



# PAQUETES BÁSICOS

## SEXUALIDAD 2º ESO

Consiste en una preselección de actividades básicas por temáticas que siguen una serie lógica, la cual el profesor podrá utilizar y a la que luego podrá agregar cuantas actividades desee. Esta opción plantea las diferentes alternativas y combinatorias que cada profesor seleccione ya que puede trabajarse una única temática a lo largo de todo el curso haciendo uso del paquete básico de cuatro actividades y luego puede ir añadiendo cuantas actividades entienda necesarias ó bien puede combinar los paquetes básicos de diferentes temáticas.

Las combinatorias pueden ser múltiples y flexibles adaptándose a las exigencias de cada IES, cada Profesor y cada grupo.



# Identidad sexual

1d.



## Objetivos

Reflexionar sobre la identidad sexual (hombre, mujer) a través de las características sensoriales (vista, oído, olfato...) tomando conciencia de cómo nos clasificamos por medio de esas características y que éstas a veces pueden ser engañosas.

## Áreas

Lengua Castellana. Tutoría.

## Desarrollo

Previamente se ha pedido a los/as alumnos/as que traigan imágenes de hombres y mujeres de todas las edades y aspecto físico.

Cada grupo mostrará al resto, una por una, las imágenes que haya traído en las que haya figuras de hombres y de mujeres de todas las edades, trucadas o no, para que adivinen de qué sexo son. Puesta en común: se abrirá una discusión recogiendo las diferentes aportaciones de los grupos en torno a estos conductores o claves: dibujo de un chico y una chica donde no se distinga bien cuál es su sexo.

- ▶ Ropas, cabello y adornos que nos pueden engañar.
- ▶ Los nombres pueden ser neutros o desconocidos.
- ▶ ¿Qué nos queda? La anatomía y fisiología; es decir, el cuerpo de hombre y el cuerpo de mujer.
- ▶ Identificación personal: yo soy chico, yo soy chica.

Se finalizará con una discusión que gire en torno a la identidad sexual (categoría permanente del self que consiste en autclasificarse como niño o niña, mujer u hombre, y que está ligada a la imagen corporal) y la realidad anatomofisiológica (la de los órganos genitales y reproductores fundamentalmente) explicando, si procede, qué es la transexualidad y su problemática específica. También puede aprovecharse este momento para explicar aspectos anatómicos y fisiológicos del ser humano.

1º. Se divide la clase en pequeños grupos que responderán a las preguntas planteadas en la Fcha 1dA. Se reflexiona en grupo, una vez contestadas, sobre:

- ▶ ¿En qué nos basamos para hacer una identificación hombre, mujer?
- ▶ ¿Puede haber equívocos en nuestra clasificación?

A partir de estas preguntas y de las contestaciones de la Ficha, se abrirá una discusión sobre la identidad sexual, explicando, si surge, qué es la transexualidad.

Con el fin de concluir la actividad se puede visualizar la película "Víctor o Victoria".

2º. Para hacer más significativo este aprendizaje, se puede plantear la siguiente actividad para que vivencien en su entorno más cercano la identidad sexual según los roles sociales.

Se pide que por un día completo se comporten como ellos/as piensan que son las personas del sexo contrario al que pertenecen. Posteriormente responden al cuestionario adjunto. Ficha 1dB.

- ¿Qué cambiaron en sus modos de actuación?
- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Cómo reaccionó la gente?
- ¿Qué mensajes recibieron de la gente?
- ¿Les gustó la experiencia? ¿Por qué?

A partir de esta experiencia, el tutor/a podrá hablar sobre los roles sociales enlazando con el objetivo transversal de educación sexual: no discriminación por condición sexual (en nuestra cultura) o cualquier otra razón.

3º. Se trata de ahondar más en la cuestión de los roles sociales. Contestan a una Ficha de forma individual (Ficha 1dC) indicando únicamente si son chicas o chicos. En la puesta en común se trabajarán los siguientes aspectos:

-Ver si existen diferencias entre los grupos de chicas y chicos.

