

CRECER *Libre*

Educación activa



MATERIAL DIDÁCTICO PARA FAMILIAS

Les damos la bienvenida a familias que acompañen sus hijas e hijos que comienzan a transitar los cambios corporales y emocionales que trae la pubertad según el abordaje de la educación sexual integral (ESI).

CRECER LIBRE es un Programa de **Siempre Libre, Carefree y o.b. Siempre Libre** que invita a las escuelas a promover el cuidado de la salud menstrual brindando material innovador a los equipos educadores para abordar la ESI.

El siguiente material presenta 10 dinámicas que pueden utilizar para generar conversaciones, reflexiones de otras historias, investigación sobre su propia historia y otros materiales que esperamos le sean de inspiración y motivación para conversar esos “temas difíciles” con sus hijas e hijos.

Todas las actividades están vinculadas a los ejes que presenta la Educación Sexual Integral (ESI).

Un Programa de:

Siempre Libre™

Carefree™

ob.™
Siempre Libre™

VOLVER



Encontrá **Actividades**
para cada uno de los módulos
que abordan la Educación
Sexual Integral (ESI)

CRECER Libre
Educación activa

1
CAMBIOS
CORPORALES

2
SISTEMA
REPRODUCTOR
FEMENINO
Y MASCULINO

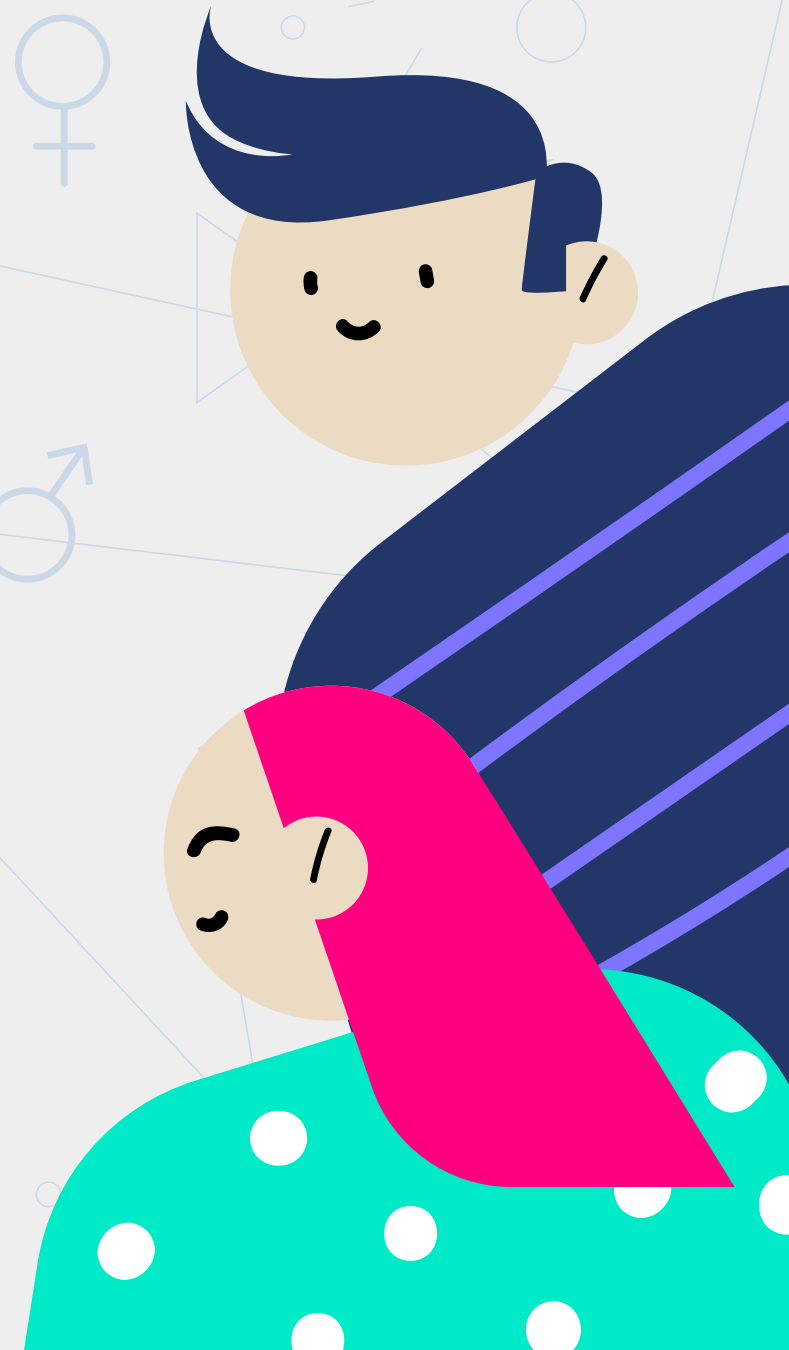
3
CICLO
MENSTRUAL

4
MANIFESTACIONES
SOCIOAFECTIVAS

5
CUIDADO
DEL CUERPO



Además en la
CAJA DE HERRAMIENTAS
podrán encontrar bibliografía
y material de consulta
que integren los módulos
trabajados.



MANIFESTACIONES SOCIOAFECTIVAS



4

MANIFESTACIONES SOCIOAFECTIVAS

Preguntas Inspiradoras

¿CÓMO NOS SENTIMOS DURANTE LA MENSTRUACIÓN?

¿QUÉ EMOCIONES SE PONEN EN JUEGO DURANTE LA PUBERTAD?

¿CÓMO NOS TRATAMOS EN LA ESCUELA?

