

# **CONEIX | RESPECTA | ESTIMA**

Programa de sexualitat i afectivitat per a alumnes de 3r d'ESO

# 3



Ajuntament de Mataró

Disseny i edició: Ajuntament de Mataró, 2005

Autores: Montse Casas Puertas – Escola Maristes Valldeïa

Imma Salvador Fugaroles – Escola Cor de Maria

Teresa Torres Fernández – Benestar Social, Salut i Consum de l'Ajuntament de Mataró

Composició: T&M Autoedició

Impressió: Treballs gràfics Fàbregas-López, SL

## PRESENTACIÓ

---

El Pla de Salut de Mataró 2003 – 2006 va assumir com a prioritat abordar les problemàtiques de salut sexual i reproductiva en els joves, amb l'objectiu general de reduir *“la incidència de problemes relacionats amb la salut sexual i reproductiva dels joves de Mataró”*. En el document es constatava, entre altres, l'opinió dels professionals amb experiència de treball en aquest camp, que consideraven que es manté encara un cert nivell de desconeixement en relació a determinats riscos associats a la sexualitat, així com la persistència de determinats mites i actituds poc positives vers la sexualitat.

Coneix, respecta, estima és un material adreçat a millorar els coneixements sobre salut sexual i reproductiva dels joves de Mataró, un dels tres objectius específics del Pla de Salut, i que concreten l'objectiu general abans esmentat.

Intervé en dos dels camps d'actuació prioritzats pel Pla:

- Millorar la qualitat dels programes d'educació sexual que s'imparteixen en els centres d'educació de Mataró.
- Aprofundir la coordinació entre professionals que intervenen en aquests programes educatius, concretament entre professionals del servei de Salut de l'Ajuntament i docents dels centres d'ensenyament. El material que es posa a la vostra disposició n'és una mostra.

Finalment, cal ressaltar que aquest material no és fruit de l'esforç d'un moment. Representa un pas endavant per part d'uns professionals que després d'una llarga experiència en el desenvolupament del programa de Sexualitat i Afectivitat, deu anys continuats de tallers dirigits als escolars, iniciat ja des del servei de Salut Comunitària del PASS, fan ara una aposta per introduir el programa en el seu àmbit més natural, el treball a l'aula.

Espero que se n'obtinguin els resultats que mereixen la dedicació i l'esforç que s'hi ha esmerçat.

Us animo a continuar per aquest camí.

**Oriol Batista i Gázquez**

Conseller delegat de Benestar Social,  
Salut i Consum i Nova Ciutadania

## INTRODUCCIÓ

---

Des de l'any 1995 s'ofereix a tots els centres d'ensenyament secundari de la ciutat, el *Taller de sexualitat i afectivitat*, adreçat als alumnes de 12-14 anys (1r cicle d' ESO).

Projectat, en un primer moment, de manera conjunta entre el Servei de Salut Comunitària del PASS i l'equip de la Consulta Jove del PASSIR, va ser una proposta de treball estructurada que donava resposta a l'increment de demandes puntuals que havíem anat rebent els dos serveis, sobre aquest tema. Al mateix temps, permetia el treball coordinat entre els dos equips.

Al llarg d'aquests anys s'han integrat al Programa diverses activitats, algunes conjuntes i d'altres no, però intentant mantenir sempre la coordinació inicial.

Vinculant-ho amb les accions previstes en el Pla municipal de salut (2003-06) i animades per algunes professores fidels al Taller pràcticament des del seu origen, i comptant amb la seva col·laboració, vam engrescar-nos a donar un format més estructurat al Taller.

Així va néixer el document que teniu a les mans. És el resultat de la revisió i adaptació del programa amb els objectius, activitats i materials de suport dels gairebé 10 anys de treball, a l'hora que l'hem ampliat a tota l' ESO.

### **Estructura del programa Coneix, respecta, estima**

#### **a) La carpeta**

El programa té un format obert que permet noves aportacions. La seva presentació en una carpeta d'anelles possibilita la incorporació de nous objectius i/o activitats segons el criteri dels professors. La carpeta consta de 4 quaderns, un per a cada nivell d'ESO.

Els objectius plantejats en cada quadern s'han definit pensant en el moment evolutiu dels nois i les noies i en la continuïtat del programa. De tota manera, segons les hores que s'hi destinin, permet treballar només un objectiu, només un curs, només un cicle o bé tota l'ESO.

Malgrat que hi ha uns objectius específics que fan referència als rols de gènere i al llenguatge relacionat amb la sexualitat, és important que el professor afavoreixi el tractament d'aquests dos aspectes en totes les activitats que es proposen.

Per tal d'afavorir al màxim la participació dels alumnes, es proposen activitats a nivell individual, en grup petit i en grup gran, a partir d'una metodologia activa.

Les activitats que ho requereixen s'acompanyen d'unes *fitxes de treball* per als alumnes i unes altres d'*informació per al professor*.

L'activitat de síntesi *Què hem après?* que es proposa al final de cada quadern com a valoració del treball fet, també es pot utilitzar com a avaluació inicial, perquè el professor conegui la situació prèvia del grup classe.

#### **b) La maleta de recursos**

S'ha preparat una maleta amb els audiovisuals i les pel·lícules que el Programa proposa, així com altres materials de suport per al professor (llibres, mètodes anticonceptius).

Estarà disponible en servei de préstec al Centre de Recursos Pedagògics del Maresme.

## SUMARI

---

### QUADERN 1 | 1r ESO

<b>OBJECTIU•1</b>	Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.
<b>OBJECTIU•2</b>	Conèixer i assumir positivament els canvis fisiològics, i millorar la informació bàsica sobre l'anatomia i la fisiologia de l'aparell reproductor del noi i de la noia.
<b>OBJECTIU•3</b>	Conèixer i assumir positivament els canvis psicològics per millorar l'autoestima i identificar i valorar les qualitats positives que la resta veuen en ells.
<b>OBJECTIU•4</b>	Conèixer els hàbits d'higiene referits als òrgans sexuals i assolir un estil de vida saludable pel que fa a la sexualitat i l'afectivitat.
<b>OBJECTIU•5</b>	Conèixer i utilitzar la terminologia sexual correcta.
<b>ACTIVITAT DE SÍNTESI</b>	Què hem après?

### QUADERN 2 | 2n ESO

<b>OBJECTIU•1</b>	Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.
<b>OBJECTIU•2</b>	Conèixer i assumir positivament els canvis fisiològics, i reforçar els coneixements sobre alguns aspectes de l'aparell reproductor del noi i de la noia (cicle menstrual, erecció, ejaculació).
<b>OBJECTIU•3</b>	Conèixer i assumir positivament els canvis psicològics, i millorar l'autoestima, identificar i valorar les qualitats positives que la resta veuen en ells.
<b>OBJECTIU•4</b>	Millorar els hàbits d'higiene referits als òrgans sexuals i assolir un estil de vida saludable pel que fa a la sexualitat i l'afectivitat.
<b>OBJECTIU•5</b>	Conèixer la problemàtica vinculada a: embarassos no desitjats, la SIDA i altres malalties de transmissió sexual.
<b>ACTIVITAT DE SÍNTESI</b>	Què hem après?

**QUADERN 3 | 3r ESO**

<b>OBJECTIU•1</b>	Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.
<b>OBJECTIU•2</b>	Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.
<b>OBJECTIU•3</b>	Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.
<b>OBJECTIU•4</b>	Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.
<b>OBJECTIU•5</b>	Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel què fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de conseqüències.
<b>ACTIVITAT DE SÍNTESI</b>	Què hem après?

**QUADERN 4 | 4t ESO**

<b>OBJECTIU•1</b>	Conèixer la Consulta Jove del Servei d'Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva de l'ICS (Institut Català de la Salut) i com accedir-hi.
<b>OBJECTIU•2</b>	Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.
<b>OBJECTIU•3</b>	Promoure i fomentar l'ús d'habilitats socials com la comunicació, l'empatia, l'expressió emocional, que permetin potenciar l'autoestima i el desenvolupament d'unes relacions adequades.
<b>OBJECTIU•4</b>	Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.
<b>OBJECTIU•5</b>	Reconèixer les situacions de risc del comportament sexual pel què fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS (Malalties de Transmissió Sexual). Anàlisi de les conseqüències.
<b>OBJECTIU•6</b>	Conèixer i saber utilitzar els mètodes anticonceptius.
<b>ACTIVITAT DE SÍNTESI</b>	Què hem après?

## ÍNDEX

---

<b>OBJECTIU•1</b>	<b>Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.</b>	<b>11</b>
<b>ACTIVITATS</b>	<b>1• Ser noi, ser noia.</b> Llistat d'avantatges i inconvenients	<b>12</b>
	<b>2• Obrim els ulls!</b> Valoració de les dades d'un estudi	<b>14</b>
	<b>3• Què ens venen els mitjans de comunicació?</b> Anàlisi de revista	<b>16</b>
<b>OBJECTIU•2</b>	<b>Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.</b>	<b>19</b>
<b>ACTIVITATS</b>	<b>1• Tot preguntant a l'altre sexe.</b> Debat	<b>20</b>
	<b>2• Joc de l'ou.</b> Joc	<b>26</b>
	<b>3• Fer-ho o no fer-ho.</b> Audiovisual	<b>28</b>
<b>OBJECTIU•3</b>	<b>Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.</b>	<b>33</b>
<b>ACTIVITATS</b>	<b>1• Com em sento? Com sóc?</b> Qüestionari	<b>34</b>
	<b>2• Imatge corporal i mitjans de comunicació.</b> Anàlisi sèrie TV	<b>38</b>
	<b>3• L'home - la dona ideal.</b> Llistat de característiques i treball de grup	<b>40</b>
<b>OBJECTIU•4</b>	<b>Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.</b>	<b>43</b>
<b>ACTIVITATS</b>	<b>1• Amistat? Enamorament?</b> Atorgar característiques	<b>44</b>
	<b>2• Amor o sexe?</b> Audiovisual	<b>47</b>
	<b>3• L'estimo? M'agrada? M'atrau?</b> Discussió de casos	<b>52</b>
<b>OBJECTIU•5</b>	<b>Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel que fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de les conseqüències.</b>	<b>55</b>
<b>ACTIVITATS</b>	<b>1• La SIDA i els seus mites.</b> Qüestionari	<b>56</b>
	<b>2• Recordem els mètodes anticonceptius.</b> Relaciona	<b>60</b>
	<b>3• Si no vols... digues no!</b> Discussió / dramatització	<b>63</b>
<b>ACTIVITAT DE SÍNTESI</b>	<b>Què hem après?</b>	<b>65</b>

**OBJECTIU•1** Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.

- ACTIVITATS**
- 1• Ser noi, ser noia. Llistat d'avantatges i inconvenients
  - 2• Obrim els ulls! Valoració de les dades d'un estudi
  - 3• Què ens venen els mitjans de comunicació? Anàlisi de revista



**OBJECTIU•1****Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.****ACTIVITATS**

- 1• **Ser noi, ser noia.** Llistat d'avantatges i inconvenients
- 2• **Obrim els ulls!** Valoració de les dades d'un estudi
- 3• **Què ens venen els mitjans de comunicació?** Anàlisi de revista

**ACTIVITAT•1****Ser noi, ser noia**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials, ètica, visual i plàstica.

## Material

- Fitxa 1.

