PROGRAMA FORMATIVO

DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C)

PROMSEX
Salud. Sexualidad. Solidaridad.

PROGRAMA FORMATIVO

DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C)

PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI – C)

Editado por:
© Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos (Promsex).
Av. José Pardo 601, oficina 603-604, Miraflores, Lima, Perú.
Teléfono: (51)(1) 447 8668
www.promsex.org
f/promsex
x/promsex
tt/promsex
ig/promsexcomunica

Coordinación de investigación y publicación: Angie Muñoz Castilla
Consultora: Cynthia Cano
Supervisión metodológica y de contenidos: Nieves Manrique, Pilar Arce, Sheridan Medina
Supervisión comunicacional: Jorge Apolaya y Carmen Montoya
Corrección de estilo y cuidado de edición: Jorge Coáguila
Diseño y diagramación: Armo´s & Company
Fotos: Archivo Promsex

1a. edición – agosto, 2024

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°: 2024-07501

Este documento se publica bajo los términos y condiciones de la licencia Creative Commons - Atribución - No comercial - Sin Derivar 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA)

Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos - Promsex
PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI – C)
1a. ed. Lima, Perú. Promsex, 2024

CONTENIDO

PRESENTACIÓN 6

SECCIÓN I
CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C) 8

- Nombre del programa 9
- Modalidad 9
- Grupo etario 9
- Objetivo del programa 9
- Estructura pedagógica del programa formativo 9

SECCIÓN II
ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C) 13

- Perfil de las y los participantes 14
- Modalidad de las sesiones 14
- Espacio de las sesiones 14
- Orientaciones para el desarrollo de las sesiones 15

SECCIÓN III
METODOLOGÍA DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C) 19

- Estructura de las sesiones 20
- Tipo de actividades 21

CONTENIDO

SECCIÓN IV
DESARROLLO DE SESIONES 22

Grupo etario: 10-14 años

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD 23

SESIÓN 1: NOSOTROS Y NUESTRA COMUNIDAD 24

SESIÓN 2: NUESTRO CUERPO E IDENTIDADES 33

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO 41

SESIÓN 3: ¿QUÉ ES ESO DEL ENFOQUE DE GÉNERO? 42

SESIÓN 4: CULTURAS Y PRÁCTICAS 55

MÓDULO III: CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD 68

SESIÓN 5: SEGURIDAD PERSONAL Y COMUNIDADES SEGURAS 69

SESIÓN 6: DECISIONES SOBRE MI VIDA SEXUAL 83

MÓDULO IV: AFECTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA 96

SESIÓN 7: ¿ME ENTIENDES? 97

SESIÓN 8: CIUDADANÍA DE LA SEXUALIDAD Y DEFENSA DE LOS DERECHOS 105

SESIÓN 9: LOGROS Y DESAFÍOS 116

CONTENIDO

SECCIÓN IV
DESARROLLO DE SESIONES

Grupo etario: 15-19 años

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD **127**

SESIÓN 1: NOSOTROS Y NUESTRA COMUNIDAD 128

SESIÓN 2: NUESTRO CUERPO E IDENTIDADES 136

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO **145**

SESIÓN 3: ¿QUÉ ES ESO DEL ENFOQUE DE GÉNERO? 146

SESIÓN 4: CULTURAS Y PRÁCTICAS 159

MÓDULO III: CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD **174**

SESIÓN 5: SEGURIDAD PERSONAL Y COMUNIDADES SEGURAS 175

SESIÓN 6: DECISIONES SEXUALES Y REPRODUCTIVAS 188

MÓDULO IV: AFECTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA **204**

SESIÓN 7: ¿ME ENTIENDES? 205

SESIÓN 8: CIUDADANÍA DE LA SEXUALIDAD Y DEFENSA DE LOS DERECHOS 215

SESIÓN 9: LOGROS Y DESAFÍOS 226

ANEXOS **237**

PRESENTACIÓN

En las últimas décadas, Perú ha logrado algunos avances en la creación de normas y condiciones necesarias para impartir la Educación Sexual Integral (ESI) en las escuelas. Ello incluye la incorporación de contenidos sobre sexualidad en el Currículo Nacional de la Educación Básica y la promulgación de los Lineamientos de Educación Sexual Integral para la Educación Básica, los cuales establecen orientaciones para una implementación adecuada y oportuna de la ESI en instituciones educativas tanto públicas como privadas.

A pesar de estos avances, aún persisten desafíos significativos para asegurar que la ESI se imparta en todas las modalidades, niveles, ciclos y modelos de servicio educativo, garantizando que los estudiantes adquieran los conocimientos y herramientas necesarias para una sexualidad que sea fuente de bienestar y realización personal.

La sociedad civil organizada ha desempeñado un papel crucial en este proceso, promoviendo y liderando diversas iniciativas a pequeña escala para la implementación de la ESI, así como llevando a cabo campañas de sensibilización pública y abogacía para su aplicación a mayor escala.

En este contexto, se reconoce la urgente necesidad de considerar la ESI como una condición previa e indispensable para que niñas, niños y adolescentes ejerzan plenamente su autonomía corporal. La ESI es fundamental para garantizar desde el Estado la prevención y erradicación de la violencia sexual, la explotación sexual, las uniones tempranas, el acoso cibernético, las infecciones de transmisión sexual y los embarazos no planeados.

En 2020, se presentaron las Orientaciones Técnicas y Programáticas Internacionales sobre Educación Integral en Sexualidad fuera de la escuela, que ofrecen directrices para la implementación de programas extraescolares de ESI. Estos programas están diseñados para complementar la educación sexual impartida en las escuelas y están basados en evidencia para ser eficaces a gran escala. Se dirigen tanto a estudiantes que no reciben ESI en sus escuelas (o la reciben de forma parcial) como a aquellos no escolarizados y en situación de mayor vulnerabilidad, ajustando las estrategias a las necesidades específicas de diversos grupos, incluyendo personas con discapacidades, quienes viven con VIH, indígenas y afroperuanas, refugiadas y migrantes, entre otros.

En respuesta a estas orientaciones internacionales y en el marco de una previa publicación titulada "Guía para implementar la estrategia de educación sexual integral fuera de la escuela o en contextos no formales (ESI-C). Pueden encontrar el documento en: **https://promsex.org/wp-content/uploads/2023/06/GuiaEducacionSexualIntegral-UNFPA-Promsex-F-1.pdf**

Desde Promsex, con el apoyo de Fos Feminista, elaboramos un Programa Formativo de Educación Sexual Integral en Contextos No Formales (ESI – C). Este programa tiene como objetivo proporcionar un guión metodológico de cómo implementar la ESI fuera del marco educativo formal y en diferentes contextos, especialmente con población en situación de especial vulnerabilidad.

Esperamos que este documento sea una herramienta útil para la implementación de la ESI-C, bajo el liderazgo de organizaciones de la sociedad civil, organizaciones juveniles, organizaciones sociales de base, municipalidades locales, profesionales de servicios de educación, salud y protección; así como otras actorías comprometidas en asegurar el derecho de todas las personas jóvenes de recibir ESI.

SECCIÓN I

CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C)

Nombre del programa: Programa Formativo de Educación Sexual Integral en Contextos No Formales (ESI - C)

Modalidad: Presencial

Grupo etario: Niñas y niños de 10 a 14 años.
Adolescentes, hombres y mujeres, de 15 a 19 años.

Objetivo del programa: Desarrollar competencias en las y los participantes para ejercer su sexualidad de manera saludable, responsable, placentera y segura.

ESTRUCTURA PEDAGÓGICA DEL PROGRAMA FORMATIVO

El programa formativo se estructura desde un enfoque por competencias. Presenta capacidades, desempeños y enfoques transversales para desarrollar. Para el desarrollo de las competencias, el programa formativo ofrece cuatro módulos para cada grupo etario que engloban nueve sesiones con determinados propósitos de aprendizaje.

Las competencias, capacidades y enfoques transversales del programa formativo son:

Competencias	Capacidades	Enfoques transversales
1. Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.	• Comprende sus cambios corporales relacionados con la sexualidad. • Construye su autoestima y autoconocimiento. • Reconoce la influencia de su entorno en la construcción de su identidad.	• De género • De derechos sexuales y reproductivos • De diversidad sexual • De inclusión intercultural
2. Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre la realidad y cultura.	• Identifica las desigualdades y brechas de género que se generan a partir de los estereotipos, mitos y prejuicios. • Analiza su realidad y cultura a partir del enfoque de género. Valora la importancia de su aplicación para promover la igualdad y el respeto a la diversidad.	
3. Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.	• Identifica situaciones de violencia y señales de alerta. • Comprende los principales problemas asociados a la necesidad del autocuidado en sexualidad. • Conoce y aplica herramientas de seguridad personal y comunitaria para promover su bienestar y salud sexual y reproductiva.	
4. Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	• Propone metas personales y realistas a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía. • Comprende y valora la importancia de la asertividad, el consentimiento y la expresión de sus afectos, deseos y sensaciones, incluyendo la ternura y el placer, en sus relaciones interpersonales. • Reconoce sus derechos sexuales y reproductivos según su autonomía progresiva. • Comprende la importancia de la ciudadanía y las estrategias para ejercerla.	

Para evidenciar estos desempeños y, así, movilizar los enfoques transversales y las capacidades, y en última instancia fortalecer las competencias previstas, se han elaborado nueve sesiones que se organizan didácticamente en cuatro módulos que se vinculan con cada competencia:

Módulos	Competencia vinculada	Nombre de la sesión	Grupo etario	Propósito
Identidad y corporalidad	**Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.**	**1.** Nosotros y nuestra comunidad	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes se reconocen como personas únicas y valiosas en relación con su grupo.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes se reconocen como personas únicas y valiosas dentro de su grupo y comunidad.
		2. Nuestros cuerpos e identidades	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre su cuerpo como primer territorio de su autonomía.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden el desarrollo integral del cuerpo como primer territorio de su autonomía y asumen su cuidado e higiene personal.
Pensamiento crítico y diálogo	**Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre su realidad y cultura.**	**3.** ¿Qué es eso del enfoque de género?	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre el enfoque de género y su utilidad para comprender su vida e imaginar un mundo mejor y más justo.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden el enfoque de género y su aplicación para comprender su vida e imaginar un mundo mejor y más justo.
		4. Culturas y prácticas	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden cómo la cultura impacta en la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes cuestionan prácticas y discursos que refuerzan el machismo y la homofobia, y que limitan la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.

Módulos	Competencia vinculada	Nombre de la sesión	Grupo etario	Propósito
Cuidemos de nuestra sexualidad	**Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.**	**5.** Seguridad personal y comunidades seguras	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican tipos y situaciones relacionadas con la violencia, su prevención y atención.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican señales de alerta sobre la violencia de género, así como herramientas de seguridad personal y comunitaria.
		6. Decisiones sobre mi vida sexual	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan respecto a las causas y consecuencias de las decisiones sexuales o reproductivas.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan respecto a las causas y consecuencias de sus decisiones sexuales o reproductivas.
Afectividad, placer y ciudadanía	**Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de los afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.**	**7.** ¿Me entiendes?	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican y practican elementos de la comunicación asertiva y empática para expresar sus emociones, deseos, sensaciones y sentimientos en un marco de consentimiento.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes expresan de manera asertiva y empática sus emociones, deseos, sensaciones y sentimientos en un marco de consentimiento.
		8. Ciudadanía de la sexualidad y defensa de los derechos	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.
		9. Logros y desafíos	10-14 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes definen sus metas a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía, y asumen el compromiso de convivir en igualdad.
			15-19 años	Al finalizar la sesión, las y los participantes elaboran su proyecto de vida a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía, y asumen el compromiso de construir una sociedad democrática.

SECCIÓN II

ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C)

PERFIL DE LAS Y LOS PARTICIPANTES

El Programa Formativo de Educación Sexual Integral en Contextos No Formales (ESI - C) se dirige a dos grupos etarios: de 10 a 14 años y de 15 a 19 años.

Se recomienda implementar el Programa ESI - C en zonas con acceso a redes de protección institucionales o no formales fortalecidas[1]. En caso se observe un contexto de elevada vulnerabilidad, se debe considerar adaptar los contenidos y metodología acorde a este, así como prever, con mayor énfasis, protocolos de derivación en caso de evidenciarse situaciones de violencia.

MODALIDAD DE LAS SESIONES

La modalidad de las sesiones del Programa Formativo de Educación Sexual Integral en Contextos No formales (ESI - C) se basa en la presencialidad.

Se recomienda desarrollar una sesión a la semana. En caso se considere implementar más de una sesión en el periodo señalado, se sugiere incorporar espacios adecuados de descanso entre sesiones, así como refrigerios y, de ser necesario, almuerzo/cena según el horario.

ESPACIO DE LAS SESIONES

El espacio debe ser en un lugar definido y ubicado en una zona segura y accesible para las y los participantes. Asimismo, se sugiere que el ambiente no se relacione con entidad u organización con intereses políticos o religiosos, sino que sea propiedad de la comunidad, como los locales comunales, bibliotecas, auditorios, etc. Se sugiere que el espacio de las sesiones cuente con equipo multimedia (proyector, computadora/*laptop*, parlantes).

1 Centro de Emergencia Mujer (CEM), Defensoría Municipal del Niño, Niña y Adolescente (Demuna), Centro de Salud Mental Comunitaria, organizaciones comunitarias, entre otros.

ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE LAS SESIONES

Antes del desarrollo de las sesiones:

- Al ser un espacio comunitario, es necesario realizar un proceso de difusión para convocar la participación de niñas, niños y adolescentes. Se sugiere establecer alianzas con las autoridades y lideresas o líderes del lugar para el apoyo de la difusión, así como de los medios de comunicación más utilizados por la comunidad, ya sea diario, radio, televisión o redes sociales.

- Seleccionar el periodo del año y horario más adecuado, considerando el contexto y necesidades de las y los participantes.

- Contactar a los padres, madres o tutores de las y los participantes de manera presencial o por llamadas telefónicas, informando acerca de los aspectos relevantes del proyecto como objetivo, el rol de las familias y participantes en las sesiones, las fechas y lugar en que se realizarán. La información debe transmitirse de forma clara y sencilla.

- Contar con un documento de consentimiento informado de padres, madres o tutores, así como un documento de asentimiento de las y los participantes en el caso de personas menores de 18 años. Los participantes mayores de 18 años requieren el documento de consentimiento informado firmado por ellas/os mismas/os. Se presentan modelos que pueden ser adaptados según las características de la zona de implementación (anexo 1).

- Identificar condiciones médicas preexistentes, alergias a comida o medicamentos de las y los participantes y equipo de trabajo; así como dietas (vegetariana, vegana u otra).

- El equipo de facilitadores/as debe contar con lineamientos institucionales para el trabajo con niños, niñas y adolescentes para constituir un espacio seguro para las y los participantes. El enlace de documento es el siguiente: «Lineamientos institucionales para el trabajo con NA»: **https://promsex.org/wp-content/uploads/docs/Publicaciones/PromsexLineamientosNNA.pdf**

- Leer detenidamente la guía para comprender el propósito del programa formativo y su estructura pedagógica, así como para realizar las adaptaciones necesarias para fortalecer el proceso de aprendizaje, de ser necesario.

- Conocer de manera detallada la sesión, las actividades planteadas y las ideas fuerza antes de desarrollar cada sesión.

- Contar con los materiales o elaborar, si es necesario, los recursos y materiales que se requiere para cada sesión.

- Preparar y verificar que los elementos logísticos como materiales, refrigerios u otros se encuentren disponibles o coordinados antes de cada sesión.

- Contar con un botiquín con implementos básicos: gasas estériles, algodón, esparadrapos, vendas, tijeras, curitas, alcohol, agua oxigenada, toallas higiénicas, termómetro, guantes y toallas húmedas.

- Ordenar el ambiente de manera circular o media luna, buscando que las y los participantes y el equipo facilitador puedan comunicarse de manera directa.

- Contar con una ruta de derivación en casos que se detecten situaciones de violencia.

- Si se considera necesario, crear un grupo de WhatsApp con los padres, madres o tutores de las y los participantes posterior a la primera sesión para garantizar una comunicación más fluida. A través de los grupos de WhatsApp, como una herramienta para fortalecer el vínculo con las familias, se puede avisar el inicio de la sesión, cuando se concluye una sesión, enviar material complementario, resolver dudas u otros aspectos.

- Durante la planificación, revisar los guiones atentamente para identificar en qué sesiones se recomienda invitar a instituciones u organizaciones según la temática por abordar, y hacer las gestiones o invitaciones formales con tiempo.

Durante el desarrollo de las sesiones:

- Al inicio de la sesión, se brinda unos minutos para la llegada y registro de las y los participantes. Sin embargo, si se cuenta con la mayoría desde la hora de inicio, se puede proseguir con las actividades y utilizar el tiempo de espera para ampliar los espacios de diálogo.

- Aplicar un cuestionario de conocimiento, actitudes y prácticas (CAP) o, de ser necesario, adaptarlo para cada público objetivo. Se adjunta el documento modelo elaborado por Promsex (anexo 3).

- Procesar los resultados del cuestionario CAP después de su implementación en la primera sesión, para identificar los temas necesarios por fortalecer o priorizar.

- Resaltar los acuerdos de convivencia durante cada sesión. Esto es importante para asegurar el adecuado desenvolvimiento de las sesiones. Además, tener en cuenta que los acuerdos de convivencia son un documento vivo. Es decir, se pueden incluir otros puntos en el desarrollo de la sesión que no se tomaron en cuenta antes, pero que son relevantes para contribuir a la armonía del espacio.

- Utilizar un lenguaje claro y sencillo al transmitir la información.

- Considerar que, si el planteamiento de una o más de una idea fuerza se abordó en la reflexión con las y los participantes, no es necesario redundar. Asimismo, las ideas fuerza no son necesarias de leer literalmente, sino pueden ser vinculadas a la reflexión del grupo y como parte del reforzamiento del proceso por parte desde la facilitación.

- Promover un ambiente de seguridad y respeto a las diferencias individuales de las y los participantes, a través del uso de un lenguaje inclusivo y su integración en los trabajos en equipo.

- Enfatizar que las ideas que brinden las y los participantes durante las sesiones son válidas e importantes, promoviendo un espacio de construcción y fortalecimiento de su agencia.

- Guardar recursos y productos que las y los participantes generan durante el programa; así como mantenerlos visibles, con énfasis en las dos últimas sesiones.

- Considerar contar con actividades lúdicas adicionales, para utilizar en caso se necesite generar mayor activación y motivación en el grupo.

- Evitar cualquier situación de agresión verbal (mofas, burlas, etc.) o físico (empujones, «lapos», etc.). En caso sucediera, conversar con las partes involucradas utilizando técnicas de resolución de conflictos como la mediación y el uso de medidas reparadoras para restaurar la convivencia saludable.

Posterior al desarrollo de las sesiones:

- Realizar sesiones de retroalimentación entre el equipo facilitador para reconocer fortalezas y puntos a mejorar.
- En caso algún/a participante solicite conversar después de la sesión, brindarle el espacio para expresarse.
- Derivar los casos detectados de violencia o que requieran atención especializada a las instituciones encargadas, siguiendo la ruta de derivación que debe ser establecida previamente.
- Los materiales producidos (productos de evaluación) por las y los participantes durante la sesión deben ser conservados, ya sea en el ambiente o guardados por el equipo facilitador. Estos materiales serán evaluados mediante la rúbrica de evaluación.
- Procesar los resultados del cuestionario CAP después de su implementación en la última sesión, así como revisar las listas de cotejo de evaluación productos de aprendizaje generados por los y las participantes, y otros recursos cualitativos, a fin de identificar los aprendizajes generados y los temas necesarios de reforzar. Se adjunta el documento de *Lineamientos para la evaluación del programa ESI - C*, para realizar la evolución según lo descrito. Te compartimos nuestros lineamientos de evaluación (anexo 4).

SECCIÓN III

METODOLOGÍA DE LAS SESIONES DEL PROGRAMA FORMATIVO DE EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL EN CONTEXTOS NO FORMALES (ESI - C)

ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

Cada sesión presenta la siguiente estructura:

- **Alineamiento curricular:**

  Este cuadro presenta la relación entre la sesión con el módulo, la competencia y capacidad a desarrollar, el grupo etario, el producto de aprendizaje que será evaluado posteriormente al término de la sesión mediante una rúbrica y el propósito esperado de la sesión.

- **Cuadro resumen de la sesión:**

  Este cuadro presenta información general de la sesión que contiene los momentos metodológicos (inicio, desarrollo y cierre), las actividades por realizar, los recursos por emplear y el tiempo que tomará cada actividad. Cada sesión tiene una duración de 120 minutos.

- **Desarrollo de la sesión:**

  Cada sesión presenta tres momentos metodológicos secuenciales que permiten tener una ruta ordenada de la sesión:

  1. **Inicio:** Este primer momento consiste en presentar el nombre y propósito de la sesión, el recordatorio de los acuerdos de convivencia, así como la recapitulación de la sesión anterior. También se explorarán los saberes previos para lo cual se revisarán los aprendizajes obtenidos de la actividad asignada en el «Reto» de la sesión. Por último, el momento culmina con una actividad inicial para introducir el propósito de la sesión.

  2. **Desarrollo:** Es el momento intermedio de la sesión, el cual contiene las actividades que apuntan al propósito de la sesión. Cada actividad contiene sus ideas fuerza que el/la facilitador/a debe enfatizar una vez finalizada la dinámica, vinculándolas al proceso reflexivo del grupo.

  3. **Cierre:** Es el momento final de la sesión. Aquí las y los participantes deben construir el producto de aprendizaje. A la vez, en este momento se asigna el «Reto» de la sesión, que es una actividad que se realiza en la sesión o fuera de ella y se retoma en la siguiente. Por último, este momento concluye con el agradecimiento y despedida.

TIPO DE ACTIVIDADES

Durante las sesiones se encontrarán diversas actividades que se basan en:

- **Trabajos colaborativos:**

  Son actividades en que se forman pequeños grupos, en que las y los participantes interactúan, comparten ideas, establecen consensos, lideran procesos y sistematizan información para responder a la indicación dada por el/la facilitador/a.

En el grupo de 10 a 14 años, se puede considerar variar la formación de grupos según la edad.

En algunas ocasiones, se pueden dividir los grupos de manera aleatoria, en otras, se puede agrupar a las personas de 10 a 12 años, a parte a las de 13 a 14 años.

Esto si las personas menores de 18 años necesitan mayor tiempo para tener la confianza de expresarse con adolescentes mayores.

- **Juego de roles:** Son dramatizaciones en que las y los participantes asumen determinados roles para experimentar emociones, construir argumentos y evidenciar prácticas según la indicación dada por el/la facilitador/a.

- **Estudio de casos:** Son actividades en que se analizan determinadas noticias, situaciones o ejemplos, para incentivar el pensamiento crítico, el diálogo y proponer alternativas de solución.

- **Actividades de evaluación:** Son actividades que consisten en la elaboración de productos de aprendizaje, cuya información será analizada mediante la rúbrica de evaluación.

- **Actividades participativas:** Son dinámicas lúdicas y de movimiento por las que, a través del juego, se generan procesos de aprendizaje.

- **Actividades expresivas y artísticas:** Son actividades individuales que implican el dibujo o la redacción según la indicación dada por el/la facilitador/a. Luego de ello, se solicita la participación voluntaria para compartir la experiencia y vivencia.

- **Reto:** Son actividades que se comparten para ser desarrolladas de manera individual al finalizar cada sesión, y que, al inicio de la siguiente, se procede a identificar los aprendizajes obtenidos o reflexiones generadas.

SECCIÓN IV

DESARROLLO DE SESIONES

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD

GRUPO ETARIO: 10-14 AÑOS

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD

SESIÓN 1: NOSOTROS Y NUESTRA COMUNIDAD

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Identidad y corporalidad		
Competencia vinculada	Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.	**Competencia vinculada**	Construye su autoestima y autoconocimiento. Reconoce la influencia de su entorno en la construcción de su identidad.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Papelote con las respuestas de las y los participantes a partir de la dinámica «Papa caliente».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes se reconocen como personas únicas y valiosas en relación con su grupo.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación de equipo facilitador, programa y sesión	PPT o papelote	10 min
	Dinámica «Frío y caliente» y acuerdos de convivencia	Tarjetas de colores Papelotes Plumones Música de fondo	30 min
	Aplicación de cuestionario CAP	Cuestionario fotocopiado Lapicero	20 min
Desarrollo	Dinámica «Soy y somos»	Hoja bond A4 Plumones/colores Lapiceros/lápices Papelote Cinta *masking tape*	35 min
Cierre	Dinámica «Papa caliente»	Pelota o cualquier otro objeto que pueda pasar de mano en mano Música (opcional) Papelote Plumones	10 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (70 minutos)

70

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación del programa y de la sesión (10 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la asistencia y se presenta a sí misma/o y al cofacilitador/a.
- Luego, con un lenguaje amigable, se explica el nombre y objetivo del programa ESI - C. También sobre el número, tiempo y temas de las sesiones. Se enfatiza que durante las sesiones se desarrollarán actividades en que es importante participar expresando lo que pensamos y sentimos, así como las preguntas que tengan son válidas de compartir.
- Se explica que el propósito de la sesión se relaciona con fortalecer el valor que tenemos sobre nosotras/os mismas/os. Además, se abrirá un espacio para conocernos y construir confianza durante el programa formativo.
- Por último, se indica que, al finalizar cada sesión, se tendrá un «reto» que ayudará a fortalecer lo trabajado.
- El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Dinámica «Frío y caliente» y acuerdos de convivencia (30 minutos)

- El/la facilitador/a señala que es importante conocerse. Por ello, se realizará un corto ejercicio. Para ello, se indica lo siguiente:

¿?

Dejemos nuestras cosas en las sillas y caminemos por todo el espacio, a una velocidad normal, cuando indique la palabra:

- **«Frío»**, deben buscar a una persona y colocarse espalda con espalda.
- **«Caliente»**, deben buscar a una persona y darse un abrazo (en caso se observe que no hay la confianza para ello, se indica que inventen un saludo diferente al normal, como saludarse con los codos, pies o crear un saludo especial de manos). Además, cuando se diga la palabra «caliente», deben responder a las preguntas que se indiquen.

- El/la facilitador/a aplica la premisa, y cuando estén caminando, inicia con la palabra «frío», luego indica que sigan caminando y señala «caliente». Tras darse el abrazo o saludo, pide que no se separen de la pareja y compartan sobre algunas preguntas que ambas partes deben responder. Una vez que se observa que conversaron sobre las preguntas, se repite el ejercicio pidiendo que caminen e indicando las palabras «frío» o «caliente» hasta completar tres rondas. Se puede variar la forma en que caminan (más lento o rápido, agachándose o empinándose). Las preguntas por considerar son:

- **Primera ronda:** ¿Nombre, edad y pasatiempo favorito?
- **Segunda ronda:** ¿Nombre? ¿Qué es lo que más me gusta de mi barrio y de mi región? (comida, lugar, fecha especial, otro).
- **Tercera ronda:** ¿Nombre? ¿Cuál es la expectativa que tengo de participar en este espacio, o qué espero?, ¿qué acuerdo de convivencia considero que es importante que tengamos para que podamos compartir y aprender?

- Para la tercera ronda, se les entrega dos tarjetas de cartulina y plumones a cada pareja, para que anoten el consenso de una expectativa y un acuerdo de convivencia.

- Durante el ejercicio, se puede reproducir música de fondo alegre para las y los participantes (cuidando que no tengan mensajes que reproducen algún tipo de violencia).

- Posteriormente, se pide que hagan una ronda manteniéndose al costado de la última persona con la que compartieron, así como que cada pareja se presente indicando: sus nombres, edades, expectativa y acuerdo de convivencia consensuados.

- El/la cofacilitador/a recibe las tarjetas y las pega en un papelote titulado «Expectativas» y otro «Acuerdos de convivencia». De haber ideas repetidas, se agrupan o colocan de manera contigua, para visibilizar la importancia que el grupo le da a esas ideas.

- Se propicia un ambiente ameno y de respeto, permitiendo que las y los participantes puedan presentarse.

- El papelote de «Acuerdos de convivencia» se coloca de manera visible en el ambiente, el cual se colocará en cada sesión.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Tanto el nombre o forma de presentación, lo que nos gusta y de dónde somos es parte de nosotras/os y nuestra identidad. Por ello, en esta sesión conversaremos más sobre ello.
- También es importante conocer las expectativas que tenemos de este espacio, así como construir acuerdos de convivencia que nos ayudarán a compartir y aprender de manera respetuosa.

