



Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria

Material didáctico B

Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Material Didáctico B.

Este material es una adaptación para Andalucía de la obra de:

María Carmen Bolaños Espinosa, María Dolores González Díaz, Manuel Jiménez Suárez, María Elena Ramos Rodríguez, María Isabel Rodríguez Montesdeoca, del Programa HARIMAGUADA, de la Dirección General de Promoción Educativa. Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno Canario

Con la colaboración de Félix López Sánchez en el apartado de Evolución de la sexualidad

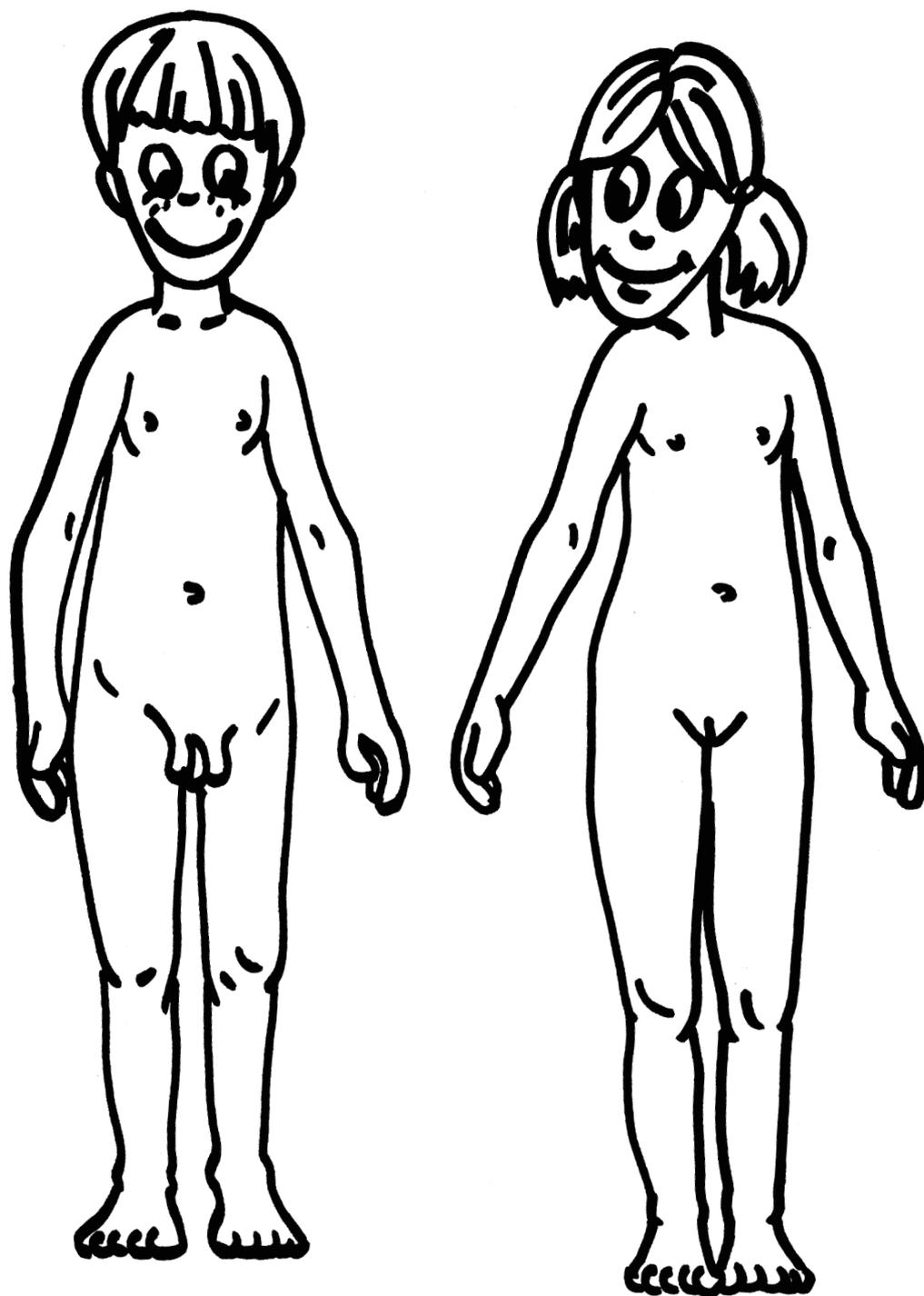
Ilustración: Adoración Velasco Núñez

Edita: JUNTA DE ANDALUCÍA. Consejería de Educación y Ciencia.
Dirección General de Evaluación Educativa y Formación del Profesorado

Maquetación e Impresión: Imprenta Montes, S.L. (Málaga)

Depósito Legal: MA-1.298/99

Centro de Interés: Nuestro Cuerpo



CENTRO DE INTERÉS: “NUESTRO CUERPO”

OBJETIVO GENERAL

Conocer y asumir los cambios que se producen en su propio cuerpo y en el del otro sexo, practicando hábitos de cuidado corporal y asumiendo su cuerpo sexuado como fuente de comunicación, sensaciones, placer y afecto, así como, una intensidad sexual libre de elementos de género discriminatorios.

Explicación del objetivo:

En estas edades en las que el cuerpo de niñas y niños comienza a transformarse en adulto, es de vital importancia trabajar, con la debida contextualización, todos los aspectos referidos a lo cambios puberales, destabilizando los mitos existentes alrededor de éstos; cuestionando cualquier tipo de complejos; analizando críticamente el lenguaje usado para denominar determinadas partes del cuerpo; y potenciando la valoración de su cuerpo tal y como es, valorando siempre los aspectos saludables y positivos de cada persona.

A lo largo de todo el centro de interés, hemos de hacer hincapié en las posibilidades, capacidades... que les brinda un cuerpo sexuado, fomentando el análisis crítico ante los condicionamientos culturales (roles de género, modelo de belleza...) que han desarrollado valores y capacidades distintas para unas y para otros. La flexibilización de estos aspectos facilitará al chico y a la chica la adquisición de la permanencia de su identidad sexual de forma positiva.

Por último, hemos de destacar la importancia que tiene que el alumnado practique unos hábitos de higiene y cuidado personal, hábitos que se han de ir consolidando en esta etapa.

CONTENIDOS

HECHOS, CONCEPTOS Y PRINCIPIOS

- El cuerpo se desarrolla: principales cambios puberales.
 - Diferencias entre el cuerpo de la chica y del chico.
 - Órganos genitales externos e internos masculinos y femeninos.
 - Cambios puberales: diferenciación corporal, menstruación, erección, eyaculación.
- Funciones del cuerpo sexuado.
- Cuidados e higiene del cuerpo.

PROCEDIMIENTOS

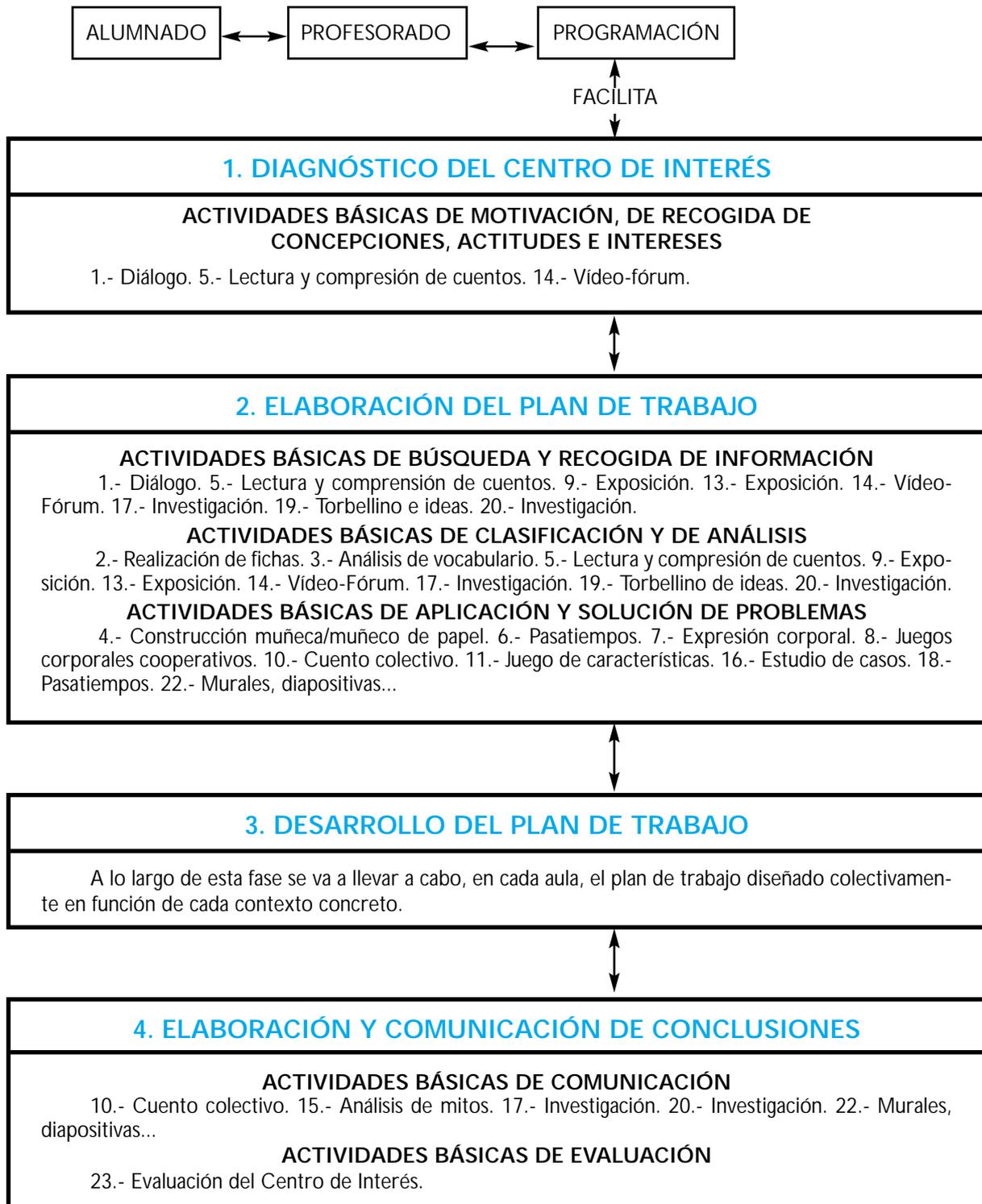
- Utilización de técnicas para la elaboración y realización de cuestionarios, investigaciones... sobre la higiene, cuidados del cuerpo...
- Utilización de técnicas de consultas e interpretación de libros, guías, modelos anatómicos... para la búsqueda de información, identificación de órganos...
- Recogida, interpretación y contraste (lógico-matemático, lingüístico, plástico...) de la información recogida y elaborada.
- Manejo adecuado del diccionario y la búsqueda de palabras relacionadas con el tema.
- Composición de muñecas y muñecos de papel, murales, cómics, diccionario de clase... alusivos al tema.
- Comunicación de la información interpretada y contrastada utilizando diferentes medios (monografía, periódico escolar, corresponsales...).
- Desarrollo de las habilidades necesarias para la autonomía personal, la higiene...

ACTITUDES, VALORES Y NORMAS

- Aceptación y valoración positiva de la identidad sexual libre de elementos de género discriminatorios.
- Asunción del cuerpo como fuente de comunicación, sensación, relación y placer.
- Valoración crítica de los factores y prácticas sociales que favorecen o entorpecen el desarrollo sano del cuerpo y disposición a comportarse de acuerdo a dicha valoración.
- Asunción y respeto por las diferencias derivadas de los distintos aspectos del desarrollo (estatura, peso, caracteres sexuales secundarios...).

MODELO DIDÁCTICO DE INVESTIGACIÓN

A continuación facilitamos una agrupación de las actividades de este Centro de Interés en función de su relación más directa con los diferentes pasos metodológicos del modelo de investigación propuesto. La finalidad de esta agrupación es facilitar una visión global de todas las actividades y orientar la práctica del profesorado en función de dicho modelo. Entre el amplio abanico de actividades propuestas diferenciamos entre las que consideramos macroactividades, que nos pueden servir de hilos conductores de todo el proceso de investigación y se plasman por tanto en todas las fases del mismo; y las microactividades, cuya finalidad es la de servir de apoyo y complemento a las anteriores.



ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1. DIÁLOGO: “DIFERENCIAS NIÑO-NIÑA Y ADULTO-ADULTA”.

- Con material de apoyo (recortes o fotos de niñas, niños, mujeres y hombres, vestidos y desnudos) realizar un diálogo sobre el tema, captando los conocimientos actitudes previos que posee el alumnado. El proceso para el desarrollo de esta actividad podría ser:
 - Pedir al alumnado que traiga de casa estos materiales.
 - Seleccionar unos cuantos recortes, fotos... de niñas, niños, mujeres y hombres, procurando que hayan algunas en las que no sea manifiesto el sexo que tienen por su aspecto externo.
 - Ir presentando y comentando cada figura: ¿qué es, una niña o un niño?, ¿sólo las niñas tienen (o pueden tener)...?, ¿sólo los niños tienen (o pueden tener)...?.
 - Extraer conclusiones y expresarlas en un mural.
 - Realizar un resumen sobre: ¿Porqué somos niños o niñas?.

RECURSOS: Revistas, fotos...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 2. REALIZACIÓN DE FICHAS: “NUESTRO CUERPO”.

- Completar y comentar colectivamente la ficha 1: ¿Cuál es su nombre?.
- Completar, individualmente, la ficha 2: ¿Quién soy?.
 - Analizar, en gran grupo, los datos.
 - Escribir en la pizarra aquellos datos que nos interesen para seguir trabajando con ellos: edades, pesos, medidas...
 - Completar la ficha 3: “Análisis de datos”.
 - Realizar gráficas, operaciones, problemas, etc. con los datos numéricos extraídos.
 - Hacer la ficha 4: “Pienso y Resuelvo”.

RECURSOS: Fichas 1, 2, 3 y 4.

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Matemáticas, Lengua...

ACTIVIDAD 3. ANÁLISIS DEL VOCABULARIO.

- Recopilar, individualmente, las denominaciones que se dan a los genitales externos femeninos y masculinos en la zona, ayudándose de la ficha 5: "Análisis del Vocabulario".
- Poner en común los resultados y las respuestas a las preguntas que completan la ficha.
- Sacar conclusiones y ponerse de acuerdo en las denominaciones a utilizar.

RECURSOS: Ficha 5...

ÁREAS: Lengua, Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 4. CONSTRUCCIÓN DE UNA MUÑECA Y UN MUÑECO DE PAPEL.

- Dibujar, en pequeños grupos, la silueta de un niño y una niña sobre papel de embalar –tamaño natural– y colgarlas en la pared.
- Ir completando las siluetas a medida que se van conociendo más aspectos del cuerpo. Ejemplo: estudiamos el cuerpo por fuera: vestidos, ropa interior, partes del cuerpo... Estudiamos el cuerpo por dentro: genitales internos, aparato digestivo...
- Todos los aspectos que se van añadiendo, se dibujan y pintan aparte, se recortan y pegan en los sitios adecuados de las siluetas.
- Esta misma actividad se puede realizar con transparencias superpuestas.

RECURSOS: Papel continuo, Guía didáctica del profesorado (Técnicas de trabajo)...

ÁREAS: Artística, Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 5. LECTURA Y COMPRESIÓN DE CUENTOS: "UN DÍA EN LA PLAYA".

- Leer el cuento y dramatizarlo.
- Trabajar la comprensión y expresión oral y escrita, el vocabulario, la ortografía y la fonética, la gramática y la sintaxis, el resumen... según las fichas 6, 7, 8 y 9: "Leo y Comprendo".
- Este mismo proceso se puede seguir con otros cuentos.

RECURSOS: Cuentos: "Un día en la playa" ..., fichas 6, 7, 8 y 9...

ÁREAS: Lengua, Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 6. RESOLUCIÓN DE PASATIEMPOS.

- Descifrar, individualmente, el mensaje secreto de la ficha 10.
- Descubrir las palabras perdidas de la ficha 11.
- Componer el puzzle de la ficha 12, y pintar del mismo color las partes comunes que hay entre el hombre y la mujer; y con distinto color las partes diferentes.

RECURSOS: Fichas 10, 11 y 12...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Matemáticas, Artística...

ACTIVIDAD 7. REALIZACIÓN DE SESIONES DE EXPRESIÓN CORPORAL.

- Hacer algunas sesiones de expresión corporal a lo largo del tema, que ayuden a sentir y vivenciar el cuerpo y sus funciones. Ver ejemplo en el Documento 1.

RECURSOS: Documento 1...

ÁREAS: Educación Física...

ACTIVIDAD 8. REALIZACIÓN DE FICHAS: "NUESTRO CUERPO"

- Introducir estos juegos en momentos concretos de las clases.

RECURSOS: Guía didáctica del profesorado (Técnicas de trabajo).

ÁREAS: Educación Física, Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 9. EXPOSICIÓN: "¿CÓMO SON NUESTROS ÓRGANOS GENITALES INTERNOS?".

- Explicar con material de apoyo (láminas, diapositivas...), las partes más importantes de los genitales internos femeninos y masculinos.
- Trabajar las fichas 13 y 14: "Reconozco y pinto" y las fichas 15 y 16: "Puzzles anatómicos".

RECURSOS: Láminas, diapositivas. Fichas 13, 14, 15 y 16. Documento 3...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua, Artística...

ACTIVIDAD 10. CUENTO COLECTIVO.

- Elegir una parte del cuerpo e inventar un cuento colectivo, donde dicha parte sea la protagonista.

ÁREAS: Lengua, Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 11. JUEGO DE CARACTERÍSTICAS.

- Dada una función, el alumnado ha de decir a qué parte del cuerpo le corresponde.
- Descritas varias características el alumnado ha de averiguar a qué compañera o compañero se refiere.

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 12. REALIZACIÓN DE FICHAS.

- Realizar la ficha 17: "Juego con palabras".
- Completar, individualmente, la ficha 18: "¿Qué podemos hacer con nuestro cuerpo?"; debatir, colectivamente, los resultados y sacar conclusiones.
- Trabajar la ficha 19: "Nuestro cuerpo nos sirve para comunicarnos".

RECURSOS: Fichas 17, 18 y 19...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 13. EXPOSICIÓN: "¿POR QUÉ Y CÓMO CRECEMOS?".

- Explicar, con material de apoyo (diapositivas, láminas, transparencias...) por qué niñas y niños se van convirtiendo en mujeres y hombres.
- Realizar las fichas 20 y 21: "Cambios en la pubertad".
- Comentar, a partir de las fichas, los cambios más importantes que se producen en la pubertad y las nuevas potencialidades que suponen para la chica y el chico.
- Identificar con colores, los cambios que se están produciendo en su cuerpo en esos momentos.

RECURSOS: Diapositivas, láminas, transparencias, libros..., Guía didáctica del profesorado, fichas 20 y 21.

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 14. VÍDEO-FORUM.

- Visionar algún vídeo referente a la pubertad.
- Analizar, en pequeño grupo, la película, ayudándose para ello de la ficha 22.
- Poner en común y extraer conclusiones.

RECURSOS: Vídeo, T.V. película, ficha 22...

ÁREAS: Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 15. ANÁLISIS DE MITOS.

