

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL

“ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

ADELAIDA LATORRE MENDEZ

COORDINADORAS DEL PROYECTO

MAG. ISRAEL CASTAÑEDA PACHÓN

RECTOR

MAG. LADY XIMENA ROZO ROMERO

COORDINADORA

INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR

LENGUAZAQUE

2023

INTRODUCCIÓN

La educación para la sexualidad es una oportunidad pedagógica por medio de la cual la Institución Educativa Rural Departamental “Simón Bolívar”, a través del proyecto de Educación Sexual incluido en su plan de estudios, promueve entre sus estudiantes la formación de valores, sentimientos, actitudes, emociones conceptos y comportamientos para la toma de decisiones responsables, informadas y autónomas sobre su cuerpo; el respeto a la dignidad de todo ser humano, la valoración de la pluralidad de identidades y formas de vida, la salud física y mental; la vivencia y construcción de relaciones pacíficas, equitativas y democráticas, fundamentadas en el afecto, la igualdad y el respeto entre las personas.

El proyecto de Educación Sexual presenta en un inicio los objetivos, a la vez se exponen las razones por las cuales se va a implementar, de igual manera presenta un fundamento teórico que describe el contexto donde se va a desarrollar el proyecto, la parte legal que rige la temática y lo referente a conceptos, retomando los más pertinentes y apropiados para el contexto al que se dirige el proyecto; presenta el plan de acción a desarrollar en nuestra Institución para la consecución de los temas propuestos, finalmente el proceso evaluativo del proyecto para saber si los temas y objetivos se alcanzaron, o por el contrario detectar falencias y realizar un plan de mejoramiento.

1. JUSTIFICACIÓN

Dando cumplimiento a lo establecido por las leyes colombianas con relación a la Educación Sexual de niños, niñas y adolescentes, la Institución Educativa Departamental Rural “Simón Bolívar”, mediante el planteamiento y desarrollo del proyecto Pedagógico y transversal de Educación Sexual, busca incentivar y orientar a los integrantes de la comunidad educativa al diálogo, a la participación responsable en toma de decisiones que los afecten, al respeto por las diferencias de género; al fortalecimiento de la autoestima, la autovaloración, la autonomía; a compartir mediante la interrelación con los demás sentimientos de afecto, respeto, amor, valores que les permitan vivir en una comunidad en donde la tolerancia, la equidad, la educación oportuna y de calidad les permitan tomar decisiones adecuadas respecto a sus derechos humanos sexuales y reproductivos, fortaleciendo así la sexualidad integral de la persona, la pareja y la familia.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Promover y liderar en la I.E.R.D. “Simón Bolívar”, el proyecto pedagógico transversal de Educación Sexual, como medio para enriquecer el proyecto de vida de los estudiantes de preescolar a grado once.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Inculcar hábitos saludables como el aseo personal y protocolos de bioseguridad en los estudiantes de la I.E.R.D. “Simón Bolívar”.
- Solicitar talleres a entidades especializadas del municipio en Educación Sexual, para orientar a los estudiantes sobre dilemas que se plantean frente a la sexualidad.
- Promover estrategias de acuerdo a la edad, que guíen a los niños, niñas, y adolescentes de la Institución, en la toma de decisiones que permitan el libre desarrollo de su personalidad, respetando el bienestar de las demás personas.
- Inculcar el respeto por la equidad de género promoviendo relaciones armónicas, respetuosas, justas e igualitarias.
- Fomentar actividades que conlleven al autoconocimiento, autoestima, confianza, seguridad y respeto por sí mismo, como base fundamental de sanas relaciones interpersonales.

3. ANTECEDENTES

En 1991 la Presidencia de la República a través de la Consejería para la Juventud, la Mujer y la Familia, inicio trabajo con las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales para la elaboración del Plan Nacional de Educación Sexual; pero es a raíz de una acción de tutela presentada por Lucia Díaz, docente de Ventaquemada, Boyacá, y quien fue destituida de su cargo por tratar un problema de sexualidad en una clase de tercero de primaria; que la Honorable Corte Constitucional de la República de Colombia, resolvió solicitar al Ministerio de Educación Nacional, adelantar la Educación Sexual de los educandos en los diferentes centros educativos del país, tanto del sector público como del privado. A partir de este momento el Ministerio de Educación convoco una consulta nacional de expertos en educación sexual, cuyas recomendaciones se consignaron en la resolución N° 03353 del 02 de julio de 1993, “por la cual se establece el desarrollo de programas y proyectos instituciones de Educación Sexual en el país”.

Como proyecto transversal en las áreas fundamentales del conocimiento y de la formación establecida en el PEI de nuestra Institución, se han liderado con apoyo de psicólogos del municipio temáticas tales como desarrollo infantil, y adolescente, convivencia, cuidado y respeto del cuerpo, entre otros, teniendo en cuenta el contexto en el que se encuentra la Institución que es de baja incidencia de embarazos en adolescentes y como un derecho de niños, niñas y adolescentes se les ha prestado la debida orientación, a los casos que se han tenido brindándoles el apoyo en horarios flexibles, actividades extracurriculares garantizándoles el éxito del año escolar.