Actividad: Aplicación de cuestionario CAP (20 minutos)

- El/la facilitador/a entrega el cuestionario CAP y explica que resulta necesario conocer cómo ingresan al programa formativo, pues esta información permitirá adecuar los contenidos y actividades a las características de cada una/o. Asimismo, hay que señalar que los resultados del cuestionario serán confidenciales y solo serán empleados para mejorar la calidad de la intervención.
- Durante la aplicación, hay que indicar que no hay respuestas buenas ni malas, no señalar que se está «evaluando», para evitar generar ansiedad en las y los participantes.
- Monitorear que cada participante complete el cuestionario de manera correcta.
- Prestar atención en caso sea necesario el apoyo para entender el contenido del cuestionario.
- En caso exista conectividad y equipos, el cuestionario físico puede ser reemplazado por un formulario en línea.

Momento: Desarrollo (35 minutos)

Actividad: Dinámica «Soy y somos» (35 minutos)

- Se entrega a cada participante una hoja bond y lápices/lapiceros/plumones delgados, solicitando que dibujen su silueta. No hay necesidad de dibujarse a sí misma/o, sino solo su propia silueta.
- Para ayudar a la comprensión de la actividad, el/la facilitador/a señala que colocará un papelote en la pared o pizarra donde esté su silueta.

- Después de que las y los participantes hayan elaborado su silueta, el/la facilitador/a solicitará que cada una/o responda determinadas preguntas. Para ello, irá escribiendo, de manera progresiva, en el papelote-modelo, las preguntas en determinadas partes del cuerpo y cada una/o debe responder en su propia silueta. En el papelote ejemplo, se puede escribir las preguntas mientras se presentan para ayudar a la comprensión del ejercicio. Entre cada pregunta, el/la facilitador/a debe asignar algunos minutos para que las y los participantes registren su respuesta:

Hombros: ¿Cuáles son mis cualidades y aspectos por mejorar?

Pies: ¿Cuáles son mis orígenes?

Piernas: ¿Quiénes son mis personas de confianza?

Manos: ¿Cuáles son mis expectativas conmigo misma/o y con mi comunidad?

Pecho: ¿Qué me gusta de mí?

Cabeza: ¿Quién soy?

- Una vez respondidas las preguntas, se pide que, en la parte de atrás de la hoja, la dividan en cuatro con un lápiz o lapicero. Se solicita que en cada cuadrante se responda a una pregunta. Para ayudar a la comprensión de la actividad, el/la facilitador/a señala que colocará un papelote en la pared o pizarra donde esté su silueta. Durante la actividad, el/la facilitador/a motiva que cada participante responda las siguientes preguntas:

¿Quiénes conforman mi familia?	¿Quién o quiénes son mis mejores amigas o amigos?
¿A quién me parezco de mi familia? (de manera física o en la forma de ser)	¿En qué lugares me siento a gusto? (familia, colegio, comunidad, otros)

- Posteriormente, se va leyendo cada pregunta y, de manera voluntaria, se pide a que una/o o dos participantes comenten qué respondieron. Se motiva a que en cada pregunta responda alguien diferente. Además, se busca identificar si hay respuestas similares pidiendo que levanten la mano. Se agradece la intervención de las y los participantes.

- Para finalizar la actividad, se reflexiona de manera grupal sobre:

¿En qué nos ayuda conocer o reconocer las respuestas a las preguntas que hemos visto?

¿Es importante conocer mis cualidades y aspectos por mejorar?, ¿por qué?

¿Qué entendemos como autoestima y cómo podemos fortalecerla?

¿Todas las familias son iguales? ¿Qué diferencias o tipos de familias pueden existir?

¿De qué manera mi familia y entorno influye en lo que soy?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El autoconcepto es aquella habilidad que nos permite reconocernos de manera integral, con cualidades, aspectos por mejorar y potencialidades, y la autoestima es aquella habilidad que nos permite valorarnos y respetarnos a nosotras/os mismas/os.
- Existen diversos tipos de familia en que los roles y funciones de sus integrantes son constantemente cambiantes a medida que pasa el tiempo. Además, la familia no solo lo es por el vínculo sanguíneo, sino por el afecto que construimos.
- Existen familias conformadas por personas gays, lesbianas, bisexuales o trans, las cuales merecen el mismo respeto y trato.
- La cooperación, la igualdad de género, el cariño y el respeto son parte del funcionamiento de la familia bajo el criterio de bienestar.
- La familia y comunidad también son parte de nosotras/os. Aprendemos costumbres y creencias que afectan a nuestro desarrollo. Estas relaciones pueden fortalecerse para crecer con bienestar.

Momento: Cierre (15 minutos)

Actividad: Dinámica «Papa caliente» (10 minutos)

- El/la facilitador/a señala que para finalizar la sesión se hará una última actividad.
- Enseña la pelota (u objeto similar), indicando que se trata de una papa que está caliente y que cada una/o debe pasarlo de mano en mano al compañero/a del costado.
- Mientras se realice, se escuchará una música (o aplausos del/la facilitador/a) y cuando se detenga, quien se quedó con la «papa caliente» responderá una pregunta. El ejercicio se repite para realizar las preguntas sugeridas.
- Las y los participantes puedan compartir su experiencia durante la actividad, no necesariamente sus respuestas literales, sino cómo se han sentido y de qué se han dado cuenta:

¿De qué me he dado cuenta en la sesión?

¿Qué es el autoconcepto?

¿Qué es la autoestima?

¿De qué manera el autoconcepto y la autoestima contribuyen a nuestro desarrollo personal y bienestar?

¿De qué forma la familia influye en nuestro autoconcepto y autoestima?

- Durante las preguntas, el/la facilitador/a debe motivar y estimular a que no solo la o el participante que se quedó con la «papa caliente» intervenga, sino que participen también la mayor cantidad de personas.
- Mientras las y los participantes dan sus respuestas, el/a cofacilitador/a registra las respuestas en un papelote. Estas respuestas serán analizadas tras terminar la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica, según los indicadores de evaluación:
  - Define el concepto de autoconcepto.
  - Define el concepto de autoestima.
  - Reconoce la importancia del autoconcepto y autoestima en su desarrollo personal, relación familiar y bienestar colectivo.

Actividad: Reto **(5 minutos)**

- El/la facilitador/a indica que entre cada sesión se compartirá un reto que contribuirá al desarrollo de las sesiones.

- Se brinda la indicación:

> Hasta la siguiente sesión, deben preguntar a dos personas cercanas (familia o amigas/os) algo que les guste de ti, ya sea algo físico o de tu forma de ser.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

SESIÓN 2: NUESTRO CUERPO E IDENTIDADES

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Identidad y corporalidad		
Competencia vinculada	Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.	**Capacidad vinculada**	Comprende sus cambios corporales relacionados con la sexualidad.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Tríptico de la dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre su cuerpo como primer territorio de su autonomía.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	15 min
	Dinámica «Este es mi movimiento»	No aplica	10 min
Desarrollo	Dinámica «Mis sensaciones»	Recursos de sensaciones (se describe en el ejercicio)	20 min
	Dinámica grupal «Cambios y cuidados»	Cartulinas Plumones Cinta *masking tape*	40 min
Cierre	Dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?»	Hoja bond Lapiceros Caja para dejar tríptico	15 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (40 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con conocer y cuidar nuestro cuerpo según el momento en que nos encontramos en nuestras vidas. Además, reconocer que nuestro cuerpo es nuestro primer territorio de autonomía. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se coloca el papelote con los acuerdos de convivencia y se hace el recordatorio, invitando a que todas y todos los tengan en consideración.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿De qué trató la sesión anterior?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda sobre el «Reto» de la sesión anterior y se pregunta de manera aleatoria sobre las respuestas que se obtuvo. De no haberlo hecho, pueden responder qué les gusta de sí mismos, ya sea físicamente o en su forma de ser.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará sobre nosotras/os mismas/os. Por ello, hicimos este pequeño ejercicio.

Actividad: Dinámica «Este es mi movimiento» (10 minutos)

- El/la facilitador/a solicita que las y los participantes se pongan de pie y formen un círculo. Dará la siguiente indicación:

«Vamos a realizar una dinámica para iniciar nuestra sesión. Cada uno y una elegirá un movimiento que quiera usar para presentarse. Este movimiento lo debe realizar con su cuerpo, ya sea girando, saltando, haciendo un silbido o un determinado movimiento. Cada uno y una se presenta diciendo su nombre y señalando cuál es su movimiento. Luego, todas y todos repetiremos el nombre que ha empleado la persona para presentarse y repetiremos ese movimiento. Empezaré yo».

- El/la facilitador/a da su nombre y dice: «Mi movimiento es» y realiza la acción. Ejemplo: Saltar sobre un pie, dar una vuelta, levantar una mano y silbar, etc. Luego, anima a que cada una/o pueda presentarse y dar su movimiento. Posteriormente, el grupo repite el nombre e imita el movimiento, diciendo: «Su nombre es... y este es su movimiento».

- De observarse que el tiempo es limitado, se promueve el ejercicio de manera aleatoria.
- Una vez que el grupo haya finalizado, el/la facilitador/a reflexiona que todos estos movimientos se han realizado gracias a nuestro cuerpo, y que, justamente, en esta sesión se dialogará sobre el cuerpo.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Nuestro cuerpo permite expresarnos, comunicarnos y que nos sintamos bien. Es parte de nuestra identidad. Por ello, es importante conocerlo, valorarlo y reconocerlo como el primer territorio de nuestra autonomía.

Momento: Desarrollo (60 minutos)

Actividad: Dinámica «Mis sensaciones» (20 minutos)

- El/la facilitador/a solicita que, en su sitio, cada participante cierre los ojos y que pongan atención al objeto que se les acerca. Se toma aproximadamente de 30 segundos a un minuto para presentar el objeto que estimula diferentes sentidos a todo el grupo. A continuación, se sugiere los siguientes objetos:

1. **Opciones de olor:** perfume, alcohol, canela, incienso, eucalipto, manzanilla, otros.
2. **Opciones de tacto:** cosas de diferente textura (áspera, lisa, con relieve, otros).
3. **Opciones de oído:** diferentes tipos de música con ritmos marcados (reguetón; música afroperuana, de la selva, de la sierra; otros géneros modernos).
4. **Gusto:** frutas pequeñas, frutos secos, trigo atómico, chifles, caramelos de diferentes sabores u opciones accesibles pequeñas.
5. **Vista:** fotos de animales bebés, fotos de comida, fotos de deportes de aventuras u otras imágenes llamativas.

- En el caso del olor, se debe acercar el o los objetos a las y los participantes para que los huelan.

- En el caso del tacto, se debe procurar tener más de un objeto que se entrega a diferentes personas, el cual deben ir pasándolo hacia la derecha para que otra lo sienta.

- En el caso del gusto, se debe procurar tener algo pequeño que se pueda repartir rápido. Si se cree conveniente, puede ser más de una cosa.

- En el caso de la vista, se deja como último sentido, para pedir que abran los ojos y observen las imágenes en diapositivas, impresas o dibujadas.

- Terminado el ejercicio, se solicita la participación voluntaria de dos a cuatro participantes para que narren su experiencia acerca de cómo se han sentido y de qué se han dado cuenta.

- Finalizada la participación, el/la facilitador/a agradece la intervención e invita a reflexionar de manera grupal sobre:

¿Qué sensaciones experimentamos? ¿Por qué las experimentamos?

De las cosas que sentimos en el ejercicio, ¿qué nos gustó y qué no?

¿Qué otras sensaciones agradables conocemos?, ¿nos causan placer?

¿Qué otras cosas no nos gustan sentir o percibir?

¿Es importante reconocer qué nos gusta y qué no?, ¿por qué?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Nuestro cuerpo tiene una variedad de sentidos, receptores y terminaciones nerviosas que permiten que experimentemos sensaciones, emociones agradables o placenteras.

- Estas sensaciones son personales y nos permiten saber si nos sentimos bien o experimentamos desagrado ante alguna situación, ayudando, así, a que desarrollemos nuestra autonomía de manera progresiva.

- Con el desarrollo y crecimiento de cada persona, se puede sentir placer por diferentes estímulos. Asimismo, es importante identificar lo que es saludable y que no vulnera nuestro cuerpo.

- Es necesario que cuidemos nuestro cuerpo para experimentar estas sensaciones agradables.

Actividad: Dinámica grupal «Cambios y cuidados» **(40 minutos)**

- Se forman tres grupos y se entrega dos cartulinas y plumones de colores.
- A cada grupo se le indica que realizará un trabajo diferente y similar a la vez, y que para ello tienen 15 minutos.
- Cada grupo deberá describir un tipo de características y cambios que se dan en la adolescencia en una cartulina (especialmente hasta los 14 años).

  - **Grupo 1:** Describir las principales características y cambios físicos en la adolescencia.
  - **Grupo 2:** Describir las principales características y cambios emocionales o psicológicos en la adolescencia.
  - **Grupo 3:** Describir las principales características y cambios sociales en la adolescencia (en relaciones que tiene con sus amigos, familia, comunidad u otros espacios).

- Luego, cada grupo deberá crear un mensaje en otra cartulina, pensando que podría difundirse en un medio que llegue a las y los adolescentes (ejemplo: televisión, radio, redes sociales o periódico). Este mensaje debe expresar cómo un/a adolescente puede cuidar el tipo de características que le tocó al grupo.
- Se les puede brindar ejemplos según el tipo de características para ayudar a pensar el mensaje.
- Conforme los grupos van finalizando, se solicita un/a o dos voceros/as para que comparta las principales características y cambios de la adolescencia que trabajaron, y el mensaje que generaron indicando el medio de comunicación por el cual lo difundirían.
- Mientras los grupos van presentando sus trabajos, el/la facilitador/a motiva la reflexión:

¿Qué otros cambios se dan en la adolescencia? (según el tipo de características que están compartiendo: físicas, emocionales o sociales)

¿Qué otros cuidados del cuerpo, emociones y relaciones sociales se deben tener en cuenta en esta etapa de vida? (énfasis en higiene en el caso de características físicas)

¿Qué puedo hacer si no me siento cómoda/o con los cambios que se van dando en la adolescencia? (físico, emocional, social)

- En caso no se mencione la menstruación y eyaculación en los trabajos de grupo, el/la facilitadora señalará de manera breve que son cambios que se dan también en la adolescencia.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- La corporalidad va más allá de la forma o características físicas, nuestro cuerpo vive y siente según cada etapa de desarrollo en una sociedad o cultura determinada y que la higiene corporal y la buena nutrición nos ayuda a estar bien y sentirnos mejor en contacto con otras personas.

- A medida que vamos creciendo, nuestros gustos y necesidades van cambiando. Es importante conocer cómo vamos cambiando, para poder disfrutar de cada etapa de la vida, cuidando nuestro cuerpo, nuestras emociones y nuestras relaciones.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: Dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?» (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada participante una hoja bond y solicita doblarla en tres partes, como un tríptico.

- En la parte de arriba de cada columna colocarán una pregunta. Se motiva a que al menos coloquen dos respuestas por pregunta. Se coloca en un papelote para ejemplificar:

¿Qué cambios he observado en mi cuerpo que me gustan?	¿Qué cambios he observado en mi cuerpo que no me gustan?	¿Cómo puedo cuidar mi cuerpo y comprender lo que no me gusta de él?

- Después de terminar, hay que solicitar la participación de dos a cuatro voluntarias/os para narrar su experiencia, no necesariamente lo que han escrito, sino cómo se han sentido y de qué se han dado cuenta.

- Finalizada su participación, el/la facilitador/a agradece la intervención.

- Hay que indicar que, al terminar la sesión, cada participante dejará el tríptico doblado en una caja (tipo buzón) antes de salir. No debe colocar su nombre, solo su género y edad en la parte de atrás de la hoja. El contenido será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Reconoce los cambios físicos en la adolescencia.
  - Reconoce los cambios emocionales en la adolescencia.
  - Muestra una valoración positiva hacia su cuerpo.
  - Asume el cuidado de su integridad corporal.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- A lo largo de nuestra vida, van a haber cambios físicos, emocionales y en nuestras relaciones sociales. Esto puede hacernos sentir de diferentes formas. Por ello, es importante hacernos estas preguntas y, poco a poco, aprender a valorar y aceptar nuestras características. Además, esto nos ayudará a cuidar mejor de nosotras/os mismas/os. Por ejemplo, a nivel de nuestra higiene personal y a construir nuestra autonomía.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto que se invita a realizar antes de la siguiente sesión.

Ver el video «Igualdad de género presentado por Puros Cuentos Saludables» en YouTube hasta el minuto 1:55 y reflexionar sobre la historia que se comparte.

www.youtube.com/watch?v=2d7K7nP-2Ro

- Si se cuenta con algún grupo de comunicación con los padres, madres o tutores o participantes, se puede enviar el enlace o archivo por ese medio. Si no, se brinda el título exacto con que lo encuentran en YouTube.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO

GRUPO ETARIO: 10-14 AÑOS

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO

SESIÓN 3: ¿QUÉ ES ESO DEL ENFOQUE DE GÉNERO?

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Pensamiento crítico y diálogo		
Competencia vinculada	Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre su realidad y cultura.	**Capacidad vinculada**	Identifica las desigualdades y brechas de género que se generan a partir de los estereotipos, mitos y prejuicios. Analiza su realidad y cultura a partir del enfoque de género, valorando la importancia de su aplicación para promover la igualdad y el respeto a la diversidad.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Mensaje producido en la dinámica «Una barra por el cambio».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre el enfoque de género y su utilidad para comprender su vida e imaginar un mundo mejor y más justo.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Proyector Equipo audiovisual	15 min
	Dinámica «Bingo»	Copias de ficha de trabajo n.° 1: Bingo Lapiceros	15 min
Desarrollo	Dinámica grupal «Analizando con lentes especiales»	Casos Papelotes Plumones	30 min
	Dinámica «Usando los lentes con enfoque de género»	Lentes Papelote Plumones	20 min
Cierre	Dinámica grupal «Una barra por el cambio»	Cartulina o papelote Plumones	20 min
	Reto y despedida	Copias de ficha de trabajo n.° 2: ¿Mito o dato?	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (45 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar para comprender que, mientras crecemos, aprendemos a ser o hacer ciertas cosas por haber nacido como varones o mujeres, y que ello nos puede limitar, pero, a su vez, podemos cambiarlas aprendiendo a utilizar una herramienta que se llama «enfoque de género». El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda el «Reto» que se dejó la sesión anterior, sobre ver una parte del video de «Puros Cuentos Saludables». Se consulta si se visualizó. De no ser así, se reproduce (hasta el minuto 1:55 **www.youtube.com/watch?v=2d7K7nP-2Ro)**. De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- Luego, de manera libre, se pide responder a las siguientes preguntas:

¿Qué pasa en la historia?

¿Qué diferencias hay entre Simón y su hermana?

¿Quiénes hacen esas diferencias y por qué se hacen?

- Reproducir el resto del video, audio o relatar la parte faltante de la historia, e indicar que en la sesión de hoy profundizará al respecto, para comprender por qué muchas veces se hacen esas diferencias. También para conocer la herramienta del enfoque de género, que nos ayudará a imaginar un mundo mejor y más justo.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Todas las personas tenemos un potencial de desarrollo que no debe ser limitado por nuestro sexo, edad, cultura, orientación sexual, nacionalidad, etc., y que, justamente, para este propósito, el enfoque género permite ello, pues promueve la igualdad de derechos entre todas las personas, reconociendo que todas y todos tenemos las mismas capacidades y potencialidades.

Actividad: Dinámica «Bingo» (15 minutos)

- El/la facilitador/a pide a las y los participantes se coloquen en círculo y dejen libre el centro del ambiente. Luego, se entrega una copia del bingo (ficha de trabajo n.° 1) y un lapicero a cada una/o. Más adelante, se brinda la premisa:

> Cada participante debe escribir su nombre en el centro, y cuando yo indique «Empezamos», deben escribir el nombre de una compañera o compañero que cumple con la característica de cada recuadro de la hoja.
>
> No se puede repetir los nombres. Si hay menos participantes que casillas, se puede repetir hasta dos veces.
>
> El o la primera participante que llene todos los recuadros debe gritar: «Bingo» y todas las demás personas deben parar el juego.

- Hay que considerar que las características de las casillas se pueden adaptar según el contexto.
- Se puede reproducir música mientras se juega.
- Cuando se tenga a una persona que grite: «Bingo», se para el juego como se indicó, y se revisa que la ficha esté llena correctamente.
- Luego, se lee cada casilla y se pregunta quiénes del grupo cumplen con esta característica, resaltando que tienen cosas en común, así como que hay características que son comunes tanto a chicos como a chicas.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Analizando con lentes especiales» (30 minutos)

- El/la facilitador/a conforma cuatro grupos de trabajo. A cada grupo le asigna un caso e indica que debe leerlo y responder juntas/os a las preguntas que les tocó en un papelote. Para ello, tienen 10 minutos.

- Además, les menciona que cuando lean el caso, deben imaginar que usan unos lentes especiales, los que les permite analizar e identificar cosas muy importantes.

Caso 1:

Tiannys es una niña de 11 años que ha llegado al Perú de otro país y tiene muchas habilidades para el deporte y la actividad física.

En la comunidad donde vive, hacen varias actividades deportivas, y a ella le gusta participar. La siguiente semana habrá un campeonato infantil y han publicado que pueden participar niños y niñas.

Tiannys muy emocionada le cuenta a su abuelo, con quien vive, y él le dice: «Mi niña, ese deporte es para chicos. Tú eres una jovencita y no puedes estar jugando fútbol. Si gustas, inscríbete para el vóley. Además, qué dirán los vecinos y vecinas si te ven en el campeonato de fútbol. Pensarán que eres un niño».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dice el abuelo de Tiannys? ¿Por qué?

c) ¿Qué pasaría si a una chica le gusta jugar fútbol?

d) Si tú fueras el abuelo de Tiannys, ¿qué le hubieras dicho?

Caso 2:

Kelvin es un niño de 13 años, muy comunicativo y empático. Desde hace varios meses, está empleando muletas para movilizarse. Un día su mamá le pide que vaya a la bodega de la esquina. Kelvin se alista y se dirige a la tienda.

Cuando se está trasladando a la bodega, se tropieza y cae. A partir de ello, Kelvin se pone a llorar. Un vecino se acerca para ayudarlo y le dice: «No es para tanto. Solo ha sido un raspón. Además, los hombres son fuertes y no deben estar llorando. Piensa lo que dirán las demás personas si te ven llorando».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dice la vecina de Kelvin? ¿Por qué?

c) ¿Qué pasaría si un chico llora en público?

d) Si tú fueras la vecina de Kelvin, ¿qué le hubieras dicho?

Caso 3:

Mariano es un niño de 10 años. Es muy participativo y supercreativo. A él le gusta ver varios dibujos animados por internet con su papá.

Un día su padre decide comprarle una mochila con el estampado del dibujo animado que le gusta para que vaya al colegio. La mochila tiene diferentes colores, incluido morado y blanco.

Mariano asiste muy emocionado al colegio, y apenas los chicos de su salón lo ven, se burlan y le dicen: «Oye, esa mochila es para niñas. No sabes acaso que ese dibujo y ese color de la mochila es para niñas».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dicen los amigos de Mariano? ¿Por qué?

c) ¿Existen dibujos animados y colores para chicos y otros para chicas? ¿Por qué?

d) Si ustedes fueran los amigos de Mariano, ¿qué le hubieran dicho?

Caso 4:

Julia es una niña de 13 años, muy inteligente y habla muy bien el quechua, ya que sus padres son quechuahablantes.

Los fines de semana, ella va al parque de la comunidad a jugar con sus amigos. Ella propone los juegos por realizar y organiza a sus compañeros y compañeras para que todo el grupo participe.

En un juego, ella propone que un subequipo se llame Runa, y un chico de su edad que recién se ha integrado al grupo le dice: «Julia, las niñas no nos mandan a los chicos, menos nos dan órdenes. Ustedes deben hacer caso a lo que nosotros decimos, pues a las finales tenemos la razón».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dice el chico que recién se ha integrado al grupo? ¿Por qué?

c) ¿Consideran que solo los niños deben ser los líderes y solamente las niñas siempre deben de seguir las indicaciones? ¿Por qué?

d) Si tú fueras el chico que recién se ha integrado al grupo, ¿qué le hubieras dicho?

- El/la facilitador/a monitorea el trabajo de cada grupo y solicita que escojan a un/a vocero/a. Cada grupo presentará sus resultados en un papelote.
- Mientras cada grupo presenta su trabajo, el/la facilitador/a invita a que realicen preguntas.
- Una vez que haya expuesto el último grupo, se genera la reflexión grupal:

¿Qué se repite en estas cuatro historias?

¿Qué diferencias encontramos sobre cómo deben comportarse las chicas y los chicos?

¿Qué otras situaciones similares observamos en nuestro día a día? (colegio, familia, comunidad)

- Se agradece y felicita por el trabajo realizado. Además, se recuerda que al inicio se indicó que traten de leer el caso con unos lentes especiales, a los que podemos llamarle «lentes con enfoque de género». Le decimos lentes, porque, como los lentes comunes, nos ayudan a ver mejor situaciones de desigualdad que pueden estar pasando en nuestra casa, colegio, comunidad u otros lugares.

- Se explica que cuando nos colocamos esos lentes, podemos reconocer mejor cuando pasan cosas como en los casos anteriores. Es decir, cuando se hacen diferencias entre los chicos y chicas que limitan su expresión y desarrollo, y que además, como se ha visto en los casos, muchas veces hace daño.

- Se brindan ejemplos del análisis con los «lentes con enfoque de género» con las propias intervenciones de las y los participantes sobre los casos.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los estereotipos de género son ideas, moldes o etiquetas rígidas de cómo deben ser las personas según su sexo.

- Sexo y género son diferentes. El primero hace referencias a las características biológicas, mientras que el género alude a las expectativas sociales asignadas.

Actividad: Dinámica «Usando los lentes con enfoque de género» (20 minutos)

- En la plenaria, se indica que ahora se desarrollarán algunos ejercicios, para aprender a usar mejor los «lentes con enfoque de género».

- Para ello, ordenan las sillas en forma de media luna, mirando hacia la pizarra o pared, donde se puede colocar dos papelotes. En cada papelote se coloca una pregunta.

- Se tiene a la mano unos lentes de plástico, cartulina o unos normales, pero sin lunas o sin medida. Y se indica que se van a pasar los lentes entre ellas y ellos, para responder a las preguntas. Y para ello, siempre deben empezar la frase con:

  - Las/los chicas/os deben ser o no ser...
  - Las/los chicas/os deben hacer o no hacer...

- En el siguiente cuadro se ejemplifica sobre los papelotes. Y también pueden pensar en situaciones que les ha pasado o que observan que les pasa a otras personas, especialmente de sus edades.

¿Cómo dicen que deben ser o qué deben hacer las chicas? (familia, colegio, amigas/os, comunidad)	¿Cómo dicen que deben ser o qué deben hacer los chicos? (familia, colegio, amigas/os, comunidad)
Las chicas deben ser delicadas. Las chicas deben hacer las cosas de la casa.	Los chicos no pueden usar cosas que sean rosadas. Los chicos siempre deben cargar las cosas pesadas.

- Se dan ejemplos para ayudar a comprender la premisa. Y se recuerda que los «lentes con enfoque de género» nos ayudarán a identificar esas situaciones que pasan día a día.

- El/la cofacilitador/a anota las respuestas en los papelotes, y se intenta que la mayoría de participantes realice el ejercicio, promoviendo que se responda tanto el papelote de los chicos y de las chicas.

- El/la facilitador/a promueve la reflexión grupal sobre:

¿Cómo impactan estas ideas, roles o estereotipos en nuestro desarrollo?

¿Cómo podemos cambiar estas ideas?

- Se indica que con los «lentes con enfoque de género» se puede también plantear propuestas para cambiar esas ideas que no ayudan a que nos desarrollemos con libertad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los roles de género son cambiantes en el tiempo, y nosotras/os podemos contribuir a ese cambio.
- El enfoque de género es una forma de ver la realidad que permite comprender las inequidades existentes entre hombres y mujeres para promover cambios.
- El pensamiento crítico y el enfoque de género nos ayudan a comprender las desigualdades que limitan la vida de las personas, y promover acciones para imaginar un mundo mejor y más justo.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Una barra por el cambio» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que formen tríos con las personas que tienen al costado y les entrega una cartulina con plumones de colores.
- Se indica que leerán los papelotes que se generaron en la dinámica anterior, «Usando los lentes con enfoque de género», para pensar en un eslogan o frase llamativa que motive a deshacernos de las ideas, estereotipos o roles de género que se identificaron. Para ello, tendrán 10 minutos.
- Se señala que luego cada grupo presentará su eslogan o frase como haciendo una barra (pueden usar aplausos, silbidos, movimientos corporales, etc.).
- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben, se solicita que puedan mostrar su eslogan y barra.
- El/la cofacilitador/a toma nota de la barra y el mensaje que quieren transmitir. El contenido de los eslóganes será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:
  - Elabora mensajes que promuevan la igualdad de género.
  - Identifica al enfoque de género como una herramienta para el cambio social.
  - Cuestiona los estereotipos de género en su mensaje.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto de la semana. Para ello, hace entrega de la ficha de trabajo 2 «¿Mito o dato?», indicando lo siguiente:

> El reto de esta semana consiste en identificar si las frases de las fichas son «mito» o es un «dato». Es decir, es información confiable. Para la siguiente sesión, deben traer la ficha llena. Si desean, pueden consultar con sus amigas/os.