## Descripció de l'activitat

- Distribuir els alumnes en grups de nois i de noies i donar-los la fitxa 1.
- Seguidament, hauran d'omplir les graelles corresponents als avantatges i inconvenients que comporta ser noi i ser noia a la nostra societat i a la seva edat, i respondre les preguntes de la mateixa fitxa.
- Cada grup exposarà en veu alta les seves opinions i el professor n'extraurà les conclusions.

## Temes a tractar

- Ser noi i ser noia en la societat actual.
- Autoestima.

## Activitats complementàries

- Elaboració d'un collage o mural amb els avantatges i inconvenients de ser noi i ser noia plantejats pels alumnes, així com les possibles actuacions de millora dels inconvenients que hagin sortit.

ACTIVITAT•1 Ser noi, ser noia

FITXA•1

Anoteu els avantatges i els inconvenients de ser noi o noia.

Avantatges

Inconvenients

Responen les següents qüestions:

1. Què ha estat més fàcil de trobar: avantatges o inconvenients? Per què?

2. Hi ha algun avantatge que també sigui inconvenient?

3. Penseu que els inconvenients es poden superar? De quina manera?

4. Preguntar a persones d'altres generacions sobre els avantatges i inconvenients d'un i altre sexe, quan tenien la vostra edat (pares, germans més grans, avis, professors).

**OBJECTIU•1**

**Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.**

**ACTIVITATS**

- 1• **Ser noi, ser noia.** Llistat d'avantatges i inconvenients
- 2• **Obrim els ulls!** Valoració de les dades d'un estudi
- 3• **Què ens venen els mitjans de comunicació?** Anàlisi de revista

**ACTIVITAT•2****Obrim els ulls!**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials, ètica, matemàtiques.

## Material

- Fitxa professor.

## Descripció de l'activitat

- Distribuir els alumnes en petits grups i donar-los l'article de la fitxa professor.
- Durant uns 10' han de comentar entre ells les impressions que els genera aquest escrit.
- En acabar, un portaveu de cada grup exposarà les conclusions a què han arribat.
- Debat general a partir de les qüestions plantejades en la fitxa professor.

## Temes a tractar

- Factors d'influència en les conductes agressives.
- Violència de gènere.

## Activitats complementàries

- Poden buscar altres articles (premsa, internet) que ofereixin dades sobre aquest tema.
- Visualitzar la pel·lícula *Te doy mis ojos*, si el professor ho considera adient.

## ACTIVITAT•2 Obrim els ulls!

## FITXA PROFESSOR

**Llegiu amb atenció l'article següent, comenteu-ne els resultats que presenta i les impressions que us genera.**

El Instituto Navarro de la Mujer va portar a terme, l'any 2000, una investigació entre alumnes d'ESO a partir de la **hipòtesi** de que la violència s'aprèn. Es van enquestar 603 nois i noies i també es van fer entrevistes individuals.

Els **objectius** de la investigació eren:

- Conèixer les causes de les conductes agressives i manifestacions de violència contra la dona a partir de les pautes de socialització existents en els centres educatius.
- Detectar el clima d'agressivitat que suporten els adolescents en l'àmbit escolar.
- Analitzar els sistemes de convivència dins el context educatiu.
- Detectar l'origen de les agressions i oferir pautes de prevenció i actuació.

Alguns **resultats**:

- El 68% dels nois i noies deia que alguna vegada o gairebé cada dia havien presenciat comportaments i actituds agressives d'uns alumnes cap a altres.
- El 50,2% dels nois i el 25,2% de les noies considerava que les noies són més dèbils que els nois.
- El 21% dels nois considera normal pegar una noia si aquesta l'ha insultat. Un 74% opinava el contrari.
- Un 39,5% dels nois i un 18,7% de les noies, deia que les dones es troben més ben adaptades per a realitzar les tasques de la llar (cuinar, planxar). Un 81% de les noies va dir que no és així.

Principals **conclusions** de l'estudi:

- Es constatà l'existència de comportaments violents en l'àmbit escolar.
- Es detectà la presència d'actituds de domini dels nois sobre les noies.
- Es comprovà el manteniment de rols en funció del sexe.

Aquest estudi es va publicar amb el títol *Aportaciones teórico-prácticas para el conocimiento de actitudes violentas en el ámbito escolar*.  
Autors: Bernabé Sarabia Heindrich i Teodoro Hernández Frutos.

## Guió per a la discussió

1. Quines sensacions ha despertat aquest article en el vostre grup?
2. Esteu d'acord amb la hipòtesi de l'estudi: "la violència s'aprèn"?
3. Penseu que els resultats obtinguts en aquest estudi són extrapolables al vostre entorn?
4. Segons vosaltres, quins factors influeixen en els comportaments agressius entre els joves?  
I en la violència cap a les dones?
5. Penseu en situacions quotidianes que posin de manifest aquesta submissió de la noia, de què parla l'estudi.
6. Quines alternatives teniu els joves per afrontar aquests comportaments?

**OBJECTIU•1**

**Analitzar els rols de gènere potenciat per la societat.**

**ACTIVITATS**

- 1• **Ser noi, ser noia.** Llistat d'avantatges i inconvenients
- 2• **Obrim els ulls!** Valoració de les dades d'un estudi
- 3• **Què ens venen els mitjans de comunicació?** Anàlisi de revista

**ACTIVITAT•3**

**Què ens venen els mitjans de comunicació?**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials, ètica.

## Material

- Fitxa 1.

## Descripció de l'activitat

- Previ a l'activitat, el professor haurà adquirit diverses revistes de les que llegeixen els joves (Vale, Superpop, Bravo, Chicas, Star club, ...), o bé es pot demanar als mateixos alumnes que les portin ells.
- Distribuir els nois i noies en petits grups i donar a cadascun una d'aquestes revistes.
- Hauran d'analitzar-ne el contingut responent les preguntes de la fitxa 1.
- Posada en comú amb el grup / classe i conclusions.

## Temes a tractar

- Influència dels mitjans de comunicació en els rols sexuals.
- Estratègies per a rebatre els missatges que imposen.

**ACTIVITAT•3 Què ens venen els mitjans de comunicació? FITXA•1**

**Valoreu el contingut de la revista assignada responent les següents qüestions:**

1. Nom de la revista.

2. A quin públic s'adreça? (edat, sexe, nivell social, econòmic, cultural, etc.)

3. Quin tipus d'informació transmet la revista?

4. Quin model de noia promociona? Es correspon al model de noia actual?

5. Quin model de noi promociona? Es correspon al model de noi actual?

6. Sabeu què vol dir "metrosexual"?

7. Penseu que els nois i noies de la vostra edat segueixen els consells que donen aquests tipus de revistes? Per què sí? Per què no?

**OBJECTIU•2** Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.

- ACTIVITATS**
- 1• Tot preguntant a l'altre sexe. Debat
  - 2• Joc de l'ou. Joc
  - 3• Fer-ho o no fer-ho. Audiovisual

**OBJECTIU•2**

Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.

**ACTIVITATS**

- 1• Tot preguntant a l'altre sexe. Debat
- 2• Joc de l'ou. Joc
- 3• Fer-ho o no fer-ho. Audiovisual

**ACTIVITAT•1****Tot preguntant a l'altre sexe**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències de la naturalesa.

## Material

- Fitxa 1 - Noies.
- Fitxa 2 - Nois.
- Fitxa professor.

## Descripció de l'activitat

- Distribuir els escolars en dos grups: nois i noies.
- Cada grup ha de fer un llistat de preguntes que els agradaria fer a l'altre sexe. Utilitzar les fitxes 1 i 2.
- El professor pot suggerir alguna pregunta de les que consten en la seva fitxa.
- Quan hagin fet el llistat, començar la ronda de preguntes. Fer-ho per ordre: primer un grup i després l'altre.
- Si un grup no sap respondre alguna de les preguntes, ho haurà de fer el professor.
- Posada en comú i conclusions.

## Temes a tractar

- Noies: menstruació, problemes relacionats amb la menstruació, període fèrtil / ovulació.
- Nois: ejaculació, pol·lucions nocturnes, període fèrtil.
- Conceptes recollits a la fitxa professor.

## Activitats complementàries

- Poden discutir, en petit grup, les preguntes de la fitxa professor, i treballar els mètodes anticonceptius de la Maleta de recursos del programa *Coneix, respecta, estima*.



**ACTIVITAT•1 Tot preguntant a l'altre sexe**

**FITXA•1 - NOIES**

**Anoteu les preguntes que us agradaria fer als nois.**

Ens agradaria saber...

**ACTIVITAT•1 Tot preguntant a l'altre sexe****FITXA•1 - NOIS**

**Anoteu les preguntes que us agradaria fer a les noies.**

Ens agradaria saber...

**ACTIVITAT•1 Tot preguntant a l'altre sexe**

**FITXA PROFESSOR**

**Preguntes per a les noies**

- Aparell reproductor femení. Òrgans.
- Què és la menstruació?  
Per a què serveix?
- Implicacions físiques i psicològiques de la regla.
- Dies fèrtils / l'ovulació.
- Acceptació de la menstruació.
- Influències de la societat, família, amics, en l'acceptació d'aquests canvis.

**Preguntes per als nois**

- Aparell reproductor masculí. Òrgans.
- Què és l'ejaculació?  
Per a què serveix?
- Dies fèrtils en l'home.
- Implicacions físiques i psicològiques de l'ejaculació.
- Acceptació de l'ejaculació (pol·lucions).
- Influències de la societat, família, amics, en l'acceptació d'aquests canvis.