4. FUNDAMENTO TEÓRICO

4.1 MARCO CONTEXTUAL

La I.E.R.D. “SIMÓN BOLÍVAR” de Lenguazaque, es un establecimiento educativo aprobado por la Secretaría de Educación de Cundinamarca, mediante Resolución Oficial N°002568 de 02 de Junio de 2005, en donde se estableció la Integración de las Instituciones Educativas del Municipio de Lenguazaque, quedando conformada por siete sedes: escuela rural La Cuba, escuela rural La Glorieta, escuela rural Espinal Carrizal, escuela rural Espinal Alisal, escuela rural Mixta Nacionalizada Paulo VI y escuela rural Santa Teresita, la sede principal corresponde al Colegio “Simón Bolívar”, ubicada en la vereda Faracía Retamo de este municipio, el cual según Resolución 004102 del 28 de Mayo de 2013 es aprobado como colegio técnico con especialidad en Explotaciones Ecológicas Agropecuarias, este cuenta con grados de preescolar hasta once de Educación media, lo que hace indispensable plantear y ejecutar un proyecto de educación sexual que responda a las necesidades y expectativas de la población: niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

4.2 MARCO LEGAL

El Proyecto de Educación Sexual de la I.E.R.D. “Simón Bolívar”, se rige teniendo en cuenta: la Constitución Política de Colombia. Resolución 3353 de 1993 del MEN (obligatoriedad de la Educación Sexual en todas las Instituciones educativas del país). Ley 115 de febrero 8 de 1994. Artículo 14 (ratifica la obligatoriedad de la Educación Sexual). Decreto reglamentario 1860 de agosto 3 de 1994, artículo 36 (“la enseñanza de la Educación Sexual, se cumplirá bajo la modalidad de proyectos pedagógicos). Las Leyes 1098 de noviembre 8 de 2006, 1146 del 2007, 1257 del 2008, 1336 de 2009. El Decreto 2968 del 2010, (por el cual se crea la Comisión Nacional intersectorial para la Promoción y Garantías de los Derechos Sexuales y Reproductivos). La Resolución 425 de 2008, el CONPES 147 de 2012 (lineamientos para el desarrollo de una estrategia para la prevención del embarazo

en la adolescencia y la promoción de Proyectos de vida para los niños, niñas y jóvenes en edades entre 6 y 19 años”). Ley 1620 de 15 de marzo 2013 de Convivencia escolar. Artículos 14, 77, 78 y 79. Decreto 1965 de septiembre 11 de 2013 que reglamenta el funcionamiento del Sistema Nacional de Convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la sexualidad y la prevención y Mitigación de la violencia escolar. Artículo 26: Acciones y decisiones. El comité de convivencia escolar en el ámbito de sus competencias, desarrollará acciones para la promoción y fortalecimiento de la formación para la ciudadanía y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos; para la prevención y mitigación de la violencia escolar y el embarazo en la adolescencia.

4.2.1 LINEAMIENTOS CURRICULARES

(Apartes de la directiva ministerial del 15 de octubre de 1.993)

El desarrollo de los Programas de Educación Sexual debe responder al concepto de un ser humano dinámico e integral y a una escuela que lo posibilite.

La Educación Sexual pedagógicamente, debe entenderse como un PROYECTO; es decir una construcción permanente de espacios que permitan el desarrollo de PROCESOS de Autonomía, Autoestima, Convivencia y Salud.

4.2.2 SUPUESTOS BÁSICOS

El desarrollo de la **Autonomía** implica el ejercicio de la libertad, la preparación para la toma de decisiones y la responsabilidad en todos los actos de la vida.

La **Autoestima** considera la consolidación del autoconcepto, la autovaloración, la confianza, la seguridad, y el respeto por sí mismo, a la vez que se constituye en la base para generar la relación con el otro.

La **Convivencia** armónica comprende el respeto por los otros, la reciprocidad, el diálogo, la participación y el amor.

La **Salud** considera el bienestar tanto físico como mental de la persona y de la sociedad.

4.2.3 ESTRUCTURA CURRICULAR

Los proyectos de Educación Sexual deben diseñarse a través de EJES que articulen las temáticas y que se mantengan a lo largo de su ejecución.

- ❖ **LA PERSONA** como ámbito de construcción de la identidad, la conciencia y la singularidad.
- ❖ **LA PAREJA** como espacio privilegiado para la construcción y vivencia de la sexualidad.
- ❖ **LA FAMILIA** como núcleo socializador primario desde donde se construyen valores, actitudes y comportamientos sexuales.
- ❖ **LA SOCIEDAD** como espacio socializador secundarios desde donde se validan y realimentan la cultura y los valores sexuales.

Para cada nivel se sugiere trabajar los siguientes temas de acuerdo al MEN.

Preescolar: **IDENTIDAD: Consolidación** de la imagen de sí mismo mediante la interiorización de valores y actitudes del entorno.

Primero. **RECONOCIMIENTO:** Valoración positiva de las características y comportamientos singulares que determinan que cada persona sea única y diferente.

Segundo. **TOLERANCIA.** Construcción de una relación igualitaria, respetuosa y solidaria entre las personas, sin ningún tipo de discriminación.

Tercero. **RECIPROCIDAD:** Conformación del nosotros desarrollando la solidaridad y el compartir; aprendizaje del dar, darse y recibir.