4.1

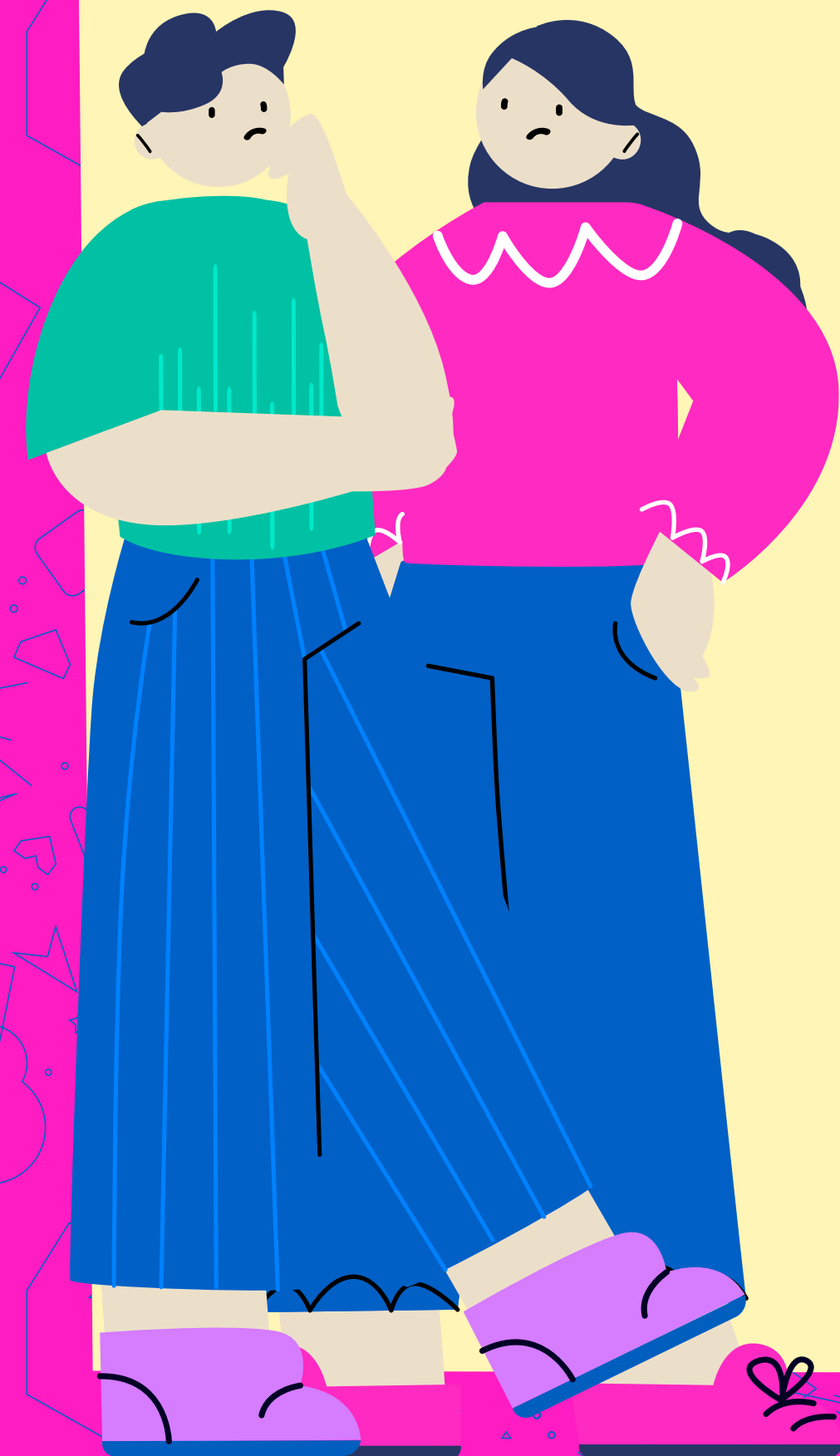
EMOCIONES DETRÁS DE TANTOS CAMBIOS

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Identificar emociones, actitudes que durante los cambios corporales/ menstruación comenzaron a aparecer. Se pueden agregar imágenes de revista o impresas (como paisajes, gestos de diferentes personas, colores) y que a través de lo que les hace sentir esa imagen puedan conversar sobre las emociones que se encuentran detrás.

TIEMPO



Descargar tarjetas



4.2 TEATRO DE SITUACIONES COTIDIANAS

TIEMPO



OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Teatralizar situaciones cotidianas donde chicas y chicos se presentan frente a un conflicto y necesitan desarrollar estrategias para tomar decisiones.

Leer las escenas y reflexionar juntos acerca de: ¿Quién salió dañado o se siente mal con lo ocurrido? ¿Qué actitudes observan que se considera un maltrato? ¿Te parece que tanto niñas como niños sufren igual estas situaciones? ¿Viviste alguna situación parecida? ¿Si observaras esto en tu grado, que harías?

