

# EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL

## GUÍA DE RECURSOS EDUCATIVOS PARA 3º CICLO DE PRIMARIA

Unidad didáctica elaborada por



Financia:



Actividad subvencionada con cargo a la asignación tributaria del 0,7% del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas

**EDITA:**

Mujeres en Zona de Conflicto (MZC) Calle San Pablo 9 14002 CÓRDOBA Tlf: 957 08 20 00

**AUTORAS:**

COORDINACIÓN: Inma Cabello Ruiz

EQUIPO TÉCNICO A CARGO: Ana María López Gallardo

EQUIPO PEDAGÓGICO A CARGO: Emilia Membrillera, Cristina Pérez Bajo, Carmen Olmedo Torralbo, Anna Sopena, Ana Belén Garrido Campoy, Eduvigis Collado.

Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Junta de Andalucía en el marco de las subvenciones destinadas a entidades privadas para la realización de actuaciones de interés general para atender a fines sociales con cargo a la asignación tributaria del 0,7% impuesto sobre la renta de las personas físicas en el ámbito de las competencias de la consejería de igualdad y políticas sociales y conciliación.



El contenido de dicha publicación es responsabilidad exclusiva de las autoras y no refleja necesariamente la opinión de las entidades financiadoras.



Los contenidos están sujetos a una Licencia Creative Commons por la que, en cualquier explotación de la obra autorizada por la licencia hará falta reconocer la autoría, quedando la explotación a usos no comerciales, pudiendo crearse obras derivadas siempre que mantengan la misma licencia al ser divulgadas.

# ÍNDICE

01. INTRODUCCIÓN	p. 04
<b>¿Qué nos vamos a encontrar en esta unidad didáctica?</b>	
02. LA ASOCIACIÓN MUJERES EN ZONA DE CONFLICTO (MZC)	p. 05
<b>¿Quiénes somos?</b>	
03. EL ÁREA DE EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA GLOBAL Y EMANCIPADORA DE MZC	p. 06
<b>¿Qué hacemos y cómo trabajamos en el área?</b>	
04. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	p. 08
<b>La Educación Sexual Integral en la infancia.</b>	
05. JUSTIFICACIÓN NORMATIVA	p. 12
<b>La legislación educativa en materia de Educación Sexual Integral en Andalucía.</b>	
06. TRABAJA CON TU ALUMNADO DE PRIMARIA	p. 16
<b>Dinámicas para impartir en el aula</b>	
07. ANEXOS	p. 48



## 01. INTRODUCCIÓN

# ¿Qué nos vamos a encontrar en esta unidad didáctica?

Esta guía didáctica está elaborada y diseñada por el equipo de Educación para la Ciudadanía Global y Emancipadora de la asociación Mujeres en Zona de Conflicto, en el marco del proyecto **“Aumentando las competencias en materia de educación afectivo-sexual en Zonas de Necesidad de Transformación Social”** financiado por la Junta de Andalucía con las subvenciones destinadas a entidades privadas para la realización de actuaciones de interés general para atender a fines sociales con cargo a la asignación tributaria del 0,7% impuesto sobre la renta de las personas físicas.

Este documento, pretende ser una guía fácil dónde maestras y maestras de primaria puedan acceder a recursos educativos para trabajar en sus aulas la **Educación Afectivo-Sexual Integral** desde un enfoque de género, libre de estereotipos sexistas, con un enfoque de derechos humanos y normalizando la sexualidad integral en el aula. Para ello, todos los materiales elaborados, están adaptados a el tercer ciclo de primaria, teniendo en cuenta la edad biológica y conductual de la infancia en ese periodo vital. Además, estos materiales están elaborados en base a las conclusiones obtenidas tras el diagnóstico realizado por MZC a alumnado y profesorado de primaria en 2022, tomando en consideración las actitudes y comportamientos observados y analizados con el alumnado durante el proceso de investigación.

En los siguientes apartados, hacemos una breve descripción de la **Asociación Mujeres en Zona de Conflicto**, profundizando un poco más en el trabajo que realizamos en el área de Educación para la Ciudadanía Global y Emancipadora.

Posteriormente, incluimos una **justificación teórica** de la necesidad de trabajar esta temática en la etapa de primaria. En este apartado, además, se redacta las principales conclusiones obtenidas en el estudio diagnóstico realizado. Incluimos además datos estadísticos sobre agresiones sexuales en España, y más concretamente abusos en la infancia y adolescencia como datos necesarios a tener en cuenta para continuar trabajando esta temática desde edades tempranas.

En el siguiente apartado, hacemos un repaso **legislativo en materia de educación**, nombrando la normativa actual que recoge la necesidad de incluir la educación afectivo sexual integral desde la etapa de primaria. Incluimos una justificación normativa a nivel nacional, y terminamos con los decretos de currículo en la etapa de primaria en Andalucía.

Y para finalizar, recopilamos un conjunto de **dinámicas y actividades** para que el profesorado tenga acceso a recursos educativos para impartir en el aula. Estas dinámicas están clasificadas en diferentes ámbitos (educación emocional, las relaciones interpersonales, los cambios corporales, el consentimiento y la sexualidad) facilitando al profesorado el uso de las mismas eligiendo la más adecuada de acuerdo a la necesidad detectada en el grupo clase.

Desde el equipo de Educación para la Ciudadanía Global y Emancipadora de MZC deseamos que sea una guía útil de recursos para el profesorado de primaria y aporte una mirada adecuada para seguir construyendo una **infancia libre, segura y respetuosa**.

## 02. LA ASOCIACIÓN MUJERES EN ZONA DE CONFLICTO (MZC):

# ¿Quiénes somos?

Mujeres en Zona de Conflicto (MZC) es una ONGD feminista que trabaja por un Desarrollo social y humano sostenible, que garantice a mujeres y hombres el disfrute de una vida digna, en la que tengan acceso a unos derechos sociales adecuados (en salud, educación, empleo, vivienda...) y que asegure la participación ciudadana y la toma de decisiones en condiciones de equidad de género en las esferas pública y privada.

### Trabajamos en 4 ÁREAS de intervención:

- Cooperación Internacional y Acción Humanitaria
- Acción Social
- Investigación
- Educación para la Ciudadanía Global y Emancipadora, y Formación

Conócenos más en [www.mzc.es](http://www.mzc.es)

### 03. EL ÁREA DE EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA GLOBAL Y EMANCIPADORA DE MZC

## ¿Qué hacemos y cómo trabajamos en el área?

Desde hace casi 30 años de la creación del área de **Educación para la Ciudadanía Global y Emancipadora**, desempeñamos nuestra labor tanto en el ámbito formal e informal del ámbito educativo. Trabajamos de manera continuada en CEIP, IES, universidad, con tejido asociativo, barrios, voluntariado y ciudadanía en general. Actualmente tenemos presencia en Andalucía, Extremadura, Madrid, Ceuta y Melilla.

