

¡El cambio es bueno!

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

PD.8.CC.1 – Describir los cambios físicos, sociales, cognitivos y emocionales de la adolescencia.

PD.8.AI.1 – Identificar fuentes de información médica precisa sobre la pubertad, el desarrollo en adolescentes y la sexualidad.

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Tarjetas preparadas de: “¡El Cambio es Bueno!”; suficientes juegos completos para la tercera parte de los alumnos.
- Sobres tamaño oficio para colocar dentro los juegos de tarjetas.
- Cinta adhesiva un rollo por cada pequeño grupo de tres alumnos.
- Tarea: Hojas: “¿Adónde Puedo Aprender Más Sobre Mí Mismo?” una por alumno.
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan.
- Recurso para Maestros con Respuestas: “¡El Cambio es Bueno!” – una por maestro

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Imprima las tarjetas “El Cambio Es Bueno” y recórtelas.
- Mezcle las tarjetas y coloque un juego completo en un sobre individual. Asegúrese también de que cada grupo tenga un juego de cuatro hojas con encabezado (ver abajo).

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Nombrar al menos un cambio físico, social, cognitivo o emocional que atraviesan las personas jóvenes durante la adolescencia. [Conocimiento]
2. Identificar al menos dos sitios web que contengan información médica precisa acerca de la pubertad y la adolescencia, para personas jóvenes de su edad. [Conocimiento]

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Comience la lección diciendo: “ustedes están en un momento de sus vidas en donde sus cuerpos están atravesando cambios asombrosos. Para algunos esto podría haber comenzado más temprano; para otros, estos cambios podrían no empezar hasta dentro de algunos años. Algunos de estos cambios los harán sentirse muy bien acerca de ustedes mismos. ¡Es emocionante verse a uno mismo madurar! Otros cambios podrían sentirse un tanto extraños; como si sus cuerpos estuvieran a veces fuera de control. A medida que avancemos a lo largo de la lección y que experimenten estos cambios, traten siempre de recordar que todos estos cambios son normales. Son una parte importante de madurar que todo el mundo atraviesa. Este momento de crecimiento se llama ‘pubertad’, y comienza con

¡El cambio es bueno!

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

sustancias químicas naturales llamadas hormonas, que son producidas por nuestros cuerpos”. (5 minutos)

PASO 2: En la pizarra escriba las palabras: ‘físicos’, ‘sociales’, ‘cognitivos’ y ‘emocionales’ en una línea vertical. una debajo de la otra. Diga: “aunque se tiende a poner mucho énfasis a los cambios físicos de la pubertad, los cambios que experimentamos durante este tiempo no son solamente físicos, también hay cambios sociales, cognitivos y emocionales. Los cambios sociales tienen que ver con la forma en que interactuamos con otros. Los cambios cognitivos tienen que ver con la forma en que pensamos, procesamos información y aprendemos. Los cambios emocionales tienen que ver con los sentimientos y nuestra comprensión sobre lo que puedan o no hacernos sentir ciertas cosas”.

Pregúnteles a los alumnos si alguno puede dar un ejemplo de los cambios físicos de la pubertad. Escríbalo sobre la pizarra junto a la palabra ‘físicos’. Pregúnteles qué piensan que pueda cambiar socialmente cuando comienzan la adolescencia y los cambios de la pubertad. Si no pueden pensar en algo diga: “podrían terminar pasando, o queriendo pasar, más tiempo con sus amistades que con sus familias”.

A continuación, pregúnteles qué piensan que pueda cambiar cognitivamente cuando comienzan la adolescencia y los cambios de la pubertad. Si no pueden pensar en ningún ejemplo, dígalos a los alumnos que un ejemplo de un cambio cognitivo podría ser una confusión temporal en sus formas de pensar, seguido de una aclaración de esa confusión a medida que maduran. Explíqueles que un ejemplo de esta confusión podría incluir olvidarse de llevar consigo las cosas que necesitan cuando van y vienen del colegio. Finalmente, pídeles un ejemplo de un cambio emocional. Si no pueden pensar en ninguno, dígalos que, de la nada, podrían terminar sintiendo repentinamente emociones muy fuertes, tanto positivas como negativas. Diga: “aunque existe el estereotipo de que únicamente las chicas sienten estas emociones fuertes, los alumnos de todos los géneros usualmente las experimentan durante distintos momentos en su adolescencia”. (12 minutos)

PASO 3: Dígalos a los alumnos que ahora harán una actividad en la cual se les dará un número de cambios que atraviesan las personas durante la adolescencia y la pubertad, y que trabajarán en pequeños grupos para decidir en qué categoría están esos cambios. Divídalos en grupos de tres y proporcíonele a cada pequeño grupo un sobre que contenga un juego completo de tarjetas “¡El Cambio Es Bueno!”, así como un rollo de cinta adhesiva. En cada juego habrá cuatro hojas con encabezados: físicos, sociales, cognitivos y emocionales. Pídeles a los alumnos que extiendan las hojas con los encabezados sobre los escritorios (o el piso) frente a ellos. Entonces deberán extraer las tarjetas, leerlas juntos, y decidir qué tipo de cambio es cada una. Dígalos que una vez que todos estén de acuerdo, deberán pegar cada tarjeta sobre la hoja con el encabezado correspondiente. Recuérdeles que vean la pizarra si se les olvidan las definiciones de cualquiera de los encabezados. Dígalos que tienen alrededor de 10 minutos para hacer este trabajo. (13 minutos)

Nota para el maestro: *El encabezado con los cambios físicos tendrá pegada la mayoría de las respuestas. Siéntase con la libertad de agregar una segunda hoja con encabezado, o de indicar a los alumnos que peguen algunas respuestas adelante y otras atrás.*

PASO 4: Luego de unos 10 minutos, pídeles a los alumnos que paren y que un grupo se ofrezca a revelar lo que hay en la hoja de “cambios físicos”. Haga las correcciones necesarias

¡El cambio es bueno!

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

usando la clave de respuestas para maestros de “¡El Cambio Es Bueno!”. Pídale a un segundo grupo que lea las respuestas en sus hojas sobre los “cambios cognitivos”, haciendo las correcciones necesarias. Pídale a un tercer grupo que repase las respuestas en sus hojas sobre los “cambios emocionales”, haciendo las correcciones necesarias. Pídale a un cuarto grupo que repase las respuestas en las hojas sobre los “cambios sociales”, haciendo también las correcciones necesarias. (18 minutos)

PASO 5: Distribuya la hoja de tarea: “¿Adónde Puedo Aprender Más Sobre Mí Mismo?” y dígalas a los alumnos que necesitan completar esta hoja con uno de sus padres o cuidadores y llevarlo a la próxima clase. (2 minutos)

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

Los maestros evaluarán el nivel de comprensión del grupo en su totalidad a través de la actividad que cumple con el primer objetivo de aprendizaje. Para una evaluación más individualizada, los alumnos pueden poner sus nombres en los sobres que recibieron, colocar las hojas o tarjetas en el sobre, y entregarlos al finalizar la clase.

La asignación de tareas individuales ayudará a evaluar el logro del segundo objetivo de aprendizaje.

TAREA:

Hojas: “¿Adónde Puedo Aprender Más Sobre Mí Mismo?” para que cada alumno la complete en línea en su hogar con un padre o cuidador, y la devuelva en la próxima sesión de clases.

¿Adónde Puedo Aprender Más Sobre Mí Mismo?

Tarea

Nombre: _____

Instrucciones: Junto con un padre o cuidador, visita <http://pbskids.org/itsmylife/body/puberty> y haz click en algunos enlaces que te parezcan interesantes. Luego, por favor contesta las siguientes preguntas:

1. ¿Crees que lo que encontraste ahí refuerza lo que hablamos hoy en clase? ¿Por qué o por qué no?

2. ¿Cómo puedes saber si éste es un sitio web con información confiable sobre la pubertad?

A continuación, visita http://kidshealth.org/kid/grow/body_stuff/puberty.html y haz click sobre algunos enlaces que te parezcan interesantes. Luego, por favor contesta las mismas preguntas::

3. ¿Crees que lo que encontraste ahí refuerza lo que hablamos hoy en clase? ¿Por qué o por qué no?

4. ¿Cómo puedes saber si éste es un sitio web con información confiable sobre la pubertad?

Firma del padre o cuidador: _____

**Creces más alto
(crecimiento repentino)**

**Te crecen vellos en las
axilas, en las piernas y
alrededor de los genitales**

**Tienes más hambre
- comes más**

Te sale acné

Te crecen los pechos

**Puede cambiar la textura
de tu pelo**

Se profundiza tu voz

**El aumento de hormonas
puede hacer subir y bajar
tus estados de ánimo**

Menstruación

**Se ensanchan tus
caderas**

Se te quiebra la voz

Aumenta la presión de tus pares

Crecen tus músculos

Más interés por estar con las amistades

Crece tu interés por otros que sean más que amigos - encontrar novia o novio

Comienza a oler el sudor

Puedes querer probar cosas distintas, a veces riesgosas

Puede haber más conflicto con los padres o cuidadores

Pueden incrementar la ansiedad y el estrés

Puedes sentirte cohibido sobre la apariencia de tu cuerpo

**Dificultad para decidirte;
incertidumbre**

**Experimentas sentimientos
más intensos - feliz un
momento y molesto el otro**

**Sentimientos “paranoicos”;
“Todos me están viendo /
hablando de mí”**

**Dificultad para comprender
instrucciones la primera vez
que se te dicen**

**Sientes que se te olvidan
cosas que te acababan de
decir hace unos minutos**

**Comienzas a preguntarte:
¿quién soy? Tratas de definirte
como persona**

**A veces te sientes torpe;
como si te tropezaras
contigo mismo**

**Puedes sentirte fuerte o
poderoso por como se ve tu
cuerpo**

Recurso para el Maestro

“¡El Cambio Es Bueno!” - Clave de Respuestas

FÍSICOS	EMOCIONALES	COGNITIVOS	SOCIALES
<ul style="list-style-type: none"> • Creces más alto (crecimiento repentino) • Te crecen vellos en las axilas, en las piernas y alrededor de los genitales • Tienes más hambre - comes más • Te sale acné • Puede cambiar la textura de tu pelo • El aumento de hormonas puede hacer subir y bajar tus estados de ánimo • Sueños húmedos • Se ensanchan tus caderas • Te crecen los pechos • Ganas peso • Se profundiza tu voz • Menstruación • Se te quiebra la voz • Crecen tus músculos • Comienza a oler el sudor • A veces te sientes torpe; como si te tropezaras contigo mismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Pueden incrementar la ansiedad y el estrés • Puedes sentirte cohibido sobre la apariencia de tu cuerpo • Experimentas sentimientos más intensos - feliz un momento y molesto el otro • Sentimientos “paranoicos”; “Todos me están viendo / hablando de mí” • Puedes sentirte fuerte o poderoso por como se ve tu cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • Puedes querer probar cosas distintas, a veces riesgosas • Dificultad para decidirte; incertidumbre • Dificultad para comprender instrucciones la primera vez que se te dicen • Sientes que se te olvidan cosas que te acababan de decir hace unos minutos 	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementa la presión de tus pares • Más interés por estar con amigos/as • Comienzas a interesarte por otros que sean más que amigos - encontrar novia o novio • Puede haber más conflicto con tus padres o cuidadores • Puedes preguntarte: “¿quién soy?”; tratas de definirte como persona

Físicos

Sociales

Emocionales

Cognitivos

La comunicación de temas delicados

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al finalizar el 8°vo grado los alumnos podrán:

PR.8.IC.1 – Demostrar el uso de habilidades de comunicación efectiva para apoyar sus decisiones de abstenerse de las conductas sexuales.

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Hoja de trabajo “¡Sé Asertivo!” una por cada dos alumnos
- Clave de Respuestas: “¡Sé Asertivo!” una copia para el maestro
- Tarea Asignada: “¡Sé Asertivo!” una copia por alumno.
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan
- Tres hojas de papel grande
- Marcadores
- Cinta adhesiva

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Prepare tres hojas de papel grande, cada una de las cuales deberá tener los siguientes términos y sus definiciones: “Pasiva: cuando una persona no se defiende o no dice lo que quiere decir en cierta situación”; “Agresiva: cuando alguien dice lo que quiere de una forma irrespetuosa o hasta amenazante hacia la otra persona”; “Asertiva: cuando una persona comunica sus deseos y necesidades de forma respetuosa y considerada hacia los deseos y necesidades de la otra persona”.

