



**Institución Educativa La Pastora**

**Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de  
ciudadanía**

**Proyecto obligatorio**

**Docentes responsables:**

**Yomaira Audivert valecia  
Jaime Camargo**

**Docente líder del proyecto:**

**JAIME CAMARGO**

**Medellín-Colombia**  
**2020**



## 1. Identificación

**Nombre del Proyecto:** Proyecto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía

**Institución educativa:** La Pastora Medellín

**Docentes responsables del proyecto :** yomaira audivert valencia  
Jaime

**Docente líder del proyecto:** Jaime

**Duración:**

**Grados:** Preescolar al Grado Once.

**Descripción del proyecto:** Con las actividades programadas en este proyecto se propone la promoción de conocimientos, habilidades, actitudes, valores y comportamientos que favorezcan la dignidad humana y el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos, el logro de la salud sexual y reproductiva, a partir de personas autónomas que establecen relaciones cada vez más específicas, democráticas y pluralistas; pretendiendo asegurar en la Institución Educativa La Pastora el fomento de valores y hábitos saludables, para vivir más humanamente desde el desarrollo Bio-psico-social, al fortalecer el desarrollo del ser como persona, como ser único e irrepetible y la convivencia pacífico-participativa con los demás, desde una perspectiva democrática.



## **2. Diagnóstico institucional**

El presente año se realizó una encuesta de Diagnóstico con los estudiantes de la Institución desde el grado cuarto hasta el grado once, la cual arrojó la siguiente información:

1. Al hacer el análisis se observa que el rango de edad predominante en nuestra institución es el de 13-14 años con un 34,2 %, le sigue 11-12 años años con un 31,6 %; 15-16 años con un 19,9 % todos de bachillerato.

2. El grado predominante es sexto con un 22,6 %, le sigue, séptimo con un 22% y octavo con un 17,8 % en estos grados están la mayor parte de los estudiantes de la institución. Esto se explica por qué en el grado sexto hay 2 grupos, en séptimo 2 y en octavo 2, en noveno, décimo y once hay un solo grupo.

3. Aquí se refleja la información de la comuna donde se observa que hay más hombres que mujeres en el sistema escolar de la comuna 9, pero en nuestra institución es más marcada esta diferencia, para la comuna es de aproximadamente un 52% en promedio de hombres y un 48 % en promedio de mujeres. Para nuestra institución es en promedio de 59 % en hombres y 41 % mujeres. Hay un marcado predominio de población masculina. Este resultado también se observó en la encuesta realizada por el equipo de profesionales que realizó la transición de las Instituciones Educativas FEP.

4. Al hacer la pregunta sobre la orientación sexual, se observa que el 88,6% es heterosexual, el 5,2% no lo tiene claro, esto se puede explicar por qué es una juventud que está en búsqueda de su identidad sexual, un 2,3 % se asume bisexual y un 1,3 % homosexual.

5. Dando respuesta a la pregunta de con quién vives, se puede evidenciar que el tipo de familia predominante en nuestros estudiantes es la familia nuclear donde están presentes ambos progenitores con un total de un 51,1 % de estos un 43,1 % son familias conformadas por mamá, papá y hermanos y un 8 % son familias con mamá y papá (hijo único). Le siguen las familias homoparentales con madre cabeza de familia con un 20,3 %, la familia formada por mamá, padrastro y hermanos con un 6,1 %, luego sigue la familia extensa formada por abuelo, mamá papá y hermanos. Hay un predominio de la familia clásica.

6. En cuanto al grado de escolaridad de la madre el 35,4 % ha terminado su bachillerato completo, el 31,1 % tiene un bachillerato incompleto, el 13,6 % tiene la primaria completa y el 9,6 % la primaria completa.

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



7. En cuanto a la ocupación de la madre el 44,6 % es ama de casa, el 31,7 % es empleada de una empresa y el 23,7% está en el sector informal, esto nos muestra la precarización del trabajo femenino en las familias de la institución educativa.

8. Cuando se pregunta por el trabajo de la madre, responden que estas en un 23,3% aseo en casas de familia, 7,5% en cafeterías, 6,1% confecciones en la casa, 6,5% confesiones en otra casa, 4;3 % ventas por catálogo.

Esto nos da cuenta de que las madres del sector, en gran porcentaje no tienen empleos bien remunerados, y con las prestaciones sociales de ley.

9. grado de escolaridad del padre:

El 32,6% tiene bachillerato completo, un 22, 9% el bachillerato incompleto, un 13,9% la primaria incompleta, un 12,5% la primaria completa, 5,6% carrera universitaria, 5,9% no estudio, un 3,8% técnica.

Debemos aumentar la población con carreras técnicas, tecnológicas o universitarias, para así mejorar la calidad de vida de la comunidad.

10. en cuanto a ocupación del padre:

El 67,7% es empleado de una empresa y el 36,3% está en un trabajo informal. Los padres tienen una ventaja del doble sobre las madres para estar en una empresa con todas las prestaciones sociales.

11. la mayor parte de los padres trabajan en construcción 46,3% ayudante en oficios diferentes y construcción 25,8%, independiente 17,9%. Los empleos de los padres no son bien remunerados.

12. el número de hermanos es principalmente 1 con el 33,7% y 2 con el 23,8%, 3 hermanos de 13, 5 %.

13. el origen de la familia de nuestros estudiantes es 39,6% un municipio lejano a Medellín, 31,7% un municipio del área metropolitana y el 25% otro departamento, lo que indica gran movilidad y origen de las familias residentes en el sector.

14. la mayoría de los estudiantes viven en casa 73% y apartamento de 19,3%.

15. el lugar en donde viven es propio en un 55,8% y en arriendo un 46,3% un general los hogares tienen estabilidad en la tenencia de su vivienda.

16. la mayoría de los estudiantes viven en el barrio los cerros- el vergel, en el cual se encuentran los siguientes sectores, con el respectivo porcentaje de estudiantes: sector el vergel con un 28%, la pastora 19% y los cerros 4,8 %, para un total del 41,8%

El 22% vive en el sector quinta linda del barrio buenos aires, el 14,5% en el barrio cauces de oriente.

17. la gran mayoría de las familias tiene todos los servicios básicos de un 74% en adelante.

18. el promedio el número total de personas que viven en la casa es de 33,8% que está de acuerdo con el promedio de la comuna 9.

Se diferencia en que luego le siguen las familias con 5 personas con un 23,2%, en la comuna 9 son muy similares los datos de 3 y 4 personas en el hogar y en tercer lugar las familias con 3 miembros con un 17,7% esto evidencia que las familias de los estudiantes de la institución en su mayoría son 5 y 4 miembros a diferencia de la



comuna 9 que son de 3 y 4 lo que implica que debe haber más inversión del estado en el sector.

19. en los ingresos económicos se observa que el 48,7% es de ambos padres, un 27,3% trabajo del padre o padrastro de un 22% trabajo de la madre o madrastra. Las familias del sector requieren que ambos padres trabajen, lo que en algunas ocasiones repercute en el comportamiento de los estudiantes.

20. la mayoría de familias tiene un ingreso de un salario mínimo 46,4%, el 25,9% entre 2 y 3 salarios mínimos, el 17,5% menos de un salario mínimo.

21. En el hogar la seguridad social es principalmente de EPS en un 55,9% y el SISBEN en un 44,1% se tiene estabilidad ya que se encuentran afiliados principalmente a una EPS.

22. el tiempo libre lo ocupan principalmente en ver televisión, escuchar música, navegar en internet, están más dedicados a las tecnologías de la comunicación y no tanto al deporte e interactuar entre ellos.

23. Consumo de licor solo lo probaron 49,7%, debes en cuando 42, 6%, fines de semana 7%. Preocupa que ya el 7% de los estudiantes tengan un consumo de licor frecuente los fines de semana.

24. Consumo de marihuana solo lo han probado 35 estudiantes (5,4%) debes en cuando 4 estudiantes (0,6%) consumen diario dos estudiantes (0,3 %)

Ya se pueden focalizar los programas de prevención del consumo PSA con los estudiantes que han probado la sustancia.

25. consumo de cripa solo lo probaron 19 estudiantes (2.9%), debes en cuando dos estudiantes 0,3% y diario 3 estudiantes (0.5%) se puede observar que los que consumen cripa también consumen marihuana, no se consume una sola sustancia.

26. consumo de perico solo lo probaron 12 estudiantes (1,8%), debes en cuando tres (0,5%) y diario uno (0,2%), son pocos los estudiantes que consumen esta sustancia, pero también los hay (4) también se observa que algunos estudiantes por curiosidad consumen estas sustancias.

27. consumo de Popper 31 estudiantes solo probaron ósea el 48%, 7 (1,1%) estudiantes consumen de vez en cuando y 2 (0,5%) consumen diariamente, el consumo de Popper es similar al de la marihuana siendo una sustancia poco conocida por los adultos.

28. El cigarrillo lo consume, más estudiantes, incluso de ellos está más habituados a su consumo.

29. consumo de papel, una sustancia poco conocida 16 (2,5%) estudiantes lo han probado, 4 lo consumen (2,5%) debes en cuando y 1 lo consume habitualmente.

30. El pegante es menos utilizado solo dos estudiantes lo consumen habitualmente.

31. Las pepas 1 estudiante es consumidor habitualmente, 9 estudiantes lo han probado (1,4%), se deben hacer campañas con los estudiantes que han probado estas sustancias para que se pueda evitar en consumo de ellas.

32. En cuanto al consumo de leiris, un estudiante lo consume habitualmente.

33. 30,2% de los estudiantes ya tiene vida sexual.

34. El 49 % de los estudiantes han sufrido de violencia intrafamiliar, lo que es una cifra preocupante.



35. El 1% de los estudiantes han sufrido de abuso sexual (7 estudiantes). Se deben realizar campañas para proteger a los estudiantes y activar rápidamente las rutas de atención, con la ayuda de la psicóloga de entorno protector.

36. En los hogares de 14,4% de los estudiantes se han consumido sustancias psicoactivas. Lo que hace que ellos tengan un gran factor de riesgo para el consumo de sustancias.



