



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!





Secundaria

CIENCIAS 1 BIOLOGÍA

Exploración y Comprensión del mundo Natural y Social

Sistemas del cuerpo humano y salud
“Sexualidad sana”

1er Grado



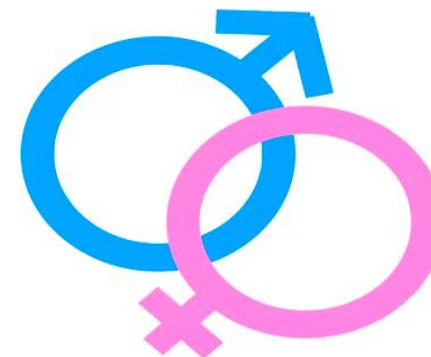
¿Qué voy a aprender?

Aprendizaje sustantivo

- ✓ Argumenta los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y de practicar una sexualidad responsable, segura y satisfactoria, libre de miedos, culpas, falsas creencias, coerción, discriminación y violencia, como parte de un proyecto de vida en el marco de la salud sexual y reproductiva.

Conocerás qué es:

- ✓ Potencialidades de la sexualidad humana.
- ✓ Salud sexual y reproductiva.
- ✓ Hacia una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.





¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

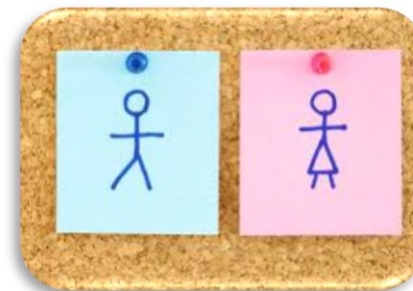
En esta ficha aprenderás y argumentarás sobre los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y la importancia de ejercer una sexualidad responsable, segura, y satisfactoria como parte de tu proyecto de vida para el mantenimiento de tu salud sexual y reproductiva.

Es importante que al terminar esta ficha, compartas lo aprendido con tu familia, para que juntos identifiquen la importancia de ejercer una sexualidad responsable, segura, y satisfactoria para mantener una salud sexual y reproductiva.



Materiales:

- ✓ Libro de texto
- ✓ Cuaderno de Biología
- ✓ Lápices
- ✓ Plumas
- ✓ Colores
- ✓ Computadora, Tablet o celular con conexión a internet de ser posible





Organizador de actividades:

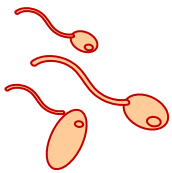
A continuación te presentamos las actividades a realizar para comprender los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y de practicar una sexualidad responsable, satisfactoria y segura para mantener tu salud sexual y reproductiva. Te pedimos que vayas poniendo una (x) en cada actividad que hayas terminado hasta que la completes.

<i>Actividades</i>	<i>¿Ya lo realicé?</i>
1.-Tabla de las cuatro potencialidades de la sexualidad humana.	
2.-Ubicación de las palabras de las cuatro potencialidades.	
3.-Cuadros de preguntas de salud sexual y reproductiva.	
4.-Reflexión y preguntas sobre sexualidad responsable y segura.	

¡Manos a la obra!



Nos introducimos al tema



Lee reflexiona y responde.

Existen cuatro potencialidades que conforman la sexualidad: género, vínculos afectivos, erotismo y reproducción. Se les considera potencialidades por que pueden perfeccionarse a lo largo de la vida.



- 1. Género:** Es el conjunto de características sociales y culturales asociadas con el sexo de las personas. En distintas sociedades hemos aprendido roles de género, los cuales son conductas, que comúnmente se consideran propias “de mujer” o “de hombre”.
- 2. Vínculos afectivos:** Los seres humanos necesitamos recibir y dar afecto, para lo cual la sexualidad desempeña un papel fundamental. A través de los sentimientos de afecto creamos vínculos, nos sentimos queridos y queremos a otros seres humanos, lo cual nos causa placer y satisfacción.
- 3. Erotismo:** El deseo sexual es otro aspecto de la sexualidad y se conoce como erotismo. Incluye el placer que se siente a través de los sentidos. El erotismo está relacionado con la capacidad de dar placer y recibirlo de otra persona.
- 4. Reproducción:** Es la capacidad que tienen los seres vivos de procrear lo que garantiza la continuidad de las especies. En los seres humanos es necesario el contacto sexual entre mujeres y hombres para poder reproducirnos.