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Definir tres tipos de comunicación: pasiva, asertiva y agresiva. [Conocimiento]
2. Demostrar comprensión acerca de una comunicación asertiva, como la forma más efectiva de decirle a alguien lo que no quiere hacer sexualmente con ellos. [Conocimiento, Habilidad]
3. Demostrar comprensión de cómo comunicarse asertivamente acerca de su decisión de esperar para participar en cualquier comportamiento sexual compartido. [Conocimiento, Habilidad]

PROCEDURE:

PASO 1: Pregúnteles a los alumnos: “¿alguna vez han tenido algún malentendido con una amistad o miembro familiar acerca de algo que hayan dicho ustedes o alguna otra persona?”. Si respondieron que sí, pídeles algunos ejemplos. Según sea apropiado, indíqueles cuando algunos de los ejemplos ofrecidos son ejemplos en donde la comunicación en sí no fue el problema, sino la forma en que se hizo. Si

La comunicación de temas delicados

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

no hay ejemplos que refuercen este punto diga: “han dado algunos buenos ejemplos. Algo sobre lo que vamos a hablar hoy es que no se trata siempre de lo que decimos sino de la forma en que lo decimos, lo que hace la diferencia en una situación”. (3 minutos)

PASO 2: Muestre la primera hoja grande con la palabra “Pasiva” y su definición. Pídale a uno de los alumnos que se lo lea en voz alta a toda la clase. Diga: “pongamos un ejemplo. Digamos que alguien los invitó a ver una película que realmente no quieren ver. Si fueran una persona pasiva, ¿cómo responderían?”. Permita que respondan algunos alumnos, poniéndole atención a las respuestas pasivas. Si no entienden muy bien, proporcione los siguientes ejemplos:

“Bueno, no tengo muchas ganas de ver esa película, pero si tú quieres la podemos ver”.

“Mmm, tal vez. Ya la he visto, pero supongo que la puedo volver a ver”.

Señale los aspectos pasivos de las respuestas. Enfaticé que, a final de cuentas, no se está tomando en consideración de manera equitativa lo que desea la persona pasiva.

Muestre la segunda hoja grande con la palabra “Agresiva” y su definición. Pídale a otro alumno que la lea en voz alta. Diga: “usemos otros ejemplos. Alguien los invita a ver una película que realmente no quieren ver. ¿Cómo le dicen de forma agresiva que no la quieren ver?”. Luego de que los alumnos den algunas respuestas, siéntase con la libertad de complementar sus respuestas con estos ejemplos:

“Mmm no, no vamos a ver esa película, vamos a ver ÉSTA”.

“¿En serio quieres ver ESA película? ¡Ni que tuvieras cinco años!”.

Señale los aspectos agresivos de las respuestas. Enfaticé que, aunque una respuesta agresiva podría conseguirle a la persona lo que quiere, ha lastimado a la otra persona sin necesidad. Explíqueles que, cuando alguien responde agresivamente hacia nosotros, nos hacen sentir mal; o dependiendo de cuán agresiva se esté portando esa persona, hasta nos podrían causar un poco de miedo. Esa no es una forma muy respetuosa de tratar a otras personas.

Muestre la tercera hoja grande con la palabra “Asertiva” y su definición. Pídale a otro alumno que la lea en voz alta. Diga: “usemos el mismo ejemplo: alguien los invita a ver una película que realmente no quieren ver. ¿Cómo le dicen de forma asertiva que no la quieren ver?”. Luego de que los alumnos den algunas respuestas, siéntase con la libertad de complementar sus respuestas con estos ejemplos:

“Realmente no tengo interés en ver esa película, ¿hay alguna otra que quieras ver? ¿Qué te parece esta?”.

“No tengo ganas de ver una película, ¿qué otra cosa tienes ganas de hacer?”.

Señale los aspectos asertivos de las respuestas. Enfaticé que está bien estar en desacuerdo con alguien o proponer algo diferente a lo que ellos quieran hacer, pero la forma en que lo hagan es lo importante. (7 minutos)

PASO 3: Pregúnteles a los alumnos si han escuchado alguna vez la palabra “abstinencia”.

La comunicación de temas delicados

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

Pregúnteles qué es lo que han escuchado, o qué es lo que entienden que significa. Dígales que la “abstinencia” se refiere a la decisión de no hacer una cosa por algún periodo de tiempo. Explíqueles que las personas pueden escoger abstenerse de hacer toda clase de cosas a lo largo de sus vidas. Por ejemplo, cuando las personas se ponen a dieta pueden escoger abstenerse de comer azúcar por cierto periodo de tiempo. Luego, podrían comenzar a comerlo de nuevo en pequeñas cantidades. Eso les permite disfrutar de los postres sin experimentar las consecuencias negativas que derivan de comer demasiadas cosas dulces.

Dígales a los alumnos que para la próxima actividad usted se va a enfocar sobre el tema de la abstinencia sexual. Eso significa esperar antes de tener sexo vaginal, oral o anal.

Diga: “en mi otro ejemplo, hablé sobre escoger abstenerse de comer azúcar para disminuir los efectos negativos que puede tener sobre el cuerpo. ¿Alguien puede pensar en algunas razones de por qué alguien escogería abstenerse de practicar las conductas sexuales que acabo de mencionar?”. Sondee las siguientes respuestas:

- No quieren quedar embarazadas o embarazar a alguien
- No quieren contraer una ETS o VIH
- No creen que tengan la edad o que estén preparados para hacerlo

Nota para el maestro: Algunos alumnos dirán “porque eso no se hace” o “porque es un pecado”. Aunque estas sean razones válidas para algunos alumnos, es importante evitar avergonzar a aquellos que sí estén sosteniendo relaciones sexuales. Simplemente agregando la palabra “algunas”, por ejemplo: “a algunas personas se les ha enseñado que es un pecado, aunque no todas las personas son religiosas o pertenecen a la misma religión”, puede asegurarse de que el alumno sea escuchado a la vez que disminuye los juicios sobre aquellos que terminan teniendo una experiencia distinta.

Luego de escuchar las razones presentadas diga: “todas estas son buenas razones. ¿Recuerdan el ejemplo que les di sobre el azúcar? Algunas personas que se abstienen de comer azúcar lo hacen para que cuando lo comiencen a comer de nuevo, lo hagan con el fin de cuidar su salud en general. Eso se debe a que las comidas azucaradas tienen muy buen sabor, y toda vez que comamos azúcar con moderación y lo balanceemos con otros alimentos saludables, comer alimentos dulces, para algunas personas, es parte de disfrutar sus vidas.

“Lo mismo sucede con el sexo. Las personas que escogen abstenerse del sexo por lo general terminan teniendo sexo en algún momento de sus vidas. Eso se debe a que el sexo entre dos personas, cuando ambas personas están listas física y emocionalmente, han expresado que lo quieren tener y están listos para protegerse de los embarazos no deseados y de las enfermedades de transmisión sexual, puede sentirse muy bien y acercar más a la pareja. Pero al igual que otras cosas en nuestras vidas que nos ayudan a sentirnos bien, necesitamos pensar sobre cómo y cuándo hacerlo.

“Para los propósitos de la próxima actividad, les voy a pedir que se imaginen que están en una futura relación con alguien que quiere tener alguna clase de sexo con ustedes. Ustedes saben que no están listos para tener sexo, pero realmente les gusta esta persona y quieren que sea su novio o novia. Vamos a practicar cómo le pueden decir que quieren esperar, sin lastimar los sentimientos de esta persona o sentirse mal ustedes por esta decisión”.
(10 minutos)

La comunicación de temas delicados

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

PASO 4: Divida a los alumnos en parejas. Pídales que simulen que alguien les está pidiendo tener algún tipo de sexo y no quieren. Sobre la hoja hay algunos ejemplos para decirle que “no” a alguien que quiere tener sexo cuando uno no quiere. Dígalos que lean cada una y que hablen acerca de cuáles respuestas son pasivas, agresivas o asertivas. Una vez que hayan decidido, deberán circular la respuesta sobre la hoja.

Luego, si la respuesta NO es asertiva, deberán trabajar juntos para reescribirla y hacerla asertiva. Dígalos que tienen alrededor de 10 minutos para hacerlo.

Distribuya las hojas de trabajo. A medida que trabajan los alumnos, camine alrededor del aula y escuche sus discusiones para asegurarse de que entienden la actividad. (13 minutos)

PASO 5: Luego de unos 10 minutos pídale a los alumnos que paren. Repase cada una de las respuestas, pidiéndoles a distintos alumnos que las compartan. Use la Guía para el Maestro: “¡Sé Asertivo!” como referencia, para proporcionar respuestas asertivas si los alumnos se atascan. (15 minutos)

PASO 6: Cuando únicamente queden cinco minutos de clase, haga un alto y hableles sobre la tarea asignada. Explíqueles que deberán ir a sus casas e “instruir” a sus padres o cuidadores sobre la diferencia entre la comunicación pasiva, asertiva y agresiva. Entonces sus padres o cuidadores contestarán algunas preguntas en la hoja de tarea, la cual los alumnos deberán traer de regreso para la próxima sesión de clases. Distribuya las hojas de tarea y recoja las hojas de trabajo: “¡Sé Asertivo!”. (2 minutos)

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

La actividad en la hoja de trabajo establecerá si los alumnos comprenden lo que son comunicación pasiva, asertiva y agresiva y cuáles son las diferencias entre ellas, lo que cumple con los primeros dos objetivos de aprendizaje. La tarea lo reforzará aún más, y proporcionará una evaluación de su comprensión en base a qué tan bien les comunican la lección a sus padres o cuidadores.

TAREA:

Los alumnos irán a sus hogares y les “enseñarán” a sus padres o cuidadores lo que hayan aprendido. El progenitor o guardián completará la hoja de tarea: “¡Sé Asertivo!” que se ha provisto, la cual el alumno traerá de regreso para la próxima clase.

¡SÉ ASERTIVO!

Hoja de Trabajo

Instrucciones: Simula que alguien te está presionando para que tengas sexo con ellos, y tú quieres esperar. Los siguientes enunciados son respuestas posibles a esa presión.

Circula cada enunciado según sea PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO. Si no es asertivo, escribe una respuesta que sí lo sea.

1. No quiero tener sexo contigo, ¡entiéndelo!

¿PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO?

ASERTIVO: _____

2. Mira, tener sexo significa tomar riesgos, y yo no quiero arriesgar mi salud y mi futuro de esta forma.

¿PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO?

ASERTIVO: _____

3. Si en lo único que puedes pensar es en el sexo, algo anda mal contigo.

¿PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO?

ASERTIVO: _____

4. Yo no estoy listo/a todavía para tener sexo, pero me gusta cuando nos besamos mucho.

¿PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO?

ASERTIVO: _____

5. Supongo que podríamos pasar el rato en tu casa. Digo, me siento un poco incómodo de que tus padres no estén, pero si realmente quieres entonces me voy contigo.

¿PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO?

ASERTIVO: _____

Adaptado de una actividad en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004); Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing

¡SÉ ASERTIVO!

Guía para el Maestro

Instrucciones: Simula que alguien te está presionando para que tengas sexo con ellos, y tú quieres esperar. Los siguientes enunciados son respuestas posibles a esa presión.

Circula cada enunciado según sea PASIVO, AGRESIVO o ASERTIVO. Si no asertivo, escribe una respuesta que sí lo sea.

1. No quiero tener sexo contigo. ¡Entiéndelo!

¿PASIVO, **AGRESIVO**, or ASERTIVO?

ASERTIVO: No quiero tener sexo, pero me gustas mucho. Hablemos acerca de otras cosas que podamos hacer juntos que no incluyan sexo.

2. Mira, tener sexo significa tomar riesgos, y yo no quiero arriesgar mi salud y mi futuro de esta forma.

¿PASIVO, AGRESIVO, **ASERTIVO**?

3. Si en lo único que puedes pensar es en el sexo, algo anda mal contigo.

¿PASIVO, **AGRESIVO**, ASERTIVO?

ASERTIVO: Yo también tengo curiosidad acerca del sexo, pero siento que tú hablas MUCHO sobre el tema, y me hace sentir como que algo anda mal conmigo.

4. Yo no estoy lista todavía para tener sexo, pero me gusta cuando nos besamos mucho.

¿PASIVO, AGRESIVO, **ASERTIVO**?

5. Supongo que podríamos pasar el rato en tu casa. Digo, me siento un poco incómodo de que tus padres no estén, pero si realmente quieres entonces me voy contigo.