Cuarto. **VIDA.** Fortalecimiento de la conciencia ecológica como medio de relación armónica con el entorno. La sexualidad como componente esencial de los procesos vitales.

Quinto. **TERNURA.** Promoción del encuentro interpersonal que reconoce la dependencia y la necesidad de contacto cuidado y reconocimiento de sí mismo y del otro.

Sexto. **DIALOGO:** Formación de la sexualidad desde el compartir afectos ideas y conductas con el otro, basado en el respeto y la comunicación.

Séptimo. **CAMBIO:** Aceptación del crecimiento, desarrollo y transformación personal a partir de la vivencia consciente de tales procesos.

Octavo. **AMOR SEXO:** enriquecimiento de la sexualidad dentro de un contexto afectivo, creativo y humanista.

Noveno. **RESPONSABILIDAD:** Preparación para la toma de decisiones libres, conscientes y éticas en relación con la vida sexual.

Décimo. **CONCIENCIA CRÍTICA:** Comprensión y análisis del entorno y del sí mismo que permita asumir un juicio valorativo frente a actitudes y comportamientos sexuales.

Undécimo. **CREATIVIDAD.** Desarrollo de la capacidad de imaginar, inventar y recrear en el contexto amoroso sexual.

4.3 MARCO CONCEPTUAL

El sexo: En materia de biología, el sexo refiere a aquella condición de tipo orgánico que diferencia al macho de la hembra, al hombre de la mujer, ya sea en seres humanos, plantas y animales.

La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Si bien la sexualidad puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen todos. Sin embargo, en resumen, la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.

Salud Sexual: La salud sexual es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad. La salud sexual se observa en las expresiones libres y responsables de las capacidades sexuales que propician un bienestar armonioso personal y social, enriqueciendo de esta manera la vida individual y social. No se trata simplemente de la ausencia de disfunción o enfermedad o de ambos. Para que la salud sexual se logre es necesario que los derechos sexuales de las personas se reconozcan y se garanticen.

Orientación sexual: La orientación sexual es la organización específica del erotismo y/o el vínculo emocional de un individuo en relación al género de la pareja involucrada en la actividad sexual. La orientación sexual puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos.

El derecho a la educación sexual integral forma parte de los derechos sexuales y reproductivos, reconocidos por Colombia a través de diversos instrumentos normativos, incluyendo la Política Nacional de Salud Sexual y Reproductiva.

La educación sexual es el proceso vital mediante el cual se adquieren y transforman, formal e informalmente, los conocimientos, las actitudes y los valores respecto de la sexualidad en todas sus manifestaciones, que incluyen desde los aspectos biológicos y aquellos relativos a la reproducción, hasta todos los asociados al erotismo, la identidad, y las representaciones sociales de los mismos.

Así como la sexualidad misma, la educación sexual es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida. Puede darse de manera consciente y sistemática, con objetivos e intenciones definidas y compartidas por todos y todas (por ejemplo, en las instituciones educativas que han definido una propuesta clara de educación para la sexualidad), o a través de la cultura y las tradiciones (por la vía de la socialización de conocimientos, actitudes y prácticas comunes a un grupo social o a la sociedad en su conjunto).

En este sentido, educar o no para la sexualidad no es una elección, pues siempre estamos educando para la sexualidad, desde la escuela, la familia y el resto de las instituciones y espacios sociales, de manera consciente o inconsciente, explícita o implícita, adecuada y positiva, o inadecuada y negativa. Por ello, la decisión que nos corresponde es educar adecuadamente para una vivencia de la sexualidad sana, responsable, informada y constructiva.

Educar la sexualidad es mucho más que transmitir conocimientos e información acerca de la sexualidad y la reproducción. No basta con enseñar las características biológicas de hombres y mujeres, o los métodos para prevenir un embarazo. Educar para la sexualidad es precisamente brindar herramientas conceptuales, actitudinales, comunicativas y valorativas que permitan a los adolescentes tomar decisiones con relación a su sexualidad, que correspondan con lo que quieren, sueñan y esperan de su realidad.

5. PLAN DE ACCIÓN

El Proyecto de Educación Sexual, se desarrollará a lo largo del año lectivo 2023 en las áreas de ética y Valores o Ciencias Naturales de acuerdo al docente que lo oriente. Se sugiere como metodología la utilización de talleres, ya que estos son procesos de construcción individual y colectiva que posibilitan el aspecto formativo, permiten la relación de los participantes en ellos (docentes, estudiantes, psicólogos, padres de familia etc.), en un ambiente lúdico de diálogo, de participación e investigación, facilitando el desarrollo de los temas, preguntas, problemas, logros, inquietudes y propuestas, generando un ambiente de confianza, empatía e integración. Sin embargo, cada docente buscará y aplicará la metodología que considere pertinente para el desarrollo y éxito de los temas de Educación Sexual.

Los docentes que aplicarán los talleres de Educación Sexual, realizarán un diagnóstico que les permita organizar los talleres de acuerdo a las necesidades de los estudiantes de cada grado, pues las problemáticas pueden ser diferentes según el contexto y la formación de cada uno de los hogares.