### **3. Justificación.**

Con este proyecto, se quiere continuar con el proceso de formación y orientación del estudiante para la democracia sexual y como tal, está enmarcada en un contexto profundo de los derechos humanos sexuales y reproductivos y de máxima valoración del respeto al derecho de los demás, como regla de convivencia humana; esto implica un profundo respeto por los estilos de vida sexual de pareja y de género; donde cada individuo pueda desarrollarse intelectualmente, conocer su cuerpo, comprender sus responsabilidades, asumir su sexualidad, aprender a canalizar sensaciones y emociones que a veces son difíciles de controlar, a decidir su participación en una u otra actividad sin obedecer a la curiosidad, a la presión del grupo familiar, escolar o barrial; a establecer la diferencia entre el deseo y el verdadero amor (el auto cuidado, el auto respeto, la auto estima, la auto valoración y otros); a protegerse de un embarazo no planeado y la adquisición de infecciones de transmisión sexual, a rechazar las sustancias psicoactivas, a fortalecer las habilidades para la vida y a no aislarse en la soledad sino todo lo contrario, a participar activamente de manera positiva, creativa y responsable.

De esta manera, observamos que la población estudiantil de nuestra Institución educativa requiere de manera intensa una adecuada orientación sexual, puesto que se evidencian posturas personales frente a la sexualidad que demuestran gran desorientación en las diferentes etapas del desarrollo.

#### **3.1. Marco conceptual**

La propuesta pedagógica para los proyectos de Educación para la Sexualidad, parte de unos principios conceptuales consensuados y desarrolla unos hilos conductores que han sido validados y ajustados como elementos generales y que, como se verá, permiten aprovechar las vivencias y circunstancias cotidianas como oportunidades pedagógicas. Estos principios ofrecen elementos de referencia a las instituciones educativas para el diseño de sus proyectos educativos institucionales, incluyendo los manuales de convivencia, los planes de estudio y, especialmente, a los Proyectos Pedagógicos en Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía. Ayuda además que las instituciones se conviertan en comunidad pedagógica investigadora y constructora del currículo, teniendo en cuenta su cultura y tradición.

Los siguientes, son principios que definen la estructura conceptual del Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía:

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



- Ser humano
- Género.
- Educación.
- Ciudadanía.
- Sexualidad.
- Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía.

• **Primer principio: Ser humano**

Las palabras humanidad, ser humano y persona hacen referencia al carácter igualitario de todos los sujetos del género humano, independientemente de la época y el lugar. Esta igualdad se basa en la dignidad propia de todos y cada uno de los integrantes del género. La dignidad es el fundamento para una concepción universal de los derechos humanos y puede ser comprendida en tres aspectos globales interrelacionados. Primero, vivir como uno quiera, es decir la dignidad entendida como la autonomía o la posibilidad de diseñar un plan de vida propio. Segundo, vivir bien, tener unas ciertas condiciones materiales y sociales de existencia; y tercero, vivir sin humillaciones, poder tener integridad física y moral.

• **Segundo principio: Género**

.Partimos de concebir a las mujeres y los hombres como libres e iguales en dignidad y por consiguiente, sujetos activos sociales de derecho. Esta concepción propende a la equidad entre unos y otras, seres libres e iguales en dignidad y sujetos activos sociales de derecho, mediante el desarrollo de competencias ciudadanas con perspectivas masculinas y femeninas diversas de manera que establezcan relaciones igualitarias en derechos y equitativas para todos.

• **Tercer principio: Educación**

Concebimos la educación como una aproximación pedagógica que promueve la construcción de conocimiento con sentido, donde se desarrollan competencias: conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, comprensiones y disposiciones cognitivas, metacognitivas, socioafectivas, comunicativas y psicomotoras apropiadamente relacionadas entre sí, para facilitar al ser humano el desempeño flexible, eficaz y con sentido de una actividad o de cierto tipo de tareas en contextos relativamente nuevos y retadores. Permitiendo una educación activa, que brinde a los y las estudiantes la oportunidad de opinar, debatir y contribuir a la construcción de su conocimiento y de su desarrollo personal, lo cual les permite constituirse como seres activos en sociedad, conscientes del significado de poseer derechos y conocedores de la importancia de respetar y reconocer los derechos de los demás. Así mismo, compartir con los adultos la responsabilidad de crear espacios de participación en todos los contextos donde interactúan: la familia, la escuela, el barrio, el municipio.

• **Cuarto principio: Ciudadanía**

En la actualidad, el concepto de ciudadanía se propone como una condición desde la cual las personas participan en la definición de su destino como individuos y como sociedad. Así, la ciudadanía se asume y se ejerce. Se asume cuando la persona se reconoce como integrante de un ordenamiento social y parte de las instituciones



propias de ese ordenamiento, mediante la comprensión de los valores, las costumbres, las tradiciones, las normas, las formas de interacción y comunicación del contexto (familia, localidad, sociedad) en que habita. Se ejerce al participar en la construcción, la transformación y el mejoramiento de tales contextos.

• Quinto principio: Sexualidad

Es una dimensión constitutiva del ser humano: biológica, psicológica, cultural, histórica y ética, que compromete sus aspectos emocionales, comportamentales, cognitivos y comunicativos tanto para su desarrollo en el plano individual como en el social. Este último aspecto subraya, también, el carácter relacional de la sexualidad como algo que es, a la vez, personalizador y humanizante, pues reconoce la importancia que tiene para el ser humano establecer relaciones con otros, en diferentes grados de intimidad psicológica y física.

Orientación sexual

Como complemento a los componentes mencionados, la orientación sexual habla de la gran variedad de manifestaciones de la atracción sexo-erótica y sexo-afectiva. Abarca todas las posibles variaciones entre la orientación hacia personas del sexo opuesto (heterosexual), del mismo (homosexual) o de ambos sexos (bisexual).

Además de los componentes, la sexualidad tiene cuatro funciones fundamentales:

1. Comunicativa relacional. 2. Reproductiva. 3. Erótica. 4. Afectiva.

“La sexualidad trasciende los marcos de un fenómeno individual; desborda las fronteras del yo y se revela y crece en el nosotros, en lo común y compartido: su proyección social cristaliza en la riqueza de los vínculos comunicativos y afectivos que se establecen con la pareja, la familia y la sociedad”.

1. Función comunicativa relacional

Tiene que ver con las múltiples formas de expresar las maneras de sentir, pensar y hacer en relación con la sexualidad, que facilitan el desarrollo de procesos cognitivos, emocionales y comunicativos en las relaciones humanas.

2. Función reproductiva

Por reproductividad se entienden la posibilidad humana de producir individuos, que en gran medida sean similares (no idénticos) a los que los produjeron y las construcciones mentales acerca de esta posibilidad.

3. Función erótica

Se relaciona con el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o, más frecuentemente, en interacción con otros), en las que ocurren los procesos de activación de respuesta genital y corporal.

En síntesis, la función erótica resalta la sexualidad como una fuente primordial de placer y goce, en la que intervienen factores biológicos, psicológicos y sociales; y cada ser humano tiene el derecho de vivir una sexualidad plena.



#### 4. Función afectiva

Se entiende como la capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos se derivan (Rubio,1994), relacionadas con la sexualidad.

- **Sexto principio: Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía**

La Educación para la Sexualidad se propone como reto la promoción de conocimientos, habilidades, actitudes, valores y comportamientos que favorezcan la dignidad humana y el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos y el logro de la salud sexual y reproductiva, a partir de personas autónomas que establecen relaciones cada vez más pacíficas, democráticas y pluralistas. Esta propuesta pretende “asegurar que las escuelas favorezcan la vida saludable, el ejercicio de la ciudadanía y los aprendizajes básicos para la vida”.

**Sexismo:** cualquier agresión basada en actitudes sexistas es una forma de discriminación que reproduce, a través de la cultura, ideas erróneas sobre los roles de género en las que se establece la superioridad de lo masculino sobre lo femenino, o viceversa. Por ejemplo, en algunos contextos generalmente son menos valoradas socialmente las capacidades intelectuales, físicas y emocionales de mujeres y niñas, lo que las ubica en una situación de desventaja. Por otra parte, la “superioridad masculina” exige a los hombres construir una identidad acorde con los mandatos tradicionales de poder y fuerza. El sexismo se expresa a través de chistes, comentarios, prácticas, comportamientos o actitudes que tienden a subvalorar a las personas en razón de su género, lo cual limita el desarrollo integral tanto de hombres como de mujeres.

**Violencia sexual:** es una de las formas de violencia basada en género que puede afectar a cualquier persona y en cualquier edad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) definen la violencia sexual como: “todo acto sexual, la tentativa de consumir un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona” (OMS & OPS, 2003, en tipos de agresión sexual).

La agresión sexual puede presentarse con o sin contacto físico:

- **Agresión sexual sin contacto:** incluye cualquier acto que expone a una persona a situaciones de índole sexual no consentidas y sin que haya contacto físico, como ocurre al hacerse comentarios, chistes, gestos o miradas de índole sexual u obscenos.



- **Agresión sexual con contacto:** se refiere a situaciones en las que se presenta contacto intencional en el cuerpo con fines sexuales, así víctima y victimaria o victimario permanezcan vestidos. Se incluyen en esta categoría halar o bajar las prendas de vestir para dejar al descubierto la ropa interior o los órganos sexuales de la agredida o agredido.

Contacto sexual abusivo entre menores de edad: si bien en el desarrollo sexual de niñas, niños y adolescentes tienen lugar comportamientos de exploración y expresiones de la sexualidad propias de este proceso, es necesario identificar algunas otras expresiones, comportamientos y prácticas que constituyen abuso dado que hacen uso de la amenaza, el sometimiento y la intimidación. Es importante señalar que estas situaciones pueden poner en evidencia posibles contextos de abuso o situaciones de agresión sexual a las que también pueden estar expuestos las niñas, niños y adolescentes que ejercen prácticas abusivas Violación.

En este tipo de violencia sexual la víctima es sometida por la persona agresora por medio de la fuerza, la presión física o psicológica, la intimidación o la amenaza de usar la fuerza. Lo anterior, con el fin de reducir sus posibilidades de oposición o resistencia frente a la agresión sexual.

El código penal colombiano incluye en el capítulo “De la violación” conductas tales como: el acceso carnal violento, los actos sexuales violentos y el acceso carnal o el acto sexual cometido sobre una persona en una situación de incapacidad de resistir (Minsalud, 2013).