¿PASIVO, AGRESIVO, ASERTIVO?

ASERTIVO: Me encanta pasarla contigo, pero no me siento cómodo haciendo eso cuando no hay nadie más en casa. ¿Quieres venir mejor a mi casa?

Adaptado de una actividad en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004); Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing

¡SÉ ASERTIVO!

Tarea

Nombre del Alumno: _____

Fecha: _____

Estimado padre o cuidador: Hoy su hijo/pupilo aprendió la diferencia entre la comunicación pasiva, asertiva y agresiva. Su hijo/pupilo se la va a enseñar a usted. Una vez que lo haya aprendido, por favor conteste las siguientes preguntas:

1. De acuerdo con su hijo/pupilo, ¿cuál es la diferencia entre la comunicación pasiva, asertiva y agresiva?

2. De las tres, ¿cuál es la que muestra el mayor respeto hacia las personas involucradas?

PASIVA

AGRESIVA

ASERTIVA

3. De las tres, ¿cuál es la que más a menudo termina por lastimar a la otra persona o la hace sentirse mal?

PASIVA

AGRESIVA

ASERTIVA

4. De las tres, ¿cuál no ayuda a comunicar claramente lo que se desea o necesita?

PASIVA

AGRESIVA

ASERTIVA

¡Gracias por su tiempo!

Firma del padre o cuidador: _____

Todos tenemos partes del cuerpo – Primera parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

HR.2.CC.1 – Identificar distintos tipos de estructuras familiares

HR.2.IC.1 – Demostrar distintas formas de mostrar respeto hacia los distintos tipos de familias.

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Computadora de escritorio o portátil con conexión a Internet
- Si no tiene conexión para sonido, pequeños parlantes para conectarle a su computadora de escritorio o portátil
- Proyector LCD y pantalla
- Hoja de trabajo: “Sistema Sexual y Reproductivo Femenino” – suficientes para que la mitad o la tercera parte de la clase tenga una, dependiendo de si usted planifica que la completen por triadas o en pareja
- Caja para preguntas anónimas
- Tarjetas de índice – una por alumno
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan
- Tarea Asignada: “Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Femenino” – uno por alumno
- Clave de Respuestas para la Tarea – una copia para el maestro

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Vea el vídeo <http://kidshealth.org/teen/slideshows/female-reproductive-slides.html>; úselo para proveer las respuestas de la actividad en esta lección.
- Hable con su departamento de informática para asegurarse de que ésta dirección web no esté bloqueada para su clase, y de que funciona el sonido para este vídeo en su computadora.
- Asegúrese de que su computadora esté lista con este vídeo antes de comenzar la clase.
- Si no tiene alguna, prepare una caja para respuestas anónimas. Tome una caja para zapatos u otra caja de tamaño similar y corte una ranura en la tapa lo suficientemente grande para que le entre una tarjeta de índice doblada.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Enumerar al menos dos partes internas y externas del sistema sexual y reproductivo femenino. [Conocimiento]
2. Enumerar el funcionamiento de al menos dos partes internas y externas del sistema sexual y reproductivo femenino. [Conocimiento]
3. Demostrar una comprensión básica del ciclo menstrual. [Conocimiento]

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

Todos tenemos partes del cuerpo – Primera parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Introduzca el tema explicando que los alumnos probablemente hayan aprendido mucho sobre sus cuerpos a lo largo de los años, pero que ahora que son un poco mayores, nos enfocaremos un poco más sobre las partes sexuales y reproductivas de sus cuerpos. (2 minutos)

PASO 2: Explíquelo a la clase que se la dividirá en pequeños grupos para completar una hoja de trabajo sobre el sistema sexual y reproductivo de personas que nacieron con ciertas partes corporales, y que fueron designadas como “niñas” al nacer. Dígalas que al pie de la hoja hay un banco de palabras, y que necesitarán que esas palabras coincidan con las imágenes mostradas. Agrúpelos en triadas (podría querer agruparlos por parejas), distribuya una hoja de trabajo por pareja o triada, y luego dígalas que tienen 10 minutos para completarla. (12 minutos)

***Nota para el maestro:** Usted conoce mejor a sus alumnos en cuanto a qué podría distraerlos o hacerlos sentir incómodos. Si escoge agruparlos en parejas o triadas del mismo sexo, esta sería una actividad en que hacerlo podría ser beneficioso. Sin embargo, antes de hacerlo, por favor revise la sección en nuestra publicación: “Materiales de Apoyo para Maestros” que detalla los pros y los contras de separarlos por género.*

PASO 3: Una vez que los alumnos hayan completado la actividad, haga click en el enlace del vídeo: “El Sistema Reproductivo Femenino” en <http://kidshealth.org/teen/slideshows/female-reproductive-slides.html>. Haga click en cada parte corporal y lea las descripciones ahí enumeradas, o pídale a un alumno que lo haga. Dígalas a los alumnos que verifiquen sus hojas de trabajo a lo largo de la actividad para asegurar que sus respuestas son las correctas. Una vez que se haya leído todas las descripciones en la primera pestaña, haga una pausa y pregúnteles a los alumnos si tienen alguna duda.

A continuación, pase las diapositivas 7 a 12, que tratan sobre el sistema exterior. Como en el sistema interior, las descripciones para cada parte necesitan resaltarse y leerse en voz alta, ya sea por el maestro o por distintos alumnos. Una vez que se haya repasado todas, pregúnteles si tienen alguna duda.

Por último, haga *click* en la tercera pestaña, que trata sobre el sistema exterior. Como en el sistema interior, las descripciones para cada parte necesitan resaltarse y leerse en voz alta, ya sea por el maestro o por distintos alumnos. Una vez que se hayan repasado todas, pregúnteles si tienen alguna duda. (30 minutos)

PASO 4: Distribúyale una tarjeta de índice a cada alumno. Pídale a cada persona que escriba una pregunta que todavía tenga en relación al sistema sexual y reproductivo que se discutió hoy, pero que no le ponga su nombre a las tarjetas. Indíqueles a los que no tienen preguntas que para mantener el anonimato, simplemente escriban “ninguna pregunta” sobre su tarjeta, con lo que nadie sabrá quién escribió una pregunta y quién no. A medida que escriben sus preguntas, distribuya la hoja de tarea y pídale que la completen antes de la próxima sesión de clases. Recoja las tarjetas en la caja de preguntas anónimas, y dígalas a la clase que las contestará al inicio de la próxima sesión de clases. (6 minutos)

Todos tenemos partes del cuerpo – Primera parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

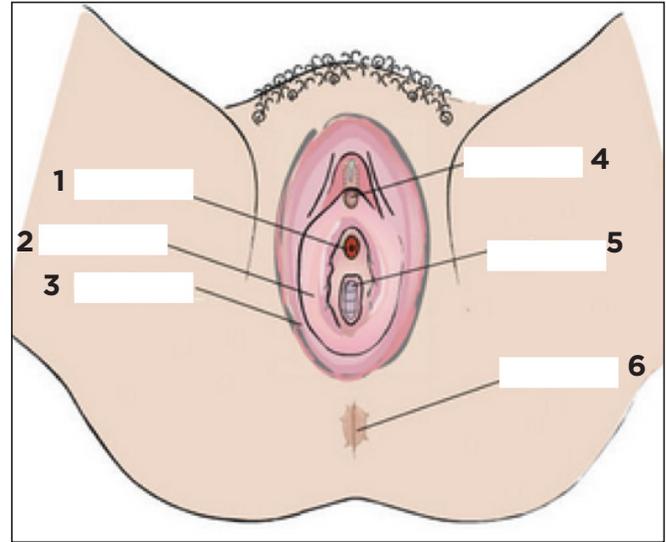
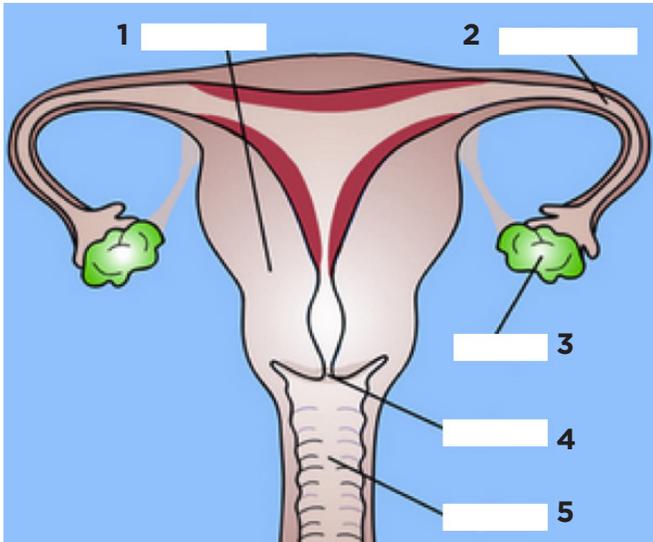
La tarea asignada está diseñada para ayudarle al maestro a determinar si los alumnos retuvieron lo aprendido en la clase y, por lo tanto, si se alcanzaron los objetivos de aprendizaje.

TAREA:

“Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Femenino” para ser completado por cada alumno y entregado en la próxima clase.

Hoja de trabajo: El Sistema Sexual y Reproductivo Femenino

Nombre: _____ Nombre: _____ Nombre: _____



(Imágenes tomadas de www.kidshealth.org)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

BANCO DE PALABRAS

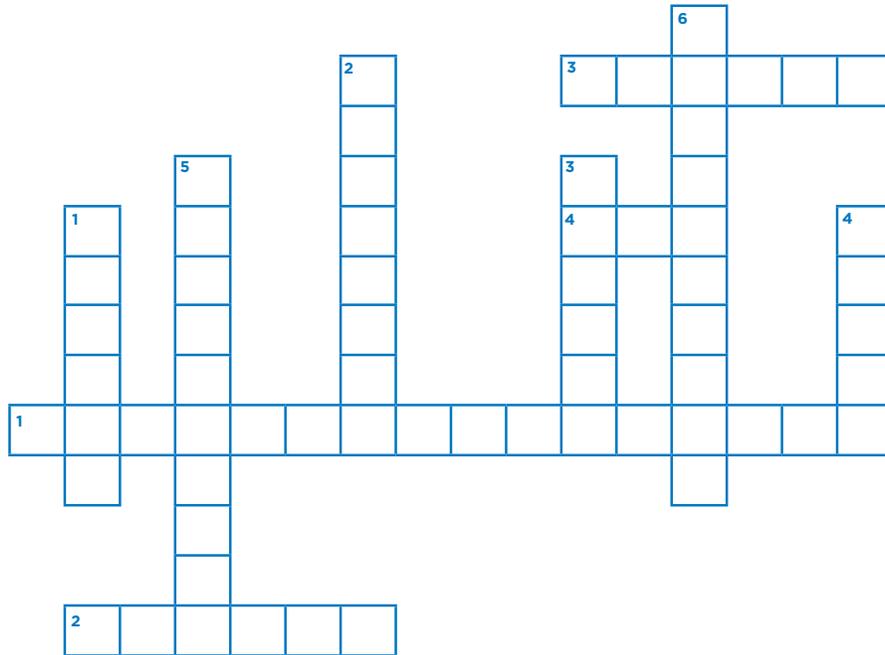
Útero
Ovario
Trompas de Falopio
Cérvix
Vagina

BANCO DE PALABRAS

Vagina
Clítoris
Labio Mayor
Labio Menor
Uretra
Ano

Tarea: Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Femenino

Nombre: _____ Fecha: _____



HORIZONTAL

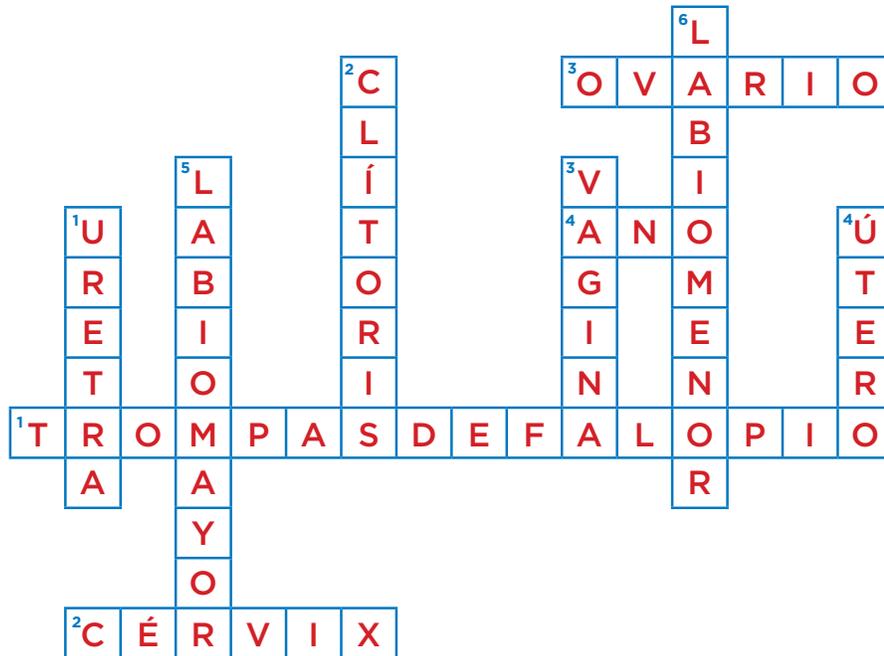
1. Somos dos: uno a cada lado del útero y estamos conectados uno a cada ovario. Los óvulos pasan por mí cada mes para llegar al útero.
2. Yo soy la abertura del útero. Cuando las personas que tienen una de estas se hacen un examen de Papanicolau; el laboratorista toma una muestra de mis células para ver si todo está bien.
3. Yo tengo los óvulos. Somos dos.
4. Yo soy la abertura justo debajo de la abertura vaginal por donde el popó sale del cuerpo. No me importa, ¡tengo un trabajo muy importante!

