícita - Recomendaciones	
DERECHOS SEXUALES	
Los derechos sexuales son para todas y para todos. También para quienes tienen más dificultades competenciales y no son conscientes de su existencia conceptual. La responsabilidad desde la escuela, es cuestionarse cómo estos derechos aterrizan en sus vidas. Tratar de ajustar la vivencia del derecho a sus habilidades competenciales, su manera de expresarse y, en definitiva, su estilo de vida. Que exista el derecho, no supone siempre la obligación de ejercerlo. Cada cual, ha de disfrutarlos en base a sus competencias, oportunidades y circunstancias personales.	

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE:	
DERECHOS SEXUALES	¿QUIÉN ES QUIÉN? TESTIMONIOS Y DERECHOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocer los derechos de niñas y mujeres. -Reflexionar sobre dichos derechos.	
TIPO: REFLEXIÓN/EXPRESIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - PDI (testimonios y derechos) -Cartulina de colores. -Rotuladores de colores.
DESARROLLO: En la PDI se publicará 5 testimonios, los cuales se leerán de uno en uno, se explicarán y se debatirán entre todos qué derecho sexual no es respetado. Ver anexo “Derechos sexuales/ TESTIMONIOS Y DERECHOS”. Posteriormente, se dividirá la clase en 5 grupos, a cada grupo se le dará un derecho de los trabajados anteriormente y realizarán un mural colocando palabras o imágenes que respeten dicho derecho.		

ORIENTACIÓN SEXUAL. ORIENTACIÓN DEL DESEO. DIVERSIDAD SEXUAL

Educación sexual implícita - Recomendaciones

ORIENTACIÓN DE LOS DESEOS

Como se apuntó, al hablar de la construcción de los deseos, en la vivencia de la sexualidad, para que se exprese la orientación, es necesaria una maduración cognitiva significativa. El alumnado con **graves dificultades competenciales en lo cognitivo**, seguramente, construyan deseos más centrados en el propio cuerpo y **al margen de ninguna expectativa de deseo compartido**. Esto, que es fácil de entender cuando el alumnado presenta graves discapacidades, debería servir de referencia, para otras alumnas y alumnos que, aún presentando más competencias, tampoco van a orientar sus deseos.

Es muy habitual que el entorno genere expectativas. Hay una tendencia estereotipada y muchas veces sexista, que invita a tratar de etiquetar a las personas en base a su orientación. Incluso, en ocasiones **hay alumnos o alumnas que asumen una orientación de sus deseos**, pero más basada en lo que se les dice desde el entorno que en una expresión madura y propia de sus deseos. Además, cuando la expectativa que se genera tiene que ver con la heterosexualidad, **colaboramos a proponer un entorno poco favorable y considerado con la diversidad**.

La recomendación es **evitar situaciones, actitudes y comentarios que condicionen y apunten al etiquetado de los deseos**. Es necesario ser conscientes de esto: **No es necesario ni obligatorio que los deseos se expresen orientados hacia otras personas**.



5. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Contenidos del apartado	
¿Cómo soy? El sexo	¿Cómo lo expreso? La erótica
<u>Cuerpo humano</u>	<u>Las relaciones. Círculo de relaciones. Habilidades sociales</u>
<u>ITS y anticonceptivos</u>	<u>El consentimiento</u>
¿Cómo lo vivo? La sexualidad	<u>El enamoramiento. El amor. Tipos de amor. Las relaciones de pareja</u>
<u>Autoconcepto. Autoaceptación. Autoestima</u>	
<u>Placer y desagrado</u>	<u>El buen trato</u>
<u>Deseo</u>	<u>Prevención del abuso</u>
<u>Excitación. Respuesta física. Masturbación</u>	<u>Los derechos sexuales</u>

**a. ¿Cómo soy? El Sexo**CUERPO HUMANO

SABERES BÁSICOS: PERCEPCIÓN	NOMBRE: KAHOOT SOBRE LOS 5 SENTIDOS.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Repasar conceptos relacionados con los diferentes sentidos. - Relacionar contenidos de la función de relación con otros referentes al desarrollo afectivo sexual.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO: El alumnado deberá acceder al enlace facilitado por el profesor y realizar, de forma individual, el Kahoot propuesto sobre los 5 sentidos. Además, no solo hablaremos de esos 5 sentidos sino que introduciremos conceptos como: el orgasmo, el placer, las caricias, la eyaculación... Ver anexos: https://create.kahoot.it/details/247cb0be-65ef-48e2-8ebd-32d6ee2e11ba https://create.kahoot.it/search?query=sentidos&tags=sentidos&filter=filter%3D1		
OBSERVACIONES: - Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		



SABERES BÁSICOS: PERCEPCIÓN	NOMBRE: WORDWALL SOBRE LOS SENTIDOS: ¿VERDADERO O FALSO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Repasar conceptos relacionados con los diferentes sentidos. - Relacionar contenidos de la función de relación con otros referentes al desarrollo afectivo sexual.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO: En este caso, el alumnado accederá al enlace facilitado por el docente y realizará la actividad de Verdadero o Falso sobre los sentidos. Un ejemplo de las afirmaciones que podemos crear es: 1. Los sentidos solo se perciben al hablar. 2. Todos los sentidos guardan memorias. 3. Los sentidos son percepciones del exterior. 4. El gusto no es solo para comer. 5. El tacto está relacionado con el placer. Una vez contestadas, haremos una reflexión sobre cada una de ellas. Ver anexo: https://wordwall.net/es/resource/3914990/los-5-sentidos		
OBSERVACIONES: - Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		



SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: KAHOOT SOBRE EL SISTEMA LOCOMOTOR (HUESOS, ARTICULACIONES Y MÚSCULOS)	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO: El alumnado deberá acceder al enlace facilitado por el profesorado y realizar, de forma individual, el Kahoot propuesto sobre el sistema locomotor, donde encontrarán preguntas, como, por ejemplo: - ¿El aparato locomotor está formado por? - La función de los huesos es la de... - Los músculos tienen la función de... Ver anexo: https://create.kahoot.it/details/el-aparato-locomotor/5ee07823-b204-46e6-95ed-d46ca8e7a7cb		
OBSERVACIONES: - Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		

SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: ¿CÓMO NOS MOVEMOS?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Repasar los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador, tablet o pizarra digital
DESARROLLO: 1. Visualizaremos un vídeo sobre el esqueleto de los diferentes seres vivos y los músculos. 2. Wordwall (verdadero o falso): El alumnado accederá al enlace facilitado por el docente y realizará la actividad de Verdadero o Falso sobre el sistema locomotor. Un ejemplo de las afirmaciones que podemos crear son: - El corazón es una articulación. - Los huesos, articulaciones y músculos nos permiten el movimiento voluntario. - La actividad física no es saludable. Ver anexos: https://www.youtube.com/watch?v=w8PnlLptHxE https://www.youtube.com/watch?v=bGvFYRvDjc4 https://wordwall.net/es/resource/3693559/aparato-locomotor		
OBSERVACIONES: Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		

SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: TARJETONES “FLASHCARDS”	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Afianzar los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Para la creación de los flashcards: cartulinas y dibujos sobre los diferentes huesos y músculos trabajados. - Para el alumnado: folios y bolígrafos.
DESARROLLO: El personal docente realizará tarjetones con diferentes huesos y músculos. El alumnado, deberá elegir dos de ellos y realizarán una frase en la que aparezcan ambos conceptos. Después la leerán al resto de la clase.		
OBSERVACIONES: La actividad se realizará de forma individual o por parejas.		

HIGIENE Y CUIDADOS

SABERES BÁSICOS: SISTEMA MOTOR	NOMBRE: AMPLIANDO CONOCIMIENTOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Reforzar y ampliar los conceptos relacionados con el sistema locomotor (huesos, articulaciones y músculos).	
TIPO: ¿EN QUÉ DUDAMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet. - Pizarra digital.
DESARROLLO: 1. El alumnado accederá al enlace facilitado por el personal docente, deberá realizar la sopa de letras sobre el sistema motor. 2. El docente mostrará en la PDI el Genially propuesto y entre todos el alumnado averiguará cuál es la respuesta correcta a cada imagen relacionada con los huesos y músculos del cuerpo humano. 3. Canción “La batalla del movimiento”. En gran grupo, aprenderemos y bailaremos la canción propuesta sobre las partes del cuerpo. Ver anexos: https://buscapalabras.com.ar/sopa-de-letras-de-aparato-locomotor.html https://view.genial.ly/5eb9312c9df7000d01ba5aa2/interactive-content-sistema-locomotor https://youtu.be/AlZeLejiuio		
OBSERVACIONES: - Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		

SABERES BÁSICOS: HÁBITOS SALUDABLES E HIGIENE	NOMBRE: KAHOOT SOBRE LOS HÁBITOS SALUDABLES	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocer los conceptos relacionados con los hábitos saludables.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Ordenador o tablet -Pizarra digital
DESARROLLO: El alumnado deberá acceder al enlace facilitado por el profesorado y realizar, de forma individual, el Kahoot propuesto sobre los hábitos saludables o qué hábitos debemos adoptar para prevenir enfermedades, donde encontrarán preguntas, como, por ejemplo: - ¿Cuántas horas duermes al día? - Para que un menú sea saludable debe contener... Ver anexos: https://embed.kahoot.it/3b795ce1-65f9-486a-96be-635b7915d049 https://create.kahoot.it/share/bb7a349b-9b0a-4670-9e5c-2c20379dec70		
OBSERVACIONES: - Las actividades se podrán realizar en equipo, por pequeños grupos, compartiendo dispositivo o de manera individual.		