- Se puede dar un ejemplo, y se recalca que deben traer la ficha en la siguiente sesión.
- Además, se pide que, en la siguiente sesión, traigan periódicos o revistas que tengan en casa. No es necesario que sean actuales.
- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

BINGO

Le gusta el reguetón	Le da miedo los terremotos	Su color favorito es el negro
Juega fútbol	Escribe tu nombre	Le gusta bailar
Le gusta cocinar		Sube fotos o videos a redes sociales
Juega vóley	Toca un instrumento musical	Le gustan los carros

FICHA DE TRABAJO N.° 2

¿MITO O DATO?

¡Hola! En el siguiente cuadro, encontrarás diferentes frases. **Marca con una X** si consideras que la frase es un mito (no es verdad) o un dato (es información confiable), o también puedes marcar «No sé», si tienes muchas dudas o no sabes la respuesta.

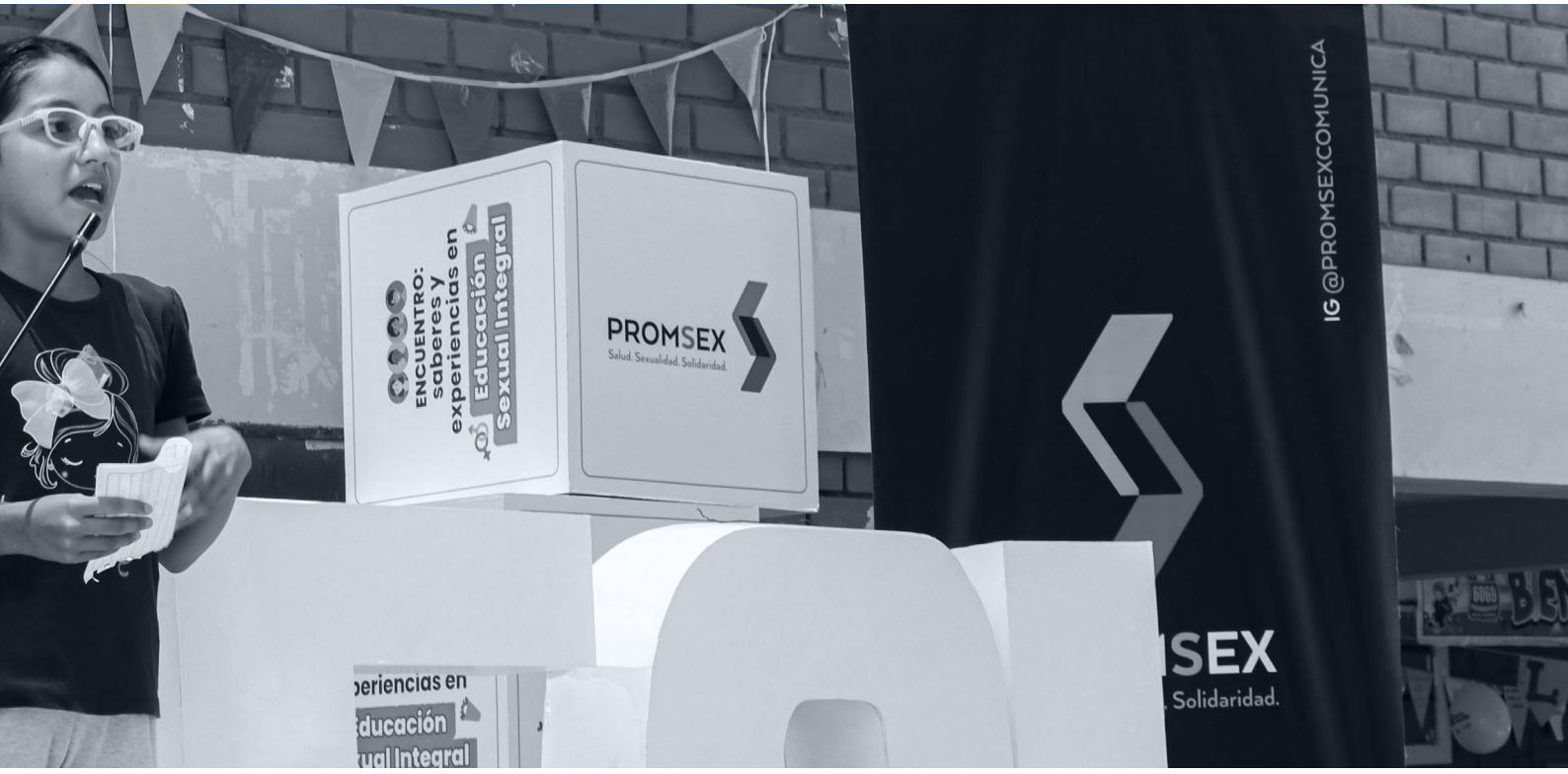
FRASE	MITO	DATO	NO SÉ
Hablar de sexualidad promueve las relaciones sexuales a temprana edad.			
La homosexualidad es una enfermedad mental.			
La igualdad de género promueve que todas las personas puedan desplegar sus potencialidades, libres de discriminación y violencia.			
Las personas lesbianas, gays, bisexuales y trans deben tener los mismos derechos que cualquier persona.			
A los hombres les resulta más útil hablar sobre sexualidad que a las mujeres.			
Existen derechos humanos que buscan garantizar que vivamos nuestra sexualidad de manera saludable, segura y placentera.			

¡RECUERDA TRAER LA FICHA EN LA SIGUIENTE SESIÓN!

SESIÓN 4: CULTURAS Y PRÁCTICAS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Pensamiento crítico y diálogo		
Competencia vinculada	Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre su realidad y cultura	**Capacidad vinculada**	Identifica las desigualdades y brechas de género que se generan a partir de los estereotipos, mitos y prejuicios. Analiza su realidad y cultura a partir del enfoque de género, valorando la importancia de su aplicación para promover la igualdad y el respeto a la diversidad.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	*Collage* elaborado.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden cómo la cultura impacta en la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.		



CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Tarjetas con la palabra «Mito» / «Dato»	20 min
Desarrollo	Dinámica «¿Qué es la sexualidad?»	Equipo audiovisual Hoja bond Plumones/colores Cinta *masking tape*	35 min
	Dinámica «El rompecabezas de la sexualidad»	Equipo audiovisual Tarjetas de rompecabezas Cinta *masking tape*	25 min
Cierre	Dinámica grupal «Una barra por el cambio»	Papelote Revistas/ periódicos Materiales reciclados Tijeras Gomas Cinta *masking tape* Plumones/colores	20 min
	Reto y despedida	Copias de «Noticias para analizar»	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (35 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con conocer más sobre nuestra sexualidad, la cual tiene diversas dimensiones y se vincula con lo que aprendemos en la sociedad. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (20 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se comenta que se revisará la ficha de trabajo que se entregó en la sesión anterior la ficha de trabajo «Mito o dato» para desarrollar como «Reto». Se pide que la tengan a la mano si la trajeron, y si no, que no se preocupen porque se leerá cada frase. Además, se añadirán otras nuevas.

- El/la facilitador/a coloca a cada lado del espacio físico dos tarjetas: «Mito» y «Dato». Explica que dirá en voz alta frases y, según lo que crea cada participante, debe movilizarse al lugar de «mito» o «dato» según lo que considere. Cuando se escoge «mito», es porque la frase es falsa, no real o equivocada, mientras que «dato» es porque la frase es verdadera o adecuada.

- Con la ayuda del siguiente cuadro, se repasa cada mito consultando de manera libre por qué se ubicaron en el lugar de mito o verdad. Se intenta que sean participantes diferentes quienes respondan sobre cada frase y desde la facilitación se refuerza la idea de la respuesta correcta.

FRASE	RESPUESTA CORRECTA
Hablar de sexualidad promueve las relaciones sexuales a temprana edad.	**Mito** Hablar sobre sexualidad y brindar educación sexual integral permite que las personas tomen decisiones adecuadas, postergando el inicio de sus relaciones sexuales.
La homosexualidad es una enfermedad mental.	**Mito** La ciencia ha demostrado que la homosexualidad, la orientación sexual lésbica y la bisexualidad no son enfermedades mentales, y son orientaciones sexuales al igual que la heterosexualidad.
La igualdad de género promueve que todas las personas puedan desplegar sus potencialidades, libres de discriminación y violencia.	**Dato** La igualdad de género es un principio que busca la igual valoración de hombres y mujeres, libre de estereotipos de género.
Las personas lesbianas, gays, bisexuales y trans deben tener los mismos derechos que cualquier persona.	**Dato** La orientación sexual y la identidad de género son expresiones diversas de la sexualidad y las personas LGTB deben tener los mismos derechos y oportunidades que cualquier otra persona.
A los hombres les resulta más útil hablar sobre sexualidad que a las mujeres.	**Mito** Tanto hombres como mujeres deben aprender sobre aspectos básicos de la sexualidad, pues es parte de su desarrollo humano.

FRASE	RESPUESTA CORRECTA
Existen derechos humanos que buscan garantizar que vivamos nuestra sexualidad de manera saludable, segura y placentera.	**Dato** Los derechos sexuales y derechos reproductivos son derechos humanos que buscan que las personas puedan vivir su sexualidad en un contexto de igualdad, libre de violencia, saludable y placentero.
Las personas pueden sentir placer en diferentes situaciones.	**Dato** El placer es parte de nuestras sensaciones y emociones humanas que experimentamos y contribuye a nuestro desarrollo personal, haciéndonos sentir bien y disfrutar de las actividades que realizamos, incluido el placer sexual.
La masturbación genera locura y ceguera.	**Mito** La masturbación es una práctica personal que cada ser humano decide si realizar o no, bajo ciertos límites. Los estudios demuestran que no genera locura ni ceguera. Más bien, contribuye al bienestar personal.
La menstruación es sangre mala que se expulsa.	**Mito** La menstruación es un proceso natural y normal del desarrollo de las mujeres. La sangre que se expulsa durante la regla se debe al desprendimiento de una capa del útero.
La homofobia y transfobia es el rechazo a las personas con orientaciones sexuales e identidades de género diferentes a la heterosexual.	**Dato** La homofobia y transfobia son expresiones de odio que estigmatizan, vulneran y afectan la dignidad y derechos de las personas LGTB. Odio que debe ser rechazado.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes comprenderán más sobre la sexualidad y cómo la cultura impacta en la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Las culturas han construido una variedad de mitos sobre determinados aspectos relacionados con la sexualidad. Para cuestionar ello, debemos acceder a fuentes de información confiables.
- Existen prácticas culturales dañinas que afectan el bienestar y vulneran los derechos e integridad de niñas, niños y adolescentes, las cuales debemos identificar y rechazar desde el enfoque de género.

Momento: Desarrollo (60 minutos)

Actividad: Dinámica «¿Qué es la sexualidad?» (35 minutos)

- El/la facilitador/a entrega una hoja a cada participante y se facilita un espacio para que accedan a colores, plumones, crayolas o tizas.
- Se indica que cada una/o plasmará en esa hoja, a través de un dibujo, lo que comprenden por sexualidad. El dibujo puede ser algo concreto, símbolos, dibujos, formas u otra representación.
- Conforme van finalizando, cada participante pega su dibujo en una parte del espacio físico designado para ello.
- El/la facilitador/a solicita que cada participante transite por el espacio y mire cada dibujo como si fuera «una obra de arte de un museo».
- Posteriormente, se genera la reflexión grupal:

Después de observar los dibujos, ¿qué entendemos por sexualidad?

¿Qué se dice de la sexualidad en nuestra cultura, comunidad y familia?

- El/la facilitador/a solicita la atención de las y los participantes y proyecta un video **(www.youtube.com/watch?v=ldgap3QKhs0).** De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- Después de reproducir el video, se pregunta:

Ahora, en sus propias palabras, ¿cómo definirían la sexualidad?

¿Cómo expresan su sexualidad en el día a día?

¿Es normal hablar sobre la sexualidad en las familias, escuelas o comunidad?

- Después de visualizar el video, se indica que se complementará la información sobre la definición de sexualidad en la siguiente actividad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Para algunas personas adultas, hablar de sexualidad puede ser un tabú, pero resulta necesario que se responda a las dudas e inquietudes que tenemos al respecto, así como cuestionar aquellos mitos acerca de la sexualidad, buscando información en fuentes confiables.

- No siempre los/as padres/madres y/o tutores/as conocen los temas que nos interesan, pero es importante escucharlas/os para formar nuestras propias ideas y valores.

Actividad: Dinámica «El rompecabezas de la sexualidad» (25 minutos)

- El/la facilitador/a coloca en la pizarra o pared dos columnas de tarjetas. En la columna A se colocarán conceptos y en la columna B, sus definiciones.

Columna A: Conceptos	Columna B: Definiciones
Sexualidad	Está presente a lo largo de nuestra vida y se relaciona con nuestros pensamientos, emociones, sensaciones, fantasías, deseos y conductas. Integra aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales.
Sexo	Características biológicas que diferencian a las personas, como hormonas, órganos genitales y características corporales. Es innato.
Género	Forma de pensar, sentir o actuar que cada sociedad atribuye a las personas según su sexo. Al estar influenciado por la cultura, se aprende a lo largo de la vida.

Columna A: Conceptos	Columna B: Definiciones
Identidad de género	Es la autopercepción que tiene cada persona sobre sí misma, identificándose con un conjunto de características en su forma de pensar, sentir o actuar según lo que cada sociedad espera. Se construye a lo largo de la vida. Puede ser masculino, femenino o trans.
Orientación sexual	Es la atracción afectiva y sexual que se experimenta a otra persona. Responde a la pregunta ¿quién me atrae del entorno?

- Las tarjetas están desordenadas y se solicita a un/a voluntario/a para que agrupe un par. En este momento, se solicita el apoyo del grupo para que también puedan dar su opinión.

- El ejercicio se repite con un nueva/o voluntaria/o hasta ordenar de manera adecuada las tarjetas, conjugando su concepto con su definición. Posteriormente, el/la facilitador/a enfatiza las definiciones de cada concepto y aclara con algunos ejemplos.

- Al finalizar el ejercicio, se abre una ronda de preguntas y respuestas para resolver las dudas sobre los conceptos del rompecabezas u otros relacionados. Se puede promover que las y los participantes intenten responder las preguntas de sus compañeras/os. De lo contrario, el/la facilitadora ayuda a resolver las preguntas con ejemplos.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Conocer los términos adecuados permite que comprendamos de manera integral la sexualidad. Así, identificamos que el sexo alude a lo biológico; el género, a lo sociocultural y la orientación sexual, a la atracción afectiva y sexual que experimentamos. Por ello, debemos tener cuidado con la información que recibimos y comprobar siempre si es correcta o no.

- Comprender sobre nuestra sexualidad nos ayudará a conocernos a nosotras/os mismas/os, y eso, a su vez, aporta a cuidar nuestro cuerpo, emociones y relaciones sociales.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica «El *collage*» (20 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada grupo una serie de materiales (papelote, cartulina, tijeras, plumones, revistas, periódicos, y otros materiales reciclados) e indica que cada grupo debe crear un *collage* con estos materiales. Se pide que quienes hayan traído revistas o periódicos lo compartan para el trabajo.

- En el *collage*, se plantea que elaboren un mensaje para cuestionar aquellos mitos sobre la sexualidad y aquellas prácticas culturales que afectan el bienestar de las personas. El collage debe dirigirse a la comunidad en general, por lo que debe tener un mensaje claro, conciso y potente que invite a la reflexión y sensibilización.

- Pueden recordar la dinámica de mitos y datos que se realizó al inicio de la sesión para identificar qué mensajes se deben cuestionar.

- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben, se solicita que peguen el collage en una zona del espacio físico.

- El contenido de los *collages* será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifica mitos sobre la sexualidad en su mensaje.
  - Cuestiona los mitos sobre la sexualidad en su mensaje.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto de la semana. Para ello, reparte de manera aleatoria, diferentes resúmenes de noticias a las y los participantes (ver ficha de trabajo n.° 1). Después de leerlas, se les pide que:

Respondan a: ¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?

Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno de las respuestas para compartirlo en la siguiente sesión.

- Hay que considerar que las noticias pueden cambiarse según el contexto de la zona, especialmente si existe un caso relevante que se dé en el periodo de implementación del programa.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

NOTICIAS PARA ANALIZAR

INFOBAE: GESTIÓN DE RAFAEL LÓPEZ ALIAGA DESPIDE A SERENO QUE DENUNCIÓ HOMOFOBIA Y ESTIGMA POR VIH

La Municipalidad Metropolitana de Lima (MML) cesó de funciones este martes a un sereno que dos meses atrás denunció por homofobia y estigma a su supervisor.

El sereno que denunció indicó en los medios: «Como he estado recibiendo discriminación por mi orientación sexual, decidí poner la denuncia pública. A raíz de esto, han tomado represalias al punto que me han despedido. [...] La Municipalidad de Lima está atropellando todos mis derechos, por eso pido justicia».

«Tengo varios testigos que escucharon mofas sobre mi orientación sexual y mi parálisis facial. Han dicho frases irreproducibles mencionando obscenidades y siendo la burla».

Solo después de que el caso llegara a la Defensoría, el jefe de operaciones del Serenazgo, César Málaga, logró ingresar el documento a la Secretaría Técnica de Procedimientos Administrativos de la comuna, que investiga al respecto, según el informe. En tanto, el agente municipal ha sido nuevamente cambiado a su patrullaje a pie en el Cercado de Lima.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia - 24-10-23

www.infobae.com/peru/2023/10/25/gestion-de-rafael-lopez-aliaga-despide-a-sereno-que-denuncio-homofobia-y-estigma-por-vih/

INFOBAE: TRATA DE PERSONAS EN EL PERÚ AFECTÓ A MÁS DE 3.000 MUJERES: 753 ERAN PERSONAS MENORES DE 18 AÑOS

Se estima que, al menos, dos niñas o adolescentes caen en las manos de redes criminales cada día. Durante el 2023, solo se emitieron 114 sentencias condenatorias por este delito.

La gravedad de esta situación aumenta al considerar que dicha cifra representa únicamente los casos registrados, lo que sugiere que el número real podría ser aún mayor.

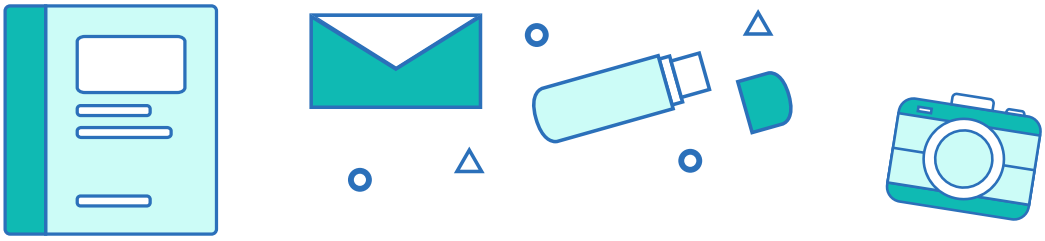
Por su parte, las estadísticas del Observatorio Nacional de Seguridad Ciudadana revelan una alarmante realidad: un 72,6 % de las personas atrapadas en redes de trata son explotadas para fines sexuales y laborales. La desproporción de género es evidente, dado que el 90,6 % de las víctimas son mujeres. Además, se destaca que casi la mitad, 48,1 %, de los afectados son personas menores de 18 años, lo que solo enfatiza la vulnerabilidad de niños y adolescentes ante este delito.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia -9-01-2024

www.infobae.com/peru/2024/01/09/trata-de-personas-en-peru-afecto-a-mas-de-3-mil-mujeres-753-eran-menores-de-edad/

NOTICIAS



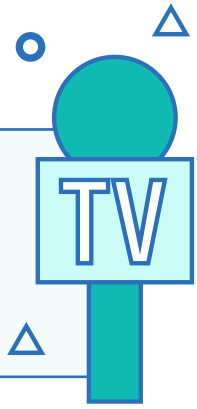
LA REPÚBLICA: EMBARAZOS FORZADOS: CADA DÍA NACEN 2 BEBÉS CUYAS MADRES TIENEN ENTRE 11 A 14 AÑOS ESTE 2023

En Puno, una adolescente de 12 años fue obligada a llevar un embarazo producto de la violación sexual de su primo. Durante el parto, su cuerpo fue sometido a una cesárea. El bebé, que nació con problemas en los pulmones, no pudo resistir y falleció. En Lima, mientras una mujer vestía a su hija, se dio cuenta de que tenía un bulto en el vientre. La adolescente de 12 años, quien denunció que su padrastro abusaba de ella, tuvo que ser sometida a una riesgosa cesárea.

Casos similares se repiten en todas las partes del país. Durante el 2022, se contabilizaron 1.623 nacimientos cuyas madres tenían entre 11 y 14 años.

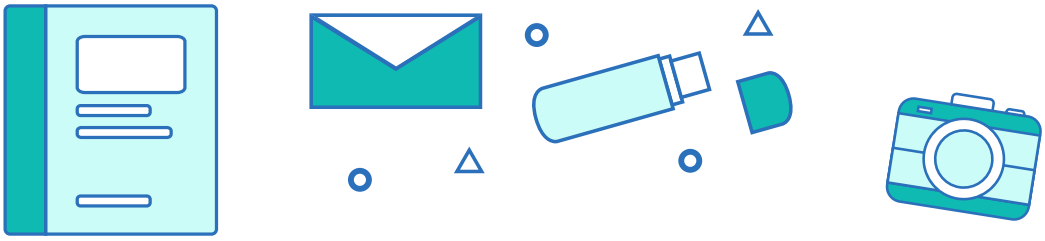
Promsex explica que muchos centros de salud no tienen un adecuado manejo sobre los temas de sexualidad. «No necesariamente son servicios que dan información completa sobre salud sexual y salud reproductiva y tampoco brindan insumos de planificación familiar. Además, el profesional de salud no tiene todas las herramientas para brindar una orientación al adolescente respecto a la salud sexual y reproductiva», señala.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.



Enlace de noticia - 02-06-2023

https://data.larepublica.pe/embarazo-adolescente-en-el-peru-2023-cada-dia-nacen-2-bebes-cuyas-madres-tienen-entre-11-a-14-anos/



INFOBAE: ALERTA POR VIOLENCIA CONTRA LA MUJER: SE REPORTARON 33 FEMINICIDIOS Y 40 TENTATIVAS EN LOS DOS PRIMEROS MESES DEL 2024

Durante enero y febrero del 2024, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) contabilizó más de 22.000 casos de violencia de género en el Perú. Las del tipo psicológicas y físicas son las que se perpetran con más frecuencia.

Si bien la mayor cantidad de víctimas son adultas, el porcentaje de niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual ha causado preocupación.

En el Perú, la violencia contra la mujer ha alcanzado niveles alarmantes, evidenciados por el incremento en las solicitudes de ayuda en los Centros de Emergencia Mujer (CEM) durante el último mes. Este fenómeno no solo resalta el riesgo constante al que se enfrentan las féminas en el país, sino que también subraya la necesidad urgente de abordar esta problemática a nivel nacional.

En los dos primeros meses del 2024, se registraron 22.535 casos de violencia contra mujeres en diferentes formas. Dentro de este grupo, según la data del MIMP, el 67,4 % comprende a jóvenes y adultas de 18 a 59 años, un 27,2 % a niñas y adolescentes, y un 5,4 % afecta a adultas mayores. Los principales perpetradores de estas agresiones son las parejas de las víctimas, en un 62,8 % y 71,6 %, respectivamente.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia - 20-02-2024

www.infobae.com/peru/2024/03/20/alerta-por-violencia-contra-la-mujer-se-reportaron-33-feminicidios-y-40-tentativas-en-los-dos-primeros-meses-del-2024/

MÓDULO III: CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD

GRUPO ETARIO: 10-14 AÑOS

MÓDULO III: CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD

SESIÓN 5: SEGURIDAD PERSONAL Y COMUNIDADES SEGURAS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Cuidemos de nuestra sexualidad		
Competencia vinculada	Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.	**Capacidad vinculada**	Identifica situaciones de violencia y señales de alerta. Conoce y aplica herramientas de seguridad personal y comunitaria para promover su bienestar y salud sexual y reproductiva.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Infografía de la dinámica «Aliadas y aliados comunitarios».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican tipos y situaciones relacionadas con la violencia, su prevención y atención.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Copias de noticias	15 min
	Dinámica «Escuchando con atención»	Parlante	10 min
Desarrollo	Dinámica grupal «¿Es violencia?»	Copias de casos Papelotes Plumones	30 min
	Dinámica grupal «¿Será cierto?»	Cinta *masking tape* Tarjetas o copia con situaciones/frases	25 min
Cierre	Dinámica «Papa caliente»	Papelote Materiales reciclados Tijeras Gomas, cinta *masking tape* Plumones/colores Copias de ficha de trabajo n.° 1	20 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (40 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con identificar situaciones de violencia que se vinculan con el ejercicio de nuestra sexualidad. Además, prevenir y atender estos casos. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en leer una noticia y reflexionar sobre esta. Para ello, se brindaron diferentes noticias a las y los participantes.

- Se tiene a la mano las copias de las noticias, en caso sea necesario ayudarles a recordar.

- Se pide que, de manera voluntaria y breve, compartan las noticias, y luego de cada una, se plantean las mismas preguntas con que se pidió reflexionar. Estas pueden ser respondidas por la o el participante que resume la noticia o por otra/o.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?

¿Cuál es el impacto de la situación de la noticia?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes identificarán tipos y situaciones relacionadas con la violencia, su prevención y atención.

Actividad: Dinámica «Escuchando con atención» (10 minutos)

- El/la facilitador/a comenta que realizarán una actividad para moverse, pero que, a su vez, se les pedirá prestar atención. Para ello, se brinda la siguiente indicación:

Vamos a caminar por todo el espacio mientras escuchamos diferentes canciones. Si desean, pueden bailar al ritmo de la música.

Cuando la canción pare, deben colocarse en el lado derecho del salón si creen que la canción tiene mensajes que reproducen ideas o estereotipos de género o violencia, y se colocan en el lado izquierdo si creen que la canción no tiene este tipo de mensajes.

- El/la facilitador/a reproduce las canciones durante unos 20 a 30 segundos para que las y los participantes escuchen la letra. Luego, pone en pausa la canción y espera a que las y los participantes se ubiquen según consideren. El ejercicio se realiza con cuatro o cinco canciones.

- Se presenta una lista con canciones sugeridas, pero esta puede adaptarse según el contexto en que se implemente el programa.

Te compro tu novia
www.youtube.com/watch?v=gebCeNazqDU

Mátala
www.youtube.com/watch?v=ziLt5K_7VFw

Eres mía
www.youtube.com/watch?v=vY_3YrKtUUE

Ojalá que te mueras
www.youtube.com/watch?v=Ao7ay_hanr0

Humíllate
www.youtube.com/watch?v=W-MmHR72cbA

Ella
www.youtube.com/watch?v=lhT0KqwXgz0

La otra
www.youtube.com/watch?v=s7b4ap2_Ht0

A quién le importa
www.youtube.com/watch?v=p-7HutDXYcs

Abrí los ojos
www.youtube.com/watch?v=H5Tw5m4CNs0

- Antes de cambiar a otra canción, se pregunta por qué se colocaron en determinado lado del aula, y el facilitador/a refuerza si se identifica o no de estereotipos de género o violencia en las canciones.

- Posterior a ello, se pide que se sienten y resalta que ese tipo de mensajes se reciben desde diferentes medios, uno de estos es la música, pero también puede ser desde las redes sociales, películas, novelas, comerciales de televisión. Por ello, es importante aprender a reconocer estos mensajes para cuestionarnos y, poco a poco, cambiarlos.

- También se menciona que durante la sesión se conversará más sobre el tema de violencia basada en género.

Momento: Desarrollo (55 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «¿Es violencia?» (30 minutos)

- El/la facilitador/a coloca divide cuatro grupos de manera aleatoria, y a cada uno le entrega un caso que deberá leer y responder a las preguntas que se indica para cada caso en un papelote. Para ello, tienen 10 minutos.