- Trabajar en pequeño grupo la ficha 23: "Análisis mitos".
- Poner en común y sintetizar las aportaciones-investigaciones de todos los grupos.
- Elaborar un cómic, novela... sobre algunos de estos mitos, poniendo en evidencia la falsedad de los mismos.

RECURSOS: Ficha 23...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 16. ESTUDIO DE CASOS.

- Estudiar, en pequeño grupo, el caso de Elena recogido en la ficha 24.

RECURSOS: Ficha 24...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua ...

ACTIVIDAD 17. INVESTIGACIÓN: "MODELOS DE BELLEZA EN LA PUBLICIDAD Y EN NUESTRO ENTORNO".

- Investigar en la zona "qué se consideraba bello" dos generaciones atrás.
- Comparar estos datos con el modelo de belleza que nos transmiten actualmente los medios de comunicación. Pueden ayudarse de la ficha 25: "Análisis publicidad".

RECURSOS: Ficha 25...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 18. RESOLUCIÓN DE PASATIEMPOS.

- Resolver los pasatiempos recogidos en la ficha 26: “Descubro las palabras perdidas”.

RECURSOS: Ficha 26. Documento 3...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 19. TORBELLINO DE IDEAS: “FUNCIONES DE NUESTRO CUERPO”.

- Presentar una de las partes del cuerpo, y por medio de un torbellino de ideas, enumerar las funciones de la misma. Se van anotando en la pizarra, se analizan y se completan. Así sucesivamente con cada parte del cuerpo.
- Confeccionar murales con las funciones de cada parte del cuerpo.

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 20. INVESTIGACIÓN: “CÓMO NOS CUIDAMOS”.

- Contestar, individualmente, al cuestionario “¿Cómo cuido mi cuerpo?”, recogido en la ficha 27.
- Comentar, colectivamente, las respuestas.
- Elaborar unas normas básicas de cuidado corporal.
- Confeccionar un cómic donde se reflejen las funciones y cuidados de las distintas partes del cuerpo.

RECURSOS: Ficha 27...

ÁREAS: Conocimiento del Medio...

ACTIVIDAD 21. REALIZACIÓN DE FICHAS: “CUIDADOS DEL CUERPO”.

- Verbalizar y realizar la ficha 28 “¿Cómo limpio mis genitales?”.
- Elaborar, en pequeño grupo, una lista de aspectos que contribuyan a mantener el cuerpo sano y otra de elementos que incidan negativamente en la salud corporal. Ficha 29 “A favor-en contra”. Ayudarse, para ello, de la ficha 29: “A favor-en contra”.
- Resolver la ficha 30 “En busca del mensaje secreto y la ficha 31: “Descubro las palabras escondidas”.

RECURSOS: Fichas 28, 29, 30 y 31...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Lengua...

ACTIVIDAD 22. REALIZACIÓN DE MURALES, DIAPOSITIVAS...

- Hacer composiciones, murales... sobre el tema, donde se recojan los conocimientos aprendidos sobre el mismo.
- Contrastar con los Contenidos básicos.

RECURSOS: Murales, diapositivas, fotos, Contenidos básicos...

ÁREAS: Conocimiento del Medio, Artística...

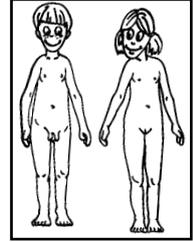
ACTIVIDAD 23. EVALUACIÓN DEL CENTRO DE INTERÉS.

La evaluación es un componente del proceso educativo imprescindible para analizar si la actividad educativa se ajusta a la realidad del alumnado (inicialmente y durante todo el desarrollo), si se van consiguiendo los objetivos propuestos y qué adaptaciones se deben ir introduciendo para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje.

La evaluación la entendemos como un proceso continuo (a lo largo del desarrollo de la Unidad temática), integral (que implique la evaluación personal afectiva, motor, cognitiva, de interacción social... del alumnado) y formativo (con la finalidad de evaluar el logro progresivo de las intenciones de enseñanza del profesorado y de las finalidades de aprendizaje del alumnado).

La estrategia de evaluación básica para esta Unidad Didáctica es la observación sistemática y continua (Guía didáctica del profesorado) de la implicación del alumnado en las diferentes actividades diseñadas: búsqueda y recogida de datos, fichas realizadas, nivel de participación individual y de grupo, informes, monografías y murales elaborados, las actitudes presentes ante la sexualidad y ante su cuerpo, la información que manejan...

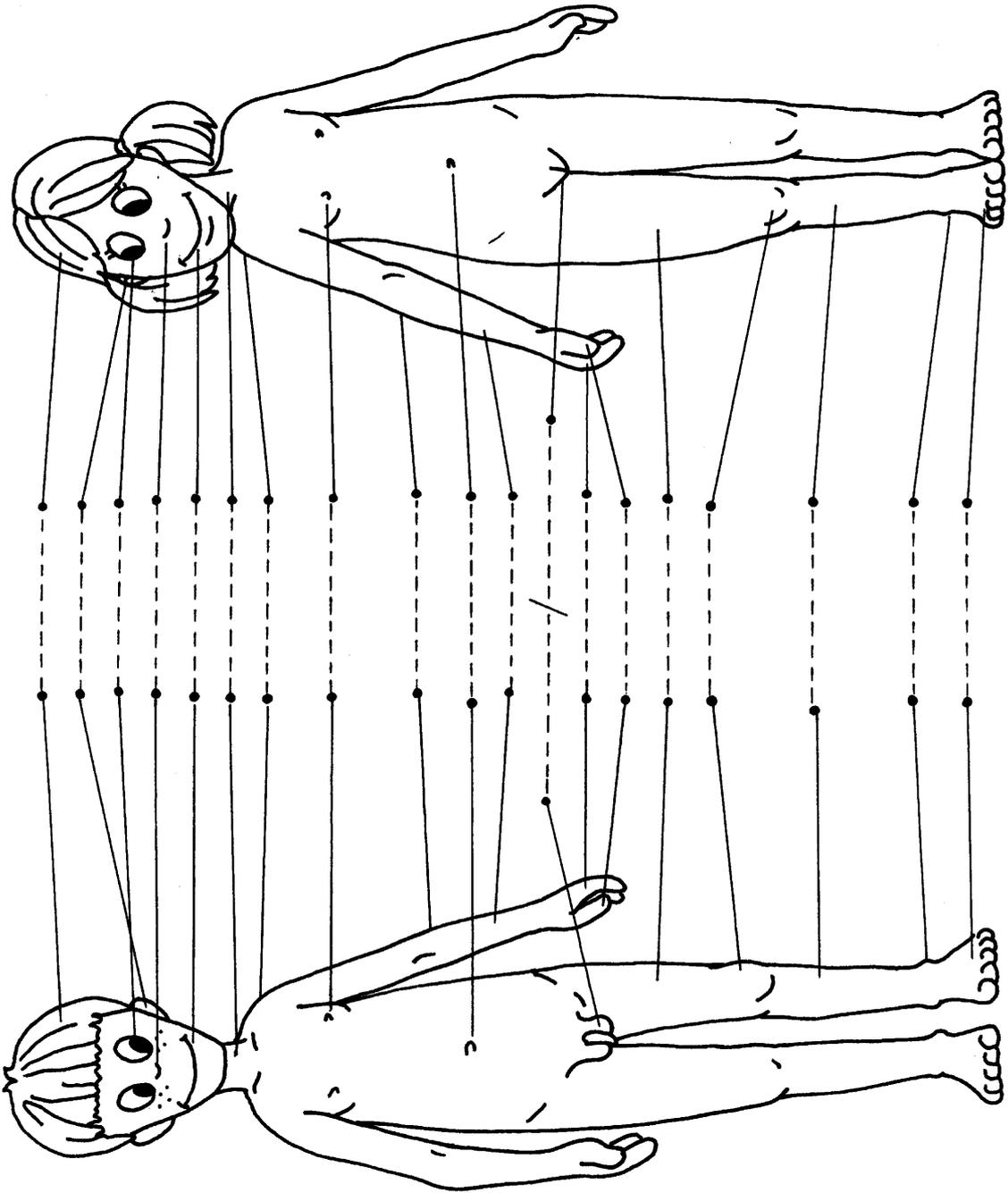
Asimismo, a través de la realización de las fichas 32, 33, 34 y 35 podemos valorar los conceptos básicos aprendidos.

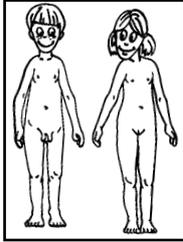


Ficha 1

¿Cuál es su nombre?

¿Sabrías poner los nombres de las partes del cuerpo de esta niña y de este niño?





Ficha 2

¿Quién soy?

Si completas estas frases te conocerás un poquito más.

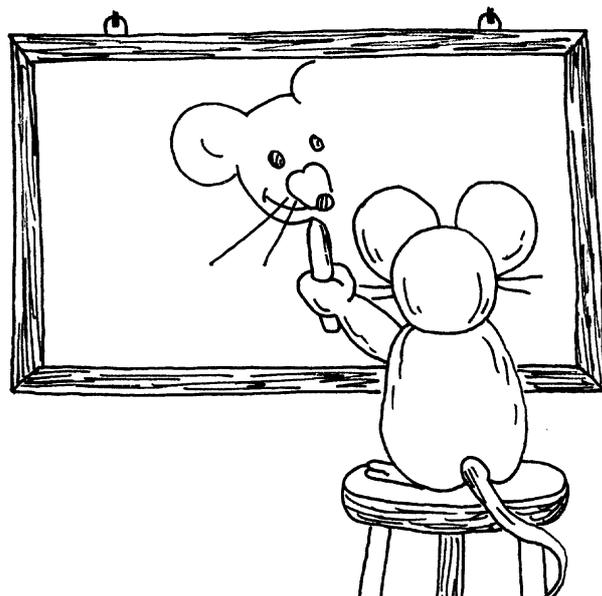
1. Mi nombre es _____
2. Mis apellidos son _____
3. Mi madre se llama _____
4. Mi padre se llama _____
5. Yo tengo _____ años. Nací el _____ de _____ de _____
6. En _____ Mi barrio se llama _____ y pertenece al municipio de _____ Mi calle se llama _____ nº _____
7. Yo mido _____ cms. Y peso _____ Kgs. _____
8. Físicamente me podría describir _____

9. Mis cualidades son _____

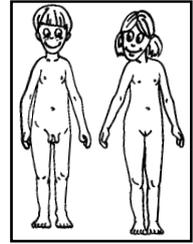
10. Mis intereses son _____

11. A mí me gusta _____

12. Haz tu propio dibujo o caricatura de ti misma/o.



Ficha 3



Analizo datos

1. ¿Cuántos niños y niñas miden lo mismo? _____

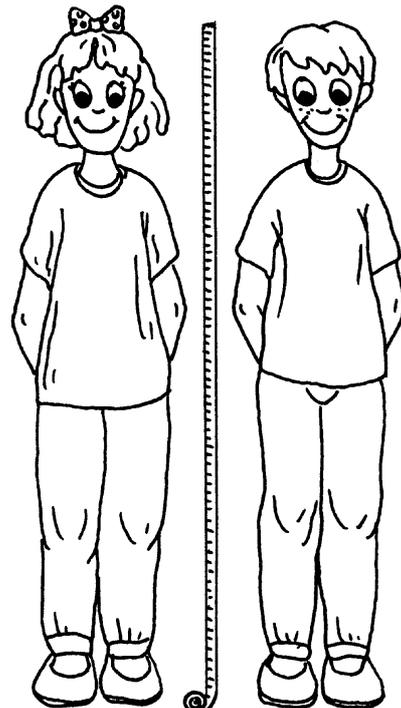
2. ¿Cuál es la medida que más se repite? _____

3. Invento un problema con los datos. Para ello sigue el siguiente esquema:

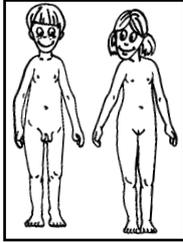
a) Historia del problema: _____

b) Preguntas: _____

c) Operaciones:



d) Respuestas:



Ficha 4

Pienso y resuelvo

Haz el primer problema. Después de hacerlo mira dentro de cada cuadro de números a ver si encuentras el resultado. Cada vez que lo encuentres, táchalo. Lo mismo con los demás ejercicios.

Si has resuelto bien todos los problemas al final uno de los cuadros quedará totalmente tachado.

1. Si en una clase de 30 personas hay 10 que son rubias, 15 morenas y el resto son pelirrojas. ¿Cuántas habrá pelirrojas?
2. De esas 30 personas que hay en la clase 18 son niñas. ¿Cuántos niños hay?
3. ¿Cuál es el triple del resultado anterior?
4. En la clase hay 8 niños que pesan 33 kg. cada uno. ¿Cuántos kg. suman la mitad de estos alumnos?
5. Si una niña inicia su desarrollo a los 11 años y tarda 8 en completarlo ¿Cuántos años tendrá al final del desarrollo?
6. En la clase hay 6 niñas que miden 120 cm. ¿Cuántos cm. miden entre las seis?

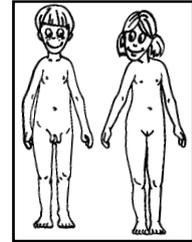
12		5
	132	1
36		720

19		12
5	2	720
		132

720	19	
	5	36
132		12



Ficha 5



Analizo el vocabulario



¿Qué nombres le dan en tu barrio a...?

PENE

VULVA

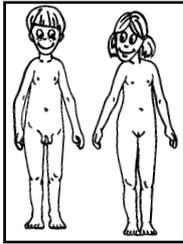
Contesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué crees tú que estas partes del cuerpo tienen tantos nombres?

2. Busca algunos de esos nombres en el diccionario y comprueba qué significan realmente.

3. Utilizar tantos nombres distintos, ¿facilita o dificulta la comunicación? ¿Por qué?

4. ¿Qué nombres crees que debemos usar? ¿Por qué? _____



Ficha 6

Leo y comprendo: "Un día en la Playa"

Después de leer "Un día en la playa" realiza las siguientes actividades.

1. Define las siguientes palabras:

DI FERENCIAS: _____

VULVA: _____

PENE: _____

TESTÍCULOS: _____

AXILA: _____

ADULTO: _____

2. Contrasta tus definiciones con las del diccionario y reeláboralas.

DI FERENCIAS: _____

VULVA: _____

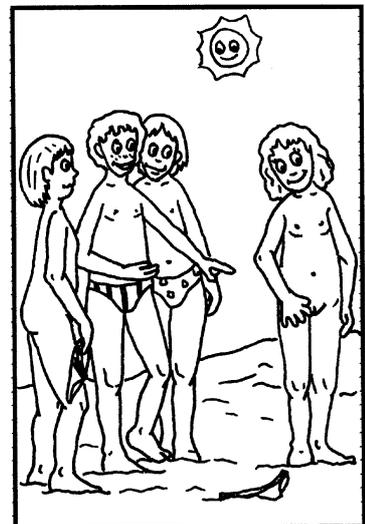
PENE: _____

TESTÍCULOS: _____

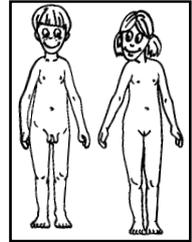
AXILA: _____

ADULTO: _____

3. Ordena las palabras anteriores alfabéticamente.



Ficha 7



Leo y comprendo: "Un día en la Playa"

¿Sabrías contestar a estas preguntas?

1. Qué le pasó a Ana cuando fue a coger agua? _____

2. ¿Cómo es el cuerpo de las niñas del cuento? _____

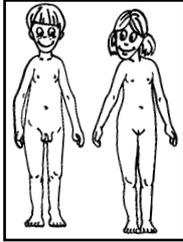
3. ¿Y el de los niños? _____

4. ¿Qué tienen igual? _____

5. ¿Qué tienen distinto? _____

6. ¿A qué jugaban en la playa? _____





Ficha 8

Leo y comprendo: "Un día en la playa"

1. Contesta a estas preguntas:

¿Qué diferencias hay entre Lucía y su madre? _____

Y entre Jorge y su padre? _____

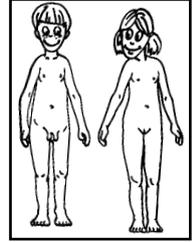
¿Qué otro título le pondrías al cuento? _____

2. Inventa una pequeña historia con estas tres palabras: cuerpo, mujer y niña.

3. Aumenta la historia añadiendo comparaciones.

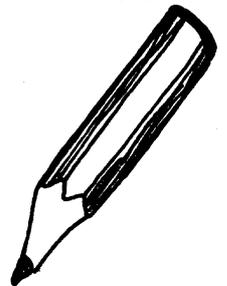


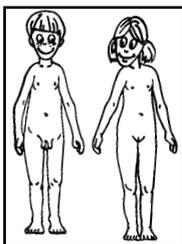
Ficha 9



Leo y comprendo: "Un día en la Playa"

Resume en seis viñetas el cuento "Un día en la Playa". Explica cada una de ellas.





Ficha 10

Busco el mensaje secreto

Para descifrar el mensaje haz de realizar las diferentes operaciones. Con el resultado de cada operación, busca en "la clave secreta" la letra que le corresponde a ese número. De esta forma encontrarás el mensaje. Ejemplo:

$$\frac{c}{4 \times 7} \quad \frac{u}{63 : 7} \quad \frac{e}{25 \times 80} \quad \frac{r}{6 \times 8} \quad \frac{p}{257 \times 45} \quad \frac{o}{54 : 9}$$

Clave secreta

C	E	H	M	N	O	P	R	S	T	U
28	2.000	81	25	540	6	11.565	48	55	54	9

¿Sabrías tú descifrar este mensaje?

$$\frac{\quad}{36+12} \quad \frac{\quad}{82-15} \quad \frac{\quad}{132-121} \quad \frac{\quad}{5 \times 10} \quad \frac{\quad}{54-32}$$

$$\frac{\quad}{4 \times 9} \quad \frac{\quad}{100 \times 2} \quad \frac{\quad}{54-32}$$

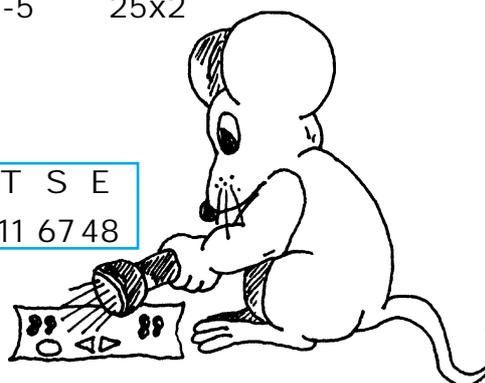
$$\frac{\quad}{456-220} \quad \frac{\quad}{38+12} \quad \frac{\quad}{3 \times 3} \quad \frac{\quad}{7+4} \quad \frac{\quad}{12 \times 4} \quad \frac{\quad}{19-10} \quad \frac{\quad}{11-0} \quad \frac{\quad}{6 \times 2}$$

$$\frac{\quad}{120+116} \quad \frac{\quad}{100-50} \quad \frac{\quad}{15-6} \quad \frac{\quad}{18+18} \quad \frac{\quad}{42+36}$$

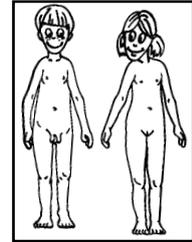
$$\frac{\quad}{118 \times 2} \quad \frac{\quad}{100+100} \quad \frac{\quad}{24+24} \quad \frac{\quad}{342+320} \quad \frac{\quad}{415-5} \quad \frac{\quad}{25 \times 2}$$

Clave secreta

N	P	R	U	I	A	C	M	Y	O	T	S	E
9	410	662	200	78	12	236	36	22	50	11	67	48



Ficha 11



Descubro las palabras perdidas

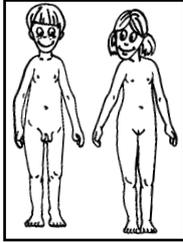
1. Busca en esta sopa de letras 11 NOMBRES relacionados con el cuerpo. Puedes buscar en sentido horizontal, vertical, inclinado y al revés. Rodea las palabras halladas.