SABERES BÁSICOS: HÁBITOS SALUDABLES E HIGIENE	NOMBRE: SAQUEMOS A BAILAR NUESTRO CEREBRO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Trabajar la concentración para realizar actividades. -Permitir trabajar el estrés correctamente. -Ayudar a expresar mejor las ideas.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Ordenador o tablet - Pizarra digital
DESARROLLO: Brain Gym o Gimnasia Cerebral. Distribuido por toda la clase el alumnado, mediante el movimiento, deberá de realizar una serie de sencillos ejercicios para que el cerebro trabaje de forma íntegra con el cuerpo, pudiendo así realizar, de una forma mucho más eficaz, cualquier tarea. Ver anexo: https://youtu.be/nFS7hGpvnyc		
OBSERVACIONES: La actividad se podrá realizar en gran grupo o por pequeños grupos para una mayor concentración.		

SABERES BÁSICOS: HÁBITOS SALUDABLES E HIGIENE	NOMBRE: NOS RELAJAMOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Disminuir el estrés mental y muscular. -Aumentar la confianza en uno mismo. -Trabajar la memoria y la concentración. -Mejora el rendimiento académico.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Campana.
DESARROLLO: Mindfulness o método de atención plena: método de relajación que trata de tomar conciencia del momento presente liberando a la mente de pensamientos nocivos. En este caso, consta de 3 ejercicios: • Ejercicio 1 “Respiración de abeja”: el alumnado debe taparse las orejas con las manos y cerrar los ojos; inhala aire profundamente y al exhalarlo lo hacen pronunciando la letra M, intentando simular el sonido de una abeja. Este ejercicio se repetirá unas 4-5 veces, al acabar, el alumnado mantendrá los ojos cerrados durante un rato, sintiendo como su cuerpo se sumerge en un estado de relajación. • Ejercicio 2 “Atendiendo la campana”: nos permitirá trabajar la concentración auditiva, necesitaremos una campana que, al accionarla, prolongue el sonido de la vibración durante unos segundos. Cuando el alumnado esté con los ojos cerrados y el aula esté en completo silencio, la maestra hará sonar la campana y se deberá esperar a que deje de emitir sonido. El alumnado tiene que estar atento hasta que se termine la vibración y lo indicará levantando la mano. Repite el proceso tantas veces como haga falta o hasta que veas que la gran mayoría de los niños coinciden levantando la mano cuando la campana ha dejado de sonar. • Ejercicio 3: “Nos convertimos en rana”: el alumnado se sentará como una rana, permaneciendo tranquilo/a y atento/a. Deberán respirar correctamente y de forma pronunciada en cada inhalación y exhalación, dejando de lado todo lo que se les pase por la cabeza y centrándose en la respiración. Cuando logren entrar en un estado de relajación, podrán observar todo lo que ocurra a su alrededor de forma inmóvil, relajados y respirando.		
OBSERVACIONES: Debemos encontrar un espacio tranquilo y seguro, sin distracciones, lo ideal sería en plena naturaleza.		

ITS Y ANTICONCEPTIVOS

SABERES BÁSICOS: ITS, MÉTODOS DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DE EMBARAZO	NOMBRE: ES NECESARIO SABER QUE...	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Facilitar al alumnado información sobre las distintas ITS y las formas de protección frente a ellas. - Prevenir embarazos no deseados.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO? TEORÍA	DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: - Una copia para cada alumno/a de la Guía <i>Dibujando tu Salud Sexual. ¡Quiérete! ¡Cuídate!</i> de Plena Inclusión http://plenainclusioncv.org/wp-content/uploads/2016/11/PLE_GuiaSexualidadFacil_vFINAL.pdf - Papel continuo, rotuladores grandes y otros materiales de elaboración de productos tridimensionales.
DESARROLLO: Vamos a trabajar una parte de la guía facilitada. En este caso de las páginas 27-31. 1. Junto con el alumnado iremos explorando la información que aparece y poniendo en común dudas, miedos, reflexiones, etc. 2. Posteriormente realizaremos una infografía de forma colaborativa con todo lo que hemos aprendido. Pondremos en un apartado métodos de protección frente a ITS y en otros métodos de prevención de embarazo. 3. Posteriormente reflexionaremos de forma conjunta la información que hemos recopilado en la infografía.		
OBSERVACIONES: Si disponemos de recursos TIC podemos adaptar la parte de la infografía y hacerla en formato digital. Podemos complementar la explicación de los contenidos con apoyo visual y ampliación de información a través búsquedas activas en internet.		



SABERES BÁSICOS: ITS Y MÉTODOS DE PROTECCIÓN	NOMBRE: ¿DÓNDE ME PUEDEN AYUDAR?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar organismos, asociaciones y servicios oficiales donde buscar y recibir información y atención. -Diferenciar cada entidad en función del servicio que proporcione. -Seleccionar la entidad más adecuada para satisfacer sus necesidades. -Localizar diferentes servicios en tu entorno cercano.	
TIPO: ¿EN QUÉ DUDAMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Ordenador o tablet -Plantilla para recoger información de cada entidad.
DESARROLLO: 1. El personal docente propone una entidad para buscar información. 2. Cada alumno/a usará su tablet para buscar información y rellenar la plantilla con los datos más relevantes (nombre, dirección, teléfono y servicio). 3. Posteriormente se pondrá en común la información recogida. 4. Entre todos el alumnado buscarán en Google Maps las diferentes entidades y las marcarán en el mapa con “una chincheta”.		
OBSERVACIONES: -Si no disponemos de recursos TIC individuales, se puede realizar la búsqueda en el ordenador del aula. -La localización de las entidades se puede hacer en un mapa impreso. -Se buscarán los servicios cercanos a la localidad del centro.		

SABERES BÁSICOS: ITS	NOMBRE: ¿MITO O DATO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Saber identificar conductas sexuales de riesgo -Promover el sexo seguro y ofrecer alternativas al coitocentrismo -Establecer relaciones sexoafectivas seguras minimizando la brecha de género en esta cuestión.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Cartulina roja y verde -Listado con 15-20 preguntas / afirmaciones
DESARROLLO: 1. Se reparte a cada alumna/o una tarjeta verde y una roja. 2. Se empiezan a lanzar una por una las afirmaciones a la vez que el alumnado va votando. 3. Aprovechamos este espacio para empezar a generar debate y promover la reflexión de nuestro alumnado. Ejemplos de afirmaciones: - Para perder la virginidad es necesario que haya penetración. - Si te acuestas con un ligue no te quedas embarazada, con tu novio sí. - La marcha atrás es un método seguro para no quedarte embarazada. - Las ITS sólo las cogen la gente que tiene mucho sexo - La mayoría de personas han tenido sexo antes de los 18 años. - El SIDA es la única ITS que puedes contagiarte. - EL SIDA se puede curar. - Sólo las personas homosexuales tienen ITS. - Con el sexo oral no tienes riesgo de contraer ITS - Las ITS son infecciones que tiene muy poca gente en el mundo		
OBSERVACIONES: - Se recomienda adaptar y crear afirmaciones en función de las características del alumnado. - Puede ser interesante complementar la actividad con algún recurso visual como fotografías, pictogramas, preguntas por escrito, etc.		



b. ¿Cómo lo vivo? La Sexualidad.

AUTOCONCEPTO. AUTOACEPTACIÓN. AUTOESTIMA

SABERES BÁSICOS: AUTOCONCEPTO AUTOACEPTACIÓN	NOMBRE: AUTOESTIMA: ME VENDO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Conocer las fortalezas del alumnado. -Adquirir habilidades sociales.	
TIPO: AUTOCONOCIMIENTO	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Folios -Lápices -Sólo de forma oral
DESARROLLO: Cada persona debe hacer en unas pocas líneas un anuncio de sí mismo destacando las cualidades positivas que tiene. Seguidamente ha de transmitir las a los demás con entusiasmo.		

SABERES BÁSICOS: AUTOESTIMA	NOMBRE: BRAZALETE SUPERPODER	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Adquirir confianza y seguridad en sí mismos.	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS, REFLEXIÓN	DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: -Plantilla registro
DESARROLLO: Cada alumna/o escribe su principal superpoder, lo debe llevar durante varios días. Cada día, debe utilizar ese superpoder para algo determinado que debe recordar o anotar. Después de varios días, se analiza en grupo las distintas situaciones en las que cada uno haya utilizado su superpoder.		

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE:	
AUTOESTIMA	“YO VALGO LA PENA” ¿QUIÉN SOY?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Descubrir la grandeza de cada una/o. -Afianzar el amor propio. -Consolidar el buen clima del grupo. -Mejorar las relaciones sociales.	
TIPO: REFLEXIÓN Y EXPRESIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Folios -Lápices -Sólo de forma oral
DESARROLLO: En una hoja se escribirán cualidades positivas o recuerdos agradables y tendremos que adivinar de quién se trata.		

SABERES BÁSICOS:	NOMBRE:	
AUTOCONCEPTO	¿CÓMO ES MI AUTOCONCEPTO?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Reflexionar sobre el autoconcepto y la autoestima.	
TIPO: DRAMATIZACIÓN / REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Escenario con complementos - Personas invitadas - Carteles con + y - - Carteles con cualidades de una persona
DESARROLLO: Para esta actividad, invitamos a dos personas, ajenas a la clase. Dichas personas realizarán una dramatización de personas con un autoconcepto desajustado. Una de ellas interpretará a una persona con muy baja autoestima y autoconcepto desajustado y la otra con una autoestima muy alta y autoconcepto desajustado. En la interpretación se reflejará un determinado estado de ánimo y actitudes características. El alumnado podrá interactuar realizando preguntas. Los carteles con las diferentes cualidades pueden ser un apoyo para interactuar con la persona que interprete.		
OBSERVACIONES: La interpretación podrá reflejar situaciones extremas de un perfil de persona cuyo autoconcepto es muy bajo y el extremo contrario. También se podrá escenificar a una persona cuyo autoconcepto esté más equilibrado. Como continuación de la actividad, se podrá pedir al alumnado que salga a realizar una interpretación con el fin de que el resto de compañeras y compañeros traten de adivinar. Podrán utilizar los carteles de + y - para determinar cómo han visto a la persona.		

