

# ***EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL***

**3º E.S.O.**



**CUADERNO DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO**

**I.E.S. "DEL ANDÉVALO". PUEBLA DE GUZMÁN (HUELVA)**

## ÍNDICE

Autobiografía.....	2
Sentimientos y formas de ser.....	3
La imagen corporal.....	4
El compañerismo y la amistad.....	5
Los chicos y las chicas.....	6
La atracción y el enamoramiento.....	7
“¿Quedamos?”.....	8
La orientación del deseo sexual.....	9
Creencias sobre la sexualidad.....	11
Diferentes, pero iguales.....	12
Enlaces a vídeos y páginas webs para 3º de ESO.....	14

-----

Este cuaderno de trabajo para el alumnado ha sido elaborado a partir de la experiencia acumulada en las sesiones de tutoría sobre educación afectivo-sexual y de los siguientes materiales:

- FERNÁNDEZ BEDMAR, J. (1996): *Educación afectivo sexual*. Granada. Proyecto Sur de Ediciones, S.L.
- GORROTXATEGUI LARREA, M. Y DE HARO ORIOLA, I. M<sup>a</sup>. (1999): *Materiales didácticos para la prevención de la violencia de género. Unidad didáctica para Educación Secundaria*. Málaga. Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.
- LÓPEZ SÁNCHEZ, F. (1995): *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*. Madrid. Siglo Veintiuno, S.A.
- MARCHAGO SALVADOR, J. (1997): *Programa de actividades para el desarrollo de la autoestima 2*. Madrid. Escuela Española.
- ROLDAN CALZADO, A. J. (2009): *Sexualidad y afectividad*. En: <http://www.antoniojroldan.es/Sexualidad.pdf>
- RUIZ LÁZARO, P. J. (2007): *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes. Proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes*. Madrid. Ministerio de Sanidad y Consumo.
- SUBÍAS DE LA FUENTE, R. (2004): Propuesta para la educación afectiva y sexual en educación secundaria. *Aula de innovación educativa*, nº 130.
- VALLÉS ARÁNDIGA, A. (2001): *Habilidades emocionales, 1º de E.S.O.* Alcoy. Marfil.
- VV. AA. (2008): Monográfico educación afectiva. *Cuadernos de Pedagogía*, nº 261.
- VV. AA. (2007): *Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO*. Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- VV. AA. (2003): *Sabemos estar sanos. Guía de salud para jóvenes*. Sevilla. Unión de Consumidores de Andalucía-UCA/UCE.

## AUTOBIOGRAFÍA

Estás en una época de cambios corporales y psíquicos que te conducirán a la madurez. Hay días en los que puedes sentirte muy feliz y otros en los que parece que el mundo se derrumba a tu alrededor... Posiblemente oigas con respecto a tu persona comentarios como "hay que ver lo que ha cambiado..."

Reflexionar sobre nosotros/as mismos/as nos ayuda a valorar nuestras cualidades y debilidades (todas las personas las tenemos) y, en definitiva, a conocernos mejor.

- **Esta actividad consiste en lo siguiente:**
  - Durante 10-15 minutos cada uno/a debe escribir su autobiografía, es decir, datos significativos de su vida (descripción abierta: habilidades que posee, cosas que le gustan o le disgustan, experiencias que haya vivido, etc.). La descripción no debe tener más de 15 líneas.
  - Después de redactar la autobiografía y anotar el nombre y apellidos de su autor/a, se organizan equipos de seis o siete componentes. Cada equipo nombra a un/una portavoz.
  - El/la portavoz recoge las autobiografías de su equipo y las lee en voz alta, de modo que los componentes del grupo deben adivinar de quién se trata (cada grupo hace la actividad al mismo tiempo).

### AUTOBIOGRAFÍA

## SENTIMIENTOS Y FORMAS DE SER<sup>1</sup>

Los sentimientos no se pueden negar. Forman parte de nuestra personalidad y es bueno que aprendamos a reconocerlos tanto en nosotros/as mismos/as como en los demás.