**Actos sexuales abusivos.**

Según el código penal colombiano, el acto sexual abusivo tiene que ver con el aprovechamiento por parte del agresor de circunstancias que lo ubican en una situación ventajosa frente a la víctima. Dentro de esta categoría se encuentran el acceso carnal abusivo con menor de 14 años, el acto sexual con menor de 14 años y el acoso sexual.

**Acoso sexual.**

En Colombia el acoso sexual es un delito estipulado en el artículo 210A del código penal colombiano: “El que en beneficio suyo o de un tercero y valiéndose de su superioridad manifiesta o relaciones de autoridad o de poder, edad, sexo, posición laboral, social, familiar o económica, acose, persiga, hostigue o asedie física o verbalmente, con fines sexuales no consentidos, a otra persona, incurrirá en prisión de uno (1) a tres (3) años”.

En esta categoría se encuentran las agresiones repetidas y sistemáticas cuyo fin es obtener placer sexual sin el consentimiento de la otra persona. El acoso sexual incluye comentarios sexuales u opiniones sobre el cuerpo que son catalogados como agresivos. El acoso sexual también consiste en gestos vulgares, tocar cualquier parte



del cuerpo de manera morbosa, y la insistencia no consentida para tener encuentros privados o actividades sexuales

Trata de personas.

De acuerdo con la Ley 985 de 2005 la trata es un delito en el que se atenta contra la libertad de las personas. En este delito la persona agresora capta de diferentes formas, es decir, atrae a alguien con una oferta, un aviso clasificado, o la rapta con la intención de trasladarla fuera de su red social de apoyo, dentro o fuera de su ciudad, departamento o país con la finalidad de explotarla.

La trata de personas puede tener como víctimas tanto a personas adultas como a niñas, niños y adolescentes. Igualmente, el consentimiento de la víctima no exime de responsabilidad penal a la persona agresora, puesto que ninguna persona puede consentir su propia explotación, sea consciente o no de la finalidad para la cual se la capta.

Explotación Sexual y Comercial de Niños, Niñas y Adolescentes (ESCNNA).

Es una de las manifestaciones de la trata de personas en la cual la víctima, niña, niño o adolescente, es asumida como mercancía y su cuerpo es utilizado sexualmente por parte de la persona agresora para obtener cualquier tipo de provecho o beneficio. Implica el ejercicio de dominio o propiedad sobre el cuerpo de la víctima.

La escuela es el lugar más apropiado para hacer visibles las diferencias entre las personas, de manera que se permita aprender a reconocerlas, valorarlas y relacionarse con ellas e incluirlas. Por eso, la educación para la sexualidad supone la generación de espacios para el desarrollo de competencias y conocimientos, mediante las cuales los sujetos aprendan y velen por el cumplimiento de sus derechos sexuales y reproductivos y los de todos los miembros de la comunidad.

Así, la educación para la sexualidad comprende el desarrollo de competencias, entre las que se distinguen:

- las ciudadanas, con sus respectivos conocimientos específicos de la sexualidad (propios de los componentes, funciones y contextos), por ejemplo: los derechos sexuales y reproductivos, los métodos de planificación familiar, los tipos de enfermedades sexuales y reproductivas y las formas de prevenirlas o manejarlas, o los aspectos biológicos de la sexualidad.

- Competencias cognitivas, tales como la capacidad para comprender lo que pueden sentir o pensar los miembros del mismo género o de otro frente a las diversas situaciones o elecciones; la capacidad de emprender acciones en contra de la discriminatorias por género u orientación sexual; la de prever las consecuencias de una acción determinada, en una relación de pareja o en el contexto familiar.



- Competencias comunicativas, entre las que se debe promover la asertividad para negociar con la pareja el momento de tener relaciones sexuales y de usar anticonceptivos o decidir el número de hijos. La utilización de diversos medios y formas, verbales y no verbales, para expresar los sentimientos y los pensamientos involucrados en los diferentes tipos de relaciones eróticas y afectivas. También competencias comunicativas como la escucha activa y el diálogo respetuoso en la pareja, en la familia y en la sociedad.

- Competencias emocionales, de igual forma, la escuela desarrolla capacidad para la identificación, la expresión y el control adecuados de las emociones propias y ajenas, así como la empatía.

La Educación para la Sexualidad no es optativa, ocurre de todos modos, sea mediante los gestos, las actitudes y los silencios, o de manera deliberada cuando se transmiten creencias propias. Por tanto, debe incluir la reflexión constante sobre la forma en que se lleva a cabo y el modo como valoramos, discernimos y establecemos juicios.

El desarrollo moral se entiende como el avance cognitivo y emocional que permite a cada persona tomar decisiones cada vez más autónomas y realizar acciones que reflejen una mayor preocupación por los demás y por el bien común. Estas decisiones y acciones no implican, necesariamente, la renuncia a los intereses personales, sino más bien, la construcción de un diálogo y una comunicación permanente con los demás, que permita encontrar balances justos y maneras de hacer compatibles los diversos intereses involucrado (Ministerio de Educación Nacional (2004). Estándares básicos de Competencias Ciudadanas. Serie Guías No 6. Bogotá, Colombia).

La sexualidad como parte del proyecto de vida de los estudiantes Cuando dos o más principios morales chocan entre sí e implican formas de actuar que son contradictorias, no sabemos qué hacer, más aún cuando nos hemos propuesto llevar una vida regida por valores. En este sentido, nuestros proyectos de vida son inevitablemente morales, porque para cada uno de nosotros la vida se trata de aquellas cosas que nos son más importantes, que valoramos más. Esto complica nuestras decisiones y actuaciones dado que algunas de estas cosas pueden verse de manera diferente al interior de un grupo o una comunidad que desde una perspectiva exterior, pues lo que allí parece correcto puede no serlo visto desde afuera. No es lo mismo, por ejemplo, la violencia contra las mujeres desde el punto de vista de la víctima que desde la mirada del perpetrador o de la comunidad que la tolera. Esto es lo que hace tan difícil que no nos enfrentemos a la llamada presión de grupo aún a pesar de nuestras más profundas convicciones. En este sentido, lo moral está relacionado con lo local y necesita ser entendido con pensamiento crítico a partir de una revisión ética, de una valoración.

Todos estamos en condiciones de potenciar nuestras habilidades y conocimientos para construir nuestros propios espacios de autonomía a partir de un distanciamiento



de elementos culturales concretos que nos lleve a construir criterios más universales. Podemos aspirar a valores que trasciendan lo local y que guíen nuestras acciones, pues podemos valorar la mediación cultural y sopesar principios universales, pero la última decisión ocurre en la esfera personal, en la dimensión subjetiva.

- El significado de crear vínculos basados en la confianza: cuando éramos niños, la idea expandida era la de que “a los profesores hay que respetarlos”. No obstante, ¿los respetábamos por miedo o por confianza? Crear ambientes favorables para la vivencia de la sexualidad implica reconocer que las relaciones en las que crecemos son aquellas que nos permiten construir saber juntos, más que aquellas que nos guían de manera rígida por un camino de ideales que sentimos ajeno, impuesto y sin sentido. Acompañar recobra entonces un significado de “estar al lado y del lado”..., de manera comprensiva y empática, reconociendo en el otro un interlocutor válido e idóneo, con competencias para decidir sobre los asuntos de su vida.

Que los adultos/as aprendamos a entregar la responsabilidad. Es decir, promover el ejercicio de la libertad con límites consensuados: acompañar a nuestras/os jóvenes, niños y niñas, para que encuentren la mejor manera de tomar sus decisiones es un desafío que se aprende en la medida que se pueden negociar los límites y lograr consensos al servicio de las buenas relaciones. No aprendemos a decidir sino decidiendo. En esta medida, la escuela, la familia y la sociedad deben crear espacios para que las niñas, los niños y los jóvenes decidan sobre los asuntos que les competen, dándoles las herramientas para que lo hagan teniendo en cuenta el bien propio y el bien común de forma que se respete la dignidad de todos.

Valorar su contexto y facilitar el diálogo de saberes y experiencias previas: “Mejor hablemos”. Comprender la manera en que pensamos y sus razones implica explorar las motivaciones aparentes y más ocultas de por qué llegamos a ciertas conclusiones, a valoraciones que cuando ponemos sobre la mesa no tenemos que defender “a muerte”: más bien, son oportunidades de encontrar nuevas rutas para llegar a algún punto en común.

Revisar permanentemente nuestro sistema de conocimientos y creencias frente a la sexualidad y la convivencia: el legado de contenidos emocionales y mentales que traemos en nuestra historia frente a la sexualidad y la convivencia es el resultado de lo que generación tras generación se viene transmitiendo en forma de normas, valores y creencias. La carga afectiva es tan fuerte que, a pesar de que en la mayoría de ocasiones no tenemos sustento para generalizar, consideramos verdades, a veces absolutas, lo que socialmente se nos ha inculcado frente a la vivencia de nuestro cuerpo, las relaciones de pareja o la consideración de las formas posibles de ser hombres o mujeres. En la medida en que revisemos reflexiva, profunda y críticamente nuestros juicios sobre la forma en que vivimos la sexualidad, tendremos más oportunidad de acompañar a las niñas, los niños y los jóvenes a vivir una vida libre de miedos y prejuicios.



Una educación activa, con sentido y que se construye participativamente: la educación para la sexualidad nos debe llevar a preguntarnos qué tipo de educación tiene sentido y es necesaria para los niños, las niñas, adolescentes y los jóvenes de hoy. La respuesta está en ellos, por lo que partir de preguntas, necesidades y experiencias de nuestros estudiantes es hacer que la educación tenga sentido para ellos. Sólo así lograremos que lo que se aprende en la escuela sea utilizado para la toma de decisiones en situaciones cotidianas.

Quienes deciden qué saber y la mejor manera de saberlo debe ser un proceso que incluya a todos los involucrados: educandos y educadores. Es decir, un proceso acordado y por tanto con un alto nivel de significado para adultos/as, niños, niñas y jóvenes.

Para definir la pertinencia de los contenidos en cada uno de los grados, se tendrá en cuenta el grado de desarrollo evolutivo de cada uno de los educandos, sus necesidades, expectativas, cuestionamientos que justifiquen la elección del énfasis. El MEN publicó unas cartillas con los temas y los lineamientos temáticos establecidos en el módulo número 2 El Proyecto Pedagógico y sus hilos conductores.