Desde nuestra labor educativa, aportamos una mirada feminista, de género, interseccional y de Derechos Humanos con el objetivo de acompañar a la población hacia un **visión crítica y transformadora** que propicie los cambios pertinentes de las injusticias sociales. Para ello, formamos y motivamos a los colectivos con los que trabajamos a activarse como sujetos políticos de cambio, que tomen conciencia y aporten una visión crítica y activa de cambio de las desigualdades sociales.

Entendemos la educación como un **proceso continuo** que persigue generar personas críticas y comprometidas con la igualdad, la solidaridad y justicia social.

Nuestros proyectos trabajan en **temáticas** diversas:

- + Interculturalidad
- + Prevención del racismo/xenofobia y otros delitos asociados
- + Prevención de Violencias de Género, relaciones sanas de pareja y violencias basadas en el género.
- + Violencias globales y locales.
- + Resolución de conflictos y educación para la paz.
- + Educación emocional
- + Trata de Seres Humanos
- + Identidades y diversidades sexuales: contra a transfobia y homofobia

Para ello, utilizamos diferentes **herramientas e instrumentos** en nuestros procesos educativos:

🔍 Pedagogías feministas y populares

🔍 Edu- comunicación

🔍 Teatro social y Teatro de las Oprimidas

🔍 Artivismos: Foto-Voz

🔍 Ludo-pedagogía

🔍 Dinámicas Socio-afectivas

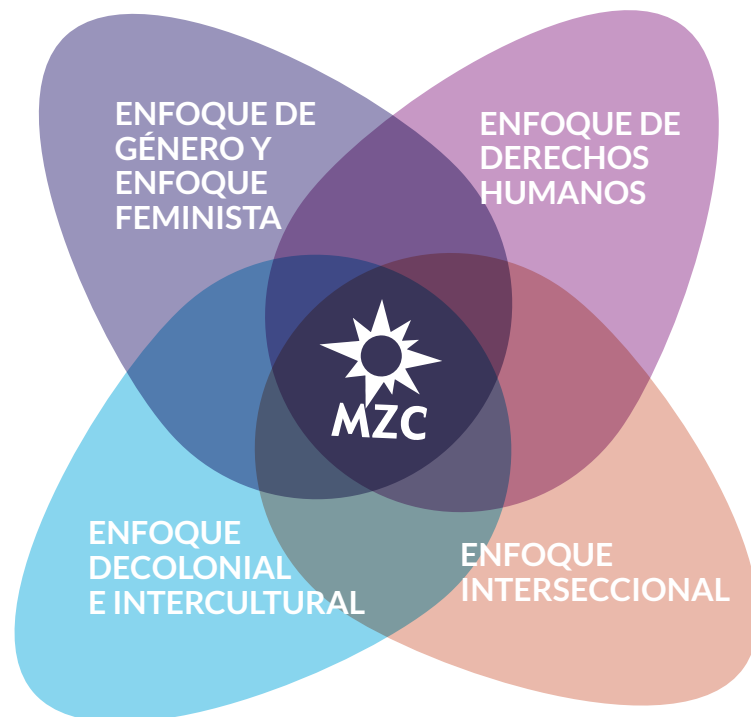
🔍 Investigación Acción Participativa

🔍 Asambleas Populares

🔍 Historias de Vida.

Donde nuestro instrumento principal de trabajo es la **COEDUCACIÓN**.

Todas nuestras intervenciones están diseñadas de manera que se transversalizan los siguientes **enfoques**:



Puedes conocernos más en: [www.mzc.es/educacionparaeldesarrollo](http://www.mzc.es/educacionparaeldesarrollo)



#### 04. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA:

## La Educación Sexual Integral en la infancia.

La sexualidad es un aspecto fundamental de las vivencias humanas, que nos acompaña desde la infancia y a lo largo de toda la vida. Supone un ámbito esencial de nuestro proceso vital, por las implicaciones personales y sociales que acarrea. El desarrollo pleno de la sexualidad es esencial para el bienestar individual, interpersonal y social; y, además, es un factor importante de nuestra salud emocional y psicológica. Por tanto, la **Educación Sexual Integral** es necesaria para que todas las personas podamos vivir y disfrutar de esta faceta de nuestra vida de una manera libre, igualitaria, con responsabilidad afectiva y sin miedos.

Sin embargo, la sexualidad es, en muchas ocasiones, percibida como un **tema tabú**, y que pertenece exclusivamente a la esfera de lo privado y la vida adulta. Muchos niños y niñas no reciben ningún tipo de Educación Sexual; ni en el ámbito educativo, ni en el entorno familiar.

Esta carencia tiene una serie de consecuencias negativas, como asumir ciertos mensajes cargados de mitos que pueden afectar a su bienestar y desarrollo sexual. Además, suele ser un terreno de dudas, miedos y contradicciones que en demasiadas ocasiones termina siendo un ámbito donde se ejercer **violencias asociadas**, estas con especial repercusión a las chicas.

La Educación Sexual es definida por Planned Parenthood como *“un proceso de enseñanza y aprendizaje que ayuda a que las personas obtengan las herramientas necesarias para manejar su relación con ellas mismas, sus parejas, sus comunidades y con su propia salud sexual”*. El objetivo de la educación sexual es contribuir a que todas las personas “aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica de modo que se sientan felices y satisfechos”, como bien afirma el sexólogo Carlos de la Cruz.

La escuela es uno de los **agentes socializadores** más importantes en cuanto a la adquisición de habilidades y conocimientos para relacionarse, tanto con los iguales como con otras personas adultas, que actúan como modelos de referencia en conductas, actitudes y/o valores. El profesorado es, por tanto, una figura fundamental a la hora de promocionar el bienestar y la salud sexual del alumnado, sin embargo, su rol no ha estado siempre bien definido. La Educación

Sexual no ha contado con un espacio propio ni con recursos formativos necesarios para su impartición, lo que ha dificultado esta labor.

En 2022, el equipo pedagógico del área de educación realizó un breve **diagnóstico de investigación** sobre Educación Sexual Integral en 5 CEIP de cinco provincias andaluzas (Almería, Granada, Málaga, Córdoba y Cádiz). Entre las conclusiones obtenidas del **diagnóstico elaborado al profesorado**, obtenemos los siguientes aprendizajes que hemos tenido en cuenta en la elaboración de esta guía de recursos:

➤ **Existe un conocimiento limitado sobre el nuevo currículo de primaria en materia de Educación Afectivo Sexual Integral.** El profesorado afirma tener poca formación sobre como introducir la materia de educación sexual integral en los contenidos escolares.