A partir de nuestros sentimientos, de nuestras experiencias, de las valoraciones que hacemos de nosotros/as y de cómo creemos que nos ven y valoran los demás (lo que piensan de nosotros/as), vamos desarrollando nuestra autoestima (la valoración que hacemos de nosotros/as mismos/as).

- **Vas a reflexionar sobre ti mismo/a para que puedas conocerte mejor. Se trata de cumplimentar el siguiente inventario de sentimientos y formas de ser. Para ello, lee con atención cada frase y señala con una X la casilla correspondiente del 1 al 5, de menos a más, atendiendo a si lo que dice la frase tiene muy poco (1) o mucho (5) que ver con tu forma de ser y de sentir.**

SENTIMIENTOS/FORMAS DE SER	VALORACIÓN				
	1	2	3	4	5
1. Me siento a gusto con mi aspecto físico.					
2. Me siento capaz de hacer cosas útiles.					
3. Reconozco mis errores.					
4. Tengo buenos sentimientos hacia la gente.					
5. Doy más importancia a mis capacidades que a mis debilidades.					
6. Cumpló lo que me propongo.					
7. No tengo miedo a expresar mis sentimientos.					
8. No me preocupa que otro/a tenga las mismas o más capacidades que yo.					
9. Actúo según mis ideas.					
10. Ante las dificultades me animo diciéndome algo positivo.					

- **Suma los números que has señalado y anota el resultado: \_\_\_\_\_**
- **Para corregir el cuestionario<sup>2</sup>, lee la nota nº 2 al pie de la página.**



<sup>1</sup> Adaptado de: MARCHAGO SALVADOR, J. (1997): *Programa de actividades para el desarrollo de la autoestima 2*, p. 66. Madrid. Escuela Española.

<sup>2</sup> Si la suma está entre 40 y 50, te valoras muy bien; si la suma está entre 30 y 40, has hecho una autovaloración positiva, aunque mejorable; si la suma está por debajo de 30, lo más probable es que te hayas valorado muy severamente.

## LA IMAGEN CORPORAL<sup>3</sup>

A todo el mundo le ha ocurrido alguna vez: mirarse en el espejo y pensar "me ha salido otro grano", "¡qué horror de pelo!", "¿por qué tendré esta nariz tan grande?", "me parece que necesito adelgazar", u otras cosas por el estilo.

Aunque es normal que haya cosas de nuestro cuerpo que no nos gusten, tenemos que aprender a quitarles importancia, pues nadie es perfecto/a. Además, demasiada autocrítica puede llegar a crearnos algún complejo.

- **Vamos a reflexionar individualmente sobre la "belleza" a partir de la lectura del siguiente texto y del guión que se propone. Después, haremos una puesta en común en gran grupo.**

### DECÁLOGO DE LA VERDADERA BELLEZA

1. *La mejor forma de estar guapo o guapa es tener estilo propio.*
2. *No tengo por qué intentar parecerme a los cuerpos perfectos que salen en la tele.*
3. *No voy a creerme todos los consejos de belleza que leo en las revistas.*
4. *Las personas que más gustan no son necesariamente las más bellas. Es importante descubrir la belleza interior, la mía y la de los demás.*
5. *La forma de combinar la ropa o el tener un estilo propio en el vestir me dan personalidad. No me sentiré mal si no me favorece la ropa que está de moda o no puedo meterme en una talla menor.*
6. *Tener unos buenos hábitos de higiene me hará estar y sentirme más guapo o guapa.*
7. *La salud es belleza. Una correcta alimentación, evitar el tabaco y el alcohol, y dormir las horas necesarias, mejorarán mi salud y mi aspecto físico.*
8. *Practicar algún deporte me hará sentirme mejor.*
9. *No me obsesionaré con los aspectos que no me gustan de mí.*
10. *Potenciar mis cualidades positivas me dará seguridad y me hará sentirme con más personalidad y autoestima. Los demás también lo percibirán y me valorarán por ello.*

- **Guión para el comentario del texto:**

- ¿Qué opinas de este "decálogo"? ¿Estás de acuerdo con lo que en él se dice?
- ¿Cuál o cuáles de los enunciados que te resulta/n inadecuado/s o falso/s?
- ¿Es fácil o difícil asumir este decálogo? ¿Por qué?