## **3.2 Marco legal**

### **Marco General de los DDHH.**

Los DDHH son un conjunto de principios de acción encaminados a proteger y promover la dignidad humana. La dignidad se considera un atributo inherente a todo ser humano y su propósito es asegurar el mayor respeto y cuidado de la condición humana.

La dignidad es una noción que está en el centro de los DDHH porque permite ponderar la vida humana, así como englobar y desarrollar valores fundamentales para su disfrute tales como la autonomía, la igualdad, la libertad, la integridad, el bienestar, entre otros.

La ponderación de la condición humana significa que ésta adquiere la más alta estima y que no debe ser vivida de cualquier manera. Con ello, la idea de dignidad amplía y mejora las posibilidades de desarrollo y realización humana; favorece el disfrute de condiciones de vida constructiva; el desarrollo pleno de las potencialidades, y permite la materialización de los proyectos de vida de niñas, niños y adolescentes. Por el contrario, sin su debida consideración y respeto, la misma condición humana se limita o se pone en entredicho.

Los DDHH constituyen principios para la acción de todas las personas (de manera individual y colectiva) que deben ser respetados y promovidos en los diversos ámbitos de relación humana: las familias, amistades, escuela, trabajo, sociedad y Estado. Justamente, con el propósito de garantizar dichos principios, los estados y

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



organismos internacionales los han adoptado como normas jurídicas para favorecer su cumplimiento. De acuerdo con la ONU, “los derechos humanos se hallan garantizados jurídicamente por la normativa de derechos humanos, que protege a los individuos y a los grupos frente a las acciones que menoscaban las libertades fundamentales y la dignidad humana” (ONU, 2004, p. 142).

Una característica esencial de los DDHH es su universalidad. Según esta característica, los DDHH aplican para todas las personas, sin excepción. La única condición para gozar de la titularidad de tales derechos es la condición de ser humano. La titularidad universal implica necesariamente que todas las personas están obligadas a respetarlos.

El proyecto se diseñó de acuerdo a lo estipulado en la estructura curricular, buscando la formación integral del individuo como ser total y sexual, sirviendo como pauta de referencia en el campo de la sensibilización social y atendiendo a los parámetros legales establecidos por las políticas gubernamentales de país como: Resolución No. 03353 del 2 de julio de 1993, es obligatorio incluir los programas de la Educación Sexual, la Ley 115, el Decreto 1860 de 1994 que se refiere al planteamiento y desarrollo de actividades curriculares, Manual de Convivencia de la Institución, al P.E.I, Código del menor, Derechos del Niño según la Constitución, Proyecto nacional de Educación sexual. Con estas referencias se desarrollan aspectos importantes del “qué hacer” cotidiano del docente en el aula de clase, ajustada a las normas legales vigentes , indicando posibles ejes que se deben considerar para alcanzar una educación integral de calidad y las estrategias para contrarrestar el deterioro de valores en la Comunidad Educativa.

Constitución de Colombia 1991. Art. 67. La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social. Con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura.  
Ley General de Educación 115 de 1994, Decreto 1860: Los establecimientos educativos deben crear una atmósfera cargada de cariño y comprensión donde los niños(as) se sientan seguros de sí mismos y con los demás.

Ley 1620 de 2013 y el Decreto 1965 de 2013 para la implementación de la Ley de Convivencia Escolar y su decreto reglamentario. Tiene en cuenta el rol de la escuela frente a las violencias basadas en género, en particular frente a la violencia sexual, este ofrece herramientas para su prevención y atención en el marco de la convivencia escolar. Así mismo da respuesta a los retos establecidos por un amplio marco normativo nacional frente a la promoción y protección de los DDHH, en general, y los DHSR, en particular. Entre estas normas se encuentran: la Ley 985 de 20051, la Ley 1146 de 20072, la Ley 1257 de 20083, la Ley 1336 de 20094, la Ley 1098 de 20065 y el Decreto 4798 de 20116. Este conjunto de normas ampara derechos fundamentales ante conductas como la violencia sexual, la trata de personas y la violencia contra las mujeres, niñas, niños y adolescentes.



Manual de Convivencia de la Institución Educativa Fe y Alegría Granizal Promover las relaciones interpersonales dentro de la comunidad escolar, estimulando los sentimientos de solidaridad, convivencia, justicia y reconocimiento de valores: morales, culturales, religiosos y sociales que son los que dan la pauta para encontrar el pleno desarrollo de la personalidad. Enfatizando en ser valorado, considerado y respetado en su dignidad humana por toda la Comunidad Educativa.

Proyecto Educativo Institucional. (P.E.I.). Promoción por el respeto de los valores humanos como la autoestima, el sentido de pertenencia, la solidaridad, el diálogo y la responsabilidad como instrumentos fundamentales de la formación para el tratamiento de los conflictos sociales y la situación problematizada, socioeconómica y sociocultural. Además de plantearse un rescate de valores: sociales, morales y éticos, esenciales en el educando, su núcleo familiar y entorno social como por ejemplo: honradez, responsabilidad, autoridad, hábito de trabajo, autoestima, solidaridad, considerando a la familia como base fundamental de una nueva sociedad para fortalecer la personalidad.

## **4. Objetivos**

### **4.1 Objetivo general:**



- Generar prácticas pedagógicas que propicien el desarrollo de competencias en los estudiantes, para que puedan incorporar en su cotidianidad el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos y de esa manera tomar decisiones que les permitan vivir una sexualidad sana, plena y responsable, que enriquezca su proyecto de vida y el de los demás.

#### **4.2 Objetivos específicos:**

- Fomentar la práctica de valores que permitan el desarrollo de actitudes positivas y la sana convivencia.
- Propiciar espacios de reflexión, creación, diálogo, contribuyendo al conocimiento de sí mismo y al respeto por la diferencia.
- Analizar las implicaciones y responsabilidades de la sexualidad y la reproducción para el individuo y para su comunidad.
- Orientar acciones preventivas del embarazo juvenil y la adquisición de las infecciones de transmisión sexual.
- Identificar las prácticas de vulneración de derechos que se constituyen en manifestaciones de la violencia basada en el género en las relaciones interpersonales.
- Reconocer algunas de las ideas erróneas o creencias infundadas que sustentan las prácticas de violencias basadas en el género.

## **5. Metodología**



El proyecto será orientado por medio de la aplicación de talleres escritos y vivenciales, de manera grupal e individual adecuados a la población infantil, pre y adolescente, bajo la supervisión de docentes y profesionales en el área de la salud física y mental (médicos, enfermera, psicóloga, pedagogos) haciendo uso de ayudas audiovisuales para despertar el interés de los participantes.

## **6. Recursos**

- Todos los miembros de la comunidad educativa(docentes, estudiantes, padres de familia, personal administrativo)
- Material didáctico y pedagógico elaborado por los docentes.
- Medios audiovisuales(Televisor, computador, video vean)
- Material impreso
- Block, hojas iris, marcadores, papel kraff, colores, lápices, etc.)
- Métodos anticonceptivos reales que los estudiantes puedan manipular y conocer.



## 7. Plan operativo(Cronograma de Actividades)

Fecha	Actividad	Objetivo	Responsable	Recursos
Primer Semestre del año Escolar	<p>-Observación de láminas y videos en los que se identifiquen los componentes del cuerpo, funciones y estrategias de autocuidado</p> <p>-Conversatorio sobre las inquietudes manifiestas de la temática.</p> <p>-Aplicación de taller escrito y socialización del mismo:</p> <p><b>-Taller para el nivel Preescolar:</b></p> <p>Tema: "El espejo: ¿Cómo yo me veo?"  <b>(Anexo # 1)</b></p> <p>Video: "Las partes privadas del cuerpo 4-11"                      Para Preescolar a Quinto <b>(Anexo #1)</b></p> <p><b>-Taller para básica primaria:                      (Anexo #2)</b></p>	Reconocer las partes del cuerpo y adquirir hábitos adecuados de aseo, orden alimentación y presentación personal.	Docentes de preescolar, básica primaria y secundaria	<p>-Videos</p> <p>-Láminas</p> <p>-Material impreso</p> <p>-Docentes y estudiantes</p>



	<p>Video: “<i>Las partes privadas del cuerpo 4-11</i>”                  Para Preescolar a Quinto (<b>Anexo #2</b>)</p> <p><b>-Talleres nivel Básica Secundaria: (Anexo #3)</b>                  Sesión no. 1                  Sexo – Sexualidad.</p>			
<p>Segundo Semestre del año Escolar</p>	<p>-Taller audiovisual sobre los cambios del cuerpo y formas de actuar.</p> <p><b>-Taller para el nivel Preescolar:</b>                  Tema: ¿Quién soy?(<b>Anexo # 4</b>)                  Tema: "Cuidando mi Cuerpo" (<b>Anexo # 5</b>)</p> <p>-Video: “<i>Estoy Creciendo</i>”                  (Preescolar, primero y segundo) (<b>Anexo # 5</b>)</p> <p><b>-Taller para básica primaria:</b></p>	<p>Identificar los cambios físicos y conductuales que se presentan en las diferentes etapas del desarrollo humano.</p>	<p>Docentes de preescolar, básica primaria y secundaria</p>	<p>-Videos                  -Láminas                  -Material impreso                  -Docentes y estudiantes</p>



	<p><b>(Anexo # 6)</b></p> <p>- Video: <i>“La pubertad en los chicos”</i> (Tercero, cuarto y quinto) <b>Anexo #6</b></p> <p><b>-Talleres nivel Básica Secundaria:</b> SESIÓN No. 2 Pubertad Y Adolescencia / Anatomía Y Fisiología /Autocuidado De La Salud. <b>(Anexo # 7)</b></p> <p>-Video: <b>“Adolescencia: cambios en los chicos y chicas”.</b> (Sexto y séptimo). <b>(Anexo # 7)</b></p> <p>-Video: <i>“Psicología de la adolescencia - De la pubertad a la juventud”</i> (octavo, noveno, décimo y once) <b>(Anexo # 7)</b></p>			
--	--	--	--	--





## **8. Antecedentes**

**(Aquí se hace la evaluación del año anterior)**

## **9. Bibliografía**

Aguilar, J. y G. Rodríguez, Sexualidad: lo que todo adolescente debe saber, Sitesa, México, 1990.



## 10. Anexos

### Anexo # 1

#### Taller # 1

Grado: Preescolar

Objetivo: Explorar varios aspectos de si mism@ para aprender a conocerse mejor.

