

Un día en la escuela

EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL



Ministerio de
Educación
Presidencia de la Nación



Programa Nacional de
Educación Sexual Integral



Cambios que se ven y se sienten



1 Tenemos nuevas actividades

- ¿Cuáles de las siguientes actividades nos gusta realizar: jugar, bailar, hacer deportes, andar en bici, escuchar música, estar más tiempo con nuestros amigos y amigas?
- Hacemos un listado de actividades que nos gustaría cuando empezamos la primaria. Las comparamos. ¿Qué dejamos de hacer? ¿Qué seguimos realizando?
- ¿Qué nos gusta hacer juntos a chicos y a chicas? ¿Qué preferimos hacer en forma separada? ¿Por qué?



2 Queremos ser parte del grupo

- ¿Por qué es importante para nosotros/as formar parte de un grupo? ¿Qué características creemos necesarias para ello (actos de pelo, formas de vestir, tipo de música...)?
- ¿Qué lugar tienen los sentimientos, la solidaridad, el respeto, la aceptación de las diferencias en el grupo?



5 Nos enamoramos

- ¿Cómo expresamos nuestro amor a las personas que nos gustan? Leemos cuentos y poesías de enamorados.
- ¿Qué sentimos cuando hablamos de estas cosas?
- Sentir amor por otro es maravilloso, aunque a veces nos puede causar tristeza, porque no siempre corresponden/dan. ¿Cómo reaccionamos cuando eso nos pasa?

7 Queremos decir "no", pero no nos animamos

- ¿Alguna vez nos vimos obligados/as por nuestro grupo de amigas/os a hacer algo que no queremos, y no pudimos decir "no"? ¿Cómo nos sentimos después? ¿Podríamos hablarlo con alguien?
- ¿Qué haríamos si alguien quiere tocar nuestro cuerpo, acercarnos sin que queramos, o nos pide que le mostremos nuestras partes íntimas? Es importante que no guardemos los secretos que nos molestan, y que lo hablémos con palabras de confianza para que nos ayuden.



3 Cambiamos de ánimo con facilidad

- ¿Qué sentimientos expresan los caras de estos chicos y chicas? ¿Qué les puede estar pasando?
- Contamos alguna anécdota sobre cambios repentinos de ánimo que recordamos haber vivido.
- ¿A los varones y a las mujeres nos pasa lo mismo con los estados de ánimo?