<sup>3</sup> Adaptado de: VV. AA. (2007): *Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO. 2º de ESO, UD 3, p. 105.* Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. En: [http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf)

## EL COMPAÑERISMO Y LA AMISTAD<sup>4</sup>

Podemos elegir a nuestros amigos y amigas, pero no a los compañeros y compañeras que están en los grupos de los que formamos parte (grupo-clase, grupos en el trabajo, etc.). Por eso, para que todos y todas nos llevemos bien, hemos de actuar de acuerdo con los valores básicos que rigen la convivencia: saludarnos, respetarnos como personas, respetar las pertenencias ajenas, cuidar las cosas comunes, prestar ayuda, trabajar en equipo...

Pero no siempre es así. Se dan casos en los que no se respetan estos valores y se producen burlas, insultos, amenazas, aislamiento (dejar de lado), etc. Estas conductas pueden constituir casos de "acoso escolar", considerado como delito. Seguro que a ninguno de nosotros/as nos gustaría sufrir esas situaciones: todos/as queremos venir al instituto sabiendo que somos aceptados/as, que no se van a burlar de nosotros/as, que vamos a recibir ayuda y apoyo en caso de necesidad, etc.

- **A continuación, para reflexionar sobre el tema, se presentan tres casos sobre situaciones en las que se da falta de compañerismo. Leedlos con atención (también podéis representarlos). Después, atendiendo a las preguntas que se plantean, los comentaremos uno a uno en gran grupo para llegar a conclusiones.**

*Laura y María son compañeras y amigas desde la escuela. Cuando llegan al instituto hacen nuevas amistades, ya no están todo el tiempo juntas y empiezan a distanciarse. Laura no entiende muy bien por qué su amiga no le hace tanto caso ahora como antes, se siente un poco "apartada" y decide incordiar a su amiga con algunas mentirijillas e incluso llegan al insulto...*

*Luis quiere que Juan le falsifique la firma de su madre en una nota que la profesora le ha puesto por no traer los deberes. Sabe que su madre se enfadará y probablemente lo castigará, pero Juan se niega, porque piensa que eso no está bien. Luis le dice que si no lo hace, le contará a la profesora que tenía una chuleta en el examen y que copió...*

*Jorge tiene un compañero que siempre le persigue, le insulta y le quita cosas. Jorge le tiene miedo y hace todo lo que su compañero le pide, incluso le da el dinero del bocadillo, sabiendo que no debe hacerlo, pero cree que si no lo hace le pegará. Siente miedo.*

- **Preguntas para la reflexión sobre cada uno de los casos:**
  - ¿Qué mejorarías con respecto a estas conductas?
  - ¿Qué mantendrías?
  - ¿Qué consejos darías a las personas implicadas?

<sup>4</sup> Adaptado de: VV. AA. (2007): *Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO*. 1º de ESO, UD 4, p. 53-55. Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. En: [http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf)

## LOS CHICOS Y LAS CHICAS

Ya sabes que la sexualidad es una faceta de nuestra personalidad. Nos hace comportarnos como chicos y como chicas, como hombres y como mujeres. Pero en el comportamiento y manifestación de la sexualidad también influye la cultura, es decir, el conjunto de creencias y valoraciones del entorno en que vivimos, pues, según éstas, se espera que chicos y chicas, hombres y mujeres, nos comportemos de una determinada forma.