**TEMA: "EL ESPEJO: CÓMO YO ME VEO"**

ACTIVIDADES	RECURSOS
Marcar contorno del niño Completar partes del cuerpo Exponer y comentar	Papel kraft Marcadores Lápices, lana, pegamento
Mirarse en un espejo Nombrar sus características físicas	Espejo
Juego sensorial: Adivinar según características físicas dadas	Recursos Humanos
Lámina de niño y niña (desnudos) Colorear cuerpo humano, ambientar, seleccionar vestuario y pegar según sexo	Lámina de vestuario pintados y recortados por los papás. Lámina de niño y niña, pegamento
Jugar al espejo Describir a sus compañeros Imitar movimientos	Recursos Humanos

#### Videos:

- Preescolar a quinto

“Las partes privadas del cuerpo”

<https://www.youtube.com/watch?v=dWpPn6xnho0>

### Anexo # 2



**Taller # 1**

**Grado: Primero a Quinto**

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS</b>
<p>-Observar el video: <i>“Las partes privadas de mi cuerpo”</i> y realizar un conversatorio con los niños y niñas sobre lo allí observado.</p> <p>-Se divide el grupo en equipos de 4 o 5 integrantes, en papel craft se dibujan dos siluetas del cuerpo humano y en ellas los equipos deben ubicar láminas con imágenes de las partes del cuerpo masculino y femenino, escribiendo su nombre y dialogando sobre las diferencias físicas de los sexos.</p> <p>-Finalmente, un integrante de cada equipo sale y presenta su trabajo ante sus compañeros.</p>	<p>-Papel kraft -Marcadores -Lápices, -Colores -Tijeras, -Pegamento</p>
<p>-En los equipos organizados anteriormente, los niños y niñas se mirarán en el espejo y harán un diálogo sobre sus características físicas reconociendo sus semejanzas y diferencias.</p> <p>-Cada equipo realizará la dinámica de “El espejo”, en la cual un estudiante hará las veces de personaje y el otro será el espejo imitando sus movimientos, gestos, posiciones y demás.</p> <p>-Cada niño y niña realizará en su cuaderno el dibujo de su esquema corporal de acuerdo a lo observado en el espejo y lo dialogado.</p> <p>-Finalmente, cada estudiante realizará un rompecabezas sobre el cuerpo humano.</p>	<p>-Espejo -Cuaderno -Lápices -Colores -Tijeras -Pegamento</p>

**Videos:**

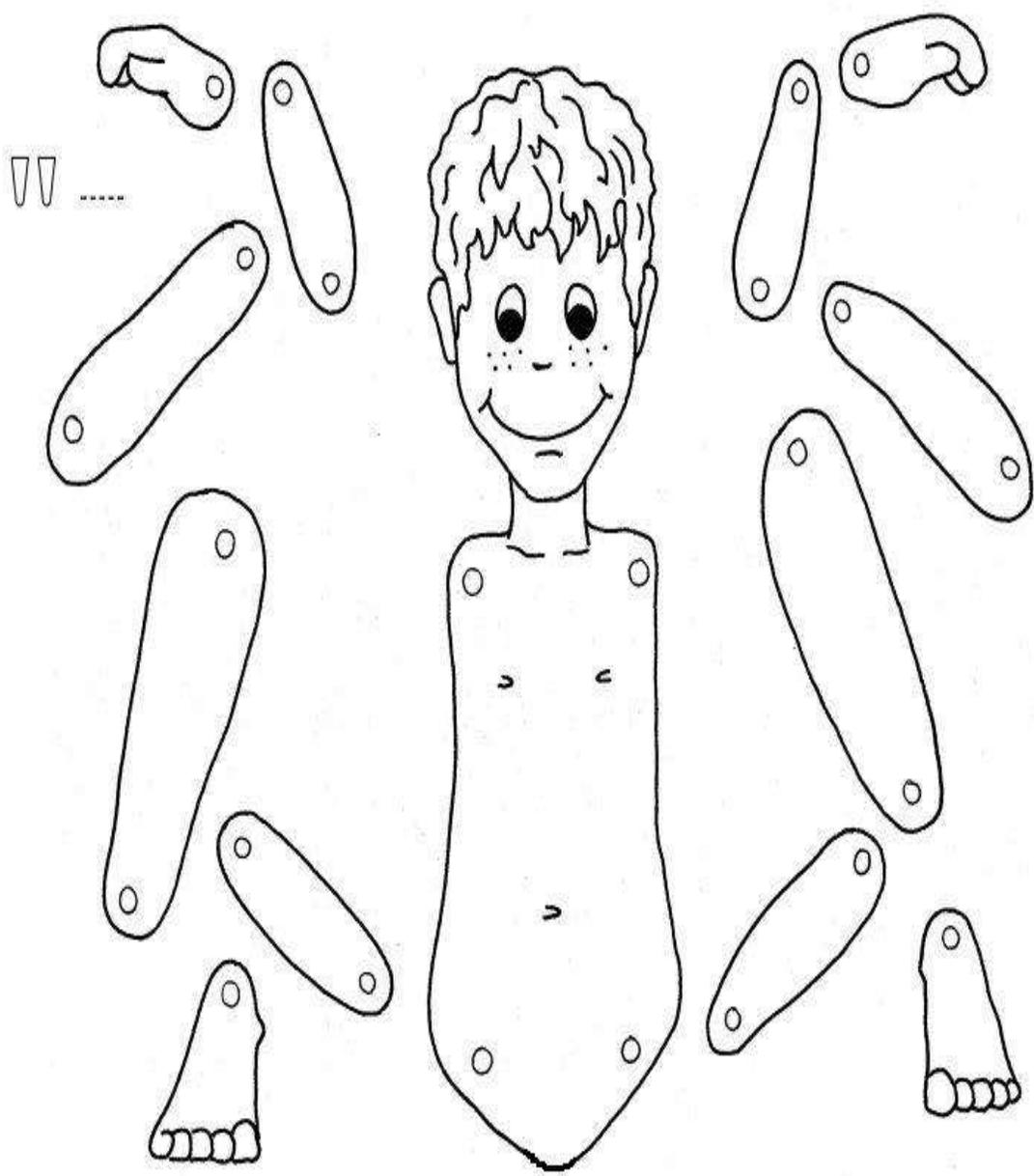
**- Preescolar a quinto**

**“Las partes privadas del cuerpo”**

<https://www.youtube.com/watch?v=dWpPn6xnho0>



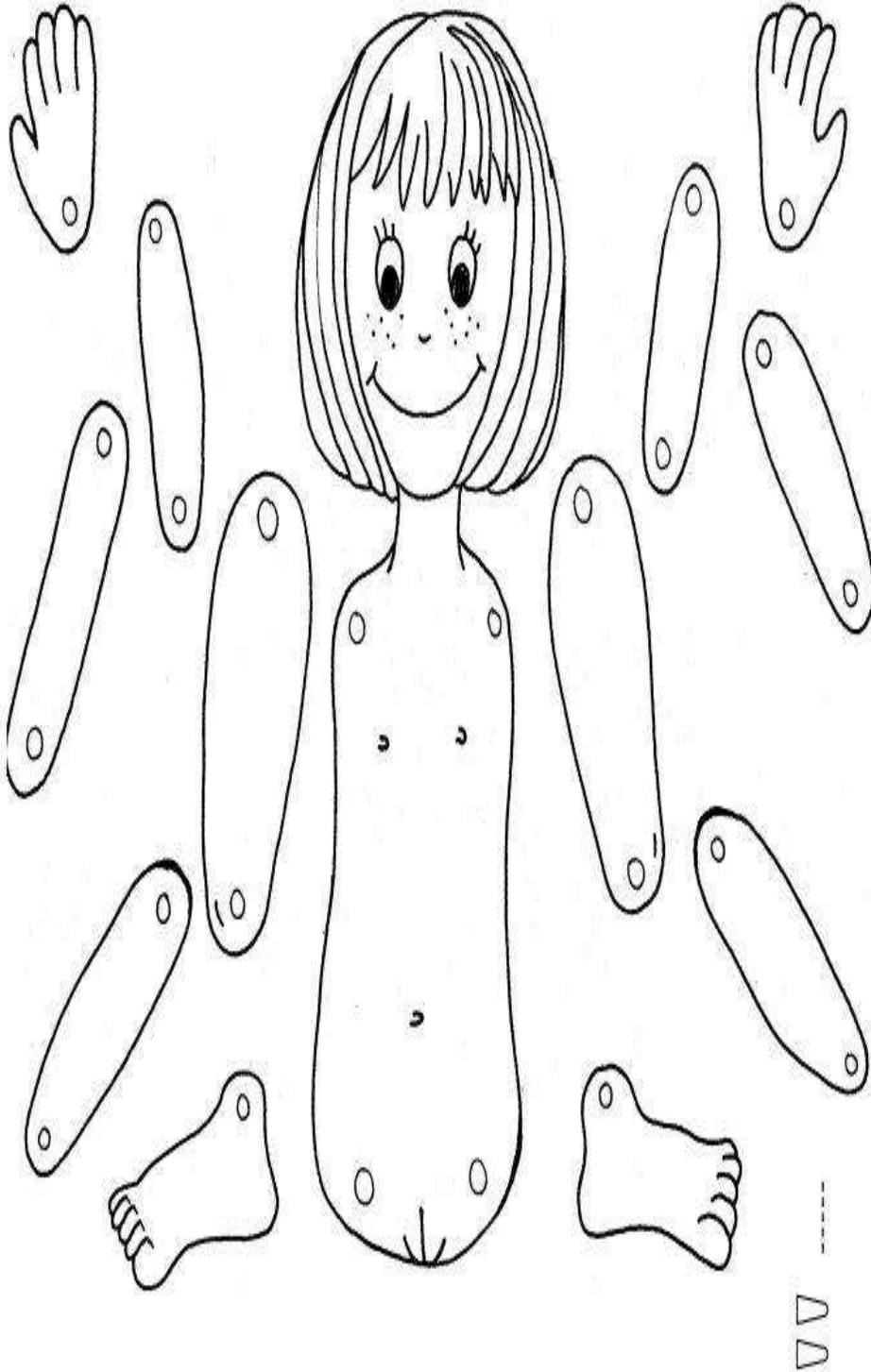
Rompecabezas:







Recorta las diferentes partes del cuerpo y únelas con los encuadernadores por los círculos





**Anexo # 3**

**Taller # 1**

**Grado: Sexto a Once**

**Talleres nivel Básica Secundaria**



## SESIÓN No. 1 Sexo - Sexualidad

**Temas a tratar: Diferencia conceptual entre sexo y sexualidad.**

**Objetivos:**

- **Crear un ambiente de confianza para la libre expresión de sentimientos y pensamientos.**
- **Identificar las expectativas de los participantes**
- **Establecer las normas de participación del grupo en el taller.**
- **Introducir conceptos básicos de la sexualidad (sexo, sexualidad, coito, etc.)**

<b>Contenido</b>	<b>Técnica y procedimiento</b>	<b>Materiales y recursos</b>	<b>Duración</b>
Hablar de sexualidad	Técnica "Sinónimos" • Solicitar a los participantes se dividan en 5 grupos • A cada grupo se le asigna un nombre relacionado con los órganos sexuales: Se les pide anoten el mayor número de sinónimos de las palabras: pene, testículos, vulva, senos, ano • En plenaria un representante de cada grupo comparte con los demás todos los sinónimos encontrados y se anotan en el rota folio • Pedir que el grupo que se reflexione sobre la información que está detrás de	• Tablero • Marcadores • Cinta adhesiva • Pantalla • Lápices • Hojas en blanco	35 min.