VERTICAL

1. Mi trabajo es sacar del cuerpo la orina que está en la vejiga.
2. Mi única función es sentirme muy sensible cuando me tocan.
3. Una vez al mes la sangre y el tejido del útero pasan por mí. Si la persona está embarazada, esta es el camino por el que normalmente sale el bebé.
4. Tengo forma de pera y me lleno de sangre y otros nutrientes una vez al mes. Si la persona está embarazada, el feto crece dentro de mí.
5. Yo soy la piel que cubre la parte exterior de la vulva para proteger todo lo que tengo debajo: el clítoris, la abertura de la uretra y la abertura vaginal.
6. Yo consisto en dos pequeños repliegues de piel a cada lado de la abertura vaginal. Puedo tener una variedad de formas y tamaños.

Tarea: Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Femenino

CLAVE DE RESPUESTAS



HORIZONTAL

1. Somos dos: uno a cada lado del útero y estamos conectados uno a cada ovario. Los óvulos pasan por mí cada mes para llegar al útero.
2. Yo soy la abertura del útero. Cuando las personas que tienen una de estas se hacen un examen de Papanicolau; el laboratorista toma una muestra de mis células para ver si todo está bien.
3. Yo tengo los óvulos. Somos dos.
4. Yo soy la abertura justo debajo de la abertura vaginal por donde el popó sale del cuerpo. No me importa, ¡tengo un trabajo muy importante!

VERTICAL

1. Mi trabajo es sacar del cuerpo la orina que está en la vejiga.
2. Mi única función es sentirme muy sensible cuando me tocan.
3. Una vez al mes la sangre y el tejido del útero pasan por mí. Si la persona está embarazada, esta es el camino por el que normalmente sale el bebé.
4. Tengo forma de pera y me lleno de sangre y otros nutrientes una vez al mes. Si la persona está embarazada, el feto crece dentro de mí.
5. Yo soy la piel que cubre la parte exterior de la vulva para proteger todo lo que tengo debajo: el clítoris, la abertura de la uretra y la abertura vaginal.
6. Yo consisto en dos pequeños repliegues de piel a cada lado de la abertura vaginal. Puedo tener una variedad de formas y tamaños.

Todos tenemos partes del cuerpo: segunda parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”. Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

AP.8.CC.1 – Los alumnos podrán describir el sistema sexual y reproductivo femenino y masculino, incluyendo las partes del cuerpo y sus funciones.

TARGET GRADE: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Computadora de escritorio o portátil con conexión a Internet
- Si no tiene conexión para sonido, pequeños parlantes para conectarle a su computadora
- Proyector LCD y pantalla
- Hoja de trabajo: “Sistema reproductivo y sexual masculino” – suficientes para que 1/3 o 1/2 clase tenga una, dependiendo de si usted planifica que la completen por triadas o en pareja
- Caja para preguntas anónimas
- Tarjetas de índice – una por alumno
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan
- Tarea Asignada: “Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Masculino” – uno por alumno
- Clave de Respuestas para la Tarea – una copia para el maestro

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Vea el sitio web y el vídeo http://kidshealth.org/teen/sexual_health/guys/male_repro.html y <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/videos/mov/200019.mov>; úselo para proveer las respuestas de la actividad en esta lección.
- Hable con su departamento de informática para asegurarse de que estas direcciones web no estén bloqueadas para su clase, y de que funciona el sonido para este vídeo en su computadora.
- Asegúrese de que su computadora esté en cola con este sitio web y vídeo antes de comenzar la clase.
- Revise las preguntas anónimas de la última sesión de clases para prepararse y contestarlas durante la clase. Si no hay preguntas, o hay muy pocas, siéntase con la libertad de agregar algunas.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Enumerar al menos dos partes internas y externas del sistema sexual y reproductivo masculino. [Conocimiento]
2. Enumerar el funcionamiento de al menos dos partes internas y externas del sistema sexual y reproductivo masculino. [Conocimiento]
3. Demostrar una comprensión básica de dónde se produce el esperma y de cómo sale del cuerpo. [Conocimiento]

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

Todos tenemos partes del cuerpo: segunda parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Recuérdeles a los alumnos acerca de las preguntas anónimas que hicieron al final de la clase pasada. Solo tome algunos minutos para contestar las que permita el tiempo. (5 minutos)

***Nota para el maestro:** No necesita contestar cada una de las preguntas; en su lugar, puede agruparlas por categoría. Además, si recibiera una abrumadora cantidad de preguntas, tal vez quiera crear una hoja de referencia donde anote todas las preguntas y sus respuestas, y simplemente las distribuya en la clase, o las contesta a lo largo de algunos días.*

PASO 2: Explíquelo a la clase que, al igual que repasaron el sistema sexual y reproductivo femenino en la clase pasada, hoy van a repasar el sistema sexual y reproductivo masculino para aquellas personas que hayan nacido con ciertas partes corporales, y que fueron asignados como “varones” al nacer. Divídalos en pequeños grupos tal como en la clase pasada para completar la hoja de trabajo sobre el sistema masculino. Dígalos que al pie de la hoja hay un banco de palabras, y que necesitarán que esas palabras coincidan con las imágenes provistas. Agrúpelos en triadas (podría querer agruparlos por parejas), distribuya una hoja de trabajo por pareja o triada, y luego dígalos que tienen 10 minutos para completarla. (12 minutos)

***Nota para el maestro:** Usted conoce mejor a sus alumnos en cuanto a qué podría distraerlos o hacerlos sentir incómodos. Si escoge agruparlos en parejas o triadas del mismo sexo, esta sería una actividad en que hacerlo podría ser beneficioso. Sin embargo, antes de hacerlo, por favor revise la sección en la Guía para el Maestro que detalla los pros y los contras de separarlos por género.*

PASO 3: Una vez que los alumnos hayan completado la actividad, haga click en el enlace del vídeo: “El Sistema Reproductivo Masculino” en http://kidshealth.org/teen/sexual_health/guys/male_repro.html.

Haga click en cada parte del cuerpo y lea las descripciones ahí enumeradas, o pídale a un alumno que lo haga. Dígalos a los alumnos que verifiquen sus hojas de trabajo a lo largo de la actividad para asegurar que sus respuestas son las correctas.

***Nota para el maestro:** Las gráficas disponibles en línea no incluían la “glándula de Cowper”. Por favor use la hoja de trabajo proporcionada como una guía para indicar la ubicación de la glándula de Cowper en la gráfica. Explíquelo a los alumnos que es aquí en donde se produce el pre-eyaculado, el cual sirve tanto para limpiar como lubricar el interior de la uretra antes de que pase por ahí el semen que contiene los espermatozoides. Pregúnteles a los alumnos si tienen alguna duda.*

A continuación, vaya a <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/videos/mov/200019.mov> y haga click en el enlace para pasar el vídeo acerca del recorrido de los espermatozoides. Pregúnteles a los alumnos si tienen alguna duda. (27 minutos)

PASO 4: Distribúyale una tarjeta de índice a cada alumno. Pídale a cada persona que escriba una pregunta que todavía tenga en relación al sistema sexual y reproductivo

Todos tenemos partes del cuerpo: segunda parte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

masculino, pero que no le ponga su nombre a la tarjeta. Indíqueles a los que no tienen preguntas que —para mantener el anonimato—, simplemente escriban “ninguna pregunta” sobre su tarjeta, con lo que nadie sabrá quién escribió una pregunta y quién no. A medida que escriben sus preguntas, distribuya la hoja de tarea y pídale que la completen antes de la próxima sesión de clases. Recoja las tarjetas en la caja de preguntas anónimas, y dígame a la clase que las contestará al inicio de la próxima sesión de clases. (6 minutos)

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

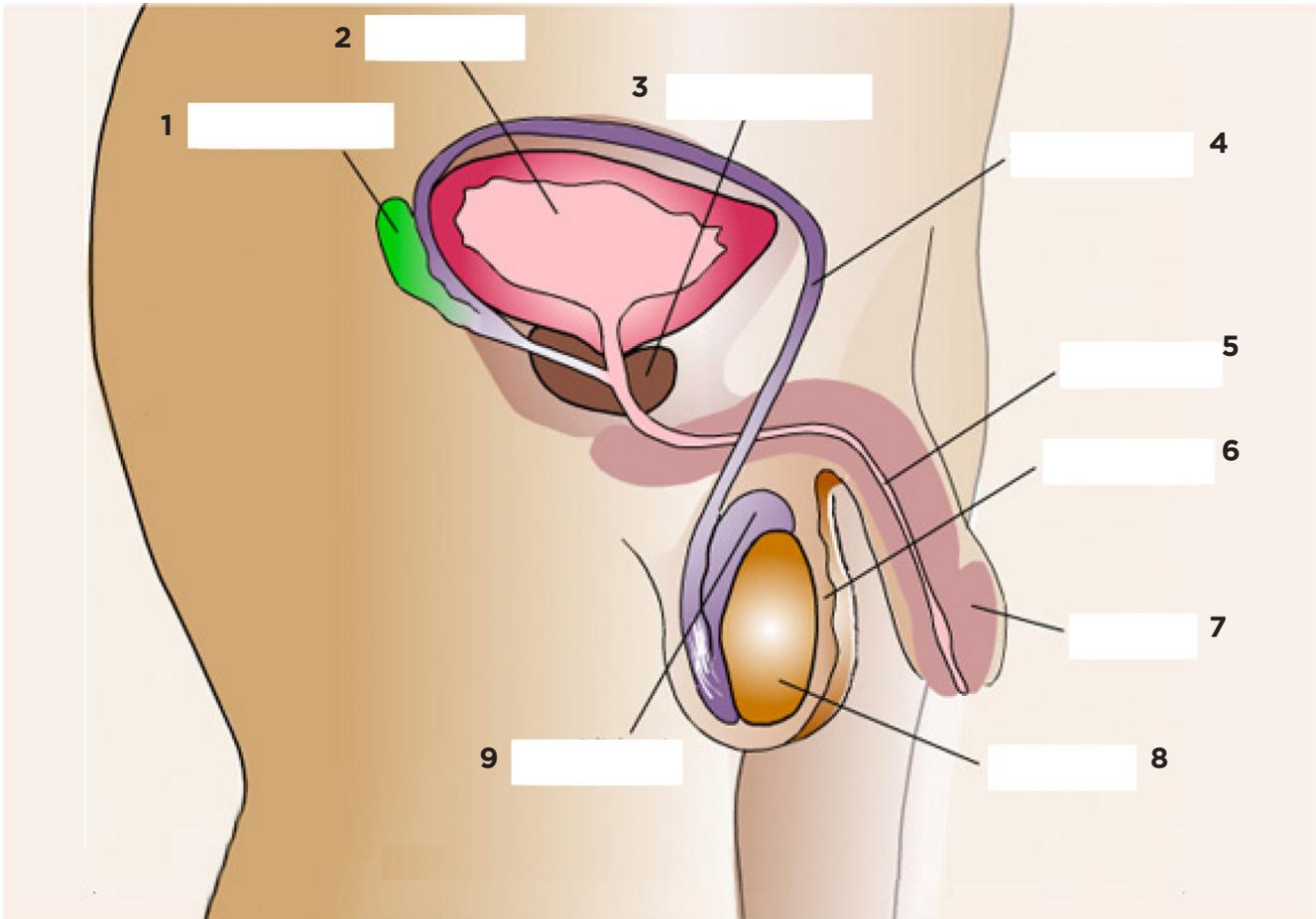
La tarea asignada está diseñada para ayudarle al maestro a determinar si los alumnos retuvieron lo aprendido en la clase y, por lo tanto, si se alcanzaron los objetivos de aprendizaje.