- **Vamos a reflexionar individualmente sobre esto. Después, haremos una puesta en común en gran grupo.**

LOS CHICOS Y LAS CHICAS	
Soy:	<input type="checkbox"/> Chico <input type="checkbox"/> Chica
¿Qué te gusta de ser un chico/a?	
¿Qué experiencias te entristecen de ser un chico/a?	
¿Qué dificultades crees que tenéis los chicos/as con personas de vuestro propio sexo?	
¿Qué no deseas volver a experimentar como chico/a de las personas del otro sexo?	
¿Qué crees que podéis hacer para comprender y apoyar a los/las chicos/as, para crear mejores relaciones entre vosotros/as?	
¿En alguna ocasión te has sentido rechazado/a por ser chico/a? ¿En cuál?	

## LA ATRACCIÓN Y EL ENAMORAMIENTO

El amor es una realidad que todos/as conocemos: el niño/a que va de la mano de su padre/madre, el abrazo o los besos del padre/madre al hijo/a... Son gestos y acciones que comunican afecto, cariño, seguridad, ayuda, felicidad... Con la llegada de los cambios de la pubertad y adolescencia, el amor de los padres no disminuye, pero tampoco basta. Descubrimos que el amigo/a nos comprende mejor que nuestra madre/padre y que es más fácil confiarse con el amigo/a. Más adelante, la amistad se ve superada por la atracción y el enamoramiento que, en muchos casos, no es correspondido.

El amor es, de algún modo, como tratar de hacer amistades, pero las sensaciones son más fuertes y las decepciones hacen sufrir mucho. Para conquistar a la persona amada hacen falta valor y delicadeza; hacerse notar, pero sin ser pesado/a... Hay que aprender a hacerlo y se requiere paciencia... Si un día llega el "flechazo" y nos enamoramos siendo correspondidos/as al instante, mejor, pero no siempre ocurre así.



- **Comentad en pequeño grupo los testimonios que aparecen a continuación, valorando qué diferencias encontraréis entre uno y otro. Después, haremos una puesta en común en gran grupo.**

*"Pepe me gusta mucho. Es guapísimo y me encanta verle. Lo deseo y me gustaría tener relaciones con él. Claro que eso también me pasa con Pablo y con Federico. En realidad me gustan muchos chicos".*

*"Desde que conocí a Cristina no hago más que pensar en ella. Me chifla. Sueño con ella, pienso en ella desde que me levanto. No me había pasado esto nunca con otras chicas. Como me haga caso, me volveré loco y seré el más feliz del mundo. Claro, que si no me quiere, también me volveré loco; pero de otra manera. El otro día pasó por mi lado y creí que se me rompía el corazón. No puedo más; tengo que decírselo de alguna manera".*

- **En pequeño grupo (chicos y chicas por separado), intentad definir y diferenciar entre atracción, enamoramiento y amor. Después, haremos una puesta en común en gran grupo y compararemos las definiciones de chicos y chicas.**
- **Anotad el título de alguna película o libro que describa una situación amorosa entre adolescentes/jóvenes y que recomendéis a vuestros compañeros/as.**



## “¿QUEDAMOS?”<sup>5</sup>

Aunque las relaciones interpersonales suelen darse de forma imprevista, en muchas ocasiones es necesario programarlas de alguna manera: quedar para verse, citarse...

Es importante saber pedir citas y saber aceptarlas, planteándolas de forma sencilla, abierta y confiada.

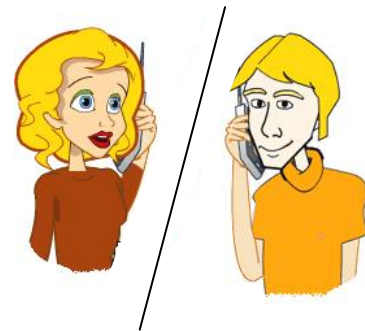
Quien hace una invitación para una cita no debe obsesionarse con la posibilidad de que le digan que no. Eso es una posibilidad natural, porque las demás personas también tienen derecho a decir “no”. Normalmente, uno/a puede prever la respuesta del otro/a ante una cita, pero si se tienen dudas de la respuesta de la otra persona y uno/a tiene deseos de quedar con ella, lo mejor es pedirselo de forma sencilla y abierta (eso sí, recuerda que el/la otro/a tiene el derecho a decirte no).