**Activitat complementària**

**Qüestions per al treball de grup.**

1. Quines actituds caldria tenir per a gaudir d'aquesta nova capacitat, la reproducció, de manera responsable?
2. Quins comportaments considereu que poden representar un risc d'embaràs i quins no?
3. Creieu que una persona ha de planificar les seves relacions sexuals? Com?

## ACTIVITAT•1 Tot preguntant a l'altre sexe

## FITXA PROFESSOR

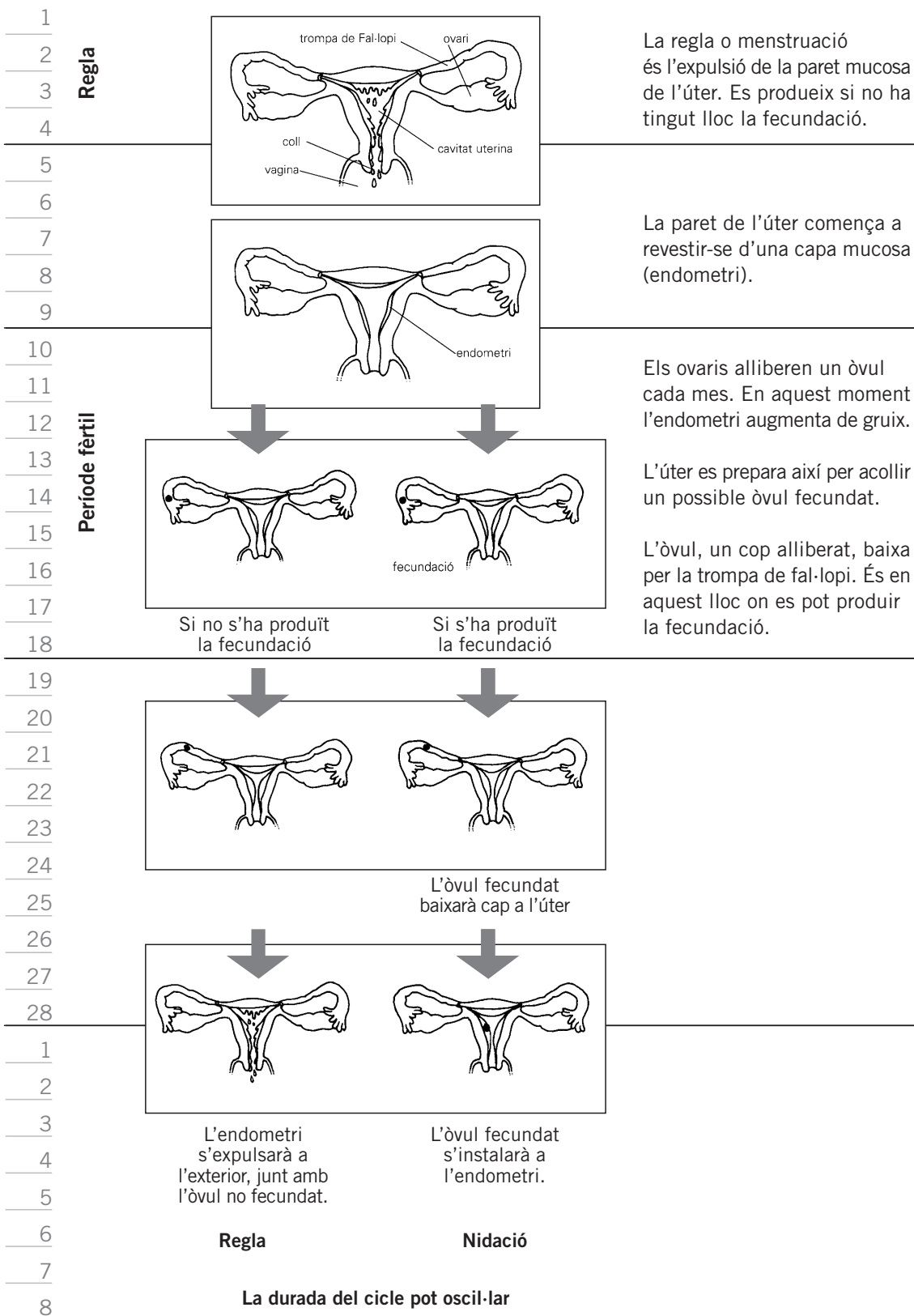
## Informació per al professor. Conceptes

Adolescència	Període de la vida dels nois i les noies en què es donen canvis físics i psicològics.
Hipòfisi	Glàndula que produeix hormones i regula el cicle menstrual i la producció d'espermatozoides.
Ejaculació	Sortida de semen com a conseqüència de l'excitació sexual.
Fecundació	Fusió d'un òvul i un espermatozoide.
Erecció	Nom que es refereix a l'augment de mida del penis. Pot ser involuntària o com a resposta a un estímul sexual.
Coit	Relació sexual en què hi ha penetració (vaginal o anal).
Ovulació	Procés de maduració i alliberament d'òvuls.
Endometri	Capa interna de la matriu que es desprèn amb la regla.
Escrot	Bossa que conté els testicles.
Menarquia	Nom que rep a la primera regla.
Pol·lució	Sortida involuntària de semen, a la nit.
Testosterona	Hormona sexual masculina.
Espermatozoide	Cèl·lula sexual masculina.
Prepuci	Replec de pell que cobreix el gland.
Fimosi	Problemàtica en la qual el prepuci és molt estret i no permet la sortida del gland.
Climateri	Fase de la vida en què es deixen de madurar òvuls.
Menopausa	Nom que rep l'última regla.
Estrògen	Hormona sexual femenina.
Òvul	Cèl·lula sexual femenina.

**ACTIVITAT•1 Tot preguntant a l'altre sexe**

**FITXA PROFESSOR**

Informació per al professor. El cicle menstrual



**OBJECTIU•2** Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.

**ACTIVITATS**

- 1• Tot preguntant a l'altre sexe. Debat
- 2• Joc de l'ou. Joc
- 3• Fer-ho o no fer-ho. Audiovisual

### ACTIVITAT•2 Joc de l'ou

**Àrees relacionades** Tutoria, ciències de la naturalesa, ètica.

**Material**

- Ous. Tants com parelles es puguin formar amb el grup classe.
- Fitxa professor.

**Descripció de l'activitat**

- L'activitat consta de dues sessions, però prèviament, caldrà demanar al grup que es distribueixi per parelles, tenint en compte que hauran de compartir l'activitat durant un dia sencer o un cap de setmana (a criteri del professor), i que portin una capsa ben protegida, per a transportar un objecte delicat (aproximadament de 10x10).
- **Primera sessió**
  - Breu introducció de la importància de la maternitat i la paternitat lliure i responsable, així com les implicacions a nivell personal i de parella.
  - Donar un ou a cada parella i s'han de comprometre a portar-lo amb ells, durant el període que duri l'activitat. No el poden deixar en cap moment i no se'ls ha de trencar.
- **Segona sessió**
  - Si en la primera sessió no s'ha explicat que l'ou representa un fill, fer-ho a l'inici d'aquesta.
  - Amb el grup classe, compartir l'experiència de cada parella, seguint el guió per a la discussió de la fitxa del professor.
  - Extraure un llistat de vivències i dificultats comunes.

**Temes a tractar**

- Maternitat i paternitat responsable.
- Influències de l'entorn en l'educació dels fills.

**ACTIVITAT•2 Joc de l'ou**

**FITXA PROFESSOR**

Guió per a la discussió

1. Heu aconseguit que l'ou no es trenqui?
2. Quines dificultats heu trobat?
3. Quines cures ha necessitat?
4. Heu hagut de deixar de fer alguna cosa a causa de l'ou?
5. Heu necessitat d'una tercera persona per assolir el vostre objectiu?

**OBJECTIU•2**

Adquirir els coneixements necessaris al voltant de la fecunditat perquè prenguin consciència d'aquesta nova capacitat i l'assumeixin de manera responsable.

**ACTIVITATS**

- 1• Tot preguntant a l'altre sexe. Debat
- 2• Joc de l'ou. Joc
- 3• Fer-ho o no fer-ho. Audiovisual

**ACTIVITAT•3 Fer-ho o no fer-ho**

## Àrees relacionades

Tutoria, ètica.

## Material

- Vídeo *Sexualitats*, Fundació Jaume Bofill.
- Fitxa 1.
- Fitxa 2.
- Fitxa professor.

## Descripció de l'activitat

- Visualització de l'apartat *Fer-ho o no fer-ho* (6') del vídeo *Sexualitats*.
- Comentari posterior, demanant, al grup classe, quin final hi posarien.
- El professor comentarà que hi ha diferents factors i àmbits que influeixen en les nostres decisions (amics, família, professors, mitjans de comunicació) i que també poden fer-ho a l'hora de decidir-nos a començar a tenir relacions sexuals.
- **Opció 1**
  - Distribuir els escolars en petits grups i omplir la fitxa 1. Han de fer constar si existeixen arguments diferents per als nois i les noies.
  - Recollir els arguments a la pissarra i entre tots, decidir quins són els que tenen més valor.
- **Opció 2**
  - Distribuir els escolars en petits grups i omplir les fitxes 1 i 2. Han de fer constar si existeixen arguments diferents per als nois i les noies.
- Posada en comú i conclusions.

## Temes a tractar

- Presa de decisions.
- Primera vegada.
- Petting, com a alternativa al coit.



**ACTIVITAT•3 Fer-ho o no fer-ho**

**FITXA•1**

**En grup, feu un llistat dels arguments a favor i en contra per a començar a tenir relacions sexuals completes, fent constar si són diferents per als nois i les noies.**

La primera vegada

Arguments per al SÍ

Arguments per al NO

## ACTIVITAT•3 Fer-ho o no fer-ho

FITXA•2

**Davant la possibilitat de començar a tenir relacions sexuals, heu decidit que encara no és el moment. Quines respostes donaríeu per mantenir la vostra decisió davant els comentaris de pressió de la parella?**

Quan és no, és no

Comentari

Resposta

Tothom ho fa.

Si m'estimessis ho faries.

Si no ho fas, no ens veurem més.

No vols provar-ho, per saber com és?

No ho vols fer perquè tens por.

Si no és amb tu serà amb un/a altre/a.

Totes les teves amigues/cs ho fan.  
Només tu no.Però...joestic a cent!  
No em pots deixar així! Ho haig de fer.

## ACTIVITAT•3 Fer-ho o no fer-ho

## FITXA PROFESSOR

Quan és no, és no

Comentari

Tothom ho fa.