	<p>estos sinónimos y preguntar ¿Porque nos da risa? ¿Por qué nos cuesta trabajo decirlas? ¿Cuáles son las expresiones sexuales no verbales?</p>		
<p>Conceptos básicos (Sexo vs. Sexualidad)</p>	<p>Técnica. “Acróstico”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En una hoja con la palabra sexualidad escrita en forma vertical pedir a los participantes que mencionen todas las palabras que describan lo que es la sexualidad. Ejemplos. Sentir, erótico, amor.</li> <li>• Anotar todas las palabras</li> <li>• Concluir con la idea de que la sexualidad implica no sólo los órganos genitales o la diferencia entre hombres y mujeres; la sexualidad es nuestro cuerpo y la forma como interactuamos con los demás. Asegurarse que se comprenda que “sexo” es sólo una parte de la sexualidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcadores y tablero</li> </ul>	<p>35 min.</p>



Es la dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano: Basada en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor, y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. Es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. En resumen, la sexualidad se practica y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.

**Sexo:** Es el conjunto de características biológicas que definen el espectro de humanos como hembras y machos. **Género:** es la suma de valores, actitudes, papeles, prácticas o características culturales basadas en el sexo. Refleja y perpetúa las relaciones particulares de poder entre el hombre y la mujer. **Identidad de sexo:** Incluye la manera como la persona se identifica como hombre o como mujer o como una combinación de ambos, y la orientación sexual de las personas. Es el marco de referencia que se forma con el correr de los años, que permite a un individuo formular un concepto de sí mismo sobre la base de su sexo, género y orientación sexual.

**Identidad de género:** Define el grado en que cada persona se identifica como masculino o femenina o alguna combinación de ambos. Es el marco de referencia interno, construido a través del tiempo, que permite a los individuos organizar un autoconcepto y a comprometerse socialmente en relación a la percepción de su propio sexo y género.

**Orientación sexual:** Es la organización específica del erotismo y/o vínculo emocional de un individuo en relación al género de la pareja involucrada en la actividad sexual.

**Erotismo:** Es la capacidad humana de experimentar las respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual, excitación sexual y orgasmo, y que por lo general, se identifica con placer sexual.

**Vinculación afectiva:** es la capacidad humana de establecer lazos con otros seres humanos que se construyen y mantienen mediante las emociones.

**El Amor** representa una clase particularmente deseable de vínculo afectivo.

**Reproducción:** todo lo relativo a la procreación. PRO.



**Anexo # 4**

**Taller # 2**  
**Grado: Preescolar**

**TEMA: ¿QUIÉN SOY?**

**ACTIVIDADES**

**RECURSOS**

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



Nombrar diferencias físicas entre hombre y mujer.	Lámina Muñecas Su propio cuerpo
Manipular su propio cuerpo	Plastilina
Observar una muñeca nombrando las partes de su cuerpo	Muñecas
Observar láminas Dibujar su cuerpo con sus diferencias	Laminas del cuerpo humano: niña y niño Lápices, hojas, block
Nombrar y describir partes del cuerpo Modelar con plastilina	Plastilina
Nombrar y diferenciar los órganos del cuerpo humano y la función que ellos cumplen	Recurso Humano
Rol de la familia: Comentar y dibujar sobre su familia, el rol que cumple cada uno de sus integrantes	Hojas y lápices
Escuchar, comentar y dramatizar	Cuento relacionado con el tema

**Anexo # 5**

**TEMA: "CUIDANDO MI CUERPO"**

**ACTIVIDADES**

**RECURSOS**

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



Trabajar con muñecas (con sexo) observarlos, nombrar las partes del cuerpo	Muñecas
Funciones de las partes del cuerpo	Videos - láminas
Juego: Cuidemos nuestros hijos, cómo lavarlos, vestirlos	Muñecas
Observar video relacionado con el tema "cuidado con los extraños, prevención de riesgos, etc." Comentar	Video educativo. Video Televisión.
Realizar collage relacionado con el tema del cuidado del cuerpo y/o prevención de riesgo	*Papel kraft, revistas, pegamento, lápices, tijeras,
Crear slogan con los padres (en casa) sobre el tema	Slogan escritos en cartulina
Realizar collage con situaciones de riesgo presentes en el colegio	cartulinas, lápices , tijeras, pegamento, revistas

**Video:**

**“Estoy creciendo”**

<https://www.youtube.com/watch?v=IF-KzbnLUvY>

**Anexo # 6**

**Taller # 2**

**Grado: Primero a Quinto**

**ACTIVIDADES**

**RECURSOS**

**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**



<p>Discusión de grupo:</p> <p>Coloque seis hojas de papel alrededor del salón, escriba una de las siguientes palabras en cada hoja de papel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Hombre</li> <li>-Senos</li> <li>-Vagina</li> <li>-Mujer</li> <li>-Pene</li> <li>-Nalgas</li> </ul> <p>-Indique a los estudiantes que circulen por el salón y anoten las palabras o frases que se usan en la jerga popular para cada una de las que aparecen en las hojas de papel, dígales que usen cualquier palabra o frase que conozcan, infórmeles que está permitido usar palabras que ellos pudieran considerar “malas”. Una vez que todos hayan terminado, reúnanse y lean en voz alta, cuidadosa y lentamente.</p> <p>Pregunte lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Les dio vergüenza ver, escribir u oír estas palabras? ¿Por qué sí o por qué no?</li> <li>• ¿Cuándo usamos palabras de la jerga popular y cuándo usamos palabras que son más formales? ¿Por qué?</li> <li>• ¿Algunas de estas palabras les parecen fuertes u ofensivas?</li> <li>• ¿Usamos alguna vez estas palabras para hablar de las mujeres y los hombres, en general? ¿Cómo creen ustedes que se sienten los hombres o las mujeres al oírlas? ¿Porqué creen que es así?</li> <li>• ¿Qué significan cuando las usan?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hojas de block</li> <li>-Marcadores</li> <li>-Cinta transparente</li> </ul>
<p>-Se observará el video: “Estoy creciendo” o “La pubertad en los chicos” y se realizará un conversatorio con los niños y niñas sobre lo allí observado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Televisor</li> <li>-Video</li> </ul>
<p>-Se le entrega a cada niño y niña una hoja de papel en la cual deberán dibujar cómo se imaginan su cuerpo dentro de 20 años, algunos de ellos presentarán sus dibujos y se hará un conversatorio sobre los cambios físicos y emocionales que se irán presentando a medida que van creciendo tanto en hombres como en mujeres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Hojas de block</li> <li>-Cinta transparente</li> <li>-Lápices</li> <li>-Colores</li> </ul>



-Los niños y niñas traerán revistas y elaborarán un collage en el que peguen imágenes sobre mujeres y hombres en las diferentes etapas del desarrollo (niñez, adolescencia, adultez y vejez) mencionando sus cambios físicos.

-Hojas de block  
-Tijeras  
-Pegamento  
-Revistas  
-Lápices

**-Primero y segundo**  
**“Estoy creciendo”**

<https://www.youtube.com/watch?v=IF-KzbnLUvY>

**- Tercero, cuarto y quinto**  
**“La pubertad en los chicos”**

<https://www.youtube.com/watch?v=4UYvS1zhhjI>

**Anexo # 7**

**Taller # 2**  
**Grado: Sexto a Once**

SESIÓN No. 2 Pubertad Y Adolescencia / Anatomía Y Fisiología /Autocuidado De La Salud.



**Objetivos:**

- Identificar los cambios propios de la pubertad.
- Conocer y entender el funcionamiento de los órganos sexuales.
- Introducir a los y las jóvenes en el cuidado de su salud sexual y las técnicas de autoexploración.

<b>Contenido</b>	<b>Técnica y procedimiento</b>	<b>Materiales y recursos</b>	<b>Duración</b>
<b>Cambios propios de la pubertad.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se forman tres grupos.</li> <li>• Repartir las tarjetas con frases que describen los cambios que se presentan en diferentes etapas de la vida</li> <li>• Al frente del salón se colocan tres tarjetas visibles con los nombres de “Infancia”, “adolescencia” y “adulterz”.</li> <li>• Se pide que en grupo decidan bajo que título deberán pegar las tarjetas. Verificar que la clasificación sea la correcta.</li> <li>• Complementarla información con los cambios que ocurren durante la pubertad.</li> </ul>	Tarjetas con frases y títulos y cinta adhesiva.	15 min.
<b>Anatomía y Fisiología de los órganos sexuales.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocar en el tablero las láminas con los órganos sexuales femenino y masculino.</li> </ul>	Láminas con los órganos sexuales.	55 min.