- **A partir de la situación que se propone, vamos a leer un mal ejemplo (el primero) y un buen ejemplo (el segundo) de pedir una cita por medio de una llamada telefónica.**

### Situación:

Esther desea salir al cine o de paseo con Julián, pero no se atreve a pedirselo claramente. Ambos están en el mismo instituto.

Julián: “¿Quién es?”.  
Esther: “Soy Esther”.  
Julián: “Hola, ¡qué bien que me llames! ¿Qué quieres?”  
Esther: “Bueno, en realidad nada especial, estaba aquí y te he llamado”.  
Julián: “Ya lo veo, muy bien. Me gusta que me llames”.  
Esther: “Bueno, hasta mañana en el instituto”.  
Julián: “Vale, adiós”.



Julián: “¿Quién es?”.  
Esther: “Soy Esther”.  
Julián: “Hola, ¡qué bien que me llames! ¿Qué quieres?”  
Esther: “Ponen hoy una película que me gusta mucho y me encantaría que vinieras a verla conmigo, ¿cómo tienes la tarde?”  
Julián: “¡Qué sorpresa! ¿Qué película es?”  
Esther: “Es una película que te gustará. Es “Avatar”, pero bueno, si tienes tiempo, me da igual ir al cine que salir a dar una vuelta. Lo que tú prefieras. La verdad es que me apetece verte. ¿Qué dices tú?”  
Julián: “Claro que sí. ¿Dónde quedamos?”.

- **Ahora se trata de ensayar conductas, es decir, de representar las situaciones en las que se proponga de forma correcta una cita o se acepte ésta. Por ejemplo: quedar para ir juntos al instituto, para estar juntos en el recreo, para dar una vuelta, para ir a cenar...**

<sup>5</sup> Adaptado de: LÓPEZ SÁNCHEZ, F. (1995): “Aceptar y pedir citas”. *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*. 3ª unidad, p. 91. Madrid. Siglo Veintiuno, S.A.

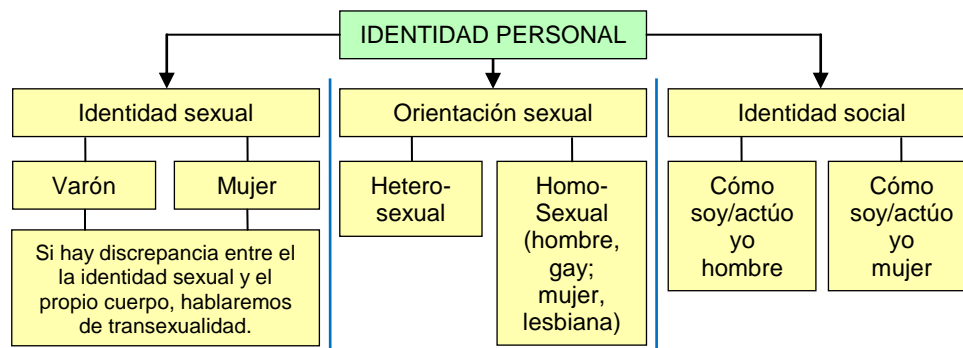
## LA ORIENTACIÓN DEL DESEO SEXUAL<sup>6</sup>

La sexualidad es la forma en la que cada persona siente, se comunica, establece relaciones afectivas, da y recibe placer, tanto con la palabra como con los cinco sentidos de su cuerpo sexuado (nacemos como seres sexuados). Pero las personas somos diferentes y también expresamos y sentimos nuestra sexualidad de manera distinta. Todas las personas del mismo sexo no expresan su sexualidad del mismo modo; existen muchas formas de sentir y expresar la sexualidad. El respeto a la diversidad sexual, es decir, a las diferentes formas que tenemos de ser varones y mujeres, está en la base de la convivencia pacífica entre los seres humanos.