SUGERENCIAS DE ESCENAS:

ESCENA A:

A Pedro y Juan les gusta leer y escribir cuentos y poesías. No les gusta mucho el fútbol y sus compañeros de 6to grado todo el tiempo los molestan por eso. Pedro y Juan no la están pasando bien, les pusieron apodosos y todo el tiempo se burlan de ellos poniendo en duda si les gustan los chicos o las chicas.

ESCENA B:

Lucía está en 5to grado, le encanta la música, hacer tik-tok y coreos con sus amigas. A la vuelta de las vacaciones varias de sus amigas habían “pegado un estirón”, estaban raras...como que se sentían más grandes. Lucía tenía un cuerpo más robusto, se sentía incómoda con la ropa muy ajustada, era más



CONT.

4.2

CONT.

añiada. Sus amigas comenzaron a no incluirla en sus planes, incluso dejando de invitarla a sus cumpleaños.

ESCENA C:

En 6to grado, un grupo de varones se burla de sus compañeras diciéndoles...“Ustedes lo único que hacen es fijarse en la moda, y hablar estupideces sobre los chicos que les gustan”.

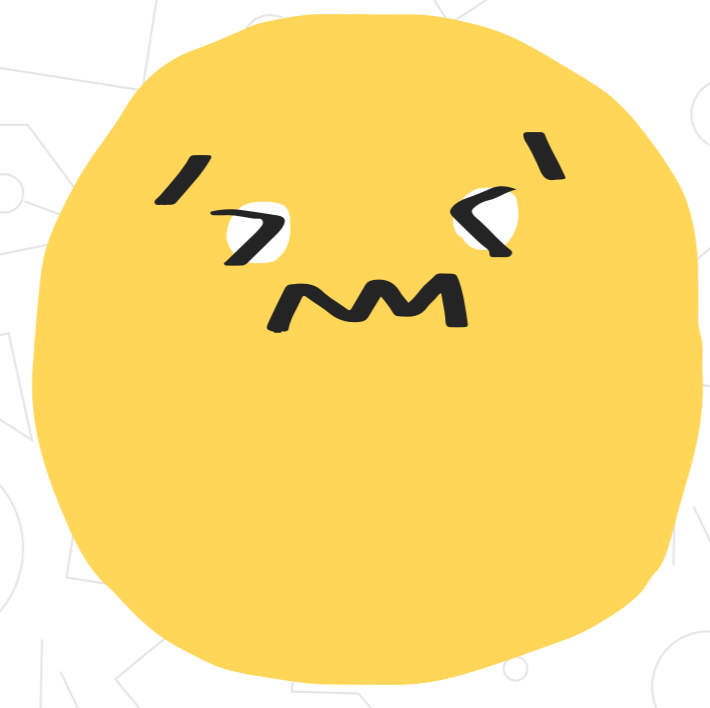
ESCENA D:

Emilia está terminando 6to grado. Su cuerpo estos meses estuvo cambiando mucho. En su cara empezaron a aparecer muchos granitos, que la hacen estar molesta y enojada, se siente fea, y encima sus compañeros hacen burlas sobre el tema.

La siguiente rueda de propuestas puede dinamizar las posibilidades que tengan para tomar decisiones frente a los conflictos:

[Descargar Rueda de resolución de conflictos](#)





ANSIEDAD



MIEDO



VERGÜENZA



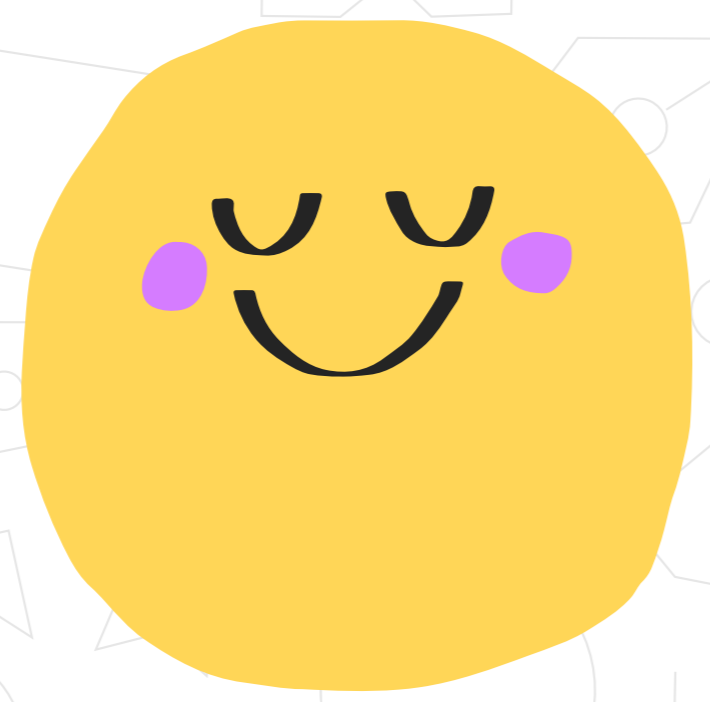
ASCO



ENOJO



CONFUSIÓN



CALMA

NOCIÓN MUY PARTICULAR DEL TIEMPO.

Por un lado, todo lo quieres "para ya", de modo inmediato; y por otro lado, tiendes a postergar tus deberes: "ya voy", "mas tarde", "mañana lo hago".

DIFICULTAD PARA UNIR CAUSAS Y CONSECUENCIAS.

Si obtienes una buena nota: tu eres quien meritoriamente la obtuvo. Si obtienes una mala nota: es el profesor quien injustamente te la ha dado.

AUTOCRÍTICA.

Tu pensamiento crítico, muchas veces acertado, esta dirigido hacia los demas, no hacia ti. Puedes tender a culpar a los demas y a adjudicarte los triunfos.

NECESIDAD DE ACEPTACIÓN.

Tu afán por ser aceptado te hace vulnerable y te ocasiona dificultades a la hora de ser "tu mismo". Te resulta arduo resistir a las presiones, especialmente a la "presión de grupo".

EMOTIVIDAD A "FLOR DE PIEL".

Tal vez te guíes más por el corazón que por la cabeza. Esto puede llevarte a ser subjetivo: actuar y decidir por los sentimientos.