Caso 1:

Ariannys es una niña de 11 años que se ofreció como voluntaria para resolver el ejercicio de matemáticas en la pizarra. Cuando se dirige al frente del aula, sus compañeras y compañeros empiezan a reírse de ella, y a comentar que se viste como hombre. «Al menos debería usar aretes», comentó una de sus compañeras. También, en el recreo, las niñas y niños se apartan de ella a propósito. Cuando ella pasa, le comentan que es rara y mejor se vaya a otra escuela. Es más, le hacen esos comentarios en sus perfiles de redes sociales.

- Si encuentras una situación de violencia, indica cuál es y de qué tipo es.
- ¿Quién es la víctima y quién el agresor?
- ¿Qué hay detrás de la situación de violencia?
- ¿Qué puede hacer Ariannys en esta situación?

Caso 2:

Carmen es una niña de 12 años. Un día estaba en su cuarto y, de pronto, su tío entró a la habitación. Se acercó a ella y le acarició el cuello y su cintura varias veces. Ella se asustó, y cuando su tío se dio cuenta, la amenazó diciéndole: «Si le dices a alguien, nadie te va a creer. Además, será peor para ti».

- Si encuentras una situación de violencia, indica cuál es y de qué tipo es.
- ¿Quién es la víctima y quién el agresor?
- ¿Qué hay detrás de la situación de violencia?
- ¿Qué puede hacer Carmen en esta situación?

Caso 3:

Pancho es un chico de 14 años. Le gusta escuchar baladas. Además, es una persona muy sensible. Por ello, le gustan las artes como el baile y la pintura, mientras que a sus amigos les gusta escuchar reguetón y jugar deportes. Por ello, sus amigos del barrio suelen fastidiarlo gritándole: «Maricón» y lo empujan constantemente, incluso un día se cayó de las escaleras porque lo empujaron muy fuerte.

- Si encuentras una situación de violencia, indica cuál es y de qué tipo es.
- ¿Quién es la víctima y quién el agresor?
- ¿Qué hay detrás de la situación de violencia?
- ¿Qué puede hacer Pancho en esta situación?

Caso 4:

Pierina es una chica de 14 años. Es la hermana del medio, tiene un hermano de 18 y otro de 12. A su hermano menor le dejaban salir a jugar hasta las ocho de la noche, y el mayor no tiene hora de regreso. Pierina tenía que llegar a su casa como máximo a las seis de la tarde, en caso le dieran permiso de salir. Un día tardó 15 minutos más. En casa, por ello, la regañaron muy fuerte, le dieron una bofetada, la mandaron a dormir y la castigaron un mes sin salir.

- Si encuentras una situación de violencia, indica cuál es y de qué tipo es.
- ¿Quién es la víctima y quién el agresor?
- ¿Qué hay detrás de la situación de violencia?
- ¿Qué puede hacer Pierina en esta situación?

- Cada grupo presenta su caso y las respuestas que escribieron en el papelote.

- El/la facilitador/a puede solicitar a las y los participantes de otros grupos que complementen las respuestas a las preguntas. Además, se suma la pregunta: ¿alguna vez hemos sido las personas agresoras?, la cual no es necesario que respondan. Puede hacerse de manera retórica para reflexionar que también podemos serlo.

- El/la facilitador/a enfatiza sobre los diferentes tipos de violencia. Puede apoyarse con cartillas donde esté escrito cada tipo de violencia, los cuales a veces no se perciben como tal, pero pueden presentarse de diferentes formas y desde diferentes espacios.

- Además, se vinculan las situaciones que se vieron en las noticias al inicio de la sesión, reforzando que también son situaciones de violencia que generan un gran daño en las víctimas. Así, se retoma el tema de las noticias y pregunta a las y los participantes.

- Por último, se menciona que, a estos tipos de violencia, se les llama violencia basada en el género, porque, como se ve en los casos, se ejerce cuando una persona se sale del molde de lo que debe ser un varón o una mujer, o también porque se genera por las desigualdades que existen entre varones y mujeres, o incluso hace que estas desigualdades sean más grandes.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Existen tres tipos de violencia: la física, que implica el uso de la fuerza física; la psicológica, que corresponde los insultos, las burlas y las miradas despectivas o acoso; y la sexual, que implica los tocamientos indebidos, el acoso sexual y el abuso sexual.

- Es importante identificar estas formas de violencia, y tratar de ponernos en el lugar de las otras personas. Eso se llama empatía.

- Muchas personas ejercen violencia, porque sienten que tienen el poder sobre el otro, dañando a la otra persona, sin tomar en cuenta sus sentimientos, emociones y el impacto en su vida.

- A veces no nos damos cuenta de que somos víctimas o agresores, porque hemos normalizado el mal trato. Por ello, existe la necesidad de identificar señales de alerta.

- Si nos damos cuenta de que hemos ejercido algún tipo de violencia, es necesario reflexionar por qué lo realizamos, y reconocer que podemos generar daño a otras personas; para así cambiar nuestra forma de pensar y comportamiento y construir un mundo sin violencia para todas y todos.

- Es necesario que identifiquemos señales de alerta que nos permitan prevenir o alejarnos de situaciones de violencia. También requerimos identificar adultos de confianza e instituciones aliadas adonde podamos recurrir.

Nota importante:

Se debe contar con un protocolo de actuación institucional organizacional que evite la revictimización, brinde soporte emocional y se brinde acompañamiento individualizado a las personas víctimas, así como instituciones aliadas para realizar la derivación en caso de detectar situaciones de violencia.

Actividad: Dinámica grupal «¿Será cierto?» (25 minutos)

- El/la facilitador/a forma parejas o tríos, según la cantidad de participantes para el número de frases.

- A cada grupo se le entrega una frase e indica lo siguiente:

Deben leer la frase que está en el papel y definir si la frase es cierta o no. Tendrán 5 minutos para ello. Luego, en la plenaria, se conocerán sus respuestas.

FRASE	RESPUESTA (PARA LA REFLEXIÓN DE EL/LA FACILITADOR/A)
Poner apodos a una persona y llamarla por ese apodo es una broma y no es violencia.	**Falso** Poner apodos es una forma de violencia psicológica, pues busca la burla, humillación o denigración de la persona.
Las peleas y empujones en los niños son normales, pero en las chicas no.	**Falso** Las peleas, empujones o jalones son formas de violencia física. Deben ser rechazadas tanto en hombres como en mujeres
El simple hecho de ser mujer, gay o lesbiana puede incitar a ciertas personas a ser violentas.	**Verdadero** Tanto el género como la orientación sexual de una persona pueden configurarse en motivos para que sean vulneradas y violentadas.
El simple hecho de ser migrante, hablar quechua o tener una discapacidad puede incitar a ciertas personas a ser violentas.	**Verdadero** La condición migrante, la pertenencia étnica o la discapacidad pueden configurarse en motivos para que una persona sea vulnerada y violentada.
Los hombres son violentos por su propia naturaleza, es algo instintivo en ellos.	**Falso** La violencia, al ser relaciones de poder, se aprende. Los hombres debido a su proceso de socialización basada en estereotipos de género aprenden la violencia como una forma de relación. Si no, no habría lugar a cambios.
La violencia también puede darse en redes sociales, como humillar a alguien por cómo se ve.	**Verdadero** Mediante las redes sociales se puede violentar a alguien a través de comentarios hirientes, como burlas o agresiones verbales directas.
Mostrar imágenes sexualmente explícitas a un/a adolescente de 14 años es una forma de violencia sexual.	**Verdadero** La violencia sexual es todo acto que afecta la privacidad, dignidad y espacio personal. Se puede con contacto físico o sin él.

FRASE	RESPUESTA (PARA LA REFLEXIÓN DE EL/LA FACILITADOR/A)
Una forma de prevenir la violencia es reconocer señales de alerta ante posibles situaciones de violencia.	**Verdadero** Existen señales de alerta que permiten identificar situaciones de violencia. Algunas señales de alerta son que una persona deje de hacer lo que le gustaba, se muestre triste o callada, tenga pesadillas, cambie su apetito o reaccione de manera agresiva sin razón aparente. Otras señales son los celos en la pareja, o que una persona desconocida nos invite a salir, o que una persona nos diga que guardemos secretos aun cuando estos nos hagan sentir incómodos.
Una forma de prevenir la violencia es reconociendo el cuerpo como primer espacio de autonomía.	**Verdadero** Comprender que nadie debe invadir nuestro espacio personal, privacidad o que nadie debe tocarnos, decirnos o hacer gestos que nos hace sentir incómodos es una forma de prevenir la violencia, pues, al desarrollar nuestra autonomía, nos permite tomar decisiones acertadas y establecer límites saludables.
Si una persona es víctima de violencia, lo mejor es que se quede callada para que no se enteren otras personas.	**Falso** Para detener la violencia, es necesario comunicarlo a las personas de confianza. Reportar y denunciar resulta necesario.
Una forma de prevenir la violencia es desarrollando nuestras habilidades socioemocionales.	**Verdadero** Las habilidades socioemocionales son factores de protección ante situaciones de violencia. Así, mejorar nuestro autoconocimiento, incluido el de nuestro cuerpo, regular nuestras emociones, tomar decisiones responsables, autocuidarnos y expresar nuestras ideas y sensaciones contribuyen a prevenir la violencia.
Un menor de 14 años puede reportar un caso de violencia en el Centro de Emergencia Mujer de su localidad o llamar a la línea 100.	**Verdadero** Además de estos espacios, existe la plataforma del SíseVe, en la Defensoría Municipal del Niño y del Adolescente (Demuna) o en la comisaría. Otra solución es comunicar el problema a un adulto de confianza.

- El/la facilitador/a invita a los grupos a leer las frases y dar su respuesta, la cual se refuerza con las reflexiones del cuadro anterior.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Es importante prevenir la violencia de género. Para ello, se requiere identificar las formas de manifestación de la violencia, conocer señales de alerta, desarrollar nuestras habilidades para decir no, establecer límites, gestionar nuestras emociones, así como tomar decisiones acertadas.

- También se requiere identificar adultos de confianza e instituciones aliadas para recurrir en caso sea necesario.

- Se requiere promover una convivencia basada en la igualdad y el respeto a la diversidad con una cultura de cero tolerancia a la violencia de todo tipo.

- Existen diferentes formas de afrontar una situación: ya sea por uno mismo, pidiendo ayuda o no afrontando directamente el problema. Sin embargo, en los casos de violencia, es importante pedir ayuda a un adulto de confianza o institución aliada, como el Centro de Emergencia Mujer, Demuna, comisaría, línea 100, chat 100, etc.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Aliados y aliadas comunitarios» (20 minutos)

- El/la facilitador/a forma tres o cuatro grupos y le entrega a cada grupo una serie de materiales (papelote, cartulina, tijeras, plumones, revistas, periódicos, y otros materiales reciclados).

- Se pide que, en el papelote o cartulina, se dibuje la comunidad y los lugares a los que puede acudir una persona que requiera ayuda en caso le pase alguna situación de violencia. O si se conoce a alguien que esté pasando por ello.

- Se puede dar algunos ejemplos como el colegio o centro de salud. También se puede colocar personas que consideren aliadas para proteger sus derechos.

- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben todos, se solicita que lo compartan con sus demás compañeras/os.

- El contenido de la infografía será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifica herramientas para la prevención o atención de la violencia.
  - Identifica los principales agentes comunitarios de apoyo en situaciones de violencia.

- El/la facilitador/a comparte la ficha de trabajo n.° 1, la cual contiene información de las principales instituciones que trabajan para prevenir o atender situaciones de violencia, como dirección, números de teléfonos, redes sociales u otros datos. Se indica que esto complementa el trabajo que realizaron.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto:

Antes de la siguiente sesión, reflexionar sobre las siguientes preguntas:
- ¿Qué significa cuidar la salud sexual y salud reproductiva?
- ¿Qué pone en riesgo mi salud sexual y salud reproductiva?

- Si desean, pueden conversar sobre las preguntas con otras amigas u otros amigos.

- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno las respuestas para compartirlas en la siguiente sesión.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

INFORMACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA[2]

¿Cómo se llama la institución?	¿Dónde queda?	¿Adónde puedo llamar?	¿Cuáles son sus redes sociales?	¿En qué me pueden ayudar?

2 El equipo de facilitación debe preparar la información previamente.

SESIÓN 6: DECISIONES SOBRE MI VIDA SEXUAL

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Cuidemos de nuestra sexualidad		
Competencia vinculada	Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.	**Capacidad vinculada**	Comprende los principales problemas asociados a la necesidad del autocuidado en sexualidad. Conoce y aplica herramientas de seguridad personal y comunitaria para promover su bienestar y salud sexual y reproductiva.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Hojas con «Mensaje a mi yo del futuro».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan respecto a las causas y consecuencias de las decisiones sexuales o reproductivas.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	15 min
Desarrollo	Dinámica grupal «Cambiando de roles»	Fichas de trabajo 1, 2, 3 y 4 Papelotes Plumones Materiales específicos según grupo Cinta *masking tape*	70 min
Cierre	Dinámica «Mensaje a mi yo del futuro»	Fichas Lapiceros Papelote	15 min
	Reto y despedida	Papeles pequeños de 3 colores Lapiceros Caja	5 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a profesionales del centro de salud más cercano a la comunidad. De preferencia, del Servicio Diferencia para Adolescentes (en caso lo tuviera), sino de profesionales que trabajan con adolescentes y están sensibilizados con la temática y enfoques del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión expliquen de manera breve sobre el acceso al Servicio Diferenciado para Adolescentes o los servicios relacionados a la salud sexual y salud reproductiva.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (30 minutos)

30

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia. En caso participen profesionales del centro de salud de la comunidad, hay que invitar a que se presenten y describir su participación en el espacio.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar sobre la importancia de las decisiones que tomamos sobre nuestra sexualidad, pues deben de ser reflexionadas considerando diferentes factores y teniendo en cuenta que estas decisiones podrían tener consecuencias que impactan nuestra salud y bienestar. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en hacerse un par de preguntas. Se pide comentar de manera libre, no es necesario dar definiciones elaboradas. También se pueden asociar palabras.

¿Qué significa cuidar la salud sexual y salud reproductiva?

¿Qué pone en riesgo mi salud sexual y salud reproductiva?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes reflexionarán acerca de las causas y consecuencias de sus decisiones sexuales o reproductivas.

Momento: Desarrollo (70 minutos)

Actividad: Dinámica «Cambio de roles»

- El/la facilitador/a indica que se cambiarán los roles de la sesión, pues ahora las y los participantes presentarán la información para abordar temas importantes, pensando en que estos ayudarán a tomar buenas decisiones para el cuidado de su sexualidad.

- Las y los participantes pasarán a facilitar esta parte de la sesión. Para ello, se les brindará una indicación, materiales y un tiempo para prepararse (20 minutos).

- Se dividen los grupos de manera aleatoria y se les brinda la indicación sobre su presentación (se imprime y entrega). Además, se les entrega los materiales correspondientes.

Grupo	Indicación	Materiales
1	**Preparar una presentación gráfica sobre las ITS:** • ¿Qué son? • ¿Cuáles son las más comunes? • ¿Qué consecuencias tienen sobre la salud? • ¿Cómo prevenirlas? En la presentación, pueden preguntar sobre otras ideas a sus compañeras/os.	• Ficha de trabajo n.° 1 • 1 copia de folletos o infografías • Papelotes • Plumones
2	**Preparar una presentación gráfica sobre los métodos anticonceptivos:** • ¿Qué son?, ¿para qué sirven? • ¿Cuáles son los más comunes o recomendados para adolescentes? • ¿Dónde puedo conseguirlos? En la presentación, pueden preguntar sobre otras ideas a sus compañeras y compañeros.	• Ficha de trabajo n.° 2 • Copias de folletos o infografías • Imágenes de métodos anticonceptivos • Imágenes de farmacias, centros de salud • Papelotes • Plumones
3	**Analizar el caso de la ficha n.º 3** Reflexionar sobre las preguntas y consensuar respuestas. • ¿Por qué Jimbo actúa así? • ¿Por qué Priyanka se quedó callada al principio? • ¿Qué harías diferente? • ¿Adónde podrían acudir para hablar de lo que les pasó y lo que sienten? En la presentación, deben leer el caso y hacer las preguntas al público, luego el grupo de trabajo puede reforzar las ideas de sus compañeras/as con sus respuestas como grupo.	• Ficha de trabajo n.° 3 • Papelotes • Plumones
4	**Desmitificar ideas sobre las relaciones sexuales** • Leer la lista de frases. • Identificar cuáles son mitos y cuáles no. En la presentación, pueden leer las frases a sus compañeras/os o escribirlas en un papelote, y preguntarles qué piensan. Asimismo, reforzar las ideas según el análisis del grupo.	• Ficha de trabajo n.° 4 • Papelotes • Plumones

- A cada grupo se le da aproximadamente siete minutos para realizar su presentación e interactuar con sus compañeras/os. Después de cada grupo, el/la facilitadora refuerza lo presentado con las ideas fuerza.

- Se pregunta a las y los participantes cómo se sintieron siendo los/as facilitadores/as y agradece por sus presentaciones.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- **Grupo 1:**

  - Existen diversas infecciones de transmisión sexual (ITS). Algunas ITS generan signos y síntomas observables, pero también hay otras que son asintomáticas por un buen tiempo. Por ello, las personas tienen el derecho a tener información e ir a servicios para recibir orientación y puedan tomar decisiones sobre su vida, y, en caso de que la persona decida tener relaciones sexuales, siempre se debe usar condón, pues es la forma más efectiva de prevenir la transmisión.

- **Grupo 2:**

  - Es muy importante que estemos informados/as sobre aspectos relacionados con nuestra sexualidad y tomar decisiones responsables.

- **Grupo 3:**

  - Independientemente de las creencias de tu padre, madre o la persona que te cuida, debes hacerte responsable de tus propias decisiones, lo que hagas no solo te afecta a ti, sino también a quienes te rodean.

  - En caso sea necesario, recurramos a los servicios de la comunidad para recibir el apoyo y orientación respectiva.

- **Grupo 4:**

  - Existen una variedad de prácticas que nos generan bienestar y placer. El placer es normal y es parte de nuestro desarrollo. No debemos sentirnos avergonzados por sentir placer. Algunas prácticas generan placer sexual, como tener relaciones sexuales, las cuales deben decidirse de manera consentida e informada.

  - Las prácticas como tener relaciones sexuales, besos, caricias, abrazos nos generan placer y es normal y parte del desarrollo humano experimentar estas sensaciones. Sin embargo, debemos tomar decisiones responsables para prevenir situaciones que afectan nuestro bienestar y salud sexual, como embarazos a temprana edad o infecciones de transmisión sexual.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: Dinámica «Mensaje al yo del futuro» (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada participante una hoja, plumones delgados de colores y lapiceros y se indica lo siguiente:

Dibujar su silueta en el centro de una hoja acomodada de manera horizontal.

Luego doblar la hoja por la mitad, y escribir algunas cosas al lado de cada hoja:

- **Lado derecho:** Consejos que le da a su yo del futuro para tomar buenas decisiones y cuidar su salud sexual.
- **Lado izquierdo:** Consejos para prevenir situaciones de riesgo para cuidar su sexualidad.

- Hay que indicar que, tras finalizar la sesión, se recogen los papeles indicando que no es necesario que coloquen sus nombres, solo su género y edad en la parte de atrás de la hoja.

- El contenido del papelote será analizado tras finalizar la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifica la importancia de tomar decisiones sexuales o reproductivas.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a le entrega papeles o notas adhesivas de tres colores diferentes y un lapicero y comparte el reto (los colores de los papeles pueden cambiar según la disponibilidad de material).

Identifica a tres personas de diferentes lugares con las que sientes que puedes hablar sobre sexualidad y escribe cada uno en un papel:

- Familia (papel blanco)
- Amigas/os (papel amarillo)
- Otro espacio e indica de cuál es (papel rosado)

Después de terminar, los pueden depositar en esta caja.

- Se coloca la caja a la vista y cerca de la salida, de modo que pueden retirarse una vez que terminan.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

INFORMACIÓN SOBRE ITS

Ministerio de Salud del Perú
www.gob.pe/36502-que-son-las-its

¿Qué son?

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se pueden transmitir a través de las relaciones sexuales y pueden producir enfermedades. Algunas ITS se pueden transmitir también por la vía sanguínea.

Las ITS más frecuentes son:

- Sífilis.
- Gonorrea.
- Clamidia.
- Herpes.
- Hepatitis B.
- Hepatitis C.

Prevención

- Usa adecuadamente el preservativo durante todas las relaciones sexuales.
- Debido a que algunas ITS no presentan síntomas, es importante que si ya tienes una vida sexual activa puedas realizar tus controles periódicos y acceder a las pruebas para detectar alguna ITS. Acércate al establecimiento de salud más cercano.
- En el caso de la hepatitis B, y el virus del papiloma humano (VPH) existen vacunas que el Ministerio de Salud las brinda en los establecimientos de salud de manera gratuita.

Durex blogs
www.durex.es/blogs/its/consecuencias-de-las-infecciones-de-transmision-sexual

Consecuencias de las ITS:

- Mayor riesgo de contraer VIH: El riesgo de contraer el VIH es mucho mayor en una persona que sufre alguna ITS que en una persona que nunca ha tenido una infección de transmisión sexual.
- Infertilidad y embarazo ectópico: Algunas infecciones como la clamidia y la gonorrea producen enfermedad inflamatoria pélvica y otros daños en algunas partes del aparato reproductor, como el útero y las trompas de Falopio. Estas consecuencias pueden prevenirse si se recibe el tratamiento adecuado a tiempo, por lo que es importante que acudas al médico si sospechas que has contraído alguna ITS.
- Posibilidad de desarrollar cáncer cérvico-uterino: En el grupo de las variantes del virus del papiloma humano que se consideran de alto riesgo, se encuentran, al menos, 14 tipos de VPH que producen cáncer en el cérvix o cuello del útero y en el propio útero.
- Entre otras.

Videos opcionales (compartir o proveer dispositivos si se cuentan con estos)

- www.youtube.com/watch?v=yW4JDNO555U
- www.youtube.com/watch?v=Jt8YyYDuLXI

FICHA DE TRABAJO N.° 2

INFORMACIÓN SOBRE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Planned Parenthood
www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/anticonceptivos

Métodos anticonceptivos

Los métodos anticonceptivos son las diferentes maneras que hay de prevenir el embarazo. Existen muchos tipos de anticonceptivos, por lo que tienes varias opciones para elegir la que mejor se adapta a ti.

- **Condón masculino:** El condón es una funda delgada y elástica que se coloca sobre el pene cuando tienes sexo. El condón (también conocido como preservativo o condón masculino) es una muy buena manera de protegerse contra embarazos y las infecciones de transmisión sexual (ITS). Es fácil de conseguir y usar.

- **Condón femenino:** El condón interno (también llamado condón femenino) es otro tipo de condón que puedes usar diferente al condón (condón masculino). El condón interno ofrece casi el mismo —y maravilloso— nivel de protección contra embarazos e ITS que el condón: ¿En qué se diferencian? En lugar de colocarse sobre el pene, el condón interno se pone dentro de la vagina para prevenir embarazos y las ITS.

- **Inyección anticonceptiva:** Es una inyección que te ponen una vez cada mes o cada tres meses. Es un método anticonceptivo seguro, práctico y discreto que funciona muy bien si siempre te lo pones a tiempo. Evita que quedes en embarazo al prevenir la ovulación. Cuando no hay un óvulo en las trompas de Falopio, no puede ocurrir un embarazo. Además, esta hormona hace que el moco que produce tu cuello uterino (la parte baja de tu útero) se vuelva más espeso. Cuando el moco de tu cuello uterino es más espeso, el esperma no puede pasar. Cuando el esperma y el óvulo no pueden juntarse, el embarazo no puede ocurrir. La inyección anticonceptiva es muy buena para evitar embarazos, pero no te protege contra las ITS. Es necesario que se haga una evaluación médica para recetarlas.

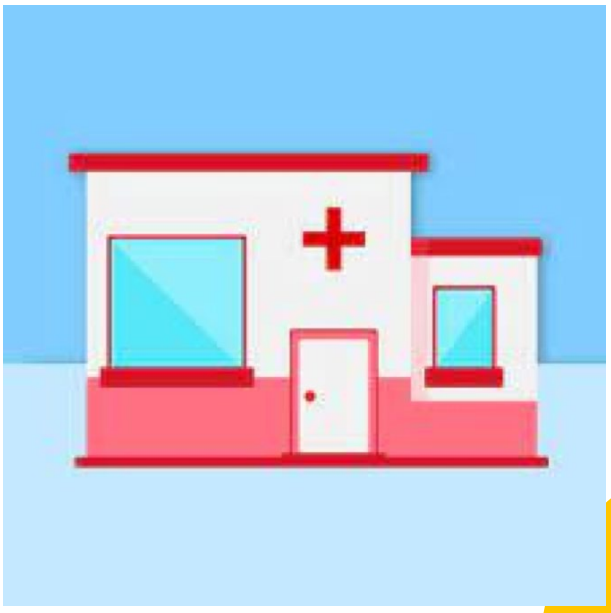
- **Pastillas anticonceptivas:** Son un tipo de medicamento con hormonas. Vienen en una caja y te tomas una cada día. La pastilla anticonceptiva es segura y es efectiva si la tomas siempre a tiempo. Las hormonas de la pastilla detienen la ovulación de manera segura. Si no hay ovulación, no habrá un óvulo que el esperma pueda fertilizar y por eso el embarazo no ocurre. Además, las hormonas que tiene la pastilla anticonceptiva hacen que el moco de tu cuello uterino (la parte baja de tu útero) se vuelva más espeso y bloquee la llegada del esperma al óvulo, como un guardia de seguridad que no deja pasar nada. La pastilla anticonceptiva es muy buena para evitar embarazos, pero no te protege contra las ITS. Es necesario que se haga una evaluación médica para recetarlas.

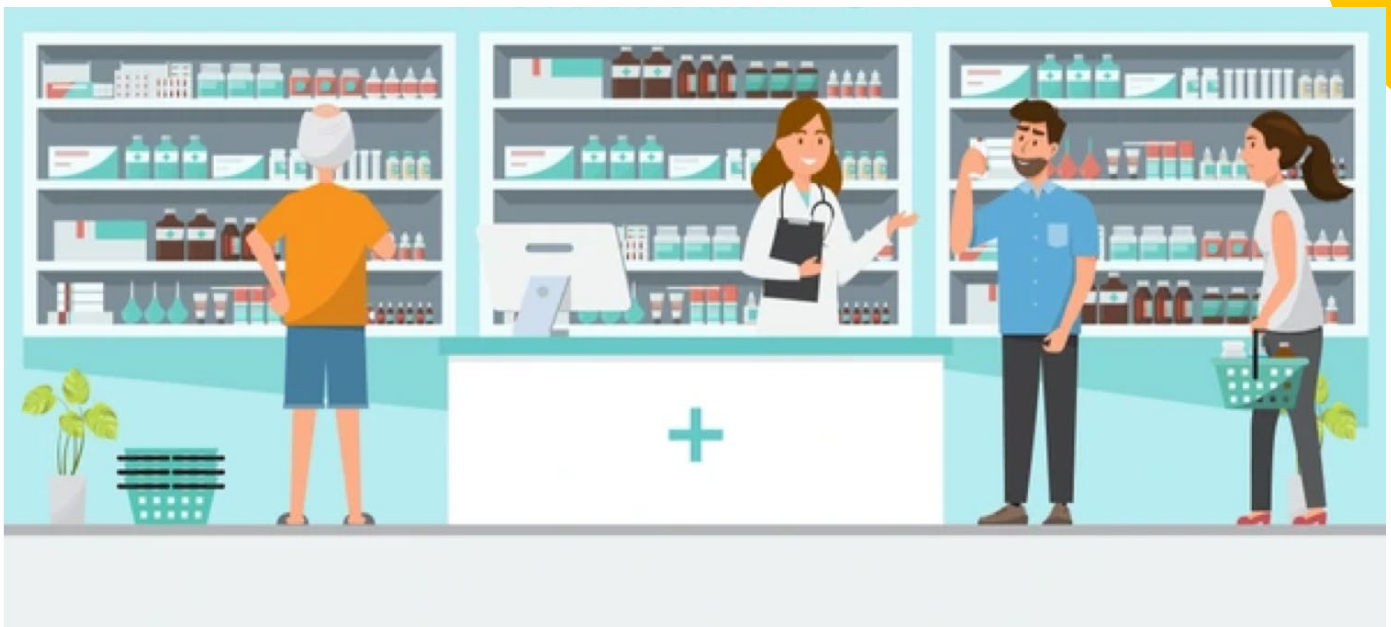
Videos opcionales (compartir o proveer dispositivos si se cuentan con estos)

- www.youtube.com/watch?v=SdPU4AQA4jc
- www.youtube.com/watch?v=NdEKzllittk
- www.youtube.com/watch?v=VBFY_6OwUJI

Métodos anticonceptivos
Condón masculino
Condón femenino
Píldoras anticonceptivas
Anillo hormonal
Inyección anticonceptiva
Cirugía esterilizadora
Implante
Calendario de días fértiles
Parche anticonceptivo
DIU

FARMACIA
€ 00,00





FICHA DE TRABAJO N.° 3

HISTORIA DE JIMBO Y PRIYANCA

Historia de Jimbo y Priyanka

Jimbo y Priyanka son pareja desde hace ocho meses. Él tiene 15 años y ella, 14. Suelen salir a pasear y juntarse para hacer sus tareas. Se han dado besos, pero aún no tienen relaciones sexuales.