Nuestra identidad personal (sabernos responder a la pregunta "¿quién soy yo?") se forma, a lo largo del tiempo y en continua evolución, como un puzzle de distintos elementos (nuestro sexo, nuestra familia, nuestra personalidad, nuestra orientación sexual, los roles y estereotipos sociales, etc.).

- **A partir de los conceptos que aparecen a continuación, completa individualmente la tabla. Después, la comentaremos en gran grupo.**



IDENTIDAD PERSONAL		
Identidad sexual	Orientación sexual	Identidad social
Soy mujer	Soy homosexual (lesbiana)	Soy amable, me gusta ir al gimnasio, juego al baloncesto, me encanta la playa, no se me dan bien las matemáticas...
Soy...	Soy...	Soy amable, me gusta ir al gimnasio, juego al baloncesto, me encanta la playa, no se me dan bien las matemáticas...
Soy...	Soy...	Soy amable, me gusta ir al gimnasio, juego al baloncesto, me encanta la playa, no se me dan bien las matemáticas...
Soy...	Soy...	Soy amable, me gusta ir al gimnasio, juego al baloncesto, me encanta la playa, no se me dan bien las matemáticas...

<sup>6</sup> Adaptado de: VV. AA. (2007): *Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO.* 3º de ESO, UD 2, p. 144-146. Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. En: [http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf)

## LA ORIENTACIÓN DEL DESEO SEXUAL<sup>7</sup>

- Lee el siguiente cómic y escribe una pequeña reflexión personal. Después, lo comentaremos en gran grupo.



### Reflexión personal sobre el cómic:



<sup>7</sup> Adaptado de: VV. AA. (2007): *Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO. 3º de ESO*, UD 2, p. 148. Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. En: [http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia\\_no\\_ogros\\_ni\\_princesas1069.pdf](http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf)

## CREENCIAS SOBRE LA SEXUALIDAD<sup>8</sup>

En la sexualidad influye la cultura, pues según ésta se espera que chicos y chicas, hombres y mujeres, se comporten de una determinada forma. Las creencias sobre la sexualidad se transmiten como otros aspectos culturales y, muchas veces, aunque sean falsas o erróneas, las damos por ciertas. Vamos a reflexionar sobre algunas para desechar las que son falsas.

- **A continuación aparecen opiniones/creencias sobre la sexualidad. Se trata de que indiquéis si estáis de acuerdo (A) o en desacuerdo (D) con ellas. Después, las argumentaremos en gran grupo.**

OPINIONES/CREENCIAS	A	D
1. "La sexualidad sólo se da a partir de la adolescencia, cuando se madura sexualmente".		
2. "La sexualidad se limita a los órganos genitales".		
3. "Cada persona puede vivir su sexualidad como quiera, siempre que respete a los demás".		
4. "Aprender a manejar nuestros sentimientos nos puede hacer más felices".		
5. "Las chicas y los chicos tendrían que hablar con normalidad sobre sexualidad".		
6. "Afecto, cariño y amor son sentimientos comunes a todas las personas".		
7. "Cuando una chica manifiesta interés por temas de sexualidad es que es una fresca".		
8. "Lo mejor que se puede hacer con las emociones es tratar de disimularlas".		
9. "No se puede forzar a nadie a tener relaciones sexuales contra su voluntad".		
10. "Usar preservativos es un rollo porque se siente menos".		
11. "Si se practica el coito durante la regla, no hay peligro de embarazo".		
12. "La masturbación es una forma legítima de conseguir placer".		
13. "La sexualidad siempre tiene que ir unida a la afectividad (amor, cariño, ternura...)".		
14. "La homosexualidad (ser gay o lesbiana) es una enfermedad".		
15. "Si un chico o una chica se masturba, le salen granos".		
16. "Las personas mayores no tienen sexualidad"		
17. "Hombres y mujeres tienen el mismo derecho a disfrutar de su sexualidad".		
18. "Cuando se practica el coito por primera vez, no hay peligro de embarazo".		