➤ **El profesorado afirma que observa como la infancia carece de empoderamiento para tratar estos temas de forma natural y sin tabúes.** Detectan falta de habilidades sociales y emocionales para expresar necesidades y sentimientos.

➤ **También observan que la infancia tiene carencias en cuanto al consentimiento.** Usan de forma ineficaz el concepto que hacen que deriven en situaciones de abuso y violencia, también en la etapa de la infancia.

➤ **Observan en el aula un aumento de discriminación basada en el aspecto físico y en el cuerpo.** Afirman además que esto afecta de manera más significativa a las niñas, lo que evidencia la persistente brecha de género.

➤ **Les preocupa la facilidad de acceso y aumento a edades cada vez más tempranas en el consumo de contenido pornográfico, patriarcal y violento como fuente de información.** Afectando al posterior desarrollo en la adolescencia en la construcción del deseo y a normalizar conductas violentas en las relaciones sexuales.

➤ **Concluyen que también aprecian escaso acompañamiento por parte de las familias para educar en una sexualidad sana y libre.** Observan que el núcleo familiar carece de compromiso en educar en el aspecto sexual y reproducen este ámbito como un aspecto exclusivo de la adolescencia, y no tanto a edades tempranas.

En cuanto a las conclusiones obtenidas en **el diagnóstico del alumnado** en primaria, destacamos las siguientes conclusiones:

- Existe una falta de empoderamiento en el lenguaje cuando hablamos de lo afectivo-sexual. El alumnado no conoce vocabulario técnico y no quieren usar vulgarismos con la población adulta. Esto presenta un problema de alfabetización emocional-afectivo-sexual que impide romper tabúes, y que condenan a la privacidad problemas sociales, lo cual es un indicador de riesgo, especialmente para las niñas.
- Este des-empoderamiento tiene una relación directa con los problemas de autoestima. Esta falta de empoderamiento afecta en mayor medida a los cuerpos femeninos y son un factor de riesgo para verse envueltas en situaciones de violencia de género.
- Se observa falta de autoconocimiento, autocuidado, habilidades sociales y emocionales para poner límites y entender el consentimiento y deseo mutuo y ajeno. Esto puede derivar en situaciones de abuso y violencia sexual en la infancia.
- Se evidencia que el alumnado de primaria consume contenido pornográfico. Utilizan este medio como fuente de información sexual, que reconducen a conductas normalizadas.
- Mal uso de las redes sociales en torno al cuerpo y la autopercepción. Esto presenta un reto a la hora de alcanzar cuotas de equidad y ciudadanía global.
- La construcción del deseo sexual masculino es un foco principal desde edades tempranas y está impregnado de tintes patriarcales. La forma en la que viven la sexualidad chicos y chicas es diferente, y además desigual. La libertad, el deseo masculino y el potenciar su genitalidad es prioritarios para los chicos, mientras que las chicas sienten un deseo inestable, inseguro y tabú en torno a este ámbito.
- En los discursos de la infancia se detecta maneras diferentes de abordar la sexualidad según se trate de chicos o de chicas. Se detecta actitudes de poder y falso control por parte de los chicos, frente a sumisión y miedo que verbalizan las chicas. Esto inclina las tendencias sexuales de la infancia hacia prácticas no igualitarias en términos de placer y libertad.

Puede verse el diagnóstico completo en:  
[www.mzc.es/educacionparaeldesarrollo/recursos-pedagogicos](http://www.mzc.es/educacionparaeldesarrollo/recursos-pedagogicos)

Si observamos los **datos a nivel global**, en 2023 en España se han registrado un aumento del 53% de agresiones sexuales desde 2019, donde las víctimas que marcaron el teléfono 900 202 010 para pedir ayuda aumentan un 55% en estos cinco años.

Según los datos del INE, en 2023 se contabilizan 17.389 delitos contra la libertad sexual. Más concretamente, en este año se presentaron 5.985 denuncias por delitos contra la libertad sexual que tenían como víctima a niños, niñas y adolescentes.

Las víctimas menores, mayoritariamente son adolescentes que sufren ataques reiterados, donde más de la mitad de veces provienen de un hombre de su familia. La edad media es entre 12 y 13 años y donde el 80% son chicas.

Es reseñable los datos que alertan que el 6% tienen como vehículo internet. El 3% son casos de **“grooming”** (adultos que contactan con menores para lograr imágenes o favores sexuales), el 2% es **“sexting”** (la difusión de imágenes íntimas sin autorización), el 1.3% son visualizaciones impuestas de **pornografía**, y el 1.4% episodios de **explotación sexual** y prostitución.

No solo se han disparado las llamadas de auxilio de menores, si no que cada vez son agresiones más graves.

En parte, este aumento se debe a las políticas de concienciación y de reducción de la tolerancia social frente a este tipo de delitos, lo que se traduce en una mayor disposición de las víctimas a denunciar, y reduce los niveles de infra denuncia existentes en estos casos. Una Educación afectivo-sexual de calidad, desde un enfoque de género e intercultural, es necesaria para construir relaciones de género igualitarias, para asegurar la salud sexual-reproductiva de las mujeres y del conjunto de la población y construir una cultura de paz y un desarrollo sostenible.

Por todo ello, creemos prioritario **abordar la temática desde edades tempranas**, para trabajar el fomento de la igualdad real y efectiva en la infancia, generando procesos formativos basados en el desarrollo de las capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad, así como fomentar la identificación de desigualdades y una actitud crítica y activa ante las violencias, prejuicios y estereotipos sexistas.

## 05. JUSTIFICACIÓN NORMATIVA:

# La legislación educativa en materia de Educación Sexual Integral en Andalucía.

La **LOMLOE** en su articulado recoge la **necesidad de atender y acompañar el desarrollo sexual del alumnado**, aportándole herramientas para su autonomía y bienestar. Esta Ley educativa ha puesto la igualdad de género como eje transversal principal en toda la acción educativa.

Nace en 2020 justificándose en la necesidad de adaptarse a una nueva realidad social donde los cambios tecnológicos, sociales y políticos. Para dar respuesta a estos cambios, la LOMLOE establece cinco principios rectores en la que debe basarse el sistema educativo para adaptarse a los tiempos en a los que nos enfrentamos. Los cinco enfoques a los que hace alusión son: **el enfoque de derechos de la infancia, enfoque de igualdad de género, enfoque de personalización de la enseñanza, enfoque de digitalización del sistema educativo, y un quinto enfoque de ciudadanía global.**

Si atendemos a lo recogido en cuanto al **enfoque de igualdad de género**, cita textualmente en su preámbulo que: *“se adopta un enfoque de igualdad de género a través de la coeducación y fomenta en todas las etapas el aprendizaje de la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la prevención de la violencia de género y el respeto a la diversidad afectivo-sexual”*

En su artículo 1 destinado a los principios del sistema educativo introduce como uno de los principios la **Educación Afectivo-Sexual adaptada al nivel madurativo del alumnado.**

El articulado destinado a los **fines y principios del sistema educativo** remarca en reiteradas ocasiones la igualdad entre hombres y mujeres, el respeto a la diversidad afectivo-sexual y familiar o la prevención de violencias de género.