Los amigos de Jimbo lo fastidian porque aún no ha tenido relaciones sexuales con Priyanka. En realidad, con nadie. Le suelen decir: «Seguro no sabes cómo hacerlo», «seguro no le gustas», «lo debes tener chiquito», «eres el único que no ha tenido relaciones sexuales». Jimbo solo disimula y se ríe, pero por dentro siente mucha vergüenza y le fastidia que sus amigos lo molesten así.

Priyanka, en cambio, tiene curiosidad por las relaciones sexuales, pero no tiene a quién preguntarle sobre ello y cómo cuidarse. Tiene amigas mayores que le comentan que es normal en una pareja, y que, si no tiene relaciones con su enamorado, la puede dejar por alguien que sí quiera.

Uno de sus amigos le dice que, para que su enamorada acepte tener relaciones sexuales, puede regalarle cosas bonitas, invitarla a comer y ser muy atento con ella. Así que Jimbo invita a salir a Priyanka, teniendo muchas atenciones con ella y luego la lleva a su casa porque sabe que no habrá nadie.

Jimbo está nervioso e intenta tocar a Priyanka, quien se siente un poco rara, pero no dice nada porque tiene miedo a quedar mal con él después de todas las atenciones que tuvo Jimbo. Por último, Priyanka le dice que no se siente cómoda y que es mejor no avanzar. Jimbo se molesta con ella y le dice: «Es que tú no me quieres, así que es mejor que te vayas». Priyanka se va triste y confundida.

Jimbo se siente mal, sabe que no quiso decir eso, pero ya no sabe cómo dar marcha atrás. Ahora piensa en qué le dirán sus amigos, pues saben que iba a estar solo con Priyanka, pero no pasó nada.

FICHA DE TRABAJO N.° 4

DESMITIFICAR LA SEXUALIDAD

FRASE	ES VERDAD	ES MITO
1. Besar a tu pareja genera placer.		
2. Si un chico no logra tener relaciones sexuales con su pareja, es un quedado.		
3. No puedes quedar embarazada la primera vez que tienes relaciones sexuales.		
4. El preservativo o condón es el método que previene un embarazo no planificado y las infecciones de transmisión sexual.		
5. Solo se debe usar métodos anticonceptivos con tu pareja regular.		
6. Las mujeres no deben adquirir métodos anticonceptivos porque las hace ver fáciles.		
7. Las relaciones sexuales consentidas y con protección generan placer.		
8. Si tu pareja quiere usar métodos anticonceptivos es porque te engaña.		
9. Orinar después de tener relaciones sexuales impide quedar embarazada.		
10. Tu pareja estable no puede transmitirte una infección de transmisión sexual.		

MÓDULO IV: ACTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA

GRUPO ETARIO: 10-14 AÑOS

MÓDULO IV: AFECTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA

SESIÓN 7: ¿ME ENTIENDES?

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Comprende y valora la importancia de la asertividad, el consentimiento y la expresión de sus afectos, deseos y sensaciones, incluyendo la ternura y el placer, en sus relaciones interpersonales.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Papelotes con «Frases asertivas y consentidas».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican y practican elementos de la comunicación asertiva y empática para expresar sus emociones, deseos, sensaciones y sentimientos en un marco de consentimiento.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
	Dinámica «Ensalada de frutas»	No aplica	10 min
Desarrollo	Dinámica «¿Sin vergüenzas?»	Tarjeta con historias	45 min
	Dinámica «No es no»	Equipo audiovisual Papelotes Plumones Cinta *masking tape*	15 min
Cierre	Dinámica grupal «Aliadas y aliados comunitarios»	Papelotes Plumones Cinta *masking tape*	20 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min.

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos miembros de organizaciones comunitarias, vecinales, grupo impulsor u otras formas de organización, sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las formas o acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia y promover la igualdad.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (35 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con identificar y practicar formas de comunicarnos de manera asertiva y empática para expresar lo que sentimos y deseamos, considerando la importancia del consentimiento. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (10 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Sobre el reto de la semana anterior, previamente se revisa las respuestas de las y los participantes para identificar patrones en las respuestas y aquellas que son diferentes.

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en identificar a tres personas de diferentes lugares con las que sienten que pueden hablar sobre sexualidad. Se expresa sobre las respuestas comunes en relación con la familia y otros espacios, y aquellas que fueron diferentes. A partir de ello, se abre un diálogo libre sobre las siguientes preguntas:

¿Por qué eligieron a estas personas de sus familias?

¿Qué características de sus amigos les dan confianza para compartir sobre temas de sexualidad?

¿Hay más espacios donde creen que se puede hablar sobre temas de sexualidad?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes identificarán y practicarán elementos para comunicarse mejor en relación con su sexualidad, como lo que sienten, desean, considerando siempre el consentimiento propio y de otras personas.

Actividad: Dinámica «Ensalada de frutas» (10 minutos)

- El/la facilitador/a comenta que se pongan de pie y brinda las indicaciones de la dinámica:

Ahora nos ponemos de pie y formamos un círculo, a cada una/o les indicaré el nombre de una fruta: naranja, manzana, fresa, granadilla y piña. Recuerden qué fruta les dije, pues varias/os repetirán la misma fruta.

Cuando diga la frase: «Voy a prepararme una ensalada de fruta de una fruta», deben juntarse con las personas a las que se les asignó su fruta.

Así, sucesivamente, indicaré que quiero una ensalada de dos, tres o más frutas, y deben juntarse procurando cumplir con esa característica. Para ello, deben comunicarse.

- Se brindan las consignas según el tiempo asignado para la dinámica, buscando que en la última ronda se formen grupos de similar cantidad de personas, y se pide que se queden agrupadas/os así. Además, se enfatiza en la importancia de la comunicación, para cumplir con el objetivo de las indicaciones.

Momento: Desarrollo (60 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «¿Sin vergüenzas?» (45 minutos)

- Luego de la actividad anterior, se indica que continuarán con el grupo formado, en total cinco, y se señala lo siguiente:

> Se les va a brindar una situación para que creen o completen una historia a partir de esta. Luego, en la plenaria, se leerá la historia y el desenlace que tuvo.
>
> Se debe buscar que en la historia se observe un diálogo entre personas adultas y adolescentes, en los que se busque dar información, pautas y orientación.
>
> *(Pueden incorporar parientes u otras personas a la historia si es necesario)*

- El/la facilitador/a entrega los temas a los grupos y orienta durante el trabajo. Se les brinda 15 minutos para prepararse.

Historia 1
Un hijo de 11 años quiere preguntar a alguien de su familia cuál es el tamaño de un pene normal. Hace varios intentos hasta que logra que alguien le responda.
Historia 2
Una madre encuentra a su hija de 12 años explorando y tocando su cuerpo y órganos sexuales. Le cuenta a una de sus vecinas, y esta última se queda sorprendida y habla de eso con sus hijas/os.
Historia 3
Un hijo de 13 años le cuenta a su madre que uno de sus compañeros está enamorado de un chico durante la cena con sus hermanas/os, abuela y otros parientes.
Historia 4
Una hija de 14 años le dice a su mamá que desea ir a un servicio de salud sexual y reproductiva que hay en la posta que está cerca a su casa, para recibir información sobre sexualidad. La mamá no sabe qué responder, por lo que habla con otros familiares que viven en la casa antes de darle una respuesta. Por último, conversan de ello.
Historia 5
Un hijo de 13 años y una hija de 14 le preguntan a su papá si pueden tener enamorada o enamorado, o a qué edad es adecuado. El papá llama a su mamá y otros hijos para hablar del tema.

- Cada grupo lee su historia, enfatizando en las partes necesarias. El/la facilitador/a pregunta al grupo qué agregarían al diálogo después de cada presentación.

- Luego se reflexiona:

¿Cómo manejamos la comunicación en temas de sexualidad?

¿Qué emociones experimentamos al hablar de temas de sexualidad?

¿Hablaría de sexualidad con alguien de mi familia o una persona de confianza?, ¿por qué?

¿Por qué es importante hablar claramente sobre la sexualidad?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Para establecer relaciones interpersonales saludables con nuestro entorno, la empatía (entendida como ponerse en el lugar del otro/a), la asertividad (expresar nuestros pensamientos y emociones de manera adecuada sin afectar al otro/a), el hablar de todo (sin temas prohibidos) y las reglas flexibles (para promover la autonomía progresiva) ayudan a que resolvamos nuestros conflictos.

- Es importante establecer diálogos asertivos, empáticos y con reglas flexibles entre padres, madres, hijos e hijas sobre diversos temas, incluidos los vinculados con la sexualidad, pues permite fortalecer el vínculo afectivo.

Actividad: Dinámica «No es no» (15 minutos)

- Se proyecta el video «El consentimiento para niñ@s» **(www.youtube.com/watch?v=qhKoCFQ3Yog)**. De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- Luego, en la plenaria, se pide que conversen con alguien que está al costado, para plantear un ejemplo de situaciones en que se debe dar consentimiento en el ámbito familiar, escolar, social y de pareja. Para ello, tendrán 3 minutos.

- Luego, cada pareja expresa su ejemplo de consentimiento, el cual es anotado en un papelote por el/la facilitador/a.

- El/la facilitador/a refuerza las ideas expresadas y el concepto del consentimiento y derecho a decir que no.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El consentimiento es un acuerdo que debe ser respetado por todas las partes para realizar una actividad. Es importante ser honesto, sobre lo que deseamos hacer y lo que no.

- Es normal experimentar una serie de afectos, emociones y sensaciones, como amistad, ilusión, enamoramiento, deseo, ternura, placer, pasión, desilusión, tristeza etc. Por ello, es importante establecer una comunicación asertiva y que las relaciones interpersonales se den en un marco de consentimiento.

Momento: Cierre (25 minutos)

25

Actividad: Dinámica «Frases asertivas y consentidas» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que en el ejercicio anterior identificaron situaciones en las que es necesario brindar un consentimiento. Ahora, con la persona con la que trabajaron o en grupos más grandes (dependiendo del tiempo), se les pide construir frases que reflejen asertividad, empatía y consentimiento sobre ese tipo de situaciones, las cuales deberán escribir en un papelote de manera grande.

- Una vez acabado, cada grupo leerá en voz alta sus frases mostrando su papelote.

- El contenido de las frases será transcrito por el/la cofacilitador/a para ser analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifican mensajes asertivos y para expresar el consentimiento.

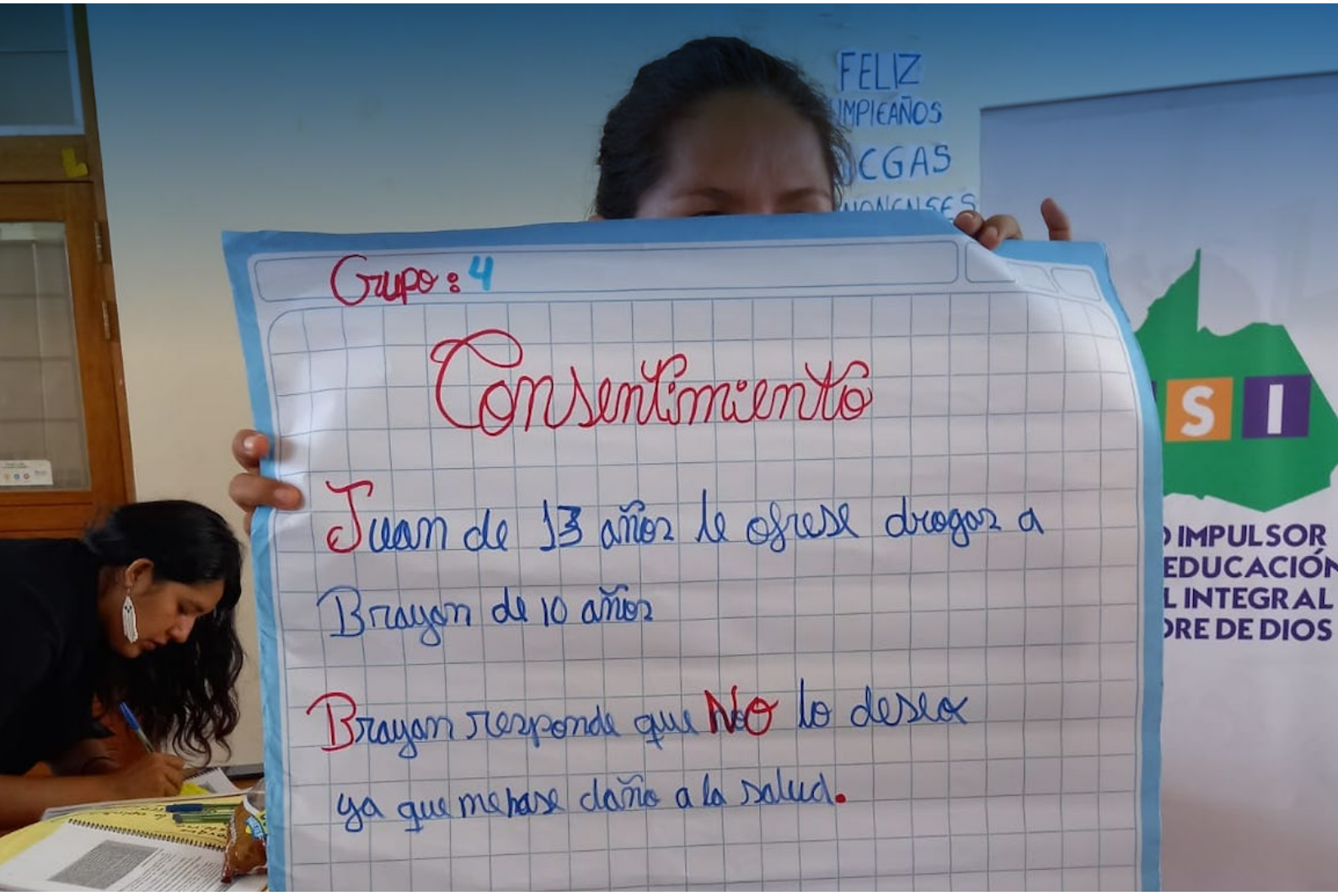
Actividad: Reto y despedida **(5 minutos)**

- El/la facilitador/a comparte el reto para la siguiente sesión:

> Buscar en TikTok, *reels* de Instragram, *reels* de Facebook o videos de YouTube información sobre los derechos sexuales y los derechos reproductivos.
>
> En la siguiente sesión nos indican cuáles encontraron para verlos.

- Si se tiene un grupo de WhatsApp con las y los participantes, se pide enviar por ese medio, sino en la siguiente sesión les indican cuáles encontraron.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.



SESIÓN 8: CIUDADANÍA DE LA SEXUALIDAD Y DEFENSA DE LOS DERECHOS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Reconoce sus derechos sexuales y reproductivos de acuerdo con su autonomía progresiva. Comprende la importancia de la ciudadanía y las estrategias para ejercerla.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Mensaje de los banderines.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Equipo multimedia	15 min
	Dinámica «Conejo busca conejera edición derechos »	Papeles con oraciones Tarjetas con términos	20 min
Desarrollo	Dinámica «Son mis derechos»	Equipo audiovisual Caja o bolsa Tarjetas	20 min
	Dinámica «Nos hacemos valer»	No aplica	40 min
Cierre	Dinámica «Banderines»	Pabilo Plumones/colores Goma o engrapador Hojas verdes en forma de triángulo	15 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos profesionales de organizaciones públicas o privadas sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de apoyo para reforzar las reflexiones de las actividades. Previamente, se debe coordinar y compartir el contenido de las sesiones.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia, promover la igualdad y los derechos sexuales y derechos reproductivos.

3 La persona a cargo de la facilitación deberá formar subgrupos de tres personas donde dos se toman de las manos y forman un pequeño círculo que será llamado conejera. La tercera persona se mete dentro pasando a ser conejo.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (50 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar sobre el rol como ciudadanas/os en nuestro país, al reconocer que tenemos derechos sexuales y reproductivos que buscan garantizar nuestro bienestar y salud sexual y reproductiva. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

La persona a cargo de la facilitación podrá gritar: «Cambio de conejos» y, en ese momento, las conejeras se quedan en su lugar y levantan las manos para que el conejo salga y busque su nueva conejera.

Luego, se gritará: «Cambio de conejeras», los conejos se quedan quietos esperando una nueva conejera y quienes forman las conejeras se moverán para rodear a un nuevo conejo.

- Sobre el reto de la semana anterior, en caso se tenga un medio por el cual las y los participantes enviaron videos sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos, se les realiza preguntas para reflexionar. En caso no se hayan compartido, primero se pide que comenten qué encontraron en los videos, y, si es posible, se reproducen dos o tres. De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia. Luego se pasa a compartir con las siguientes preguntas:

¿Habían escuchado sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Qué cosas nuevas encontraron en los videos?

¿Por qué creen que se les dice derechos?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes reflexionarán sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.

Actividad: Dinámica «Conejo busca conejera edición derechos» **(20 minutos)**

- El/la facilitador/a comenta que se pongan de pie y brinda las indicaciones de la dinámica:

- Formen grupos de tres rápidamente.
- Dos personas se toman de las manos, y la tercera persona se coloca en el medio de las otras dos.
- Las personas que se toman de las manos son «conejeras» y la persona que está adentro es la/el «coneja/o».
- Cada vez que dé una premisa, deberán hacer lo siguiente:
  - **Coneja/o busca conejera:** La/el coneja/o sale de su conejera y busca otra rápidamente. Y la conejera debe quedarse quieta.
  - **Conejera busca conejo:** La conejera (tomadas de la mano) busca colocar en el medio a otra/o coneja/o. Las/os conejas/os deben quedarse quietas/os.
  - **Terremoto:** Todas/os se sueltan, y quienes son conejeras pueden pasar a ser coneja/o y quienes son conejas/os pueden pasar a ser conejeras.

- Se intercalan las premisas durante aproximadamente 5 minutos, procurando que la última sea «terremoto».

- Con las últimas conejeras y conejas/os formados, se pide que se queden agrupadas/os así.

- A cada trío se les entrega una oración que deberán leer y definir si es un derecho humano, un derecho sexual, un derecho reproductivo o un deber ciudadano. Se pueden pegar tarjetas con los términos en la pizarra o pared para que los tengan en cuenta. Para este breve ejercicio, se les da dos o tres minutos. Las oraciones son las siguientes:

Oración	Respuesta para el/la facilitador/a
A la vida	Derecho humano
Ayudar a los quehaceres del hogar	Deber
Decidir cuántos hijos tener	Derecho reproductivo
Decidir casarte o no	Derecho sexual
A vivir libre de violencia	Derecho humano
Hacer las tareas	Deber
A la identidad	Derecho humano
Recibir educación sexual	Derecho sexual
Decidir cuidarse con un método anticonceptivo	Derecho reproductivo
No ser discriminado por tu orientación sexual	Derecho sexual
Recibir atención médica durante el parto	Derecho reproductivo
Al placer	Derecho sexual

- Luego, se invita a que cada trío lea la oración e indique su respuesta.
- Si sobran oraciones, el/la facilitador/a puede leerlos al final, en la plenaria, y pedir sus respuestas, y si faltan oraciones, se pueden adicionar siguiendo la línea de la dinámica.
- El/la facilitador/a refuerza las respuestas, y en caso se deba precisar a qué concepto o término se asocia mejor la oración, lo explica, considerando que los derechos sexuales y derechos reproductivos son derechos humanos, por lo que no es incorrecto si los primeros se identifican como estos últimos, pero se puede precisar que son más específicos a proteger y promover un ejercicio saludable y seguro de la sexualidad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Somos ciudadanos desde que nacemos. La ciudadanía sexual se relaciona con nuestra autonomía y la toma de decisiones sobre nuestro cuerpo y nuestros sentimientos, respetando los derechos de las otras personas.
- Todas las personas podemos ejercer nuestra ciudadanía sexual y, así, garantizar nuestros derechos vinculados con la sexualidad, siendo estos los derechos sexuales y reproductivos. Todas las personas tenemos derechos y uno de ellos es el derecho a disfrutar responsablemente de nuestra sexualidad sin sufrir ningún tipo de maltrato o discriminación.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

50

Actividad: Dinámica «Son mis derechos» (25 minutos)

- El/la facilitador/a indica que, después del ejercicio anterior, respondan con sus propias palabras las siguientes preguntas, a modo de lluvia de ideas:

¿Qué son los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Para qué sirven los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Las y los adolescentes también tienen derechos sexuales y derechos reproductivos?

- El/la facilitador/a anota las respuestas en un papelote.
- Posteriormente, se proyecta el video «Derechos sexuales y reproductivos» **(www.youtube.com/watch?v=9jy5Oyee8yk),** reforzando con lo siguiente:

Explicar a las y los participantes que los primeros (derechos sexuales) se relacionan con la sexualidad en general. Por ejemplo, el derecho a recibir información sobre la educación sexual, expresarse libremente, recibir métodos anticonceptivos, a no ser discriminado por su orientación sexual, etc.

Por otro lado, los derechos reproductivos tienen que ver con la decisión de ser padre o madre, a la cantidad de hijos que se desea tener, a la decisión de utilizar uno u otro método sin obligación, etc.

- Para reconocer mejor qué derechos se relacionan a la sexualidad en general y qué derechos a la reproducción, se hará un ejercicio con las siguientes indicaciones:

De manera voluntaria o aleatoria, sacarán de una caja o bolsa una tarjeta que contiene un derecho sexual o un derecho reproductivo.

Luego, deberán ubicarlo según corresponda en el título de derechos sexuales o derechos reproductivos. Mientras coloca cada derecho, deberá decir qué significa ese derecho para él o ella.

- Las tarjetas con los derechos son las siguientes. Previamente se deben imprimir o escribir, y recortar para colocarlo en la caja o bolsa, mezclarlos.

Derechos sexuales	Derechos reproductivos
Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia	Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción o violencia
Derecho a la salud sexual	Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos
Derecho a la educación sexual	Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desea y el espacio de tiempo entre cada embarazo y otro
Derecho a vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género	Derecho a acceder métodos anticonceptivos modernos
Derecho a la igualdad de género	Derecho a adoptar
Derechos a tener relaciones sexuales consentidas	Derechos a acceder a servicios de salud para garantizar un embarazo seguro
Derechos a la autonomía progresiva	–
Derecho a elegir pareja	
Derecho al placer	

- El/la facilitador/a ayuda a precisar el lugar adecuado, en caso alguna o algún participante no lo ubique. De igual forma, se menciona que todos los derechos se relacionan y se refuerza la idea de que todos son derechos humanos.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos que buscan garantizar una expresión libre, igualitaria, responsable y placentera de la sexualidad, libre de cualquier tipo de coerción, presión o violencia.

Actividad: Nos hacemos valer (35 minutos)

- Se conforman cuatro grupos y se les solicita lo siguiente:

Los grupos crearán una historia que deberán representar como una miniobra de teatro de máximo 3 minutos, en la que se visualice una situación en que se observa que:

- Se vulnera algún derecho sexual o derecho reproductivo.
- Se ofrecen alternativas para garantizar ese derecho desde las y los adolescentes.

Les indicaremos a dos grupos que aborden derechos sexuales y a dos grupos que aborden derechos reproductivos. Y tendrán 10 minutos para prepararse.

- El/la facilitador/a indica qué grupos abordan derechos sexuales y qué grupos trabajan derechos reproductivos. Asimismo, les orienta o monitorea durante la preparación de su presentación.

- Luego, cada grupo presenta su puesta en escena. Hay que tomar en cuenta que, al finalizar cada presentación del grupo, el/la facilitador/a debe enfatizar los mensajes considerando las ideas fuerza de la dinámica.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Debemos identificar y cuestionar aquellas actividades y normas que afecten nuestros derechos. Para defender nuestros derechos, siempre debemos pensar en nuestra seguridad y la de quienes nos acompañan. No nos expongamos a situaciones violentas.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: «Banderines» (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada persona hojas verdes en forma de triángulo, indicando lo siguiente:

En los triángulos, escribirán en una oración, una situación en que han sentido que, como ciudadanas y ciudadanos, ejercieron sus derechos sexuales y derechos reproductivos. Ejemplo:

«Acudí a un servicio de salud para averiguar sobre cómo prevenir un embarazo adolescente».

Si no ubican una situación específica, pueden escribir una acción que podrían realizar en el futuro.

Una vez que terminen, se pegarán o engraparán estas hojas en el pabilo, a modo de banderines y se colgarán en un espacio público. Además, se guardará para decorar el ambiente en la última sesión.

- El contenido de las hojas triangulares será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante rúbrica según los indicadores de evaluación:
  - Identifica sus derechos sexuales y reproductivos.
  - Reconoce que los derechos sexuales y reproductivos contribuyen a su bienestar.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto:

Hasta la siguiente sesión, les pedimos que se hagan dos preguntas:

- ¿Cómo me imagino de acá a 10 años?
- De los temas que hemos trabajado, ¿cuáles creo que mi comunidad o mis pares adolescentes necesitan conocer o trabajar?

- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno de las respuestas para compartirlo en la siguiente sesión.

- Además, se les indica que, como la siguiente sesión es la última, pueden traer algo para compartir con sus compañeras/os al final de la sesión, sea líquido o comestible. De preferencia, que sea saludable. No importa si es algo pequeño o grande, además es totalmente voluntario. Ejemplo: canchita, chicha, frutas u otros .

- Por otro lado, si durante el programa se ha identificado que adolescentes tienen algún talento artístico como canto, baile, declamación u otro, se les invita a presentar un número al final de la siguiente sesión.

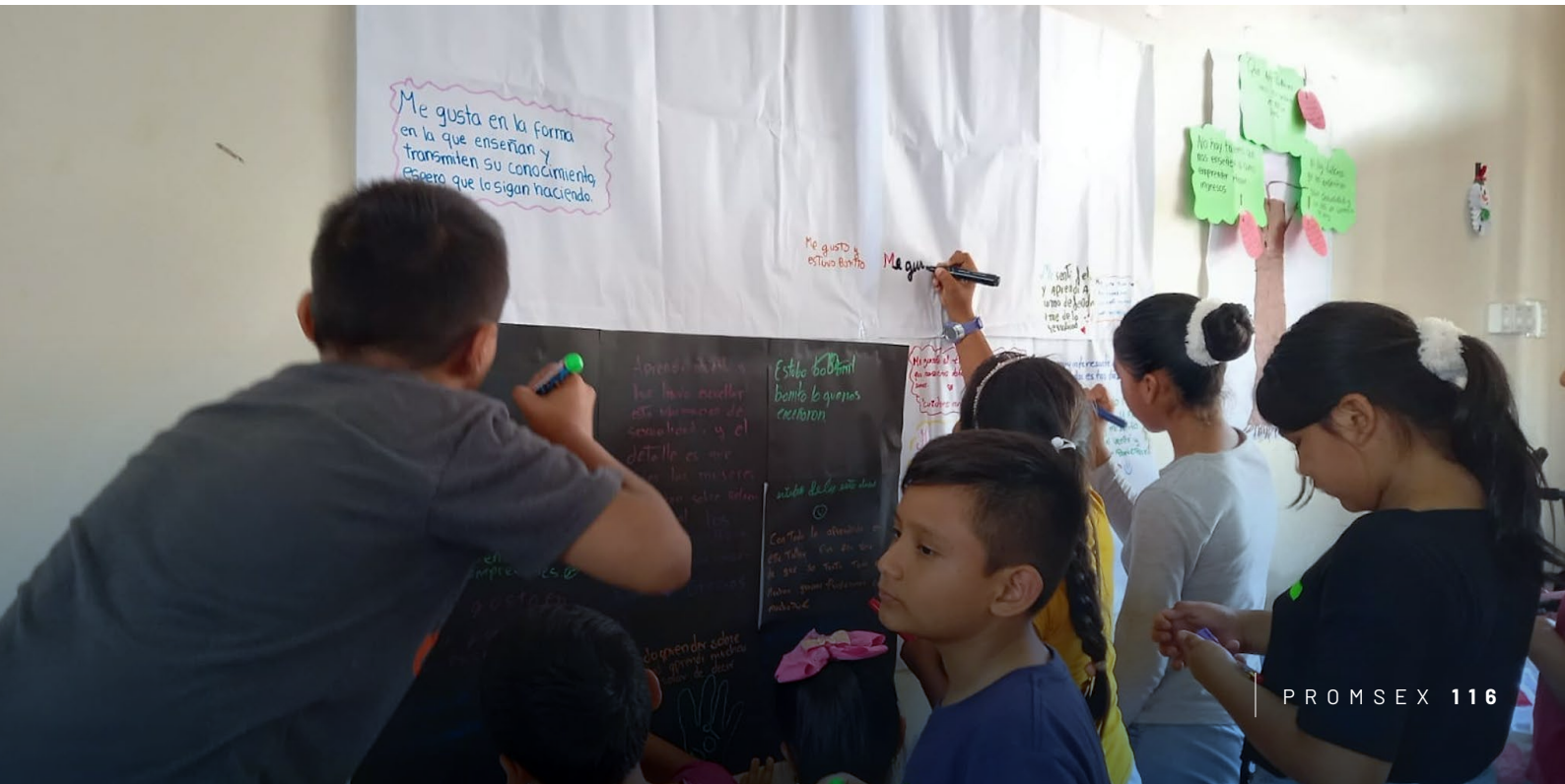
- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

4 Si se observa previamente que no es factible para el grupo de adolescentes, se omite y evalúa hacer el compartir según la disponibilidad de presupuesto.