P	E	L	O	Z	N	O
E	M	A	D	F	M	G
C	A	B	E	Z	A	I
H	W	I	D	V	N	L
O	J	O	L	N	O	B
A	K	U	Ñ	A	S	M
U	V	P	E	N	E	O

2. Con los nombres que has encontrado forma dos conjuntos: uno con las partes del cuerpo de la niña y otro con las partes del cuerpo del niño.

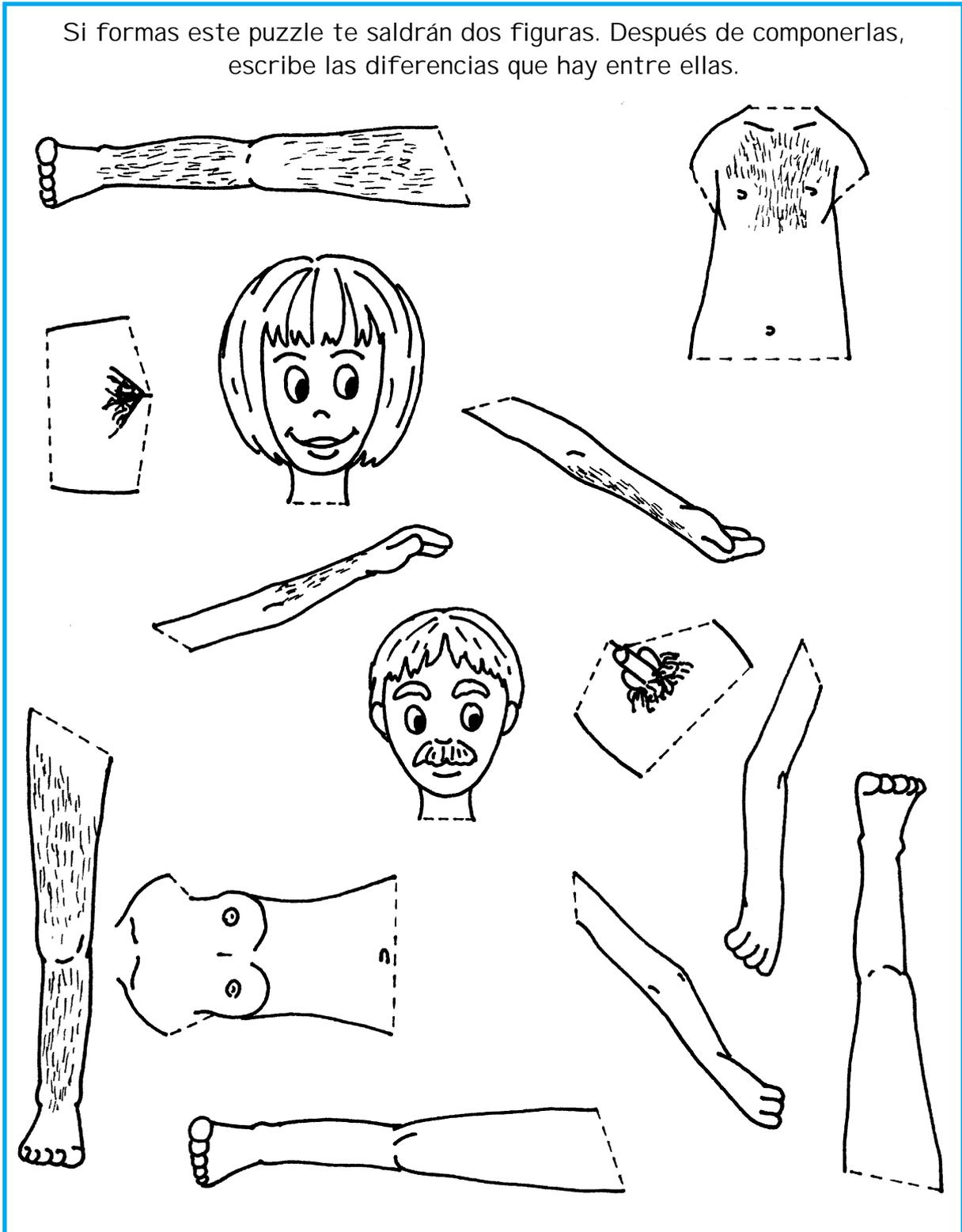


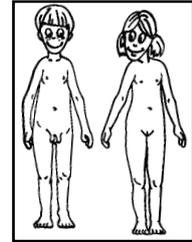


Ficha 12

Construyo puzzles anatómicos

Si formas este puzzle te saldrán dos figuras. Después de componerlas, escribe las diferencias que hay entre ellas.



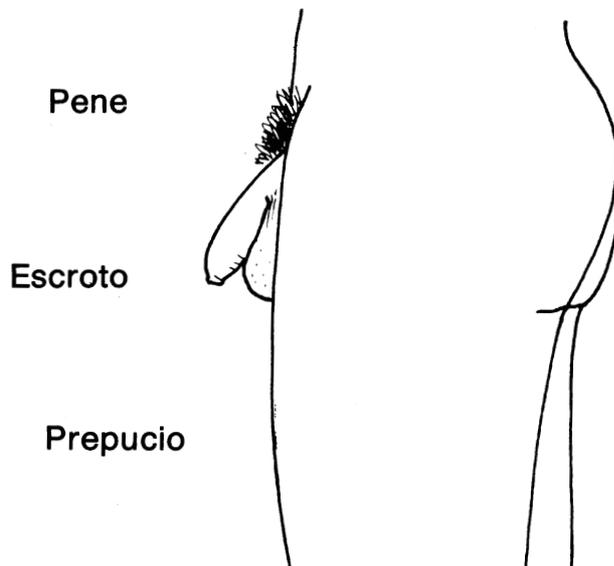


Ficha 13

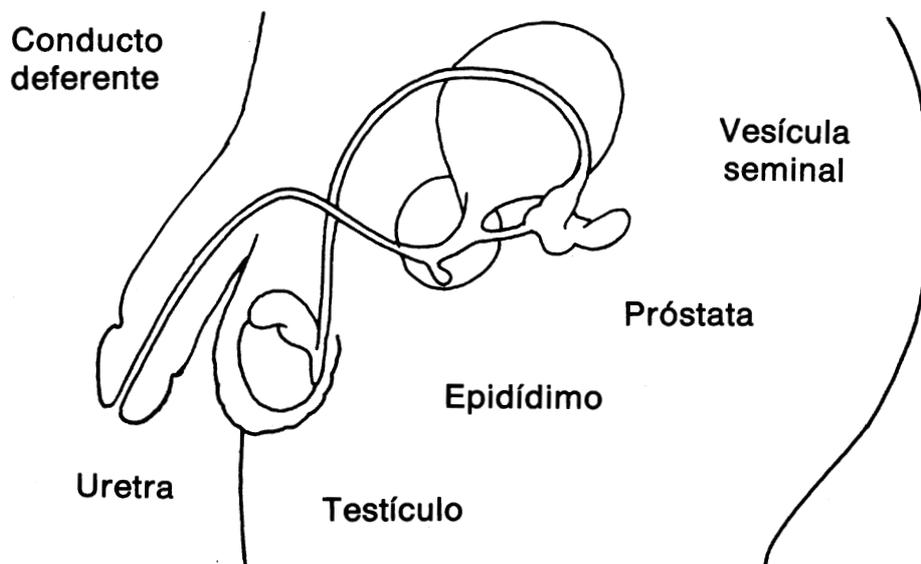
Reconozco y pinto

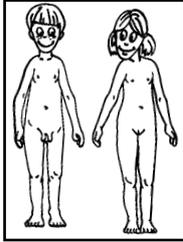
Fíjate cómo son los órganos genitales de los niños y los hombres, por fuera y por dentro. Pinta de diferente color cada una de las partes y rodea sus nombres con el color correspondiente.

ÓRGANOS GENITALES EXTERNOS



ÓRGANOS GENITALES INTERNOS

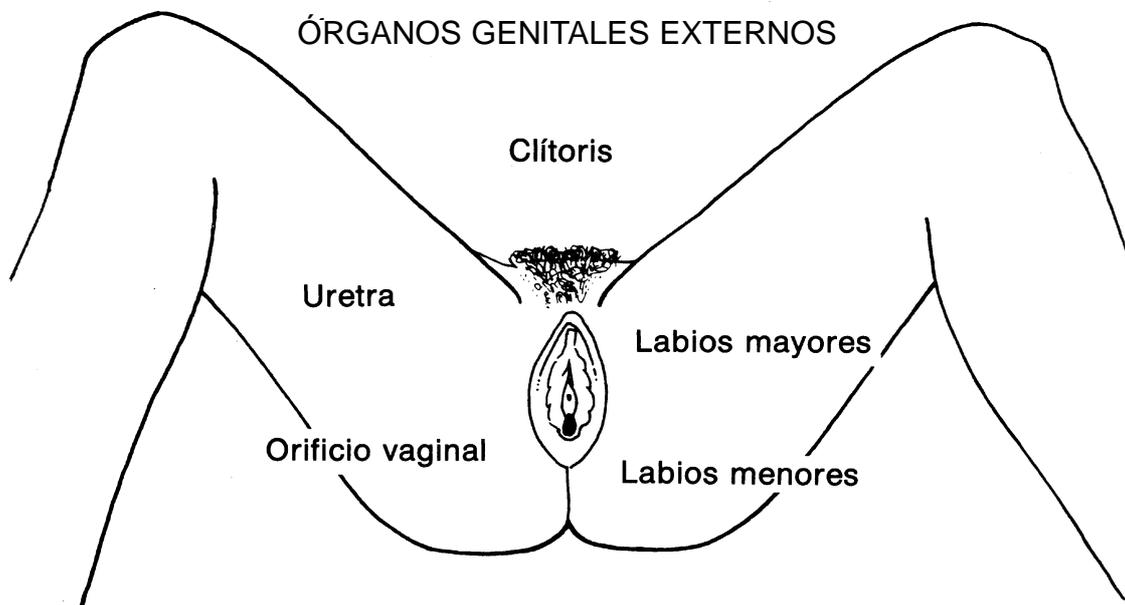


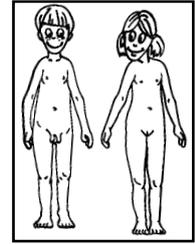


Ficha 14

Reconozco y pinto

Fíjate como son los órganos genitales de las niñas y las mujeres, por fuera y por dentro. Pinta de diferente color cada una de sus partes y rodea cada uno de los nombres con el color correspondiente.

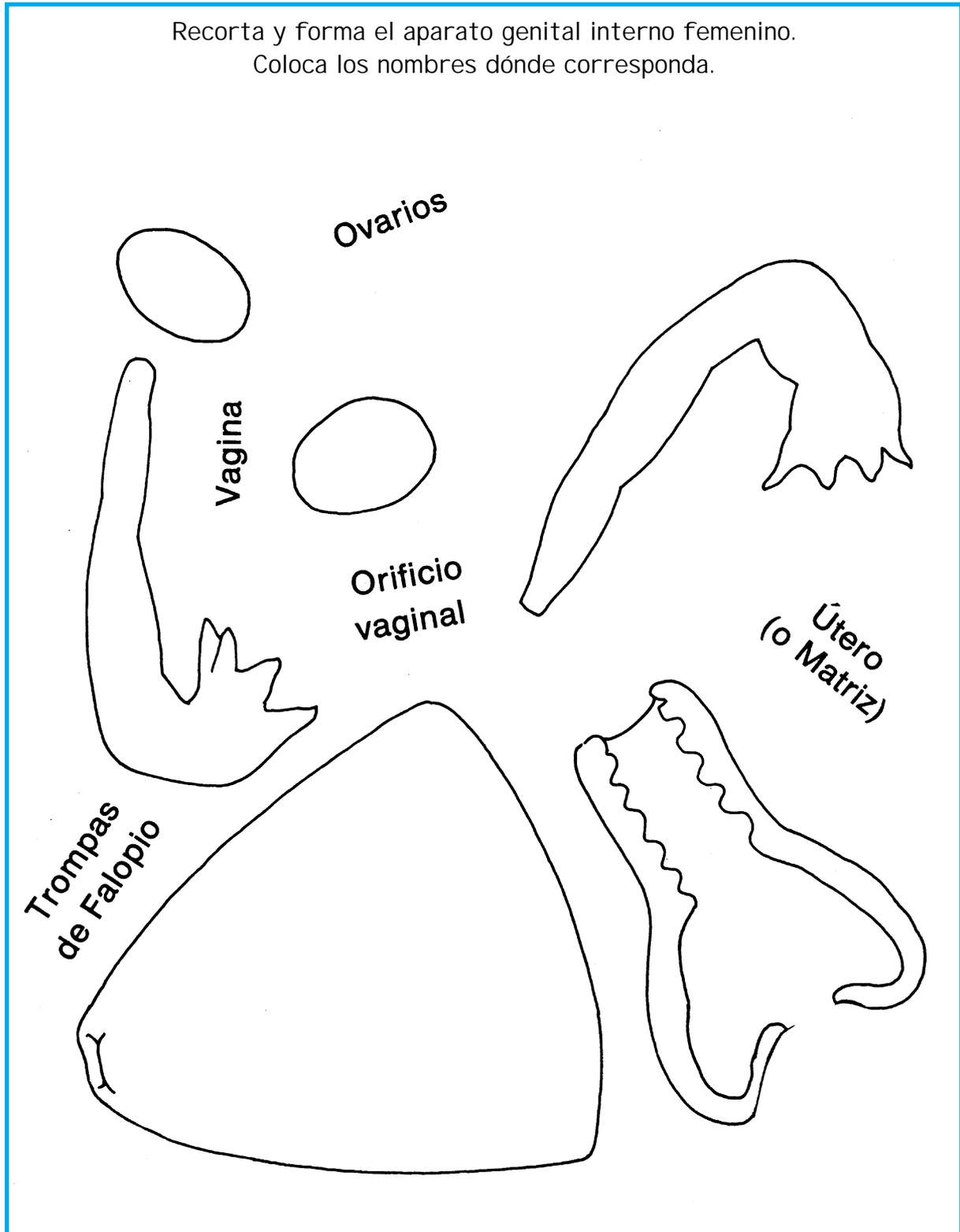


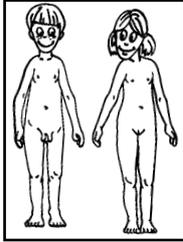


Ficha 15

Construyo puzzles anatómicos

Recorta y forma el aparato genital interno femenino.
Coloca los nombres dónde corresponda.

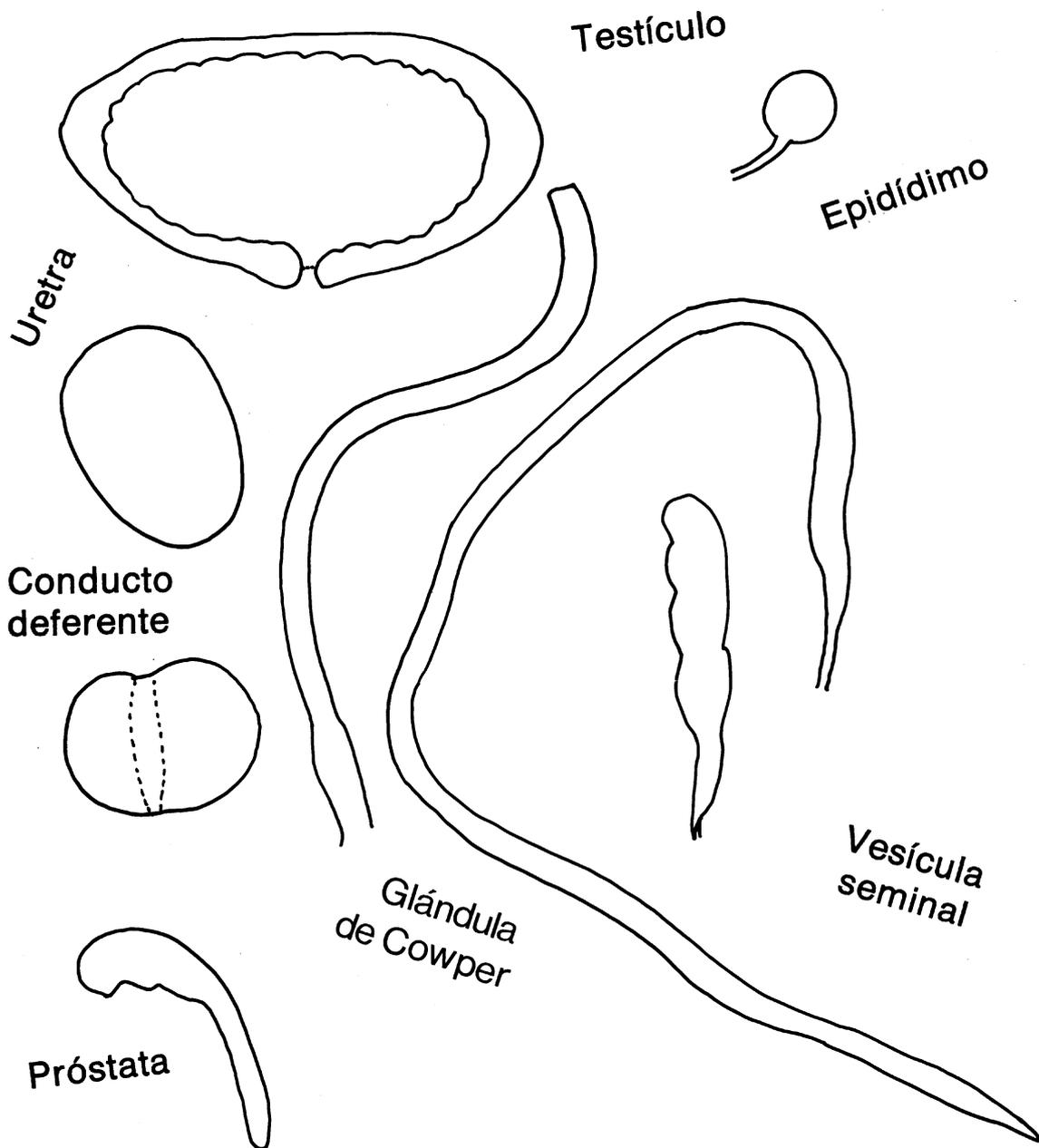


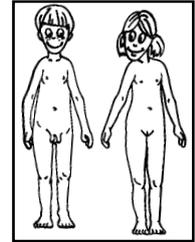


Ficha 16

Construyo puzzles anatómicos

Recorta y forma el aparato genital interno masculino.
Coloca los nombres dónde corresponda.





Ficha 17

Juego con palabras

¿Cómo se puede denominar al conjunto de estas partes del cuerpo?