Más concretamente, en su *artículo 17* destinado a los **objetivos de la etapa de la educación primaria**, determina que la educación primaria contribuirá a desarrollar en los niños y niñas capacidades que les permitan, entre otras:

- Adquirir habilidades para la prevención de las violencias.
- Conocer, comprender y respetar la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, así como su orientación e identidad sexual.
- Valorar la salud corporal y el respeto a las diferencias.
- Desarrollar capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás.
- Desarrollar actitudes contrarias a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

Se complementa además con el *artículo 121* destinado al **Proyecto Educativo**, el cual recoge que el proyecto educativo de centro incluirá como tratamiento transversal la educación en valores, la igualdad entre hombres y mujeres y la prevención de las violencias contra las niñas y las mujeres. Este artículo señala además que deberán especificarse las medidas académicas que se adoptarán para favorecer y formar en igualdad particularmente entre mujeres y hombres.

También a nivel nacional, contamos con la **Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género** el cual dedica el Capítulo I al ámbito educativo y las actuaciones a realizar en el sistema educativo, y contamos con la **Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo de 2007, para la Igualdad Efectiva de Hombres y Mujeres**, donde recoge en el Capítulo II las acciones administrativas a realizar en el ámbito educativo.

Más concretamente, esta propuesta se enmarca dentro del marco legislativo nacional nacido con la **Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual**. Esta ley reconoce la necesidad de que: *“si bien la protección genérica de la infancia y la adolescencia frente a los diferentes tipos de violencia viene establecida en otras normas, resulta imprescindible complementar mediante esta ley dicho suelo básico con medidas específicas para garantizar la protección de las niñas y niños menores de dieciocho años frente a las violencias sexuales”*.

Así, el Capítulo I dispone medidas de prevención y sensibilización contra las violencias sexuales en el ámbito educativo y dónde en el artículo 7 establece que:

- ▶ El sistema educativo español incluirá, dentro de sus principios de calidad, la integración de contenidos basados en la coeducación y en la pedagogía feminista sobre educación sexual e igualdad de género y educación afectivo-sexual para el alumnado, apropiados en función de la edad, en todos los niveles educativos y con las adaptaciones y apoyos necesarios

para el alumnado con necesidades educativas específicas, respetando en todo caso las competencias en materia de educación de las comunidades autónomas y en colaboración con el ámbito sanitario.

- ▶ Los currículos de todas las etapas educativas no universitarias incluirán contenidos formativos sobre el uso adecuado y crítico de internet y las nuevas tecnologías, destinados a la sensibilización y prevención de las violencias sexuales, la protección de la privacidad y los delitos cometidos a través de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación promoviendo una educación en la ciudadanía digital mediante la consecución de competencias digitales adaptadas a nivel correspondiente del tramo de edad.

Si miramos la legislación andaluza y centrándonos en el currículo escolar de primaria, el **Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía**, incorpora las siguientes modificaciones en la etapa de tercer ciclo de primaria:

- ▶ El **artículo 3** establece que *“las programaciones didácticas contemplarán situaciones de aprendizaje en las que se integren los elementos curriculares de las distintas áreas para garantizar que la práctica educativa atienda a la diversidad, a las características personales, a las necesidades, a los intereses, a la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y al estilo cognitivo del alumnado”*.
- ▶ Cumpliendo el descriptor operativo CC2 de la **LOMLOE**, *“se creará un área de Educación en Valores cívicos y éticos, en la cual el alumnado participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible”*.

Más concretamente, en esta materia se recoge que:

- ▶ Como *competencia específica nº 8* se especifica que se deberá trabajar: *“Reconocer y valorar la diversidad y la igualdad de género. Especial importancia cobran los comportamientos relativos a la igualdad entre mujeres y hombres, debiendo implicar acciones comprometidas para evitar toda actitud discriminatoria. Todos estos comportamientos y valores deben*

ser abordados en el entorno familiar y social del alumnado, a través del ejercicio de una ciudadanía activa y responsable”.

- ▶▶ Y como saberes básicos tercer ciclo en esta materia reflejan los siguientes: Autoconocimiento y autonomía moral. La gestión de las emociones y los sentimientos. La autoestima. La educación afectivo-sexual. La igualdad y la corresponsabilidad entre mujeres y hombres. La prevención de los abusos y la violencia de género. La conducta no sexista.

Por todo ello, queda más que **justificado a nivel legislativo** en materia educativa la importancia de trabajar en primaria la Educación Sexual Integral adaptada al nivel madurativo del alumnado.



## 06. TRABAJA CON TU ALUMNADO DE PRIMARIA:

# Dinámicas para impartir en el aula

En este apartado, hemos seleccionado y diseñado un conjunto de dinámicas para trabajar en el aula con el alumnado de **3º ciclo de primaria** la temática Educación Sexual Integral. Estas están clasificadas en diferentes **ámbitos**:

- dinámicas de presentación
- dinámicas sobre las relaciones interpersonales
- dinámicas de aceptación y cambios personales
- dinámicas sobre el consentimiento
- dinámicas sobre las emociones y el amor
- dinámicas sobre sexualidad.

De esta manera facilitamos al profesorado la selección de las mismas de acuerdo a las necesidades que encuentre en el grupo clase.

Cada una de ellas utiliza un enfoque metodológico basado en la ludo-pedagogía, el enfoque socio-afectivo y teatro social o artivismos para crear un ambiente lúdico a la vez que educativo.

Recomendamos al profesorado, que utilice al final de cada dinámica un método **asambleario de reflexión en el grupo clase** para abordar las cuestiones y dudas que pueda surgir a su alumnado, y cree un espacio seguro y de confianza para que la infancia pueda comunicarse de forma respetuosa y sin tabúes.

# DINÁMICAS DE PRESENTACIÓN

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Presentación 1



10 minutos



No es necesario material

## Desarrollo

Cada persona se presenta diciendo su nombre, el pronombre deseado y comparte una palabra o frase que en su cabeza se asocie a Educación Emocional-sexo-afectiva.



Observaciones

- Se recogen todos los conceptos que van saliendo.
- No se interrumpe ni corrige.