Si m'estimessis ho faries.

Si no ho fas, no ens veurem més.

No vols provar-ho, per saber com és?

No ho vols fer perquè tens por.

Si no és amb tu serà amb un/a altre/a.

Totes les teves amigues/cs ho fan.  
Només tu no.Però...joestic a cent!  
No em pots deixar així! Ho haig de fer.

Resposta

Jo no sóc tothom. Jo sóc jo.  
A més, no crec que tothom ho faci,  
són comentaris.Si m'estimes, respectaràs els meus sentiments  
i no m'obligaràs a fer una cosa per la qual  
no estic preparat/da.Bé, si això és el que vols fer, et trobaré a faltar,  
però endavant.Crec que és una raó molt tonta per tenir  
relacions sexuals. Seria arriscar molt només  
per saber com és. No.

Si ho volgués fer no estaria argumentant res.

D'acord, suposo que hauràs de buscar  
aquest/a altre/a.El que decideixen els altres és assumpte  
seu. Jo he decidit esperar.No, no ho has de fer. No et passarà res  
per no tenir relacions sexuals. Si jo puc  
esperar, tu també.Font: activitat adaptada de la Guia didàctica que acompanya el vídeo *Sexualitats*. Fundació Jaume Bofill.

Informació per al professor

**Petting**

Relacions sexuals sense penetració (carícies, petons, masturbació mútua, massatges..), per tant, una alternativa al coït. És una bona manera de conèixer com reacciona el cos de l'altre i el propi davant aquests estímuls gratificants, a l'hora que s'eviten riscos innecessaris.

**Primera vegada**

Tradicionalment s'associa la primera relació coïtal amb la sang i el dolor, per la possibilitat que es trenqui l'himen (membrana molt fina que es troba a l'entrada de la vagina), però no té per què ser així.

**OBJECTIU•3**

Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.

**ACTIVITATS**

- 1• Com em sento? Com sóc? Qüestionari
- 2• Imatge corporal i mitjans de comunicació. Anàlisi sèrie TV
- 3• L'home - la dona ideal. Llistat de característiques i treball de grup

**OBJECTIU•3**

Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.

**ACTIVITATS**

- 1• Com em sento? Com sóc? Qüestionari
- 2• Imatge corporal i mitjans de comunicació. Anàlisi sèrie TV
- 3• L'home - la dona ideal. Llistat de característiques i treball de grup

**ACTIVITAT•1 Com em sento? Com sóc?**

## Àrees relacionades

Tutoria.

## Material

- Fitxa 1.

## Descripció de l'activitat

- Distribuir el qüestionari de la fitxa 1 als nois i noies.
- El professor llegeix en veu alta cadascun dels ítems per tal d'aclarir possibles dubtes i posteriorment, els nois i noies el responen, de manera individual.
- En acabar, el professor els recull i n'extrau unes conclusions que seran comentades al grup classe, de manera general.
- Aquests resultats representaran una informació per al professor a l'hora que permetran detectar alguns aspectes que potser cal treballar amb profunditat o d'altres que no s'haguessin plantejat amb anterioritat.

## Temes a tractar

- Necessitats personals (afectives, emocionals, de relació).

**ACTIVITAT·1 Com em sento? Com sóc?**

**FITXA·1**

Nom

Data

**Respon sincerament als enunciats següents i recorda que aquesta informació és per a ús exclusiu del teu tutor.**

Escriu 5 paraules que descriguin com ets (a nivell físic i de personalitat).

El que més m'agrada de mi mateix/a és:

El que menys m'agrada de mi mateix/a és:

Escriu allò que creus que pots millorar o canviar de tu mateix/a en benefici teu i dels demés.

Els conflictes que tinc habitualment amb la família són:

Aquests conflictes els resolc:

El que més m'agrada de l'escola és:

El que menys m'agrada de l'escola és:

Amb els amics i amigues el que més m'agrada és:

A les noies, el que més ens preocupa del nostre cos és:

Als nois, el que més ens preocupa del nostre cos és:

**ACTIVITAT·1 Com em sento? Com sóc?**

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Quan tinc una responsabilitat, procuro: \_\_\_\_\_

Em resulta fàcil fer amics i amigues: Sí No Per què? \_\_\_\_\_

Crec que els demés em consideren: \_\_\_\_\_

Jo em considero capaç de: \_\_\_\_\_

Sóc noi o sóc noia. Em sento bé sent noi o noia? Sí No Per què? \_\_\_\_\_

En aquests moments els meus pares em consideren: \_\_\_\_\_

I em tracten: \_\_\_\_\_

Els adults (pares, professors, etc.) no entenen que jo: \_\_\_\_\_

I m'exigeixen: \_\_\_\_\_

Davant les exigències dels adults acostumo a respondre: \_\_\_\_\_

M'agradaria ser com: \_\_\_\_\_

**ACTIVITAT•1 Com em sento? Com sóc?**

**FITXA•1**

Nom

Data

Actualment el que més necessito és:

Quan em sento pitjor és:

Els millors moments són:

A vegades, les coses no surten com jo vull i :

Em molesta que em diguin:

Seria feliç si:

Aquesta etapa de la meva vida l'estic vivint:

D'aquí a 10 anys m'imagino:

M'agradaria dir:



**OBJECTIU•3**

Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.

**ACTIVITATS**

- 1• Com em sento? Com sóc? Qüestionari
- 2• Imatge corporal i mitjans de comunicació. Anàlisi sèrie TV
- 3• L'home - la dona ideal. Llistat de característiques i treball de grup

**ACTIVITAT•2 Imatge corporal i mitjans de comunicació**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials.

## Material

- Fitxa 1.

## Descripció de l'activitat

- Dir als nois i noies que triïn una sèrie de televisió (la que vulguin) de les que s'adrecen al públic adolescent i que escullin uns personatges, de sexe diferent.
- Hauran de fer l'anàlisi de la imatge corporal de cadascun d'ells, seguint la pauta de la fitxa 1.
- Posada en comú i conclusions.

## Temes a tractar

- Estereotips socials.
- Influència mitjans comunicació.

**ACTIVITAT•2 Imatge corporal i mitjans de comunicació FITXA•1**

Nom

Data

**Omple la graella següent:**

Nom de la sèrie

Dia i hora d'emissió

Resum argumental

Nom dels personatges triats

Masculí

Femení

Anàlisi de la imatge de cadascun

Anàlisi de la importància que cada personatge dóna a la imatge

Per què has triat aquests personatges?

**Reflexiona sobre aquestes qüestions:**

1. Quina importància té la bellesa, el cos, a la vostra edat?
2. Influeix d'alguna manera la imatge dels teus ídols en la teva pròpia imatge?  
Com? Per què?
3. Quines eines tenim per lluitar contra els patrons de bellesa que ens venen els mitjans de comunicació?

**OBJECTIU•3**

Assumir, de manera positiva i responsable, el procés de canvi que estan vivint, prenent consciència i acceptant la nova figura corporal, proposant models alternatius als models dominants.

**ACTIVITATS**

- 1• Com em sento? Com sóc? Qüestionari
- 2• Imatge corporal i mitjans de comunicació. Anàlisi sèrie TV
- 3• L'home - la dona ideal. Llistat de característiques i treball de grup

**ACTIVITAT•3 L'home - la dona ideal**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials, visual i plàstica, ètica.

## Material

- Fitxa 1.

## Descripció de l'activitat

- Distribuir la fitxa 1 als nois i a les noies.
- Primer, de manera individual, han de fer un llistat de característiques (físiques, de personalitat), que els agradaria que tingués la seva parella ideal.
- Després, en grup, analitzar i discutir les qüestions de la fitxa 1 i comparar les característiques expressades pels nois i les noies.
- Posada en comú i conclusions generals.

## Temes a tractar

- Estereotips socials sobre el model de bellesa.
- Autoestima.

## Activitats complementàries

- Donar un llistat de característiques (referides al físic, les habilitats i el comportament) i que triïn quines els agradaria que tingués el seu home o la seva dona ideal.
- Analitzar els cànons de bellesa al llarg de la història.
- Visualitzar la pel·lícula *Las mujeres de verdad tienen curvas*, de la Maleta de recursos del programa *Coneix, respecta, estima*.

ACTIVITAT•3 L'home - la dona ideal

FITXA•1

Nom

Data

**Escriu les característiques (referides al físic, al comportament i a les habilitats) que t'agradaria que tingués la teva parella ideal.**

**Responen, en grup, les qüestions següents:**

1. Quines són les característiques que descriuen el vostre ideal de dona?
2. Quines són les característiques que descriuen el vostre ideal d'home?
3. Quines diferències trobeu entre les característiques que heu atribuït a un i altre sexe?
4. Penseu que s'exigeix més a un sexe que a l'altre pel que fa a la bellesa?  
Si és que sí, a quin de tots dos i per què?
5. En quins altres aspectes o característiques ens podem basar per proposar models de bellesa alternatius als que ens imposa la societat?

**OBJECTIU•4**

Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.

**ACTIVITATS**

- 1• **Amistat? Enamorament?** Atorgar característiques
- 2• **Amor o sexe?** Audiovisual
- 3• **L'estimo? M'agrada? M'atrau?** Discussió de casos

**OBJECTIU•4**

Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.

**ACTIVITATS**

- 1• Amistat? Enamorament? Atorgar característiques
- 2• Amor o sexe? Audiovisual
- 3• L'estimo? M'agrada? M'atrau? Discussió de casos

**ACTIVITAT•1 Amistat? Enamorament?**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials.

## Material

- Fitxa 1.
- Fitxa professor.

## Descripció de l'activitat

- Introduir l'activitat comentant que el sentiment de l'amistat és diferent al de l'enamorament, però a vegades es poden confondre.
- Distribuir a cada escolar la fitxa 1. De les característiques incloses a la llista han d'identificar quines són pròpies d'una relació d'autèntica amistat i quines d'una relació d'enamorament.
- Es van comentant en veu alta i discutint les diferents opinions que hi puguin sorgir, anotar altres característiques d'un sentiment i de l'altre, que els nois i les noies hi vulguin afegir.
- Conclusions.

## Temes a tractar

- Diferenciació de sentiments nous que apareixen a l'adolescència i que poden tenir característiques similars.

## Activitats complementàries

- Iniciar l'activitat elaborant un llistat de característiques que els escolars atorguin a cadascun d'aquests sentiments.
- Intentar trobar una definició d'amistat i d'enamorament en alguna cançó, poema, fotografia, ...
- Dins l'àrea de ciències socials, analitzar si l'evolució de la societat ha modificat la manifestació d'aquests sentiments i de quina manera ho ha fet.