TAREA:

“Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Masculino” — para ser completado por cada alumno y entregado en la próxima clase.

Hoja de Trabajo: El Sistema Sexual y Reproductivo Masculino

Nombre: _____ Nombre: _____ Nombre: _____



(Imágenes tomadas de www.kidshealth.org)

1. _____

4. _____

7. _____

2. _____

5. _____

8. _____

3. _____

6. _____

9. _____

BANCO DE PALABRAS

Vesículas seminales

Vejiga

Epidídimo

Testículo

Pene

Escroto

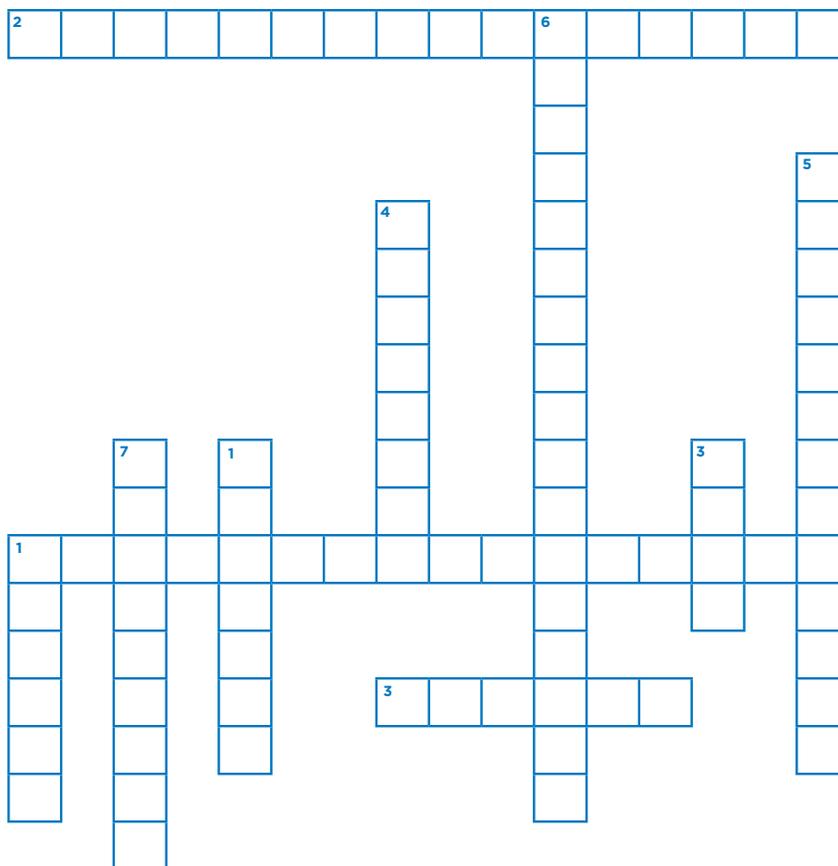
Uretra

Conducto deferente

Glándula prostática

TAREA: Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Masculino

Nombre: _____ Fecha: _____



ACROSS

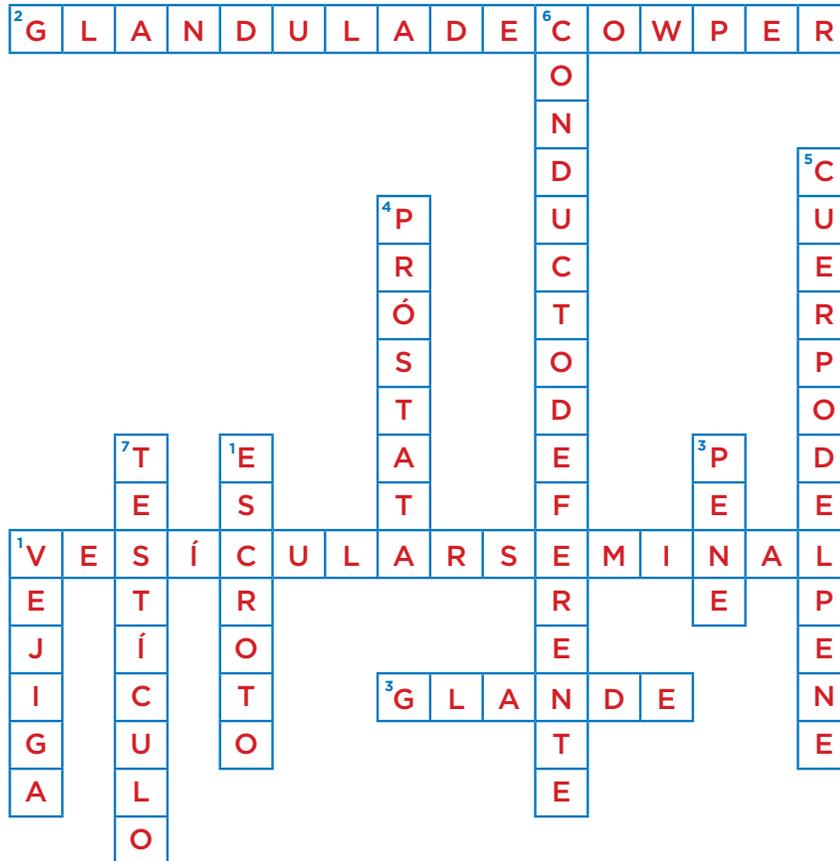
- Ni el semen ni los espermias pueden dejar el cuerpo hasta que yo haya producido un poquito del líquido que sale de la punta del pene; es conocido como pre-eyaculado.
- Piensa en mí como si fuera dos botellas de bebida energética; yo produzco el líquido que le proporciona energía a los espermias para que sus colas puedan nadar
- Yo soy la cabeza del pene. ¡Cuidado!, puedo ser muy sensible

DOWN

- Yo parezco y trabajo como si fuera un saco. Adentro tengo a los testículos que producen el esperma. Ya que tienen que producirse a una temperatura menor a los 98.6 grados, cuelgo fuera del cuerpo detrás del pene.
- Cuando tienes que ir al baño, ¡yo soy quien te avisa! Yo recolecto la orina hasta que sea hora de que salga del cuerpo.
- La orina sale del cuerpo a través de mí, y el semen lleno de esperma sale a través de mí cuando alguien eyacula o tiene un sueño húmedo. ¡Me mantengo ocupado!
- Tengo el tamaño de una nuez. Yo tengo que producir una parte del fluido que es parte del semen.
- Yo soy la parte más larga del pene, entre el cuerpo y la cabeza. A veces me lleno con sangre y me pongo duro o erecto.
- Soy como un gran tobogán; voy desde los testículos hasta el cuerpo para llevar el esperma hasta donde se mezcla con el semen antes de salir del cuerpo.
- Yo me la paso colgado en el escroto, ¡literalmente! Somos dos, y somos como pequeñas fábricas de testosterona y esperma. ¿Cuándo me dan vacaciones?

Tarea: Crucigrama del Sistema Sexual y Reproductivo Masculino

CLAVE DE RESPUESTAS



ACROSS

- Ni el semen ni los espermias pueden dejar el cuerpo hasta que yo haya producido un poquito del líquido que sale de la punta del pene; es conocido como pre-eyaculado.
- Piensa en mí como si fuera dos botellas de bebida energética; yo produzco el líquido que le proporciona energía a los espermias para que sus colas puedan nadar
- Yo soy la cabeza del pene. ¡Cuidado!, puedo ser muy sensible

DOWN

- Yo parezco y trabajo como si fuera un saco. Adentro tengo a los testículos que producen el esperma. Ya que tienen que producirse a una temperatura menor a los 98.6 grados, cuelgo fuera del cuerpo detrás del pene.
- Cuando tienes que ir al baño, ¡yo soy quien te avisa! Yo recolecto la orina hasta que sea hora de que salga del cuerpo.
- La orina sale del cuerpo a través de mí, y el semen lleno de esperma sale a través de mí cuando alguien eyacula o tiene un sueño húmedo. ¡Me mantengo ocupado!
- Tengo el tamaño de una nuez. Yo tengo que producir una parte del fluido que es parte del semen.
- Yo soy la parte más larga del pene, entre el cuerpo y la cabeza. A veces me lleno con sangre y me pongo duro o erecto.
- Soy como un gran tobogán; voy desde los testículos hasta el cuerpo para llevar el esperma hasta donde se mezcla con el semen antes de salir del cuerpo.
- Yo me la paso colgado en el escroto, ¡literalmente! Somos dos, y somos como pequeñas fábricas de testosterona y esperma. ¿Cuándo me dan vacaciones?

Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del quinto grado, los alumnos podrán:

SH.5.CC.1 – Definir el VIH e identificar algunos métodos de transmisión apropiados para la edad, tanto como formas de prevenir su transmisión

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 40 Minutos

MATERIALES:

- Hojas grandes/ pizarrón
- Marcadores/ tizas
- Hoja para distribuir: “Hechos acerca del VIH” – una por alumno
- “Recursos del maestro sobre el VIH: <https://www.cdc.gov/std/spanish/vih/STDS-HIV-FS-Sp-July-2017.pdf>
- Clave de Respuestas: “Hechos acerca del VIH” – una copia para el maestro

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

Es útil para los alumnos tener un entendimiento básico del sistema inmune humano, cómo funciona, y el concepto de los gérmenes. El maestro debe también revisar el recurso del maestro incluido en la lección para asegurarse de que esta al día con la información de VIH y SIDA. Finalmente, el maestro también debe estar preparado para no discutir situaciones sexuales explícitas sino referir al alumno con tal pregunta a un adulto de familia.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al final de la lección los alumnos podrán:

1. Definir el VIH como un virus que debilita el sistema inmune y que se transmite a través de fluidos corporales. [Conocimiento]
2. Identificar por lo menos dos formas en que se puede transmitir el VIH. [Conocimiento]
3. Identificar por lo menos dos formas en que no se trasmite el VIH. [Conocimiento]
4. Identificar por lo menos una manera de prevenir la transmisión del VIH. [Conocimiento]
5. Identificar por lo menos un tratamiento para el VIH. [Conocimiento]

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Inicie la actividad introduciendo la diferencia entre enfermedades transmisibles ty enfermedades no transmisibles.