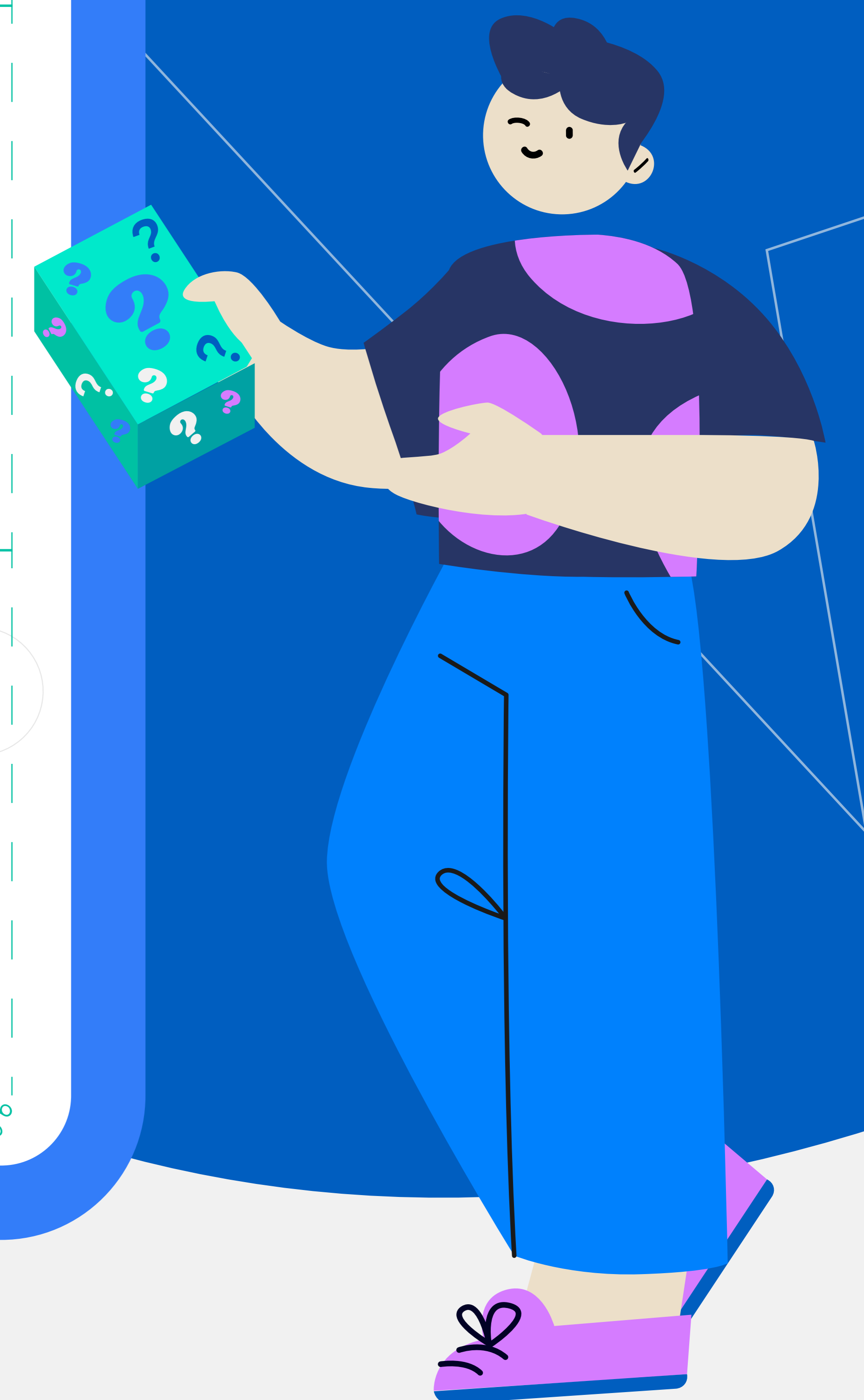
IMPULSIVIDAD.

Puedes tender a buscar nuevas experiencias y actuar sin pensar, aunque impliquen riesgos.

IMPACIENCIA.

Te puede costar emprender tareas que impliquen un gran esfuerzo para llegar a la meta. Buscas gratificación inmediata.

CRECER Libre
Educación activa



¿QUE PUEDO HACER?

RULETA DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