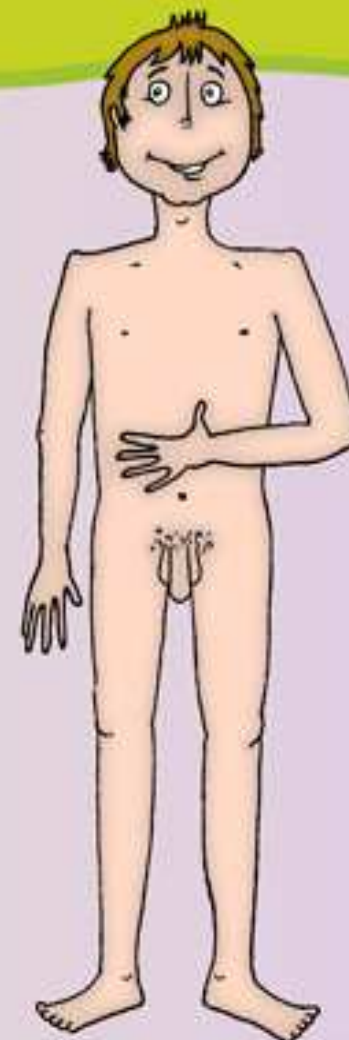
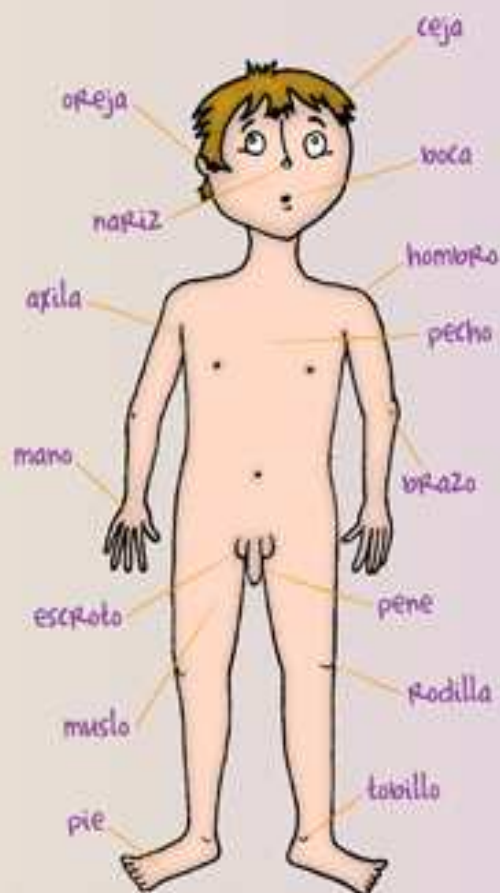
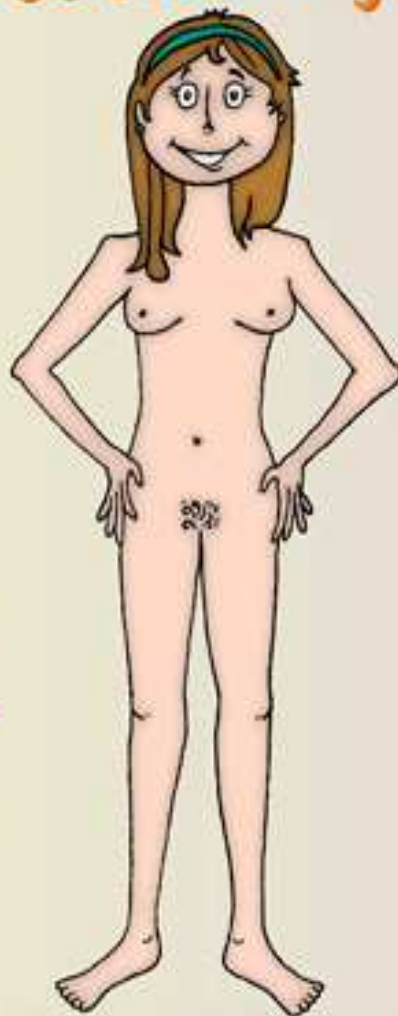
6 A veces, no estamos conformes con el cuerpo que tenemos

- Nuestros cuerpos no son iguales, porque nuestro cuerpo es único. ¿Nos preocupa parecernos a los cuerpos que vemos en los medios de comunicación: revistas, videojuegos, internet, etc.? ¿Por qué? ¿Qué "ideales de belleza" transmiten estos medios?
- ¿Qué influencia pueden tener esos "ideales de belleza" en nuestra manera de ser, de sentir, de actuar y de ver nos a nosotros/as mismos/as?

8 Sentimos que los grandes no nos van a entender

- ¿Qué cosas les contamos a los adultos?
- ¿Qué no queremos contarles?
- ¿Cómo podemos hacer para que nos entiendan? Y ellos, ¿qué pueden hacer para entendernos?





MUJERES CADA UNA A SU TIEMPO

- Crecen de manera acelerada, sobre todo en la columna.
- Se desarrollan los pechos y se producen secreciones vaginales transparentes o blanquecinas.
- Crece vello en el pubis, los axilas y las piernas.
- Se avanza la caída del vello corporal con la posibilidad del embarazo y el parto.

- Pueden aparecer granitos, transpirar mucho y con olor fuerte.
- Comienza la menstruación y la posibilidad biológica de procreación.
- Aparecen nuevas sensaciones placenteras acompañadas de formaciones relacionadas con ellas.

VARONES CADA UNO A SU TIEMPO

- Crecen rápidamente en peso y en altura. Crecen piernas y brazos en primer lugar, luego, el torso.
- Se desarrolla el pene y se producen las testículas dentro del escroto. Se producen eyaculaciones nocturnas.
- Crece vello en el pubis, los axilas, la barba y el resto del cuerpo.
- Aumenta el grado de los cambios en relación con la pubertad, que es más avanzado que en las mujeres.

- Cambia la voz y se desarrolla la nariz de Adán. Pueden aparecer granitos, transpirar mucho y con olor fuerte.
- Comienzan las eyaculaciones y la posibilidad biológica de procreación.
- Aparecen nuevas sensaciones placenteras acompañadas de formaciones relacionadas con ellas.