PLACER Y DESAGRADO

SABERES BÁSICOS: PLACER Y DESAGRADO		ACTIVIDAD: ÉRASE UNA VEZ... CUENTO COLECTIVO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		-Estimular la imaginación y la creatividad. -Favorecer el desarrollo afectivo-sexual.	
TIPO: REFLEXIÓN Y EXPRESIÓN		DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Folios -Lápices
DESARROLLO: Inventar entre todo el grupo un cuento en el que se utilicen las palabras que salieron en la actividad anterior sobre el placer y el desagrado (besos, caricias, comer, violencia, discriminación...).			

SABERES BÁSICOS: PLACER Y DESAGRADO		ACTIVIDAD: TODO SOBRE MÍ. MI PERFIL.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		-Conocer a cada alumno y alumna desde el enfoque de la Planificación Centrada en la Persona. -Reconocer a cada alumno y alumna como personas únicas, con sus gustos, valores, preferencias, aficiones, sueños o metas, ayudas específicas, etc.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?		DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: - Cartulina tamaño grande. -Rotuladores. -Imágenes o pictogramas.
DESARROLLO: La elaboración de “Todo sobre mí” o “Mi perfil” está basada en el enfoque de la Planificación Centrada en la Persona. La actividad trata de realizar un <i>lapbook</i> con la información más relevante de cada alumno o alumna de clase. Con esta actividad se pretende personalizar e individualizar todo el proceso de enseñanza aprendizaje teniendo en cuenta las particularidades de cada persona. Los apartados que se pueden realizar son los siguientes: - Fotografía del alumno o alumna. - Descripción. - Gustos y preferencias. - Cosas que no le gustan. - ¿Cómo me puedes ayudar? Este apartado aporta mucha información para el alumnado sin comunicación verbal ya que ayuda a interpretar las estereotipias, rutinas, o formas de expresarse de cada persona. - Aficiones. - Fortalezas de la persona. - Ahora (situación que tiene el alumnado en el momento de la realización de la actividad; con quien, y dónde vive, qué hace por las tardes, etc). - En un futuro. En este apartado se pueden reflejar los sueños y metas de cada alumno y alumna, con la finalidad de enfocar todo el proceso de enseñanza-aprendizaje a lograr o acercarse al sueño y meta de cada persona. - Mi familia (fotos, descripción de la familia, árbol genealógico, etc). Según las características de cada alumna o alumno se podrán adaptar los distintos apartados. Esta actividad se recomienda realizarla de forma conjunta con las familias, para recoger más información de todos los contextos se pueden realizar tutorías o enviar cuestionarios a las familias para que aporten información del contexto familiar y social. Una vez finalizado el lapbook (o cualquier otro formato que se elija: mural, formato libro, etc), se puede presentar cada actividad realizada al resto del grupo, para así que todos los compañeros y compañeras se conozcan un poco más. Finalmente, se pueden colgar en clase los trabajos realizados.			
OBSERVACIONES: La actividad es muy flexible y se puede ir ampliando o modificando de forma continua según vayan surgiendo los aspectos trabajados.			

DESEO

SABERES BÁSICOS: DESEO		ACTIVIDAD: LO QUE ME GUSTA A MÍ, LO QUE TE GUSTA A TÍ
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- El deseo. - Satisfacción del deseo. - Diferencias personales en gustos y preferencias. - Identificar aquellos alimentos que provocan deseo. - Elección de estímulos deseados, que pueden provocar placer, excitación. - Aprender las diferencias a la hora de experimentar el deseo, diferentes objetos provocan diferentes reacciones entre las personas. Tenemos diferentes gustos y preferencias. - Respeto por orientaciones del deseo diferentes a las propias. - Reconocer que cualquier actividad sexual empieza por el deseo sexual y este depende de cada persona en particular.	
TIPO: EXPERIMENTACIÓN, RELACIÓN, REFLEXIÓN Y DÍALOGO	DURACIÓN: 3 SESIONES	MATERIALES: -Diferentes alimentos reales: dulces, salados y amargos. -Lámina con pictogramas, fotos con los diferentes alimentos. - Fotos sobre los alimentos. - Plastificadora y velcro de doble cara. - Lámina con emociones.
DESARROLLO: PRIMERA PARTE: Tendremos unas fichas plastificadas con los diferentes alimentos trabajados y con diferentes emociones con velcro. Dos láminas plastificadas y con velcro para poner las fichas: <u>Lámina 1:</u> dos columnas, una para colocar los alimentos que nos agradan y otra para colocar los alimentos que no nos gustan. Se puede utilizar una mano con el dedo hacia arriba y otra hacia abajo, un aspa y una cruz, etc. Dependiendo de la capacidad de abstracción de nuestro alumnado o de aquello con lo que se encuentren familiarizados a la hora de trabajar. <u>Lámina 2:</u> dos columnas, la primera para alimentos y la segunda para emociones que nos provocan (asco, tristeza, alegría, incluso enfado), se pueden utilizar emojis ya que forman parte de la vida diaria del alumnado por las TIC, o fotos en el caso de alumnado con mayores necesidades de apoyo y menor nivel de abstracción. En la segunda columna puede tener opción a poner dos emociones. En el caso del alumnado con mayores necesidades de apoyo siempre se puede plantear un objetivo, preguntaremos a las familias sobre sus gustos con el objeto de trabajar las elecciones y la diferenciación entre alimentos que nos provocan placer o disgusto. Con el alumnado con mayores		

habilidades de abstracción podremos incluso trabajar la generalización buscando otras situaciones que provoquen las mismas emociones.

SEGUNDA PARTE:

Nuestros gustos son diferentes. Analizamos las diferencias con las compañeras y compañeros en cuento a nuestros gustos.

Con el alumnado más afectado podemos hacerlo de forma visual, colocando en la clase un mural relacionando persona con los alimentos que más le gustan, otra actividad será que ellos mismos/as relacionen los alimentos preferidos por cada uno de los compañeros y compañeras.

TERCERA PARTE:

- De los alimentos pasamos al cuerpo. Sensaciones corporales que nos gustan y nos desagradan, utilizando también el tacto (caricias, cosquillas, presión etc.).

- Lo que nos gusta a cada uno es diferente. Se puede trabajar de la misma manera que en la primera parte, realizando material plastificado para relacionar la actividad que practiquemos mediante el contacto (caricias, cosquillas, presión etc..) con las emociones que nos provoca.

CUARTA PARTE:

Debate:

- Deseo (que me hagas cosquillas, que me hagas masajes) porque eso me produce placer. Identificar que deseamos cosas que nos producen agrado, excitación o placer.

- Las conductas que nos producen agrado y placer, ¿Son las mismas para todas las compañeras y todos los compañeros?, ¿Qué diferencias existen entre nosotros? Si nos gustan cosas diferentes, si nos hacen sentir bien cosas diferentes, ¿Deseamos cosas diferentes?

OBSERVACIONES:

Utilizando los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), a la hora de exponer las actividades y de realizar los materiales, proporcionaremos diferentes modos de representación, expresión e implicación. Representación y expresión oral, escrita, con imágenes (pictogramas o fotografías), digital etc; implicación utilizando imágenes y objetos relevantes y significativos para nuestro alumnado.

Utilizaremos también diferentes adaptaciones de acceso (físico, sensorial, cognitivo), en función de las características de nuestro alumnado, pudiendo incluso adaptar la actividad a aquel alumnado con necesidades mayores de apoyo de tipo motriz, mediante licornios, barridos visuales, pantallas de metacrilato tipo ETRAM, lector ocular, carcasas, pulsadores, guía personal etc.; y sensoriales, como tarjetas en Braille, lengua de signos etc.

Plantaremos la actividad realizando una programación multinivel, que se adapta a los diferentes niveles de desarrollo del alumnado. En algunas ocasiones únicamente pretendemos conseguir que identifiquen aquello que les produce deseo y sean capaces de elegir y demandar la satisfacción de sus deseos (desde la elección de un alimento, hasta la solicitud de una caricia, cosquillas etc.) y en otras llegaremos al diálogo y reflexión personal.

Con el desarrollo, cada persona va descubriendo cómo se construyen sus deseos, aprendiendo a darles significado y traducirlos en conductas. En el caso nuestro alumnado, es necesario educar para que aprenda a gestionar sus deseos, a ponerles nombre, a darles significado y entender lo que sienten y experimentan. Y algo fundamental, que vivan con legitimidad esos deseos.



SABERES BÁSICOS		NOMBRE:	
DESEO		LO QUE NOS DICEN QUE DESEEMOS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		- El deseo ¿qué es el deseo? - Análisis de la sociedad: ¿Qué personas son socialmente consideradas deseables? - Deseo femenino - Deseo masculino - Expresión del género - Reconocer aquellas cualidades físicas y psicológicas que tienen la cualidad de deseables para nosotras y nosotros. - Reconocer las cualidades que nos gustaría tener y las que realmente tenemos. - Valorar nuestras cualidades. - Reconocer las diferencias interpersonales en la elección de aquello que nos gusta. - Ser conscientes y críticos con los estereotipos sexuales. - Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones. - Introducir el concepto de orientación del deseo sexual. - Valorar positivamente las diversas orientaciones del deseo sexual	
TIPO: EXPERIMENTACIÓN, RELACIÓN, REFLEXIÓN Y DÍALOGO		DURACIÓN: 2 SESIONES	MATERIALES: - Ficha plastificada. - Velcro de doble cara. - Tarjetas con pictos, imágenes, fotos o palabras en función de las necesidades de nuestro alumnado. - Materiales de acceso necesarios en función de las necesidades de nuestro alumnado. - Revistas. - Cartulinas, rotuladores de colores. - Pizarra digital. - Tablet.