**ACTIVITAT•1 Amistat? Enamorament?**

**FITXA•1**

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

**Marca amb una creu (X) la casella a què correspon cadascuna de les característiques de la columna de l'esquerra, i afegeix-n'hi alguna altra si vols.**

Característica	De l'amistat	De l'enamorament	D'ambues relacions	De cap de les dues
No pot ser compartida amb terceres persones.				
Si es trenca, difícilment es recupera.				
Es dóna només entre persones del mateix sexe.				
Es dóna només entre persones de diferent sexe.				
No es pot donar entre persones de diferent nivell social i econòmic.				
Pot sorgir entre persones d'edats diferents.				
El temps se l'emporta o pot perdre intensitat.				
Suporta bé la distància.				
És una relació de la qual recordem sobretot els seus inicis.				

## ACTIVITAT•1 Amistat? Enamorament?

## FITXA PROFESSOR

## Característica

No pot ser compartida amb terceres persones.

Si es trenca, difícilment es recupera.

Es dóna només entre persones del mateix sexe.

Es dóna només entre persones de diferent sexe.

No es pot donar entre persones de diferent nivell social i econòmic.

Pot sorgir entre persones d'edats diferents.

El temps se l'emporta o pot perdre intensitat.

Suporta bé la distància.

És una relació de la qual recordem sobretot els seus inicis.

## Correspon a:

**L'amistat, no.** Tenir un amic nou no li fa perdre res a l'amic que ja teníem, al contrari. **L'enamorament, sí.** Els triangles amorosos acostumen a ser dramàtics.

**Totes dues.** Són dues relacions de confiança que, si es trenquen, és molt difícil recuperar-les. De totes maneres, hi ha qui té moral i ho intenta.

**Cap de les dues.** L'amistat entre persones de diferent sexe també existeix, encara que no abundi tant. No té perquè estar mediatitzada pel sexe.

**Cap de les dues.** L'enamorament és una relació que, encara que amb menys freqüència, es dóna també entre persones del mateix sexe.

**Cap de les dues.** Encara que perquè es doni una amistat verdadera o un enamorament vertader en aquestes condicions, cal que la qüestió econòmica en resti al marge.

**Totes dues.** Encara que no és gaire freqüent en l'adolescència.

**L'amistat, no.** El temps més aviat l'enforteix.

**L'enamorament, sí.** Si ens referim a l'amor - passió i no a l'amor - sentiment, que pot durar tota la vida.

**L'amistat, sí.** Es pot viure una amistat a distància i reviure-la en trobades esporàdiques. **L'enamorament, no.** L'amor vol presència continuada (això no vol dir que no pugui superar un distanciament puntual en el temps: per feina, estudis, etc.)

**L'amistat, no.** L'amistat neix calladament, sense acte inaugural i, si continua, es va enfortint. **L'enamorament, sí.** La vivència emocionant de l'amor - passió dels primers temps tothom la recorda i, qui més qui menys, amb nostàlgia.



**OBJECTIU•4** Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: desig, atracció, enamorament.

**ACTIVITATS**

- 1• Amistat? Enamorament? Atorgar característiques
- 2• Amor o sexe? Audiovisual
- 3• L'estimo? M'agrada? M'atrau? Discussió de casos

### ACTIVAT•2 Amor o sexe?

#### Àrees relacionades

Tutoria, ciències de la naturalesa.

#### Material

- Vídeo *Sexualitats*. Fundació Jaume Bofill.
- Fitxa professor.

#### Descripció de l'activitat

- Explicar, amb la col·laboració dels alumnes i la informació que consta a la fitxa del professor, els conceptes d'amistat, atracció i enamorament.
- Visualització de l'apartat *Amor o sexe?* (5') del vídeo *Sexualitats*.
- En acabar, demanar als nois i les noies quin final posarien a aquesta situació.
- A partir de la informació obtinguda, iniciar un debat sobre el paper de l'atracció en les relacions personals, si cal estar enamorat o no per a tenir relacions sexuals, quines condicions caldrien per a tenir una relació sexual amb algú, etc.

#### Temes a tractar

- Diferenciació de sentiments nous que apareixen a l'adolescència i que poden tenir característiques similars.

#### Activitats complementàries

- Descriure i classificar les característiques que ens atrauen de les persones, utilitzant les fitxes 1, 2 i 3. L'activitat es pot fer de manera individual o en grup, segons el criteri del professor.

## ACTIVITAT•2 Amor o sexe?

FITXA•1

Nom

Data

Identifica/queu les característiques físiques i de personalitat que poden fer que et sentis a gust amb una persona, tant si és un amic com una amiga.

Què ens atrau en general de les persones?

**ACTIVITAT•2 Amor o sexe?**

**FITXA•2**

Nom

Data

**Identifiqueu i ordeneu, per ordre de preferència, les característiques físiques i de personalitat que més us atrauen de l'altre sexe, fent constar les diferències entre nois i noies. En acabar, un portaveu del grup, haurà de comentar aquestes característiques en funció de com s'han ordenat.**

Què ens atrau de l'altre sexe?

Als nois

A les noies

1r

---

2n

---

3r

---

4t

---

5è

---

6è

---

7è

---

8è

---

## ACTIVITAT•2 Amor o sexe?

FITXA•3

Nom

Data

Imagineu-vos que teniu entre 8 i 10 anys més i definiu com us agradaria que fos la vostra parella.

Què ens agrada d'una persona com a parella?

**ACTIVITAT•2 Amor o sexe?****FITXA PROFESSOR**

## Informació per al professor

**Desig sexual:**

**Es tracta d'un sentiment intern de desig de mantenir relacions sexuals, més o menys explícit segons l'educació.**

- Depèn molt de l'aspecte biològic i és un dels instruments que ens assegura la reproducció.
- Es pot sentir desig sense que hi hagi estímuls externs i la tensió que es crea es pot resoldre tant amb les relacions sexuals com amb la masturbació.
- No és necessari un objecte de desig per a sentir desig.
- El desig sexual pot ser reprimit inconscientment, però no es pot suprimir.  
Si es reprimeix, es manifestarà d'una manera o una altra, produint incomoditat o, fins i tot, símptomes patològics. Per això, és important reconèixer-lo com a tal, valorar-lo positivament i actuar consegüentment de manera responsable.
- El desig s'especifica, es consolida i s'orienta a l'adolescència.

**Atracció:**

**L'atracció consisteix a percebre un objecte determinat com a desitjable, amb valor eròtic, que suscita una predisposició per a l'apropament o una relació.**

- Perquè hi hagi atracció, cal que hi existeixi el desig intern i un objecte extern clarament definit (l'objecte d'atracció).
- Els objectes de desig poden ser diversos. Una persona es pot sentir atreta per més d'una persona a la vegada.
- Són molts els factors que influeixen en l'atracció, com ara biològics, psicològics, culturals, etc., i, especialment, l'orientació sexual.
- Les persones heterosexuales se senten atretes per les persones del sexe contrari, les persones homosexuals se senten atretes per persones del mateix sexe, i les bisexuals se senten atretes per persones dels dos sexes. Però a partir d'aquesta primera selecció, altres factors psicosocials molt diversos determinen l'univers d'objectes d'atracció d'una persona.

**L'enamorament:**

**L'enamorament consisteix a percebre un objecte de desig com a exclusiu, incomparable i insubstituïble.**

- Perquè es doni l'enamorament, cal que existeixi el desig i l'atracció, els quals s'adrecen exclusivament cap a la persona de qui ens enamorem.
- En l'enamorament hi ha el desig d'unir-se totalment a l'altra persona, i les relacions sexuals són només una part d'aquest desig.
- El fet que aquest desig tan intens sigui correspost o no, farà que la persona enamorada es trobi plena d'alegria o plena de tristesa. No hi ha termes mitjos.
- Si la persona enamorada és corresposta, a poc a poc, apareixeran altres sentiments, més tranquils i relaxats, i sovint aquest vincle afectiu permet posar les bases per a unes futures relacions afectives i sexuals estables. Si no és corresposta i no hi ha cap esperança de ser-ho, l'enamorament desapareix.
- L'enamorament és una experiència que val la pena de viure.

**OBJECTIU•4**

Conèixer els elements bàsics de la resposta sexual humana i dels afectes i emocions que hi van associats: **desig, atracció, enamorament.**

**ACTIVITATS**

- 1• **Amistat? Enamorament?** Atorgar característiques
- 2• **Amor o sexe?** Audiovisual
- 3• **L'estimo? M'agrada? M'atrau?** Discussió de casos

**ACTIVITAT•3****L'estimo? M'agrada? M'atrau?**

## Àrees relacionades

Tutoria, ciències de la naturalesa.

## Material

- Fitxa 1.
- Fitxa professor.

## Descripció de l'activitat

- El professor assigna a cada grup un dels casos de la fitxa 1.
- Els nois i les noies han de discutir la situació plantejada.
- Posada en comú dels aspectes comentats per cada grup a partir de les preguntes proposades a la fitxa.

## Temes a tractar

- Diferenciació de sentiments nous que apareixen a l'adolescència i que poden tenir característiques similars.
- Orientació sexual.

## ACTIVITAT•3 L'estimo? M'agrada? M'atrau?

FITXA•1

Discuti, en grup, el cas assignat, a partir de les preguntes proposades.

“Hi ha temporades que noto una sensació física que no sé descriure. Vaig com una moto! Acostumo a masturbar-me, però si puc m'enrotllo amb qualsevol i **ho faig**.”

“R. està com un tren. M'encanta estar amb ell. M'agradaria enrotllar-m'hi i tenir relacions amb ell, però el mateix em passa amb altres. La veritat és que m'agraden molts nois.”

“L'altre dia vaig conèixer una noia i hi tinc el coco menjat. No faig res més que pensar en ella i m'agradaria estar tot el dia al seu costat. Em sembla que l'estimo amb tota la meva ànima i li ho diré, però si no em correspon, em moro.”

“A vegades, quan estic mirant una pel·lícula o llegint un llibre, tinc sensacions corporals que fins ara m'eren desconegudes. Sento un pessigolleig a l'estómac, als genitals, i la pell se'm posa més sensible, com de gallina. Tot el meu cos està com activat, predisposat per a alguna cosa..., i llavors sento moltes ganes d'acariciar-me fins aconseguir descarregar aquesta tensió.”

