

Educación infantil	Educación primaria ciclo inicial	Educación primaria ciclo medio	Educación primaria ciclo superior	Educación secundaria primer y segundo curso	Educación secundaria tercer y cuarto curso
--------------------	----------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	---	--

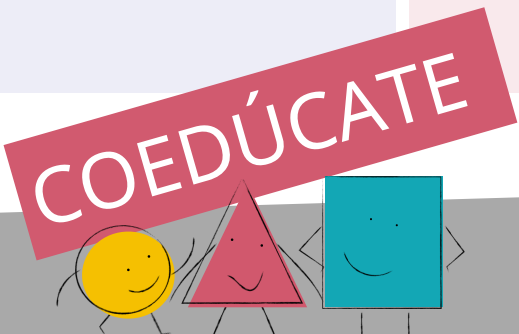
## EJE 1 - Sociedades, derechos sexuales y reproductivos

Valores, sociedades y sexualidad

<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Identificar los propios valores, valores familiares y valores del grupo.</li> <li>▶ Conocer normas y valores sociales y estándares de comportamiento.</li> <li>▶ Reconocer que el género, la edad, la cultura y la religión condicionan distintos valores.</li> <li>▶ Comprender la diferencia y la diversidad desde el enriquecimiento colectivo, el respeto y el reconocimiento mutuo.</li> <li>▶ Trabajar la seguridad y la distancia en función del vínculo y promover la adecuación de la propia seguridad en relación con el ámbito público y el ámbito privado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Explorar el concepto de valores a partir de las propias experiencias y deseos así como las diferentes normas culturales que afectan a los niños.</li> <li>▶ Identificar cómo el contexto cultural condiciona la forma y contenido de estos valores y cómo se reproducen en diferentes fuentes de información sobre la propia vida, emociones y cuerpos.</li> <li>▶ Estimular el reconocimiento de valores morales como base de relaciones justas (igualdad, reconocimiento, respeto y empatía).</li> <li>▶ Entender el imperativo adulto de cuidar a los niños, y reconocer a personas adultas de confianza como figuras de referencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Introducir el conjunto de normas y valores como marco moral de familias diversas y comunidades en las que se emplazan la sexualidad y las relaciones sexoafectivas; un marco influido por los determinantes sociales que se reproducen en las distintas fuentes de información.</li> <li>▶ Identificar las TIC como una de estas fuentes y la correspondencia de éstas en la reproducción y difusión de la norma social o la disidencia en la norma.</li> <li>▶ Tomar conciencia de la existencia de una brecha tecnológica que condiciona el acceso de las TIC y las redes sociales a millones de personas, lo que posiciona en situación de privilegios a las que tienen un acceso normalizado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Analizar la vivencia en primera persona de los valores y normas que enmarcan la propia sexualidad e identificar las voluntades y conflictos que se derivan y saber cómo gestionarlos, evidenciando las diferencias entre realidades socioculturales y abordarlas desde su reconocimiento y normalización, el respeto y la concepción de la oportunidad de enriquecerse colectivamente.</li> <li>▶ Entender el marco sociocultural como una entidad cambiante que se transforma a lo largo de la historia y explorar la posibilidad de agencia personal y protesta frente a las desigualdades estructurales como motores de transformación, desde todos los canales, también las TIC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Comprender que el contexto social, histórico y cultural y las diferentes opresiones que se derivan (heteropatriarcado, racismo, clasismo, adultismo, capacitismo, etc.) conforman una determinada concepción normativa de la sexualidad y de las actitudes y prácticas sexuales.</li> <li>▶ Revisar las propias creencias socioculturales y su impacto en la garantía de los derechos de todas las personas de la comunidad. Abordar el posible conflicto entre las creencias personales y las normas y valores sociales y/o familiares (o de la unidad básica de convivencia).</li> <li>▶ Incentivar una sexualidad propia y crítica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Promover una comprensión y vivencia propias de la sexualidad entendiendo al mismo tiempo la fuerte vertiente política que llevan asociada y desarrollándola críticamente tomando de base el paradigma de los DSiR.</li> <li>▶ Comprender el recorrido histórico de consecución de derechos y las necesidades de transformación estructurales y socioculturales para garantizarlos, aportando estrategias para <b>avanzar en su total garantía.</b></li> <li>▶ Comprender el concepto de contrahegemonía cultural y trabajar la protesta y los diferentes ámbitos de ésta frente a una hegemonía cultural que crea pilares de múltiples vulneraciones de derechos.</li> </ul>
--	---	---	--	--	---