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Repartir tiras etiquetas con los nombres de los órganos sexuales. Se sugiere entregar a los hombres las etiquetas de las mujeres y viceversa.</li> <li>• Leer en voz alta la descripción y /o principal función de cada órgano, uno por uno.</li> <li>• Pedir a la persona que tenga la etiqueta con el órgano descrito pase al frente y lo pegue en la lámina identificándolo correctamente.</li> <li>• Abrir un espacio para preguntas y respuestas.</li> </ul>		
<p><b>Auto cuidado de la Salud</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con una lluvia de ideas llegar a una definición de lo que se entiende por Salud Sexual y enlistar las cosas que podemos hacer para su cuidado.</li> <li>• Formar equipos de 6, entregar la hoja de trabajo No.1 (Adivina como me cuido) y dar 15 minutos para que resuelvan la hoja de manera grupal</li> <li>• En plenaria y a</li> </ul>	<p>Hoja de trabajo No.1, adivina como me cuido.</p>	<p>30 min.</p>



	manera de competencia revisar las respuestas correctas de la hoja de trabajo. Exposición • Exponer las técnicas de exploración mamaria y testicular		
--	--	--	--

**Sesión No. 2.**

Pubertad y adolescencia / Anatomía y Fisiología de los órganos sexuales / Autocuidado de la salud sexual. PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

**Pubertad:** Palabra que se utiliza para referirse a los cambios físicos que tienen lugar en el cuerpo del hombre y la mujer entre los nueve y quince años. Generalmente en las mujeres esta inicia un año antes que en los hombres (aproximadamente entre los nueve y quince años). Durante la pubertad comienza la producción de hormonas (del griego hormon que significa poner en movimiento) que activan los cambios que transforman el cuerpo de los niños y las niñas. Las hormonas afectan el estado de ánimo.

Principales cambios durante la pubertad:

Mujer:

Hombre:

Crecimiento repentino, aumento de peso y altura.  
 Los brazos y piernas se alargan.

Los huesos de la cara aumentan de tamaño y ésta adopta un aspecto menos infantil  
 El cuerpo suda más.

Crece vello en las axilas y se vuelve grueso en piernas y brazos.

Vello suave oscuro crece alrededor de la vulva	Alrededor de la base del pene aparece vello suave y oscuro
Puede surgir de la vagina flujo pegajoso blancuzco-amarillento	El pene aumenta gradualmente de tamaño
Las caderas se ensanchan y redondean	Los hombros y el pecho aumentan de tamaño
Cambios en la vagina, útero y ovarios	Los testículos aumentan de tamaño
Pezones se oscurecen	La voz se quiebra y después se hace más profunda



Inicia la menstruación y fertilidad

Comienza la producción de espermatozoides, las eyaculaciones y los sueños húmedos

**Adolescencia:** Se derivada de la palabra *adolescere*, que significa crecer. Se utiliza para referirse además de los cambios físicos, a los que suceden en esta etapa a nivel psicológico y social. Según la OMS es la etapa que transcurre entre los 10 y los 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana de 10 a 14 años y la adolescencia tardía de 15 a 19 años.

Por su parte la juventud comprende el periodo entre los 15 y 24 años de edad. Se refiere además de los físicos a todos los cambios a nivel psicológico y social.  
**ANATOMÍA Y FISILOGÍA DE LOS ÓRGANOS SEXUALES GENITALES EXTERNOS FEMENINOS**  
A) **VULVA** es el nombre que se da de manera conjunta a los genitales externos de la mujer e incluye toda la zona situada entre las piernas: monte de Venus, labios mayores, labios menores, clítoris, meato urinario e introito vaginal (entrada de la vagina).

A) **MONTE DE VENUS:** Es una elevación suave de tejido adiposo (graso) a la altura del pubis. Se reconoce por ser una zona triangular cubierta de vello situada en la parte frontal e inferior del abdomen.

B) **LABIOS MAYORES:** Pliegues de piel gruesos cubiertos de vello púbico, en forma de labios.

C) **LABIOS MENORES:** Pliegues de piel en forma de labios, crecen cercanos al orificio externo de la vagina. Cubren el vestíbulo vaginal en donde se encuentran los s orificio vaginal y uretral. Se encuentran a su vez rodeados por los labios mayores.

D) **CLITORIS:** Es un pequeño bulto del tamaño de un chícharo. Cuando éste se estimula se produce un intenso placer debido a que tiene una rica red nerviosa Durante la excitación sexual el clítoris se congestiona de sangre de manera similar al pene.

E) **MEATO URINARIO:** Es un pequeño orificio que se ubica debajo del clítoris y encima del introito vaginal (entrada de la vagina). Por éste se desecha la orina.

F) **ORIFICIO VAGINAL O INTROITO:** Orificio que se encuentra en la parte inferior de la vulva y debajo del meato urinario. El aspecto del orificio depende en mucho de la forma y estado del himen. **HIMEN:** Membrana o trozo delgado de piel que puede tener diferentes formas y tamaños, cubre en forma parcial el orificio de la vagina. No se le conoce ninguna función, sin embargo se le concede gran importancia psicológica y cultural.

**ANO.** Separado de los genitales externos se encuentra hacia atrás **GENITALES INTERNOS FEMENINOS**



G) OVARIOS Tienen forma de almendra y se encuentran a los lados del útero. En ellos se producen los óvulos y las hormonas femeninas (estrógenos y progesterona). Los ovarios contienen cápsulas o folículos y en cada uno de éstos hay un óvulo. La mujer nace con aproximadamente 400,000 los cuales empiezan a madurar durante la pubertad. Así, cada mes se revienta un folículo liberando un óvulo maduro.

H) TROMPAS DE FALOPIO: Son dos “pasadizos” conductores que se extienden entre los ovarios y el útero. A través éstos viaja el óvulo camino al útero ayudado por unos cilios (o pelos) que tapizan las trompas. Es en estos conductos, donde ocurre la fecundación (unión del óvulo con el espermatozoide)

I) UTERO o matriz: Órgano hueco hecho de músculos fuertes, parecidos a una pera pequeña e invertida, se encuentra conectado a las trompas de Falopio. En éste lugar y durante el embarazo, el feto se desarrolla. La capa interna del útero se llama endometrio, la cual consta de una rica red de vasos sanguíneos la cual se va engrosando a lo largo del ciclo menstrual hasta que se desprende provocando el sangrado mensual.

J) CUELLO DE LA MATRIZ O CERVIX: Es la parte más baja del útero que comunica con la vagina.

K) VAGINA: Pasadizo entre el útero y el exterior del cuerpo femenino. Es el órgano de la copulación y receptor del semen. Por aquí pasa el flujo menstrual y el bebé al momento de nacer. M) ENDOMETRIO: Mucosa que cubre el interior del útero, aloja al cigoto después de la fecundación y presenta alteraciones durante la menstruación.

L) MAMAS. Aunque estas glándulas no están consideradas estrictamente como parte de los órganos reproductores, si revisten una gran importancia debido al interés que socialmente despiertan como parte de los órganos sexuales femeninos. Están conformadas por aproximadamente 15 glándulas productoras de leche, las cuales están conectadas al pezón a través de conductos separados. Entre las glándulas existe acumulación de grasa que es la que determina el tamaño de las mamas, lo cual se determina en gran medida por factores hereditarios. En la parte externa la mama posee un pezón formado por suaves fibras musculares y numerosas terminales nerviosas, haciéndola muy sensible al tacto. La parte oscura que lo rodea se llama aureola. Las pequeñas bolitas que pueden aparecer en esta superficie son glándulas sebáceas que ayudan a mantener lubricado el pezón durante el amamantamiento.

#### **GENITALES EXTERNOS MASCULINOS**

A) PENE: Es el órgano masculino de la copulación. Contiene tres estructuras cilíndricas paralelas, conformadas por espacios y cavidades. Dos de estas estructuras reciben el nombre de cuerpos cavernosos y la tercero denominada cuerpo esponjoso. Durante la excitación esas cavidades se llenan de sangre lo que provoca



que el pene se endurezca y se ponga erecto. En medio del cuerpo esponjoso corre la uretra que transporta la orina y el semen. El pene mide en promedio de 10 a 12 cm de longitud en estado flácido y hasta 15 cm en erección, sin embargo existen casos en que puede más grande o más pequeño. A\* GLANDE: Se refiere a la cabeza del pene, la cual está dotada de nervios y es muy sensible en comparación con el resto del pene, de ahí su importancia sexual. A\*\* PREPUCIO: Pliegue de piel que cubre el pene. La circuncisión se refiere a la extirpación del mismo, la cual se realiza por motivos religiosos, en algunos casos o como medida higiénica en otros. La circuncisión es la extirpación del prepucio y se practica cuando éste está tan apretado que no puede retraerse con facilidad. En algunas religiones esto se realiza como un ritual.

B) ESCROTO: Es una bolsa con múltiples capas que da sostén a los testículos. El escroto se contrae en respuesta al frío, la excitación sexual y otros estímulos. Se le atribuye la función de regular la temperatura para la producción de espermatozoides. Puede observarse, por ejemplo, que cuando la temperatura es baja el escroto se contrae acercando los testículos al cuerpo. ANO. Separado de los genitales externos se encuentra hacia atrás

#### GENITALES INTERNOS MASCULINOS

C) TESTÍCULOS: Son las glándulas responsables de la producción de espermatozoides así como de testosterona, que es la hormona masculina. Aunque ambos testículos son del mismo tamaño, generalmente el izquierdo cuelga un poco más abajo que el derecho. Los testículos están llenos de conductos seminíferos, en donde se producen y maduran los espermatozoides. Se sabe que cada eyaculación contiene de millones de espermatozoides, cientos rodean el óvulo, pero generalmente sólo uno llega a fecundar el óvulo.

D) EPIDÍDIMOS: Tubos plegados ubicados sobre los testículos donde los espermatozoides terminan de madurar y se almacenan.

E) CONDUCTOS DEFERENTES: Dos tubos del grosor de un espagueti cocido, durante la eyaculación, el semen pasa a través de estos conductos y es expulsado del cuerpo a través del pene.

F) PROSTATA: Glándula que tiene forma de una nuez ubicada debajo de la vejiga. Contiene células que producen parte del líquido seminal que protege y nutre a los espermatozoides. Avanzada la vida adulta, esta glándula a veces crece lo que provoca interferencia con la micción (paso de orina) por la que debe retirarse por vía quirúrgica.

G) VESICULAS SEMINALES: Dos pequeñas glándulas, una a cada lado de la próstata. Aquí se produce parte del líquido seminal, el cual tiene como función producir la movilidad de los espermatozoides.