“Hi ha una noia a classe que m'agrada molt; m'atrau, em resulta molt atractiva, i sempre que passa pel meu costat no puc evitar de mirar-la. No m'importaria gens tenir una experiència sexual amb ella.”

“Fa un temps que estic sortint amb un amic, em sento en un estat com d'encantament, amb molta il·lusió, no puc deixar de pensar en ell, m'agradaria tenir-lo al meu costat tota l'estona. Penso que estem abraçats, ens fem petons, com fusionats l'un en l'altre. A vegades, però, tinc por que la nostra relació es trenqui o que ell em deixi. Quan estem junts, ens passem hores senceres parlant de coses nostres, sentiments, desigs, etc., és com si no existís el temps. Quan fa dos dies que no ens hem vist, el moment del retrobament és total, sentim desig l'un de l'altre, de besar-nos, d'acariciar-nos, de fer l'amor i de sentir i gaudir-ne plenament. És fantàstic! Espero que duri tota la vida.”

## Guió per a la discussió

1. Com definiríeu els conceptes de desig, atracció i enamorament?
2. Què tenen de positiu i negatiu cadascun d'ells?
3. A quin d'aquests tres conceptes correspon el cas que us han assignat?
4. Penseu que aquestes situacions són freqüents entre els joves?
5. Hi ha diferència entre els nois i les noies en la manera d'expressar i de viure aquests afectes? Comenteu-les.
6. Heu entès aquestes situacions només com a afectes heterosexuales? Podrien ser homosexuals?
7. Us heu sentit identificats/des amb algun d'aquests casos?

**OBJECTIU•5** Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel que fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de les conseqüències.

- ACTIVITATS**
- 1• La SIDA i els seus mites. Qüestionari
  - 2• Recordem els mètodes anticonceptius. Relaciona
  - 3• Si no vols... digues no! Discussió / dramatització



**OBJECTIU•5** Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel que fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de les conseqüències.

**ACTIVITATS**

- 1• La SIDA i els seus mites. Qüestionari
- 2• Recordem els mètodes anticonceptius. Relaciona
- 3• Si no vols... digues no! Discussió / dramatització

### ACTIVITAT•1 La SIDA i els seus mites

**Àrees relacionades** Tutoria, matemàtiques, informàtica.

**Material**

- Fitxa 1.
- Fitxa professor.

**Descripció de l'activitat**

- Omplir, de manera individual, el qüestionari de la fitxa 1.
- Posada en comú i aclarir els ítems que hagin estat dubte o contestats erròniament (vegeu fitxa professor) i, si es dóna, afegir-ne d'altres que coneguin i que no estiguin presents en el qüestionari.

**Temes a tractar**

- Què és la SIDA? Com s'encomana? Com no s'encomana?

**Activitats complementàries**

- Es pot fer el buidatge de les enquestes a partir d'algun programa informàtic (creant base de dades) i elaborar algun material gràfic amb els resultats.
- Visualització de la pel·lícula *Philadelphia* de Jonathan Demme de la Maleta de recursos del programa *Coneix, respecta, estima*.

**ACTIVITAT•1 La SIDA i els seus mites**

**FITXA•1**

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

**VERITABLE O FALS? Marca amb una creu (X) la casella que consideris més adequada.**

- |   | V                        | F                        | ?                        |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. SIDA són les inicials de: Síndrome d'Immunodeficiència Adquirida.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. La SIDA és una infecció causada per un virus anomenat VIH o virus de la SIDA.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Quan una persona s'infecta amb el virus de la SIDA, el té a la sang i a d'altres fluids corporals.                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Les persones portadores del virus de la SIDA sempre semblen malaltes.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. La SIDA no es pot transmetre d'una dona infectada a un home a través de les relacions sexuals.                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Compartir xeringues contaminades és una forma de transmissió de la SIDA.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. La SIDA es pot transmetre a través dels plats, els coberts i els banys públics.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. No pots infectar-te del virus de la SIDA per tenir relacions sexuals sense preservatiu.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. La SIDA és una malaltia que es pot curar.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Quan una persona té la SIDA, el seu sistema immunitari no funciona i no pot lluitar contra algunes malalties.                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Hi ha coses senzilles que tothom pot fer per protegir-se de la SIDA.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. El virus de la SIDA es pot transmetre a través del contacte quotidià amb una persona, per tocar-la o viure a la mateixa casa. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. Rebre una transfusió de sang és, ara, molt segur.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. No tothom que està infectat amb el virus de la SIDA té la SIDA.   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. Utilitzar el preservatiu o el condó és una bona manera de prevenir la infecció amb el VIH a través de les relacions sexuals.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Si una mare infectada amb el VIH es queda embarassada, el seu fill pot néixer infectat.                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. Hi ha raons objectives per evitar el contacte quotidià amb els malalts de la SIDA.  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## ACTIVITAT•1 La SIDA i els seus mites

## FITXA PROFESSOR

	V	F	?
1. SIDA són les inicials de: Síndrome d'Immunodeficiència Adquirida.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La SIDA és una infecció causada per un virus anomenat VIH o virus de la SIDA.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Quan una persona s'infecta amb el virus de la SIDA, el té a la sang i a d'altres fluids corporals.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Les persones portadores del virus de la SIDA sempre semblen malaltes.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. La SIDA no es pot transmetre d'una dona infectada a un home a través de les relacions sexuals.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Compartir xeringues contaminades és una forma de transmissió de la SIDA.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. La SIDA es pot transmetre a través dels plats, els coberts i els banys públics.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. No pots infectar-te del virus de la SIDA per tenir relacions sexuals sense preservatiu.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. La SIDA és una malaltia que es pot curar.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Quan una persona té la SIDA, el seu sistema immunitari no funciona i no pot lluitar contra algunes malalties.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Hi ha coses senzilles que tothom pot fer per protegir-se de la SIDA.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. El virus de la SIDA es pot transmetre a través del contacte quotidià amb una persona, per tocar-la o viure a la mateixa casa.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Rebre una transfusió de sang és, ara, molt segur.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. No tothom que està infectat amb el virus de la SIDA té la SIDA.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Utilitzar el preservatiu o el condó és una bona manera de prevenir la infecció amb el VIH a través de les relacions sexuals.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Si una mare infectada amb el VIH es queda embarassada, el seu fill pot néixer infectat.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Hi ha raons objectives per evitar el contacte quotidià amb els malalts de la SIDA.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ACTIVITAT•1 La SIDA i els seus mites

FITXA PROFESSOR

Informació per al professor

Contagi	Sí es pot transmetre	No es pot transmetre	Observacions
A través de la saliva, les llàgrimes i altres líquids corporals.		X	Malgrat que s'ha trobat virus en aquests líquids, no hi ha cap cas documentat de transmissió per aquesta via.
Per les picades de mosquit		X	
Per estrènyer les mans		X	
Per fer petons		X	
A través dels animals domèstics		X	
Per compartir coberts		X	
Per mantenir relacions sexuals	X		Si són sense protecció.
Per anar al WC		X	
Per anar a la piscina		X	
Amb xeringues i material de punció contaminat.	X		Cal utilitzar material d'un sol ús, o bé esterilitzar-lo després de cada ús.
Per utilitzar els telèfons públics		X	
Per visitar un hospital		X	
Per compartir roba interior		X	No recomanable per higiene.
Per utilitzar els transports públics		X	
Durant l'embaràs i/o el part, de mare a fill.	X		
Per compartir menjar		X	
Per utilitzar la mateixa dutxa		X	
Amb instrumental de cura dental.		X	Sempre que el material sigui d'un sol ús, o bé hagi estat esterilitzat després d'usarlo.
Per beure de fonts públiques		X	
Per anar a l'escola		X	
Per compartir instruments de manicura, fulles d'afaitar o tisores.		X	Sempre que el material sigui d'un sol ús, o bé hagi estat esterilitzat després d'usarlo.
Per tocar diners		X	
Per obrir una porta		X	
Amb tatuatges o pírcings		X	Sempre que el material sigui d'un sol ús, o bé hagi estat esterilitzat després d'usarlo.
Per anar al gimnàs		X	
Amb agulles d'acupuntura.		X	Sempre que el material sigui d'un sol ús, o bé hagi estat esterilitzat després d'usarlo.
Per anar al cinema		X	

**OBJECTIU•5** Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel que fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de les conseqüències.

**ACTIVITATS**

- 1• La SIDA i els seus mites. Qüestionari
- 2• Recordem els mètodes anticonceptius. Relaciona
- 3• Si no vols... digues no! Discussió / dramatització

## ACTIVITAT•2 Recordem els mètodes anticonceptius

### Àrees relacionades

Tutoria, ciències socials, ciències de la naturalesa.

### Material

- Fitxa 1.
- Fitxa professor.

### Descripció de l'activitat

- A partir del treball individual proposat a la fitxa 1, obtenir la descripció de cadascun dels mètodes anticonceptius que hi consten (se'n poden afegir d'altres si el professor ho considera adient).
- Posada en comú i completar aquells aspectes que calguin a partir de la informació de la fitxa del professor.
- Es pot acompanyar l'activitat amb la mostra dels mètodes anticonceptius i d'altra informació escrita de què disposi el centre (fullets, llibres, altres fitxes) o que els nois i noies puguin aportar.

### Temes a tractar

- Mètodes anticonceptius.
- Repàs de l'aparell reproductor, tot explicant com funcionen els mètodes.

### Activitats complementàries

- Buscar l'origen dels mètodes anticonceptius i la seva evolució al llarg de la història (tant pel que fa a la utilització com al format).
- També es pot intentar trobar legislació de diferents països sobre l'ús dels mètodes anticonceptius.
- Activitat: *Joc de l'ou* (si no s'ha fet anteriorment).
- Utilitzar la mostra de mètodes anticonceptius de la maleta de recursos del programa *Coneix, Respecta, Estima*.

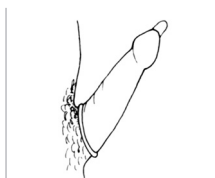
**ACTIVITAT•1 Recordem els mètodes anticonceptius**

**FITXA•1**

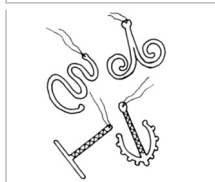
Nom

Data

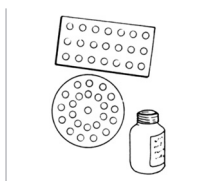
Relaciona cada mètode amb la seva descripció i posa-hi els noms que coneguis.