SESIÓN 9: LOGROS Y DESAFÍOS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Propone metas personales y realistas a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía. Comprende la importancia de la ciudadanía y las estrategias para ejercerla.
Grupo etario	10-14 años	**Producto de evaluación**	Contenido del mural.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes definen sus metas a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía, y asumen el compromiso de convivir en igualdad.		



CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
Desarrollo	Dinámica «Entrevista a mi yo de futuro»	Copias de ficha de trabajo n.° 1 Lapiceros	30 min
	Dinámica «¿Qué queda por hacer?»	Papelote con dibujo de árbol Plumones	20 min
Cierre	Dinámica «El mural»	Papelotes pegados entre sí Plumones, crayolas, papeles Fondo musical festivo	20 min
	Aplicación de cuestionario CAP	Copias de cuestionario Lapiceros	15 min
	Compartir y despedida	Constancias de participantes Refrigerios especiales[5]	10 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos miembros de organizaciones juveniles, sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las formas o acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia, promover la igualdad y los derechos sexuales y derechos reproductivos.

5 Si se cuenta con presupuesto.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (25 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con fortalecer el establecimiento de metas, considerando elementos que aporten a nuestra autonomía, además a fortalecer un compromiso para vivir en igualdad. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.
- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se les pidió hacerse dos preguntas:

Hasta la siguiente sesión, les pedimos que se hagan dos preguntas:

- ¿Cómo me imagino de acá a diez años?
- De los temas que hemos trabajado, ¿cuáles creo que mi comunidad o mis pares adolescentes necesitan conocer o trabajar?

- Se brinda la palabra de manera libre para recoger algunas respuestas.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues imaginaremos de manera más concreta cómo nos vemos en diez años, así como iremos construyendo o fortaleciendo un compromiso propio y colectivo para convivir en igualdad.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica «Entrevista a mi yo del futuro» (30 minutos)

- El/la facilitador/a comenta que vamos a imaginar un poco sobre cómo nos vemos en el futuro. Para ello, da la siguiente indicación:

> Vamos a imaginar que, de acá a diez años, una revista virtual publicará un artículo sobre ustedes.
>
> En este artículo, compartirán sobre aquellas cosas que se imaginan alcanzar para ese tiempo.
>
> Esta revista la leerán adolescentes de la edad que tiene este grupo, por lo que sus historias podrían ser de inspiración.
>
> Para construir ese artículo, les vamos a dar un formato que deben llenar, para ello tendrán 10 minutos.

- El/la facilitador/a entrega una copia de la ficha de trabajo n.° 1 a cada participante, y les orienta sobre su desarrollo explicando cada parte.

- **El titular,** el cual debe llamar la atención e incorporar un logro importante. Ejemplo: «Valeria creó una tecnología que permite que el internet llegue de manera gratuita y con buena calidad a todas las zonas rurales del país», «Pedro ganó un Oscar a mejor actuación en la película *Somos iguales*». Es el momento para imaginar y soñar, así parezca algo poco probable, es importante que imaginen aquello que quieren hacer y lograr. Además, el llenado de la ficha no solo se refiere a aspectos académicos y profesionales, sino también personales y sociales.
- **Biografía,** la que debe contener los aspectos más importantes de su vida. Por ejemplo, lugar de nacimiento, familia, elementos importantes de ellas/os mismas/os.
- **Descripción de la noticia,** donde deben detallar de qué trata el titular, qué hicieron, qué estudiaron, en qué fueron trabajando para llegar a ello y de qué trata específicamente ese logro.
- **Acciones a corto plazo,** donde se enumeran aquellas acciones a corto plazo que debieron realizar para llegar a su logro. Acciones de uno a dos años aproximadamente desde la fecha actual.
- **Acciones a mediano plazo,** donde se enumeran aquellas acciones a corto plazo que debieron realizar para llegar a su logro. Acciones de uno a cuatro meses aproximadamente desde la fecha actual.
- **Acciones a largo plazo,** donde se enumeran aquellas acciones a corto plazo que debieron realizar para llegar a su logro. Acciones de cinco años a más.
- **Fortalezas de adolescente,** donde se describen aquellas cualidades y características más desarrolladas en la actualidad que te impulsaron a conseguir ese titular.
- **Aspectos por mejorar de adolescente,** donde se describen aquellas cualidades y características que necesitaste mejorar en la actualidad y que te impulsaron a conseguir ese titular.
- **Organización de finanzas,** donde se mencionan aquellas acciones que te permitieron tener un buen uso del dinero, ya sea ahorros, inversiones, organización, entre otras.
- **Aporte a la comunidad,** donde se considera que la noticia también tiene acciones que como adolescente realizaste para aportar a tu comunidad, en temas de sexualidad u otros relacionados al titular del artículo.

- Después de que las y los participantes hayan acabado, de forma aleatoria se les coloca en pareja y solicita que compartan sobre su entrevista.

- Luego, en la plenaria, se solicita la participación de dos a tres participantes para compartir su experiencia, si desean, lo que han escrito, sino cómo se han sentido durante la actividad, qué les llamó la atención, qué pregunta fue más compleja y de qué se han dado cuenta.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Es necesario plantearnos metas personales realistas, basadas en nuestras capacidades, recursos y potencialidades.
- Es importante comprender el desarrollo de nuestra autonomía para nuestro bienestar y ejercicio de derechos.
- La autonomía es la capacidad que nos permite realizar una serie de acciones y tomar decisiones de manera progresiva que aporten a nuestra integridad, bienestar y desarrollo.
- Parte de alcanzar ese futuro es desarrollar nuestra autonomía financiera. Por ello, es importante:

  1. Saber de dónde viene el dinero

  2. Entender ventajas de ahorrar

  3. Mantenerse dentro de un presupuesto

  4. Priorizar cómo decido en qué gastar

  5. Establecer un buen crédito (no endeudarse)

  6. Pensar a mediano y largo plazo
- Para alcanzar este futuro u otro que imaginamos, es importante cuidar nuestra sexualidad, pues es parte de nosotras/os. Las decisiones sobre ello también aportarán o afectarán a nuestras metas.
- Asimismo, es importante considerar a nuestra comunidad, región y país, pues su desarrollo aporta en nosotras/os, y nosotras/os podemos aportar a su desarrollo.

Actividad: Dinámica «¿Qué queda por hacer?» **(20 minutos)**

- El/la facilitador/a indica que, como se comentó, somos parte de una comunidad, y otras/os adolescentes necesitan también fortalecer sus competencias y capacidades para ejercer su sexualidad de forma segura y saludable. Por ello, se desarrollará un ejercicio que permitirá identificar qué consideramos que es importante abordar, y cómo ellas/os, como adolescentes, pueden aportar a ese cambio.

- Antes de explicar el ejercicio, se hace una lluvia de ideas, recordando los temas que se abordaron en las sesiones pasadas, lo que es anotado con letra grande en una pizarra o un papelote.

- Luego, se dibuja un árbol grande en una pizarra. Si no se cuenta con una, pueden unirse dos papelotes y hacer el dibujo para pegarlo en la pared.

- El/la facilitador/a da la siguiente indicación:

Ahora que hemos recordado lo que hemos abordado, reflexionado y discutido, les vamos a pedir que nos ayuden a hacer un análisis de las y los adolescentes de su comunidad. Para ello, les pedimos que levanten sus manos de manera voluntaria y respondan a estas preguntas:

1. ¿Cuáles son los problemas que más afectan a las personas de mi edad, relacionados con la sexualidad y el bienestar?

El/la facilitador/a anota las respuestas en el tronco del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

2. ¿Cuáles son las causas de estos problemas? Es decir, ¿qué los provocan?

El/la facilitador/a anota las respuestas en las raíces del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

3. Ahora que hemos conocido más de estos temas, ¿qué alternativas podemos proponer para solucionar estos problemas? Hay que considerar que ustedes, como adolescentes, son parte de esas soluciones y actividades específicas.

El/la facilitador/a anota las respuestas en las ramas u hojas del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

- Una vez que el árbol se haya completado, el/la facilitador/a pide observar con atención ese árbol, y recordar que ellas/os, como adolescentes, pueden aplicar este análisis y soluciones en ellas/os mismas/os y también en la comunidad. Y como se ha visto, hay personas aliadas e instituciones públicas o privadas que tienen el deber de aportar a esas soluciones.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Como adolescentes, cada una/o de nosotros podemos contribuir a la solución de estas problemáticas de la comunidad. Para ello, se requiere que, en primer lugar, podamos conocernos a nosotras/os mismas/os.
- Todos los días aprendemos cosas nuevas que podemos aplicar en nuestra vida diaria y que seguiremos aprendiendo sobre sexualidad a lo largo de toda nuestra vida, incluso cuando seamos mayores. Saber sobre sexualidad, cómo comunicarnos y cómo cuidarnos es parte de nuestro desarrollo personal y nuestro bienestar.

Momento: Cierre (45 minutos)

Actividad: Dinámica «El mural» (20 minutos)

- El/la facilitador/a les presenta el papelote con las tarjetas en que se escribieron sus expectativas en la primera sesión y se pide ayuda de un/a participante para leerlas.
- Luego el/la facilitador coloca en la pared o pizarra entre cinco a siete papelotes pegados entre sí de manera horizontal y separa cinco bloques, para pedir a las y los adolescentes que se acerquen y, en notas adhesivas o tarjetas en cada bloque, escriban sobre el tema del bloque.

- Se acompaña de un fondo musical festivo y coloca los materiales que se pueden emplear (notas adhesivas, tarjetas, plumones, crayolas, plumones, etc.). Los bloques son los siguientes:

¿Cuál o cuáles de mis expectativas sobre participar en el programa se cumplieron?	¿Cuál es el aprendizaje más significativo que me llevo del programa?	¿Cuál es la vivencia más significativa de haber participado en el programa?	¿Con qué me comprometo para ayudar a que más adolescentes aprendan sobre cómo conocer y cuidar su sexualidad?	¿Qué recomendación o recomendaciones dejo para que el programa sea mejor en una siguiente oportunidad y qué temas se deben reforzar o se deberían agregar?

- El/a facilitador motiva el desarrollo de la actividad. Además, les indica que pueden decorar el mural con dibujos y con los materiales que tienen a la mano.

- Después de terminar, el/la facilitador/a revisará el mural y reforzará los mensajes que han aparecido, señalando que saber sobre sexualidad, cómo comunicarnos y cómo cuidarnos, es parte de nuestro desarrollo personal y nuestro bienestar.

- El contenido del mural será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Muestra compromiso para promover la igualdad, el autocuidado y el ejercicio de sus derechos.

Actividad: Aplicación de cuestionario CAP (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega el cuestionario CAP y explica que resulta necesario conocer cómo egresan al programa formativo, pues esa información permitirá mejorar el programa para los nuevos participantes. Asimismo, señala que los resultados del cuestionario serán confidenciales.

- Durante la aplicación, hay que indicar que no hay respuestas buenas ni malas, no indicar que se está «evaluando» para evitar generar ansiedad en las y los participantes.

- Monitorear que cada participante complete el cuestionario de manera correcta.
- En caso exista conectividad, el cuestionario físico podría ser reemplazado por un formulario en línea.

Actividad: Compartir y despedida (10 minutos)

- El/la facilitador/a agradece a las y los participantes y narra su experiencia personal durante el programa de manera breve.
- Luego forma un círculo e invita a que, en una palabra, expresen cómo se sienten en este momento del cierre del programa formativo.
- Se sugiere hacer una pequeña actividad de cierre entregando a cada participante una constancia de las competencias desarrolladas en el curso, explicar que, a partir de ahora, esto formará parte de su hoja de vida.
- Asimismo, se sugiere compartir un refrigerio especial si se cuenta con presupuesto, así como si las y los adolescentes trajeron algo para compartir. Se puede reproducir música de fondo mientras se da el compartir.
- Si algunas/os adolescentes indicaron que desean realizar un número artístico, se les brinda el espacio para cerrar mientras se da el compartir.
- También se puede invitar a aquellas personas que deseen colaborar en los siguientes programas formativos que se desarrollarán en la comunidad. Hay que agradecer su participación y creatividad. De preferencia, hacer esta actividad de manera comunitaria con la presencia de los demás actores de la comunidad, incluso se pueden presentar actividades culturales y recreativas propuestas por el grupo.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

ENTREVISTA A MI YO DEL FUTURO

(Titular de artículo)

_____

_____ ***(ciudad),*** _____ ***(año)***

Conoce un poco más de _____ (nombre)

(Biografía)
Esto es lo que consiguió a lo largo de estos diez años
(Descripción de la noticia)

(¿Qué tuviste que haber hecho a corto plazo desde hoy para llegar a esa meta?) desde ahora hasta un año y medio o dos años

(¿Qué tuviste que haber hecho a mediano plazo desde hoy para llegar a esa meta?)
De dos a cuatro años

(¿Qué tuviste que haber hecho a largo plazo desde hoy para llegar a esa meta?)
De cinco años a más

(Principales fortalezas cuando eras adolescente)

(Lo que tuviste que mejorar cuando era adolescente)

(Cómo organizaste sus finanzas para llegar a este momento)

(Dibujo que te represente, tu rostro o algún objeto significativo)

(Aporte a tu comunidad cuando eras adolescente)

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD

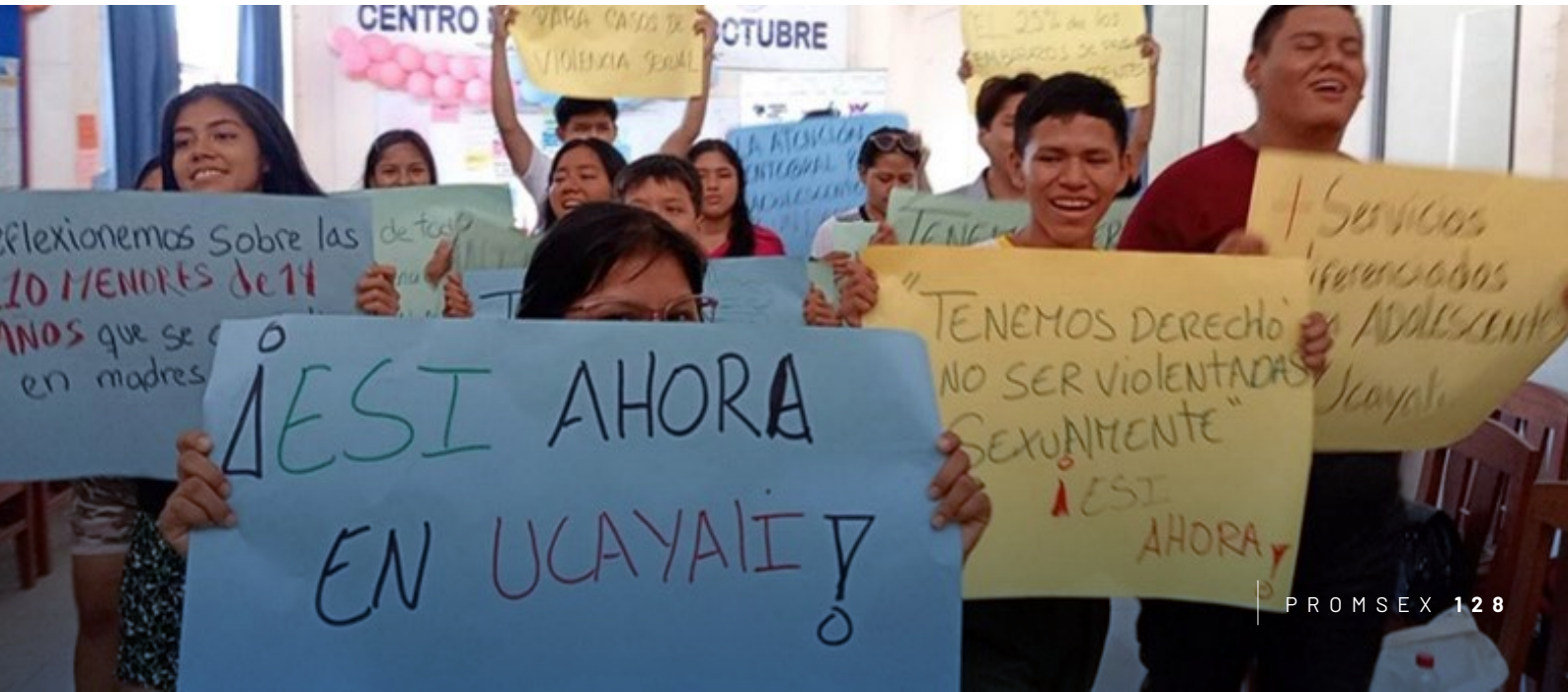
GRUPO ETARIO: 15-19 AÑOS

MÓDULO I: IDENTIDAD Y CORPORALIDAD

SESIÓN 1: NOSOTROS Y NUESTRA COMUNIDAD

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Identidad y corporalidad		
Competencia vinculada	Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.	**Competencia vinculada**	Construye su autoestima y autoconocimiento Reconoce la influencia de su entorno en la construcción de su identidad.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Papelote con las respuestas de las y los participantes a partir de la dinámica «Papa caliente».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes se reconocen como personas únicas y valiosas dentro de su grupo y comunidad.		



CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación de equipo facilitador, programa y de la sesión	PPT o papelote	10 min
	Dinámica «Frío y caliente» y acuerdos de convivencia	Papelotes Plumones Música de fondo	30 min
	Aplicación de cuestionario CAP	Cuestionario fotocopiado Lapicero	20 min
Desarrollo	Dinámica «Soy y somos»	Hoja bond A4 Plumones/colores Lapiceros/lápices	35 min
Cierre	Dinámica «Papa caliente»	Pelota o cualquier otro objeto que pueda pasar de mano en mano Música (opcional)	10 min
	Reto y despedida	Papelote Plumones	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (70 minutos)

70

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (10 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la asistencia y se presenta a sí misma/o y al cofacilitador/a.
- Luego, con un lenguaje amigable, se explica el nombre y objetivo del programa ESI - C. También sobre el número, tiempo y temas de las sesiones. Se enfatiza que durante las sesiones se desarrollarán actividades en que es importante participar expresando lo que pensamos y sentimos, así como las preguntas que tengan son válidas de compartir.
- Se explica que el propósito de la sesión se relaciona a fortalecer el valor que tenemos sobre nosotras/os mismas/os. Además, que se abrirá un espacio para conocernos y construir un espacio de confianza durante el programa formativo.
- Por último, se indica que al finalizar cada sesión se tendrá un «reto» que ayudará a fortalecer lo trabajado.
- El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Dinámica «Frío y caliente» (30 minutos)

- El/la facilitador/a señala que es importante conocerse, y, por ello, se realizará un corto ejercicio. Para ello, se indica lo siguiente:

Dejemos nuestras cosas en las sillas y caminemos por todo el espacio, a una velocidad normal, cuando indique la palabra:

- **«Frío»,** deben buscar a una persona y colocarse espalda con espalda.
- **«Caliente»,** deben buscar a una persona y darse un abrazo (en caso se observe que no hay la confianza para ello, se indica que inventen un saludo diferente al normal, como saludarse con los codos, pies o hacer un saludo especial de manos). Además, cuando se diga la palabra «Caliente», deben responder a las preguntas que se indiquen.

- El/la facilitador/a aplica la premisa, y cuando estén caminando inicia con la palabra «frío», luego indica que sigan caminando y señala «caliente». Después que se dan el abrazo o saludo, pide que no se separen de la pareja y comparan sobre algunas preguntas que ambas partes deben responder. Una vez que se observa que conversaron sobre las preguntas, se repite el ejercicio pidiendo que caminen e indicando las palabras «frío» o «caliente» hasta completar cuatro rondas. Se puede variar la forma en que caminan (más lento o rápido, agachándose o empinándose). Las preguntas por considerar son:

  - **Primera ronda:** ¿Nombre, edad y pasatiempo favorito?
  - **Segunda ronda:** ¿Nombre? ¿Qué parte de mi cuerpo me agrada?
  - **Tercera ronda:** ¿Nombre? ¿Qué es lo que más me gusta de mi barrio y de mi región? (comida, lugar, fecha especial, otro)
  - **Cuarta ronda:** ¿Nombre? ¿Cuál es la expectativa que tengo de participar en este espacio o qué espero?, ¿qué acuerdo de convivencia considero que es importante que tengamos para que podamos compartir y aprender?

- Durante el ejercicio se puede reproducir música de fondo alegre y común para las y los participantes (cuidando que no tengan mensajes que reproducen algún tipo de violencia).

- Posteriormente, se pide que hagan una ronda manteniéndose al costado de la última persona con la que compartieron, así como que cada pareja se presente indicando: sus nombres, edades, expectativa y acuerdo de convivencia consensuados.

- El/la cofacilitador/a toma nota en papelotes denominados «Expectativas» y «Acuerdos de convivencia». En caso haya ideas repetidas, se agrupan o colocan de manera contigua, para visibilizar la importancia que el grupo les da a esas ideas.

- Se propicia un ambiente ameno y de respeto, permitiendo que las y los participantes puedan presentarse.

- El papelote de «Acuerdos de convivencia» se coloca de manera visible en el ambiente.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Nuestro nombre o forma de presentación parte del cuerpo de nuestro agrado y nuestra cualidad son partes de nuestra identidad, ya sea personal y corporal, la cual debemos fortalecer, y, por eso, en esta sesión abordaremos acerca de ello.
- Es importante que perdamos la vergüenza de conocer y hablar frente a personas nuevas, a medida que practiquemos estos se nos hará más fácil.
- También es importante conocer las expectativas que tenemos de este espacio, así como construir acuerdos de convivencia que nos ayudarán a compartir y aprender de manera respetuosa.

Actividad: Aplicación de cuestionario CAP (20 minutos)

- El/la facilitador/a entrega el cuestionario CAP y explica que resulta necesario conocer cómo ingresan al programa formativo, pues esta información permitirá adecuar los contenidos y actividades a las características de cada una/o. Asimismo, hay que señalar que los resultados del cuestionario serán confidenciales y solo serán empleados para fines de mejorar la calidad de la intervención.
- Durante la aplicación, hay que indicar que no hay respuestas buenas ni malas, no indicar que se está «evaluando» para evitar generar ansiedad en las y los participantes.
- Monitorear que cada participante complete el cuestionario de manera correcta.
- Prestar atención en caso sea necesario el apoyo para entender el contenido del cuestionario.
- En caso exista conectividad, el cuestionario físico podría ser reemplazado por un formulario en línea.

Momento: Desarrollo (35 minutos)

Actividad: Dinámica «Soy y somos» (35 minutos)

- Se entrega a cada participante una hoja bond y lápices/lapiceros/plumones delgados, solicitando que dibujen su silueta. No hay necesidad de dibujarse a sí misma/o, sino, solo su propia silueta.

- Para ayudar a la comprensión de la actividad, el/la facilitador/a señala que colocará un papelote en la pared o pizarra donde esté su silueta.

- Después de que las y los participantes hayan elaborado su silueta, el/la facilitador/a solicitará que cada una/o responda determinadas preguntas. Para ello, irá escribiendo, de manera progresiva, en el papelote-modelo las preguntas en determinadas partes del cuerpo y cada una/o debe responder en su propia silueta. En el papelote ejemplo, se puede escribir las preguntas mientras se presentan para ayudar a la comprensión del ejercicio. Entre cada pregunta, el/la facilitador/a debe asignar algunos minutos para que las y los participantes registren su respuesta:

Hombros: ¿Cuáles son mis cualidades y aspectos por mejorar?

Pies: ¿Cuáles son mis orígenes? ¿De dónde viene mi familia?

Piernas: ¿Quiénes son mis personas de confianza? ¿A qué instituciones de mi comunidad puedo recurrir cuando sea necesario?

Manos: ¿Qué deseo para mí misma/o, mi familia y mi comunidad?

Pecho: ¿Qué me gusta de mí? ¿Qué me genera placer y bienestar?

Cabeza: ¿Quién soy?

- Una vez respondidas las preguntas, se pide que, en la parte de atrás de la hoja, la dividan en cuatro con un lápiz o lapicero. Se solicita que en cada cuadrante se responda a una pregunta. Para ayudar a la comprensión de la actividad, el/la facilitador/a señala que colocará un papelote en la pared o pizarra donde esté su silueta. Durante la actividad, el/la facilitador/a motiva que cada participante responda las siguientes preguntas:

¿Quiénes conforman mi familia?	¿Quién o quiénes son mis mejores amigas o amigos?
¿A quién me parezco de mi familia? (de manera física o en la forma de ser)	¿En qué lugares de mi comunidad me siento a gusto? (plaza, parque, loza, otros según contexto)

- Posteriormente, se va leyendo cada pregunta y de manera voluntaria, se pide a que una/o o dos participantes comenten qué respondieron. Se motiva a que en cada pregunta responda alguien diferente. Asimismo, se busca identificar si hay respuestas similares pidiendo que levanten la mano. Se agradece la intervención de las y los participantes.

- Para finalizar la actividad, se reflexiona de manera grupal sobre:

¿En qué nos ayuda conocer o reconocer las respuestas a las preguntas que hemos visto?

¿Es importante conocer mis cualidades y aspectos por mejorar?, ¿por qué?

¿Qué entendemos como autoestima y cómo podemos fortalecerla?

¿Todas las familias son iguales? ¿Qué diferencias o tipos de familias pueden existir?

¿De qué manera mi familia y entorno influye en lo que soy?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El autoconcepto es aquella habilidad que nos permite reconocernos de manera integral, con cualidades, aspectos por mejorar y potencialidades, y que la autoestima es aquella habilidad que nos permite valorarnos y respetarnos a nosotras/os mismas/os.
- Existen diversos tipos de familia en que los roles y funciones de sus integrantes son constantemente cambiantes a medida que pasa el tiempo. Además, la familia no solo lo es por el vínculo sanguíneo, sino por el afecto que construimos.
- En el país existen familias LGTB, es decir, familias conformadas por parejas del mismo sexo, por dos papás, dos mamás, o uno de los miembros es una persona trans. Es importante que reconozcamos que existe una diversidad de tipos de familias.
- La cooperación, la igualdad de género, el cariño y el respeto son parte del funcionamiento de la familia bajo el criterio de bienestar.
- La familia y comunidad también son parte de nosotras/os, aprendemos costumbres, creencias y afectan a nuestro desarrollo. Estas relaciones pueden fortalecerse para crecer con bienestar.

Momento: Cierre (15 minutos)

Actividad: Dinámica «Papa caliente» (10 minutos)

- El/la facilitador/a señala que para finalizar la sesión se hará una última actividad.

- Enseña la pelota (u objeto similar), indicando que se trata de una papa que está caliente y que cada una/o debe pasarlo de mano en mano a su compañera/o del costado. Mientras se realice, se escuchará una música (o aplausos del/la facilitador/a) y cuando se detenga, quien se quedó con la «papa caliente» responderá una pregunta. El ejercicio se repite para realizar las preguntas sugeridas:

¿De qué me he dado cuenta en la sesión?

¿Qué es el autoconcepto?

¿Qué es la autoestima?

¿De qué manera el autoconcepto y autoestima contribuye a nuestro desarrollo personal y bienestar?

¿De qué forma la familia y mi entorno influye en nuestro autoconcepto y autoestima?