Ante las comparaciones se puede hacer una reflexión sobre lo que hubieran contestado nuestros padres y/o abuelos. De esta forma quedaría plasmada la evolución de las generaciones y el mestizaje de priorizaciones que pueden existir hoy día.

4º. Se trata de experimentar sensaciones a partir de los cinco sentidos, fomentando no sólo el sentido de la vista sino el resto igualmente para ampliar la erótica de los sentidos, sin distinguir por condición sexual, dado que todos tenemos capacidad de sentir con independencia de si somos hombres o mujeres.

Se forman parejas. Uno lleva los ojos tapados y el compañero lo va guiando por un espacio abierto, como puede ser el patio del colegio o un parque cercano. El que lleva el pañuelo en los ojos irá fijándose en lo que escucha y siente. Su compañero:

**Tacto:** le hará tocar distintos objetos, de diferentes texturas a ser posible, para que pueda tocarlos y adivinar qué es además de notar sus características a través del tacto.

**Oído:** escucharán los sonidos que se producen a su alrededor identificando aquellos que les son agradables y los que no.

**Olfato:** plantas, bocadillos, cosas que podrán ser utilizadas para que el "ciego/a" pueda oler, eligiendo aquellos olores más agradables a su parecer.

**Gusto:** (se puede poner en práctica en clase) con distintos trozos de frutas o bocadillos, dulces... al degustar se describe lo que siente.

Se intercambian los papeles.

Por último, la puesta en común donde se comenta:

- ¿Cómo se han sentido?
- ¿Con qué sentido han sentido más?
- Experiencias con los distintos sentidos.

**Conclusión:** ampliar nuestro campo de percepción y no centrarlo todo en la vista. Todos tenemos capacidad de sentir y hay que potenciarla. Se puede enlazar con objetivos relacionados con la empatía hacia las personas con alguna discapacidad.

## Aspectos a tener en cuenta

El proceso de sexuación está presente en nuestras vidas desde mucho antes de nacer. La autobiografía de cada uno es parte de un proceso de sexuación, de forma tal que se configuran personas sexuadas con una historia personal sexual que les da un carácter propio e inseparable a su persona. Sin embargo, interactuamos y, por ello, todas las personas que nos rodean interfieren en nuestro proceso de sexuación, siendo recíproca la influencia. La cultura, la educación, la familia, el entorno inmediato, los mass media, el grupo de iguales y los acontecimientos personales serían claros ejemplos de lo dicho anteriormente.

## Bibliografía

Gobierno de Navarra. Instituto de Salud Pública. *Guía de salud y desarrollo personal.*





Ficha 1dA

### La identidad sexual

1. Cuando alguien nace, ¿qué es lo primero que habitualmente preguntamos?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Al observar un grupo de personas, ¿cuál es la primera clasificación que en la mayoría de los casos hacemos?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Cuando rellenas un cuestionario, ¿cuáles son las dos primeras preguntas?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. En tu carnet de identidad, ¿qué datos son los más destacados para identificarte?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





Ficha 1dB

- ¿Qué cambiaron en sus modos de actuación?
- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Cómo reaccionó la gente?
- ¿Qué mensajes recibieron de la gente?
- ¿Les gustó la experiencia? ¿Por qué?

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





Ficha 1dC

### ¿Qué queremos?

Puntúa del 1 al 5, en orden de importancia, lo que a ti te gustaría conseguir en el futuro:

- ▶ Tener coche propio. \_\_\_\_\_
- ▶ Acabar estudios universitarios. \_\_\_\_\_
- ▶ Conseguir un trabajo bien remunerado. \_\_\_\_\_
- ▶ Tener muchas/os amigas y amigos. \_\_\_\_\_
- ▶ Que tus amistades te quieran. \_\_\_\_\_
- ▶ Ser competente en tu trabajo. \_\_\_\_\_
- ▶ Hacer deporte profesional. \_\_\_\_\_
- ▶ Disfrutar practicando algún deporte. \_\_\_\_\_
- ▶ Tener buen sentido del humor. \_\_\_\_\_
- ▶ Tener descendencia. \_\_\_\_\_
- ▶ Vivir un amor apasionado. \_\_\_\_\_



# Respuesta sexual humana

2a.