## Presentación 2



10 minutos



No es necesario material


### Desarrollo

Cada persona se presenta diciendo su nombre, y añadiendo algo que le guste de sí mismo o sí misma.



Observaciones

- Se aprovecha este momento educativo para reflexionar sobre los gustos que hayan escogido.



# DINÁMICAS SOBRE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Nos relacionamos



30 minutos



No es necesario material

## Desarrollo

Se piden dos personas voluntarias para que se saluden, mientras las demás personas observan. Seguidamente, se comenta lo que hemos visto:

- *¿Ha habido cercanía en el saludo?*
- *¿Ha habido distancia entre ellos o ellas?*
- *¿Cómo era su tono de voz?*

Posteriormente, les invitamos a que se levanten y practiquen los saludos de diferentes partes del mundo (primero los hacemos en el sitio y después por el espacio).

- *Indio americanos (levantando la mano y diciendo hau).*
- *Esquimales (simulando la nariz con el dedo).*
- *India (namasté juntando las manos).*
- *China (dándonos la mano a la vez que asentimos con la cabeza y decimos ni hao).*
- *Marruecos (mano derecha al pecho mientras decimos "salam aleikum").*
- *Finlandia (apretón de manos).*
- *Francia (3 besos).*

Por último, la clase en conjunto debe inventar un saludo con el que se sientan representadas y representados.



Observaciones

Tener en cuenta que el saludo depende de la relación que nos une con la otra persona, el lugar en el que estamos y cómo nos sentimos en ese momento.

# Juego de los saludos del mundo



25 minutos



No es necesario material

## Desarrollo

Se invita a que paseen alrededor del aula y vayan mirándose entre ellas y ellos, sonriendo. Si quieren, guiñándose un ojo. Cuando la profesora o el profesor lo indique, deben formar parejas y situarse una persona delante de la otra. Se irán nombrando distintos tipos de saludos, y las parejas deberán realizarlos.

*Saludo en China: estrechándose sus propias manos, sin tocar a la otra persona. De esta forma evitaban el contagio de enfermedades.*

*Saludo en el Tíbet: se muestran la lengua para indicar que jamás usarán palabras ofensivas hacia la otra persona.*

*Saludo medieval: se quitan el sombrero ante la otra persona.*

*Saludo en Finlandia: se estrechan la mano estirando el brazo, de modo que se separan ambas personas*

*Saludo en Francia: tres besos en las mejillas.*

*Saludo en Japón: leve inclinación de cabeza, así muestran respeto por la otra persona.*

*Saludo esquimal: frotan sus narices.*

*Saludo en Rusia: tres besos, uno en cada mejilla y otro en los labios.*

Posteriormente, se pone en común cómo nos hemos sentido, y lo que simbolizan los diferentes saludos.



Observaciones

- El saludo de Rusia se explica, pero no se practica durante la dinámica. Se puede comentar posteriormente lo que significan en nuestra cultura los besos y expresar cómo nos sentimos al respecto.
- Diferenciar entre un saludo social o formal, frente a un saludo familiar, personal o íntimo.

# Teatrillo



30 minutos



No es necesario material

## Desarrollo

se piden voluntarias y voluntarios para representar diferentes escenas:


- *Comprar pan.*
- *Un papá que le canta una nana a un bebé para que se duerma.*
- *Dos amigos o amigas jugando.*
- *Dos personas que son pareja (chico-chica, chica-chica o chico-chico).*

Durante las representaciones, el resto de alumnado observa, fijándose especialmente en la forma de saludarse, el tono de voz, la cercanía física, etc...

Después respondemos conjuntamente a las siguientes preguntas:

- *¿Nos comportamos igual cuando estamos en pareja que cuando somos amigos/as, que cuando vamos a comprar el pan o cuando estamos con nuestra familia?*
- *Cuando hemos escenificado que somos una pareja, si hubiese sido una pareja de dos chicos, ¿Su forma de comportarse habría sido diferente? ¿Y si fuesen dos chicas?*





# DINÁMICAS SOBRE LA ACEPTACIÓN Y CAMBIOS CORPORALES

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**



Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Sensaciones bonitas



20 minutos



Pluma

## Desarrollo

Se divide la clase en varios grupos y a cada uno se le pide que siga una instrucción.

- *Andamos como si tuviéramos mucha prisa.*
- *Caminamos a cámara lenta.*
- *Caminamos como si fuéramos elefantes.*
- *Caminamos como si fuéramos hormigas.*
- *Caminamos como si fuésemos serpientes.*
- *Caminamos como si fuésemos una pluma*

Mientras cada grupo cumple con su consigna, el resto debe adivinar la manera en que caminan. Tranquilamente nos vamos sentando, cerramos los ojos, pasamos haciendo un pequeño masaje con una pluma.

Al terminar reflexionamos sobre estas cuestiones:

- Que levante la mano el/la que se haya sentido gusto.*
- ¿Hay alguna persona que no le haya gustado? ¿Por qué? A todos no nos tienen que gustar las mismas cosas, y cuando algo no nos gusta, podemos expresarlo.*



Observaciones

- Aprendemos a expresarnos con nuestro cuerpo.
- Lo conocemos, lo cuidamos y lo queremos.
- Aunque cada persona lo experimenta de forma diferente, todas las personas pasamos por cambios similares en nuestro cuerpo, como la pubertad.

# Mi cuerpo



20 minutos



Folios | Tarjetas de colores

## Desarrollo

Invitamos al grupo a nombrar y escribir en las tarjetas de colores partes de su cuerpo (boca, nariz, pecho, genitales, barriga...)

Una vez recopilado todas las partes, cada alumnado dibuja en un folio una silueta vacía que representa su corporalidad, y les pedimos que, de todas las tarjetas elaboradas por el grupo, escojan aquellas partes que se identifique con su cuerpo.



Observaciones

- Comprendemos las diferencias biológicas.
- Conocemos la genitalidad asociada a lo femenino y lo masculino.
- Introducimos otras realidades sexuadas (intersexualidad)
- Reflexionamos que la genitalidad no va asociado al género.

# Cambios en el cuerpo



30 minutos



Tabla de cambios en el cuerpo (Anexo I) | Rotulador

## Desarrollo

Cerramos los ojos, respiramos profundamente, y recordamos cuando éramos pequeños y pequeñas (andábamos a gatas, tomábamos biberón, usábamos pañales...). Luego recordamos cuando entramos al cole (usábamos bragas y calzoncillos, ya no usábamos pañal, éramos bajitos/as, teníamos las manos pequeñas, no sabíamos leer ni escribir, teníamos dientes, muchos/as no sabíamos hablar bien...). Vamos recordando cómo hemos ido creciendo (aprendimos a leer y escribir, en casa hacíamos cosas solos/as (vestirnos, tareas domésticas...), jugábamos a juegos diferentes...). Y así hasta llegar a la edad que tenemos ahora. Entonces abrimos los ojos, y respondemos a la pregunta:

- *¿Nuestro cuerpo ha cambiado desde que éramos bebés?*



Observaciones

- Entendemos que los cambios corporales se producen poco a poco.
- Analizamos los cambios corporales y sus diferencias de acuerdo a las diferencias biológicas genitales.
- Reflexionamos que chicas y chicos y otras identidades sexuadas cambian de manera diferente.