Explique qué enfermedades transmisibles son enfermedades que una persona le puede dar a otra; o recibir de alguien más. Pida a los alumnos que levanten las manos para dar ejemplos de enfermedades transmisibles (unas respuestas pueden incluir la gripe, un virus del estómago, la influenza). Diga: “las enfermedades transmisibles son causadas por organismos pequeños o gérmenes que son transmisibles. Sin embargo, no toda infección, es transmisible. Después diga: “.las enfermedades no transmisibles son las que no se pueden pasar de una persona a otra”. Pida ejemplos de enfermedades o infecciones no transmisibles (Algunas respuestas pueden incluir apendicitis, un dedo infectado, el asma, cáncer). (3 minutos)

PASO 2: Diga a los alumnos que va a nombrar algunos problemas médicos que pueden tener las personas y que deben responder si son transmisibles o no. Pregunte:

Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

- ¿Puedes adquirir un dolor de garganta de otra persona? (Sí)
- ¿Puedes adquirir las alergias de otra persona? (NO)
- ¿Te puedes enfermar de un hueso quebrado de otra persona? (NO)
- ¿Puedes adquirir piojos de otra persona? (Sí)
- ¿Puedes adquirir caries dentales de otra persona? (NO)

Pregunte a los alumnos si tienen alguna duda acerca de si cierta enfermedad es transmisible. Responda a las preguntas de los alumnos dando la respuesta correcta y explicando por qué (si no es transmisible, es causada por un germen no transmisible o no es causada por un germen). Si no está seguro, indíqueselo a los alumnos y diga que va a averiguarlo y hacérselos saber. (3 minutos)

PASO 3: Diga a los alumnos que hoy usted quiere hablar acerca de una infección transmisible en particular que se llama el VIH. Pregunte a los alumnos qué han escuchado del VIH. Mientras escribe en el pizarrón: “inmunodeficiencia humana”, diga: “el VIH es la abreviación para ‘Virus de inmunodeficiencia humana’. Este es un nombre muy grande, así es que vamos a desglosarlo un poco. ‘Humana’ significa que es una enfermedad de los humanos. No se puede contraer de una mascota o dárselo a una mascota. ‘Inmunodeficiencia’ son dos palabras juntas. ‘Inmuno’ se refiere al sistema inmune, o al sistema que nos capacita para luchar contra las enfermedades. Una ‘deficiencia’ se refiere a algo que hace falta, así es que básicamente el VIH es un virus, un organismo microscópico, que ataca nuestro sistema inmune y lo debilita haciendo más difícil para el cuerpo luchar contra otras enfermedades. El VIH es el virus que causa SIDA”. (5 minutos)

PASO 4: Diga a los alumnos que la forma en que normalmente evitamos que la gente adquiera un virus es vacunándolos. La vacuna es una inyección que dada a las personas las protege de adquirir una infección específica durante muchos años. Diga: “así como muchas personas se ponen la vacuna de la influenza, muchos niños se ponen una vacuna contra la varicela o el sarampión”. Explique que no hay una vacuna contra el VIH pero sí hay unos tratamientos efectivos, llamados terapias antirretrovirales que pueden reducir la posibilidad de transmitir el VIH a otros, que retardan el crecimiento del VIH en una persona y que prolongan la vida de personas que están viviendo con VIH. También existen tratamientos para las enfermedades que puede causar el VIH. Pero una vez que alguien tiene el VIH, no existe por el momento una forma de eliminarlo por completo el VIH del cuerpo, aunque, con tratamiento, las personas viviendo con VIH pueden tener una esperanza de vida normal. Como no hay vacuna para prevenir el VIH y no hay forma de eliminarlo después de que alguien ya este positivo, es muy importante saber cómo se transmite el VIH para que podamos evitar la transmisión o controlar el virus si nacimos con él”. (3 minutos)

PASO 5: Diga: “afortunadamente, es difícil adquirir el VIH. No es una infección fácil de transmitir como una gripe o la influenza. El VIH se encuentra en algunos fluidos corporales, como la sangre, y no en otros, como el sudor, las lágrimas, saliva u orina. El VIH solo se puede transmitir a través de la sangre, el semen o el fluido vaginal. Adicionalmente, se puede pasar por la leche materna si la persona está viviendo con VIH y dando de mamar a un infante”.

Diga: “es muy importante recordar que el VIH sólo se puede transmitir de una persona que tiene VIH. Si dos personas no tienen VIH, ninguno le puede pasar el VIH al otro”. (6 minutos)

PASO 6: Distribuya la hoja: “Hechos sobre el VIH”. Pida a los alumnos que trabajen en parejas para completar la hoja de trabajo. Permita 8 minutos para que lo hagan. Una vez

Aprendamos acerca del VIH

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

completada, repase las preguntas con la clase. Todas las respuestas son VERDADERAS. Para cada pregunta, provea la respuesta además de una explicación de por qué es verdadera. (Refiérase al guía de maestro con explicaciones). (16 minutos)

PASO 7: Diga a los alumnos: “ahora que saben que el VIH no es fácil de transmitir, podrían dar un ejemplo de qué se puede hacer con un amigo o miembro de familia que está viviendo con VIH que sería perfectamente seguro. Es decir, ¿qué no transmitiría el VIH?”. Provea los primeros ejemplos para que los alumnos entiendan lo que está preguntando. Diga: “por ejemplo, puedes abrazar a alguien que esta viviendo con VIH, le puedes dar un beso en la mejilla, y puedes compartir comida con ellos. ¿Quién puede dar otro ejemplo?”. (Las respuestas pueden incluir una gran serie de comportamientos incluyendo sentarse en el inodoro donde se ha sentado alguien viviendo con VIH, nadar en una piscina juntos, sentarse a la par de alguien que está viviendo con VIH, ir a clases con alguien viviendo con VIH, etc.) (3 minutos)

PASO 8: Finalice la lección diciendo: “el VIH es una infección seria y transmisible pero también es muy difícil adquirirla. Con tal de que sepamos cómo se adquiere y no se transmite, podemos protegernos y ser buenos amigos y miembros de familia con personas que conocemos quienes están viviendo con VIH o SIDA. Todas las personas tienen algún riesgo de VIH, y la única manera de asegurarse si alguien tiene el VIH es con un examen de laboratorio”. (1 minuto)

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE RECOMENDADO AL CONCLUIR LA LECCION:

La hoja de trabajo: “Hechos sobre el VIH” está diseñada para evaluar los objetivos uno, dos, tres y cinco.

Adicionalmente, a través del paso 8, el maestro puede evaluar el objetivo 4 y aún más la comprensión de los alumnos de la transmisión de VIH por sus respuestas a las formas de interactuar sin riesgo con las personas que tienen VIH.

TAREA:

Ninguna.

HECHOS ACERA DEL VIH (VERDADERO O FALSO)

Instrucciones: Escriba VERDADERO al lado de las declaraciones que son verdaderas y FALSO al lado de las declaraciones que son falsas.

1. No puedes adquirir el VIH estando en el mismo cuarto con alguien que está viviendo con VIH.
(Verdadero: el VIH no es transmisible por el aire).
2. Hasta ahora, no hay vacuna para prevenir el VIH.
(Verdadero: Los investigadores están trabajando en una vacuna y probablemente habrá una en el futuro. Hay una inyección que una persona puede ponerse todos los días para que sea más difícil adquirir el VIH, pero no es una vacuna)
3. El VIH no se trasmite a través de estornudos.
(Verdadero: El VIH no es transmisible por el aire por estornudar o toser)
4. El VIH es una enfermedad transmisible.
(Verdadero: Pero no es fácil transmitirla)
5. No puedes adquirir el VIH compartiendo una bebida.
(Verdadero: El VIH no se encuentra en la saliva)
6. El VIH afecta el sistema inmunológico del cuerpo.
(Verdadero: El VIH ataca el sistema inmunológico y lo debilita, haciendo que sea más difícil luchar contra infecciones)
7. SIDA y VIH son dos cosas diferentes.
(Verdadero: El SIDA ocurre cuando una persona con VIH se enferma porque su sistema inmunológico ya no puede luchar contra infecciones. Pueden pasar años, a veces hasta 10 años para que una persona con VIH desarrolle SIDA).
8. Si tienes contacto con la sangre de alguien que NO tiene VIH, no puedes adquirir el VIH.
(Verdadero: El VIH solo se puede transmitir de una persona que ya tiene VIH. Si dos personas no tienen VIH, entonces ninguno puede transmitirlo al otro)
9. Compartir la aguja/jeringa con alguien que tiene VIH y la usa para inyectarse drogas puede resultar en adquirir el VIH.
(Verdadero: Compartir agujas o jeringas para usar drogas con alguien que tiene VIH es una de las maneras más fáciles de adquirir el VIH. Dejar de inyectarse con drogas puede bajar la posibilidad de adquirir el VIH al igual que usar agujas nuevas estériles en vez de compartirlas. La única manera cierta de prevenir el VIH y otras ETS es a través de la abstinencia de la actividad sexual y del uso de drogas)
10. Si alguien con VIH está sangrando, pueden transmitir el VIH a alguien más
(Verdadero: El VIH es transmisible por sangre infectada. La otra persona sin embargo tendría que cortarse su propia piel, para que el virus entre su cuerpo.)

HECHOS ACERA DEL VIH (VERDADERO O FALSO)

Instrucciones: Escriba VERDADERO al lado de las declaraciones que son verdaderas y FALSO al lado de las declaraciones que son falsas.

- _____ 1. No puedes adquirir el VIH estando en el mismo cuarto con alguien que tiene VIH.
- _____ 2. Hasta ahora, no hay vacuna para prevenir el VIH.
- _____ 3. El VIH no se puede transmitir a través de estornudar.
- _____ 4. El VIH es una enfermedad transmisible.
- _____ 5. No puedes adquirir el VIH compartiendo una bebida.
- _____ 6. El VIH afecta el sistema inmunológico del cuerpo.
- _____ 7. El SIDA y el VIH son dos cosas diferentes.
- _____ 8. Si tienes contacto con la sangre de alguien que NO tiene VIH, no puedes adquirir el VIH.
- _____ 9. Compartir la misma aguja/jeringa que alguien que tiene VIH y la usa para inyectarse drogas puede resultar en adquirir el VIH.
- _____ 10. Si alguien con VIH está sangrando, puede transmitirle el VIH a alguien más.

NOTA: Esto es para uso del maestro únicamente. NO es una hoja de distribución. NO LO DISTRIBUYA A LOS ALUMNOS.

Las ETS y el VIH: hoja informativa de los CDC



Las personas que tienen enfermedades de transmisión sexual (ETS) tienen más probabilidades de contraer el VIH, en comparación con aquellas que no tienen ETS.

¿Algunas ETS se asocian al VIH?

Sí. En los Estados Unidos, las personas que contraen sífilis, gonorrea y herpes a menudo también tienen el VIH, o tienen más probabilidades de contraer este virus en el futuro.

¿Por qué tener una ETS me pone en mayor riesgo de contraer el VIH?

Si usted tiene una ETS, tiene más probabilidades de contraer el VIH que una persona que no tiene una enfermedad de transmisión sexual. Esto se debe a que las mismas conductas y circunstancias que lo pueden poner en riesgo de contraer una ETS también lo pueden poner en mayor riesgo de contraer el VIH. Además, si tiene una llaga o herida en la piel causada por una ETS, el VIH podría entrar con más facilidad al cuerpo.

¿Qué actividades me pueden poner en riesgo de contraer tanto enfermedades de transmisión sexual como el VIH?

- Tener relaciones sexuales anales, vaginales u orales sin condón;
- tener múltiples parejas sexuales;
- tener parejas sexuales anónimas;
- tener relaciones sexuales bajo la influencia del alcohol o de drogas puede disminuir las inhibiciones y hacer que corra mayores riesgos sexuales.

¿Qué puedo hacer para evitar contraer las ETS y el VIH?

La única manera de evitar las ETS es no tener relaciones sexuales vaginales, anales ni orales. Si usted es sexualmente activo, puede hacer las siguientes cosas para disminuir las probabilidades de contraer una ETS y el VIH:

- Elija conductas sexuales de menor riesgo.
- Use condones de manera constante y correcta.
- Reduzca la cantidad de personas con las que tiene relaciones sexuales.
- Limite o elimine el consumo de drogas y alcohol antes de tener relaciones sexuales y durante estas.
- Tenga una conversación honesta y abierta con su proveedor de atención médica y pregúntele si debe hacerse pruebas de detección de ETS y del VIH.
- Hable con su proveedor de atención médica y averigüe si la profilaxis preexposición (o PrEP) es una buena opción para usted para prevenir la infección por el VIH.

National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention
Division of STD Prevention



CS200054

Si ya tengo el VIH y luego contraigo una ETS, ¿eso pone a mi pareja sexual (o parejas sexuales) en mayor riesgo de contraer el VIH?

Puede que sí. Si usted ya tiene el VIH y luego contrae otra ETS, esto puede poner a sus parejas sexuales VIH negativas en mayor riesgo de contraer el VIH de usted.

Sus parejas sexuales tienen menos probabilidades de contraer el VIH si usted hace lo siguiente:

- Recibe terapia antirretroviral (TARV). La TARV reduce la cantidad de virus (carga viral) en la sangre y en los líquidos del cuerpo. Si toma los medicamentos de manera constante, la TARV lo puede mantener sano por muchos años y reducir significativamente las probabilidades de que usted les transmita el VIH a sus parejas sexuales.
- Elige conductas sexuales de menor riesgo.
- Usa condones de manera constante y correcta.

El riesgo de contraer el VIH también puede reducirse si su pareja recibe profilaxis preexposición (o PrEP) después de hablar de esta alternativa con su proveedor de atención médica y determinar si es adecuada.

¿El tratamiento contra las ETS evitará que contraiga el VIH?

No. Eso no es suficiente.

Si recibe tratamiento contra una ETS, esto ayudará a prevenir las complicaciones de esa afección y evitará que se la transmita a sus parejas sexuales. El tratamiento contra una ETS que no sea el VIH no previene la propagación del VIH.