És un aparell de goma que es col·loca cobrint l'orifici del coll de l'úter. Impedeix que els espermatozoides puguin trobar-se amb l'òvul. Cal utilitzar-lo acompanyat de productes espermicides.



Funda de poliuretà amb una anella a cada extrem, que recobreix les parets de la vagina i el coll de la matriu. També evita el contagi de malalties que es transmeten per via sexual.



Petit objecte de polietilè amb un filament de coure que es col·loca a l'interior de l'úter.



Retirada del penis de la vagina abans que es produeixi l'ejaculació. Pràctica molt poc segura que pot dificultar les relacions sexuals.

Marxa enrera o coit interromput

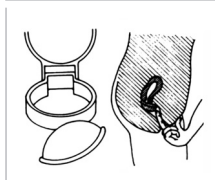
No practicar el coit durant els dies fèrtils de la noia.



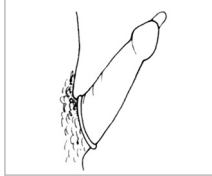
Diferents presentacions de tractaments hormonals. Són substàncies sintètiques que actuen en l'ovari i hi impedeixen l'ovulació.

Mètodes Ogino i de temperatura basal

Substància química que destrueix els espermatozoides i altres microorganismes.



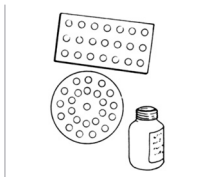
Funda de làtex que evita el contacte amb el semen i els fluids vaginals. És fàcil de comprar i utilitzar. No necessita recepta mèdica. També evita el contagi de malalties que es transmeten per via sexual.

**ACTIVITAT•2 Recordem els mètodes anticonceptius FITXA PROFESSOR**

**Preservatiu masculí**

Funda de làtex que evita el contacte amb el semen i els fluids vaginals. És fàcil de comprar i utilitzar. No necessita recepta mèdica. També evita el contagi de malalties que es transmeten per via sexual.


**Dispositiu intrauterí (DIU)**

Petit objecte de polietilè amb un filament de coure que es col·loca a l'interior de l'úter.


**Pastilles, anell vaginal, pegats**

Diferents presentacions de tractaments hormonals. Són substàncies sintètiques que actuen en l'ovari i hi impedeixen l'ovulació.


**Agents espermicides**

Substància química que destrueix els espermatozoides i altres microorganismes.

Marxa enrera  
o coit  
interromput

Retirada del penis de la vagina abans que es produeixi l'ejaculació. Pràctica molt poc segura que pot dificultar les relacions sexuals.

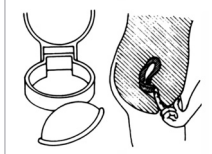

**Preservatiu femení**

Funda de poliuretà amb una anella a cada extrem, que recobreix les parets de la vagina i el coll de la matriu. També evita el contagi de malalties que es transmeten per via sexual.

Mètodes Ogino  
i de  
temperatura  
basal

**Abstinència periòdica**

No practicar el coit durant els dies fèrtils de la noia.


**Diafragma**

És un aparell de goma que es col·loca cobrint l'orifici del coll de l'úter. Impedeix que els espermatozoides puguin trobar-se amb l'òvul. Cal utilitzar-lo acompanyat de productes espermicides.

Píndola de  
l'endemà o  
postcoital

Es pot utilitzar davant una situació de risc d'embaràs no desitjat quan s'han tingut relacions sense protecció o ha fallat el mètode habitual. Es tracta d'un preparat hormonal que es pot prendre dins de les 72h posteriors a la relació coital no protegida. Cal tenir present que no és estrictament un mètode anticonceptiu i que la seva utilització requereix assessorament mèdic.

**OBJECTIU•5** Reconèixer les situacions i els comportaments de risc pel que fa a: embarassos no desitjats, SIDA i altres MTS. Alternatives per a evitar-los i anàlisi de les conseqüències.

**ACTIVITATS**

- 1• La SIDA i els seus mites. Qüestionari
- 2• Recordem els mètodes anticonceptius. Relaciona
- 3• Si no vols... digues no! Discussió / dramatització

### ACTIVITAT•3 Si no vols... digues no!

**Àrees relacionades** Tutoria, ciències socials, ètica.

**Material**

- Fitxa 1.

**Descripció de l'activitat**

- Distribuir els escolars en grups petits. Donar a cada grup l'escena a analitzar que consta a la fitxa 1, escrita en un full.
- Cada grup s'haurà de posar en el lloc dels protagonistes, posar un final a la història i argumentar-lo.
- Posada en comú, en grup gran, expressant totes les idees que hagin sortit.

**Temes a tractar**

- Eficàcia en el control de situacions de risc. Fomentar la capacitat de dir NO.
- Petting.

**Activitats complementàries**

- Valorar com ha canviat el rol de la noia en les relacions sexuals (passiva/ participativa).



**ACTIVITAT•3 Si no vols... digues no!****FITXA•1**

**Llegiu-vos la situació següent i poseu-vos en el lloc dels protagonistes.**

M. i N. fa mesos que surten junts i se senten molt a gust quan poden estar sols i fer-se carícies i petons. Avui, després de sortir amb els de la colla, van a casa de M.: els seus pares són fora tot el cap de setmana i s'ho han muntat per poder dormir junts!

Estan molt contents, tot surt com estava previst, però... no tenen preservatius.

1. N. pensa: "Em sap molt greu que no hi hagi preservatiu. M'hauria agradat anar més enllà amb M., però de tota manera, això de tenir relacions sense protecció, amb tots els riscos que hi ha... no m'acaba de convèncer!"
2. M. pensa: "M'havia fet il·lusions que avui la meva relació amb N. seria completa, practicant el coit. Això de no haver pensat en els preservatius és un pal, perquè sé que N. no ho voldrà fer sense, però és tan avorrit sense penetració!"

**Acabeu la història i argumenteu el final triat segons la postura de N. o M.**

**ACTIVITAT DE SÍNTESE Què hem après?**

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

**1. Respon les següents afirmacions segons el grau de conformitat amb l'enunciat.**

1 = totalment d'acord; 2 = força d'acord; 3 = indiferent; 4 = força en desacord; 5 = totalment en desacord

Les noies són més sentimentals que els nois.	1	2	3	4	5
Els nois només pensen en el sexe.	1	2	3	4	5
El nivell d'intel·ligència de la noia és superior al del noi.	1	2	3	4	5
Els nois que ploren són uns "nenes".	1	2	3	4	5
Les imatges que apareixen a la tele, les revistes, les pel·lícules, etc. sobre sexualitat són idèntiques a la realitat.	1	2	3	4	5
La imatge dels teus ídols influeix en la teva imatge.	1	2	3	4	5
En les relacions sexuals, és normal que la noia no "s'ho passi bé".	1	2	3	4	5
Dues persones del mateix sexe poden mantenir relacions sexuals i sentir plaer igual que si ho fan persones de diferent sexe.	1	2	3	4	5
L'homosexualitat és una malaltia.	1	2	3	4	5

**2. Marca amb una creu (X) la resposta que creguis adient (només una).**

El DIU és:	<input type="checkbox"/> una crema espermicida. <input type="checkbox"/> un aparell que es col·loca dins l'úter. <input type="checkbox"/> un dispositiu que es posa en el penis.
El diafragma es col·loca a:	<input type="checkbox"/> la vagina de la dona. <input type="checkbox"/> el penis. <input type="checkbox"/> les trompes de Fal·lopi. <input type="checkbox"/> el coll de l'úter.
El preservatiu o el condó:	<input type="checkbox"/> l'home se l'ha de posar abans de la relació sexual. <input type="checkbox"/> es trenca amb molta facilitat. <input type="checkbox"/> es pot reutilitzar. <input type="checkbox"/> és perquè l'home senti menys plaer.
La pastilla és un anticonceptiu que:	<input type="checkbox"/> la dona es pren abans de fer l'amor. <input type="checkbox"/> la dona s'introdueix a la vagina. <input type="checkbox"/> se'l pren la dona alguns dies al mes. <input type="checkbox"/> l'home es pren després de fer l'amor.

### ACTIVITAT DE SÍNTESI Què hem après?

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

#### 3. Relaciona cadascun dels mots de la primera columna amb la descripció corresponent.

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1. Adolescència    | <input type="checkbox"/> Fusió d'un òvul i un espermatozoide.  |
| <input type="checkbox"/> 2. Hipòfisi        | <input type="checkbox"/> Capa interna de la matriu que es desprèn amb la regla.  |
| <input type="checkbox"/> 3. Ejaculació      | <input type="checkbox"/> Cèl·lula sexual masculina.  |
| <input type="checkbox"/> 4. Fecundació      | <input type="checkbox"/> Bossa que conté els testicles.  |
| <input type="checkbox"/> 5. Erecció         | <input type="checkbox"/> Problemàtica en la qual el prepuci és molt estret i no permet la sortida del gland.                           |
| <input type="checkbox"/> 6. Coit            | <input type="checkbox"/> Sortida involuntària de semen a la nit.   |
| <input type="checkbox"/> 7. Ovulació        | <input type="checkbox"/> Relació sexual en què hi ha penetració (vaginal o anal).  |
| <input type="checkbox"/> 8. Endometri       | <input type="checkbox"/> Nom que rep la primera regla.   |
| <input type="checkbox"/> 9. Escrot          | <input type="checkbox"/> Període de la vida dels nois i les noies en què es donen canvis físics i psicològics.                         |
| <input type="checkbox"/> 10. Menarquia      | <input type="checkbox"/> Glàndula que produeix hormones i regula el cicle menstrual i la producció d'espermatozoides.                  |
| <input type="checkbox"/> 11. Pol·lució      | <input type="checkbox"/> Procés de maduració i alliberament d'òvuls.   |
| <input type="checkbox"/> 12. Testosterona   | <input type="checkbox"/> Sortida de semen com a conseqüència de l'excitació sexual.  |
| <input type="checkbox"/> 13. Espermatozoide | <input type="checkbox"/> Hormona sexual masculina.   |
| <input type="checkbox"/> 14. Prepuci        | <input type="checkbox"/> Nom que rep l'última regla.   |
| <input type="checkbox"/> 15. Fimosi         | <input type="checkbox"/> Hormona sexual femenina.  |
| <input type="checkbox"/> 16. Climateri      | <input type="checkbox"/> Replec de pell que cobreix el gland.  |
| <input type="checkbox"/> 17. Menopausa      | <input type="checkbox"/> Fase de la vida en què es deixa de madurar òvuls.   |
| <input type="checkbox"/> 18. Estrògen       | <input type="checkbox"/> Nom que es refereix a l'augment de mida del penis. Pot ser involuntària o com a resposta a un estímul sexual. |
| <input type="checkbox"/> 19. Òvul           | <input type="checkbox"/> Cèl·lula sexual femenina.   |