DESARROLLO:**PRIMERA PARTE:**

- Visionado de dos anuncios de perfume (uno masculino y otro femenino). Seleccionar previamente los anuncios para que cumplan el objetivo de mostrar cualidades que se consideran socialmente deseables en el hombre y en la mujer.
- Análisis de los anuncios. ¿Qué características tenía la chica/ el chico? Tendremos preparadas fotografías, imágenes, pictogramas que puedan elegir, relacionados con el anuncio para el alumnado con necesidad de apoyo visual. La actividad la puede realizar todo el alumnado, con mayor o menor apoyo, incluso con guía personal. Realizaremos diálogo con el alumnado con mayor capacidad de comunicación.
- Realizaremos un pequeño mural con los estereotipos femenino y masculino de deseo.
- Con el alumnado con lecto-escritura adquirida, se escribirán las respuestas, se pueden buscar fotos en revistas de moda.

SEGUNDA PARTE:

Teniendo en mente una persona en concreto, tenemos que analizar las siguientes cuestiones:

- ¿A quién me gustaría parecerme? ¿Qué cosas nos gustan de él/ella y quisiéramos tener? Guiar la actividad para que no solo se fijen en aspectos físicos.
- ¿Con quién me gustaría ligar? ¿En qué nos fijamos nosotros/as? Aspectos físicos que provocan nuestro deseo, aspectos de la personalidad.
- ¿Son diferentes las personas que nos gustan a cada una/uno? Diferencias entre las cosas que producen deseo en el alumnado. Cada cual elige unas cualidades.

TERCERA PARTE:

- Mis cualidades deseables: trabajo en grupo para identificar en los compañeros las cualidades que nos gustan.
- Elaboración de un mural individual con sus cualidades determinadas por sí mismos y con las que sus compañeras/os ven en él/ella.

CUARTA PARTE:

- Visionado de cortos y diálogo. Con el alumnado que haya alcanzado un mayor nivel de desarrollo se puede comenzar a trabajar la orientación del deseo sexual hacia personas del mismo o diferente sexo.
- Analizamos lo que les gusta y atrae a las personas de los cortos.
- Trabajamos el valor positivo de la diversidad.

Cortos recomendados:

In a Herartheat:

<https://youtu.be/2REkk9SCRn0>

Es cuestión de gustos:

<https://youtu.be/cDYSDnOzNwY>

OBSERVACIONES:

Para que los deseos se orienten hacia otras personas, es necesaria una maduración cognitiva significativa. El alumnado que presenta mayores necesidades de apoyo, se encontrará más centrado en el propio cuerpo, en la experiencia personal del placer. Con ellos y ellas la actividad *Lo que me gusta a mí, lo que te gusta a ti* resulta más apropiada.

EXCITACIÓN. RESPUESTA FÍSICA. MASTURBACIÓN

SABER BÁSICO: EXCITACIÓN	NOMBRE: MIRO Y SIENTO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Identificar sensaciones como aumento del ritmo cardiaco, cosquillas en la barriga, cosquillas en genitales, calor en la cara, erección, lubricación de la vagina como consecuencia de lo que veo.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Imágenes de cosas que pueden resultar placenteras y otras neutras.
DESARROLLO: Trabajaremos la identificación de las sensaciones en nuestro cuerpo observando las imágenes y clasificando las que resultan placenteras y excitantes de las que no.		
OBSERVACIONES: Utilizaremos imágenes que sean significativas para el grupo, eligiendo aquellas que sean famosas en la televisión, como anuncios o fragmentos de películas. Ampliaremos esta actividad incluyendo otros sentidos como son el gusto y el olfato, ampliando el concepto de excitación y valorando que cada persona puede sentirse excitada por diferentes cosas y todas ellas son legítimas. Recordaremos que la excitación pertenece a nuestra intimidad y por tanto debemos estar o buscar lugares íntimos.		

SABER BÁSICO: MASTURBACIÓN	NOMBRE: PLACER EN MI CUERPO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Eliminar la concepción negativa de la masturbación. - Identificar dónde masturbarse recordando el concepto de intimidad. - Conocer la higiene necesaria antes y después de masturbarse. - Trabajar la masturbación femenina y masculina.	
TIPO: ¿QUÉ ES CIERTO?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Pictos
DESARROLLO: Recordaremos los conceptos de excitación trabajados con anterioridad y montaremos una secuencia de acciones donde se ordene los siguientes saberes básicos: -Excitación por tacto (caricias), vista (imágenes), etc. -Lugares íntimos para poder masturbarse. - Aumento de la excitación. La espiral de la excitación. -Orgasmo. Eyaculación. Máximo placer femenino. -Relajación. -Higiene íntima.		
OBSERVACIONES: Recordaremos en todo momento que la masturbación es buena y que nos hace sentirnos bien. Reforzaremos el concepto de intimidad. Utilizaremos imágenes siempre de hombres y mujeres.		



SABER BÁSICO: MASTURBACIÓN	NOMBRE: YO ME QUIERO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Eliminar la concepción negativa de la masturbación. - Identificar dónde masturbarse recordando el concepto de intimidad. - Conocer la higiene necesaria antes y después de masturbarse. - Trabajar la masturbación femenina y masculina.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Enlace vídeo: https://youtu.be/PN2d64BgAkk
DESARROLLO: Con el alumnado plantearemos una tertulia sobre la masturbación con el visionado de un vídeo corto y sencillo. A continuación, iniciaremos la tertulia respetando los turnos de palabra y apuntando las intervenciones para ordenar su desarrollo.		
OBSERVACIONES: Apuntaremos cualquier afirmación o duda para ser trabajada con posterioridad y aclara conceptos que puedan quedarse en duda.		



c. ¿Cómo lo expreso? La Erótica

LAS RELACIONES. CÍRCULO DE RELACIONES. HABILIDADES SOCIALES

SABER BÁSICO: CONFIANZA	NOMBRE: ¿CONFÍAS EN MÍ?	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Reflexionar sobre el concepto CONFIANZA. - Distinguir situaciones y personas en las que tener un mayor o menor grado de confianza.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Láminas, pizarra digital y pañuelo.
DESARROLLO: PRIMERA PARTE: Preguntaremos al alumnado si sabrían definir el concepto. Explicaremos el concepto con ejemplos: ¿Podrías preguntarle a una persona desconocida si vive sola? ¿Podrías preguntarle qué hora es? SEGUNDA PARTE: Propondremos al alumnado una actividad de sensibilización a través de la cuál reflejarán su nivel de confianza en el otro. Para ello, por parejas, taparemos los ojos a uno de ellos y el otro tendrá que ayudarlo a desplazarse por el centro siguiendo sus indicaciones. TERCERA PARTE: A modo de dinámica realizaremos preguntas con el fin de saber si han interiorizado el concepto. ¿En quién confiarías para ...? ¿Por qué?		



SABER BÁSICO: TIPOS DE AMOR	NOMBRE: MENUDA PAREJA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar diferentes tipos de amor	
TIPO: CONOCIMIENTOS PREVIOS	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Tarjetas con personajes. -Plantilla tipos de amor.
DESARROLLO: Se reparte una tarjeta con la imagen y nombre de un personaje famoso a cada alumno/a. El alumnado tendrá que buscar a un compañero/a y realizarle tres preguntas para averiguar quién tiene su pareja. No podrán mostrar sus imágenes ni decir el nombre de su personaje a sus compañeros/as. Y solo podrán realizar tres preguntas a una misma persona. Una vez el alumno/a haya encontrado al compañero/a que tiene a su pareja, los dos juntos completarán una plantilla explicando por qué creen que la pareja que les ha tocado es especial. Una vez completada la plantilla por todos/as los participantes, por turnos, explicarán oralmente al resto de la clase lo que han escrito en su plantilla. Así todos los compañeros/as conocerán las diferentes parejas del juego y qué tipo de amor los une (amistad, compañerismo, pareja, familia...). Reflexionar sobre las características de los tipos de amor. Ejemplo: Mortadelo y Filemón (Compañerismo) Marge Simpson y Lisa Simpson (Familia) Timón y Pumba (Amistad) Bella y Bestia (Pareja)		
OBSERVACIONES: Los personajes se elegirán según los intereses de nuestro alumnado. La plantilla se puede modificar según las características del grupo, por ejemplo, añadiendo opciones sobre porque es especial la relación.		

EL CONSENTIMIENTO

SABERES BÁSICOS: PARTES DEL CUERPO, EXPRESIÓN DE DESEOS Y GUSTOS, RESPETO.	NOMBRE: SI NO QUIERES, NO.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Escuchar a los demás y respetar sus decisiones	
TIPO: DIÁLOGO / REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Sin material
DESARROLLO: Sentados en círculo, proponemos realizar una actividad relajante masajeando la espalda de la persona sentada delante. Una vez finalizada la actividad preguntaremos si alguien se ha sentido incómodo/a realizándola (masajeando o recibiendo el masaje). Le animaremos a que expresen sus opiniones, incidiendo en las opiniones de los que no se han sentido bien. ¿Cómo te has sentido? ¿Alguien ha notado la incomodidad de los demás? ¿Crees que tu compañero/a se ha sentido a gusto? ¿Qué haremos en estas situaciones?		

SABERES BÁSICOS: SECRETOS	NOMBRE: ESO ES UN SECRETO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Identificar secretos -Diferenciar entre distintos tipos de secretos.	
TIPO: ASAMBLEA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: Sin material
DESARROLLO: ¿Qué es un secreto? ¿Habéis tenido uno alguna vez? ¿Habéis compartido un secreto con alguien? ¿Por qué pensáis que no se cuentan los secretos? ¿Hay secretos que se deben contar?		