1. Ovarios, trompas de falopio, útero, vagina.

SOLUCIÓN _____

2. Testículos, epidídimo, próstata, vesículas seminales, canal deferente, uretra, y glande.

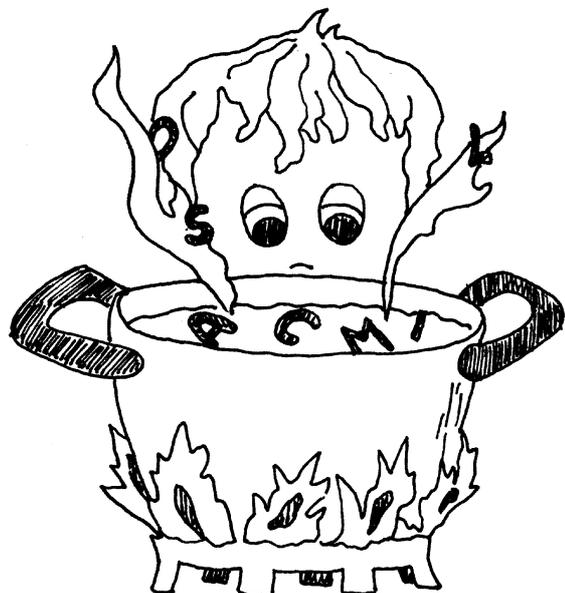
SOLUCIÓN _____

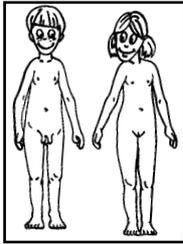
3. Pene y escroto.

SOLUCIÓN _____

4. Clítoris, labios mayores, labios menores, orificio vaginal, meato urinario.

SOLUCIÓN _____





Ficha 18

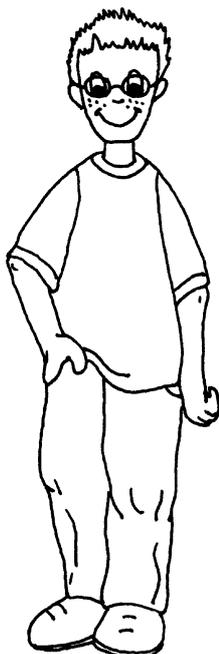
¿Qué podemos hacer con nuestro cuerpo?

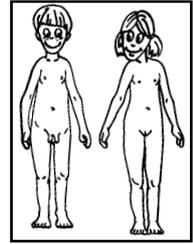
Escribe algunas de las cosas que pueden hacer, sentir... las niñas y los niños con su cuerpo.

LAS NIÑAS PUEDEN:



LOS NIÑOS PUEDEN:





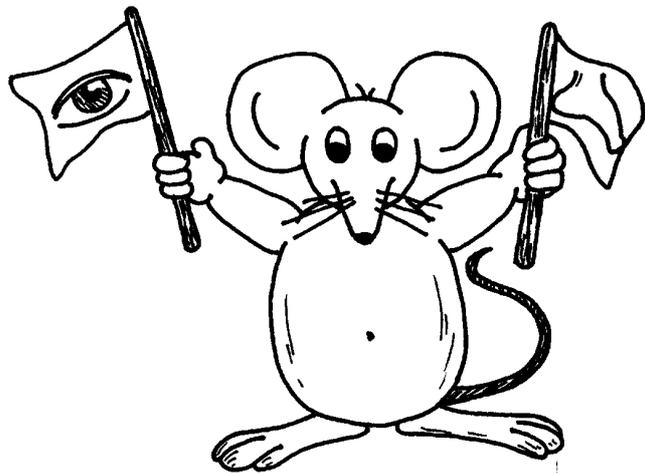
Ficha 19

Nuestro cuerpo nos sirve para comunicarnos

1. Nombra distintas formas de comunicarnos con las demás personas.

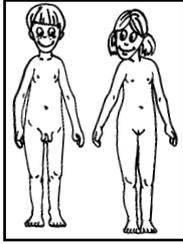
2. Escribe los distintos significados que tiene esta palabra. _____

COMUNICAR



3. Piensa y escribe palabras que tengan el mismo o parecido significado.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Ficha 20

Estudio los cambios de la pubertad

Observa los cambios que se producen en la pubertad y completa las frases.

• El cuerpo aumenta en _____ y _____

• Aparece el _____ facial. A veces aparecen granos

• La voz se vuelve _____

• Los hombros se _____

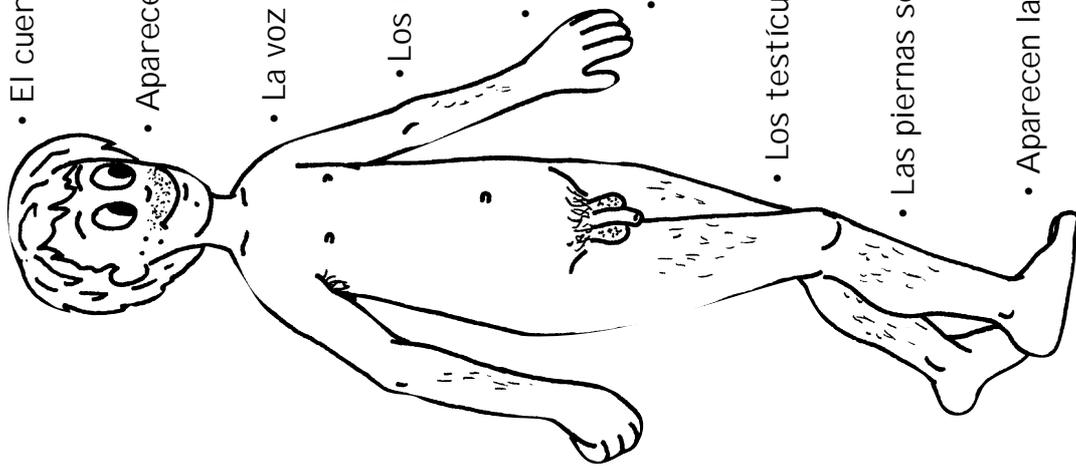
• Crece _____ en las axilas, brazos, pecho y espalda.

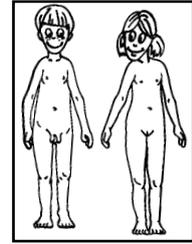
• Aparece _____ alrededor del pene y el escroto.

• Los testículos y el pene _____

• Las piernas se vuelven más _____. Aumenta el sudor

• Aparecen las primeras _____

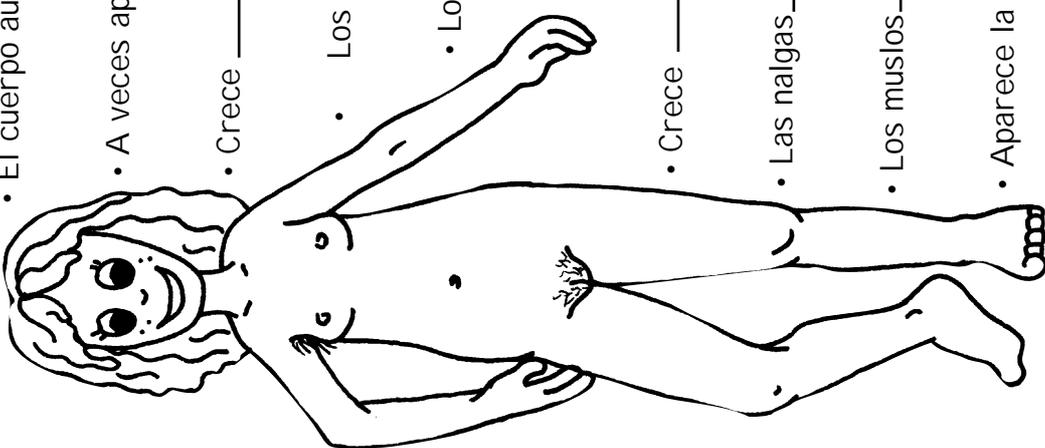




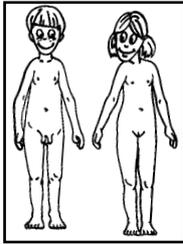
Ficha 21

Estudio los cambios de la pubertad

Observa los cambios corporales que se producen en la pubertad y completa las frases

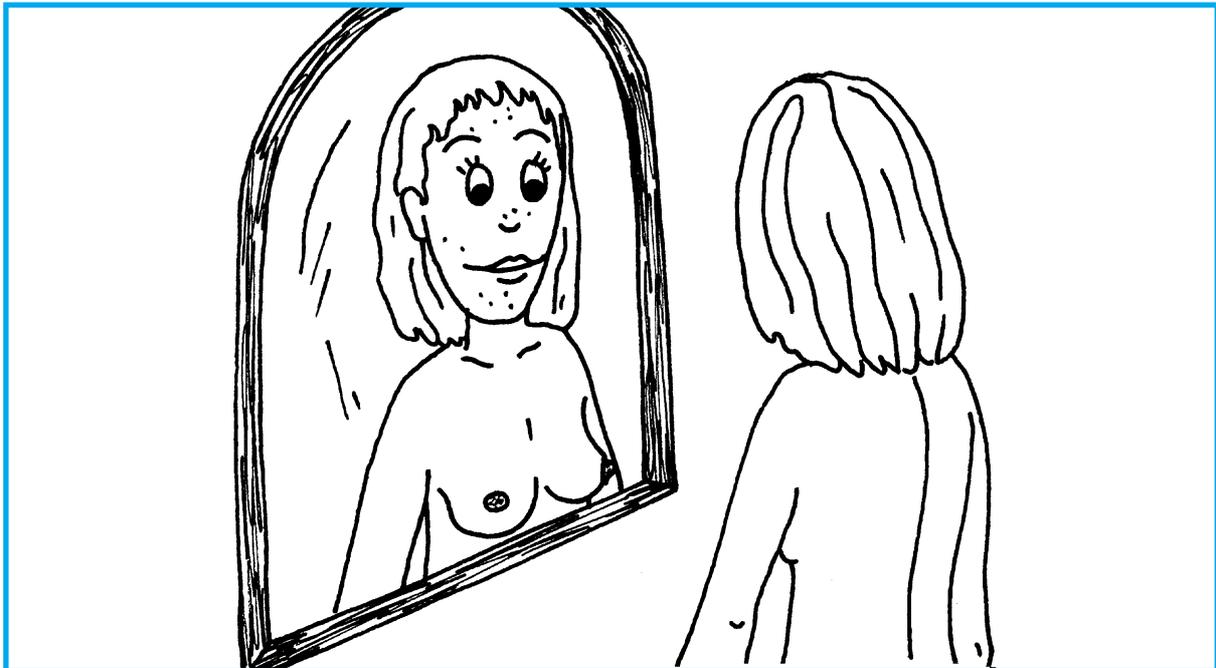


- El cuerpo aumenta en _____ y _____
- A veces aparecen _____
- Crece _____ en las axilas.
- Los pezones se _____
- Los brazos se _____
- Las caderas _____ y se _____
- Crece _____ en el pubis.
- Las nalgas _____
- Los muslos _____
- Aparece la primera _____



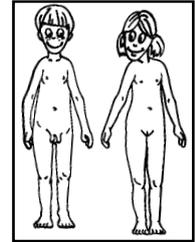
Ficha 22

Analizo vídeos



ESQUEMA DE DISCUSIÓN

1. Cuenta los cambios más importantes que se producen en la pubertad en chicos y chicas.
2. ¿Qué son las erecciones y las poluciones? ¿Por qué crees que se producen?
3. ¿Qué es el período o menstruación?
4. ¿Hay alguna actividad que no podamos hacer con el período?
5. ¿Qué cosas positivas tiene el período para la mujer?
6. ¿Qué cuidados higiénicos se deben mantener cuando se tiene el período?
7. ¿Por qué salen las espinillas o granos?
8. ¿Qué medidas podemos tomar para contrarrestar la salida de espinillas?
9. ¿Que es la masturbación?
10. ¿Qué consecuencias puede tener masturbarse con frecuencia?
11. ¿Has captado algún error en la información transmitida?



Ficha 23

Analizo mitos

A continuación exponemos algunos de los mitos referidos al desarrollo sexual:

- “Durante la menstruación las mujeres no deben lavarse la cabeza ni practicar deportes”.
- “No se puede entrar a la bodega con la menstruación pues el vino se “pica”.
- “Las poluciones nocturnas son señales de alguna enfermedad”.
- “La masturbación puede producir la caída del pelo”.

Investiga y añade otros:

- _____

- _____

- _____

- _____

- _____

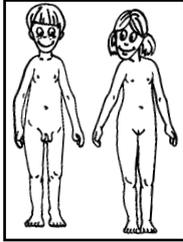
- _____

- _____



ESQUEMA DE ANÁLISIS:

- ¿Conocías ya estos mitos?
- ¿Por qué crees que existen?
- ¿Consideras que tienen una base científica? ¿Por qué?
- ¿Qué crees que se debería hacer ante ellos?



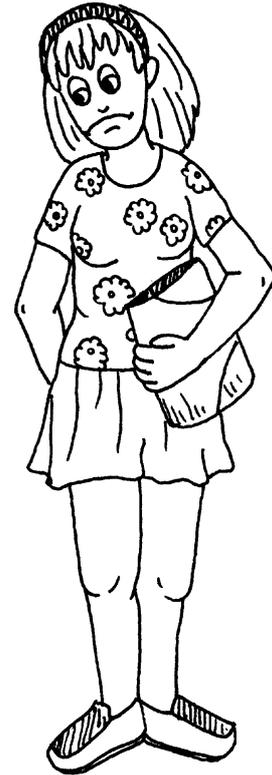
Ficha 24

Estudio el caso de Elena

Me llamo Elena. Estudio sexto de E.G.B. en el colegio que está en mi barrio. Me gusta ir a la escuela, pues allí tengo muchísimas amigas y amigos. Siempre he sido muy alegre y abierta, me gusta hablar, jugar, relacionarme con los demás. Pero, en estos últimos meses, no sé qué me pasa. Me siento distinta, no me reconozco, mi cuerpo cambia muy deprisa. Los pechos me están creciendo mucho.

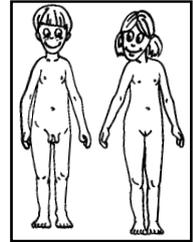
Mis amigos y amigas me miran constantemente, a ellas todavía no les pasa lo que a mí. Me siento muy incómoda. Me da vergüenza. Hubiera preferido estar como antes.

Elena



ESQUEMA DE DISCUSIÓN

- ¿Qué crees que le sucede a Elena?
- ¿Conoces a alguien que le pase o haya pasado lo mismo?
- ¿Por qué crees que se dan estas situaciones?
- ¿Qué le dirías a Elena para que se sintiera contenta consigo misma?



Ficha 25

Analizo Publicidad

1. ¿Qué se anuncia? _____

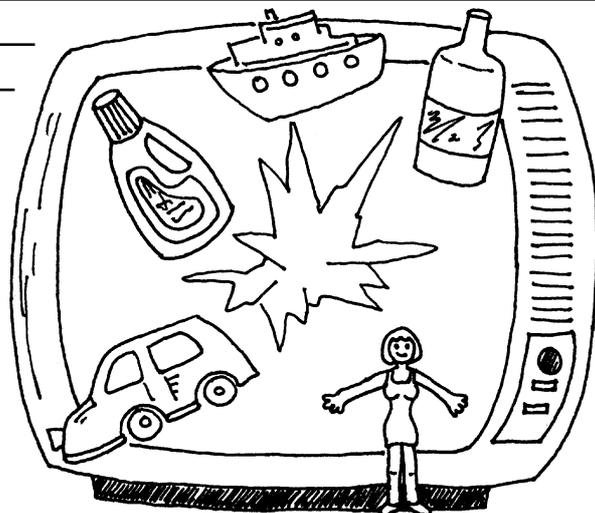
2. ¿A qué hora? _____

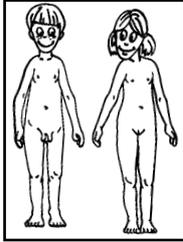
3. ¿Cuál es el texto del anuncio? _____

4. ¿Qué tipo de música tiene el anuncio? _____

5. ¿Qué imágenes aparecen? _____

6. ¿A quién va dirigido el anuncio (hombres, mujeres,...)? _____





Ficha 26

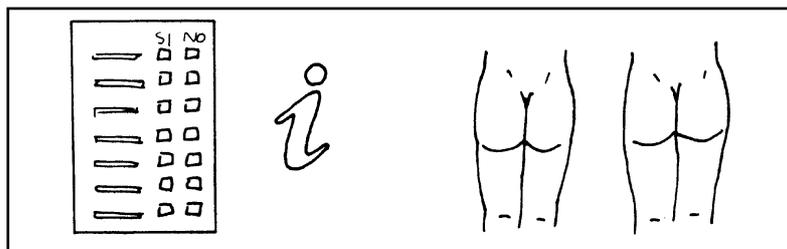
Descubro las palabras perdidas

1. Busca en esta sopa de letras 6 PALABRAS relacionadas con el cuerpo. Puedes buscar en sentido horizontal, vertical, inclinado y al revés.

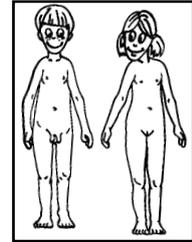
M	E	S	A	S	S	L	N	M
T	S	C	R	Q	P	O	P	A
A	B	L	C	D	L	O	R	S
N	O	I	C	C	E	R	E	T
P	P	T	C	T	O	N	P	U
C	O	O	A	B	E	A	U	R
I	L	R	T	M	S	P	C	B
S	U	I	E	N	P	L	I	A
P	C	S	T	O	M	O	O	C
O	I	E	P	S	L	D	N	I
N	O	F	D	O	K	F	G	O
L	N	A	C	B	J	I	H	N



2. Resuelve el siguiente jeroglífico.



Los tienen todos los niños _____



Ficha 27

¿Cómo cuido mi cuerpo?