## Objetivos

Hacer conscientes a los/as alumnos/as de cómo funcionamos los seres humanos en las relaciones sexuales.

## Áreas

Tutoría.

## Desarrollo

Se trata de jugar con las fases de la respuesta sexual humana intentando conocernos algo más y al tiempo saber cómo es el otro sexo y si somos iguales o diferentes realizando un cuadro comparativo diferenciado por sexos como el siguiente:

Deseo		Situaciones estimulantes		¡Crash!	
chicas	chicos	chicas	chicos	chicas	chicos

Por grupos de cinco, preferentemente diferenciados por sexos, responden a las siguientes cuestiones (se contemplan todas las respuestas de cada uno de los miembros del grupo aun siendo muy distintas). Ficha 2a.

- ¿Cómo desearía que fuera mi pareja? (tanto física como psicológicamente).
- ¿Qué aspectos me atraen más de alguien que acabo de conocer?.
- ¿Qué cosas valoraría más en una relación?.

Con estas preguntas trabajamos el deseo.

- ¿Cómo sería la situación concreta (lugar, elementos que aparecen...) donde estuvieras con tu pareja muy bien? (Pueden ser varias).

Aquí trabajamos las situaciones y elementos estimulantes. Excitación.

- ¿Qué rompería la situación perfecta con tu pareja?.
- ¿Qué cosas romperían tu relación? (con respecto a tu pareja y a la relación en general).

Con estas preguntas trabajamos la empatía y el conocimiento de uno mismo y del otro. Estaría relacionado con el anti-deseo.

Una vez contestadas todas las preguntas, se hará una puesta en común. Para que sea anónimo, el/la docente puede recoger todas las respuestas y exponerlas al grupo.

En un cuadro, como el de arriba, se van escribiendo las respuestas. Si hay coincidencias se pondrá una X al lado. Al terminar se realiza una reflexión sobre:

- ¿Qué diferencias o igualdades existen entre chicos y chicas de estas edades?
- ¿Qué cosas han sido más repetidas en cada uno de los apartados?
- ¿Es compatible todo esto en relaciones heterosexuales y homosexuales?

**Conclusión:**

Conocerse a uno mismo es indispensable para no dejarnos llevar por la opinión de otro.

Tener nuestros propios criterios para decir lo que nos gusta y lo que no. Esto nos lleva a ser asertivos y a la vez empáticos, pues comprendemos que pueden existir diferentes gustos según las personas y que en cuestión de deseos y gustos nadie lleva la razón. Al mismo tiempo, conocer los deseos de mi pareja ayuda a entablar una relación de confianza, comunicación y respeto, bases indispensables.

## Aspectos a tener en cuenta

Ser respetuoso con cada una de las opiniones que se expongan.

## Conceptos básicos

Deseo: sentimiento de atracción sexual por alguien o por algo.

## Ficha 2a



¿Cómo desearía que fuera mi pareja? (tanto física como psicológicamente).

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué aspectos me atraen más de alguien que acabo de conocer?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué cosas valoraría más en una relación?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Con estas preguntas trabajamos el deseo.

¿Cómo sería la situación concreta (lugar, elementos que aparecen...) donde estuvieras con tu pareja muy bien? (Pueden ser varias).

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Aquí trabajamos las situaciones y elementos estimulantes. Excitación.

¿Qué rompería la situación perfecta con tu pareja?

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué cosas romperían tu relación? (con respecto a tu pareja y a la relación en general).

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Con estas preguntas trabajamos la empatía y el conocimiento de uno mismo y del otro. Estaría relacionado con el anti-deseo.

# Enamoramientos

3b.



## Objetivos

- ▶ Esclarecer qué es y qué pasa cuando nos enamoramos.
- ▶ Reflexionar sobre los comportamientos, efectos y consecuencias que conlleva el enamoramiento.
- ▶ Identificar signos del enamoramiento.

## Áreas

Lengua Castellana.

## Desarrollo

Justificación: en el enamoramiento, según José Tordera, “se activa la fe... es subjetivo... en él hay una vuelta a la reserva natural de lo imaginario”.