EL ENAMORAMIENTO. EL AMOR. TIPOS DE AMOR. LAS RELACIONES DE PAREJA

SABER BÁSICO: TIPOS DE AMOR	NOMBRE: CUENTO ARTURO Y CLEMENTINA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Reflexionar sobre las relaciones amorosas en desigualdad. -Aprender a reconocer el amor dañino y distinguirlo de las relaciones positivas.	
TIPO: DRAMATIZACIÓN/ DIÁLOGO/ REFLEXIÓN	DURACIÓN: 4-5 SESIONES	MATERIALES: Cuento http://carei.es/wp-content/uploads/arturo_clementinal.pdf
DESARROLLO: ACT.1 Se distribuye la clase en grupos de cinco miembros cada grupo y se les propone que, juntos y de manera consensuada, observen la portada del cuento <i>Arturo y Clementina</i> y decidan un posible título. Escribir el título y de qué creen que puede tratar el cuento. ACT. 2 lectura colectiva del cuento «Arturo y Clementina» ACT.3 Reflexiones sobre la historia de Arturo y Clementina: - ¿Cómo es Clementina? - ¿Por qué creen que Clementina no era feliz? - ¿Cómo es Arturo? - Si ustedes fueran Clementina ¿Qué habrían hecho en su lugar? - ¿Qué les parece el final del cuento? ¿Esperaban que terminara así? - ¿Qué es lo que más les ha gustado de la historia? - ¿Qué creen que hemos aprendido con esta historia? ACT. 4 Dramatización del cuento: Por grupos se escenifica el cuento. Cada grupo elegirá la forma de dramatizar el cuento, así como la puesta en escena del mismo: vestuario, decorados, títeres, marionetas, maquillaje... ACT. 5 Dibujo libre e individual sobre lo que el cuento nos inspire. Exposición colectiva de los dibujos realizados en las paredes del colegio. ACT. 6 Audición de la canción: “Los Chicos no lloran” de Miguel Bosé Analizar, colectivamente, algunos fragmentos de la canción. Con un canalla como yo y un corazón en paro bastaría porque estoy loco y es más estoy loco y me aguanto		

Es mi vida no quiero cambiar
los chicos no lloran sólo pueden soñar
es mi vida no quiero cambiar
los chicos no lloran tienen que pelear
es mi vida ah! es mi vida ah!

OBSERVACIONES:

Más actividades para trabajar el cuento “Arturo y Clementina”

Página 2: <https://cpsartaguda.educacion.navarra.es/web/wp-content/uploads/2012/03/Actividades-Segundo-Ciclo.pdf>

SABER BÁSICO: TIPOS DE AMOR	NOMBRE: MI CORAZÓN	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	- Conocer el amor hacía uno mismo. - Entender hacia quién tienen sentimientos de amor y amistad. - Entender quién es la persona más cercana a ellos/as.	
TIPO: REFLEXIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -Folios -Rotuladores -Altavoz
DESARROLLO: Los alumnos y alumnas tendrán un folio cada uno y cogerán el rotulador del color que más les guste y se sentarán en círculo. A continuación, se podrá música relajante y se explicará lo que deben hacer: - Dibujar un corazón que ocupe todo el folio. - Hacer particiones para las personas que quieran, incluido ellos mismos. También se puede dejar huecos para personas que ya no están. - Pondrán en cada hueco el nombre de cada persona o también mascota. Dejaremos tiempo ya que deben reflexionar sobre sus sentimientos. - Harán pequeños grupos donde comentarán a quién han nombrado y si les ha parecido difícil, si han dudado en poner a alguien, por qué lo han puesto o no... - Por último, en círculo grande enseñarán sus dibujos y lo comentarán al resto. El maestro o maestra puede ir guiando la actividad con preguntas como: - ¿Os habéis dado cuenta si os queréis a vosotros mismos? - ¿Hay diferentes tipos de amor en vuestro corazón? ¿Pareja, amistad, familia?		
OBSERVACIONES: Según las características de grupo guiaremos más o menos la actividad. Podemos evaluar la actividad mediante la observación directa y contestando a preguntas como: ¿Se ha puesto así mismo/a en el corazón? ¿Reconoce su amor propio? ¿Se han dado cuenta del sentimiento de amor y amistad? ¿Han puesto a personas que ellos creían que no eran importantes y luego las han puesto? ¿Les ha resultado difícil reconocer el sentimiento que tienen hacía ellos mismos?		

EL BUEN TRATO

SABER BÁSICO: EL BUEN TRATO	NOMBRE: PRINCIPIOS DEL BUEN TRATO	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Adquirir el hábito del buen trato. -Afianzar las habilidades sociales. -Desarrollar la empatía. -Afianzar el trabajo colaborativo.	
TIPO: ¿QUÉ SABEMOS?	DURACIÓN: VARIAS SESIONES	MATERIALES: -Tablet, lápiz y papel.
DESARROLLO: Se establecen responsabilidades en el grupo para elaborar los principios del buen trato y tendrán que llegar a un consenso para establecerlos. Uno de ellos será el que lo refleje por escrito, otro el que modere el turno de palabra y cuando hayan llegado a un acuerdo lo expresarán en voz alta y explicarán la razón de su elección. Por ejemplo, si eligen diálogo y comunicación o interacción igualitaria, han de explicar han de aportar sus argumentos.		
OBSERVACIONES: En esta actividad se observa la capacidad en la toma de decisiones de los miembros del equipo.		

PREVENCIÓN DEL ABUSO

SABER BÁSICO: PREVENCIÓN DEL ABUSO	NOMBRE: CAMPAÑA “UNO DE CINCO”	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Proporcionar al alumnado estrategias para la detección de situaciones de abuso.	
TIPO: EXPRESIÓN Y TERTÚLIA	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: https://www.youtube.com/watch?v=nEOomYqdDXI
DESARROLLO: Visualización a través de vídeo animado de una situación de abuso. Tertulia a partir de preguntas como... ¿Cómo crees que se siente la chica de la historia? ¿Crees que ha hecho lo correcto contándolo? ¿Qué hubieras hecho tú en su lugar?		
OBSERVACIONES: Dependiendo de las características del alumnado realizaremos la selección de preguntas.		

LOS DERECHOS SEXUALES.

SABERES BÁSICOS: DERECHOS SEXUALES	NOMBRE: DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS.	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	-Introducir la noción de derechos sexuales y reproductivos.	
TIPO: REFLEXIÓN Y EXPRESIÓN	DURACIÓN: 1 SESIÓN	MATERIALES: -PDI (Cuestionario)
DESARROLLO: Se dará información previa sobre conceptos de Derechos Sexuales y Reproductivos. Hará hincapié en que los derechos sexuales y reproductivos están relacionados con algunos de los derechos humanos, como el derecho a la vida, a la igualdad, a la libertad, a la seguridad, a la privacidad, a la información y la educación, a la salud, entre otros. En la PDI se pondrá un cuestionario relacionado con los derechos anteriores y se irán analizando cada una de las preguntas formuladas. CUESTIONARIO (a veces hay más de una pregunta correcta) 1. Los derechos sexuales y reproductivos son: A. Poder elegir con quien y cuando se quiere casar. B. Elegir si se quiere tener niños o no y elegir cuándo se quieren tener. C. Tener acceso al cuidado de salud mientras dura un embarazo. D. Poder ir a la escuela. 2. ¿Quién tiene derechos sexuales y reproductivos? A. Los niños y niñas. B. Los adultos. C. Las mujeres embarazadas. 3. Las chicas: A. Tienen más riesgo de sufrir discriminación y violencia sexual en la escuela. B. Tienen siempre los mismos derechos que los chicos. C. Tienen más fácil acceso a los cuidados de salud. D. Son más malas que los chicos. 4. Cuando un matrimonio es forzoso: A. Se obliga a una persona a casarse con alguien contra su voluntad. B. Se casa por amor. C. Los padres no pueden decidir con quien se va a casar su hija. 5. Según tu opinión, ¿qué mujeres tienen más riesgo de padecer violencia sexual? A. Las mujeres homosexuales. B. Las mujeres migrantes y refugiadas. C. Las mujeres directivas de empresas. D. Las mujeres que viven con gran pobreza 6. Las chicas: A. Son más dulces que los chicos. B. Pueden ser presidentas de un país. C. Saben limpiar mejor que los chicos.		

D. Se ocupan mejor de los niños

7. Los gobiernos deben:

A. Dar acceso a cuidados de salud a todas las mujeres.

B. Permitir a las mujeres dar a luz sin riesgos.

C. No discriminar a las mujeres por razón de su origen.

Respuestas para el profesorado:

1: A, B y C. Los derechos sexuales y reproductivos es en principio la cuestión de la elección de su sexualidad, de su vida en pareja, de tener o no hijos, de su orientación sexual. Es también el derecho a la protección contra la violencia sexual y el derecho a la salud materna y reproductiva.

2: A, B y C. Todo el mundo, hombre y mujer, niño o adulto tiene derechos sexuales y reproductivos.

3: A. La violencia sexual en el ámbito escolar es una lacra en muchos países. En Estados Unidos, por ejemplo, según un estudio de Amnistía Internacional, 83% de las chicas (entre 12 a 16 años) escolarizadas en la enseñanza pública han sido víctimas de acoso sexual bajo una u otra forma.

4: A. Uno de los dos al menos no ha elegido casarse en un matrimonio forzoso. Un matrimonio de niños está asociado a un matrimonio forzoso porque un/a menor no puede dar su consentimiento libremente. Son lo más frecuente que la familia elija con quien se va a casar su hijo/a, a veces desde el nacimiento.

5: A, B, D. Ciertas mujeres son más vulnerables que otras, en particular si viven en situación de pobreza o desplazadas.

6: B. Las chicas no son más inteligentes o más dulces que los chicos, ni naturalmente más dotadas para ocuparse de los niños o de las tareas del hogar. Son prejuicios que tenemos desde nuestra infancia sobre los chicos y las chicas.

7: A, B y C. Los gobiernos están comprometidos a través de numerosos textos internacionales a proteger los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres.



6. ANEXOS Y MATERIALES DE APOYO

a. ¿Cómo soy? El Sexo

ITS Y ANTICONCEPTIVOS

“El consultorio”

Los textos utilizados han sido seleccionados de la guía *La afectividad y la sexualidad en personas con discapacidad* Fundación Grupo Develop y han sido elaborados por: Laura García Torres, Ana Díaz Morón y Eva María Fernández González.