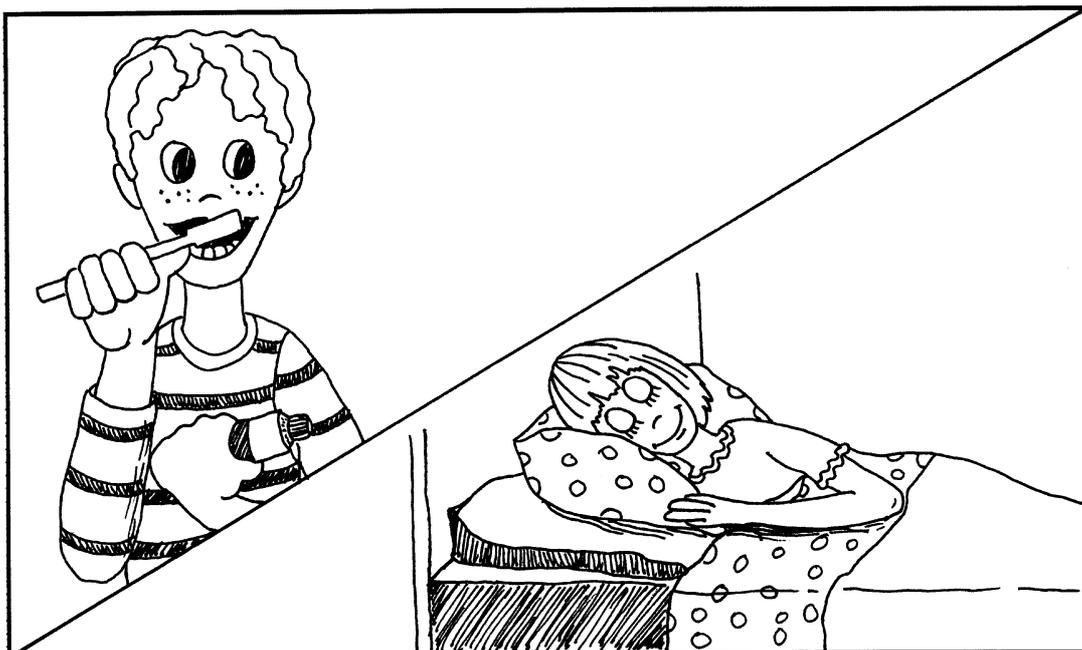
1. ¿Cuántas veces te duchas a la semana? _____

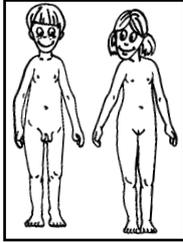
2. ¿Cuándo crees que es necesario lavarse los genitales? _____

3. ¿Hay partes del cuerpo que lavas con más frecuencia que otras? ¿Cuáles?____

4. ¿Cuántas horas, más o menos, ves diariamente la televisión? _____

5. ¿A qué hora te sueles acostar diariamente? _____
6. ¿A qué hora te sueles levantar? _____
7. ¿Crees que tu higiene es correcta o crees que tendrías que mejorarla? _____
_____ ¿Por qué? _____

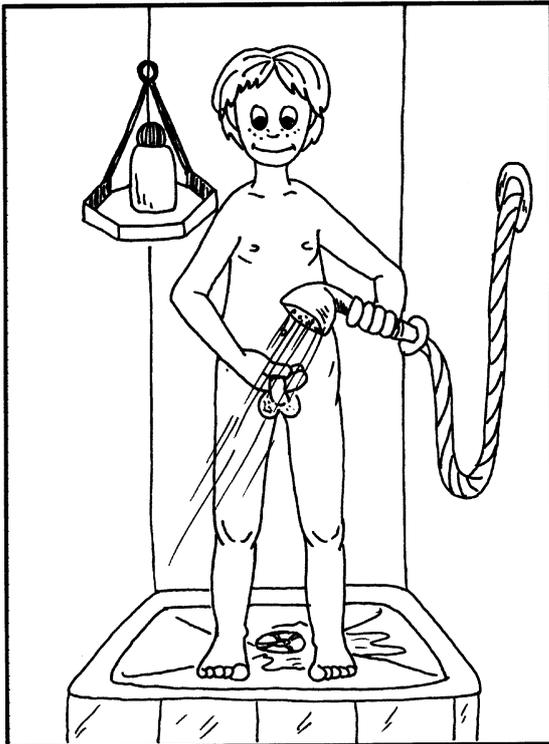


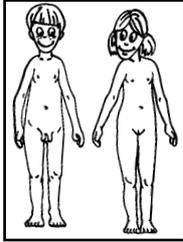


Ficha 28

¿Cómo limpio mis genitales?

Sabrías decir cómo hay que lavar el pene y la vulva.
Escríbelo al lado de cada dibujo.





Ficha 30

En busca del mensaje secreto

“Vence al tigre y al león,
vence al toro embravecido
vence a todas las personas
que a sus pies caen rendidas”.

Si quieres conocer la respuesta a esta adivinanza
descifra el siguiente mensaje:

$$\begin{array}{r} \hline 342 \times 7 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} \hline 343 : 7 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} \hline 4893 : 3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} \hline 595 \times 33 \\ \hline \end{array}$$

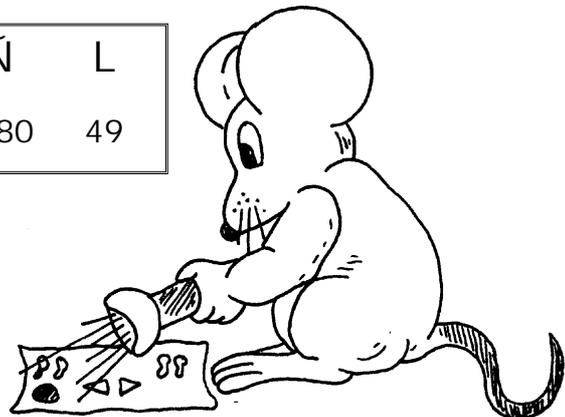
$$\begin{array}{r} \hline 2320 + 74 \\ \hline \end{array}$$

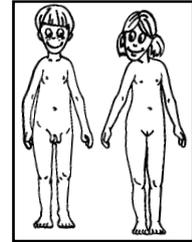
$$\begin{array}{r} \hline 5632 - 452 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} \hline 38 \times 838 \\ \hline \end{array}$$

CLAVE

E	U	S	O	Ñ	L
2394	19635	1631	31844	5180	49

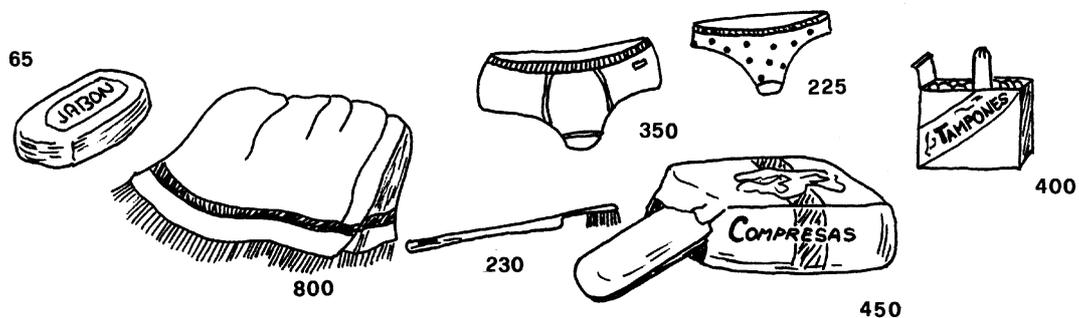




Ficha 31

Descubro la palabra escondida

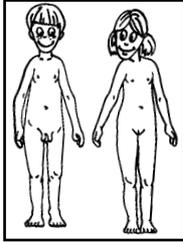
A continuación te presentamos una serie de problemas. Después de resolverlos mira en la parte inferior a ver si encuentras el resultado. A cada resultado correcto le corresponde una letra. Escribe ésta en el rectángulo que está vacío. Haces lo mismo con todos los resultados de los problemas. Si todos los resultados están bien, te saldrá una palabra relacionada con el cuidado del cuerpo.



¿CUANTO VALEN?

- Unas bragas y una caja de tampones
- Media docena de bragas y media docena de calzoncillos
- Seis jabones y una caja de tampones
- Cinco cepillos de diente y un paquete de compresas
- Tres toallas y dos jabones
- Las bragas las han rebajado veinticinco pesetas cada una. ¿Cuánto vale ahora la media docena?
- Los calzoncillos también los han rebajado veinticinco pesetas cada uno. ¿Cuánto vale ahora la media docena?

1	50	A		790	G	
2	625	H		3400	P	
3	30	J		3450	I	
4	1600	I		780	K	
5	65	M		1800	S	
6	2530	E		1950	E	
7	2430	X		1200	N	



Ficha 32

Recuerdo y repaso

1. Une con una flecha cada palabra con su definición correspondiente.

- | | |
|----------|--|
| GLANDE | • Cilindro de algodón que absorbe el flujo menstrual. |
| VULVA | • Órgano donde se desarrolla el feto durante el embarazo. También se llama matriz. |
| PENE | • Parte externa de los órganos genitales de la mujer. |
| VAGINA | • Extremo del pene. |
| ÚTERO | • Fenómeno reflejo por el cual el pene se pone erecto. |
| TAMPÓN | • Canal que va desde el útero hasta la vulva. |
| ERECCIÓN | • Prolongación de la piel del pene que cubre el glande. |
| PREPUCIO | • Órgano sexual externo masculino. |



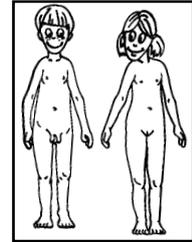
2. Completa estas frases:

- El _____ es algo que sólo tienen las niñas y las _____

- Los _____ se encuentran en una bolsa que se llama _____

- Los _____ el _____ y la _____
están dentro del cuerpo de las mujeres y las niñas.

Ficha 33



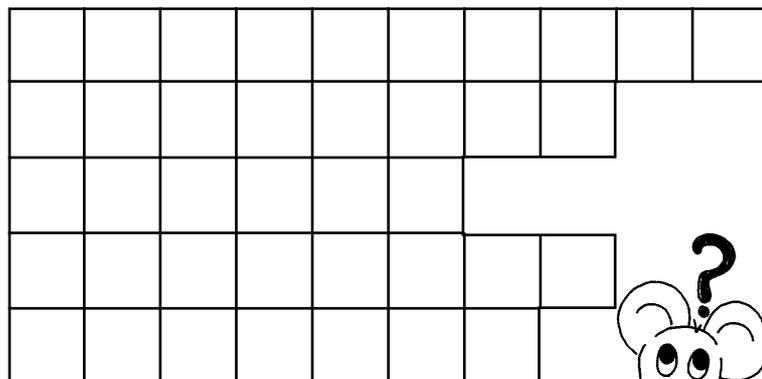
Recuerdo y repaso

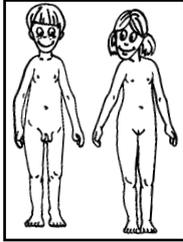
1. Podrías decir si las frases siguientes son **verdaderas** o **falsas**. Rodea con un círculo la **V** si crees que es verdadero o la **F** si crees que es falso.

- La pubertad es una cosa que sólo le sucede a las niñas **V** **F**
- El prepucio es una parte del aparato genital interno de los varones **V** **F**
- Uno de los cambios que las chicas tienen en la pubertad es la aparición de la menstruación **V** **F**
- A los niños, en la pubertad, no les cambia nada de su cuerpo **V** **F**
- El clítoris se encuentra en la vulva **V** **F**
- Los niños pueden hacer más cosas que las niñas **V** **F**
- La masturbación es una forma de conseguir placer con nuestro propio cuerpo **V** **F**
- Todas las personas son diferentes **V** **F**
- Las niñas son más habilidosas que los niños **V** **F**
- El clítoris y el pene son órganos muy sensibles a la estimulación **V** **F**

2. CRUCIGRAMA

- Están dentro del escroto:
- Prolongación de la piel del pene que cubre el glande:
- Canal por donde salen al exterior orina y semen:
- Está en la vulva y produce mucho placer:
- En ellos maduran los óvulos:

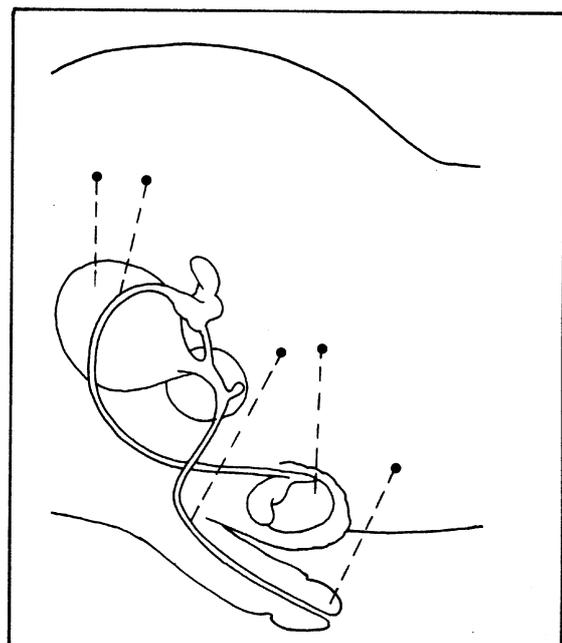
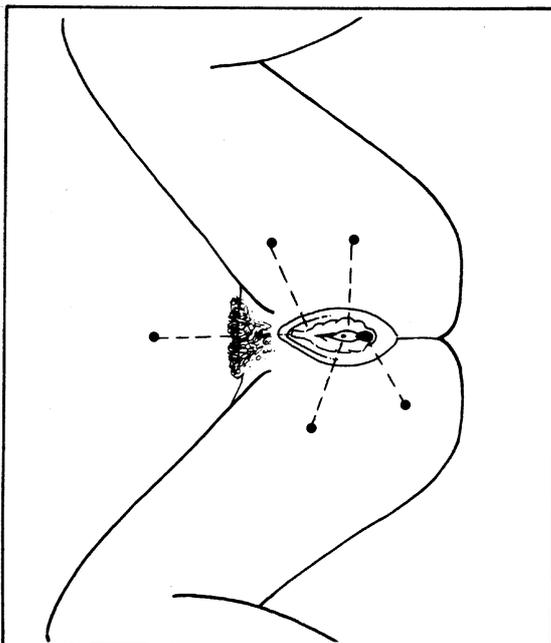
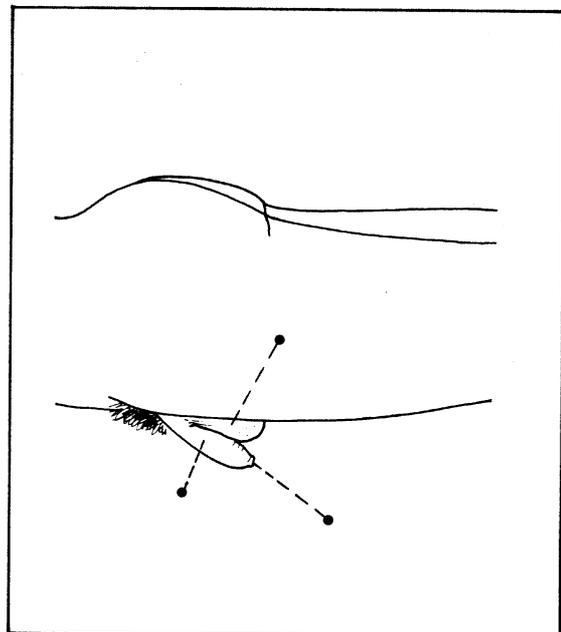
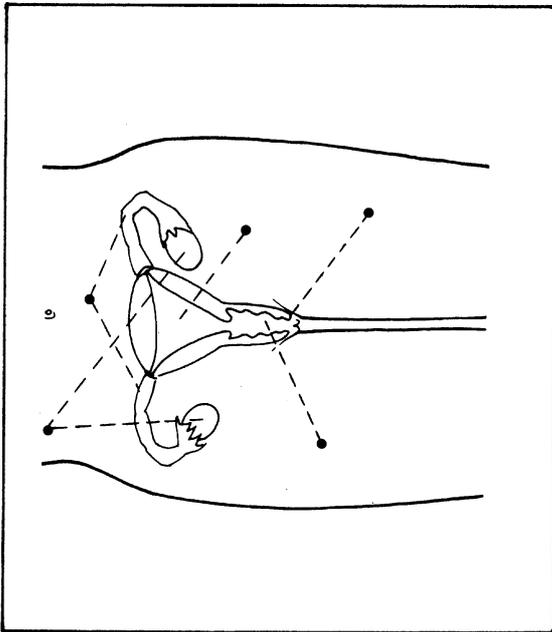


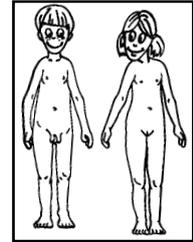


Ficha 34

Recuerdo y repaso

Sabrías completar los nombres de los órganos genitales internos y externos masculinos y femeninos.





Ficha 35

Recuerdo y repaso

• Es necesario ducharlo diariamente:

• Siempre después de hacer ejercicios físicos:

• A veces, cuando pica la cabeza:

• Siempre se debe hacer antes de comer:

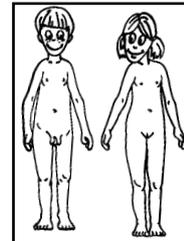
• Hay que retrocederlo para limpiarlo bien:

• Siempre después de comer:

• Limpia. Todo el mundo debe tener el suyo:

• Número de horas aproximadas que hay que dormir:





Documento 1

Sesión de expresión corporal

Iniciamos una marcha muy lenta para luego ir aumentándola progresivamente, tomando ritmos cada vez más rápidos, en diferentes direcciones y sentidos. Mantenemos el ritmo rápido unos pocos minutos y hacemos el proceso contrario hasta quedarnos quietos. Comenzamos a mover cada parte, a tocarla, a descubrirla... sin desplazarnos. Volvemos a caminar muy lentamente por todo el espacio y vamos a ir expresando cosas con nuestro cuerpo: alegría, tristeza, sorpresa, agrado, desagrado, bienestar, dolor, cariño, odio...

Aros musicales

Dividimos el grupo clase en parejas, cada pareja tiene un aro, en el cual se deben meter y sostenerlo entre ambos a la altura de la cintura. Mientras está sonando la música saltan por todo el espacio, metidos dentro del aro. Cada vez que la música se detiene tenemos que buscar una nueva pareja para seguir saltando dentro del aro.

Las estatuas

Dividimos el grupo clase en parejas. Una persona de cada pareja va a hacer de "masa de barro" y la otra de artista. Se trata de que cada artista nodele una estatua con la forma que quiera. Una vez hechas todas las estatuas se saca al alumnado que ha hecho de artista fuera

del aula. A las estatuas se les ha dado la consigna de cambiar de sitio en ese momento conservando la forma que tienen y posteriormente que permanezcan en silencio suceda lo que suceda... Cada artista con los ojos cerrados o vendados, tendrá que buscar, mediante el tacto, a su estatua. Cuando estén las parejas de nuevo formadas, se hace el mismo proceso, intercambiando los papeles.

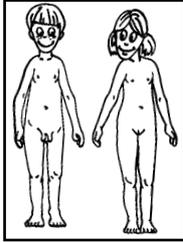
Juego de cualidades

En círculo, una persona se coloca en el centro (al principio debe ser el educador o la educadora). Se dirige a alguien y le dice una cualidad positiva. Por ejemplo: X eres muy inteligente. La persona aludida le contesta "tú también eres muy inteligente pero tan inteligente como tú es B y nombra a otra persona del grupo. Entonces las dos personas que están a ambos lados de "B" intentan cambiar sus sitios rápidamente, con las dos situadas a ambos lados de "X". La persona del centro intenta también sentarse.

La persona que queda sin silla comienza el proceso de nuevo.

Se concluye esta sesión formando un círculo y comentando aspectos como: ¿Cómo nos hemos sentido?, ¿Qué cosas nos han gustado más? ¿Por qué?, ¿Qué cosas no nos han gustado? ¿Por qué? ¿Nos gustaría repetirla?...





Documento 2

Vocabulario

Circuncisión: Extirpación del extremo del prepucio que recubre el pene.

Clítoris: Parte de los órganos sexuales externos femeninos, situado donde se unen los labios menores de la vulva. Es un órgano muy sensible.

Conductos deferentes: Conductos que comunican los testículos con el pene.

Epidídimo: Canal que transporta el semen.

Erección: Fenómeno reflejo por el cual al entrar sangre en el pene aumenta de tamaño, modificando su dirección y consistencia.

Escroto: Bolsa donde están alojados los testículos.

Espermatozoide: Célula sexual masculina.

Esperma: Sustancia compuesta por células espermáticas y líquido viscoso.

Eyaculación: Emisión de esperma.