Derechos humanos, DSiR

<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Introducir los DSiR y reforzar la idea de la igualdad de derechos de todas las personas desde el reconocimiento de las diferencias y diversidades.</li> <li>▶ Conocer, asimilar y defender con autoconfianza los principales derechos: información, seguridad, protección, intimidad, privacidad, participación y responsabilidad.</li> <li>▶ Presentar el deber y la labor de los adultos como garantes de estos derechos y explorar las vulneraciones, carencias y negligencias que puedan darse en el hogar y/o unidad básica de convivencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Introducir el concepto de derechos humanos y de desigualdades estructurales que conllevan diferentes estatus de privilegio y poder y de opresión y explotación.</li> <li>▶ Entender el respeto y apostar por la defensa de los derechos humanos de todas las personas así como consolidar los derechos de la infancia y reforzar los derechos sexuales de la infancia en relación a la información, la sexualidad y el libre desarrollo afectivosexual, la educación y la integridad física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Conocer la declaración de los Derechos Sexuales y Reproductivos, los principios de Yogyakarta, la Declaración sobre Orientación Sexual e Identidad de Género y la Declaración de los Derechos Humanos, su historia, construcción y estado actual de su protección y garantía.</li> <li>▶ Profundizar en la noción de los derechos y ponerlos en la base de todas las relaciones enfatizando su garantía en el plano social y relacional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Conocer la historia los movimientos y luchas sociales y colectivas que han introducido los derechos sexuales y reproductivos desde la premisa "Allò personal es político", rompiendo con la dicotomía público-privado y evidenciando al mismo tiempo el sesgo de género de la Declaración Universal de los Derechos Humanos.</li> <li>▶ Analizar críticamente los derechos humanos y los DSiR desde su dimensión jurídica, a nivel nacional e internacional, conociendo las leyes y reglamentos en relación a su reconocimiento, protección y garantía.</li> <li>▶ Identificar las condiciones de vulnerabilidad jurídica de distintos colectivos poblacionales (por ejemplo en personas migradas) que conllevan desprotección y vulneraciones de derechos así como los actores sociales que frenan y luchan contra el desarrollo de los DSiR.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Entender que las vulneraciones de DSiR conllevan graves vulneraciones de los derechos humanos.</li> <li>▶ Conocer instituciones, entidades y espacios activistas a nivel nacional e internacional que velan por la defensa de los DSiR y que han trabajado históricamente en su construcción.</li> <li>▶ Analizar los reglamentos y leyes nacionales en relación con el reconocimiento, protección y garantía de los DSiR, e identificar sus carencias para una defensa real.</li> <li>▶ Promover propuestas colectivas que enmienden concretamente las leyes y reglamentos nacionales que conllevan vulneraciones de derechos humanos aplicadas a los DSiR.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Proponer una relectura crítica de los derechos humanos y de los DSiR y plantear posibles mejoras en relación a la voluntad de superación de los diferentes sistemas de opresión y discriminación como el heteropatriarcado, el racismo, el capacitismo y el modelo económico de explotación capitalista.</li> <li>▶ Entender la responsabilidad y el deber de luchar política y colectivamente en defensa de los derechos y conocer los recursos de denuncia de las mismas vulneraciones.</li> </ul>
--	--	--	--	--	---



## EJE 2 - Relaciones

## La vida en comunidad

▶ Trabajar la asertividad en la comunicación a fin de promover el respeto como base de todas las relaciones. Reconocer que las violencias son inaceptables.

▶ Trabajar la comunicación en las relaciones, desde la negociación, el reconocimiento de la diferencia, el compromiso y la empatía.

▶ Trabajar la escucha de los distintos deseos y límites, propios y de las demás personas. Promover una atención a las dinámicas de burla y al conflicto, poniendo en el centro los retos del principio de respeto e identificando relaciones no saludables.

▶ Profundizar en la concepción crítica de la violencia física y verbal entre iguales, consolidando y trabajando el rechazo a las violencias, tanto las vividas en primera persona como las testimoniadas.

▶ Plantear las implicaciones de la elección y elección en las relaciones, a fin de promover el compromiso, la honestidad y la responsabilidad para sostenerlas y mantenerlas a lo largo del tiempo siempre que aporten bienestar.

▶ Identificar y responder al acoso, discriminación y estigmatización dentro del grupo y en la sociedad, así como las diferentes expresiones de violencia, los actores que las producen y los ámbitos donde tienen lugar.

▶ Integrar y valorar la diversidad, desde las premisas de igualdad y respeto, entendiendo la riqueza que aporta al grupo.

▶ Identificar el impacto de los determinantes sociales en las relaciones y responsabilizarse de revertirlos mediante la promoción de la igualdad y la justicia relacional.

▶ Entender desde aquí el grupo de iguales como factor protector frente a las violencias, analizar y proponer estrategias y respuestas colectivas.

▶ Identificación y responsabilidad.

▶ Trabajar la comunicación, las estrategias de mejora y los procesos comunicativos.

▶ Afrontar los retos de la autoestima de las personas que conforman el grupo.

▶ Trabajar propuestas para hacer frente al estigma y la discriminación y promover la inclusión, tanto a nivel de colectivo y grupo como a nivel social.

▶ Analizar medidas y propuestas exitosas en la reducción de distintas formas de violencia estructural.

▶ Profundizar en la detección de las reproducciones de distintos roles sociales de poder en realidades de conflicto relacional, incentivando propuestas para trabajar hacia la justicia relacional.

▶ Promover la superación de las desigualdades sociales como responsabilidad común, desde el apoyo mutuo y el compromiso con la sociedad.

▶ Abogar por espacios seguros que fomenten un trato digno y respetuoso hacia todas las personas.

## Hogares, familias y crianza

▶ Identificar a las familias y las unidades básicas de convivencia como centros de los vínculos afectivos, como creadoras y reproductoras de valores.

▶ Valorar la proximidad y la confianza en el núcleo familiar y los diferentes espacios de convivencia.

▶ Conocer a las familias y unidades de convivencia como estructura, realidades diversas y formas diversas (matrimonios, divorcios, hogares de acogida, adopciones, etc.), trabajar la noción del marco formal de convivencia.

▶ Identificar en el hogar y en el espacio familiar la adquisición de valores: trabajar el apoyo y la influencia en la toma de decisiones propias.

▶ Reconocer la responsabilidad de los diferentes actores de convivencia del niño en la reproducción de determinados roles.

▶ Comprender el impacto de los determinantes sociales interseccionales (género, clase, cultura, religión, etc.) en los tipos y formas familiares, vinculando la estructura social con los distintos estilos de vida.

▶ Analizar la comunicación, la expresión y la salud en el ámbito familiar, sus influencias y las transformaciones asociadas a la misma.

▶ Identificar y comprender los cambios en las relaciones en el ámbito doméstico que comporta el crecimiento personal, las nuevas dinámicas, roles y conflictos que se producen.

▶ Entender la imposición de formas y estructuras familiares (matrimonios, maternidades) como vulneración de los DSIR y de los derechos humanos.

▶ Promover la resituación de la idea de hogar y familia, cómo sostener los nuevos roles y vínculos a través de la comprensión y el respeto mutuo.

▶ Profundizar en el análisis de paternidades, maternidades y cuidados, desde el concepto de interdependencia social y una concepción crítica y diversa de los modelos familiares y las posibilidades de crianza.