TEXTO 1

Víctor y Julia se conocieron en una fiesta. Esa noche ligaron y tuvieron relaciones sexuales. Para Víctor era su primera vez. Como ella tomaba la píldora anticonceptiva decidieron tener relaciones sexuales sin tomar ninguna otra medida de prevención.

Preguntas:

1. Nombra las conductas sexuales que Víctor y Julia llevaron a cabo.
2. ¿Realizaron conductas sexuales de riesgo? ¿Cuáles?
3. ¿Para qué conductas es necesario utilizar medidas de prevención?
4. ¿Qué medidas de prevención utilizó Julia?
5. ¿Qué medidas de prevención utilizó Víctor?
6. ¿Qué consejos le darías para que tuviesen prácticas sexuales saludables y eviten riesgos de embarazo y de enfermedades de transmisión sexual?

TEXTO 2

Víctor y Julia se conocieron en una fiesta. Esa noche ligaron y tuvieron relaciones sexuales. Julia antes utilizaba el anillo vaginal y ahora tiene puesto el parche, aunque hace más de una semana que se lo debía haber cambiado porque se había olvidado. Julia pide a Víctor que se ponga el preservativo, pero Víctor dice que no porque le resulta incómodo. Julia termina accediendo y realizan la práctica sexual.

Preguntas:

1. Nombra las conductas sexuales que Víctor y Julia llevaron a cabo.
2. ¿Realizaron conductas sexuales de riesgo? ¿Cuáles?
3. ¿Para qué conductas es necesario utilizar medidas de prevención?
4. ¿Qué medidas de prevención utilizó Julia?
5. ¿Qué medidas de prevención utilizó Víctor?
6. ¿Qué consejos le darías para que tuviesen prácticas sexuales saludables y eviten riesgos de embarazo y de enfermedades de transmisión sexual?

TEXTO 3

Víctor y Julia se conocieron en una fiesta. Esa noche ligaron y tuvieron relaciones sexuales. Julia antes se ponía la inyección anticonceptiva, ahora tiene realizada la ligadura de trompas. Ambos acuden al baño para asearse sus partes íntimas antes de comenzar el acto y Víctor se coloca el preservativo. Previamente al acto sexual, se mantuvieron una conversación sobre el método anticonceptivo que utilizaba ella y de su estado de salud.

Preguntas:

1. Nombra las conductas sexuales que Víctor y Julia llevaron a cabo.
2. ¿Realizaron conductas sexuales de riesgo? ¿Cuáles?
3. ¿Para qué conductas es necesario utilizar medidas de prevención?
4. ¿Qué medidas de prevención utilizó Julia?
5. ¿Qué medidas de prevención utilizó Víctor?
6. ¿Qué consejos le darías para que tuviesen prácticas sexuales saludables y eviten riesgos de embarazo y de enfermedades de transmisión sexual?

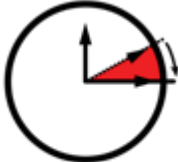
EMBARAZO Y LACTANCIA

Cuestionario conocimientos previos sobre el embarazo

“QUÉ SÉ SOBRE EL EMBARAZO”

LEE ATENTAMENTE ESTAS PREGUNTAS Y ELIGE LA OPCIÓN QUE TÚ CREAS QUE ES LA CORRECTA:

1. PARA QUE UNA CHICA SE QUEDE EMBARAZADA ES NECESARIO QUE:		
		
A) QUE SU NOVIO LE DE UN BESO.	B) QUE MANTENGA RELACIONES SEXUALES CON PENETRACIÓN Y SIN PROTECCIÓN ESTANDO EN SUS DÍAS FÉRTILES.	C) QUE SU NOVIO Y ELLA SE ACARICIEN.
2. UNA PAREJA SABE QUE VAN A SER PADRES SI:		
		
A) EL NOVIO TIENE SUEÑO.	B) LA CHICA TIENE SIEMPRE MUCHA HAMBRE.	C) A LA CHICA NO LE BAJE LA REGLA Y DE POSITIVO EN UN TEST DE EMBARAZO.

3. EL EMBARAZO DURA:		
 UN MES	 5 HORAS	 NUEVE MESES
A) UN MES	B) 5 HORAS	C) NUEVE MESES
4. EL PROCESO MEDIANTE EL CUAL UNA PAREJA PIERDE A SU BEBÉ DE MANERA NATURAL O VOLUNDARIA SE LLAMA.		
		
A) ABORTO	B) ECOGRAFÍA	C) ANALÍTICA
5. A PARTIR DE LA 8ª SEMANA DE GESTACIÓN LLAMAREMOS AL EMBRIÓN:		
		
A) NIÑO	B) FETO	C) CÉLULA

6. DURANTE EL EMBARAZO EL FETO SE ALIMENTA:		
		
A) POR LA BOCA	B) NO SE ALIMENTA	C) POR EL CORDÓN UMBILICAL
7. DURANTE EL EMBARAZO, LA FUTURA MADRE:		
		
A) NO PUEDE HACER EJERCICIO	B) NO DEBE NI BEBER ALCOHOL NI FUMAR.	C) NO PUEDE TRABAJAR
8. CUANDO LA MUJER EMBARAZADA "ROMPE AGUAS" TIENE:		
		
A) QUE COGER SUS COSAS E IR AL HOSPITAL	B) PUEDE HACER LA SIESTA TRANQUILAMENTE.	C) PUEDE SALIR A PASEAR Y TOMAR EL SOL

9. AL FINAL DEL PARTO SE PRODUCE:

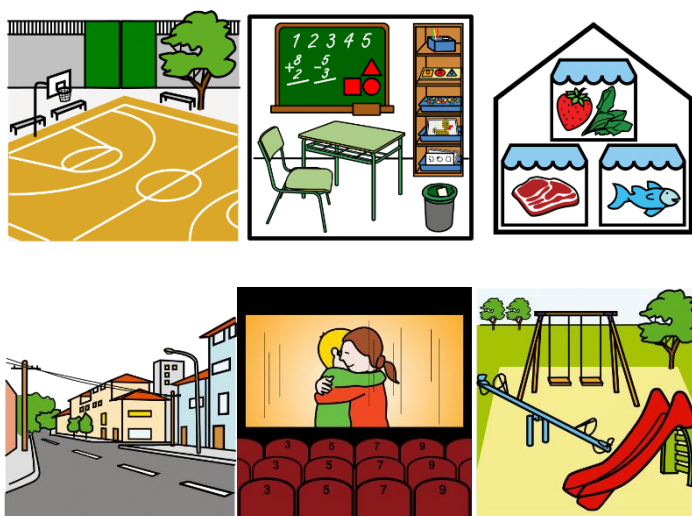
		
A) LA LLEGADA DE LA CIGÜEÑA	B) LA SALIDA DEL SOL	C) EL NACIMIENTO DEL BEBÉ
PICTOGRAMAS UTILIZADOS Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (http://www.arasaac.org), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA. Las imágenes utilizadas proceden de las siguientes páginas: Pixabay, Pexels i iStock.		

b. ¿Cómo lo vivo? La Sexualidad

LA INTIMIDAD

Actividad: ¿Lugares íntimos o públicos?

LUGARES PÚBLICOS



LUGARES PRIVADOS (INTIMIDAD)

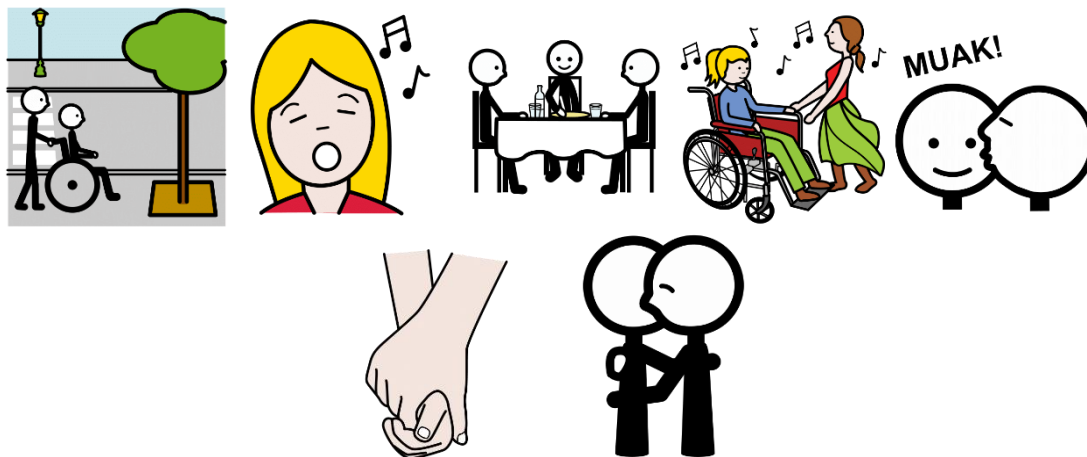


PICTOGRAMAS UTILIZADOS

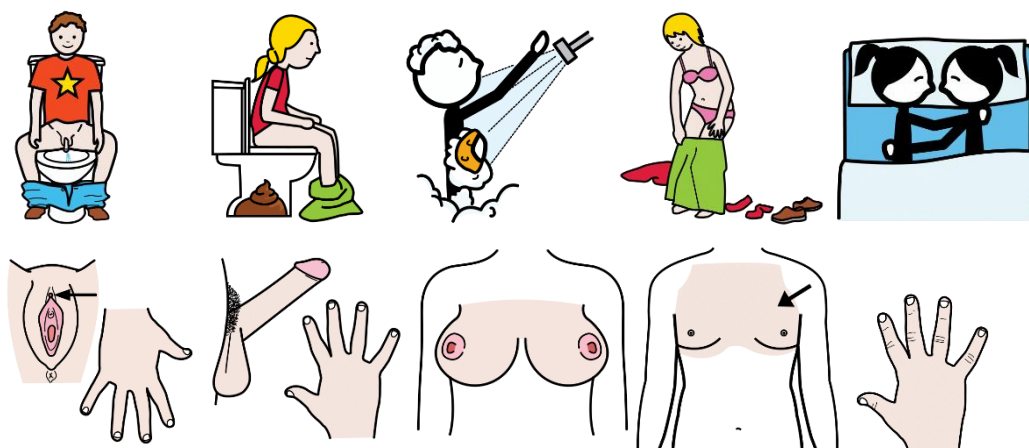
Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.