Si le diagnostican una ETS, hable con su médico acerca de cómo puede protegerse y proteger a su pareja (o parejas) para evitar que se vuelvan a contagiar la misma ETS o que contraigan el VIH.



¿Dónde puedo obtener más información?

División de Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual (DSTDP)
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

www.cdc.gov/std/spanish/default.htm

Centro de Información de los CDC
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)

Comuníquese con CDC-INFO

<https://wwwn.cdc.gov/dcs/espanol>

Quiero Saber (ASHA)

<http://www.quierosaber.org/ets.html>

P.O. Box 13827

Research Triangle Park, NC 27709-3827

1-800-783-9877

Afecto y amor: ahora y cuando sea mayor

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

HR.8.CC.4 – Describir la variedad de formas en que las personas expresan afecto dentro de distintos tipos de relaciones.

PR.8.CC.1 – Definir el significado de “relación sexual” y su relación con la reproducción humana.

PR.8.CC.2 – Definir el significado de “abstinencia sexual” en relación con la prevención de embarazos.

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Tiza o marcadores para el pizarrón o la pizarra blanca al menos tres de cada uno
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan.
- Comprobantes de salida; media hoja por alumno
- Tarea: “Una Conversación sobre el Sexo” un juego por alumno
- Tarea: ¿Cómo nos Fue?

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Fotocopie la hoja de comprobante de salida. Corte cada una a la mitad para que cada alumno reciba un comprobante.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Enumerar al menos tres actividades no sexuales que pueden hacer las personas para mostrarle a otras que les tienen afecto o las aman. [Conocimiento]
2. Describir al menos tres tipos de relaciones sexuales, incluyendo si están relacionadas con la reproducción humana y en qué forma. [Conocimiento]
3. Definir “abstinencia” y su conexión con la prevención de embarazos. [Conocimiento]

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Comience la lección distribuyéndole una tarjeta de índice a cada alumno y escribiendo el término “afecto” sobre la pizarra. Defina el término como: “nuestros sentimientos de afecto y amor hacia otros”. Pregúnteles: “¿a quiénes podrían tenerles afecto?”. Luego de que se hayan brindado algunos ejemplos, pídale a los alumnos que piensen sobre distintas formas de mostrarles afecto a estas personas; ¿cómo les hacemos saber a las personas que les tenemos afecto

o las amamos? ¿Qué han hecho ellas para hacernos saber que les importamos?

Pídale a los alumnos que piensen en sus familiares, amistades o, que si hay alguien que les haya empezado a gustar más que como amigo o amiga, en esa persona. Dígales que escriban en la próxima tarjeta de

Afecto y amor: ahora y cuando sea mayor

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

índice, tres formas distintas en la que les hayan mostrado afecto a estas personas. Pídale que por favor no le muestren sus tarjetas a ningún otro alumno.

Escriba un ejemplo de su propia vida que no sea algo demasiado personal, sobre la pizarra.

Por ejemplo: “cuando yo era más chica, nos mostrábamos afecto haciendo tiempo para comer juntos, en familia, todas nuestras comidas”. Entonces escriba sobre la pizarra: “Compartir las comidas”. (8 minutos)

PASO 2: Divida a la clase en dos grupos y pídale que se formen en dos filas perpendiculares a la pizarra, de acuerdo con sus fechas de cumpleaños. (Nota: dividirlos de esta forma logra que los equipos sean aleatorios. Si le preocupa el tiempo, simplemente divida la clase en dos). Asegúrese de que tengan sus tarjetas de índice con ellos, y recuérdelos que no las compartan con otros. Díales que cuando diga: “ya”, las primeras personas al frente de ambas filas irán a la pizarra y escribirán una de las cosas que tengan en su lista. Si alguien en su grupo ya ha escrito lo que ellos vayan a escribir, tendrán que usar el segundo término en su lista. Si ese también está ahí, tendrán que usar el tercero.

Nota para el maestro: Si un alumno en su clase tiene discapacidades físicas, ajuste el tiempo para asegurar que ese alumno, y el alumno de la otra fila, comiencen al mismo tiempo. Si el reto físico impide totalmente su participación, otras opciones incluyen que le diga a otro alumno su idea y que ese alumno pase dos veces. Alternativamente, el alumno físicamente discapacitado podría tomar los tiempos.

Díales a los alumnos que siguen, que si ya se han usado todos los ejemplos en sus tarjetas deberán sentarse. Los alumnos restantes seguirán adelante hasta que todo lo que tengan en sus tarjetas se haya anotado sin duplicación. (15 minutos)

Nota para el maestro: Deberá revisar las listas individuales en la pizarra para asegurar que no haya repetición. Los alumnos podrán ayudarlo con eso. (15 minutos)

PASO 3: Pida un voluntario de cada equipo para que lea toda la lista de su equipo. Circule o coloque una marca de verificación junto a cualquier cosa que aparezca en ambas listas. Procese la actividad con los alumnos haciéndoles las siguientes preguntas:

“¿Por qué hacemos estas cosas para las personas?”

“¿Cómo es que estas cosas muestran que les tenemos afecto o las amamos?”

Resuma diciendo: “al final, dar afecto y amor, así como recibir afecto o amor, se siente bien. Hacer estas cosas para las personas que nos importan, o con ellas, se siente bien”. (14 minutos)

PASO 4: Explíqueles a los alumnos que, a medida que maduran, podrían tener un novio o novia. Díales que cuando estén en ese tipo de relaciones, podrían haber distintas formas en las que quieran expresar su afecto o amor, lo que podría incluir hacer algo sexual juntos. Explíqueles que algunas de estas conductas podrían ser más apropiadas para personas jóvenes (p.ej., besarse, tomarse de las manos, etc.), mientras que otras serían más apropiadas para cuando sean mayores.

Diga: “una conducta que las personas de sus edades deben esperar para hacer juntas hasta que sean mayores, son las relaciones sexuales. ¿Cuántas personas han escuchado antes este término? ¿Qué han escuchado que significa?”. Permita que respondan algunos alumnos,

Afecto y amor: ahora y cuando sea mayor

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

validando lo que esté correcto.

“Pensemos únicamente en el sexo vaginal por un momento. ¿Qué es una cosa que puede pasar como resultado del sexo vaginal?”. Si no lo mencionan, diga que puede causar un embarazo. Diga: “cuando el semen, que es un fluido que sale de un pene y que contiene cientos de millones de espermatozoides, entra a una vagina, entonces hay posibilidad de que resulte en un embarazo. Además, el sexo vaginal, oral o anal puede poner a una o a ambas personas en riesgo de una ETS, o enfermedad de transmisión sexual. Más adelante aprenderán más sobre los embarazos y las ETS. Solo tengan en mente que embarazarse, causar un embarazo, o enfrentar una ETS son cosas realmente importantes. Por eso siempre es mejor esperar antes de comenzar estas conductas”.

Explíqueles que cuando una persona espera para hacer algo hasta que sea mayor, o hacerlo en otro momento, se llama “abstinencia”. Diga, “La abstinencia no significa que nunca harán esa cosa. Cuando se trata de conductas sexuales, es la única forma 100% segura para que eviten embarazarse, embarazar a otra persona, o contagiar a alguien o contagiarse ustedes con una ETS. Consulte las listas en la pizarra. Diga: “y recuerden, hay muchas maneras en que pueden mostrarles a otras personas que les tienen afecto, o que las aman, que no involucran tener algo sexual con ellas”.

(8 minutos)

PASO 5: Distribuya los comprobantes de salida: “A la Salida” y pídale a cada alumno que lo complete y lo entregue. Proporcíóneles la tarea diciéndoles que una hoja deberá ser completada por los padres o cuidadores y la otra por ellos, luego de lo cual deberán discutir sus respuestas junto con sus padres o cuidadores. (5 minutos)

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

La actividad interactiva en la pizarra le da a cada alumno la oportunidad de compartir algo que ellos perciban que demuestra cariño o amor, a la vez que, procesando la actividad, se asegura que ellos reciben ideas adicionales. La asignación de tarea permitirá que los maestros determinen si se ha cumplido con el segundo y tercer objetivo de aprendizaje.

TAREA:

Hojas de trabajo: “Una Conversación sobre el Sexo”. La versión para los padres deberá ser completada por el padre o cuidador, mientras que la versión para los alumnos la deberán completar los alumnos. A continuación, ambos compararán sus respuestas y tendrán una conversación sobre las mismas, luego de lo cual, juntos, completarán la hoja: “¿Cómo nos Fue?”.

TAREA: Para los Alumnos

Nombre del Alumno: _____

Instrucciones: Por favor completa esta hoja por tu cuenta, sin pedirle ayuda a tu padre o cuidador. Asegúrate de que ellos también tengan su versión de la hoja y que la completen sin pedirte ayuda a ti. Cuando ambos terminen, comparen sus respuestas, luego completen la hoja adjunta: “¿Cómo nos Fue?”.

1. Hoy hablamos acerca de algunas cosas que pueden suceder como resultado de tener algún tipo de relación sexual con otra persona. Manteniendo esto en mente, ¿cómo sabe una persona si está lista para tener sexo?

2. Hoy también hablamos sobre la abstinencia: esperar hasta tener más edad o estar listo para tener algún tipo de relación sexual. ¿Qué piensas que debería de suceder si una persona en una relación quiere tener sexo, pero la otra persona no quiere?

3. También hablamos hoy sobre las distintas formas en la que dos personas pueden mostrarse afecto, que no involucran ningún tipo de relación sexual. ¿Cuáles son algunas cosas que tú piensas que están bien que alguien las haga con su novio o novia en la secundaria?

TAREA: Para los Padres o Cuidadores:

Nombre del padre o cuidador: _____

Instrucciones: Por favor complete esta hoja por su cuenta, sin preguntarle a su hijo o hija lo que ellos piensan escribir. Asegúrese de que ellos también tengan su versión de la hoja, y que la completen sin pedirle ayuda a usted. Cuando ambos terminen, comparen sus respuestas, luego completen la hoja adjunta: “¿Cómo nos Fue?”.

1. Hoy hablamos acerca de las cosas que pueden suceder como resultado de tener algún tipo de relación sexual con otra persona. Manteniendo esto en mente, ¿cómo sabe una persona si está lista para tener sexo?

2. Hoy también hablamos sobre la abstinencia: esperar hasta tener más edad o estar listo para tener algún tipo de relación sexual. ¿Qué piensa que debería de suceder si una persona en una relación quiere tener sexo, pero la otra persona no quiere?

3. También hablamos hoy sobre las distintas formas en la que dos personas pueden mostrarse afecto, que no involucran ningún tipo de relación sexual. ¿Cuáles son algunas cosas que usted piensa que están bien que alguien las haga con su novio o novia en la secundaria?

TAREA: ¿Cómo nos Fue?

Instrucciones: Por favor contesten las siguientes preguntas en base a la conversación que acaban de tener. Por favor asegúrate de llevar esta hoja la próxima vez que haya clases.

¿Cómo se sintió tener esa conversación? ¿Por qué?

Alumno: _____

Padre o cuidador: _____

¿Estuvieron de acuerdo en la mayoría de sus respuestas, estuvieron en desacuerdo o fue una mezcla de ambas cosas?

Mayormente de acuerdo Mayormente en desacuerdo Una mezcla de ambas

¿Qué hicieron si estaban en desacuerdo? _____

¿Mencionen una cosa que hayan aprendido de su padre, cuidador o hijo como resultado de esta conversación?

Alumno: Aprendí que..._____

Padre o cuidador: Aprendí que... _____

Firma del alumno: _____

Firma del padre o cuidador: _____

Comprobante de Salida: “A la Salida...”

Por favor completa las siguientes oraciones y entrégalas antes de dejar la clase.

Una cosa nueva que aprendí hoy es: _____

Algo sobre lo que todavía tengo dudas es: _____



Comprobante de Salida: “A la Salida...”

Por favor completa las siguientes oraciones y entrégalas antes de dejar la clase.

Una cosa nueva que aprendí hoy es: _____

Algo sobre lo que todavía tengo dudas es: _____

Comprendiendo los límites

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

HR.8.IC.2 – Demostrar formas efectivas de comunicar límites personales y mostrar respeto por los límites de otros.

PS.8.CC.3 – Explicar que nadie tiene el derecho de tocar a otro de una manera sexual si no quieren ser tocados.