Teniendo en cuenta que la sexualidad se vive de forma diferente, dependiendo de la etapa evolutiva en que se encuentre la persona, se programaron diversos talleres.

Preescolar, se trabaja sobre procesos de identidad, ¿quién soy? Consolidando la imagen de sí mismo, creación de hábitos saludables, mediante la interiorización de valores.

Básica primaria: Los ejes temáticos van orientados al reconocimiento, como la singularidad que nos permite determinar que cada persona es única, diferente e irreplicable

Básica secundaria y media: talleres encaminados a la pubertad, aceptación de los cambios físicos y emocionales, fortalecimiento de la autoestima, la responsabilidad en la preparación para la toma de decisiones libres, conscientes y éticas en relación con la vida.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

FECHA	ACTIVIDAD	TÍTULO	RESPONSABLES
FEBRERO 6, 2023	Taller N°. 1	LA HIGIENE Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD LA PUBERTAD Y LA HIGIENE	DOCENTE DE ÉTICA Y VALORES O CIENCIAS NATURALES.
ABRIL 28 DE 2023	TALLER 2	¿COMO PREVENIR EL ACOSO SEXUAL?	DOCENTES
AGOSTO 18 DE 2023	TALLER N° 3	LA AUTOESTIMA	DOCENTES
OCTUBRE 18 ,2023	TALLER N°4	LA TOLERANCIA	DOCENTES

6. RECURSOS

Los recursos empleados en los diferentes temas de educación sexual podrán ser:

HUMANOS:

Profesores, Orientadores, Directivos docentes, padres de familia, estudiantes, sicólogos, sacerdote.

FÍSICOS:

Salas de cómputo, salones, patios, zonas verdes, marcadores, cartulinas, colores, pinturas, papel, carteleras, textos.

AUDIOVISUALES:

Videos, películas, computadores, Internet, televisor, grabadora, video-been.

7. EVALUACIÓN

Cada docente según la metodología que utilice, elaborará los instrumentos que considere pertinentes para la evaluación del tema a tratar, el cual orientará a los estudiantes en la construcción permanente de espacios que permitan el desarrollo de su autonomía, autoestima, convivencia y salud de acuerdo a su entorno, creencias religiosas y morales, guardando el debido respeto que estos merecen y logrando en ellos, así una sexualidad responsable y respetuosa de acuerdo con su edad, enmarcada en valores morales, como base fundamental de su proyecto de vida.

Aplicar el Acta Institucional SB201701.

TALLER N° 1

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

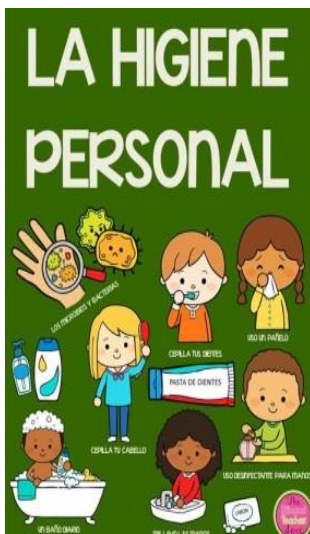
DIRIGIDO A: PRIMARIA

TEMA: La higiene y protocolos de bioseguridad

OBJETIVO: Conocer, asimilar e incorporar al repertorio de conductas diarias, hábitos de higiene saludables y protocolos de bioseguridad, al mismo tiempo que se tome conciencia de su importancia relevancia y beneficios que conlleva para incrementar la calidad de vida.

ACTIVIDAD N° 1. Leer y comentar sobre el tema

¿QUÉ SON LOS HÁBITOS DE HIGIENE?

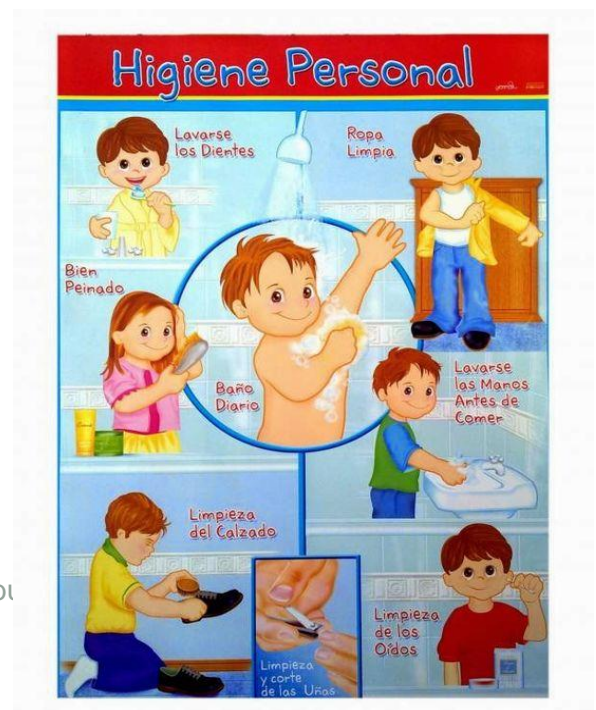


La higiene personal implica cuidar y limpiar el cuerpo, el aseo en sí mismos es importante para la salud y el bienestar ya que protege el cuerpo de gérmenes y enfermedades.