# Creciendo y cambiando



50 minutos



Ficha Creciendo y cambiando (ANEXO II) | Lápices o rotuladores.

## Desarrollo

En la primera parte de la actividad, dividiremos la clase en pequeños grupos, o en parejas, y les pediremos que señalen a partir de la ficha del ANEXO II los cambios físicos y psicológicos que se producen en los cuerpos del alumnado. Después se hará una puesta en común de dichos cambios señalados. El profesorado completará, si fuese necesario, las respuestas.



Observaciones

- El profesorado puede preguntar por algunos conceptos (genitales, menstruación) para saber si los tienen claros o si hay dudas y hace falta profundizar en ellos.
- Es importante conocer la menstruación, qué es, cómo se produce, etc...; desmontando los mitos asociados.
- Se hará hincapié en explicar que los cambios físicos aparecen acompañados de cambios psicológicos, que irán produciéndose poco a poco y de forma distinta en cada persona.

# Siluetas



50 minutos



Folios y cartulinas | Rotuladores

## Desarrollo

Se divide al grupo en chicos y chicas, invitando a toda la clase a situarse en el grupo que más cómodo o cómoda se sienta en participar. La idea es que, ambos grupos, dibujen una silueta; los chicos, de cómo ellos se ven representados como género masculino, y las chicas como se vean representadas como género femenino.

Esta dinámica también podemos hacerla de manera individual, para ello la dinámica consistiría en que cada alumno o alumna realice su silueta y responda a las preguntas de manera individual y, finalmente, comentarlo en voz alta con el resto de compañeros y compañeras.

Cada grupo tiene libertad para dibujar lo que quieran y cómo quieran (pelo largo o corto, más o menos altura, complementos como relojes, anillos..., ropa más o menos ajustada...etc.).

Una vez hecho esto, se formularán varias preguntas que estarán relacionadas con diferentes partes del cuerpo:

### CABEZA

- ¿Qué cosas pensamos en nuestro día a día?

### CORAZÓN

- ¿Qué sientes en el día a día? (Diferenciaremos en colegio, familia y amistades)

- ¿Quién te gusta? ¿Qué haces con eso?

### ABDOMEN BAJO/GENITALES

- ¿Qué partes del cuerpo son privadas para ti?

- ¿Qué parte del cuerpo no puede tocar nadie sin nuestro consentimiento?

- ¿De dónde recibes la información sobre tu cuerpo? (Televisión, familia, RR.SS..)

MANOS

- ¿Qué te gusta hacer en tu día a día?
- ¿Qué sueles hacer?

PIERNAS

- ¿Cuáles son las diferencias entre chicos y chicas en la pubertad?
- ¿Qué creéis que os va a suceder cuando os llegue la pubertad?
- ¿Te sientes bien con tu cuerpo? Si pudieras cambiar algo de tu cuerpo, ¿qué cambiarías?
- ¿De dónde recibes la información acerca de la pubertad, cambios hormonales...etc? (Televisión, familia, RR.SS...)

Las respuestas dadas por el alumnado, se irán escribiendo alrededor de la silueta dibujada, diferenciando cada apartado por colores.

Finalmente, se ponen en común ambos trabajos y se comentan las diferencias y similitudes encontradas entre los chicos y las chicas.

# Sube y baja



30 minutos



Tarjetas “Sube y Baja” (ANEXO III)

## Desarrollo

Cada participante coge una tarjeta con un enunciado referido a la percepción corporal. Si se siente interpelada/o por dicho enunciado, se sitúa del lado izquierdo de la sala, y si no es así, se situará en el derecho. Cuando todas/os se posicionan, les proponemos una reflexión colectiva acerca de las circunstancias que podrían modificar esa sensación previa.



Observaciones

- Cómo nos tratan condiciona la forma en la que nos percibimos, y cómo nos relacionamos.
- Relacionamos la temática con el acoso y el bullying





# DINÁMICAS SOBRE EL CONSENTIMIENTO

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Mi tesoro



25 minutos



Proyector | Vídeo “Ni un besito a la fuerza”.

## Desarrollo

Comenzamos preguntando sobre las diferentes formas que tenemos de cuidar nuestro cuerpo (higiene, emocional, ejercicio físico, buena alimentación...). También hablamos sobre lo que no nos gusta en nuestro cuerpo (heridas, dolor...), y lo que sí nos gusta (abrazos, cosquillas, besos...). Pero estos gestos no siempre nos hacen sentir cómodas y cómodos. Tras esta puesta en común, visualizamos el vídeo “Ni un besito a la fuerza”.



NI UN BESITO A LA  
FUERZA CUENTO INFANTIL  
(youtube.com)

Después de ver el vídeo:

*Si no nos gusta que nos den besos o abrazos, ¿qué podemos hacer?*

Damos alternativas:

- ¿Podemos pedir ayuda?
- ¿Podemos decir que no?
- ¿Nos tenemos que aguantar?
- ¿Lloramos?
- ¿Damos un empujón y salimos corriendo?
- ¿Decimos que nos encanta?

Proponemos los siguientes pasos:

- 1º Decir que no queremos, que no nos apetece.
- 2º Puede ser que esa persona nos respete o no nos respete. Si no nos respeta, pedimos ayuda a un adulto (padres, amigos, vecinos, profesores...).
- 3º Si no podemos pedir ayuda, damos un empujón y salimos corriendo.

También proponemos la situación contraria, en la que tenemos ganas de abrazar o besar a otra persona, pero esta persona no quiere.

*¿Qué se puede hacer?*



#### Observaciones

- Dejar claro que hay que poner límites con nuestro cuerpo.
- Hablamos del consentimiento desde ambas vertientes.

# Las cosquillas



40 minutos



Ninguno

## Desarrollo

Comenzamos explicando el concepto de partes privadas: son aquellas que dejamos tapadas hasta estar en la intimidad, las que se tapan con la ropa interior (pene, testículos, vulva, culo...) y nadie debe acceder a ellas excepto nosotros y nosotras y algunas personas importantes de nuestro entorno (como el/la médico/a, la familia cuando necesitamos que nos ayuden...). Si otra persona toca o mira sus partes privadas o les obligan a tocar o mirar las partes privadas de otra persona, deben comunicárselo a algún adulto de confianza.