¿Qué es la sexualidad Humana?

¿Qué entiendes por equidad de genero?

Nota: Puedes hacer la actividad en tu libreta de biología



Actividad 1 Potencialidades de la sexualidad

COLOCA LA PALABRA SEGÚN CORRESPONDA A SU DEFINICIÓN:

GÉNERO

VÍNCULOS AFECTIVOS

EROTISMO

REPRODUCCIÓN

Los seres humanos necesitamos recibir y dar afecto, para lo cual la sexualidad desempeña un papel fundamental. a través de los sentimientos de afecto creamos vínculos nos sentimos queridos y queremos a otros seres humanos lo cual nos causa placer y satisfacción.

Es la capacidad que tienen los seres vivos para procrear lo que garantiza la continuidad de las especies en los seres humanos necesitamos el contacto entre el hombre y la mujer para poder reproducirnos.

El deseo sexual es otro aspecto de la sexualidad y se conoce como erotismo. Incluye el placer que se siente a través de los sentidos. Está relacionado con la capacidad de dar placer y recibirlo de otra persona.

Es el conjunto de características sociales, y culturales asociadas con el sexo de las personas. En distintas sociedades hemos aprendido roles de género los cuales son conductas, que comúnmente se consideran propias de mujer o de hombre.

Nota: Puedes hacer la actividad en tu libreta de biología

Actividad 2 ¿Sabes el significado de salud sexual y reproductiva?

La salud sexual es el estado de bienestar en todos los aspectos que tienen que ver con la sexualidad. Esto obliga a conocer y ha distinguir conductas de riesgo y ha tener información sobre anticonceptivos: manera de usarlos y utilidad en la prevención de embarazos, e infecciones de transmisión sexual que pueden resultar graves y mortales. De acuerdo con la organización mundial de la salud el término salud reproductiva se refiere a un estado de bienestar físico, mental y social de todo lo relacionado con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos.

Responde las siguientes preguntas con un sí o no

Actividades	Sí o No
¿Conozco mi cuerpo y las partes que conforman mi aparato reproductor, así como su funcionamiento?	
¿Tengo relaciones afectivas saludables con otras personas y conmigo mismo?	
¿Conozco las consecuencias de tener relaciones sexuales no protegidas?	
¿Conozco algún método anticonceptivo y cómo se utiliza?	
¿Sé lo que necesito como adolescente para tener salud sexual y reproductiva?	



Actividad 3 Investiga sobre la salud sexual y reproductiva y elabora un cuadro como el siguiente y explica.

Tema	Definición personal	¿Qué debo hacer para tenerla?
SALUD SEXUAL		
SALUD REPRODUCTIVA		

Retoma lo que has aprendido en las actividades y responde las preguntas en tu cuaderno:

- ¿Que consecuencias genera no tener salud sexual?
- ¿Por qué debe ejercerse con responsabilidad la sexualidad?

Redacta conclusiones sobre la responsabilidad que conlleva el ejercicio de la sexualidad, así como la importancia de asegurar una salud sexual y reproductiva y la importancia que ésta puede tener en tu proyecto de vida.

Nota: puedes hacer la actividad en tu libreta de biología.

Actividad 4 Hacia una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.

Analiza la información y responde las siguientes preguntas.

La decisión de iniciar la vida sexual implica derechos pero también responsabilidades para contigo, con tu pareja y con las personas del entorno . Considera las consecuencias y los riesgos de tener relaciones sexuales y ten perfectamente claro que nadie puede hacerte nada sin tu consentimiento. La experiencia sexual temprana en la adolescencia puede tener como consecuencia embarazos e infecciones de transmisión sexual.