Es decir, en el enamoramiento uno cambia su comportamiento habitual; el cerebro queda empañado de este sentimiento o emoción actuando, a veces, de forma poco racional, hecho que conlleva consecuencias varias.

Por ello, ser conscientes de lo que puede pasar ayudaría a ser más coherentes con nuestros actos cuando nos “enamoramos”.

## Materiales necesarios

Pizarra, papel, bolígrafos, papel celofán de color rojo, tijeras, cartulinas, pegamento, gomas elásticas.

**La actividad se compone de varias dinámicas y actividades.**

### 1º Actividad motivadora.

“Hacemos unas gafas rosas”.

Objetivo: comprobar cómo el enamoramiento puede distorsionar la realidad.

Se confeccionan unas gafas de cartulina con dos agujeros en la parte de los ojos donde irán pegados dos trozos de papel celofán de color rojo.

El docente, una vez confeccionadas, introduce el tema preguntando: ¿qué relación pueden tener las gafas rosas con el enamoramiento? Ellos/as darán las ideas y se concluirá: cuando uno está enamorado es como si llevara unas gafas rosas.

### 2º Definiendo el enamoramiento.

Se realiza una lluvia de ideas de palabras sinónimas al enamoramiento Ej.: estar colado por..., estar pillado por...

Una vez concluida la lluvia de ideas, se forman grupos de 4 que deberán redactar una definición propia del enamoramiento con las ideas que han surgido en la lluvia de ideas.

Se exponen las definiciones y se elige una o bien se compone otra distinta con matices de todas.

### 3º Diferencia entre enamoramiento y amistad.

Se escogen a 4 personas, o voluntarios, que representen las dos escenas. Dos dramatizarán la conversación entre amigos (chico-chica) y otros dos simularán la conversación entre dos personas enamoradas. Se trata de una simulación de dos situaciones diferentes con conversación idéntica.

Conversación:

- Hola.
- Hola.
- Emm ¿Te gustaría venir conmigo al cine?
- No sé... ¡Venga vale! ¿A qué hora?
- A las seis. ¿Vale?
- Vale, adiós.
- Adiós.

Se exponen las diferencias percibidas por el resto de compañeros en la pizarra.

Por ejemplo: en los enamorados.

- ▶ Tono de voz es más bajo.
- ▶ Las miradas suelen ser esquivas o "embobadas".
- ▶ Los movimientos del cuerpo son bastante artificiales e incluso de baile.
- ▶ Gestos de la cara.
- ▶ Seguridad o inseguridad al hablar.
- ▶ Lentitud en el habla.

### Conclusión:

para conocer a alguien es indispensable la comunicación con él/ella. La comunicación puede ser verbal o no verbal, pero debe existir. En las relaciones de pareja, la comunicación es un pilar indispensable para que ésta funcione.

## Conceptos básicos

Enamoramiento: según la Enciclopedia de la didáctica de la sexualidad de Planeta, el enamoramiento es el deslumbramiento provocado por otra persona, con la que generalmente se deseará mantener una relación de pareja compartiendo sus deseos y sus experiencias sexuales.

### Por otro lado, según José Tordera, las características del enamoramiento son:

- ▶ La hipervaloración de las cualidades físicas y psicológicas (de la persona de quien uno/una se ha enamorado) sin capacidad crítica.
- ▶ La idealización extrema.
- ▶ La sensación compulsiva de que la vida depende del cumplimiento satisfactorio de los anhelos despertados.

# Cuando digo no, quiero decir no

5b.



## Objetivos

- ▶ Que reflexionen sobre la importancia de expresarse con asertividad ante situaciones que nos crean conflicto.
- ▶ Aprender a defender nuestras opiniones frente a la presión de los demás.
- ▶ Concienciarles de que, sobre todo en el aspecto sexual, cada uno tiene que ejercer la capacidad de decidir y no dejarse presionar por los demás.
- ▶ Aprender a decir no asertivamente.

## Áreas

Tutoría. Lengua Castellana.

## Desarrollo

El/la profesor/a escribe nuevamente en la pizarra la siguiente frase:  
**“La asertividad es la libertad de decidir frente a la presión de los compañeros”.**

Y explica que ser asertivo es defender nuestra postura con firmeza y claridad, pero además respetando y teniendo en cuenta al otro.