También hablamos de que hay lugares de nuestro cuerpo que, si nos acarician o tocan, nos hacen cosquillas, y que esas cosquillas pueden resultarnos agradables (nos gustan) o desagradables (no nos gustan); lo que también depende de la situación ("te puede gustar que te hagan cosquillas en el brazo mientras ves una peli en el sofá, pero puede que no te guste que te hagan cosquillas en clase").

Después, les pedimos que se coloquen formando dos filas paralelas de tal manera que entre medias quede un poco de espacio, a modo de túnel, unas personas frente a otras. Se trata de que vayan pasando persona a persona por ese túnel, caminando despacio. Antes de hacerlo, tienen que decir en alto si les apetece que les hagan cosquillas y en qué partes (recordamos que sólo se puede en las partes públicas y que las privadas están fuera del juego). Es fundamental que se respete lo que cada persona pida.

Por último, se les preguntará cómo se sintieron, si hubo algo que no les gustó, qué es lo que han aprendido...



### Observaciones

- Comprendemos que nuestro cuerpo nos pertenece y nadie puede acceder a él sin permiso.
- Es normal que niñas y niños se toquen y exploren su cuerpo, pero deben aprender a hacerlo en un espacio privado (derecho a la intimidad y prevención de violencias sexuales).
- Trabajamos la autonomía personal en la toma de decisiones.
- Aprendemos lo que es el consentimiento y su importancia para nuestro bienestar.

# Rol playing



20 minutos



Ninguno

## Desarrollo

La técnica pedirá que dos personas salgan voluntarias, y a cada una le asignará un rol que nadie más sabrá. Uno de los roles consistirá en convencer a la otra persona de hacer "un algo", el convencimiento será mediante la seducción, mostrando las virtudes, beneficios o placeres asociados a ese "algo"; el otro rol deberá mantenerse firme ante el no deseo de realizar esa actividad. Luego de representar esta situación, se abre diálogo.

*¿Qué estaba pasando? ¿Se nos ocurre una analogía?*

*¿Cómo nos sentimos?*



*¿Qué otro desarrollo posible tiene esa situación?*

*¿El consentimiento puede estar mediado por la insistencia? ¿Y el deseo?*



Observaciones

- Cómo nos tratan condiciona la forma en la que nos percibimos, y cómo nos relacionamos.
- Relacionamos la temática con el acoso y el bullying



# DINÁMICAS SOBRE LAS EMOCIONES Y EL AMOR

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Juego de las emociones



40 minutos



Ficha "Las emociones" (ANEXO IV)

## Desarrollo

Se divide a la clase en grupos y se reparte la fichas de las emociones. Cada grupo escoge tres sentimientos y/o emociones, y deben preparar una breve exposición para el resto de la clase, en la que expliquen:

- *Por qué razones alguien se puede sentir así.*
- *Qué beneficios y/o perjuicios puede proporcionarnos ese sentimiento/emoción en circunstancias diversas.*
- *Si nos hace sentir mal, qué podemos hacer para sentirnos mejor.*
- *Si nos hace sentir bien, qué podemos hacer para compartir ese sentimiento con otras personas que nos rodean.*

Para finalizar haremos una puesta en común del trabajo de los grupos.



Observaciones

- Se puede proponer al alumnado que utilice los sentimientos o emociones que nunca hayan sentido, para poder conocerlos mejor.
- También se puede relacionar los sentimientos y emociones con los cambios corporales de la pubertad, y cómo nos afectan las opiniones de las demás personas.



# Hablamos de la amistad



25 minutos



Post-its. | Lápices/bolígrafos.

## Desarrollo

Lluvia de ideas sobre los componentes de una relación de amistad sana y de buenos tratos.

Cada niño y niña escribe en un post-it elementos de una relación sana de amistad. Después se van pegando en la pizarra y se comentan en grupo.

¿Tenemos siempre una relación sana con nuestras amistades? ¿Hay momento que podría comportarme de otra manera? ¿Crees que todas tus relaciones de amistad son sanas?



Observaciones

- Desmitificar mitos de los vínculos emocionales.
- Conocer los elementos para construir una relación afectiva sana, y cómo detectar una relación insana.
- Promover actitudes positivas en los vínculos emocionales.

# La persona más importante del mundo



10 minutos



Caja | Espejo

## Desarrollo

Se pregunta a todo el mundo quién es la persona más importante del mundo, y luego se les explica que la persona más importante del mundo está en la caja. Cada alumna y alumno se acercará y mirará dentro de la caja (donde estará el espejo) para conocer la identidad de la persona más importante del mundo. Deben mantener silencio sobre lo que han visto. Después se comentará entre todas y todos.



Observaciones

- Hacer énfasis en por qué es importante que nos queramos y aceptemos.



# DINÁMICAS SEXUALIDAD

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# Buzón anónimo



60 minutos



Folios | Lápices o bolígrafos | Caja

## Desarrollo

Comenzamos con una lluvia de ideas sobre la sexualidad.

*¿Qué creéis que significa?*

Anotamos todas las aportaciones en la pizarra.

La sexualidad es toda forma de expresar, comunicar y sentir placer a través de las palabras y de los 5 sentidos. Por ejemplo:

- Cuando nos sentimos bien, cuando estamos a gusto.
- Cuando un niño/a abraza a un ser querido.
- Cuando un ser querido nos abraza.
- Cuando bailamos es porque expresamos y sentimos con todo el cuerpo.
- Cuando nos acabamos de duchar y nos sentimos a gusto.
- Cuando jugamos juntas/os sin pelear y disfrutamos.
- Cuando alguien es amable con nosotras y nosotros.
- Cuando escuchamos música.

Después cada niña y niño cogerá un trozo de papel y escribirá una duda o pregunta que tiene sobre la sexualidad, y se introducirá en la caja, de forma anónima. Se pueden introducir tantas dudas como se tengan.

Posteriormente, se irán sacando papelitos, se leerá la pregunta en alto, y se resolverá de forma conjunta.



Observaciones

- Transmitir el concepto de sexualidad, haciendo ver que el placer no siempre está ligado al sexo.
- Las preguntas se pueden resolver de forma continua en diversas sesiones.
- También pueden incluir dudas y cuestiones íntimas asociadas a sus cuerpos y vivencias.
- Dejar espacio para que el alumnado comparta respuestas y reflexiones acerca de las preguntas.

# Tabú sexualidad



Pelota | Tarjetas sexualidad (Anexo V)

## Desarrollo

El grupo se sienta en círculo y se van pasando la pelota hasta que una de las dinamizadoras da una palmada. La persona que tenga la pelota en ese momento comienza el juego. Esta persona debe explicar o representar con mímica la tarjeta que saque de la baraja, y el resto del grupo debe adivinar la palabra.