Responde en tu cuaderno.

- ¿De qué manera te afectaría un embarazo no deseado o una ITS?
- ¿Modificaría tu proyecto de vida?
- ¿Tendrías que conseguir trabajo para obtener recursos?
- ¿Te obligaría a dejar tus estudios?

Argumenta tus respuestas.

Es importante el ejercicio de una sexualidad responsable, segura, satisfactoria, libre de miedos, discriminación, coerción y violencia.

- ❖ Responsable. La sexualidad responsable se ejerce con pleno conocimiento de las consecuencias, beneficios y riesgos que conlleva.
- ❖ Segura y satisfactoria. Ejercer una sexualidad segura y satisfactoria va de la mano con la información. La sexualidad segura implica cuidarse a sí mismo y a los demás mediante hábitos de higiene, uso de métodos anticonceptivos y de prevención de infecciones de transmisión sexual. También implica ejercer la sexualidad en ámbitos libres de violencia y discriminación.



Actividad 4 **Hacia una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.**

Analiza la información y escribe una reflexión sobre las ventajas de esperar el inicio de las relaciones sexuales.

Es importante el ejercicio de una sexualidad responsable, segura, satisfactoria, libre de miedos, discriminación, coerción y violencia.

- ❖ Libre de coerción. La coerción es cualquier tipo de presión física o emocional ejercida sobre una persona para que acceda a tener encuentros sexuales o conductas no deseadas.
- ❖ Libre de miedos y culpas. Es necesario hablar de la sexualidad misma sacudirse los prejuicios e informarse en fuentes confiables que nos ayuden a despejar dudas. Existe el pleno derecho a sentirse bien con uno mismo cualquiera que sea la sexualidad que se ejerza.

Argumenta sobre los beneficios de esperar el inicio de las relaciones sexuales.

¿Cómo te visualizas dentro de 10 años?

¿Consideras que iniciar tu vida sexual ahora obstaculizan alcanzar tu meta? ¿Cómo?



ARGUMENTA

¿Qué aprendí?



Evalúo, mi aprendizaje sobre sexualidad responsable, segura libre y satisfactoria

Revisa si al realizar tus actividades entendiste las cuatro potencialidades de la sexualidad humana, el significado de salud sexual y reproductiva, y hacia una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria como parte de tu proyecto de vida.

Puntos a Considerar	Si	No
1. En la tabla de las potencialidades de la sexualidad humana colocaste correctamente las palabras.		
2. En la descripción de las potencialidades de la sexualidad humana escribiste la palabra que corresponde.		
3. Respondiste las preguntas de salud sexual y reproductiva.		
4. Realizaste las actividades de sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.		

**Para aprender
más...**

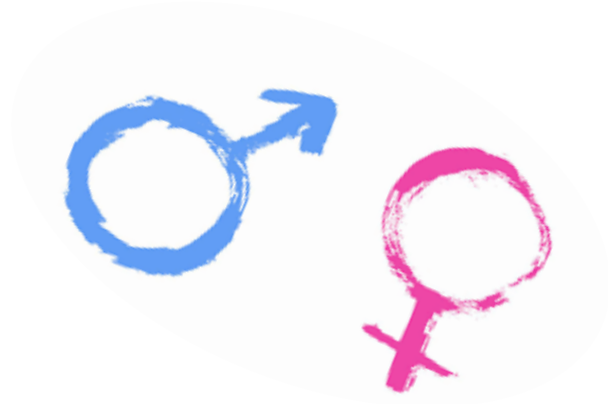


Ya aprendiste sobre la importancia de una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.

Complementa tu aprendizaje contestando las siguiente pregunta:

- ¿Qué haces en este momento de tu vida para mantener tu salud sexual y reproductiva?
- ¿Por qué?
- ¿Qué cambios conviene que hagas en tu vida para mantener tu salud sexual?

Argumenta la importancia de tener una sexualidad responsable, segura, libre y satisfactoria.