Fimosis: Estrechez del orificio del prepucio.

Glande: Extremo del pene.

Glándulas del Bartolino: Glándulas situadas a la entrada de la vagina, que producen secreciones.

Himen: Membrana que recubre la entrada de la vagina.

Hipófisis: Glándula de secreción interna situada en la base del cráneo.

Hipotálamo: Parte del cerebro que actúa sobre la hipófisis.

Hormonas: Sustancias producidas por las glándulas endocrinas y transportadas por la sangre.

Hormonas sexuales: Hormonas responsables del desarrollo sexual.

Labios mayores/menores: Parte de los órganos sexuales externos.

Masturbación: Forma de conseguir placer con tu propio cuerpo.

Meato urinario: Agujero situado en la vulva, por donde sale al exterior la orina.

Menstruación: Desprendimiento mensual del revestimiento uterino, mezclado con el óvulo no fecundado.

Ovarios: Órgano sexual interno femenino. Su misión es producir los óvulos y las hormonas sexuales femeninas.

Óvulo: Célula sexual femenina.

Pene: Órgano sexual masculino. A través de él salen la orina y el semen.

Pezones: Protuberancia en el centro del pecho, muy sensible a la estimulación.

Polución: Eyaculación involuntaria de semen mientras el hombre está durmiendo.

Prepucio: Piel que recubre el glande.

Pubertad: Época de la vida en la que se produce el desarrollo sexual.

Pubis: Es el anterior de los tres huesos que componen cada mitad de la pelvis.

Semen: Esperma, líquido viscoso que sale del pene del hombre cuando éste eyacula. Contiene los espermatozoides.

Testículos: Órgano sexual interno masculino. Su misión es producir los espermatozoides y las hormonas sexuales masculinas.

Trompas de Falopio: Parte de los órganos sexuales internos femeninos. Comunican los ovarios con el útero.

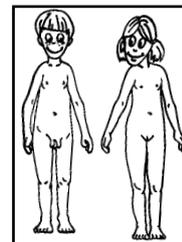
Uretra: Conducto por el que sale la orina al exterior.

Útero: Matriz, órgano sexual interno femenino. Cavity musculosa situada en el bajo vientre. En ella anida el óvulo fecundado y se desarrolla el embrión.

Vagina: Órgano sexual interno femenino. Cavity musculosa situada en el bajo vientre.

Vesícula seminal: Pequeños sacos situados debajo de la vejiga. Su misión es fabricar un líquido que facilita el movimiento a los espermatozoides.

Vulva: Conjunto de órganos sexuales externos femeninos.



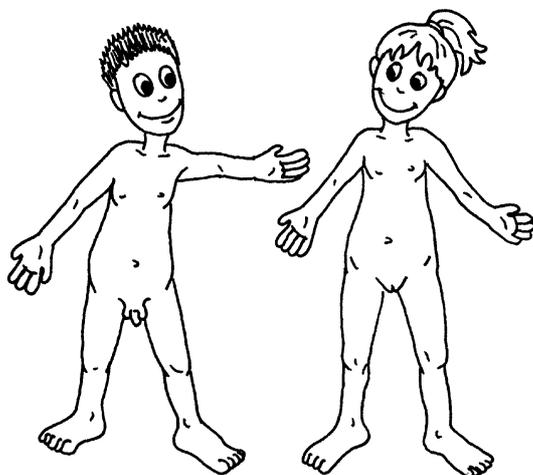
(cont.) Documento 2

Conocimiento del Cuerpo - Desarrollo Sexual

Contenidos básicos

1. DIFERENCIAS NIÑO-NIÑA.

Todas las personas somos diferentes, unas pequeñas, otras más grandes; unas gordas, otras delgadas; unas rubias, otras morenas, etc. También entre los niños y las niñas existe esta variedad, pero entre ambos hay una diferencia común. Las niñas tienen una parte de su cuerpo, los genitales, diferente a la de los niños. Ellas tienen vulva y ellos pene y testículos. Esta diferencia en su cuerpo no quiere decir que unos sean mejores o peores que otros. Sólo significa que sus genitales son diferentes.

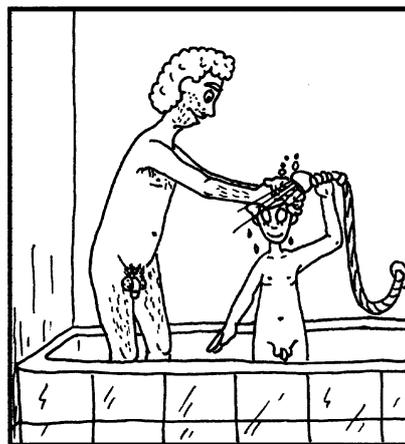


2. DIFERENCIAS ENTRE NIÑOS Y NIÑAS Y CON LAS PERSONAS ADULTAS.

A medida que vamos creciendo nuestro cuerpo va cambiando. Así, si observamos a un hombre nos daremos cuenta de que su cuerpo es diferente al de un niño, es más alto, más fuerte, tiene la espalda más ancha, puede tener barba, vello en el cuerpo, en el pecho, en las axilas, en

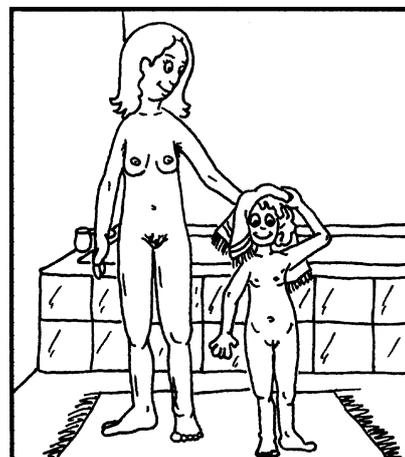
el pubis y en las piernas.

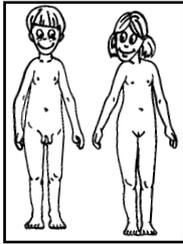
Lo mismo pasa con una niña y una mujer. Esta última es más alta, más fuerte,



tiene pechos o mamas más grandes, caderas más anchas, y vello en las axilas y en el pubis.

Cuando niñas y niños van creciendo su cuerpo se va pareciendo más y más al cuerpo de las personas adultas. Para poder desarrollarlo adecuadamente, es necesario cuidarlo mucho, alimentarlo bien, hacer ejercicios físicos, etc.



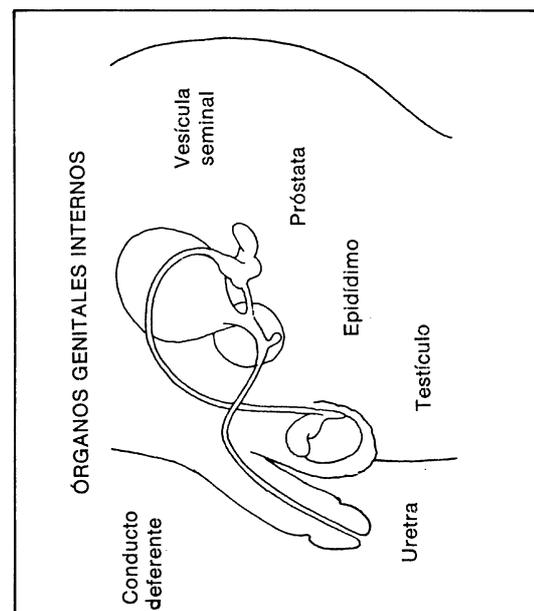
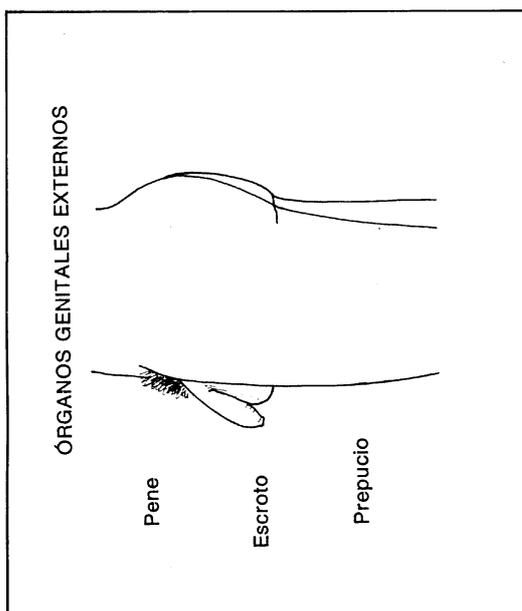
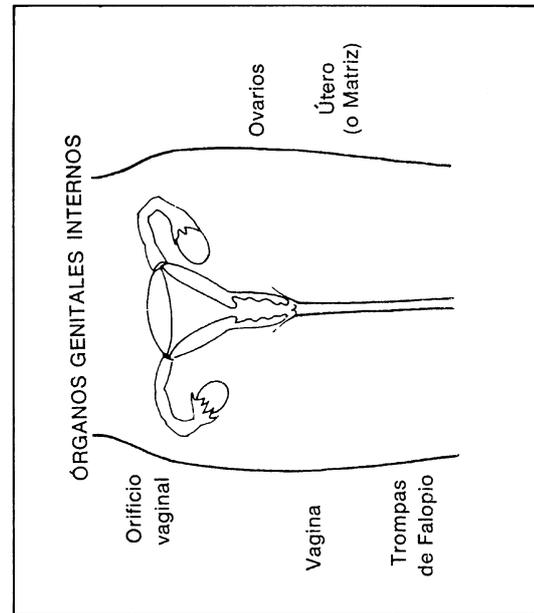
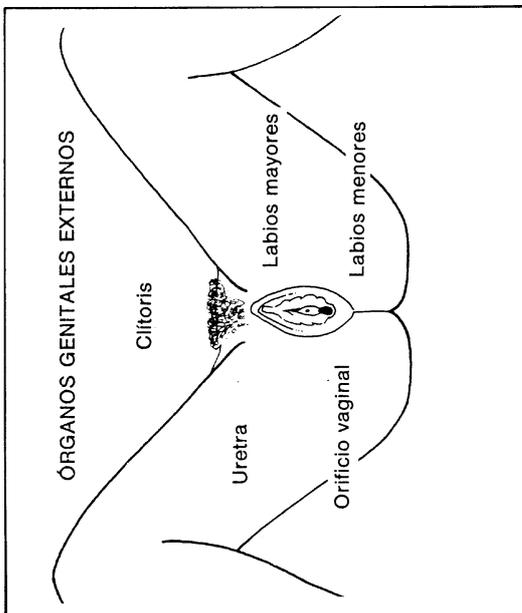


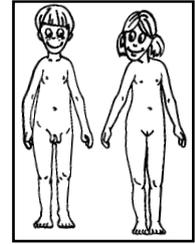
Documento 2 (cont.)

3. ÓRGANOS GENITALES INTERNOS MASCULINOS Y FEMENINOS.

No solo el cuerpo de las niñas y de las mujeres se diferencia del de los niños y el de los hombres por fuera.

También por dentro existen algunas diferencias. Obsérvalas en los dibujos que están a continuación:





(cont.) Documento 2

3. FUNCIONES DEL CUERPO.

Todas las partes de; cuerpo son importantes, a través de ellas podemos hacer muchísimas cosas, comunicarnos con otras personas, jugar, pasear, escuchar música, ver cosas bonitas, sentir cosas agradables, etc. Todas las partes del cuerpo tienen una función. No podemos prescindir de ninguna.

Los sentidos -gusto, oído, olfato, vista y tacto- nos mantienen informados de todo lo que pasa a nuestro alrededor y dentro de nosotros y nosotras mismas. Nos ayudan a conocer, querer y disfrutar nuestro cuerpo y todo lo que nos rodea.

A través de ellos podemos descubrir el placer, el dolor, contactos agradables, contactos desagradables, etc. Con un solo sentido nos podemos comunicar con otras personas.

Ejemplo, la vista nos permite comunicarnos sin que sean necesarias las palabras, con una mirada puede bastar para expresar nuestros sentimientos.



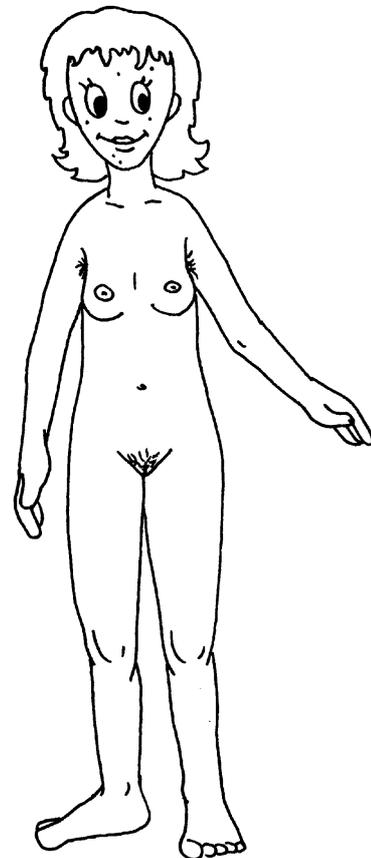
Gracias a nuestro cuerpo podemos comunicarnos y relacionarnos con los demás y con nosotros y nosotras mismas.

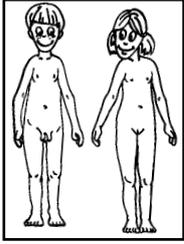
4. CAMBIOS EN LA PUBERTAD.

Ya decíamos antes que entre el cuerpo de las niñas, niños y el de las personas adultas habían algunas diferencias. Pero, ¿cuándo empiezan estos cambios?, ¿cuáles son?

Nuestro cuerpo, desde el principio de nuestra vida está creciendo, pero alrededor de los 10-11 y 12 años, además de crecer, nuestro cuerpo cambia. En las niñas los cambios son los siguientes:

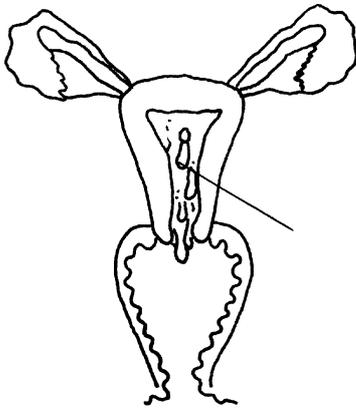
- Los **pechos** crecen.
- Los **pezones** se desarrollan.
- Las **caderas** crecen y se redondean.
- A veces, aparecen **granos** en la cara.
- Crece el **vello** en la axilas y en el pubis, aparece la primera ovulación y la primera regla o menstruación.





Documento 2 (cont.)

La **regla** o **menstruación** es la expulsión de una pequeña cantidad de sangre por la vagina. Empieza a suceder entre los 10 y 15 años y se va repitiendo cada mes; primero de manera irregular, pero a los cuatro o



cinco meses se normaliza y baja cada 28 días, aproximadamente.

La regla suele durar de 2 a 5 días, durante los cuales se usan compresas o tampones absorbentes. La edad en que aparece la menstruación varía de una chica a otra. No hay que preocuparse, a todas les sucederá.

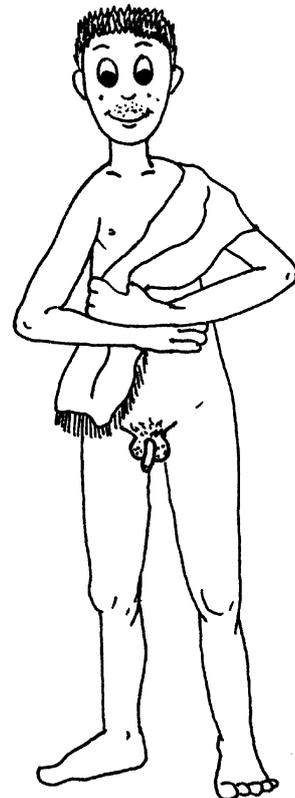
En los días que dura la regla hay que extremar la higiene, bañarse y cambiarse con frecuencia el tampón o compresa. Otro aspecto importante que se da en esta época del desarrollo es que, a veces, la vagina se humedece y se endurece el clítoris. Esta es la forma en que responde el cuerpo ante sensaciones o pensamientos agradables.

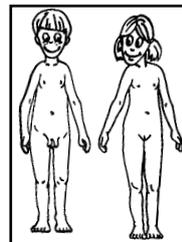
En los niños los cambios aparecen un poco más tarde que en las niñas, 12-13-14 años. Los cambios más visibles que se producen en éstos son:

- La **voz** se vuelve más grave.
- Empieza a crecer el **vello** en las axilas, el pubis y el escroto. También puede salir vello en la cara, pecho, espalda y piernas.
- Los **músculos** de todo el cuerpo comienzan a desarrollarse. Se ensancha la espalda.
- A veces, aparecen **granos** en la cara.
- Aumenta el **sudor**.
- Aparecen las primeras **poluciones** y aumenta la frecuencia de las **erecciones**.

Una **polución nocturna** es la expulsión involuntario de una pequeña cantidad de semen por el pene durante la noche. Empieza a suceder entre los 12 y 16 años.

También en esta época del desarrollo, la erección sucede con más frecuencia que antes. A los niños, el pene, a veces, se les pone duro y aumenta de tamaño debido a que llega muchísima sangre a él. Esto se produce porque sienten, ven o piensan en cosas agradables.





(cont.) Documento 2

5. CUIDADOS DEL CUERPO: HIGIENE.

El cuidado del cuerpo es necesario para estar saludables. La higiene es un aspecto muy importante de este cuidado, si queremos estar contentos y contentas con nuestro propio cuerpo y con las demás personas.

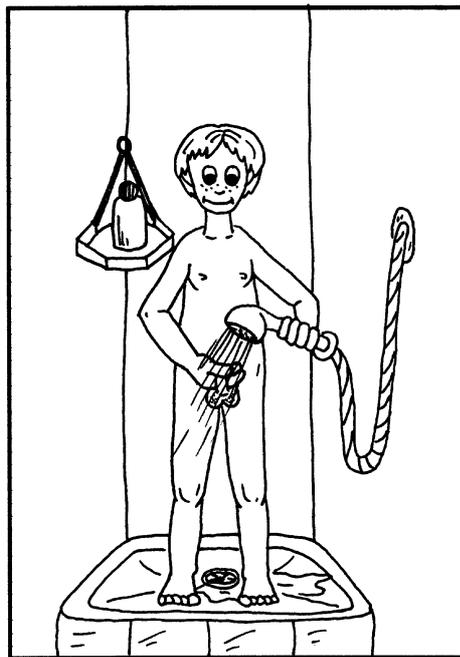
Debemos:

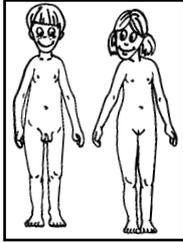
- Ducharnos todos los días y siempre que hagamos ejercicios físicos.
- Cambiarnos diariamente la ropa interior.
- Cepillarnos el pelo todos los días, con un cepillo o peine personal. Lavarnos las manos antes de comer.
- Lavarnos los dientes y encías después de cada comida con nuestro propio cepillo.
- Dormir -descansar- todo lo que necesite el cuerpo.

- Hacer deporte, ejercicio físico y tomar aire fresco.
- Lavar frecuentemente las axilas, porque a nuestras edades aumenta el sudor.
- Lavar bien nuestros genitales:

Los chicos deben tener en cuenta que en los pliegues de piel del escroto **y** en el prepucio se acumula el sudor, por tanto, deben retroceder este para que no queden zonas sin limpiar.