▶ Analizar críticamente la violencia institucional en el cuidado del menor y en las políticas de custodia, y qué parámetros las rigen y sus implicaciones.

## Vínculos, relaciones afectivas y sexoafectivas

▶ Normalizar la diversidad y promover su comprensión desde la riqueza, con el conocimiento de familias diferentes y distintos modelos relacionales.

▶ Promover el reconocimiento de las propias emociones, deseos y necesidades.

▶ Identificar y aprender a gestionar diferentes emociones como los celos, la ira, la agresividad, la tristeza, la frustración y la decepción.

▶ Entender la amistad y el amor como un continuum de emociones diversas, desde la diversidad sexo-género de los actores que se relacionan.

▶ Trabajar la relación con el entorno y con la sociedad, las nuevas amistades y afectos del niño.

▶ Identificar y trabajar las desigualdades en las relaciones, reconociendo las relaciones agradables y desagradables a partir de la noción de bienestar y de malestar.

▶ Profundizar en la complejidad de las emociones y promover el autoconocimiento desde sus propias necesidades y límites.

▶ Trabajar en la comunicación de éstas desde la asertividad y el respeto.

▶ Identificar y valorar los beneficios de las relaciones saludables, bienestar personal y relacional.

▶ Analizar el ideal de relaciones románticas desde la crítica social y el conocimiento del mito del amor romántico.

▶ Afrontar la discrepancia y frustración en la diferencia de límites, necesidades y expectativas en las relaciones.

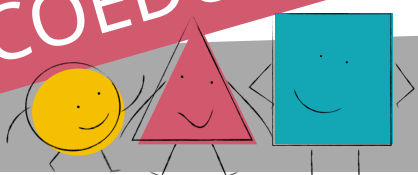
▶ Trabajar el aprendizaje en los vínculos y relaciones amorosas y sexoafectivas, reconocer cambios emocionales y deseos en la adolescencia.

▶ Profundizar en la gestión de las expectativas, necesidades y límites desde el plan relacional, así como los conflictos que se pueden derivar, desde un esfuerzo reflexivo en la comprensión y el autoconocimiento.

▶ Profundizar en la concepción crítica de la adopción y la acogida: imaginarios, roles de poder en las que puede emplazarse, estigmas y prejuicios que se derivan.

▶ Plantear la dimensión simbólica de la familia y el impacto de los vínculos que se escogen, de las relaciones fuertes, como representados simbólicos de la familiaridad, la proximidad y la confianza.

▶ Desarrollar herramientas y estrategias para afrontar el caos emocional, la confusión, las disputas y conflictos entre pensamiento racional y emocional, las contradicciones e inseguridades.



## EJE 3 - La construcción social de género

## Análisis crítico del género

- ▶ Explorar los distintos sexos y cuerpos.
- ▶ Prestar atención y trabajar emocionalmente la asignación de la identidad sexual y de género, que precede a la decisión personal y consciente del niño.

- ▶ Identificar y contrarrestar el rol de espacios de convivencia, familias y comunidades en la reproducción de la identidad sexual y de género, promoviendo la libre expresión de género desde la noción de su carácter mutable y variable.
- ▶ Observar y acoger las tensiones, malestares y curiosidades que se derivan de la diversidad de cuerpos, sexos y géneros.

- ▶ Introducir el concepto de los roles de género y las preferencias sexuales normativas asociadas a él y con las que se identifican.
- ▶ Trabajar y promover la igualdad en las relaciones de casa, escuela y comunidad en relación con los roles de género.
- ▶ Promover la libertad de preferencias sexuales partiendo del conocimiento de los DSIR y el derecho a escoger la propia sexualidad.

- ▶ Reflexionar críticamente sobre las correspondencias y divergencias que pueden darse y/o performativizar entre el rol de género y la expresión de género.
- ▶ Plantear la vivencia social e individual de la construcción del género y la heteronorma y reflexionar sobre las implicaciones del concepto de normatividad y normalidad y su significado.

- ▶ Analizar la influencia del género y heteronorma en las relaciones sexoafectivas.
- ▶ Desmontar el ideal romántico y buscar otras formas de amar y ser queridas, otros modelos relacionales.
- ▶ Promover la libertad de preferencias sexuales y entender que pueden variar a lo largo de su vida.

- ▶ Trabajar la responsabilidad individual y colectiva en la búsqueda de herramientas para crear espacios seguros y libres de los mandatos del heteropatriarcado.
- ▶ Identificar y reconocer a referentes y activistas que promueven la diversidad de cuerpos y de identidades sexuales y de género y relaciones sexoafectivas saludables.

## Violencias machistas y LGTBIfóbicas

- ▶ Observar si existen diferencias sexuales que afecten al comportamiento y las relaciones entre iguales.
- ▶ Identificar las emociones que generan estas diferencias y si se traducen en desigualdades.

- ▶ Escuchar e identificar los malestares que pueden surgir de la no aceptación de los mandatos de género (en los juegos, actitudes...) y los mandatos asociados a la expresión de género (vestuario, gustos, habla...).
- ▶ Trabajar la resolución de conflictos derivados de las diferencias de género (*un niño que lleva falda, una niña a la que le gustan las niñas, un profesor que hace distinción desigual entre niños y niñas...*)
- ▶ Entender que la desigualdad de género es violencia machista y que genera injusticias y discriminaciones.

- ▶ Trabajar, a partir de ejemplos, la imagen de iceberg de las violencias machistas y LGTBIfóbicas y entender su estructura sistémica.
- ▶ Reconocer e identificar violencias cotidianas que perpetúan las desigualdades y mandatos de género.
- ▶ Entender que la violencia ejercida desde los roles de poder también puede darse en casa, entre amistades, o en espacios como el esparcimiento y la escuela.