Te invitamos a que este tema, lo compartas con los que viven en tu casa, resaltando la importancia de tener una sexualidad responsable, segura, libre, y satisfactoria como parte de tu proyecto de vida para el mantenimiento de la salud sexual y reproductiva.

Te invitamos a revisar los siguientes videos.

<https://www.youtube.com/watch?v=R9eZYPFNCP8>

Las potencialidades de la sexualidad humana.

<https://www.youtube.com/watch?v=vNUKe3fcjoE> 4 potencialidades humanas.

<https://www.youtube.com/watch?v=oitZaVI-q8E> Salud sexual y reproductiva.

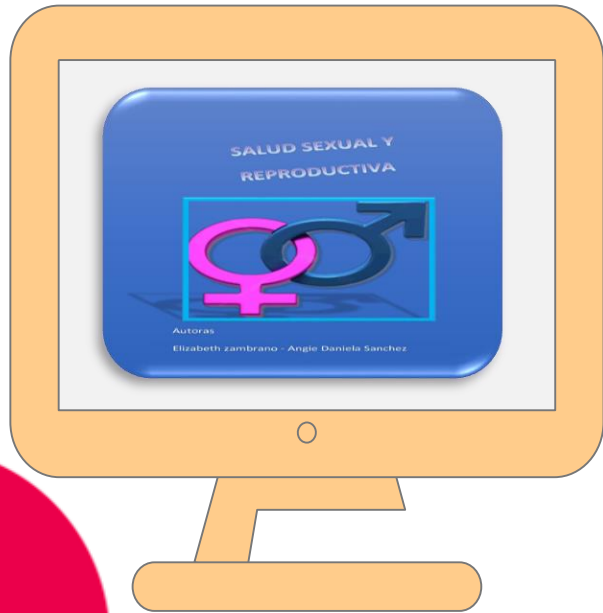
<https://www.youtube.com/watch?v=TbztrYk9xao> Embarazo en adolescentes.

<https://www.youtube.com/watch?v=geqLHpt5AYs> Consecuencias del embarazo en la adolescencia.

https://www.youtube.com/watch?v=3-c_Zg5aPRU Embarazo en adolescentes.

<https://www.youtube.com/watch?v=usCnL9gOjjk> Sexualidad responsable.

https://www.youtube.com/watch?v=xEMYk4_qMGw Sexualidad responsable.



¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



Madres, padres, tutores o cuidadores:

Lo invitamos a que junto a su hijo(a) continúen aprendiendo sobre el tema de la importancia de una sexualidad responsable, libre, segura y satisfactoria como parte de tu proyecto de vida para el mantenimiento de la salud sexual y reproductiva.

Para un mejor desempeño durante las actividades, se recomienda lo siguiente:

- Entablar una conversación clara para brindar confianza y aclarar las dudas que su hijo(a) tengan sobre el tema.
- Establecer horarios para la realización de las actividades de esta ficha.
- Brindar un acompañamiento cercano por medio de la revisión de las actividades realizadas por su hijo (a) y/o en el esclarecimiento de dudas.
- Recordar sobre la importancia de una sexualidad responsable, segura, libre, y satisfactoria.

La Secretaría de Educación del Estado de Jalisco agradece tu atención y hace del conocimiento del público en general que varios recursos utilizados no le pertenecen a los creadores de la presente ficha, ya que se validó como videos libres, te invitamos a visitar los canales y/o redes de sus propietarios para que conozcas más recursos de apoyo.

DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez

Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

Juan Carlos Flores Miramontes

Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco

Pedro Diaz Arias

Subsecretario de Educación Básica

Álvaro Carrillo Ramírez

Encargado del Despacho de la Dirección de Educación Secundaria

Responsable del contenido

Inspección de Educación Secundaria General Zona 6 Federalizada

Lilián Isabel Iñiguez Barragán

Ma. Del Refugio Camacho Navarro

Abel Alejandro Ramírez Uribe

Francisco Javier Corona de la Torre

Diseño gráfico

Liliana Villanueva Tavares