**ACTIVITAT DE SÍNTESE Què hem après?**

Nom \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

**4. Posa una creu (X) en els següents arguments que pensis que et servien per a decidir-te a tenir relacions sexuals completes (amb penetració).**

	Sí	No	?
Tots els de la colla ho han fet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perquè no et deixi la teva parella.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Et sents preparat/ada físicament i psicològica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Et ve de gust saber què és.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fa temps que en parleu amb la parella i en teniu informació suficient (utilitzareu preservatiu).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T'estimes la teva parella.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T'han dit que és molt "guay".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La relació amb la teva parella està molt avançada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cap d'aquests arguments.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**5. Per què et sembla que, a vegades, no es fa servir cap mètode anticonceptiu malgrat no voler tenir cap fill? Raona la teva resposta.**

**6. Si tinguessis un problema relacionat amb la sexualitat (tria totes les opcions que consideris adients):**

	A qui / on consultaries?	A qui / on t'agradaria consultar?
A ningú/ enlloc	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Els amics	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Els pares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Els germans	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El ginecòleg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al centre de planificació familiar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A un telèfon d'informació sexual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No sé on consultar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### CONSULTA

*Educación sexual de adolescentes y jóvenes*  
Félix López Sánchez. Editorial Siglo XXI. 1995

*Jo, tu i nosaltres. Cos, sexualitat i afectivitat*  
A. Savall; M. C. Molina; J. Cabra; X. Sarasibar; I. Marías. Editorial Octaedre. 1997

*La educación sentimental. Una propuesta para adolescentes*  
Mercedes Oliveira. Editorial Icària. 1998

*Pedagogia de la sexualitat*  
Pere Font Cabré. Editorial Graó. 1991

*Les relacions sexuals*  
Pere Font Cabré. Editorial La Magrana. 1994

*Programa de educación sexual. 11-14 años*  
R. Giommi; M. Perrotta. Editorial Everest. 1993

*Programa de educación sexual. 15-18 años*  
R. Giommi; M. Perrotta. Editorial Everest. 1993

*Autoconcepto y autoestima*  
Cuadernos de tutoría de Educación Secundaria Obligatoria. 1r ciclo  
Antonio Vallés Arándiga. Editorial Escuela Española. 1998

*Crèdit tutoria I, II, III*  
Àrea tutoria 1r cicle d'Educació Secundària Obligatòria.  
M. Alguacil; V. Barceló; A. Masegosa; X. Melgarejo; C. Poch. Editorial Claret. 1998

*Tutoria 1*  
Àmbit tutoria.  
Pepín Beltrán. Editorial Castellnou. 1996

*Cos, sexualitat, reproducció*  
Crèdit variable tipificat i eixos transversals.  
M. Arasanz; M. Calero; E. Horiuel; M. Puigdomènech. Editorial Baula. 1997

*Cos, sexualitat i reproducció*  
A. Domigo; B. Espinet; P. Font; J. de Manuel. Editorial Castellnou. 1997

*Cos, sensualitat i sexualitat" Dafnis i Cloe*  
Biblioteca de la classe.  
F. Boix; P. Font Editorial Graó.

*Guia de salut i desenvolupament personal*  
Govern de Navarra. 1995  
Programa d'educació per a la salut a l'escola (PESE). Generalitat de Catalunya

*El libro de la regla*  
Todo lo que temas preguntar pero tienes que saber.  
M. Gravelle; K. Gravelle. Editorial Medici

*Sexe...què és?*  
R: Harris; M: Emberly. Editorial Serres

*El adolescente. Sexualidad, vida y crecimiento*  
A. Comfort; J. Comfort. Editorial Naturart, S. A

*La sexualitat segons Michel Foucault*  
Filosofia per a profans, 2  
M. Larrauri. Editorial Tàndem

*Què em passa?*  
P. Mayle. Editorial Montena

## ÍNDIX DE RECURSOS

---

### NARRATIVA

*Descúbrete*

E. Drill; H. Mcdonald; R. Odes. Ediciones B. Grupo Z. 2000

*El diari lila de la Carlota*

Gemma Lienas. Editorial Empúries

*El diari vermell de la Carlota*

Gemma Lienas. Editorial Empúries

*El diari vermell d'en Flanagan*

A. Martín; J. Ribera. Editorial Columna jove

*39 vegades la primera vegada*

Magdalena Bandera. Editorial Dvd

*XLIX sonets d'amor*

Valentí Gómez i Oliver. Editorial Empúries

*Veinte poemas de amor y una canción desesperada*

Pablo Neruda. Editorial Edaf

*Històries de l'amor pagès. Costums i usos amorosos dels pagesos catalans*

Felip Vendrell. Editorial Grata lectura

*Crazy*

Benjamin Lebert. Editorial Empúries

### VÍDEOS EDUCATIUS

*Cosa d'hormones*

Adreçat a 1r cicle d' ESO. Fundació Jaume Bofill

*Canviar i créixer*

Adreçat a 1r cicle d' ESO. Fundació Jaume Bofill

*Sexualitats*

Adreçat a 2n cicle d' ESO. Fundació Jaume Bofill

*Te gustará cambiar*

Adreçat a 1r cicle d' ESO

Programa educativo Arbora. Tel. 902 200 014

*Ahora te toca a ti*

Adreçat a 2n cicle d' ESO

Programa educativo Arbora. Tel. 902 200 014

### PEL·LÍCULES (VHS - DVD)

*Philadelphia (57')*

Any 1993. EEUU.

Director: Jonathan Demme

*Las mujeres de verdad tienen curvas (90')*

Any 2002. EEUU.

Directora: Patricia Cardoso

*Billy Elliot (111')*

Any 2000. Regne Unit

Director: Stephen Daldry

### PÀGINES WEB

Instituto nacional de estadística

*Encuesta de salud y hábitos sexuales – 2003*

<http://www.ine.es>

Índice de páginas

*Trencaclosques de l'aparell reproductor masculí i femení.*

<http://www.indicedepaginas.com>

Ministerio de educación y ciencia

*Proyecto biosfera (per a 3r d' ESO)*

<http://www.cnice.mecd.es>

- Recursos primaria, ESO y bachillerato
- Ciencias y matemáticas
- Proyecto biosfera – alumnado

Ministerio de sanidad y consumo

*Dades sobre embarassos i interrupcions voluntàries de l'embaràs, per grup d'edat.*

<http://www.msc.es>

- Información al profesional
- Interrupción voluntaria del embarazo
- Datos estadísticos

Institut Dexeus

*Enquesta de salut als adolescents escolaritzats de Catalunya – 2001*

<http://www.iudexeus.uab.es/abases/indicepac.html>

Consejo de la juventud de España

<http://www.cje.org>

Publicaciones

*Salud y juventud (enquesta nacional a nois i noies de 18-29 anys) 2002*

Fundació La Caixa

<http://www.sidasaberajuda.com>

Hi ha jocs i un simulador d'epidèmies

Red estatal de organizaciones feministas contra la violencia de género

<http://www.redfeminista.org>

Notícies, dades estadístiques, legislació, informació sobre diferents tipus de violència,...

Observatorio de la violencia

<http://www.observatorioviolencia.org>

Documents, indicadors, observatori, notícies, altres enllaços.

## ÍNDIX DE RECURSOS

---

Departament de salut. Generalitat de Catalunya

<http://www.gencat.net>

Departament *Salut*

Departament *Pla de salut*

Gurl

<http://www.gurl.com>

Pàgina en anglès, de les autores del llibre "*Descúbrete*", per a noies a partir de 13 anys.

Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat.

*Estudi del comportament dels joves estudiants de Barcelona – 1999.*

<http://www3.gencat.es:81/joventut/serveis/obspub.htm>

Institut d'estudis de la sexualitat i la parella

<http://www.iesp.info>

Organització mundial de la salut (OMS)

<http://www.who.org>

Salut reproductiva

<http://www.saludreproductiva.com>

Centre de Recursos Pedagògics – Maresme I

<http://www.xtec.es/crp-mataro>

### ALTRES

**Telèfon d'informació de la SIDA.** Departament de Salut. Generalitat de Catalunya.

900 21 22 22 informació anònima i gratuïta

**Telèfon Sanitat respon.** Departament de Salut. Generalitat de Catalunya.

902 111 444 informació les 24h, 365 dies

**Trivial sobre sexualitat i afectivitat (CD)**

Yolanda Charte. Responsable del projecte.

AMETSA SOFT S. L.

[ametsasoft@yahoo.es](mailto:ametsasoft@yahoo.es)

**Servei d'atenció a la salut sexual reproductiva – Consulta Jove**

Ronda de Joan Prim, 35 – 1r

Dimecres de 9 a 13h i de 15 a 18h

**Servei de Salut Pública**

Ajuntament de Mataró

C/ Cuba, 47 – 08302 Mataró

**Guia de recursos en l'atenció a la salut sexual i reproductiva** "*No et quedis amb cap dubte*"

Editada pel Servei de Salut Pública del l'ajuntament de Mataró

La podeu sol·licitar a aquest mateix servei.

**Maleta de recursos** del *Programa Coneix, respecta, estima.*

Disponible en servei de préstec.

Centre de Recursos Pedagògics – Mataró

C/ Ciutat Freta, 31 – 1r

Tel. 93 741 61 41



## AGRAÏMENTS

---

Aquesta publicació, així com la maleta de recursos que l'acompanya, ha rebut el suport i la col·laboració del **Centre de Recursos Pedagògics - Maresme I** (Mataró).

Amb el nostre agraïment:

- als professors dels centres docents de Mataró que han participat en el programa al llarg d'aquests deu anys i molt especialment a: Àngels Sánchez i Montse Codina - IES Damià Campeny, Marga Martínez - IES Puig i Cadafalch per la seva col·laboració en la fase inicial del programa CONEIX, RESPECTA, ESTIMA
- a l'equip de la Consulta Jove del PASSIR pel seu assessorament professional
- a la llibreria Robafaves de Mataró per la seva col·laboració.
- a totes aquelles persones i institucions que en un moment o altre ens han donat suport.