- ▶ Se divide la clase en grupos y se les pide que inventen 5 ejemplos de situaciones en las que deben manifestar con asertividad su disconformidad con el grupo, confeccionando sus diálogos correspondientes.

Ejemplo: una invitación a dar una vuelta y tú quieres quedarte a estudiar. La presión de los compañeros tendentes a conseguir que se someta a las opiniones, gustos y modos y comportamientos del grupo.

Para desarrollar la asertividad, se pueden utilizar frases como:

- ▶ Me siento mal con lo que me han dicho. Yo opino que...
- ▶ Me parece bien que os vayáis al cine; yo hoy prefiero quedarme a estudiar.
- ▶ Yo deseo ir a pasear en bici, ya sé que queréis quedaros viendo la tele.
- ▶ Yo pienso que es mejor hacer ejercicio.
- ▶ Entiendo que no te guste mi vestido. Somos todos diferentes. A mí me gusta mucho.

El/la profesor/a también explica que decir que no, cuando no queremos algo, es una habilidad asertiva, que en muchas ocasiones y a muchas personas les resulta difícil de mantener. Pero, como todo, se aprende. Cuando decimos No asertivamente, lo estamos diciendo de tal manera que no caemos ni en la ofensa, ni en el ataque al otro.

**El No asertivo es un No razonado.** Debemos expresarlo de tal manera que el otro entienda nuestra justificación.

A partir de aquí se procede a practicar situaciones en las que se va a utilizar el **No asertivo o razonado**.

De las situaciones inventadas por los grupos, cada uno elige una y hace un *role-playing* con el diálogo que han escrito, cuidando especialmente que el no sea asertivo y no imperativo, o agresivo.

Digo No, cuando no quiero una relación prematura: se trata de que entre toda la clase inventen una situación en la que un chico o una chica se siente presionado por su pareja que quiere que tengan una relación sexual, cuando él o ella siente que no está preparado y no quiere.

Confeccionarán la historia empezando uno de los grupos anteriormente establecidos y escribiendo por lo menos 5 líneas. A continuación la pasan al grupo siguiente, que la completará con otras 5 líneas, y así sucesivamente a todos los grupos y hasta que consideren que la historia está terminada.

El/la profesor/a puede plantear esta situación o cualquier otra que crea se puede estar produciendo en el grupo y según el proceso de madurez de este tema en su grupo.  
Ficha 5b.

## Aspectos a tener en cuenta

La asertividad es la libertad de decidir frente a la presión de los compañeros.

Entendemos por conducta asertiva no al empeño de lograr lo que uno quiere, sea como sea, sino la voluntad de una persona de hacer valer sus derechos, de expresar sus opiniones, sus sentimientos, sus deseos, cuando le parezca oportuno y hacerlo de un modo claro y sincero. La asertividad se basa en el respeto hacia uno mismo y hacia el otro. Considerando los derechos propios y ajenos.

A esta edad la mayoría de los adolescentes quieren fundirse en el grupo y sentir que pertenecen a él. Se vive con mucha frecuencia convencidos de que “ser diferente es ser inferior”. Y que “estar bien” es estar como los demás. De ahí viene reconocer que lo positivo es aprender a conciliar la igualdad básica de las personas con sus diferencias accidentales. Todos somos iguales y, a la vez, únicos e irrepetibles.

## Bibliografía

*Nuevos adolescentes.* Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.

## Ficha 5b

**Cuestiones:****Reflexión individual:**

- ¿Has pasado alguna vez por una situación similar?
- ¿Has sabido defender tu postura? ¿Te has dejado convencer? ¿Has sido tú quien presiona?
- ¿Te encuentras capaz de defender tus opiniones aunque no coincidan con las de los demás?
- ¿Cómo te sientes si haces finalmente algo que no querías?

**Reflexión en grupo:**

- ¿Qué resaltarías de la postura de las personas asertivas?
- ¿Cómo crees que se puede aprender a defender las opiniones?
- ¿Te parece importante defender tus ideas aunque no gusten a los demás?

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

▶ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_