- Durante las preguntas, el/la facilitador/a debe motivar y estimular a que no solo la o el participante que se quedó con la «papa caliente» intervenga, sino que participen la mayor cantidad de niños y niñas.

- Mientras las y los participantes dan sus respuestas, el/la cofacilitador/a/a registra las respuestas en un papelote. Estas respuestas serán analizadas al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica de según los indicadores de evaluación:

  - Define el concepto de autoconcepto.
  - Define el concepto de autoestima.
  - Reconoce la importancia del autoconcepto y autoestima en su desarrollo personal, relación familiar y bienestar colectivo.

Actividad: Reto (5 minutos)

- El/la facilitador/a indica que entre cada sesión se compartirá un reto que contribuirá al desarrollo de las sesiones.
- Se brinda la indicación:

> Hasta la siguiente sesión, deben preguntar a dos personas de su familia de más de 18 años (familia o amigas/os) cuáles fueron los primeros cambios que notaron en sí mismas/os cuando entraron a la adolescencia.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

SESIÓN 2: NUESTRO CUERPO E IDENTIDADES

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Identidad y corporalidad		
Competencia vinculada	Se reconoce como persona única a partir de la valoración de su cuerpo, autoconocimiento y autoestima para fortalecer su identidad.	**Competencia vinculada**	Comprende sus cambios corporales relacionados con la sexualidad.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Tríptico de la dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden el desarrollo integral del cuerpo como primer territorio de su autonomía y asumen su cuidado e higiene personal.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
	Dinámica «Juego de las sillas»	No aplica	10 min
Desarrollo	Dinámica «Conociendo más mi cuerpo»	Tarjetas con conceptos y definiciones Cinta *masking tape*	30 min
	Dinámica grupal «Cambios y cuidados»	Cartulinas Plumones Cinta *masking tape*	30 min
Cierre	Dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?»	Hoja bond Lapiceros Caja para dejar tríptico	15 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (40 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con conocer, cuidar y reconocer la autonomía de nuestro cuerpo según el momento en el que nos encontramos en nuestras vidas. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (10 minutos)

- Se coloca el papelote con los acuerdos de convivencia y se hace el recordatorio, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo los acuerdos arribados.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿De qué trato la sesión anterior?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda sobre el «Reto» de la sesión anterior y se pregunta de manera aleatoria sobre las respuestas que obtuvieron. En caso no lo hayan hecho pueden responder de manera general, sobre los primeros cambios que se ven en una persona cuando llega a la adolescencia.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes comprenden el desarrollo integral del cuerpo como primer territorio de su autonomía y asumen su cuidado e higiene personal.

Actividad: Dinámica «Juego de las sillas» (10 minutos)

- El/la facilitador/a indica que formen un círculo con sus sillas, y que cada participante se siente en una. Además, se indica que no tengan cosas encima de ellas/os, pues se desarrollará un ejercicio.

- Se indica que vamos a jugar a hacer un intercambio de lugares, en caso cumplan con la característica que el/la facilitador/a señale. Por ejemplo, si menciona que se cambian de lugar todas las personas que usan «lentes», entonces esas personas deben ponerse de pie y buscar otro lugar, de preferencia lo más lejano posible a su sitio actual.

- El ejercicio se repite varias veces con las opciones que se dejan a continuación y se recomienda tener cuidado al cambiarse de sillas, para no chocar entre ellas/os o golpearse accidentalmente. Cabe señalar que se pueden ajustar según el grupo (qué tipo de prendas o cosas usan, o sus características):

  - Que use una prenda de color azul.
  - Que usen zapatos o zapatillas negras.
  - Que tenga aretes.
  - Que tenga 11 años.
  - Que tenga 13 años.
  - Que tenga nariz.
  - Que tenga testículos.
  - Que tenga vulva.
  - Que tenga clítoris.
  - Que tenga epidídimo.
  - Que tenga próstata.
  - Que tengan codos.

- Hay que señalar que las últimas indicaciones se referían a las partes de nuestro cuerpo, las cuales son importantes de conocer.

- En caso algunas/os participantes no hayan cambiado de silla a pesar de que les correspondía, indicar que conoceremos más sobre estas partes del cuerpo en la sesión.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Nuestro cuerpo tiene diferentes partes, y algunas son diferentes entre persona y persona, y también tienen funciones diferentes.

Momento: Desarrollo (60 minutos)

Actividad: Dinámica «Conociendo más mi cuerpo» (30 minutos)

- Este ejercicio se realiza en la plenaria y con las/os participantes ordenados en forma de media luna, mirando hacia la pizarra o pared donde se colocan los recursos.

- Se tiene preparado tarjetas, dos tipos título (tamaño A4) sobre los «Órganos sexuales y reproductivos masculinos» y los «Órganos sexuales y reproductivos femeninos», y en otras tarjetas más pequeñas (tamaño A5) con los elementos de estos títulos. A continuación, se indica la información.

Órganos sexuales y reproductivos masculinos	Órganos sexuales y reproductivos femeninos
Pene	Útero
Testículos	Ovarios
Escroto	Trompas de Falopio
Glande	Clítoris
Próstata	Vagina
Epidídimo	Vulva

- En la pizarra o pared, se colocan los dos títulos separados y se entregan las tarjetas de los elementos de los títulos (pene, vagina, escroto, etc.) de manera aleatoria a las/os participantes que alcance.

- Una vez repartida las tarjetas, se pide que la o el participante la lea y la pegue debajo de uno de los títulos según corresponda, ya sea debajo de la tarjeta de «Órganos sexuales y reproductivos masculinos» o la tarjeta de «Órganos sexuales y reproductivos femeninos». Tiene la opción de pedir ayuda a un/a compañero/a si tiene dudas. Las y los demás participantes deben permanecer en silencio.

- Después que se pegan las tarjetas, el/la facilitadora va revisando una por una con las y los participantes para ratificar si están bajo el título correcto, y corrigiendo si es necesario.

- Después de ello, para conocer qué significan estos conceptos se reproduce un video sobre los órganos sexuales masculinos y femeninos para reforzar lo abordado **(www.youtube.com/watch?v=WTWLJB5gnhs&t=24s).** De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido con ayudas visuales.

- Posteriormente, se promueve el diálogo en plenaria con las siguientes preguntas:

¿Es fácil hablar sobre los órganos sexuales y reproductivos?, ¿por qué?

¿Cómo me siento al pronunciar los nombres y hablar sobre los órganos sexuales y reproductivos?

¿De qué otras formas se les llama a los órganos sexuales y reproductivos? (pene, vagina, testículos)

¿Por qué se les llama por otros nombres?

¿Qué funciones tienen los órganos sexuales y reproductivos?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Es necesario hablar sobre nuestro cuerpo en su totalidad, con los nombres científicamente apropiados (compararlos con los nombres socialmente aceptados), así como reconocer y hablar sobre las sensaciones y expresiones de nuestro cuerpo, incluido el deseo sexual. Además, valorar las capacidades o corporalidades diferentes y su necesidad de reconocimiento personal y social.

- Muchas veces se piensa que los órganos sexuales y reproductivos solo tienen la función de reproducción, pero también tiene la función del placer cuando se tiene el poder de decidir sobre las prácticas sexuales, y cuando se es responsable al respecto. Por ello, es importante conocer estas partes de nuestro cuerpo para cuidarlas a nivel de higiene y para cuidar nuestra autonomía.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El que tengamos diferencias físicas o biológicas puede coincidir o no con que nos identifiquemos como personas femeninas o masculinas. Puede pasar que nacimos con órganos sexuales y reproductivos de varón, pero nos identificamos como mujer. De eso se hablará más adelante, para comprender mejor cómo podemos identificarnos como personas.

Actividad: Dinámica «Cambios y cuidados» (30 minutos)

- Se forman cuatro grupos, a los que se entregan dos cartulinas y plumones de colores
- A cada grupo se le indica que realizará un trabajo diferente y similar a la vez, y que para ello tiene 10 minutos.
- Cada grupo deberá describir un tipo de características y cambios que se dan en la adolescencia (especialmente entre los 15 y 19 años) o temas relacionados que se indican para cada grupo.
- Se le debe dar a cada grupo escrito o impreso las siguientes indicaciones:

  - **Grupo 1:** Describir las principales características y cambios físicos en la adolescencia.
  - **Grupo 2:** Describir las principales características y cambios emocionales o psicológicos en la adolescencia.
  - **Grupo 3:** Describir las principales características y cambios sociales en la adolescencia (en relaciones que tiene con sus amigos, familia, comunidad u otros espacios).
  - **Grupo 4:** Identificar prácticas de cuidado e higiene personal que es importante tener en la adolescencia y para cuidar nuestros órganos sexuales y reproductivos.
  - **Grupo 5:** Responder a la pregunta: ¿Qué quiere decir que tenemos autonomía sobre nuestros cuerpos?

- Se les puede brindar ejemplos según el tipo de características para ayudar a pensar el mensaje.
- Conforme los grupos van finalizando, se solicita un/a o dos voceros/as para que comparta las principales características y cambios de la adolescencia que trabajaron, y los temas planteados.

- Mientras los grupos van presentando sus trabajos, se realizan repreguntas a sus compañeras/os para identificar si tienen otras ideas con respecto al tema de los grupos.

- En caso no se mencione la menstruación y eyaculación en los trabajos de grupo, el/la facilitadora menciona que son cambios que también se dan en la adolescencia. Lo explica brevemente.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- A medida que vamos creciendo, nuestros gustos y necesidades van cambiando. Es importante conocer cómo vamos cambiando, para disfrutar de cada etapa de la vida, cuidando nuestro cuerpo, nuestras emociones y nuestras relaciones.
- Todas las personas necesitamos comprender sobre el desarrollo evolutivo para conocernos mejor y entender los cambios que ocurren con nuestro cuerpo, nuestras emociones y nuestro entorno.
- Cada persona percibe sus sensaciones de manera diferente e igual de valiosa.
- La higiene corporal y los hábitos saludables nos ayudan a estar bien y sentirnos mejor en contacto con otras personas.
- La autonomía es la capacidad que nos permite actuar y cuidarnos a nosotros(as) mismos(as), según nuestras capacidades y recursos. A medida que crecemos somos más autónomos. Mi cuerpo es mi territorio, nadie tiene derecho a criticarlo y solo yo lo puedo gobernar.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: Dinámica «¿Cómo veo mi cuerpo?» (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada participante una hoja bond y solicita doblarla en tres partes, como un tríptico.

- En la parte de arriba de cada columna colocarán una pregunta. Se motiva a que al menos coloquen dos respuestas por columna. Se coloca en un papelote para ejemplificar:

¿Qué cambios he observado en mi cuerpo que me gustan? (físicos, emocionales o en mis relaciones sociales)	¿Qué cambios he observado en mi cuerpo que no me gustan?	¿Cómo puedo cuidar mi cuerpo y mi autonomía?

- Después de terminar, solicitar la participación de dos a cuatro voluntarias/os para narrar su experiencia, no necesariamente lo que han escrito, sino cómo se han sentido y de qué se han dado cuenta.

- Finalizada su participación, el/la facilitador/a agradece la intervención.

- Hay que indicar que, al terminar la sesión, cada participante dejará el tríptico doblado en una caja (tipo buzón) antes de salir. No debe colocar su nombre, solo su género y edad en la parte de atrás de la hoja. El contenido será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Reconoce los cambios físicos en la adolescencia, incluyendo la menstruación y la eyaculación.
  - Reconoce los cambios emocionales en la adolescencia, incluido el enamoramiento.
  - Considera su cuerpo como primer territorio de autonomía.
  - Asume el cuidado de su integridad corporal, incluido el cuidado de su salud sexual.

Actividad: Reto (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto que se invita a realizar antes de la siguiente sesión.

Ver el video «Igualdad de género presentado por Puros Cuentos Saludables» en YouTube hasta el minuto 1:55 y reflexionar sobre la historia que se comparte.

www.youtube.com/watch?v=2d7K7nP-2Ro

- Si se cuenta con algún grupo de comunicación con los padres, madres o tutores o participantes, se puede enviar el enlace o archivo por ese medio. Si no, se brinda el título exacto con el que lo encuentran en YouTube.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO

GRUPO ETARIO: 15-19 AÑOS

MÓDULO II: PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIÁLOGO

SESIÓN 3: ¿QUÉ ES ESO DEL ENFOQUE DE GÉNERO?

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Pensamiento crítico y diálogo		
Competencia vinculada	Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre su realidad y cultura.	**Competencia vinculada**	Identifica las desigualdades y brechas de género que se generan a partir de los estereotipos, mitos y prejuicios. Analiza su realidad y cultura a partir del enfoque de género, valorando la importancia de su aplicación para promover la igualdad y el respeto a la diversidad.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Mensaje producido en la dinámica «Una barra por el cambio».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes comprenden el enfoque de género y su aplicación para comprender su vida e imaginar un mundo mejor y más justo.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Proyector Equipo audiovisual	15 min
	Dinámica «Adivinanza sin hablar»	Papeles con palabras	10 min
Desarrollo	Dinámica grupal «Analizando con lentes especiales»	Casos Papelotes Plumones	30 min
	Dinámica «Usando los lentes con enfoque de género»	Lentes Papelote Plumones	20 min
Cierre	Dinámica grupal «Una barra por el cambio»	Cartulina o papelote Plumones	20 min
	Reto y despedida	Papel Lapiceros Caja	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (45 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar para comprender que, mientras crecemos, aprendemos a ser o hacer ciertas cosas por haber nacido como varones o mujeres, y que ello nos puede limitar, pero, a su vez, podemos cambiarlas aprendiendo a utilizar una herramienta que se llama «enfoque de género». El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda el «Reto» que se dejó la sesión anterior, sobre ver una parte del video de «Puros Cuentos Saludables». Se consulta si se visualizó. De no ser así, se reproduce (hasta el minuto 1:55 **www.youtube.com/watch?v=2d7K7nP-2Ro**) De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- Luego, de manera libre, se pide responder a las siguientes preguntas:

¿Qué pasa en la historia?

¿Qué diferencias hay entre Simón y su hermana?

¿A qué nos referimos cuando decimos que existen estereotipos de género asociados a lo masculino y femenino?

¿Quiénes hacen esas diferencias y por qué se hacen?

- Reproducir el resto del video, audio o relatar la historia, e indicar que en la sesión de hoy profundizará al respecto, para comprender por qué muchas veces se hacen esas diferencias. Además, para conocer la herramienta del enfoque de género, que nos ayudará a imaginar un mundo mejor y más justo.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los estereotipos de género son ideas, moldes o etiquetas rígidas de cómo deben ser las personas según su sexo y género.

Actividad: Dinámica «Adivinanza sin hablar» (10 minutos)

- Se pide que se formen tres o cuatro filas con la misma cantidad de personas. Si son pocas/os participantes, puede hacerse dos filas. Además, se indica que se coloquen como haciendo una cola.

- El/la facilitador/a brinda las indicaciones:

> A la persona que está al final de la fila se le indicará una palabra en un pedazo de papel. La palabra debe llegar a la primera persona de la fila sin que nadie hable. Y solo la primera persona de la fila puede pronunciar la palabra para ver si es correcta. Para que la palabra pase de una persona a otra, pueden hacer mímicas o sonidos, pero no hablar.
>
> Todas las filas van a empezar a la vez, y cuando la primera persona mencione la palabra, observaremos si es correcto o no, y esta pasará al final de la fila.
>
> Luego se repite el ejercicio de cuatro a cinco veces, según el tiempo que se tenga de la sesión.

- El/la facilitador/a puede hacer un ejemplo con la persona que cofacilita y otras personas de apoyo en el aula.

- Las palabras pueden ser adaptadas según el contexto de la zona. Se sugieren las siguientes:

Fila 1	Fila 2	Fila 3	Fila 4
Plátano	Manzana	Uva	Piña
Regla	Borrador	Cuaderno	Lapicero
Perro	Gato	Conejo	Mono
Cuerpo	Emociones	Femenino	Masculino
Igualdad	Desigualdad	Violencia	Cambio

- Se agradece por participar de la actividad. Se menciona que, si bien las últimas palabras eran más difíciles de pasar la palabra sin hablar, conversaremos más sobre ello en la sesión y el programa para comprenderlas mejor y así tener mayor bienestar en nuestras vidas.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Analizando con lentes especiales» (30 minutos)

- El/la facilitador/a conforma cuatro grupos de trabajo. A cada grupo le asigna un caso e indica que deben leerlo y responder juntas/os a las preguntas que les tocó en un papelote. Para ello, tienen 10 minutos.

- Además, les menciona que cuando lean el caso, deben imaginar que usan unos lentes especiales, que les permite analizar e identificar cosas muy importantes.

Caso 1:

Zarella es una chica de 18 años. Ella es muy inteligente y directa al hablar. Revisa mucho material que le dan en su escuela empleando el sistema Braille, pues tiene una discapacidad visual. En la actualidad, tiene un enamorado de su misma edad y ella desea tener relaciones sexuales con él. Zarella le ha comentado a sus amigos y amigas más cercanos que este fin de semana le dirá a su enamorado para tener relaciones sexuales. Sus amigos y amigas se han burlado de ella y le han dicho: «Zarella, tú tienes que esperar que él dé el primer paso, porque si no pensará que eres una chica fácil».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dicen los amigos y amigas de Zarella? ¿Por qué?

c) ¿Una chica con una discapacidad visual puede vivir su sexualidad como cualquier otra persona? ¿Por qué?

d) Si ustedes fueran los amigos y amigas de Zarella, ¿qué le hubieran dicho?

Caso 2:

Rodrigo es un chico afroperuano de 16 años. Él es tierno, sensible y empático. Cada vez que sale a ver películas de drama o románticas con sus amigos y amigas, él se emociona y se pone a llorar de alegría o de tristeza según la trama de la película. Un día, una compañera le dice: «Rodrigo, pareces una chica. Si quieres tener una pareja, nadie te va a querer así. Los hombres tienen que ser fuertes y seguros, no estar llorando por todo».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dice su compañera a Rodrigo? ¿Por qué?

c) ¿Los hombres pueden mostrar sus emociones, ser tiernos y sensibles? ¿Por qué?

d) Si tú fueras la compañera o compañero de Rodrigo, ¿qué le hubieras dicho?

Caso 3:

Marielys es una chica de 17 años que llegó al Perú hace dos años. A ella le gusta el deporte, realizar actividades físicas y, sobre todo, es muy buena en el fútbol. En su comunidad, han organizado un campeonato de fútbol relámpago. Ella ha ido a preguntar al vecino organizador del evento sobre las bases del campeonato, pero este le responde: «Señorita, el fútbol es solo para chicos, ya que se debe tener fuerza y resistencia. Usted debería inscribirse en el de vóley, que se apertura la otra semana».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que le dice el vecino organizador del evento a Marielys?

c) ¿Consideras que las mujeres adolescentes solo deben practicar el vóley? ¿Por qué?

d) Si ustedes fueran parte del comité organizador del campeonato, ¿qué hubieran hecho?

Caso 4:

Armando es un chico de 16 años. Él tiene una pareja de su misma edad con quien está ya casi ocho meses. Él se siente muy feliz en su relación y siempre postea fotos y videos de sus salidas a pasear, a comer y al cine. Un día en una salida de amigos, un compañero le pregunta: «Ey, bro, vemos que siempre sales a pasear y a comer con tu pareja. Cuéntanos, ya tuvieron relaciones sexuales, ya van buen tiempo, o es que no sabes cómo hacerlo. Jajaja». Armando no sabe que responder, y aunque no ha tenido relaciones y piensa que no es una prioridad en estos momentos, evade a su amigo y cambia de tema.

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre lo que dice el compañero a Armando? ¿Por qué?

c) ¿Qué opinas que Armando no haya tenido relaciones sexuales con su pareja?

d) Si tú fueras Armando, ¿qué le hubieras respondido a lo que le dijo su compañero?

- El/la facilitador/a monitorea el trabajo de cada grupo y solicita que escojan a un/a vocero/a. Cada grupo presentará sus resultados en un papelote.

- Mientras cada grupo presenta su trabajo, el/la facilitador/a invita a que realicen preguntas.

- Una vez que haya expuesto el último grupo, se genera la reflexión grupal:

¿Qué se repite en estas cuatro historias?

¿Cómo los estereotipos y roles esperados para hombres y mujeres pueden afectar en nuestro desarrollo?

¿Qué otras situaciones similares observamos en nuestro día a día? (colegio, familia, comunidad)

¿Qué se puede hacer para evitar que estas historias se repitan?

- Se agradece y felicita por el trabajo realizado. Además, se recuerda que al inicio se indicó que traten de leer el caso con unos lentes especiales, a los que podemos llamarle

«lentes con enfoque de género». Le decimos lentes, porque, como los lentes comunes, nos ayudan a ver mejor, situaciones de desigualdad que pueden estar pasando en nuestra casa, colegio, comunidad u otros lugares.

- Se explica que, cuando nos colocamos esos lentes, podemos reconocer mejor cuando pasan cosas como en los casos señalados. Es decir, cuando, por los estereotipos de género, se generan situaciones que limitan la expresión y desarrollo de las personas, esencialmente en la adolescencia, y que, además, como se ha visto en los casos, muchas veces hacen daño.

- Se brindan ejemplos del análisis con los «lentes con enfoque de género» con las propias intervenciones de las y los participantes sobre los casos.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Sexo y género son diferentes, pues el primero hace referencias a las características biológicas, mientras que el género alude a las expectativas sociales asignadas.
- El enfoque de género es una herramienta que nos permite comprender la realidad y que nos ayuda a analizar las injusticias en la sociedad que ocurren, las cuales limitan nuestro desarrollo como personas debido a los estereotipos de género, roles o mandatos sociales
- El enfoque de género nos ayuda también a ser más empáticos, comprender e incluir a otros, especialmente a quienes son excluidos.

Actividad: Dinámica «Usando los lentes con enfoque de género» (20 minutos)

- En la plenaria, se indica que ahora se desarrollará algunos ejercicios, para aprender a usar mejor los «lentes con enfoque de género».

- Para ello, ordenan las sillas en forma de media luna, mirando hacia la pizarra o pared, donde se puede colocar dos papelotes. En cada papelote se coloca una pregunta.

- Se tiene a la mano unos lentes de plástico, cartulina o unos normales, pero sin lunas o sin medida. Y se indica que se van a pasar los lentes entre ellas y ellos, para responder a las preguntas. Y para ello, siempre deben empezar la frase con:

  - Las/los chicas/os deben ser o no ser...
  - Las/los chicas/os deben hacer o no hacer...

- En el siguiente cuadro se ejemplifica sobre los papelotes. Y también pueden pensar en situaciones que les ha pasado o que observan que les pasa a otras personas, especialmente de sus edades.

¿Cómo dicen que deben ser o qué deben hacer las chicas? (familia, colegio, amigas/os, comunidad)	¿Cómo dicen que deben ser o qué deben hacer los chicos? (familia, colegio, amigas/os, comunidad)
Las chicas deben ser delicadas. Las chicas deben hacer las cosas de la casa.	Los chicos no pueden usar cosas que sean rosadas. Los chicos siempre deben cargar las cosas pesadas.

- Se dan ejemplos para ayudar a comprender la premisa. Y se recuerda que los «lentes con enfoque de género» nos ayudarán a identificar esas situaciones que pasan día a día.

- El/la cofacilitador/a anota las respuestas en los papelotes, y se intenta que la mayoría de participantes realice el ejercicio, promoviendo que se responda tanto el papelote de los chicos y de las chicas.

- El/la facilitador/a debe promueve la reflexión grupal sobre:

¿Por qué algunos estereotipos o roles de género acerca de los hombres y las mujeres se mantienen aún? ¿Cómo nos afectan?

¿Qué estereotipos de género definitivamente deberían cambiarse según la actualidad?

¿Cómo podemos cambiar estas ideas?

- Se indica que también con los «lentes con enfoque de género», se puede plantear propuestas para cambiar esas ideas que no ayudan a que nos desarrollemos con libertad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los roles de género son cambiantes en el tiempo, y nosotras/os podemos contribuir a ese cambio.
- El enfoque de género es una forma de ver la realidad que permite comprender las inequidades existentes entre las personas, en su diversidad, (hombres, mujeres, niños, niñas, adolescentes, gays, lesbianas, bisexuales, trans, entre otros) para promover cambios.
- El pensamiento crítico y el enfoque de género nos ayudan a comprender las desigualdades que limitan la vida de las personas, en su diversidad, y promover acciones para imaginar un mundo mejor y más justo.
- Cada sociedad, grupo étnico y cultura tiene expectativas en relación con los roles de género, estos pueden variar mucho entre un grupo y otro. Lo importante es identificarlo, analizarlos, cuestionarlos y rechazarlos, buscando la igualdad y equidad de las personas sin ningún tipo de distinción por sexo, género u orientación sexual.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Una barra por el cambio» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que formen tríos con las personas que tienen al costado y les entrega una cartulina con plumones de colores.
- Se indica que leerán los papelotes que se generaron en la dinámica anterior, «Usando los lentes con enfoque de género», para pensar en un eslogan o frase llamativa que motive a deshacernos de las ideas, estereotipos o roles de género que se identificaron. Para ello, tendrán 10 minutos.
- Se señala que luego cada grupo presentará su eslogan o frase como haciendo una barra (pueden usar aplausos, silbidos, movimientos corporales, etc.).
- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben, se solicita que puedan mostrar su eslogan y barra.
- El/la cofacilitador/a toma nota de la barra y el mensaje que quieren transmitir. El contenido de los eslóganes será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:
  - Elabora mensajes que promuevan la igualdad de género y cuestionen el machismo y la homofobia
  - Identifica estereotipos de género en su mensaje
  - Cuestiona y rechaza los estereotipos de género en su mensaje

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a les entrega un papel pequeño y un lapicero o plumón delgado, y les comparte el reto de la semana:

> Escribir una pregunta o duda que tengan sobre **sexualidad** y depositarla en la caja antes de salir. No es necesario que escriban su nombre, solo colocar su edad y género.
>
> En la siguiente sesión se compartirá sobre las preguntas, por lo que traten de pensar en la que escribieron para que puedan compartir.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

SESIÓN 4: CULTURAS Y PRÁCTICAS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Pensamiento crítico y diálogo		
Competencia vinculada	Comprende el concepto del enfoque de género y lo aplica para reflexionar sobre su realidad y cultura.	**Capacidad vinculada**	Identifica las desigualdades y brechas de género que se generan a partir de los estereotipos, mitos y prejuicios. Analiza su realidad y cultura a partir del enfoque de género, valorando la importancia de su aplicación para promover la igualdad y el respeto a la diversidad.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	*Collage* elaborado.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes cuestionan prácticas y discursos que refuerzan el machismo y la homofobia y que limitan la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluyendo el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Caja con preguntas de Reto de sesión anterior	10 min
	Dinámica «El rompecabezas de la sexualidad»	Tarjetas de la dinámica Cinta *masking tape*	15 min
Desarrollo	Dinámica «¿Qué es la sexualidad?»	Hoja bond Plumones/colores Cinta *masking tape*	30 min
	Dinámica «¿Mito o dato?»	Tarjetas con la palabra «Mito» / «Dato»	20 min
Cierre	Dinámica grupal «El *collage*»	Papelote Revistas/ periódicos Materiales reciclados Tijeras Gomas Cinta *masking tape* Plumones/colores	20 min
	Reto y despedida	Copias de «Noticias para analizar»	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (45 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con conocer más sobre nuestra sexualidad, así como cuestionar aquellas situaciones que limitan la vivencia de la misma. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (10 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Previo a la sesión se revisan las preguntas o dudas que las y los participantes dejaron en la sesión anterior, identificando las que se repiten más o son claves para el tema de la sesión actual.

- En la plenaria, se comparten tres a cuatro preguntas seleccionadas, que las y los participantes dejaron en el «Reto» de la sesión anterior, y se pide que ellas/os mismas/os den ideas para responderlas.

- El/la facilitadora refuerza las ideas y comenta que, en relación con las otras preguntas, se abordará en las siguientes actividades de la sesión.

- Si hay preguntas que no se resuelven en esa sesión, tenerlas en consideración para abordarlas en los temas de las siguientes sesiones.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes cuestionarán prácticas y discursos que refuerzan el machismo y la homofobia y que limitan la vivencia de la sexualidad de las personas que integran una comunidad.

Actividad: Dinámica «El rompecabezas de la sexualidad» (15 minutos)

- El/la facilitador/a coloca en la pizarra o pared dos columnas de tarjetas. En la columna A se colocarán una serie de conceptos, en la B una tarjeta de cartulina en blanco. Se deja espacio para la columna C, en la que se pegarán las definiciones correspondientes a la columna A.