- ▶ Abordar a las violencias machistas en las relaciones sexoafectivas. Analizar cómo se reproducen los roles de poder y control propios del sexismo también en las relaciones no heteronormativas.
- ▶ Identificar recursos de soporte dentro del grupo (apoyo mutuo) y de servicios externos.
- ▶ Encontrar referentes, influencers y activistas que promuevan actitudes y formas de relaciones saludables, e identidades y masculinidades no sujetas al poder ni al control.

- ▶ Promover la responsabilidad del grupo y la comunidad frente a las violencias machistas y como garantes de apoyo.
- ▶ Identificar formas de violencia y acoso sexual en el espacio virtual.
- ▶ Reflexionar, evaluar y cuestionar críticamente los estándares de belleza, hipersexualización y cosificación en base al género, preferencia y/o identidad sexual y racialización.

- ▶ Analizar los relatos y valores socioculturales como posibles herramientas de poder de violencia machista.
- ▶ Entender las bases que permiten la cultura de la violación, revisar y repensar la historia y la cultura (leyendas, arte, arquitectura...).
- ▶ Construir estrategias y prácticas colectivas (autodefensa y crítica de las masculinidades), en favor de la erradicación de las violencias machistas. Inspiración en referentes y activistas.
- ▶ Señalar y subvertir las normas sociales y los discursos de poder (medios de comunicación, instituciones...) que contribuyen a los estigmas y fobias hacia preferencias e identidades sexuales normativas.

## La violencia sexual en la infancia y la adolescencia

- ▶ Incentivar las situaciones de bienestar personal trabajando la negativa frente a las situaciones de malestar.
- ▶ Trabajar la respuesta a la invasión a la intimidad y la negación a la imposición o coacción de un contacto hacia el propio cuerpo desde la promoción del derecho al propio cuerpo.

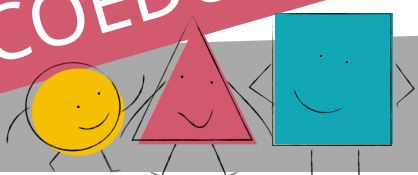
- ▶ Aprender que las personas adultas tienen el deber de proteger al niño. Trabajar la comunicación del abuso y la vulneración de derechos con el adulto de confianza.
- ▶ Aprenda cómo pedir ayuda y recibir una demanda de ayuda. Identificar las situaciones de riesgo y conocer el modelo de los tres pasos: decir NO, huir y hablar con alguien de confianza.

- ▶ Trabajar e identificar la atención sexual no deseada, la defensa de la intimidad al crecer.
- ▶ Reforzar la acción de pedir ayuda, así como la recepción de las demandas del entorno.
- ▶ Consolidar la identificación de situaciones de riesgo y el modelo de los tres pasos: decir NO, huir y hablar con alguien de confianza.

- ▶ Entender que la sexualidad en esta etapa vital (infancia, adolescencia) está protegida por los derechos de la infancia y de menores, y cualquier adulto tiene el deber de garantizarlos.
- ▶ Reconocer que la acción sexual adulta sobre la sexualidad del adolescente supone una vulneración grave de derechos y delito penal.

- ▶ Reflexionar sobre las implicaciones y el porqué de la edad de consentimiento sexual.
- ▶ Conocer los diferentes marcos legislativos y desarrollar una lectura crítica.
- ▶ Entender las diferencias socioculturales de las comunidades y trabajar por una comprensión crítica.

- ▶ Debatir y reflexionar sobre la violencia sexual contra la infancia.
- ▶ Analizar la incidencia de esta violencia y los silencios y estigmas que se derivan de ella.
- ▶ Promover la responsabilidad en la garantía de los derechos de la infancia y trabajar la situación de cómo actuar como adulto de confianza.



## EJE 4 - Cuerpos, autoconocimiento y desarrollo

## Conciencia e imagen corporal

- ▶ Promover la expresión libre del cuerpo y explorar la percepción de los cuerpos de las demás personas.
- ▶ Trabajar el sentirse bien con el propio cuerpo, aceptando que cada cuerpo es único y diverso.
- ▶ Reconocer que sentir curiosidad sobre el propio cuerpo es habitual y normalizarlo, incluyendo la exploración de la genitalidad y su diversidad.

- ▶ Promover el cuidado del cuerpo y el bienestar.
- ▶ Explorar desde la vivencia los cambios en el propio cuerpo, los tempos y diferencias en el grupo.
- ▶ Ser conscientes de las diversidades de los cuerpos y cuerpos **varios**.

- ▶ Explorar y comprender la transformación a través del cuerpo, de la infancia en la edad adulta, representaciones externas, miedos y expectativas.
- ▶ Analizar las representaciones de los cuerpos en sociedad, identificar la encarnación de la realidad social sobre el cuerpo en la construcción de la identidad individual y colectiva.
- ▶ Analizar críticamente la importancia de la imagen corporal del cuerpo en sociedad y su relación con la salud, el autoconcepto y el bienestar.

- ▶ Explorar la interacción y comunicación a través de los cuerpos y la sexualidad, la relación con el propio cuerpo y con el cuerpo de las demás personas.
- ▶ Profundizar en la vivencia de los cambios corporales, las vergüenzas, malos olores, miedos, malestares y mitos que se derivan y las reacciones que generan en el entorno. Identificar la desigualdad y la discriminación en la visibilidad de cuerpos racializados y su connotación así como la invisibilidad de los cuerpos con diversidad funcional.
- ▶ Analizar la variabilidad de los cañones de belleza y estética según la época histórica y la cultura y reflexionar sobre la diversidad corporal y la construcción del deseo.

- ▶ Promover la autoexploración y el autoconocimiento del cuerpo desde la sexualidad, rompiendo tabúes y mitos.
- ▶ Evaluar críticamente los estándares de belleza en base al género y cómo pueden afectarnos.
- ▶ Entender cómo la estructura social señala los cuerpos no normativos y reproduce las estructuras de discriminación y las desigualdades sobre los cuerpos.
- ▶ Identificar y combatir la imagen corporal asociada a la racialización.
- ▶ Introducir la concepción del cuerpo como campo de batalla, reconociendo la vulneración de derechos en la vivencia corporal.