Las chicas, también deben separar los pliegues que forman la vulva, ya que en ellos se acumula el sudor **y** otras sustancias. En los períodos de la menstruación estos lavados han de realizarse varias veces al día -cada vez que se cambie de compresas o tampón-.





Centro de Interés: Nuestro Cuerpo.

Documento 3

Soluciones de los pasatiempos

FICHA 10

- Estoy muy contenta con mi cuerpo.

FICHA 11

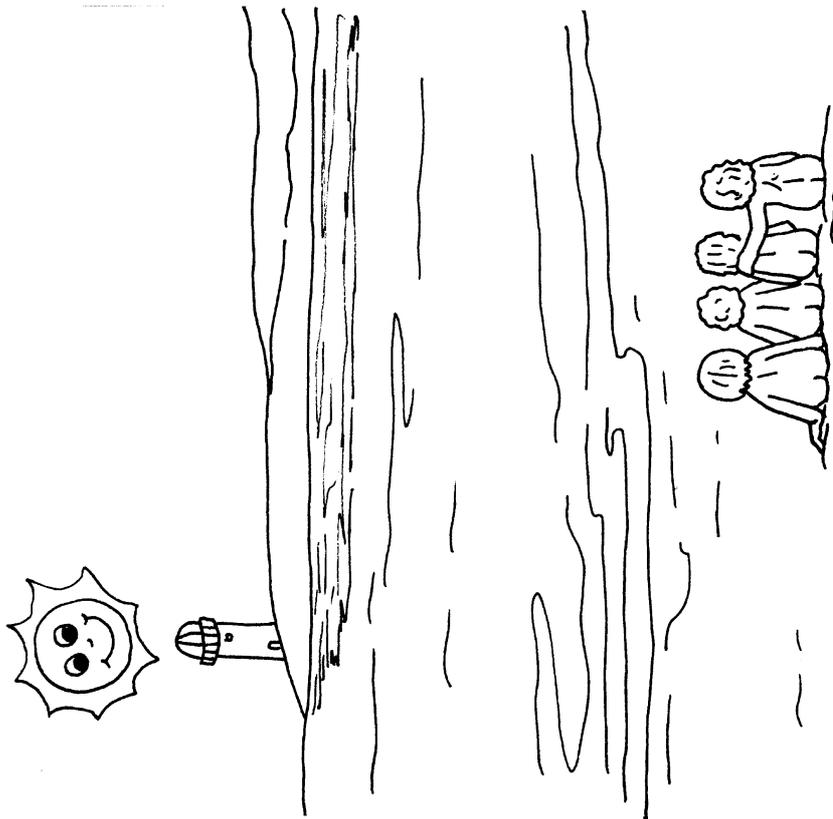
- Cabeza
- Pelo
- Labio
- Pecho
- Ombligo
- Pene
- Vulva
- Ojo
- Dedo
- Uñas

FICHA 26

- Masturbación
- Prepucio
- Clítoris
- Semen
- Polución
- Teta
- Testículos

FICHA 30

Mensaje Secreto
El Sueño



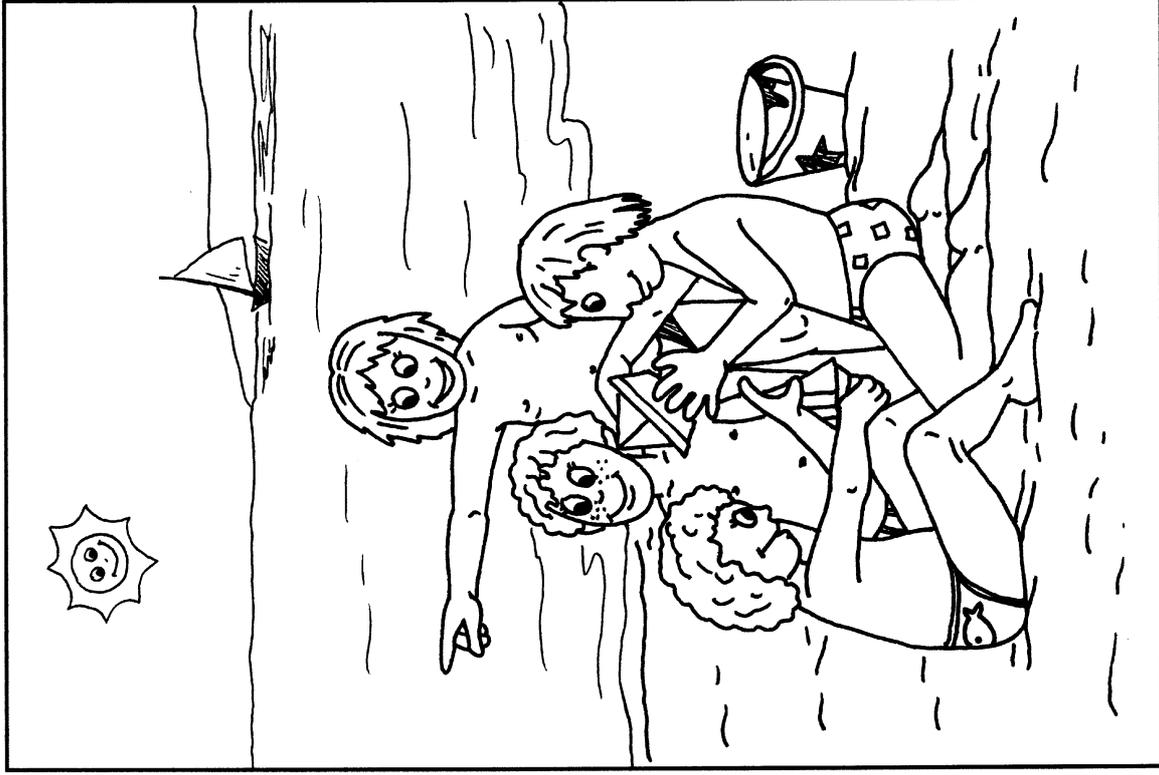
Un día en la playa

Hacía un día de sol y calor, el cielo estaba sin nubes y un grupo de niños y niñas jugaban en la playa. Se llaman Lucía, Jorge, Ana y Luis.

Están haciendo un hoyo en la arena, después lo llenarán de agua y pondrán unos barquitos de papel a flotar.

¿Qué bien, ya terminamos!, dice Lucía. Ahora vamos a buscar el agua.

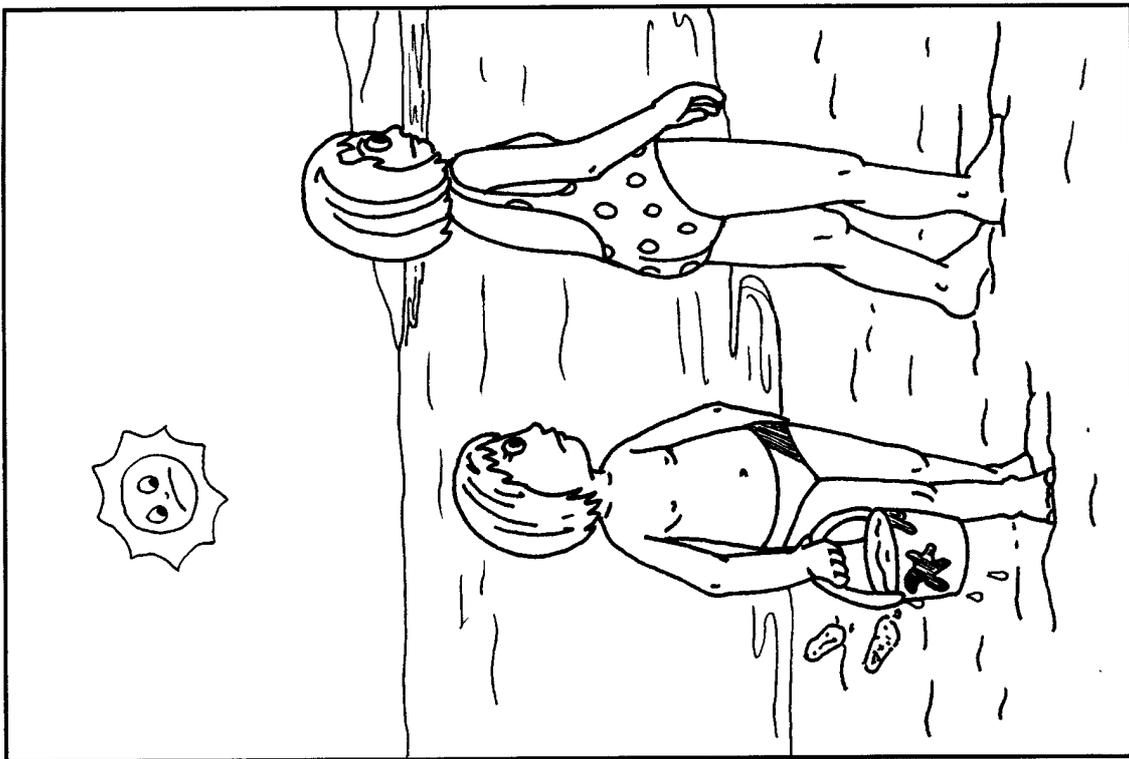
Yo tengo el cubo, comentó Ana. Voy a la orilla a cogerla. Ahora vengo.



Lucía se dirigió muy decidida a la orilla e intentó coger el agua con el cubo. En su rápida carrera salpicó a una señora que pasaba tranquilamente.

¿Oye, niño, no corras que me salpicas! le gritó.

Lucía miró muy extrañada a la señora, cogió el agua y se marchó.

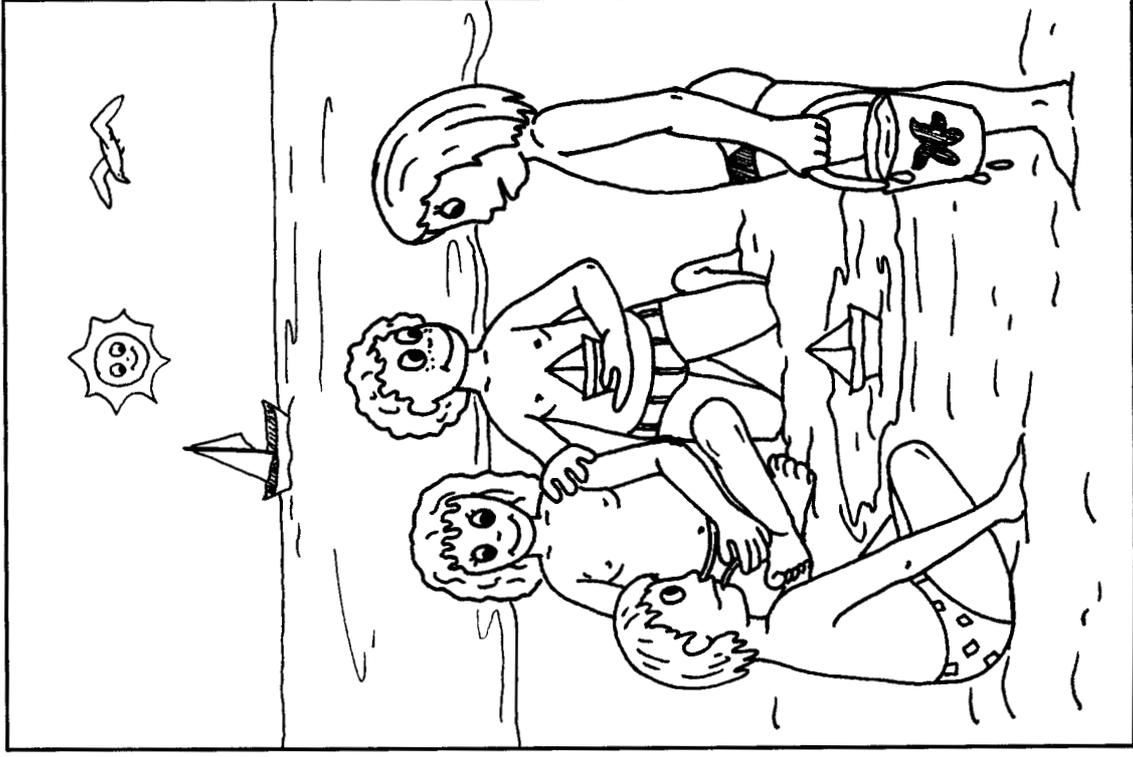


Cuando llegó a donde estaban sus amigos les comentó lo ocurrido.

¿Sabéis una cosa? Una señora me acaba de llamar niño. Y yo soy una niña ¿no?.

Claro, contestó rápidamente Luis. Lucía y tú sois niñas. Jorge y yo somos niños.

¿Y entonces por qué esa mujer le dijo a Lucía niño? ¿Por qué ellas son niñas y nosotros niños? apuntó tímidamente Jorge.



Todos se callaron y en silencio se miraron unos a otros sin saber qué contestar a la pregunta.

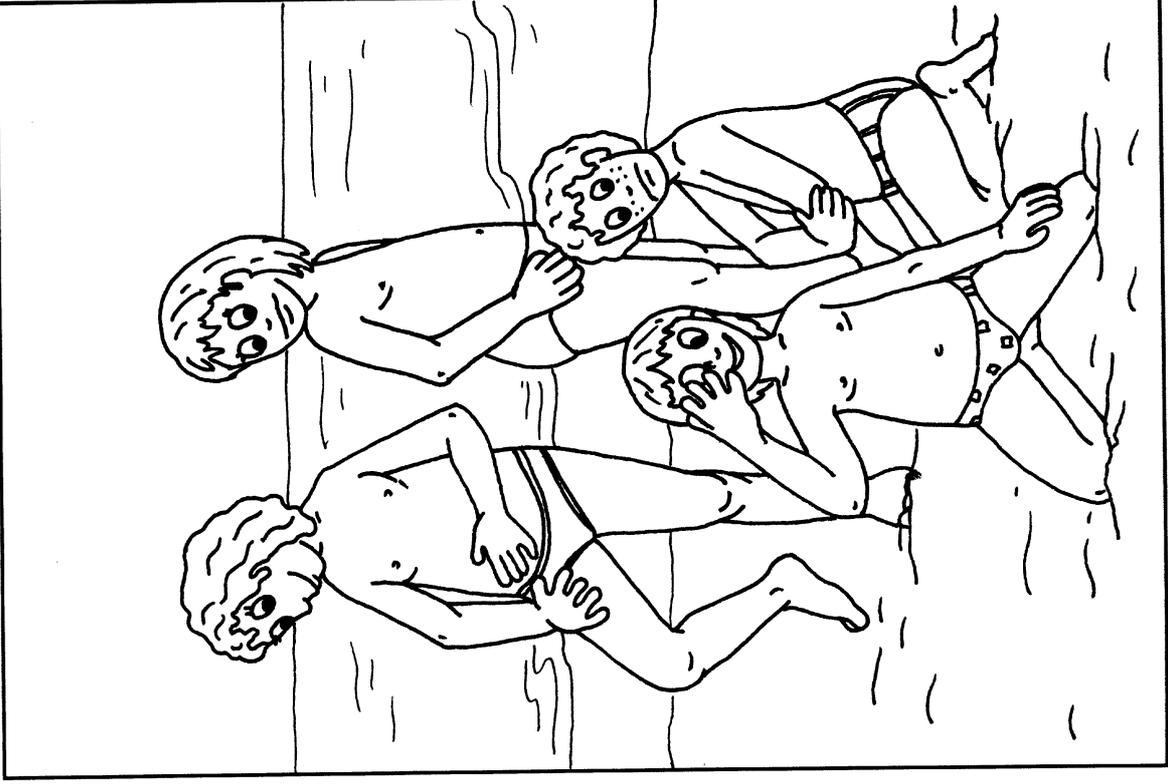
Ana rompió el silencio:

Mi cuerpo es igual al de Jorge, Lucía y Luis. Todos tenemos cabeza, pecho, brazos, manos, piernas, pies.

También tenemos ojos, nariz, oídos, boca, pelo, continuó Lucía.

Y todos tenemos espalda y culo corroboró Luis.

Con gran curiosidad todos empezaron a tocarse y a mirarse para ver si tenían todas esas cosas.



Ah!, gritó Lucía muy alborotada. Ya sé una cosa que tengo y los niños no tienen.

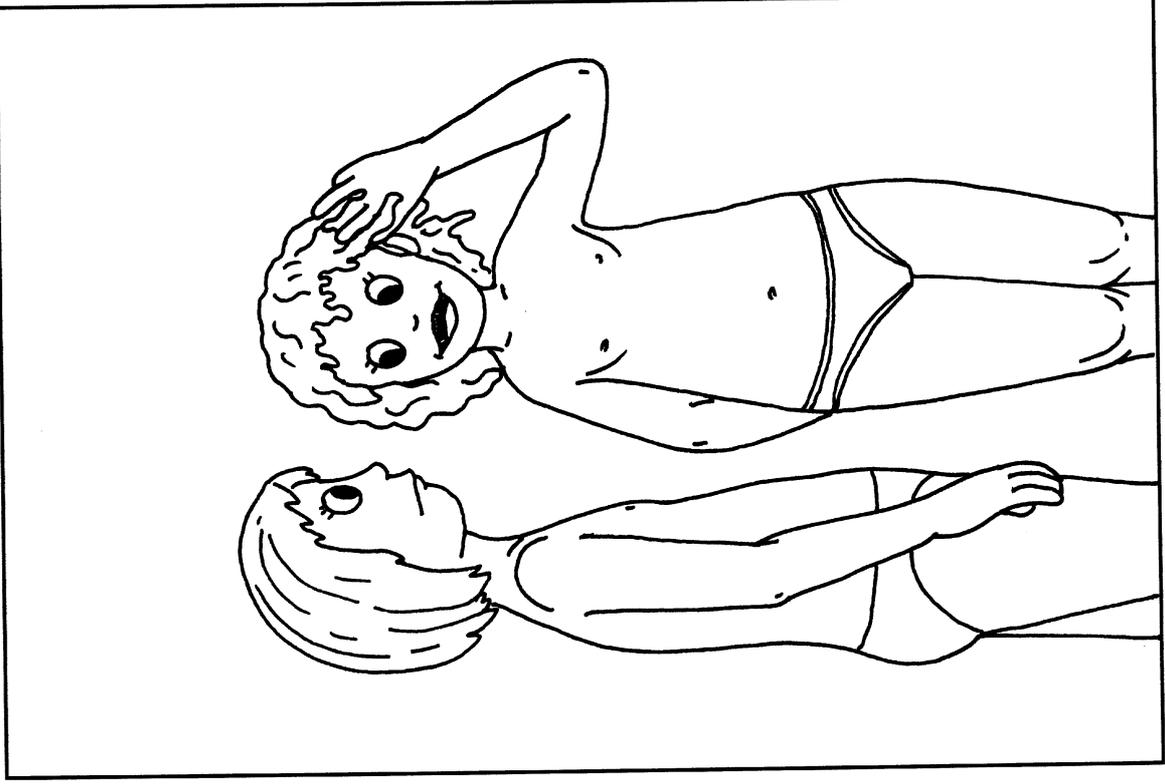
¿Qué es? ¿Qué es? exclamaron todos al mismo tiempo.

Yo tengo el pelo largo y por eso soy una niña, prosiguió Lucía con gran ceremoniosidad.

Bah, eso no es. Los niños también pueden tener el pelo largo. Fíjate, Jorge mismo tiene el pelo largo, le contestó Ana.