# Posiciónate diversidad sexual



30 minutos





Tres carteles (orientación sexual, identidad de género y expresión sexual) y tarjetas con vocabulario y expresiones relacionadas con la temática. (ANEXO VI)

## Desarrollo

Pegamos los tres carteles en la pizarra o pared. El grupo va cogiendo tarjetas y pegándolas donde crean que corresponde.

Posteriormente, se van explicando los conceptos y resolviendo dudas.



# DINÁMICAS SOBRE VIOLENCIA EN LAS RELACIONES SEXO-AFECTIVAS

**EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL**

■ ■ ■ ■ ■ Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)



# El violentómetro



20 minutos



Termómetro de cartón coloreado.  
Tarjetas violentómetro (ANEXO VII)  
Cinta adhesiva.

## Desarrollo

Alrededor de la imagen de un termómetro coloreado desde amarillo a rojo, irán pegando las tarjetas con ejemplos de situaciones a problematizar, según consideren que es más (amarillo) o menos (rojo) tolerable.



Observaciones

- Hablamos sobre la normalización de la violencia en relaciones afectivas.
- Aprendemos la importancia de establecer límites.



# ANEXOS

EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL INTEGRAL



Guía de recursos educativos para 3º ciclo de primaria

[www.mzc.es](http://www.mzc.es)





# ANEXO II

## DINÁMICA: CRECIENDO Y CAMBIANDO

CRECIENDO Y CAMBIANDO	SI	NO
Tengo más vello corporal en las axilas y los genitales, así como en otras partes del cuerpo como las piernas y los brazos.		
Sudo más y tengo que ducharme de forma más continua.		
Mi voz ha cambiado.		
Me gusta mucho estar con los amigos y las amigas sin una persona adulta observándome.		
Mi cuerpo crece y cambia.		
He crecido de altura al mismo nivel que mis compañeros/as de clase.		
Ha aumentado el tamaño de mi pene y mis testículos.		
Los pechos me han crecido.		
Me ha llegado la menstruación.		
Me apetece tener intimidad a solas en muchas ocasiones.		

# ANEXO III

DINÁMICA: SUBE Y BAJA

HAY ALGUNA  
PARTE DE MI  
CUERPO QUE  
CAMBIARÍA

CUANDO ME  
VISTO, ME  
CUESTA MUCHO  
ELEGIR LO QUE  
MEJOR ME  
QUEDA

NO ME GUSTA  
VERME EN  
FOTOS

ME DA  
VERGÜENZA IR  
A LA PLAYA.

CUANDO ESTOY  
CON GENTE  
DESCONOCIDA,  
ME DA  
VERGÜENZA  
HABLAR.

A VECES OPINO  
QUE HAY  
COMPAÑEROS/AS  
QUE SON MÁS  
DIVERTIDOS/AS  
QUE YO.

ME PREOCUPO  
POR CUIDAR Y  
TENER SANO MI  
CUERPO.

A VECES ME  
SIENTO  
INSEGURO/A EN  
LAS TAREAS  
ESCOLARES.

ME GUSTARÍA  
PESAR MÁS O  
MENOS A COMO  
PESO AHORA.

ME GUSTARÍA  
QUE MI CUERPO  
FUERA COMO  
ALGUNO/A QUE  
SIGO EN REDES  
SOCIALES

ME GUSTARÍA  
ESTAR MÁS  
FUERTE O  
CORRER MÁS.

A VECES HE  
SENTIDO QUE  
NADIE QUIERE  
JUGAR CONMIGO,  
Y ME HACE  
SENTIR MAL.

CUANDO  
ALGUIEN ME  
DICE UN  
CUMPLIDO, ME  
PRODUCE  
VERGÜENZA

ME CUESTA  
MOSTRAR  
CARIÑO A LAS  
PERSONAS  
QUE QUIERO.

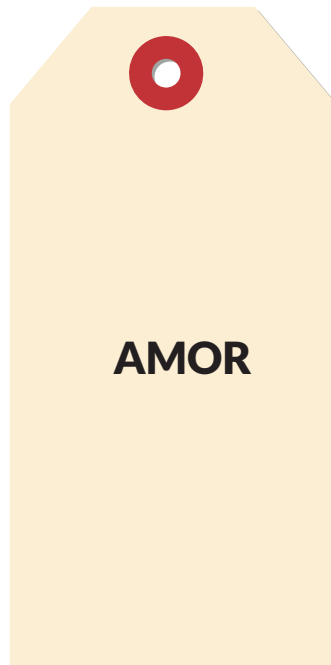
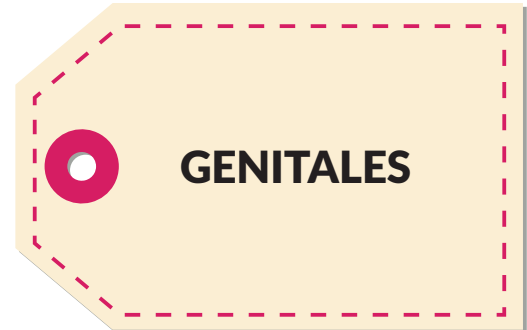
# ANEXO IV

DINÁMICA: SUBE Y BAJA



# ANEXO V

## DINÁMICA: SEXUALIDAD



# ANEXO VI

## DINÁMICA: DIVERSIDAD SEXUAL





# ANEXO VII

## DINÁMICA: EL VIOLENTÓMETRO



ME HACE BROMAS HIRIENTES  
SOBRE MI CUERPO



ME LEVANTAN LA FALDA O ME  
BAJAN LOS PANTALONES SIN  
MI CONSENTIMIENTO



ME OBLIGAN A DAR BESOS



ME ENSEÑAN PARTES ÍNTIMAS  
DE SU CUERPO



ME TOCAN PARTES DE MI  
CUERPO SIN MI  
CONSENTIMIENTO



ME HACEN CHANTAJE PARA  
ENSEÑAR PARTES DE  
MI CUERPO



ME HACEN CHANTAJE PARA  
TOCAR PARTES DEL CUERPO  
DE OTRAS PERSONAS



ENTRAN EN EL BAÑO DE LAS  
NIÑAS/OS PARA MIRAR




DESCONOCIDOS EN  
REDES SOCIALES  
ME PIDEN FOTOS ÍNTIMAS POR  
MEDIO DE CHANTAJE



ME OBLIGAN A VER VÍDEOS  
O FOTOS SEXUALES

## OTRAS ANOTACIONES

A large rectangular area with a dashed border, intended for handwritten notes. The area is empty and occupies most of the page below the header.





[www.mzc.es](http://www.mzc.es)