- ▶ Promover una conciencia e imagen corporal integrada con la salud, el autoconcepto, la sexualidad y el bienestar y combatir el impacto de la estructura social sobre la percepción de los cuerpos de las personas.
- ▶ Incentivar la escucha y la decisión desde el propio cuerpo en la sexualidad.
- ▶ Explorar la vivencia corporal de las decisiones en sexualidad e intervenciones sociosanitarias (métodos anticonceptivos, IVE, pruebas de control y/o diagnósticas, etc.) y de los miedos y expectativas relacionadas con la vivencia corporal de la reproducción, el embarazo y la crianza.

Anatomía y fisiología sexual  
y reproductiva

- ▶ Conocer todas las partes del cuerpo y sus funciones, los diferentes cuerpos y distintos genitales.
- ▶ Trabajar la importancia de la higiene corporal.
- ▶ Reconocer que todos los cuerpos son iguales y al mismo tiempo diferentes. Identificar y ver cómo el cuerpo va cambiando a lo largo de los años.

- ▶ Conocer las partes del cuerpo involucradas en la sexualidad, la salud sexual y la reproducción y los cambios en los genitales y su desarrollo.
- ▶ Introducir el ciclo menstrual: conocimiento de las fases y comprensión del suyo funcionamiento.

- ▶ Comprender que cada cuerpo es único y que existen variaciones de tamaño, forma, funciones y características. Introducir las funciones clave del cuerpo que contribuyen a la reproducción (ciclo menstrual, producción de esperma y eyaculación del semen), la menarquía y la espermarquía.

- ▶ Explorar la fisiología de la sexualidad de la genitalidad (erección, dilatación, lubricación...) y de la excitación y el placer en las reacciones del cuerpo.
- ▶ Describir y reconocer el papel que desempeñan las hormonas en el crecimiento, desarrollo y regulación de los órganos reproductivos y de las funciones sexuales.

- ▶ Profundizar en los cambios corporales a lo largo del tiempo, incluyendo capacidades y funciones reproductivas y sexuales.
- ▶ Reconocer y analizar el papel que desempeñan las hormonas en los cambios emocionales y físicos que se experimentan a lo largo de la vida.

- ▶ Conocer el impacto y modulación de la fisiología de la reproducción en el uso de métodos anticonceptivos hormonales.
- ▶ Identificar y analizar las influencias socioculturales a la hora de entender el cuerpo en función del sexo, género, sexualidad y reproducción.

## Pubertad

- ▶ Entender que crecer implica cambios físicos y emocionales.

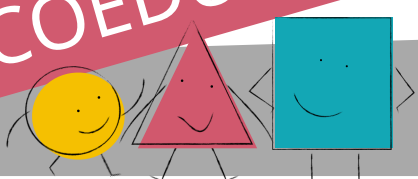
- ▶ Definir lo que es la pubertad.
- ▶ Conocer los principales cambios físicos y emocionales que ocurren durante la pubertad y su variabilidad.

- ▶ Trabajar el ciclo menstrual: identificar sus diferentes síntomas físicos, las fases así como las sensaciones que se pueden experimentar durante el ciclo.
- ▶ Conocer las opciones de recogida de la menstruación más allá de quienes toman repercusión mediática.

- ▶ Analizar la invisibilidad y el tabú social de la menstruación, visibilizar cómo la desigualdad de género puede contribuir a la visión negativa de la menstruación y trabajar para revertirlo.
- ▶ Explorar la variedad de respuestas físicas durante la pubertad (erecciones y sueños húmedos) y normalizarlas.

- ▶ Trabajar la vivencia de los cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos durante la pubertad y la adolescencia.
- ▶ Reflexionar sobre los malestares y discriminaciones sociales y de grupo que pueden vivirse durante la pubertad y la adolescencia.

- ▶ Promover la formulación de respuestas frente a las teorías biologicistas de la identidad en la adolescencia.
- ▶ Incentivar una visión positiva de esa fase vital, explorar referentes y posibilidades.



## EJE 5 - Placeres, sexualidades y deseos sexuales

## Placeres, imaginarios y deseos sexuales

- ▶ Trabajar el placer desde la escucha del cuerpo, las sensaciones, el bienestar, los estímulos agradables y desagradables, etc.
- ▶ Identificar el cerebro como actor principal en la gestión emocional y comunicativa de las personas, porque nos informa de lo que nos resulta agradable y de lo que no.

- ▶ Entender que el placer y la excitación son sentimientos humanos positivos que pueden involucrar a la intimidad física, tanto compartida como individual.
- ▶ Identificar el contacto y la intimidad basados en la confianza, la seguridad, la voluntad y el respeto, como una forma de demostrar cariño, identificando también los límites propios y los de las demás personas.
- ▶ Comprender el placer en todos y todos los cuerpos más allá de la diversidad. Identificar el cerebro como el órgano clave de nuestra experiencia de placer, en tanto que nos da información de lo que nos resulta placentero y lo que no y también significa el imaginario social en el que nos movemos, ya que está influenciado por la sociedad y la cultura en la que vivimos.

- ▶ Reconocer manifestaciones humanas de placer con el contacto físico (besos, caricias, tocamientos) y sus múltiples expresiones de la sexualidad.
- ▶ Entender la vinculación de la masturbación con el imaginario y el espacio íntimo.
- ▶ Empezar a hablar de la pornografía que se puede encontrar en las redes sociales y en internet.

- ▶ Entender que los sentimientos, fantasías y deseos sexuales son naturales, cambiantes y pasan a lo largo de toda la vida.
- ▶ Trabajar críticamente y con perspectiva interseccional los mitos sobre la sexualidad contrastando información veraz.
- ▶ Abordar la cuestión de los imaginarios sexuales, las pornografías alternativas y hacer crítica en clave de género de la pornografía *mainstream*.