Implementar los principales hábitos de higiene en sus rutinas diarias como lavarse las manos antes de comer, después de jugar o de usar el baño; cepillarse los dientes; lavarse la cara y bañarse con regularidad nos ayudan a cuidar y a valorar nuestro propio cuerpo y a percibir con satisfacción la limpieza como bienestar personal.

NORMAS Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD

- En voz alta cada docente realiza la lectura de los carteles y socializa con sus estudiantes el contenido de las mismas y su importancia de practicar cada norma



ACTIVIDADES

GRADO PREESCOLAR

Observar el cuento: Doña higiene al rescate <https://www.youtube.com/watch?v=w6Lu5FqFkyg> o leerlo (anexo 1) y socializar a través de diferentes preguntas: ejemplo

- ¿Cuáles eran los personajes del cuento?
 - ¿Qué estrategia utilizaron los personajes para combatir los virus?
2. Realizar con los niños paso a paso el correcto lavado de manos, recomendar el uso correcto del tapabocas, la desinfección de útiles y espacios.

PRIMERO A QUINTO

FRISO NORMAS DE HIGIENE Y PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD

- Socializar rutinas de limpieza que se deben tener en cuenta en diferentes momentos del día.
- Realizar en grupos un friso de hábitos de higiene y protocolos de bioseguridad”.
- Mediante recortes o dibujos en cada hoja representar los hábitos de higiene que deben seguir durante el día. Por ejemplo: 1. Me lavo los dientes, 2. Limpio mi cara, 3. Tomo una ducha etc. (Involucrar todos los hábitos de higiene).
- Pegar la rutina en un lugar visible para que puedan seguirla todos los días.

ANEXO 1



TALLER N° 1

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

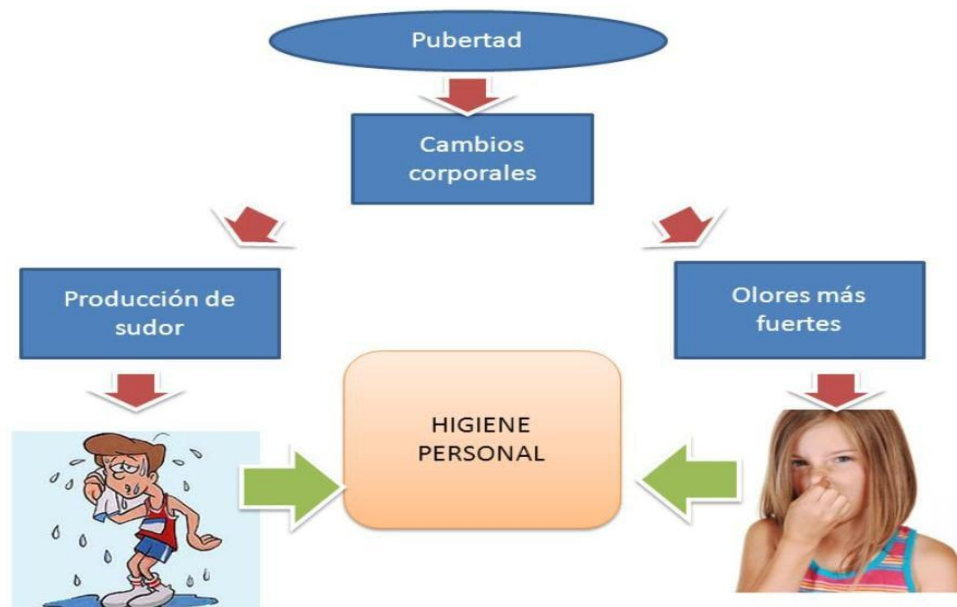
DIRIGIDO A: GRADOS SEXTO A ONCE

TEMA: La pubertad y La higiene personal

OBJETIVO: Conocer, asimilar e incorporar al repertorio de conductas diarias, hábitos de higiene saludables y protocolos de bioseguridad, al mismo tiempo que se tome conciencia de su importancia relevancia y beneficios que conlleva para incrementar la calidad de vida.

ACTIVIDAD N° 1. Leer y comentar sobre el tema (el docente asigna un subtema a cada estudiante o por grupos para luego socializar).

Mi cuerpo está cambiando



¿Qué es la pubertad?

La pubertad es una época en la que ocurren cambios físicos en el cuerpo del niño y de la niña: crecen en tamaño y altura, se desarrollan los órganos genitales y comienza a crecer vello en lugares nuevos del cuerpo.

Durante la pubertad, la niña pasa a estar en condiciones físicas de quedar embarazada, y el varón está en condiciones físicas de dejar embarazada a una mujer.

¿Por qué se produce la pubertad?

El cuerpo produce nuevas sustancias químicas, llamadas hormonas, que inducen a su desarrollo y ocasionan cambios que convierten a los jóvenes en adultos.

¿Cuándo empieza la pubertad y cuánto dura?

Normalmente, los cambios en la pubertad empiezan entre los ocho y 13 años en las niñas, y entre los 10 y 15 años en los varones, si bien hay algunos jóvenes que empiezan antes o después. Cada persona es algo diferente y todos tienen su propio ritmo en el inicio y finalización.