H) GLANDULAS DE COWPER o BULBOURETRALES: Son dos estructuras en forma de chícharo, ubicadas flanqueando la uretra. Estas glándulas segregan un líquido pre eyaculatorio que “limpia” a la uretra de residuos de orina para que pase el semen durante la eyaculación. Este líquido puede llegar a arrastrar espermatozoides de los conductos, lo cual explica los embarazos que resultan de acto sexual sin eyaculación.

I) URETRA: Tubo que inicia en el cuello de la vejiga y desemboca en el meato urinario. Tiene una doble función la transportación de semen y la eliminación de la orina.

J) MEATO URINARIO: Es el orificio a través del cual fluye la orina y el semen.

#### AUTOCAUIDADO DE LA SALUD

La salud sexual es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad. Incluye una vida libre de enfermedades, lesiones, violencia, incapacidades, dolor o riesgo de muerte. Una vida sexual sin temor, vergüenza, culpabilidad o ideas falsas sobre la sexualidad y la capacidad de disfrutar y controlar la propia sexualidad y reproducción.

#### HIGIENE Y CUIDADO DEL CUERPO

Muchos de los cambios que tienen lugar durante la pubertad provocan variaciones en el funcionamiento del cuerpo. Esto significa que los jóvenes deben aprender nuevas maneras de cuidarlo. Vello púbico. Durante la pubertad a los jóvenes les crece más el vello. Crece en las axilas, en los brazos y piernas, así mismo se vuelve más grueso y más largo, especialmente el de los hombres. También crece un vello llamado púbico: en las mujeres alrededor de la vulva, en los hombres alrededor de la base del pene, justo delante de un hueso llamado púbico. La cantidad de vello que crece en la cara, el pecho, los brazos y las piernas varía de persona a persona. Glándulas sudoríparas. Durante la pubertad se encuentran más activas que nunca, produciendo más sudor que antes. Los adolescentes desarrollan un olor corporal diferente; éste se produce en axilas, en los pies, y en otras partes del cuerpo. Este nuevo tipo de sudor suele ser uno de los primeros indicios del comienzo de la pubertad. También puede suceder que el cabello se vuelva más grueso que de costumbre y aparezca grasa en la nariz y la frente provocando el acné. Acné En esta etapa también es muy común que aparezcan granos en la cara, sobre todo en la nariz y la frente. A veces aparecen en el pecho y la espalda. Aunque lavarse con agua y jabón diariamente es una buena manera de cuidarse la piel a veces no resulta suficiente. Entre los factores que lo provocan están el hereditario, el aumento en la secreción de hormonas y la higiene.

**Recomendaciones generales** El cuerpo sufre tantos cambios durante la pubertad que puede ser abrumador para las y los jóvenes. No obstante, comer alimentos



sanos, hacer ejercicio y mantenerse en forma, estar limpio así como dormir lo suficiente puede ayudar a que los y las jóvenes se sientan mejor.

### **Baño**

El baño diario o lo más frecuente que sea posible es recomendable. Utilizar de preferencia jabón neutro y agua tibia.

**Ropa.** Además del baño se recomienda que las y los jóvenes se cambien diariamente de ropa interior y calcetines. Con estas dos medidas desaparecerán la mayoría de los olores corporales intensos y sólo en casos extremos se recomienda el uso de desodorantes.

Es importante no dejarse influir por las campañas publicitarias. Duchas vaginales Se refiere a la limpieza vaginal realizada a través de diversos mecanismos y soluciones comerciales. Estas duchas NO son recomendables debido a que una vagina saludable cuenta con sus propios mecanismos de eliminación y limpieza. Las duchas destruyen las bacterias que normalmente se encuentran en la vagina. Prevención de cáncer En las personas sanas, el crecimiento y división de las células sólo ocurre cuando el cuerpo requiere células nuevas. Cuando las células se dividen de manera anormal, forman una masa de tejido o tumor, los cuales pueden ser benignos o malignos. Los tumores benignos no se esparcen por el cuerpo o invaden otros tejidos. Los tumores malignos son cancerosos. Las células de estos tumores se esparcen a otras partes del cuerpo e interfieren con el funcionamiento normal de los tejidos y órganos adyacentes. El cáncer cérvico uterino y mamario se encuentra en nuestro país entre las principales causas de muerte entre la población femenil. Asimismo, el cáncer de testículos es el más frecuente entre la población masculina entre los 15 y los 35 años. A pesar de que se han identificado una serie de factores que incrementan el riesgo de contraer cáncer, a la fecha no se sabe exactamente qué es lo que lo genera. La manera más efectiva para combatirlo es su detección temprana.

### **Autoexploración mamaria**

Realizarse la autoexploración mamaria cada mes es el primer paso para desarrollar el hábito de por vida del cuidado de las mamas. A pesar de que durante la adolescencia las mamas aún continúan desarrollándose, enseñar a la joven a realizarse la autoexploración le ayuda a familiarizarse con la forma y textura de las mismas. Sabiendo lo que es normal, le facilitará saber lo que no lo es. El mejor momento para realizarse una autoexploración mamaria es del 5º al 10º día después del sangrado menstrual, dado que es el momento en que las mamas no están sensibles o hinchadas. Instrucciones



- Utilizar los dedos índice, medio y anular para realizar movimientos circulares de tamaño de una moneda. Aplicar sobre la mama una presión ligera, media para explorar a diferente nivel.
- La mano derecha explora la mama izquierda y la mano izquierda la mama derecha.
- Patrón vertical. Iniciar con una mama moviendo los dedos con un patrón ascendente y descendente, empezando a la altura de la clavícula y bajando hasta las costillas y de la axila al esternón. Repetir del otro lado.
- Patrón circular. Empezar en la parte alta de la mama y haciendo círculos concéntricos hasta llegar al pezón.
- Patrón seccional. Imaginarse que la mama está dividida como rebanadas de pay. Explorar la mama por secciones (“rebanadas”) comenzado del área exterior y hacia el pezón.
- Recostada colocar una almohada o toalla bajo el hombro. Colocar el brazo izquierdo bajo la cabeza. Utilizar el patrón vertical para explorar la mama con la mano derecha. Hacer la misma operación con la otra mama.
- Frente al espejo. Observar las mamas:
  - 1) con los brazos pegados al costado,
  - 2) con las manos sobre la cintura,
  - 3) con los brazos sobre la cabeza
  - 4) con las manos sobre la cadera mientras se inclina hacia el frente.

### **¿Qué se debe buscar?**

- Bolita o engrosamiento en la mama o área de la axila.
- Irritación en el pezón o piel de la mama.
- Arrugas o hundimientos del pezón o la piel
- Cambio inusual del tamaño o forma de las mamas.
- Dolor o sensibilidad en la mama o pezón que no desaparece.
- Enrojecimiento o descamación del pezón o piel de la mama.
- Cualquier secreción inusual del pezón.
- Inversión del pezón Factores de riesgo a considerar
- El riesgo de contraer cáncer se incrementa significativamente con la edad.
- Antecedentes familiares de cáncer de mama en madre y hermanas.
- Inicio de la menstruación antes de los 12 años.
- Sobrepeso en la vida adulta.
- Falta de actividad física.
- Consumo de alcohol

### **Autoexploración de Testículos**

El cáncer testicular es el más frecuente entre los jóvenes de 15 a 35 años. Sin embargo, este es altamente curable cuando se detecta y se da tratamiento de manera oportuna. Factores de riesgo Las causas exactas del cáncer testicular se desconocen, sin embargo ciertas circunstancias pueden poner al hombre en mayor riesgo: Testículos sin descender Un bajo porcentaje de hombres nace con los



testículos sin descender de la cavidad abdominal. Esta es una condición de alto riesgo para el cáncer testicular.

**Herencia** Los hombres con antecedentes de cáncer en el padre o los hermanos pueden tener estar en alto riesgo de contraerlo. Los hombres que han tenido cáncer en un testículo pueden estar en mayor riesgo de desarrollar cáncer en el otro testículo.

**Autoexploración testicular** Todos los hombres deben examinarse los testículos una vez al mes al iniciar la pubertad. Es recomendable seleccionar un día que sea fácil de recordar, por ejemplo, el primer día del mes y examinar los testículos durante o después de un baño con agua tibia. Esto provoca que la piel del escroto se relaje, haciendo más fácil la exploración.

#### Instrucciones

- Utilizar ambas manos para revisar los testículos uno por uno. Colocar los dedos índice y medio en la parte posterior del escroto y el pulgar por encima del mismo.
- Suavemente presionar uno a uno los testículos de arriba hacia abajo y viceversa en busca de cualquier bulto. Posteriormente revisar el segundo testículo de igual forma. Durante la exploración reconocerá el epidídimo, estructura ubicada por encima del testículo, la cual no se debe confundir con un bulto anormal.
- Observar frente a un espejo los testículos, reconocer su forma y color y buscar cualquier posible hinchazón o inflamación.

#### **Posibles señales de alerta:**

- Bolita o bulto en los testículos.
- Cambio en la forma y tamaño del testículo.
- Retención de líquido en el escroto que provoque hinchazón.
- Sensación de pesadez en el escroto.
- Dolor o molestia. En caso de detectar cualquier alteración se debe acudir al médico.

(Hoja de trabajo N°1) **Adivina como me cuido:**

1. ¿Cómo se adquiere una vida sexual saludable?
2. ¿Porqué en la pubertad se recomienda tener hábitos diferentes en la higiene corporal?
3. ¿Cuales son las consecuencias de implementar las duchas vaginales?
4. ¿Cuándo es adecuado hacerse la auto exploración mamaria y qué se busca con ella?
5. ¿Cuáles son las señales de alerta para sospechar de una anomalía en la mama?
6. ¿Con que frecuencia el hombre se debe autoexplorar sus testículos y cómo lo debe hacer?
7. ¿Cuáles son las señales de alerta para sospechar de una anomalía en los testículos?



**Videos:**

**-Sexto y séptimo**

**“Adolescencia: cambios en los chicos y chicas”.**

<https://www.youtube.com/watch?v=FFu11lyYhYs>

**- Octavo, noveno, décimo y once**

**“Psicología de la adolescencia - De la pubertad a la juventud”**

<https://www.youtube.com/watch?v=V2GTqINH8Oc>

**10.1 Evidencias**

**(fotografías, dibujos y demás evidencias del trabajo realizado)**



**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**





--

--

--



**Institución Educativa La Pastora**  
**Formato para la presentación de proyectos**  
**2018**