- ▶ Promover la toma de decisiones consciente sobre mantener o no relaciones sexuales, entendiendo su importancia para la salud y el bienestar propio.

- ▶ Hablar del placer sexual, las expresiones de placer y el placer del cuerpo.
- ▶ Entender que el cuerpo, sea como sea, es sensitivo y erógeno.
- ▶ Legitimar deseos y prácticas. Romper la invisibilidad, los tabúes y estigmas sobre el placer y deseo sexual de los cuerpos no normativos.
- ▶ Identificar los mensajes engañosos de la pornografía *mainstream* su contribución en el fomento de representaciones irreales de hombres y mujeres, prácticas sexuales y formas de relacionarse.

- ▶ Reflexionar sobre la propia sexualidad y los factores psicosociales y culturales que influyen.
- ▶ Entender el impacto de la sexualidad en la propia identidad y autopercepción (miedos, conflictos, tensiones) individuales y en relación con el grupo y con las demás personas.

## Relaciones sexuales, sexualidad y ciclo de vida sexual

- ▶ Enseñar a adoptar la actitud de "mi cuerpo me pertenece a mí".
- ▶ Aprender a expresar la sexualidad con un lenguaje apropiado, no ofensivo, entendiéndola como parte de los sentimientos humanos.
- ▶ Abordar la masturbación en la primera infancia como ejercicio de autoconocimiento y exploración de gozo y placer en el contacto con el propio cuerpo.

- ▶ Definir qué es la sexualidad y entender su influencia positiva en la salud y el bienestar.
- ▶ Trabajar los propios límites y cómo comunicarlos.
- ▶ Tener un sentido responsable de la propia salud y bienestar, y también por las de las demás personas.
- ▶ Entender que todo el mundo tiene su propio camino de **desarrollo de la sexualidad** y que debe respetarse desde el grupo y el entorno.

- ▶ Reconocer que es natural sentir curiosidad sobre la sexualidad y el derecho a hacer preguntas, normalizando la voluntad de autoconocimiento.
- ▶ Identificar las respuestas físicas frente a la estimulación sexual.
- ▶ Comprender el placer y el autoconocimiento a partir de la práctica de la masturbación, identificar la influencia de los mandatos de género en la misma y la importancia de **desestigmatizarla**.

- ▶ Explorar las emociones y sentimientos que genera la proyección de la primera experiencia sexual.
- ▶ Cuestionar la masculinidad dominante para ofrecer otras opciones a chicos adolescentes que no se identifiquen, así como despertar la conciencia de la violencia de género en aquellos que se sienten muy cómodos, de modo que entiendan la violencia que supone para el resto de sexualidades.
- ▶ Distinguir entre la sexualidad en la vida real y en los medios de comunicación.
- ▶ Dar herramientas para identificar conductas de riesgo o cuidados sexuales no deseados dentro de las redes.

- ▶ Conocer y respetar las distintas expresiones de la sexualidad.
- ▶ Comprender que la sexualidad es un proceso de aprendizaje y cada uno tiene su ritmo.
- ▶ Identificar cómo el sesgo de género influencia en el trato y significado de los cuerpos, y las expectativas y vivencias sexuales vinculadas a los sexos y roles de género.

- ▶ Comprender que el interés en las relaciones sexuales puede cambiar con la edad y puede expresarse a lo largo de toda su vida.
- ▶ Entender la sexualidad como algo multidimensional que incluye componentes biológicos, sociales, psicológicos, espirituales, éticos y culturales.
- ▶ Integrar el derecho al propio cuerpo y la intimidad y privacidad de la sexualidad.

## Deseo y consentimiento

- ▶ Trabajar la expresión de las propias necesidades y deseos y diferenciar los "secretos buenos de los malos".
- ▶ Identificar las necesidades de privacidad e intimidad en relación con el propio cuerpo.
- ▶ Conocer el derecho al propio cuerpo en relación a decidir quién puede tocarlo, dónde y cómo.

- ▶ Aprender a identificar y comunicar el deseo.
- ▶ Observar y explorar el consentimiento como límite interactivo social.
- ▶ Trabajar la comunicación no verbal, entender los límites y consentimientos expresados a través de la comunicación no verbal.

- ▶ Definir lo que es el consentimiento.
- ▶ Trabajar la importancia de la autoestima y el placer en el momento de dar y recibir el consentimiento en relación con el deseo o la falta de éste.
- ▶ Identificar y hablar de la atención sexual no deseada.

- ▶ Analizar el deseo como constructo social.
- ▶ Comprender el consentimiento como base imprescindible para unas relaciones sociales saludables.
- ▶ Entender los límites y la diferencia entre acosar, atar y seducir.
- ▶ Trabajar la comunicación corporal y verbal en el seducir y ligar.

- ▶ Reconocer la importancia de dar y recibir el consentimiento sexual en relación con el deseo o la falta de deseo.
- ▶ Analizar los factores que pueden afectar a la capacidad de reconocer o dar el consentimiento.
- ▶ Ver cómo los mandatos de género y otros factores sociales y de poder pueden comportar hablar de consentimiento en lugar de deseo.

- ▶ Profundizar en la importancia de la autoestima y el placer en el momento de dar y recibir el consentimiento sexual en relación con el deseo o la falta de deseo.
- ▶ Trabajar el derecho a la intimidad y la privacidad también en el mundo de las TIC y las redes sociales.
- ▶ Abordar las dificultades del consentimiento y el consentimiento vinculado al deseo.
- ▶ Analizar críticamente el paradigma del consentimiento en la interacción sexual: ¿dónde queda el deseo de quien da consentimiento?

## EJE 6 - Habilidades para el autocuidado de la salud sexual y reproductiva

## Promoción de la salud sexual y reproductiva

- ▶ Introducir los conceptos de salud y enfermedad y las implicaciones asociadas.
- ▶ Conocer los factores protectores de la salud.