Durante esta etapa, que dura de 2 a 5 años, los jóvenes experimentan grandes cambios en su desarrollo. Algunas personas crecen de cuatro a más pulgadas en un año. Este crecimiento natural en los adolescentes es la última vez que el cuerpo se estira en altura. Cuando termina el período de desarrollo, los jóvenes habrán alcanzado su altura de adultos.

¿Cómo cambian nuestros cuerpos?

Tamaño de los varones y los órganos sexuales Los hombros de los varones se ensanchan y sus cuerpos se vuelven más musculosos. Es probable que algunas partes del cuerpo (especialmente las manos y piernas) crezcan más que otras. Muchos varones sufren molestos dolores típicos del crecimiento en sus brazos y piernas, dado que los huesos crecen más rápidamente que los músculos y éstos no pueden seguirle el ritmo.

Algunos varones empiezan a tener una especie de inflamación debajo de sus tetillas, marcando el inicio del crecimiento del pecho. Ello se debe a las hormonas que circulan por el cuerpo y, por lo general, desaparecen con el tiempo.

Durante la pubertad, los varones empiezan a tener erecciones y eyaculación como resultado de sueños eróticos. Observarán otros cambios también, como por ejemplo se les alargará y ensanchará el pene, así como los testículos se agrandarán.

Tamaño de las mujeres y los órganos sexuales

El cuerpo de la mujer se redondea más y se torna más femenino. Suben de peso, especialmente en las caderas, y se desarrollan sus senos, empezando por un poco de inflamación debajo de los pezones. Podría suceder que uno de los senos se desarrolle más rápidamente que el otro, pero se igualarán con el tiempo.

Las mujeres observarán un aumento de la grasa del cuerpo y, a veces, algunas molestias debajo de los pezones a medida que vayan creciendo los senos; ello es normal. Subir de peso es algo que forma parte del desarrollo femenino y no es bueno para la salud que las niñas empiecen a hacer dieta para impedir de alguna manera este aumento normal del peso.

Alrededor de uno a dos años después de que los senos de la mujer comienzan a desarrollarse, se produce el primer ciclo menstrual, otro indicio de que la pubertad sigue avanzando. Ello implica que las hormonas de la pubertad están cumpliendo su función.

Las mujeres podrían observar o sentir un líquido blanco o transparente proveniente de la vagina. Ello no indica que les sucede algo malo, sino que es otra indicación de los cambios del cuerpo y de las hormonas.

Cabello o vello

Uno de los primeros indicios de la pubertad es el vello que crece donde antes no había. Les crecerá vello en las axilas y en el pubis (alrededor de los órganos genitales). Al principio será disperso y escaso. Posteriormente se tornará más largo, grueso, pesado y oscuro. Eventualmente, los jóvenes también empezarán

a tener vello en sus caras y senos. Piel El acné (los granitos o las manchas) comienza a aparecer al principio de la pubertad, por lo general, la situación mejora o desaparece al final de esta. Los jóvenes deben lavarse la cara todos los días con agua y jabón para mantener la piel bien limpia.

Sudor

Podría desarrollarse un nuevo olor en las axilas (debajo de los brazos) y en otras partes del cuerpo. Se trata de los olores típicos del cuerpo y todos los tienen. Las hormonas de la pubertad afectan las glándulas sebáceas de la dermis (o piel), las que a su vez producen sustancias químicas que tienen un olor fuerte. Es necesario bañarse o lavarse todos los días para reducir este olor, además de usar desodorante.

Voz

Los niños observarán que se les “quiebra” la voz y que a la larga se les torna más profunda. La voz de la niña se torna un poco más profunda también. Este fenómeno de quebrarse la voz de los niños se acaba a medida que van madurando.

Emociones

Durante la pubertad, es probable que los jóvenes se sientan un poco más sensibles o que se enfaden con más facilidad. Los cambios del cuerpo y el aspecto exterior constituyen uno de los aspectos que produce mayor ansiedad a los jóvenes. Es muy común que pierdan la paciencia más de lo habitual y que se enojen con mayor facilidad con sus amigos y familiares. Es común sentirse triste o deprimido a veces. Los jóvenes deben hablar con adultos en quienes confíen sobre estos sentimientos de enfado, tristeza o depresión que pudieran tener.

Sentimientos sexuales

Durante la pubertad, es normal prestar mayor atención al sexo opuesto y sentirse más sensual en general. En los niños, el principal indicio de sentimientos sexuales es la erección del pene. En las niñas, es el flujo de la vagina. Los sentimientos sexuales pueden provenir de la lectura de una novela romántica, o de pensar en algún amigo o amiga. Es normal tener sentimientos sexuales y no hay por qué sentirse culpable al respecto. No obstante, actuar en respuesta a tales sentimientos es algo que implica mucha responsabilidad y es mejor esperar hasta que uno sea más grande.

Actividad N º 2

Observar el siguiente video <https://youtu.be/LaoWPNnjVVY> y socializar mediante preguntas

- ¿Por qué es importante la higiene personal en la pubertad?
- ¿Qué hábitos de higiene debemos practicar?

PARA EVALUAR.

1. Cada docente dará las instrucciones correspondientes para realizar las actividades propuestas.
2. Tomar foto como evidencia y enviar a coordinadoras del proyecto.