PS.8.CC.4 – Explicar por qué una persona que ha sido violada o sexualmente violentada no tiene

GRADO META: Grado 6

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Pizarra blanca o rotafolio, marcadores
- Pizarra blanca o block de hojas rotafolio
- Cinta adhesiva
- Hoja de trabajo: “Estableciendo y Respetando Límites” – una copia por cada tres estudiantes
- Tarea: “¿Qué Aconsejas?” una por alumno
- Un sobre tamaño oficio
- “Línea Nacional de Ayuda Telefónica para Casos de Acoso Sexual”, hojas de trabajo individualmente recortadas y colocadas dentro de los sobres – uno por alumno.
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan.

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Imprima una copia de la hoja: “Línea Nacional de Ayuda Telefónica para Casos de Acoso Sexual” y córtela en cuadros individuales. Colóquelas en un sobre.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Definir lo que es un límite, con énfasis sobre los límites personales. [Conocimiento]
2. Demostrar cómo ser claros respecto a los límites propios y mostrar respeto hacia los límites de otros. [Conocimiento]
3. Demostrar comprensión acerca de que nadie tiene el derecho de violar los límites de otros, y de que hacerlo podría ser contra la ley. [Conocimiento]
4. Nombrar al menos una agencia a la que puedan reportarle un caso de violencia sexual o violación. [Conocimiento]

Nota para el maestro: El tema de esta clase a veces puede conducir a que algún alumno hable sobre su experiencia personal de abuso o violencia sexual, o de que alguien más en la clase o colegio lo haya experimentado. Si un alumno fuera a compartir un ejemplo durante la clase, usted tendrá que tomar acción de acuerdo con las políticas del colegio y las leyes estatales. Si esto sucediera, por favor vea nuestros *Materiales de Apoyo para Maestros sobre cómo manejar esta situación en el aula.*

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este plan de estudio. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del plan de estudio: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él” y el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones. Esto pretende que el currículo sea inclusivo de todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su escuela y aula, y deberá hacer los ajustes de acuerdo con eso.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Pregúntele a la clase si alguna vez han escuchado el término “límite”. Luego de que respondan, explíqueles que un límite es una

Comprendiendo los límites

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

restricción que se le pone a algo; un punto que no puede rebasarse. Puede ser un límite físico, como un letrero que diga “Prohibido el Ingreso”, o una regla sobre cómo funciona la sociedad, tal como una ley que diga que las personas no pueden manejar vehículos o votar hasta que tengan cierta edad.

Explíqueles que la lección de hoy se enfocará sobre los límites personales. Estos son límites que establecemos para nosotros mismos en relación a lo que nos incomoda o no. Pregúnteles a los alumnos si pueden proporcionar ejemplos de límites personales. Sondee las siguientes respuestas: “contacto físico (abrazos, besos); mantener el espacio personal a su alrededor/ no sentirse acorralado; lenguaje (cuando las personas usan un lenguaje que otros consideran ofensivo, que también viola un límite); cuando alguien usa o pide prestadas sus cosas sin pedir permiso”, etc.

Pídales a los alumnos que proporcionen ejemplos de algún límite físico que tengan. Luego pregúnteles si alguna vez alguien no respetó sus límites físicos, y cómo se sintieron al respecto. Finalmente, pregúnteles si alguno está dispuesto a compartir alguna situación en la que no respetaron el límite de otra persona. Si dan un ejemplo pídale que describan el motivo, si es que lo pueden recordar; cómo es que se dieron cuenta que habían sobrepasado ese límite, y qué fue lo que hizo la otra persona en respuesta. Si nadie tiene un ejemplo o está dispuesto a darlo, hable sobre lo que sucede cuando un miembro familiar adulto desea recibir un beso o abrazo y no tienen ganas de dárselo a esa persona, pero se espera que lo hagan. Otro ejemplo es cuando a una persona más joven se le dice que necesita compartir sus cosas con sus hermanos más pequeños aunque no quiera hacerlo. (10 minutos)

PASO 2: Explique, a partir de los ejemplos dados, que claramente a las personas no les agrada cuando tienen un límite y otra persona no lo respeta. Dígalos a los alumnos que a medida que maduran y tienen un novio o novia, el asunto de los límites también va a tener que ver con la sexualidad, lo que puede ser un tema delicado de discutir.

Divida a la clase en grupos de tres. Dígalos que les va a entregar una hoja de trabajo con algunos escenarios. Pídales que completen las hojas con sus grupos. Distribuya una hoja por grupo de tres alumnos y dígalos que tienen alrededor de 10 minutos para llenarla. (15 minutos)

PASO 3: Luego de unos 10 minutos de trabajo, pídale su atención y solicite que un voluntario lea el primer ejemplo. Pídale a los distintos grupos que compartan sus pensamientos acerca de cómo cada persona respondió según el escenario, así como la forma en que lo hubieran hecho distinto. A medida que respondan los alumnos, escriba las palabras clave sobre el pizarrón o la hoja rotafolio, para reforzar una comunicación efectiva sobre los límites. Ejemplos de lo anterior podrían ser: “hablar claro”, “parar cuando alguien diga que no”, “ser directo pero sin ser grosero”, etc.

Pida que otro alumno lea el segundo ejemplo en voz alta, y nuevamente pida voluntarios de los distintos grupos para que compartan sus respuestas a las dos preguntas. Si mencionan algo que ya se ha escrito en la pizarra, póngale una marca de verificación junto al término o frase; si contribuyen algo nuevo añádelo a la lista. (15 minutos)

Notea para el maestro: *Nota para el maestro: Dependiendo del tipo de clase que tenga, podría querer que los alumnos realizaran una dramatización de estos escenarios al frente del aula, para que puedan ver estas sugerencias en acción y determinar qué fue lo más útil y por qué.*

Comprendiendo los límites

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

PASO 4: Pídeles a los alumnos que observen lo que está sobre la pizarra y describan cuáles temas o lecciones observan en lo que está escrito, sondeando la importancia de conocer y estar claros sobre cuáles son sus límites, así como averiguar cuáles son los límites de otra persona y respetarlos, incluyendo si fueran a cambiar.

Diga: “estos comportamientos y límites que estamos discutiendo son bastante moderados, pero la cosa puede volverse mucho más seria que esto”. Pregúnteles a los alumnos si alguna vez han escuchado el término “violación” o “violencia sexual” y, si es el caso, qué entienden ellos qué significa. Sondee la siguiente respuesta: “es cuando alguien fuerza a otra persona a hacer algo sexual que no quieren hacer”. Explíqueles que la violación involucra algún tipo de sexo forzado: vaginal, oral o anal. Pero si una persona le hace a otra persona otro tipo de cosas sexuales que esa persona no quiere hacer, entonces se considera violencia sexual o abuso, y es tan malo como la violación.

Explíqueles: “la violación y la violencia sexual son extremadamente serias porque pueden lastimar a alguien física y emocionalmente. No solo son un agravio, también son crímenes. Así que si no están seguros acerca de los límites de la otra persona o si, como Max, la empujan un poco para ver si cambia de opinión, podrían terminar cometiendo un crimen. Esta es otra razón por lo cual una comunicación clara es tan importante. Si no están seguros de cómo la otra persona se siente al respecto, o de qué es lo que quiere hacer sexualmente, solo pregunten. Si no les gusta lo que están haciendo sexualmente con otra persona díganle que quieren parar, y luego paren”.

Finalmente, dígale a la clase que: “el mensaje más importante que quiero que se lleven es que la persona que no respeta los límites la que los empuja, o que viola o abusa a otra persona, siempre es responsable de lo sucedido. Si alguien dice que “no”, necesitan parar de hacer lo que están haciendo. Si no les gusta lo que otra persona está haciendo, necesitan decir que “no” muy claramente. Si alguien viola o comete violencia sexual en contra de otra persona, nunca es culpa de la persona que fue violada o sexualmente violentada. El abusador o violador siempre tiene la culpa, no importa lo que estuviera vistiendo la persona violada, o si se conocían, fueron pareja, o hubieran tenido anteriormente algún encuentro sexual. No significa no siempre. Aún si alguien no dice nada, no significa que hayan dado su consentimiento”. (7 minutos)

PASO 5: Tome los sobres con los cuadros individuales que contienen el número de emergencia contra la violencia sexual y comience a caminar alrededor del aula, entregándole uno a cada alumno. Mientras se aleja diga: “siempre es mejor si pueden hablar con sus padres o cuidadores acerca de algo serio que les haya ocurrido, o con alguien que conozcan. Siempre pueden hablar con algún otro adulto de confianza, como alguien aquí en el colegio. Pero a veces las personas, tanto jóvenes como adultas, encuentran que es muy difícil hablar sobre la violencia sexual. Por eso hay una línea de emergencia, a la cual pueden acceder llamando o ingresando en línea. Al final, no importa con quién hablen sobre esto; lo que importa es que le digan a alguien para que eso pare de suceder, y para que esa persona no pueda hacérselo a nadie más.

Distribuya la hoja de tarea: “¿Qué Aconsejas?” y pídeles que la llenen y la traigan a la próxima clase. (3 minutos)

Comprendiendo los límites

Un Plan de Clase tomado de: "Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12".

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

Los mensajes de contenido de los objetivos de aprendizaje están en la miniconferencia para el maestro. La actividad para grupos pequeños ayudará al maestro a evaluar los objetivos uno y dos; el objetivo tres se evaluará haciendo observaciones durante la última discusión. La tarea proporcionará una oportunidad para evaluar la comprensión individual de acuerdo a su relación con los objetivos uno y dos.

TAREA:

La hoja de trabajo: "¿Qué Aconsejas?", en la cual se presentan dos escenarios distintos; los estudiantes tienen que responder directamente sobre las situaciones descritas.

Hoja de trabajo: Estableciendo y Respetando Límites

Instrucciones: Por favor lean cada ejemplo y discutan con su grupo cómo piensan que los personajes deberían manejar cada situación. Seleccionen a una persona para que escriba las respuestas en el espacio provisto.

1. Amy y Jesse son una de las primeras parejas en el 7mo grado. A Amy le encanta que todos sepan que son pareja, y siempre toma la mano de Jesse en el pasillo o pone su brazo alrededor de su cuello. A Jesse le gusta mucho Amy, pero nunca ha sido una persona muy física y no le gusta que lo toquen en público. La próxima vez que Amy ve a Jesse en el colegio pone su brazo alrededor de su cintura, le da un suave apretón y le dice: “hola”. Jesse, sintiéndose incómodo, dice: “no necesitas hacer eso cada vez que nos vemos”. Amy se retrae de inmediato y dice: “muy bien” y se aleja.

¿Cómo piensan que Jesse manejó esta situación? ¿Qué debería o podría haber hecho diferente Jesse?

¿Cómo piensan que Amy manejó esta situación? ¿Qué debería o podría haber hecho diferente Amy?

2. Max y Julia pasan mucho tiempo juntos ahora que son pareja. Cuando encuentran un poco de tiempo privado les gusta besarse mucho. Max realmente quiere hacer algo más, así que la próxima vez que están solos trata de subirle la blusa a Julia para tocarle uno de sus senos. Ella la vuelve a jalar para abajo y le dice que “no”, pero continúa besando a Max. Él trata otra vez, y ella le dice: “no, Max”. Max recuerda haber visto una película en donde si se continúa tratando, la otra persona a veces cede, así que trata de nuevo. Julia lo empuja, lo deja de besar y dice: “me voy a casa” y se va.

¿Cómo piensan que Max manejó esta situación? ¿Qué debería o podría haber hecho diferente Max?

¿Cómo piensan que Julia manejó esta situación? ¿Qué debería o podría haber hecho diferente Julia?

Tarea: “¿Qué Aconsejas?”

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Lee cada una de las situaciones descritas abajo. Luego, escribe lo que piensas que sería el mejor consejo para las personas que están buscando tu ayuda.

1. Un amigo te dice que realmente necesita hablar contigo sobre algo. Te dice que alguien a quien ambos conocen en el colegio lo arrinconó en el baño cuando no había nadie más y lo tocó entre las piernas diciendo: “yo sé que lo quieres”. ¿Qué le dirías que hiciera?

2. Un chico que conoces tiene una chica que lo quiere mucho. Ella coquetea con él en el colegio, pero él está menos interesado. Él no quiere herir sus sentimientos, así que no le dice nada directamente a ella, pero a él no le interesa ella de esa manera. Viene a ti porque ella dijo que si él no la besa ella le va a decir a todos que él es gay. ¿Qué le dirías a él que hiciera?