- ▶ Avanzar en la comprensión de la salud y la enfermedad como estados alternos y/o simultáneos en la vida de todas las personas.
- ▶ Trabajar el concepto de hábitos saludables y cuidados en relación con las necesidades de cada persona, las características del espacio social y de sus valores y los condicionantes externos.

- ▶ Conocer diferentes tipos de afecciones y enfermedades relacionadas con la salud sexual y reproductiva, desde los trastornos o alteraciones del ciclo menstrual en las ITS, fisiopatología general, señales de alerta y vías de transmisión en enfermedades infecciosas.
- ▶ Introducir y trabajar el concepto de enfermedad o condición crónica.

- ▶ Ofrecer información y recursos de autoformación relativos a métodos barrera y anticonceptivos.
- ▶ Profundizar en qué se entiende por hábitos saludables y de qué dependen.
- ▶ Trabajar la dimensión social de la salud.
- ▶ Trabajar el concepto de riesgo y las conductas de riesgo en salud general y salud sexual y reproductiva.
- ▶ Profundizar en la construcción de espacios y relaciones saludables, implicaciones y responsabilidades que se deriven.

- ▶ Profundizar en los diferentes tipos de afecciones y enfermedades relacionadas con la salud sexual y reproductiva, desde los trastornos o alteraciones del ciclo menstrual en las ITS, prevención y detección (perspectiva histórica y cultural, vertiente fisiopatológica).
- ▶ Conocer intervenciones sociosanitarias (IVE, métodos, etc.), tratamientos farmacológicos y medidas terapéuticas alternativas.
- ▶ Conocer conceptos y opciones en salud obstétrica y reproductiva (abortos espontáneos, lactancia materna, plano de parto, etc.).

- ▶ Trabajar el estigma, la vergüenza y el tabú en la salud y la enfermedad (ITS, VIH, etc), en las intervenciones sociosanitarias (métodos anticonceptivos, IVE, etc.) y los hábitos y estilos de vida.
- ▶ Comprender y profundizar en creación de comunidades saludables, acoger y entender las conductas individuales en un marco colectivo, así como las estrategias preventivas y protectoras de salud.

## Influencia del grupo de iguales en la salud sexual y reproductiva

- ▶ Identificar la importancia del grupo en la propia conducta, discerniendo cuándo ésta es positiva y cuándo negativa.
- ▶ Buscar herramientas y estrategias frente a una influencia negativa del grupo, como desafiarlo o participar de su transformación.

- ▶ Identificar y reconocer que el grupo de iguales puede influir en las decisiones y conductas relacionadas con la salud sexual, poder afrontar el talante grupal desde la responsabilidad del propio papel en el grupo y reforzar estrategias de disidencia en el grupo.

- ▶ Reconocer que las decisiones y comportamientos sexuales pueden estar influenciados por las normas de género y demás determinantes sociales que interseccionan el grupo de iguales.
- ▶ Detectar y combatir al mismo tiempo la reproducción de las desigualdades sociales en el interno del grupo.

- ▶ Ver y contrastar modos positivos y negativos en que el grupo de iguales puede influir a la hora de tomar decisiones relacionadas con la promoción de la salud (hábitos), la salud sexual y reproductiva y la sexualidad.
- ▶ Poder desafiar la presión negativa y promover la influencia positiva y el acompañamiento del grupo de iguales.
- ▶ Pensar estrategias de defensa colectiva del respeto y el apoyo mutuo.

- ▶ Trabajar estrategias de promoción de la autoestima personal y de la influencia positiva del grupo y de respuesta a la presión negativa del mismo.
- ▶ Identificar la presión e influencia negativa sobre otras personas en relación a la salud sexual y la sexualidad, saber intervenir desde la responsabilidad y el cuidado.

- ▶ Reflexionar formas de contrarrestar normas de género y otras desigualdades sociales que condicionan una influencia negativa del grupo de iguales en relación a los comportamientos sexuales.
- ▶ Reconocer la necesidad de crear espacios no mixtos entre las personas que comparten una misma tipología de discriminación para plantarle cara, entender y trabajar el concepto de solidaridad y compromiso con todas las luchas.

## Toma de decisiones, uso de métodos barrera y anticonceptivos y derecho al propio cuerpo

- ▶ Comprender e incentivar la toma de decisiones como crecimiento y reivindicación de la propia autonomía individual y colectiva.
- ▶ Identificar la acción del grupo y el entorno en la toma de decisiones y buscar una implicación activa cuando se requiere.
- ▶ Reforzar la soberanía corporal como concepto, para la infancia y para todas las personas.

- ▶ Aplicar el embarazo y crianza a las diferentes realidades sociales, culturales y religiosas, a la toma de decisiones y al derecho al propio cuerpo.
- ▶ Normalizar elegir no tener hijos como opción igualmente válida.
- ▶ Identificar las circunstancias que promueven y enriquecen la toma de decisiones sobre el propio cuerpo y la propia salud.
- ▶ Entender la información como derecho básico fundamental para la toma de decisiones argumentada, así como el derecho a preguntar por ésta.

- ▶ Entender la toma de decisiones como una habilidad en desarrollar a lo largo de toda la vida y el derecho al propio cuerpo como una responsabilidad colectiva que garantiza el espacio para la toma de decisiones.
- ▶ Trabajar la importancia de la toma de decisiones en el uso de las TIC y de la información que se comparte.
- ▶ Promover una implicación informada, consciente y responsable en las decisiones relativas a la prevención y planificación del embarazo desde el entorno y las personas directamente implicadas.

- ▶ Promover el derecho a decidir sobre la propia salud sexual y reproductiva y defender la toma de decisiones como aspecto fundamental del cuidado de la propia salud y la promoción de la salud de la comunidad, ofreciendo toda la información para garantizar decisiones fundamentadas.
- ▶ Identificar los límites de la decisión individual en el impacto de la salud colectiva, incentivar la anticipación y responsabilidad ante las consecuencias de las propias decisiones; trabajar el perdón, la rectificación, la reparación y aprendizaje en decisiones con consecuencias negativas.