Recordad que en el instituto disponéis de la asesoría-consulta del Programa "Forma Joven" a la que podéis acudir (solos/as, en pareja o en pequeño grupo) a plantear vuestras preguntas, dudas o preocupaciones sobre sexualidad, adicciones o conductas. Sólo tenéis que pedir cita al orientador y él os avisará.



<sup>8</sup> Adaptado de:

SUBÍAS DE LA FUENTE, R. (2004): "Propuesta para la educación afectiva y sexual en educación secundaria". *Aula de innovación educativa*, 130, p. 95.

VV. AA. (2002): "Conocimientos y actitudes sobre sexualidad de los adolescentes de nuestro entorno". *Medicina de Familia (And)*, 4, p. 257. En: <http://www.samfyc.es/Revista/PDF/v3n4/06.pdf>

## DIFERENTES, PERO IGUALES<sup>9</sup>

Como habrás podido comprobar, chicos y chicas, hombres y mujeres, somos diferentes, pero también somos iguales, es decir, tenemos los mismos derechos y deberes. Sin embargo, parece que la sociedad nos "obliga" a comportarnos de manera diferente por el hecho de ser chica o chico, hombre o mujer.

- **Vamos a reflexionar sobre este tema a partir de un relato en el que se nos describe la situación de una familia corriente a la que se le presenta un problema. Leedlo con atención.**

### UNA FAMILIA DEL BARRIO



Esta familia está compuesta por la madre, Eva, y el padre, Jorge; el hijo mayor, Carlos, que ya estudia en la universidad, y los dos mellizos, Nuria y José, que este curso hacen 3º de E.S.O. En esta fotografía se ve también al abuelo, Manuel, que estaba pasando unos días en casa. ¡Ah!, que no se nos olvide Tobi, el perro; es un poco revoltoso, pero muy cariñoso.

Eva, la madre, trabaja de cajera en un supermercado. Se tiene que concentrar mucho en su trabajo, pero a veces no puede evitar pensar en las cosas que tiene que hacer en casa cuando salga.



Jorge, el padre, está ahora en paro, porque la fábrica donde trabajaba redujo su plantilla. Ahora dispone de mucho tiempo para estar en casa y dedicarse más a su familia, pero está deseando volver a trabajar para poder disponer de más dinero, ya que últimamente todo está más caro.



José y Nuria han vuelto hoy al instituto después de las vacaciones de Navidad. Están deseando encontrarse de nuevo con sus compañeros y compañeras para contarse cómo se lo han pasado durante las vacaciones. También tienen que comenzar de nuevo a hacer deberes por la tarde y a estudiar.



<sup>9</sup> Adaptado de: SUBÍAS DE LA FUENTE, R. (2004): "Propuesta para la educación afectiva y sexual en educación secundaria". *Aula de innovación educativa*, 130, p. 91-92.

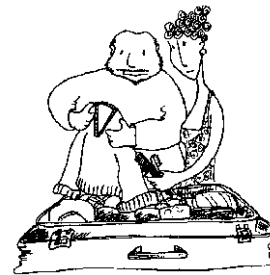
## UNA FAMILIA DEL BARRIO<sup>10</sup>

Dos meses y medio después...

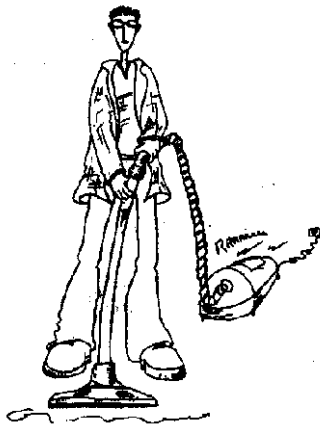


José y Nuria están muy ocupados con los exámenes del segundo trimestre. El examen de inglés lo tienen que preparar mucho porque a los dos les cuesta mucho hablar y escribir en esa lengua. Y no hablemos de las "mates"... , suerte que Nuria entiende un poco más, porque si no estarían perdidos.