Y entonces, volvió a preguntar Lucía ¿Por qué nosotras somos niñas y vosotros niños?

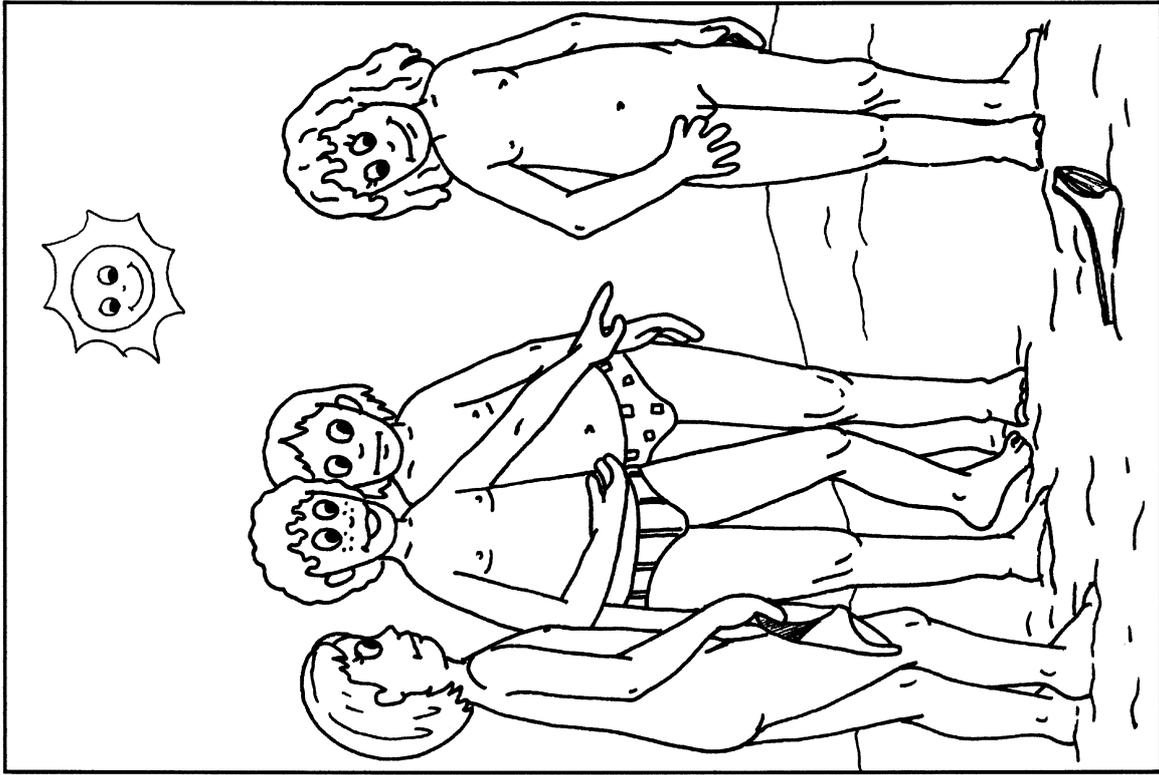
De nuevo se hizo el silencio y volvieron a mirarse y a nombrar en alto todas las partes del cuerpo.



Lucía y Ana a la par decían: cabeza, tronco, brazos, manos, pechos,... vulva.

No, nosotros no tenemos eso. Nosotros no tenemos vulva, replicaron rápidamente Jorge y Luis.

Lucía y Ana se quitaron el bañador para que se vieran bien las diferencias.

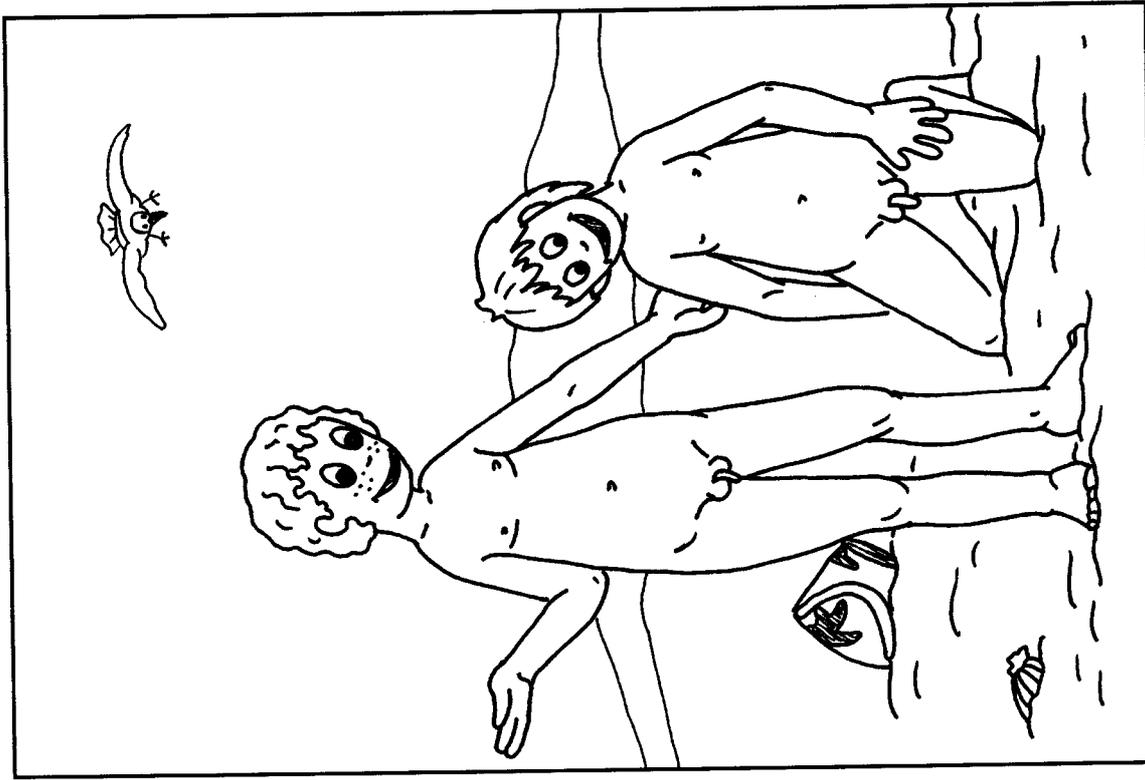


Nosotros en ese sitio tenemos el pene y los testículos comentan Luis y Jorge.

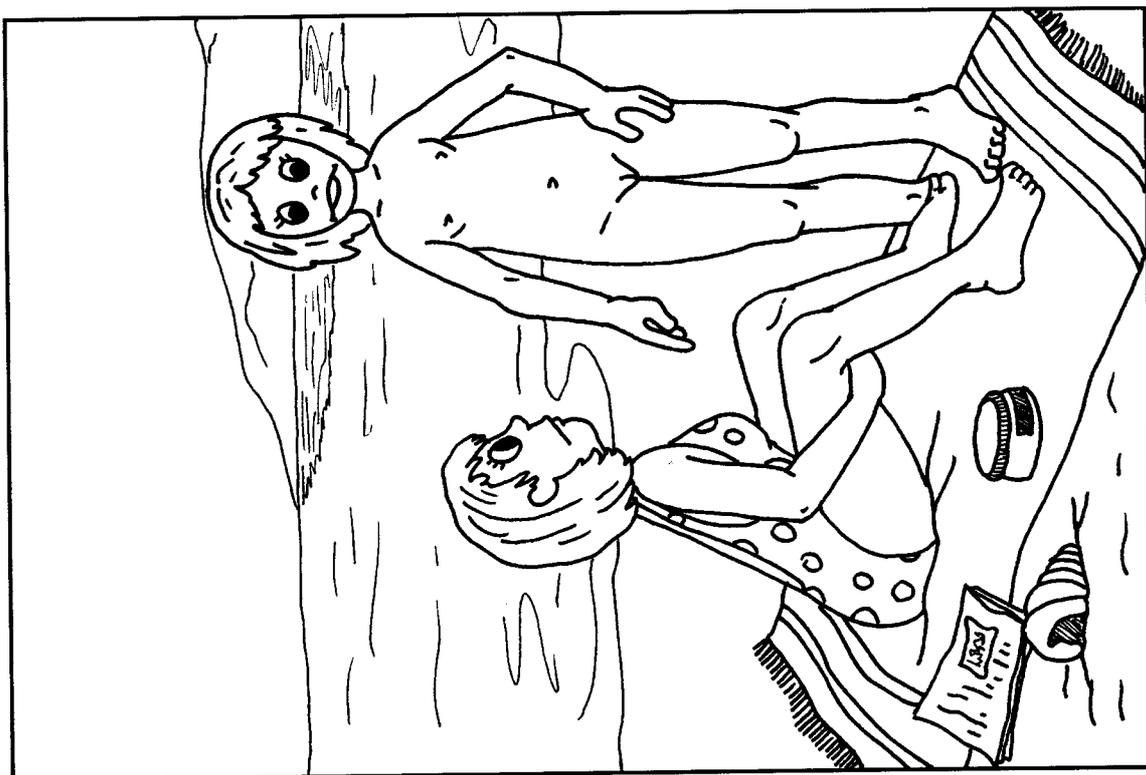
¡A ver! ¿Y eso es para siempre? pregunta Ana. Claro. Yo desde que nací lo tengo. Y mi papá, que es grande también lo tiene. Contestó Jorge.

¡Ah! Mi mamá tiene vulva como yo. O sea que las niñas tenemos vulva y los niños pene y testículos, concluyó Lucía.

Y entonces ¿por qué aquella mujer me dijo niño? preguntó Ana muy extrañada.

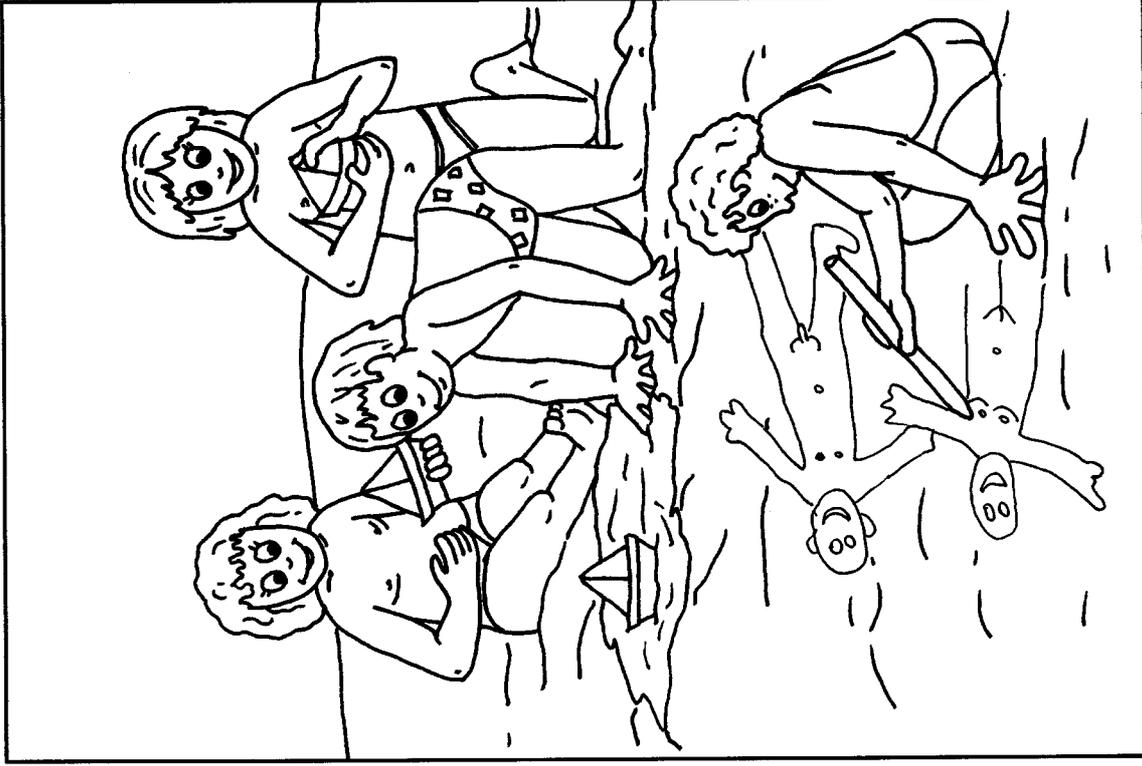


Ana se dirigió muy enfadada a decirle a la señora que ella era una niña porque tenía vulva y que si no sabía diferenciar a una niña de un niño que fuera a la escuela o que preguntara.



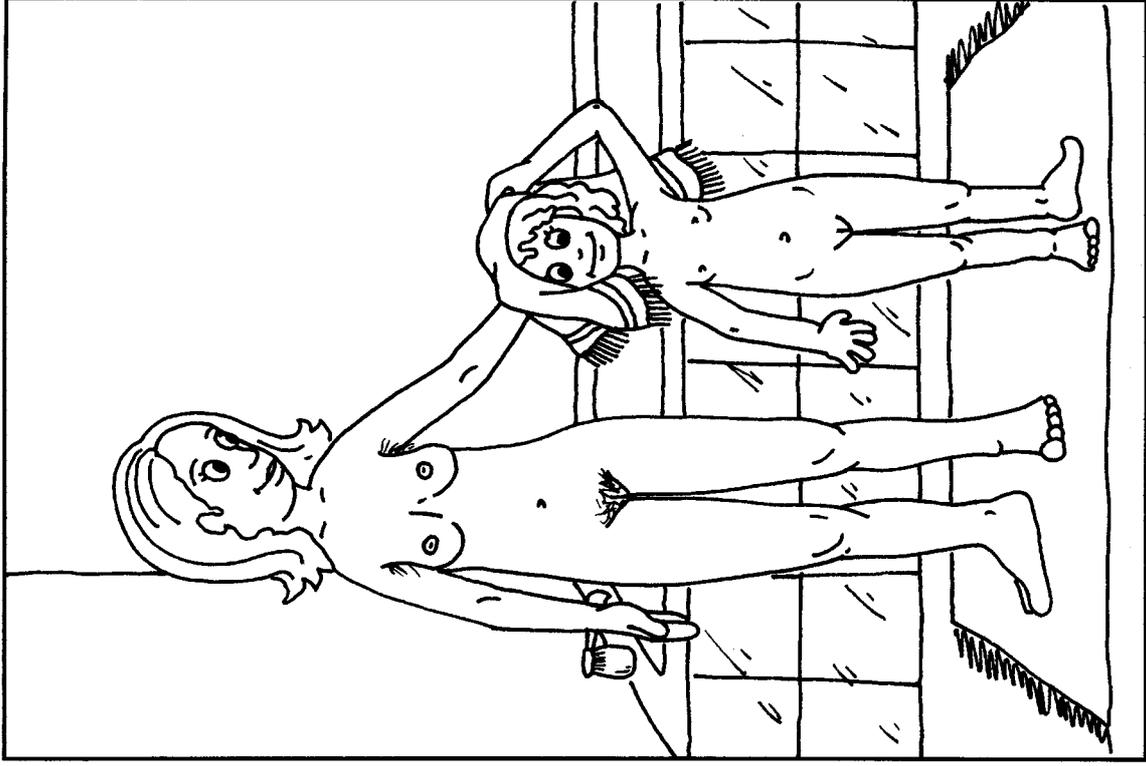
Muy contenta con su hazaña, Ana volvió junto al grupo y todos muy contentos se pusieron a jugar a los barquitos y a dibujar sus cuerpos en la arena.

Después de un rato de juego llegaron los padres de Ana y Luis, la mamá de Lucía y el papá de Jorge y todos se fueron de la playa.



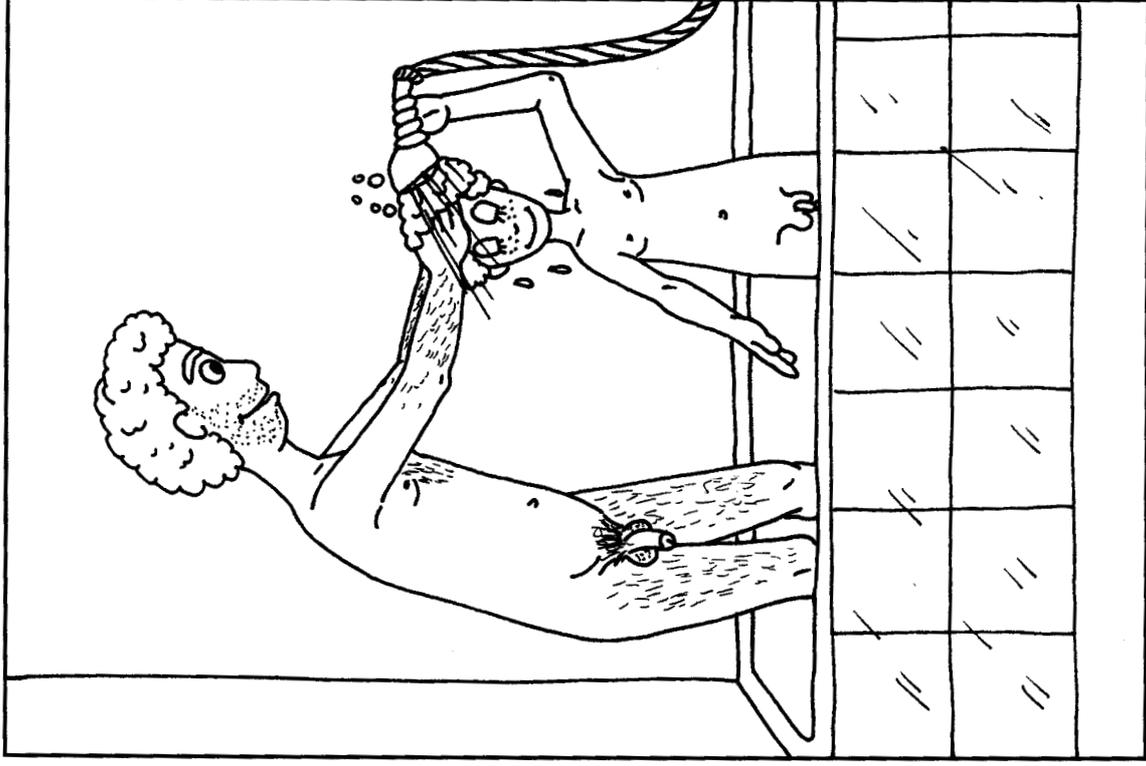
Al llegar a casa, Lucía se bañó con su mamá y comprobó que aunque se parecían, tenían algunas diferencias. Mamá era más alta y fuerte, tenía los pechos más grandes y en la vulva y en las axilas tenía un mechoncito de pelo.

Lucía pensó rápidamente en todo lo que habían descubierto y en contárselo a los demás.



Jorge, tardó un poco en llegar a casa porque fueron en el autobús. Así que a la hora del baño, se puso un poco remolón pero al final su papá lo convenció y se bañaron juntos. El agua estaba calentita y se lo pasaron muy bien.

Jorge le contó a su papá lo que les había pasado en la playa y éste le explicó que entre Jorge y él también habían algunas diferencias: yo soy más alto y fuerte que tú, tengo pelos en todo el cuerpo y mi pene y mis testículos son más grandes que los tuyos. Se trata de diferencias entre niños y hombres.



Al día siguiente, en el colegio Lucía y Jorge contaron a sus amigos y amigas las diferencias que habían observado entre ellos y con sus padres.