TALLER N° 2

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

DIRIGIDO A: PRIMARIA


TEMA: ¿CÓMO PREVENIR EL ABUSO SEXUAL

OBJETIVO: Proporcionar herramientas teóricas prácticas a los estudiantes para la prevención y detección del acoso sexual.

ACTIVIDAD N° 1. Leer y comentar sobre el tema

EL ABUSO SEXUAL

¿Qué es el abuso sexual?



- Conducta en la que un menor es utilizado como objeto sexual por parte de otra persona mayor a la víctima, ya sea en cuanto a la edad, la madurez o el poder.
- El abuso sexual constituye una experiencia traumática y es vivido por la víctima como una falta contra su integridad física y psicológica.
- En la mayoría los abusadores son hombres (entre un 80 y 95% de los casos) que utilizan el engaño, la confianza y la sorpresa para someter a la víctima.



ACTIVIDADES

PREESCOLAR:

Observar el video https://youtu.be/u3eeDIG_Kgw y socializar mediante preguntas.

- ¿Qué partes tiene el cuerpo?
- Cuáles son las partes íntimas de los niños y cuáles son las partes íntimas de las niñas?
- ¿Qué debo hacer cuando alguien intenta tocar mi cuerpo?
- ¿Cuándo debo gritar, decir no y pedir ayuda?
- ¿En quién debo confiar y contarle lo que me sucede?

PRIMARIA

Observar el video <https://youtu.be/qQ5E-dWUEs> y socializar mediante preguntas.

- ¿Para qué nos sirve nuestro cuerpo?
- Cuáles son las partes íntimas de los niños y cuáles son las partes íntimas de las niñas?
- ¿Cómo debemos cuidar nuestro cuerpo?
- ¿Quién puede tocar nuestro cuerpo?
- ¿Qué debo hacer cuando alguien intenta tocar mi cuerpo?
- ¿Cuándo debo gritar, decir no y pedir ayuda?
- ¿En quién debo confiar y contarle lo que me sucede?

TALLER N° 2

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

DIRIGIDO A: GRADOS SEXTO A ONCE

TEMA: ¿CÓMO PREVENIR EL ABUSO SEXUAL

OBJETIVO:

Identificar actuaciones que puedan ser consideradas como situaciones de abuso sexual, en relación a las actitudes normales, que pueda producirse con la familia, con amigos o con desconocidos.

ACTIVIDAD N° 1. Leer y comentar sobre el tema

EL ABUSO SEXUAL

¿Qué es el Abuso Sexual?

- Son actitudes o comportamientos que realiza una persona (abusador) sobre la otra persona (víctima), sin su consentimiento o conocimiento y para su propia satisfacción sexual.



Abuso Sexual

Son todos los actos de naturaleza sexual impuestos por un adulto sobre un niño.

Tipos de Abuso Sexual:

- Vilación
- Acoso
- Manoseo

Causas del Abuso Sexual:

- Descuido de los padres
- Ignorancia
- Abuso de narcóticos

Fases del acoso:

Enganche: en esta primera fase el acosador hará preguntas sobre la edad y localización, e intentará conocer sus gustos para adaptarse a ellos y generar identificación (aportando información falsa sobre aficiones, edad, etc.). Su objetivo es ganarse la confianza del menor.

Fidelización: en esta fase el acosador querrá asegurarse que el menor quiere seguir hablando con él. Conversará sobre temas de interés de la víctima, intentará que ésta le hable de su situación familiar, relaciones... para convertirse en su “confidente”.

Seducción: el acosador utiliza toda la información para seducir y manipular. Aparecerá el sexo en las conversaciones, las fotos, la cámara web... Posiblemente enviará fotos de otros menores haciéndose pasar por ellos para provocar un sentimiento de culpa si el menor no hace lo mismo.

Acoso: el acosador ya dispone de información (gustos, preocupaciones, situación familiar, fotografías...) con la que chantajear, amenazar y manipular al menor para establecer una relación sexual (física o virtual).

El chantaje es común en todos los casos de acoso: cuando el acosador tenga imágenes comprometidas, amenazará y manipulará con su difusión para conseguir sus objetivos.

ACTIVIDAD N°2:

Observar y analizar las situaciones presentadas en los siguientes videos y en forma grupal establecer estrategias de prevención del acoso sexual.

- <https://youtu.be/6iUbXdwgio>
- <https://youtu.be/pMdJbmH0Cpc>
- https://youtu.be/KI_Vh30-E6g

TALLER N° 3

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

TEMA: LA AUTOESTIMA

OBJETIVO: Afianzar el conocimiento de las características físicas y emocionales de los niños niñas y adolescentes como base para el fortalecimiento de su autoestima.

ACTIVIDAD N° 1. Leer y comentar sobre el tema

¿QUE ES LA AUTOESTIMA?

Autoestima es...



Es el conocimiento que tenemos de nosotros mismos, de nuestras habilidades o capacidades, características que poseemos para enfrentarnos ante situaciones. Saber que somos útiles, buenos, responsables y confiables.

SE TÚ MISMO

La opinión que cada uno tenemos de nosotros mismos, se va formando durante toda la vida desde el momento en que nacemos y hace parte de nuestra confianza y autoestima. A lo largo de nuestra vida recibimos mensajes de personas que viven a nuestro alrededor y son importantes para nosotros. Por ejemplo: cuando nuestros padres nos acarician y nos dicen sonriendo: “Eres una persona valiosa, inteligente y muy importante para nosotros” nos vamos formando una idea positiva de lo que somos.

