



NIVEL PRIMARIO – EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

4° Grado - Segundo Ciclo

Clase 3

Profesora: Lourdes Oroná

Contenidos de la clase:

Conociendo nuestro cuerpo.

Introducción:

¡Buenos días! ¡Buenas tardes! ¡Buenas noches!

¡Hola familia! La sexualidad constituye un impulso vital que se organiza a partir de los vínculos con las personas que nos rodean desde el comienzo de la vida: los cuidados, las caricias permiten ir conociendo nuestro cuerpo, experimentando sensaciones placenteras que varían a medida que se va creciendo.

Entre los intereses de los niños y las niñas que están en la escuela Primaria, ocupa un lugar central el conocimiento de su cuerpo, así como las diferencias entre chicos y chicas y con las personas adultas.

Por eso, es importante que respondamos a estos intereses, cuidando que el vocabulario que utilizemos no lleve implícitas connotaciones despectivas hacia determinadas partes del cuerpo (por ejemplo, los genitales).



Asimismo, es valioso abordar las características consideradas culturalmente como propias de varones y de mujeres, así contribuimos a






disminuir actitudes y comportamientos discriminatorios y favorecemos a la construcción positiva de la identidad sexual.

Se acuerdan de la clase anterior sobre la importancia de la ¡AFECTIVIDAD!

La ESI nos ayuda a construir una mirada positiva, de aceptación y valoración de nuestro cuerpo , aprender a expresar a través de nuestros sentimientos y emociones  (gestos, abrazos, caricias) y también como cuidarnos: la higiene corporal, la visita al médico, la alimentación adecuada, el descanso y otras acciones saludables.

Aprender comportamientos de autoprotección, por ejemplo: el decir “no” cuando alguna interacción física con otra persona nos perturba

o sabemos que no es correcta. 



“A TRAVÉS DEL CUERPO nos comunicamos, ACTUAMOS, PENSAMOS, BRINCAMOS Y expresamos nuestro afecto y TAMBIÉN PODEMOS SABER cómo somos.” “YO me CONOZCO Y CUIDO MI CUERPO ¿POR QUÉ?: si me conozco, puedo cuidarme y quererme, para poder querer a los demás, jugar, correr, defenderme de los depredadores y defender a los que quiero”. “SÉ QUE CUENTO CON MIS PERSONAS DE CONFIANZA Y QUE CON ELLOS-AS ESTOY SEGURO-A”.

El conocimiento del cuerpo y la utilización de un vocabulario apropiado y no discriminatorio para referirse a sus distintas partes favorecerán la construcción de una valoración positiva de nosotros mismos y de los demás.





“Poder hablar de nuestros cambios”

Conocer los cambios biológicos, psicológicos y sociales que los chicos y las chicas empiezan a experimentar, es importante.

El conocimiento acerca de lo que se inician en la pubertad¹ favorece el desarrollo de actitudes y hábitos saludables y responsables del propio cuerpo, la comprensión y el dominio de las emociones, y las formas de relacionarse con los demás.

En este sentido, además de ofrecer conocimiento de las partes del cuerpo a los chicos y las chicas, es importante habilitarlos a expresar cómo se sienten frente a estos cambios.

Para hablar de estos temas dentro del grupo familiar, es imprescindible generar un clima de confianza que les permita expresarse con libertad y confianza, y darles ejemplos propios de cuando transitábamos esa edad.

Actividad

Para comenzar, les vamos a mostrar unas imágenes en las que se presentan chicas y chicos en situaciones propias de esta etapa de sus

¹ Llamamos *pubertad* a la época en la cual los niños y las niñas experimentan cambios corporales que los vuelven capaces de reproducirse. Esto suele suceder aproximadamente entre los 9 y los 16 años, con variaciones de acuerdo a condiciones hereditarias, sociales y culturales. La pubertad está acompañada por profundos cambios psicológicos, afectivos y sociales. Denominamos *adolescencia* al período psicológico y social entre la niñez y la vida adulta, que abarca gran parte de la pubertad (en esta etapa suele hablarse de “preadolescencia”), y se continúa hasta la adultez.



vidas, y les pediremos que manifiesten algunos de los cambios corporales y emocionales que están viviendo.

A partir de las siguientes imágenes, comenten qué les puede estar pasando a los- as niños-as de esas imágenes, y si ellos-as están atravesando por esos cambios u otros que no aparecen en los dibujos. Esto servirá como actividad inspiradora para desarrollar la siguiente propuesta.