Actividad: ¿Acciones íntimas o públicas?

ACCIONES PÚBLICAS



ACCIONES ÍNTIMAS



PICTOGRAMAS UTILIZADOS

Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.

AUTOCONCEPTO. AUTOACEPTACIÓN. AUTOESTIMA

Como refuerzo a las actividades del **autoconcepto**, **autoestima** se pueden visualizar estos vídeos:

[El maltrato "Sutil" Una lección de autoestima.](#)



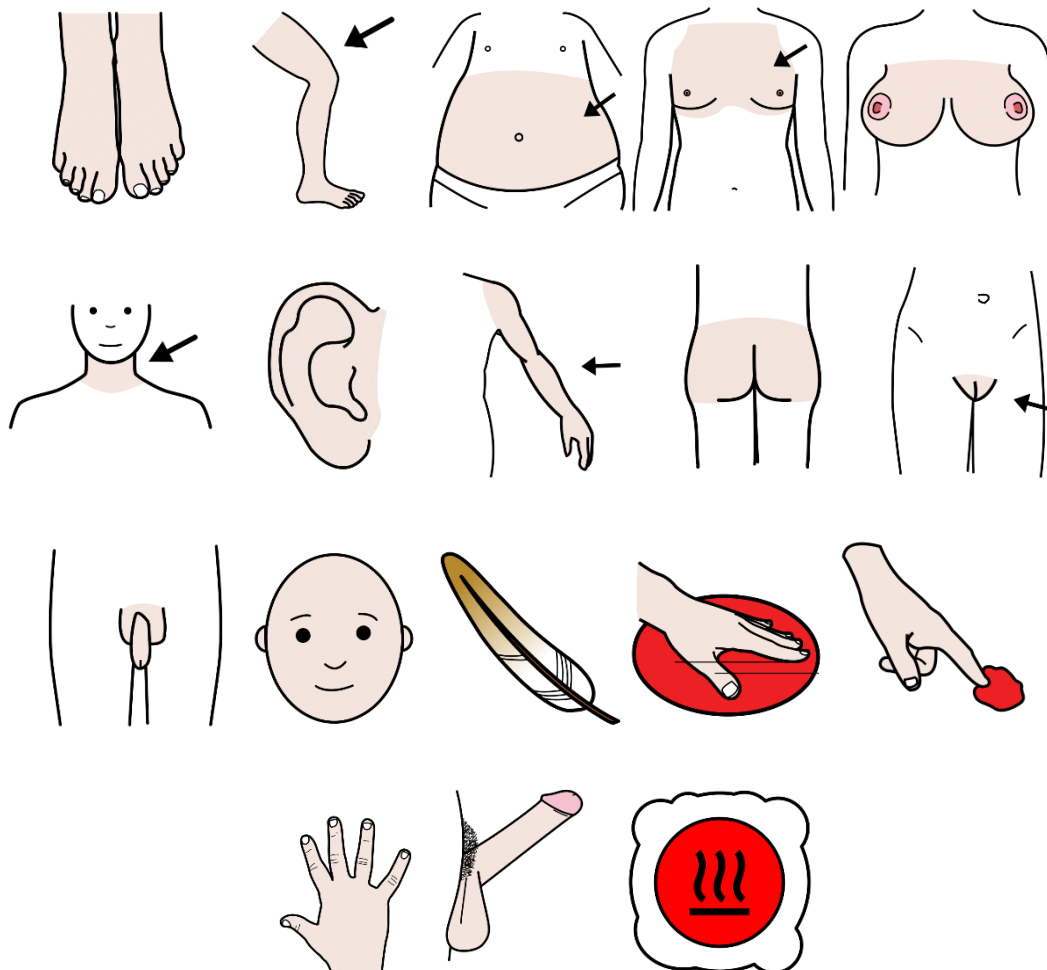
[Así deberíamos Despertar Todos los Dias.](#)



EXCITACIÓN. RESPUESTA FÍSICA. MASTURBACIÓN

Actividad: ¿Qué siento en mi cuerpo?

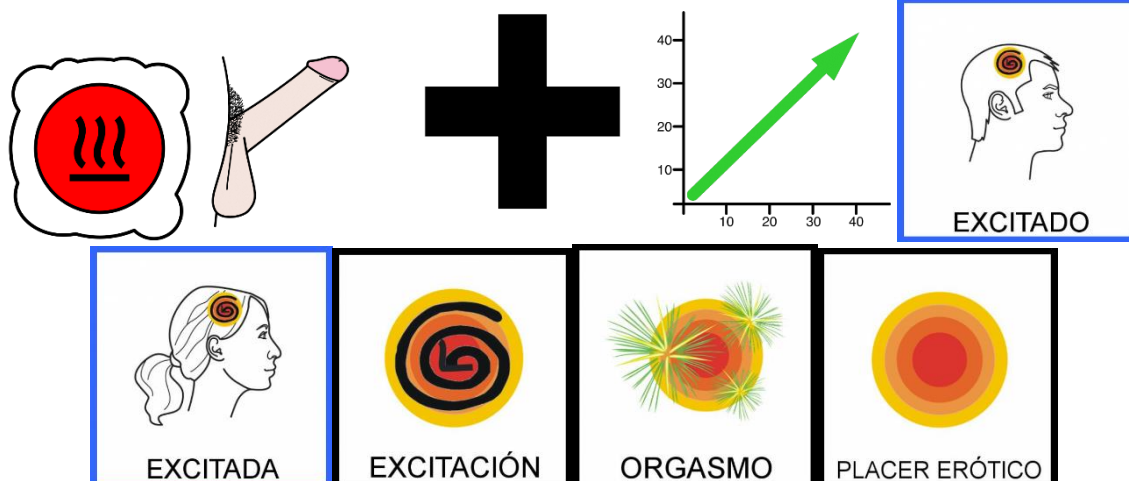
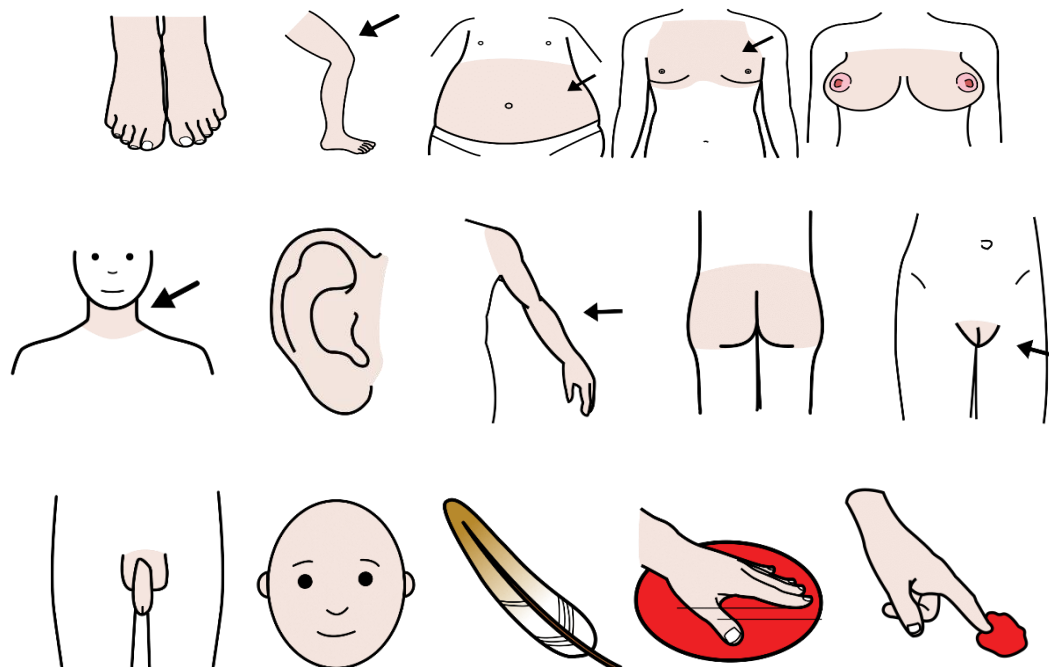
¿QUÉ SIENTO EN MI CUERPO?



PICTOGRAMAS UTILIZADOS

Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.