Si por el contrario nos dicen con frecuencia: “no te quiero, eres un problema, siempre te equivocas, eres poco inteligente”, experimentamos sentimientos negativos con respecto a nosotros mismos, como inseguridad o timidez.

Sin embargo, cada uno de nosotros tiene la capacidad de reconocer sus cualidades, habilidades, limitaciones y logros; valorar lo que podemos o no hacer; sentirnos seguros de nosotros mismos; evitar que la opinión de los otros nos afecte y nos impidan seguir adelante con lo que nos hemos propuesto lograr en la vida.

Recuerda que: Debemos sentirnos orgullosos de lo que somos, reconociendo nuestras capacidades y limitaciones, cualidades y defectos para poder cambiar y crecer.

ACTIVIDADES:

GRADO PREESCOLAR

Realizar el dibujo de sí mismo en una hoja blanca o cartulina y luego realizar la exposición frente a los compañeros comentando sus cualidades, lo que le gusta y lo que no le gusta.

PRIMERO A QUINTO

- Los niños y niñas deben realizar un collage de sí mismo, pueden incluir lo que quieran, dibujos palabras, foto, recortes etc. Luego deberán realizar la exposición de su trabajo, dando a conocer las características que lo hacen especial en los aspectos positivos de personalidad, sueños y metas que tienen.

GRADO SEXTO A ONCE

- Realizar el dibujo de sí mismo y escribir al lado derecho la mayor cantidad de cualidades positivas (corporales de carácter, mentales, culturales y actitudinales, habilidades y destrezas y 5 logros positivos de tu vida). Al lado izquierdo escribir las cualidades negativas y los 5 desaciertos que no se hayan podido lograr. Finalizada la actividad cada uno de los estudiantes exponen su producto y una frase motivacional.

PARA EVALUAR. Terminada la actividad el docente ubica los trabajos de sus estudiantes en una pared de sus salón tomar 1 foto como evidencia y enviarla al grupo de WhatsApp institucional.

TALLER Nº 4

PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL “ME CUIDO, VALORO Y RESPETO”

TEMA: LA TOLERANCIA

OBJETIVO: comprender la importancia de la tolerancia para lograr convivir en un ambiente de aceptación de las diferencias raciales, políticas y sociales de los demás.

ACTIVIDADES: Leer y comentar

TOLERANCIA

Es el reconocimiento y la aceptación de las diferencias entre las personas. Es aprender a escuchar a los demás a comunicarse con ellos y entenderlos



La tolerancia

Tolerancia se refiere a la acción y efecto de tolerar. Como tal, la tolerancia se basa en el respeto hacia lo otro o lo que es diferente de lo propio, y puede manifestarse como un acto de indulgencia ante algo que no se quiere o no se puede impedir, o como el hecho de soportar o aguantar a alguien o algo. La palabra proviene del latín *tolerancia*, que significa ‘cualidad de quien puede aguantar, soportar o aceptar’.

La tolerancia es un valor moral que implica el respeto íntegro hacia el otro, hacia sus ideas, prácticas o creencias, independientemente de que choquen o sean diferentes de las nuestras.

En este sentido, la tolerancia es también el reconocimiento de las diferencias inherentes a la naturaleza humana, a la diversidad de las culturas, las religiones o las maneras de ser o de actuar.

Por ello, la tolerancia es una actitud fundamental para la vida en sociedad. Una persona tolerante puede aceptar opiniones o comportamientos diferentes a los establecidos por su entorno social o por sus principios morales. Este tipo de tolerancia se llama tolerancia social.

PREESCOLAR Y PRIMERO

Observar el dibujo, describirlo y colorearlo.



SEGUNDO, TERCERO, CUARTO Y QUINTO

Encuentra palabras relacionadas con la tolerancia.

buscar el significado de las palabras en el diccionario y leerlo en voz alta.

LA TOLERANCIA

I	C	P	E	R	D	O	N	T	C	A	A	C
E	N	O	E	O	O	R	S	X	I	Z	B	C
S	A	E	N	E	N	E	H	C	A	U	R	I
P	L	E	A	V	B	N	N	A	C	S	E	D
O	A	N	E	O	I	A	E	L	E	R	S	O
U	L	C	N	R	R	V	L	M	P	P	P	D
D	A	D	I	E	D	P	E	A	T	E	E	I
C	A	I	L	E	A	C	O	N	A	O	T	A
D	A	O	M	Z	N	D	U	R	C	A	O	L
U	T	S	H	U	R	C	A	A	I	I	C	O
E	S	C	U	C	H	A	I	E	O	E	A	G
U	D	A	T	S	I	M	A	A	N	R	N	O
E	R	E	F	L	E	X	I	O	N	C	C	L

PAZ

TOLERANCIA

AMISTAD

RESPETO

ESCUCHA

DIALOGO

REFLEXION

CONVIVENCIA


ACEPTACION

BONDAD

PACIENCIA

PERDON

CALMA



BACHILLERATO

Hacer una cartelera con mensajes relacionados con la tolerancia