- ▶ Identificar cómo los diferentes determinantes sociales y algunas conductas/estados emocionales (uso de drogas, malestares, mandatos de género) condicionan la toma de decisiones mediante estructuras de poder, coacción y violencia.
- ▶ Entender qué efectos tienen estos condicionantes sobre la propia salud sexual y reproductiva y el uso de métodos barrera y anticonceptivos en la prevención de ITS y embarazos no deseados.
- ▶ Comprender la intuición y sentimientos como información legítima para la toma de decisiones y la prevención de la salud.

- ▶ Definir y reivindicar la garantía de los DSIR como base necesaria para la libre toma de decisiones sobre la sexualidad y el propio cuerpo.
- ▶ Participar en la promoción de la toma de decisiones y en la detección de la coacción y/o violencia que limitan la toma de decisiones de otras personas sobre el propio cuerpo, la propia sexualidad y la propia salud sexual y reproductiva.
- ▶ Trabajar el acompañamiento en diferentes circunstancias desde el respeto de las decisiones de las demás personas, así como promover la comprensión, el debate y el diálogo desde la diferencia de opiniones.

## EJE 6 - Habilidades para el autocuidado de la salud sexual y reproductiva

## Habilidades de comunicación, negociación y rechazo en sexualidad y salud sexual

- ▶ Promover la identificación de lo que se quiere, lo que gusta, lo que se rechaza o lo que se desconoce.
- ▶ Incentivar la expresión de la propia opinión y el respeto hacia la opinión y libre expresión de ésta de cara a los demás.

- ▶ Identificar y ver distintos tipos de comunicación, trabajar la importancia del lenguaje corporal.
- ▶ Diferenciar entre comunicación asertiva y no asertiva y los beneficios que nos aporta en relaciones saludables.
- ▶ Reconocer e identificar el impacto de los roles de género en los modelos y tipos de comunicación.

- ▶ Aprender a compartir y acoger la toma de decisiones con las personas implicadas, expresar deseos, necesidades y límites personales y comprender los de los demás, trabajando la comunicación de éstos.
- ▶ Identificar el impacto negativo sobre la salud de la no resolución de conflictos e intereses y trabajar la tolerancia a la frustración.

- ▶ Entender las habilidades de comunicación desde la responsabilidad en su mejora y no desde la culpabilidad.
- ▶ Identificar las barreras personales y sociales que pueden obstaculizar y acondicionar la negociación y comunicación en sexualidad y en el uso de métodos anticonceptivos y métodos barrera.
- ▶ Promover la comunicación desde el respeto mutuo, la cooperación y compromiso en la lucha contra la desigualdad y el poder derivados de los determinantes sociales.

- ▶ Incentivar la identificación de los propios límites y las habilidades de comunicación y comprensión verbal y no verbal para promover conductas de seducción, sexualidades y prácticas sexuales libres, deseadas y seguras.
- ▶ Identificar y contrarrestar individualmente y colectivamente las dificultades de expresión de los propios deseos y límites en sexualidad en relación a los determinantes sociales y personales.
- ▶ Trabajar individual y colectivamente el malestar de la frustración en la negociación y el rechazo desde la identificación del poder social y personal, el impacto sobre la autoestima, los miedos y las expectativas.

- ▶ Comprender que la accesibilidad universal y la disponibilidad de los métodos barrera y anticonceptivos y el IVE son básicos para tomar la decisión de optar y comunicar esta decisión.
- ▶ Desarrollar una mirada crítica sobre carencias y límites de estos recursos contribuyendo en la exigencia de su mejora.
- ▶ Definir estrategias colectivas contra los determinantes sociales que condicionan la comunicación y la negociación en sexualidad, así como la legitimidad hacia los propios límites y su defensa en la sexualidad, el uso de métodos y el IVE.

## Apoyo mutuo y recursos en salud sexual y reproductiva

- ▶ Entender y reforzar que todas las personas tienen derecho a ser cuidadas ya recibir ayuda.
- ▶ Promover el derecho a pedir ayuda y la identificación y conocimiento de las figuras adultas de confianza entendiendo que tienen el deber de cuidar a los menores.

- ▶ Construir en la escuela un espacio saludable y cooperativo.
- ▶ Aprender a contar con los demás ya pedir ayuda cuando sea necesario, y poner en el centro la importancia de los cuidados y el apoyo mutuo.

- ▶ Identificar, reconocer y aceptar la necesidad de ayuda externa en determinadas situaciones.
- ▶ Promover el derecho a preguntar y expresar dudas sobre la salud sexual y reproductiva, sobre el propio cuerpo y las propias emociones, tanto dentro del grupo como en recursos externos.
- ▶ Situar y afrontar la vergüenza de la pregunta o exposición.

- ▶ Conocer fuentes de ayuda y apoyo externas en relación a los derechos sexuales y reproductivos, tanto para promoverlos como para garantizarlos frente a vulneraciones.
- ▶ Identificar criterios de fiabilidad de los recursos y fuentes de información así como de buenas prácticas desde una mirada integral de la salud, contemplada desde una perspectiva sociorelacional, psicoemocional y física.

- ▶ Entender la vida de las personas como un proceso interdependiente que relaciona las experiencias de todas ellas conjuntamente y requiere de conciencia colectiva y apoyo mutuo.
- ▶ Trabajar las dificultades de pedir ayuda y acoger las demandas de ayuda, evaluar conjunta y críticamente los espacios y recursos externos de salud sexual y reproductiva.

- ▶ Promover la autonomía y la creación de recursos colectivos para compartir información sobre los servicios de soporte externos así como potenciar el acompañamiento y la respuesta activa del grupo en caso de necesidad.
- ▶ Consolidar un abordaje desde los DSiR, discernir los servicios que aplican esta mirada y desarrollar estrategias de reivindicación y defensa frente a los espacios que menosprecian la importancia de los DSiR.