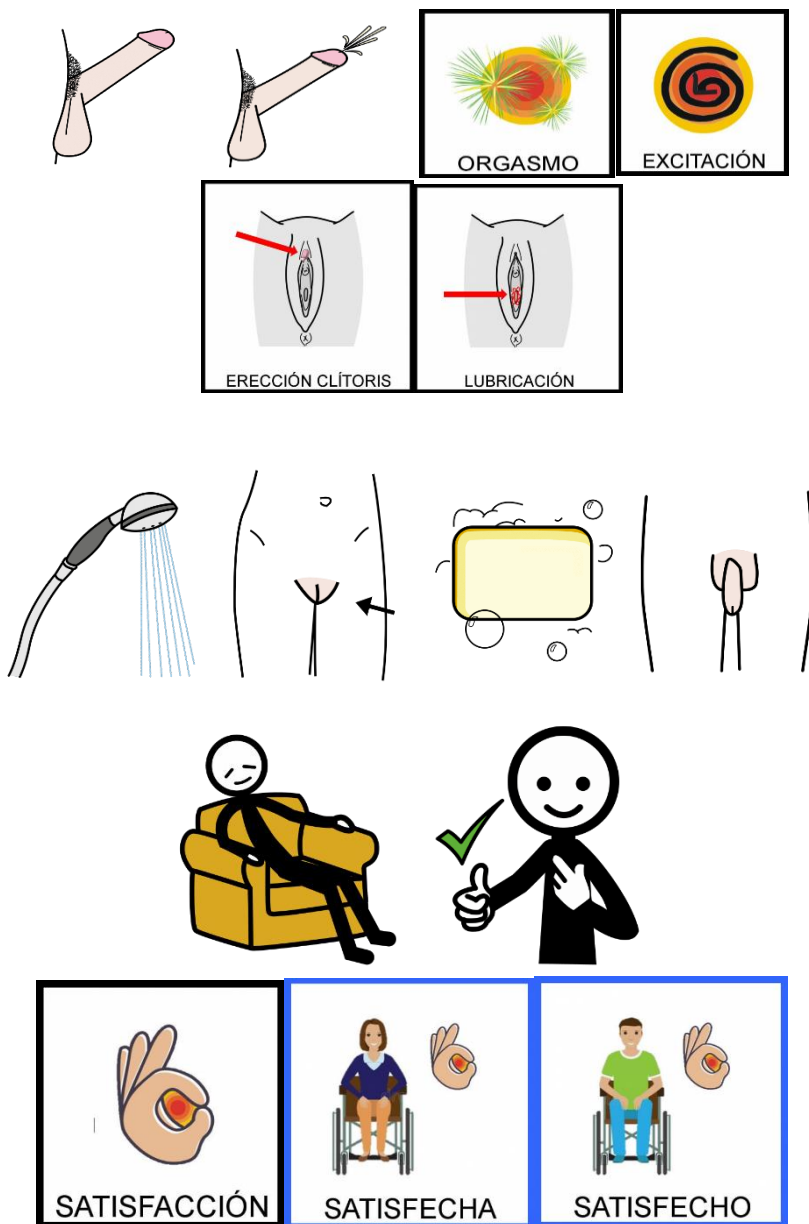
ACTIVIDAD: ESPIRAL



PICTOGRAMAS UTILIZADOS

- Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.
- Los símbolos pictográficos con marco de color son propiedad de Gaspar Pablo Tomas Díaz.

ACTIVIDAD: ORGASMO



PICTOGRAMAS UTILIZADOS

- Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.
- Los símbolos pictográficos con marco de color son propiedad de Gaspar Pablo Tomás Díaz.



c. ¿Cómo lo expreso? La Erótica

EL BUEN TRATO

Estas actividades se pueden utilizar para trabajar el buen trato en el alumnado:

<https://es.liveworksheets.com/il1835233ho>

<https://es.liveworksheets.com/mh2222235br>

<https://es.liveworksheets.com/jq1701748qn>

<https://es.liveworksheets.com/jk1936034gc>

LOS DERECHOS SEXUALES.

TESTIMONIOS Y DERECHOS (varias respuestas pueden ser válidas).

TESTIMONIOS

- *“Mis padres han arreglado el matrimonio, yo no he elegido, pero debía aceptar casarme con tan solo 14 años”.* (Norah).
- *“Me niego a mutilar a mi hija, yo lo he vivido y nadie me había dicho que la primera vez que tuviera relaciones sexuales tendría desgarros y sentiría tanto dolor”* (Kourecha).
- Céline, mujer de Fortunato, viene en Perú y solo habla quechua. Un día en el campo se cayó y sufrió mucho dolor abdominal, fue al centro de salud sola, su marido trabajaba en otra ciudad y no pudo acompañarla. El médico no entendía el idioma en el que hablaba Céline, por lo que le mandó a casa diciéndole que todo estaba bien. Al cabo de dos días, Céline tuvo un aborto.
- *“Me rompieron la ropa, haciendo comentarios odiosos como, por ejemplo, que debía ser castigada porque rechazaba a los hombres a lo que ellos tenían derecho”* (Jamillah).
- *“Tengo miedo de ir a la escuela, mi profesor quería que me quedara después de clase para tener relaciones sexuales con él”* (Sara).

DERECHOS

- A) Derecho a la salud materna.
- B) Derecho a la protección contra el acoso y violencia sexual.
- C) Derecho a la protección contra el matrimonio forzoso.
- D) Derecho a elegir su orientación sexual.
- E) Derecho a la protección contra los tratos inhumanos y degradantes.



7. BIBLIOGRAFÍA

- Alcántara Guerrero, M. D., Corso, S. M., Elizondo Carmona, C., García Pérez, J. B., Márquez Ordóñez, A. A., Rubio Pulido, M. D. L. M., ... & Isabel, M. (2021). *Inclusión: acciones en primera persona: Indicadores y modelos para centros inclusivos. Manual práctico* (Vol. 337). Grao.
- Archer, K., Savage, R., Sanghera-Sidhu, S., Wood, E., Gottardo, A., & Chen, V. (2014). Examining the effectiveness of technology use in classrooms: A tertiary meta-analysis. *Computers & Education*, 78, 140-149. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.06.001>
- Barragán, L.M. y Sánchez, E. (2018). Sexualidad, discapacidad y educación. Universidad pontificia.
- Benito, L. I. (2019). “El rol de la persona con diversidad funcional intelectual en la educación sexual y en la vivencia de la sexualidad”. *Indivisa: Boletín de Estudios e Investigación*, 2019, nº19, pp.223-242. Recuperado de: <https://publicaciones.lasallecampus.es/index.php/INDIVISA/article/view/96>
- Bertran Ribera, M, coord. (2007). TREu-li suc a la sexualitat. Una visió positiva i saludable de la sexualitat. Guia d'activitats per a treballar a l'aula. Diputació de Barcelona.
- De la Cruz, C. (2017). *Sexualidades que importan. Guía de Educación Sexual para familiares de personas con discapacidad intelectual*. Meridiano Editorial.
- De la Cruz, C. (2018). *Sexualidades diversas, sexualidades como todas: Aportaciones desde la sexología al ámbito de la diversidad funcional y la discapacidad*. Editorial Fundamentos.
- De la Cruz, C. (2010). *Educación sexual para niños: una tarea sencilla*. Editor Gesfomedia.
- Elizondo, C. (2020). *Ámbitos Para El Aprendizaje: Una Propuesta Interdisciplinar*. Octaedro editorial.
- García Torres, L, et al. (2013). *La afectividad y la sexualidad en personas con discapacidad*. Fundación Grupo Develop.
- Guerrero, A. (2020). *El amor es demasiado complicado*. Santillana.
- Marroquí, M. (2017). *Eso no es amor*. Planeta S.A.
- Mitjans, Zafra, Martínez (2017). Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES). Para 2º y 3º de secundaria obligatoria. Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública.
- Pastor, C. A., Sánchez, J. M., & Zubillaga, A. (2014). Diseño Universal para el aprendizaje (DUA). Recuperado de: https://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf
- Sanchís, R.M. y Senabre, E. (2005). *Que tinc així baix?* Edicions del Bullent.
- Tan, Teck Shuenn & Cheung, Wing Sum (2008). Effects of Computer Collaborative Group Work on Peer Acceptance of a Junior Pupil with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Computers & Education*, 50 (3), 725-741. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2006.08.005>



Villaescusa Alejo, M. I. (2017). Accesibilidad emocional para el aprendizaje y la participación en la escuela inclusiva. In *Emociones en secundaria, AEMO: Programa de alfabetización y gestión emocional: Educación Secundaria* (pp. 17-24). Conselleria de Cultura, Educació i Esport. Recuperado de: <https://portal.edu.gva.es/cefirxativa/wp-content/uploads/sites/197/2019/10/Accesibilidad-emocional-para-el-aprendizaje-y-la-participacio%CC%81n-en-la-escuela-inclusiva.pdf>

8. BIBLIOGRAFIA WEB

Guía de Educación Sexual integral para educación infantil – CECE - GVA

(<https://ceice.gva.es/es/web/inclusioeducativa/guia-educacio-sexual#infantil>)

Guía de Educación Sexual integral para educación primaria – CECE – GVA

(<https://ceice.gva.es/es/web/inclusioeducativa/guia-educacio-sexual#primaria>)

Guia per a la prevenció de l'abús sexual en xiquetes i xiquets. Materials d'educació infantil i educació primària - CEICE- GVA

(<https://ceice.gva.es/va/web/inclusioeducativa/guia-per-a-la-prevencio-de-l-abus-sexual>)

DeSexo. Historias sobre sexualidad – CEAPA

(https://sexualidadydiscapacidad.es/wp-content/uploads/Desexo-Historias-sobre-Sexualidad_CEAPA.pdf)

Web del CEE el Somni (Sant Joan d'Alacant). <https://portal.edu.gva.es/elsomni/es/nuestro-centro/>

Recursos educativos de la página Web del Colectiu LGTB+ per la diversitat sexual, de gènere i familiar (LAMBDA) Valencia. <https://lambdavalencia.org/es/recursos-educativos/>

Web Centro Aragonés para la Comunicación Aumentativa y Alternativa (ARASAAC). <https://arasaac.org>

Web Centro de Recursos Educativos ONCE. <https://educacion.once.es/recursos-educativos>

Web Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra (CREENA). <https://creena.educacion.navarra.es/web/>

Web Plena Inclusión. Publicaciones. <https://www.plenainclusion.org/?s=sexualidad>

Web Planeta Visual. Guía de recursos para la intervención psicoeducativa basada en las dimensiones del I.D.E.A. <http://planetavisual.catedu.es>

Asociación Nacional de Tecnología Educativa para la Diversidad (DIVERTIC). <http://www.aumentativa.net/index.php?op2=que&idd=2>



Web Leo Lo que Veo. <http://www.leoloqueveo.org>

Guia TIC TEA. Confederación Autismo España.

<http://www.autismo.org.es/actualidad/articulo/autismo-espana-renueva-su-guia-tic-tea>

Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado. <https://intef.es>

Web Orientación Andujar. <https://www.orientacionandujar.es>

Informática para Educación Especial. José Manuel Marcos. Software sobre comunicación.

<http://informaticaparaeducacionespecial.blogspot.com>

Blog Pensando en Imágenes. <https://pensandoenimaxes.blogspot.com>