Gobierno de
Tierra del Fuego
Antártida e Islas
del Atlántico Sur

Ministerio de
Educación,
Cultura, Ciencia
y Tecnología

**APRENDO
EN CASA**

Trayecto de Continuidad Pedagógica



<https://educacion.tierradelfuego.gob.ar>
<https://aprendoencasa.tdf.gob.ar>





Luego que charlamos con ellos-as. Miramos juntos-as la siguiente lámina propuesta por el Programa Nacional de Educación sexual Integral.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/lamina_1_-_primaria.pdf

EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL
Cambios que se sienten y se ven

Ministerio de Educación
 Presidencia de la Nación
 Programa Nacional de Educación Sexual Integral

MUJERES CADA UNA A SU TIEMPO

- Crecer de manera sostenida, sobre todo en la estatura.
- Se desarrollan los pechos y se producen secreciones vaginales (vaginismo o flujo vaginal).
- Crecen cello en el abdomen, los axilas y las piernas.
- Se desarrollan los ovarios, asociados con la producción del estrógeno y el progesterona.
- Pueden aparecer granitos, manchas rojizas y puntos oscuros.
- Cambios en la menstruación y la posibilidad biológica de procrear.
- Aparecen rasgos secundarios, principalmente consecuencia de la hormona, producida por el ovario.

VARONES CADA UNO A SU TIEMPO

- Crecer de manera sostenida en altura y en volumen. El cuerpo se desarrolla en anchura (hombros, brazos, piernas).
- Se desarrollan el pene y los testículos que producen semen dentro del cuerpo. Se producen las células reproductivas.
- Crecen vello en el cuello, las axilas, los brazos y en el resto del cuerpo.
- Aparece el vello en los testículos en relación con la producción del semen, necesario para la reproducción.
- Pueden aparecer granitos, manchas rojizas y puntos oscuros.
- Cambios en la erección y la posibilidad biológica de procrear.
- Aparecen rasgos secundarios, principalmente consecuencia de la hormona, producida por los testículos.





Sugerencias de preguntas que podemos hacerles a los-as niños-as
Podemos ir acompañando y dando ejemplos nuestros cuando teníamos
esa edad.

Cambios que se ven

¿Qué edades tendrán estos niños y niñas? ¿Qué cambios vemos en los cuerpos? ¿Tu cuerpo está cambiando? ¿Qué ha cambiado? ¿Qué diferencias hay entre chicos y chicas? ¿Las puedes nombrar? ¿Cuáles son las “partes íntimas”? ¿Las identificamos en la lámina o en tu cuerpo? ¿Qué podemos hacer para cuidar nuestro cuerpo?

Cambios que se sienten

¿Cómo te hacen sentir los cambios en tu cuerpo? (bien, contentas/os, tristes, preocupadas/os avergonzadas/os, orgullosas/os) ¿Qué partes te gusta más de tu cuerpo? Por qué ¿Cuáles no te gustan tanto? Por qué. ¿Cómo se pone tu cuerpo cuando estas feliz? ¿Y cuando estas triste o enojado-a?

Para ir cerrando les podemos pedir si tienen una foto de ellos-as, o impriman una o se dibujen.

Luego, a esa imagen la ponemos en una hoja más grande y de un lado (la mitad de la hoja) le vamos a ir pegando imágenes, fotos, dibujos,





palabras, etc. de todo lo que les gusta de su cuerpo. Por ejemplo: jugar con mi mejor amiga-o, cantar, jugar al fútbol, escribir poemas..., etc.

Del otro lado, todo lo que NO le gusta de su cuerpo. Luego podemos mostrar la producción a la familia.

CIERRE-REFLEXION

Crecer es mucho más fácil si los-as púber conocen los cambios físicos y emocionales que les esperan. Si conocen su propio cuerpo, las diferencias físicas entre niños/niñas, las formas de cuidarlo y disfrutarlo como una fuente de sensaciones, comunicación y placer, les permitirá saber que el cuerpo, no es solo una estructura biológica, sino que también se encuentra cargado de sentimientos, significados y experiencias.

Todos estos cambios no comienzan en el mismo momento ni se dan de la misma forma en todas las personas. Cada uno-a lo vive a su manera y con sus propios tiempos. Esto determina el significado y valor que tiene el cuerpo para cada uno-a de nosotros-as.

Para vivir la sexualidad plenamente de forma integral, se debe conocer, aceptar y valorar el propio cuerpo, así como el de las demás personas, es muy importante que los-as niños-as (púber- preadolescente) tengan claras cuáles han sido los mensajes, exigencias y prohibiciones que sobre este han recibido a lo largo de su vida.





La posibilidad de hablar con naturalidad sobre nuestro cuerpo y los cambios que se experimentan, así como sobre todo aquello que sentimos, nos abre el camino para aprender a querer más nuestro cuerpo y por supuesto cuidarlo. Esto es indispensable para vivir la sexualidad de una forma sana, placentera y responsable.

Hemos finalizado la clase de hoy.

Los-as esperamos en la siguiente clase para seguir compartiendo.

iiiiii**UN ABRAZO!!!!!!** 🤗

ANEXO

Videos para complementar:

Podemos mirar en familia el video de Micro Zamba: Cuidamos nuestro cuerpo <https://youtu.be/A-ZioKUmeRQ>

- Video de experiencia en una escuela primaria de Ushuaia <https://youtu.be/7M bsxcHdh0>