Al abuelo Manuel, que vive en un pueblo de Sevilla, lo tienen que operar de una hernia. No es muy grave, pero necesitará ayuda y compañía al menos durante unos quince o veinte días. Su padre y su madre, Jorge y Eva, se tendrán que marchar con él para cuidarlo. ¡Sólo faltaba eso para acabar el trimestre!



Jorge y Eva están muy preocupados porque ellos se encargan de la mayor parte del trabajo de la casa y no saben si sus hijos se arreglarán solos durante tantos días. Suerte que Carlos, el hijo mayor, que estudia en la Universidad de Huelva, podrá estar en casa los fines de semana y supervisar todo, pero durante la semana José y Nuria deberán hacer frente a las distintas tareas.



Para poder irse con tranquilidad, piden a sus hijos y a su hija que hagan una relación de todas las cosas que es preciso que hagan en casa durante los quince o veinte días que van a pasar con el abuelo.

- **Una vez leída la historia, formad grupos pequeños (de dos a cuatro componentes) e imaginad que vais a ayudar a Carlos, José y Nuria a confeccionar una lista de todo lo que se tendrán que ocupar durante el tiempo que su madre y su padre estén fuera. Después, haremos una puesta en común en gran grupo. Este guión os puede ayudar:**
  - Haced la relación de tareas/trabajos que tendrán que realizar.
  - Indicad cómo se podrían repartir las tareas entre los tres.
  - Una vez que se haya hecho la puesta en común de la lista de trabajos que deben realizar, indicad individualmente quién hace cada uno de esos trabajos en casa y compáralo con otros compañeros/as del grupo y de la clase.

<sup>10</sup> Adaptado de: SUBÍAS DE LA FUENTE, R. (2004): "Propuesta para la educación afectiva y sexual en educación secundaria". *Aula de innovación educativa*, 130, p. 91-92.



## VÍDEOS PARA 3º DE E.S.O.

<http://www.youtube.com/watch?v=wJ8LDsQ6gio>

Qué es la sexualidad.

<http://www.youtube.com/watch?v=q0NFiUsgzv0&feature=related>

Pubertad y adolescencia.

<http://www.youtube.com/watch?v=pleH3ap60mg&feature=related>

La rebelión hormonal en la pubertad (BBC) 1/5.

<http://www.youtube.com/watch?v=i5f5mnlYUpq&feature=related>

La rebelión hormonal en la pubertad (BBC) 4/5.

<http://www.youtube.com/watch?v=HrG1N8CIQgU&NR=1>

La rebelión hormonal en la pubertad (BBC) 5/5.

[http://www.youtube.com/watch?v=0402CWM0\\_DA&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=0402CWM0_DA&feature=related)

Canción que describe los cambios de niña a mujer (Belinda).

<http://www.youtube.com/watch?v=swLd8hrCReg>

Aparato reproductor femenino.

<http://www.youtube.com/watch?v=P9UCKlutGjg&feature=related>

El ciclo menstrual.

<http://www.youtube.com/watch?v=p3y0eIJKLrA&feature=related>

Aparato reproductor masculino.

<http://www.youtube.com/watch?v=zPzlxWQNqIM&feature=fvw>

La fecundación humana.

[http://www.youtube.com/watch?v=LB\\_ha1vMwe0&feature=related](http://www.youtube.com/watch?v=LB_ha1vMwe0&feature=related)

Desarrollo del embrión desde la fecundación hasta el parto.

<http://www.youtube.com/watch?v=BtAwMw6tRuc&feature=related>

Animación en 3D sobre el parto vaginal.



## PÁGINAS WEBS PARA 3º DE E.S.O.

[http://kidshealth.org/teen/en\\_espanol/sexual/puberty\\_esp.html](http://kidshealth.org/teen/en_espanol/sexual/puberty_esp.html)

Todo lo que querías saber sobre la pubertad.

<http://www.antoniojroldan.es/Sexualidad.pdf>

Apuntes de sexualidad para adolescentes.

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~29701428/salud/reprodu.htm>

Sexualidad y reproducción.