Columna A: Conceptos	Columna B: Blanco	Columna C: Definiciones
Sexualidad		Está presente a lo largo de nuestra vida y se relaciona con nuestros pensamientos, emociones, sensaciones, fantasías, deseos y conductas. Integra aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales.
Sexo		Características biológicas que diferencian a las personas, como hormonas, órganos genitales y características corporales. Es innato. Puede ser hombre, mujer o intersexual.
Género		Forma de pensar, sentir o actuar que cada sociedad atribuye a las personas según su sexo. Al estar influenciado por la cultura, se aprende a lo largo de la vida.
Identidad de género		Es la autopercepción que tiene cada persona sobre sí misma, identificándose con un conjunto de características en su forma de pensar, sentir o actuar de acuerdo con lo que cada sociedad espera. Se construye a lo largo de la vida. Puede ser masculino, femenino o trans.
Orientación sexual		Es la atracción afectiva y sexual que se experimenta a otra persona. Responde a la pregunta ¿quién me atrae del entorno? Puede ser heterosexual, homosexual (gay o lesbiana) o bisexual.

- De manera aleatoria se pide a cinco personas que se acerquen a la pizarra y escriban, en las tarjetas vacías de la columna B, una o dos palabras que se les viene a la mente cuando leen ese concepto. También pueden hacerlo desde su sitio y el/la facilitador/a toma nota en las tarjetas de la columna B.

- Luego, de manera aleatoria, se entregan las tarjetas de la columna C a cinco participantes, a quienes se les indica que se acerquen a la pizarra y coloquen la tarjeta a la altura del concepto que corresponde. Pueden hacerlo a la vez y pedir ayuda a sus compañeras/os.

- Posteriormente, el/la facilitador/a enfatiza las definiciones de cada concepto y aclara con algunos ejemplos. Asimismo, señala que se hablará más del tema en las siguientes actividades.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Conocer los términos adecuados permite que comprendamos de manera integral la sexualidad. Así, identificamos que el sexo alude a lo biológico; el género, a lo sociocultural y la orientación sexual, a la atracción afectiva y sexual que experimentamos. Por ello, debemos utilizar información confiable analizando mi propia comunidad y cultura para identificar situaciones relacionadas con el bienestar, la autonomía y la sexualidad que deben ser cambiadas.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

50

Actividad: Dinámica «¿Qué es la sexualidad?» (30 minutos)

- El/la facilitador/a entrega una hoja a cada participante y se facilita un espacio para que accedan a colores, plumones, crayolas o tizas.

- Se indica que cada una/o plasmará en esa hoja, a través de un dibujo, lo que comprenden por sexualidad. El dibujo puede ser algo concreto, símbolos, varios dibujos, formas u otra representación.

- Conforme van finalizando, cada participante pega su dibujo en una parte del espacio físico designado para ello.

- El/la facilitador/a solicita que cada participante transite por el espacio y mire cada dibujo como si fuera «una obra de arte de un museo».

- Posteriormente, se genera la reflexión grupal:

Después de observar los dibujos, ¿qué entendemos por sexualidad?

¿Hablar sobre sexualidad es un tabú? ¿Por qué?

¿Qué se dice de la sexualidad en nuestra cultura, comunidad y familia?

- El/la facilitador/a solicita la atención de las y los participantes y proyecta un video **(www.youtube.com/watch?v=Kud9oxGQbP8)**. De no tener las condiciones para proyectar, se puede narrar el caso a modo de historia oral por parte de el/la facilitador/a.

- Después de reproducir el video, se pregunta:

¿Todas las personas tenemos sexualidad?, ¿cómo la expresamos?

- Después de visualizar el video, se indica que la sociedad puede tener una mirada de diferentes aspectos de la sexualidad, y, según ello, generar situaciones que limitan nuestra expresión. Acerca de esto se hablará en la siguiente actividad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Para algunas personas adultas, hablar de sexualidad puede ser un tabú, pero resulta necesario que se pueda responder las dudas e inquietudes que se tienen al respecto, así como cuestionar aquellos mitos acerca de la sexualidad, buscando información en fuentes confiables.

- No siempre los/as padres/madres y/o tutores/as conocen los temas que nos interesan, pero es importante escucharlos para formar nuestras propias ideas y valores.

Actividad: Dinámica grupal «Mito o dato» (20 minutos)

- El/la facilitador/a coloca a cada lado del espacio físico dos tarjetas: «Mito» y «Dato». Explica que dirá en voz alta frases y, de acuerdo con lo que crea cada participante, debe movilizarse al lugar de «mito» o «dato», según lo que considere. Cuando se escoge «mito», es porque la frase es falsa, no real o equivocada, mientras que «dato» es porque la frase es verdadera o adecuada.

FRASE	RESPUESTA CORRECTA
Es preferible hablar de los órganos sexuales poniéndoles apodos o apelativos	**Mito** Al hablar sobre sexualidad se requiere realizarlo con propiedad. No se debe emplear apelativos o apodos, pues cada proceso, órgano o práctica tiene un nombre que debemos emplear.
Una mujer virgen es más respetada y valorada que una que ha tenido relaciones sexuales	**Mito** La virginidad o castidad no tiene nada que ver con el respeto que debe merecer una persona. Las personas tienen los mismos derechos y deben ser respetadas sin tomar en cuenta si han tenido o no relaciones sexuales.
El placer sexual es malo	**Mito** El placer sexual es parte de nuestras sensaciones y emociones humanas que experimentamos y contribuye a nuestro desarrollo personal, haciéndonos sentir bien.
La menstruación es sangre mala que se expulsa.	**Mito** La menstruación es un proceso natural y normal del desarrollo de las mujeres. La sangre que se expulsa durante la regla se debe al desprendimiento de una capa del útero.
Hombres y mujeres experimentan deseo sexual por igual	**Dato** El deseo sexual es parte de la respuesta sexual humana, y tanto hombres como mujeres presentan deseo sexual.

FRASE	RESPUESTA CORRECTA
La masturbación es una conducta que genera enfermedad	**Mito** La masturbación o autoerotismo es una actividad normal y segura en cualquier etapa de la vida. Debemos cuestionar nuestros
La homosexualidad es una enfermedad mental	**Mito** La ciencia ha demostrado que la homosexualidad, la orientación sexual lésbica y la bisexualidad no son enfermedades mentales. Son orientaciones sexuales al igual que la heterosexualidad.
La igualdad de género promueve que todas las personas puedan desplegar sus potencialidades, libres de discriminación y violencia	**Dato** La igualdad de género es un principio que busca la igual valoración de hombres y mujeres, libre de estereotipos de género.
Las personas lesbianas, gays, bisexuales y trans deben tener los mismos derechos que cualquier persona	**Dato** La orientación sexual y la identidad de género son expresiones diversas de la sexualidad y las personas LGTB deben tener los mismos derechos y oportunidades que cualquier otra persona.
En las redes sociales existen riesgos que afectan nuestra sexualidad y bienestar	**Dato** A través de las redes sociales, se pueden presentar extorsión, acoso, suplantación de identidad, manipulación o chantaje para conseguir material íntimo, como videos, fotos, audios u otros, que puede afectar nuestro bienestar.
El machismo es aprendido y vulnera los derechos, la dignidad y la autonomía de las personas	**Dato** El machismo es una postura social que se va aprendiendo a lo largo de la vida, desde la familia, escuela, medios de comunicación o comunidad, y que asume que los hombres y todo aquello relacionado con lo masculino es superior.

FRASE	RESPUESTA CORRECTA
Un hombre es más popular y masculino si ya ha tenido relaciones sexuales	**Mito** La masculinidad no depende si se ha tenido o no relaciones sexuales. El machismo alienta esta creencia, pues asume que un «hombre se vuelve hombre si ha tenido relaciones sexuales».
La homofobia y transfobia es el rechazo a las personas con orientaciones sexuales e identidades de género diferentes a la heterosexual	**Dato** La homofobia y transfobia son expresiones de odio que estigmatizan, vulneran y afectan la dignidad y derechos de las personas LGTB, y debe ser cuestionada y rechazada.
Existen derechos humanos que buscan garantizar que vivamos nuestra sexualidad de manera saludable, segura y placentera	**Dato** Los derechos sexuales y derechos reproductivos son derechos humanos que buscan que las personas puedan vivir su sexualidad en un contexto de igualdad, libre de violencia, saludable y placentero.

- El/la facilitador/a dice la primera frase y motiva a que el grupo se haya distribuido entre «mito» o «dato». Luego genera la reflexión, invitando a que, de manera voluntaria, algunas/os expongan sus argumentos de por qué se colocaron en tal lugar. Se escucha tanto aquellos que se ubicaron en «mito» como «realidad».

- Luego, el/la facilitador/a enfatiza la respuesta correcta y continúa con la siguiente frase.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Debemos cuestionar aquellos mitos y temores de hablar sobre la sexualidad, incluidos aquellos vinculados con la diversidad sexual y el placer, y así ser parte del cambio social. También es importante que nos cuidemos de la información falsa y seamos conscientes de las consecuencias de la información sin fuente de verificación.

- Debemos expresar nuestra diversidad sexual como derecho humano, así como promover comunidades seguras e inclusivas donde se rechace cualquier situación de exclusión, discriminación o violencia por razones de sexo, género u orientación sexual.
- Existen prácticas culturales dañinas que afectan el bienestar y vulneran los derechos e integridad de niñas, niños y adolescentes, como el embarazo a temprana edad, la violencia sexual, las uniones tempranas, el *bullying* homofóbico, entre otras, y que desde lo que está a nuestro alcance podemos contribuir a cambiarlas. Por ejemplo, al hablar y cuestionar aquellas situaciones.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica «El *collage*» (20 minutos)

- El/la facilitador/a conforma tres o cuatro grupos, y le entrega una serie de materiales (papelote, cartulina, tijeras, plumones, revistas, periódicos, y otros materiales reciclados) e indica que cada grupo debe crear un *collage* con estos materiales. Se pide que quienes hayan traído revistas o periódicos lo compartan para el trabajo.
- El mensaje del collage es que elaboren un mensaje para cuestionar aquellos mitos sobre la sexualidad y aquellas prácticas culturales que afectan el bienestar de las personas. El *collage* debe dirigirse a la comunidad en general, por lo que debe tener un mensaje claro, conciso y potente que invite a la reflexión y sensibilización.
- Pueden tener en consideración la dinámica de mitos y datos que se realizó en la actividad anterior para identificar qué mensajes se deben cuestionar.
- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben, se solicita que puedan pegar el *collage* en una zona del espacio físico.
- El contenido del *collage* será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:
  - Identifica mitos sobre la sexualidad en su mensaje.
  - Cuestiona y rechaza los mitos sobre la sexualidad en su mensaje.
  - Cuestiona y rechaza las prácticas culturales (trata de personas, uniones tempranas, violencia de género, homofobia, etc.) que afectan el bienestar y la sexualidad en su mensajes.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto de la semana. Para ello, reparte, de manera aleatoria, diferentes resúmenes de noticias a las y los participantes (ver ficha de trabajo n.° 1). Después de leerlas, se les pide:

Reflexionar sobre el impacto de la situación de la noticia.

¿Consideran que hay violencia? ¿Por qué?

¿Adónde creen que se puede acudir una persona que le pasa la situación de la noticia?

- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno de las respuestas para compartirlo en la siguiente sesión.

- Hay que considerar que las noticias pueden cambiarse según el contexto de la zona, especialmente si existe un caso relevante que se dé en el periodo de implementación del programa.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

NOTICIAS PARA ANALIZAR

INFOBAE: GESTIÓN DE RAFAEL LÓPEZ ALIAGA DESPIDE A SERENO QUE DENUNCIÓ HOMOFOBIA Y ESTIGMA POR VIH

La Municipalidad Metropolitana de Lima (MML) cesó de funciones este martes a un sereno que dos meses atrás denunció por homofobia y estigma a su supervisor.

El sereno que denunció indicó en los medios: «Como he estado recibiendo discriminación por mi orientación sexual, decidí poner la denuncia pública. A raíz de esto, han tomado represalias al punto que me han despedido. [...] La Municipalidad de Lima está atropellando todos mis derechos, por eso pido justicia».

«Tengo varios testigos que escucharon mofas sobre mi orientación sexual y mi parálisis facial. Han dicho frases irreproducibles mencionando obscenidades y siendo la burla».

Solo después de que el caso llegara a la Defensoría, el jefe de operaciones del Serenazgo, César Málaga, logró ingresar el documento a la Secretaría Técnica de Procedimientos Administrativos de la comuna, que investiga al respecto, según el informe. En tanto, el agente municipal ha sido nuevamente cambiado a su patrullaje a pie en el Cercado de Lima.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia - 24-10-23

www.infobae.com/peru/2023/10/25/gestion-de-rafael-lopez-aliaga-despide-a-sereno-que-denuncio-homofobia-y-estigma-por-vih/

INFOBAE: TRATA DE PERSONAS EN EL PERÚ AFECTÓ A MÁS DE 3.000 MUJERES: 753 ERAN PERSONAS MENORES DE 18 AÑOS

Se estima que, al menos, dos niñas o adolescentes caen en las manos de redes criminales cada día. Durante el 2023, solo se emitieron 114 sentencias condenatorias por este delito.

La gravedad de esta situación aumenta al considerar que dicha cifra representa únicamente los casos registrados, lo que sugiere que el número real podría ser aún mayor.

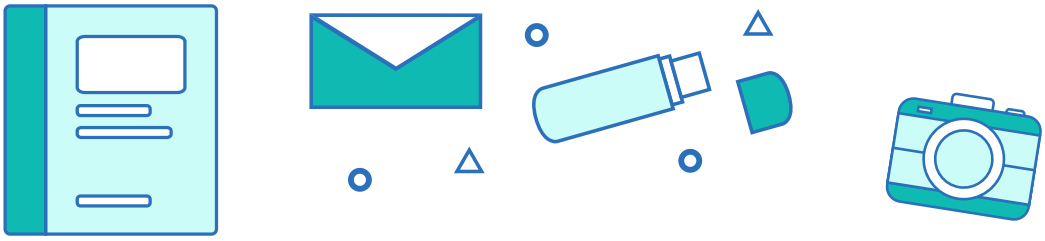
Por su parte, las estadísticas del Observatorio Nacional de Seguridad Ciudadana revelan una alarmante realidad: un 72,6 % de las personas atrapadas en redes de trata son explotadas para fines sexuales y laborales. La desproporción de género es evidente, dado que el 90,6 % de las víctimas son mujeres. Además, se destaca que casi la mitad, 48,1 %, de los afectados son personas menores de 18 años, lo que solo enfatiza la vulnerabilidad de niños y adolescentes ante este delito.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia -9-01-2024

www.infobae.com/peru/2024/01/09/trata-de-personas-en-peru-afecto-a-mas-de-3-mil-mujeres-753-eran-menores-de-edad/

NOTICIAS



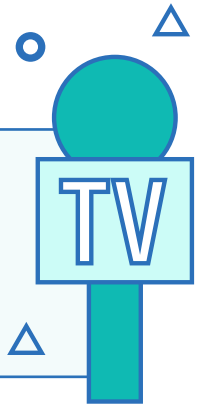
LA REPÚBLICA: EMBARAZOS FORZADOS: CADA DÍA NACEN 2 BEBÉS CUYAS MADRES TIENEN ENTRE 11 A 14 AÑOS ESTE 2023

En Puno, una adolescente de 12 años fue obligada a llevar un embarazo producto de la violación sexual de su primo. Durante el parto, su cuerpo fue sometido a una cesárea. El bebé, que nació con problemas en los pulmones, no pudo resistir y falleció. En Lima, mientras una mujer vestía a su hija, se dio cuenta de que tenía un bulto en el vientre. La adolescente de 12 años, quien denunció que su padrastro abusaba de ella, tuvo que ser sometida a una riesgosa cesárea.

Casos similares se repiten en todas las partes del país. Durante el 2022, se contabilizaron 1.623 nacimientos cuyas madres tenían entre 11 y 14 años.

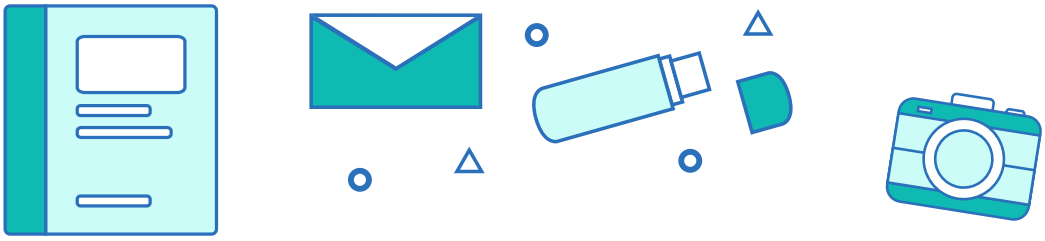
Promsex explica que muchos centros de salud no tienen un adecuado manejo sobre los temas de sexualidad. «No necesariamente son servicios que dan información completa sobre salud sexual y salud reproductiva y tampoco brindan insumos de planificación familiar. Además, el profesional de salud no tiene todas las herramientas para brindar una orientación al adolescente respecto a la salud sexual y reproductiva», señala.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.



Enlace de noticia - 02-06-2023

https://data.larepublica.pe/embarazo-adolescente-en-el-peru-2023-cada-dia-nacen-2-bebes-cuyas-madres-tienen-entre-11-a-14-anos/



INFOBAE: ALERTA POR VIOLENCIA CONTRA LA MUJER: SE REPORTARON 33 FEMINICIDIOS Y 40 TENTATIVAS EN LOS DOS PRIMEROS MESES DEL 2024

Durante enero y febrero del 2024, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) contabilizó más de 22.000 casos de violencia de género en el Perú. Las del tipo psicológicas y físicas son las que se perpetran con más frecuencia.

Si bien la mayor cantidad de víctimas son adultas, el porcentaje de niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual ha causado preocupación.

En el Perú, la violencia contra la mujer ha alcanzado niveles alarmantes, evidenciados por el incremento en las solicitudes de ayuda en los Centros de Emergencia Mujer (CEM) durante el último mes. Este fenómeno no solo resalta el riesgo constante al que se enfrentan las féminas en el país, sino que también subraya la necesidad urgente de abordar esta problemática a nivel nacional.

En los dos primeros meses del 2024, se registraron 22.535 casos de violencia contra mujeres en diferentes formas. Dentro de este grupo, según la data del MIMP, el 67,4 % comprende a jóvenes y adultas de 18 a 59 años, un 27,2 % a niñas y adolescentes, y un 5,4 % afecta a adultas mayores. Los principales perpetradores de estas agresiones son las parejas de las víctimas, en un 62,8 % y 71,6 %, respectivamente.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?
Reflexionen sobre el impacto de la situación de la noticia.

Enlace de noticia - 20-02-2024

www.infobae.com/peru/2024/03/20/alerta-por-violencia-contra-la-mujer-se-reportaron-33-feminicidios-y-40-tentativas-en-los-dos-primeros-meses-del-2024/

MÓDULO III: CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD

GRUPO ETARIO: 15-19 AÑOS

MÓDULO III:
CUIDEMOS NUESTRA SEXUALIDAD

SESIÓN 5: SEGURIDAD PERSONAL Y COMUNIDADES SEGURAS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Identidad y corporalidad		
Competencia vinculada	Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.	**Competencia vinculada**	Identifica situaciones de violencia y señales de alerta. Conoce y aplica herramientas de seguridad personal y comunitaria para promover su bienestar y salud sexual y reproductiva.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Infografía producida en la dinámica «Aliados y aliadas comunitarias».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes identifican señales de alerta sobre la violencia de género, así como herramientas de seguridad personal y comunitaria.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Copias de noticias	15 min
	Dinámica «¿Es o no violencia?»	Enunciados	15 min
Desarrollo	Dinámica «¿Amor de verdad?»	Equipo audiovisual	20 min
	Dinámica grupal «Nos cuidamos»	Copias de casos Papelotes Plumones	30 min
Cierre	Dinámica grupal «Aliados y aliadas comunitarias»	Cartulinas Plumones Cinta *masking tape* o limpiatipo Copias de ficha de trabajo n.° 1	15 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (50 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con identificar situaciones de violencia que se vinculan con el ejercicio de nuestra sexualidad. Además, prevenir y atender estos casos. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todos y todas puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en leer una noticia y reflexionar sobre esta. Para ello, se brindaron diferentes noticias a las y los participantes.

- Se tiene a la mano las copias de las noticias, en caso sea necesario ayudarles a recordar.

- Se pide que, de manera voluntaria y breve, compartan las noticias, y luego de cada una, se plantean las mismas preguntas con que se pidió reflexionar. Estas pueden ser respondidas por el o la participante que resume la noticia o por otra/o.

¿Consideran que se observa violencia en la noticia? ¿Por qué?

¿Cuál es el impacto de la situación de la noticia?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes identificarán tipos y situaciones relacionadas con la violencia, su prevención y atención.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes identificarán señales de alerta sobre la violencia de género, así como herramientas de seguridad personal y comunitaria.

Actividad: Dinámica «¿Es o no violencia?» (15 minutos)

- Se pide que las y los participantes se pongan de pie y hagan un círculo, pues se observarán algunas situaciones y deben indicar si consideran si es violencia o no.

Vamos a colocar una música de fondo, y vamos a pasar esta pelota de mano en mano y de izquierda a derecha.

Cuando pare la canción, quien tenga la pelota deberá responder si la frase que lea el/la facilitador es o no violencia y por qué lo considera así.

- Los enunciados son los siguientes:

ENUNCIADOS	¿ES VIOLENCIA?	
	SÍ	NO
1. Carlos le dice a Jorge: «Eres pobre y negro. No vales nada».	x	
2. Maribel respeta las ideas de su compañero Marcelo.		x
3. Una persona adulta envía packs o nudes a una adolescente.	x	
4. Ezio empuja a su compañero Alberto porque es «afeminado».	x	
5. Una pareja de adolescentes decide de manera consentida tener relaciones sexuales.		x
6. Karla sube un video bailando a Instagram y recibe comentarios como: «Así nadie te valorará».	x	
7. Edinson toma fotografías cuando Rosángela va al baño sin que ella sepa.	x	
8. Diego le exige que su pareja le envíe ubicación en tiempo real por WhastApp.	x	
9. Pablo le declara su amor a Génesis, y ella le dice que no siente lo mismo por él.		x
10. Paola cela a su pareja.	x	

- Una vez que hayan finalizado, el/la facilitador/a realiza las siguientes preguntas:

¿Qué es violencia?

¿Qué es la violencia basada en género?

- El/la facilitador/a refuerza las respuestas y se menciona que durante la sesión se conversará más sobre el tema de violencia basada en género.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- La violencia de género es aquella violencia que se ejerce contra las personas debido a los estereotipos de género, y que afecta desproporcionadamente a las mujeres.
- La violencia de género ha ido adaptándose a la «normalidad» a lo largo de generaciones y en la actualidad persisten mitos que perjudican a muchas personas.
- La violencia en el enamoramiento es una modalidad de violencia de género que consiste en una serie de acciones de control, dominación y subordinación contra la pareja.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica «¿Amor de verdad?» (20 minutos)

- Se proyecta el video (enlace: **www.youtube.com/watch?v=wWXE4fvAq6I**, hasta el minuto 3:18). De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.
- En la plenaria, se abre el diálogo con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se siente María?
- ¿Por qué se comporta así José?
- ¿Observamos situaciones de violencia? ¿Cuáles y de qué tipo?
- ¿Qué harías en lugar de María y José?
- ¿Qué estereotipos de género y mitos del amor refuerzan la violencia en el enamoramiento?

- Se reproduce un video **(www.youtube.com/watch?v=ldquimsWKHM).** De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- El/la facilitadora enfatiza que la violencia puede darse de diferentes formas, incluso una persona puede no ser consciente que está siendo víctima de alguna forma de violencia. Por ello, es importante conocer esta información, para pedir ayuda.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Los mitos del amor romántico y los estereotipos de género hacen que naturalicemos y minimicemos la violencia en el enamoramiento. Por ello, es necesario que los identifiquemos, analicemos, cuestionemos y rechacemos.

- La identificación de señales de alerta en el enamoramiento nos ayuda a prevenir acciones y problemas que atenten contra nuestro bienestar físico y mental.

- Si conocemos un caso de violencia en el enamoramiento, debemos comunicarlo a los adultos de confianza, acudir a instituciones aliadas o tomar la decisión de finalizar aquella relación.

Actividad: Dinámica grupal «Nos cuidamos» (30 minutos)

- Se forman tres grupos y se les proporciona un caso al azar y papelote, el cual deben analizar según las siguientes preguntas orientadoras y escribir las respuestas en un papelote.

Caso 1:

Luisa fue ayer a una fiesta imprevista que organizó su prima. Su novio, Pablo, se enfadó seriamente porque no le comentó nada. Tras la fiesta, ella le cuenta que recibió el aviso a pocas horas, pues fue una fiesta sorpresa. Le cuenta lo bien que lo pasó porque se encontró con muchas personas que no veía buen tiempo.

Él le pregunta por los chicos que asistieron a la fiesta, por la ropa que se puso y le dice que seguro estuvo coqueteando con los chicos. Además, le pide que le muestre su celular para saber si ha agregado a algún chico a sus redes sociales.

Pablo agrega que se pone así porque le importa mucho y la quiere, que si de verdad ella lo quisiera no le haría enfadar tanto. Indica que como Luisa se ha portado su relación no tiene futuro. Ella, apenada, le dice que lo siente y que la próxima vez le avisará para que la acompañe o no volverá a ir a una fiesta sola.

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?
b) ¿Qué opinan sobre el comportamiento de Pablo?
c) ¿Crees que esta es una situación de violencia? ¿Por qué?
d) Si tú fueras Luisa, ¿qué hubieras hecho?, ¿a quién hubieras recurrido?

Caso 2:

Jhon y Pablo son pareja desde hace dos meses, se quieren mucho, pero tratan de tener cuidado de expresar su cariño en público, por temor a que los fastidien.

Un día, uno de sus compañeros de clase les tomó una foto cuando estaban abrazados, y la mandó al grupo de WhatsApp de sus amigos y a sus historias con *stickers* de risas. Jhon y Pablo se sienten muy mal y, al poco tiempo, fingen ante toda su clase que ya no son amigos, para que no los fastidien.

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre el comportamiento del compañero que tomó y publicó la foto? ¿Por qué?

c) ¿Crees que esta es una situación de violencia? ¿Por qué?

d) Si tú fueras Jhon o Plablo, ¿qué hubieras hecho? ¿A quién hubieras recurrido?

Caso 3:

Ariana y Clara mantienen una feliz relación hace varios meses. La prima de Ariana va a celebrar su cumpleaños el próximo fin de semana. Al entrar a la fiesta, Ariana ve a su amiga de infancia que hace mucho tiempo no veía y la saluda muy contenta. Clara observa la escena desde lejos. Cuando Ariana vuelve junto a ella, le dice: «Hemos terminado, eres una cualquiera».

Preguntas para reflexionar:

a) ¿Qué emociones y sensaciones les genera este caso?

b) ¿Qué piensan sobre el comportamiento de Clara? ¿Por qué?

c) ¿Crees que esta es una situación de violencia? ¿Por qué? ¿A qué tipo de violencia correspondería?

d) Si tú fueras Ariana, ¿qué hubieras hecho? ¿A quién hubieras recurrido?

- Cada grupo presenta la historia y sus respuestas con la ayuda de un papelote. Y el/la facilitadora suma las siguientes preguntas al finalizar cada presentación.

¿Cómo podemos lidiar con estas situaciones de violencia?

¿Cuáles son los pasos para denunciar una acción violenta?

- Además, se vinculan las situaciones que se vieron con las noticias al inicio de la sesión, reforzando que son también hechos de violencia que generan un gran daño en las víctimas. Se retoma el tema de las noticias y se pregunta a las y los participantes.

- Por último, menciona que a estos tipos de violencia se les llama violencia basada en el género, porque, como se ve en los casos, se ejercen cuando una persona se sale del molde de lo que debe ser un varón o una mujer o, también, porque se genera por las desigualdades que existen entre varones y mujeres. Incluso, hace que estas desigualdades sean más grandes.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Para prevenir la violencia de género, es importante que fortalezcamos nuestra autoestima, prioricemos nuestro autocuidado, identifiquemos nuestra red de apoyo, identifiquemos relaciones violentas, expresemos nuestras emociones y tomemos decisiones adecuadas pensando en nuestro bienestar.

- Ante situaciones de violencia, es necesario solicitar ayuda a personas de confianza o instituciones aliadas.

- Existen diferentes formas de afrontar una situación: ya sea por uno mismo, pidiendo ayuda o no afrontando directamente el problema. Sin embargo, en los casos de violencia, es importante pedir ayuda a un adulto de confianza o institución aliada, como el Centro de Emergencia Mujer, Demuna, comisaría, línea 100, chat 100, etc.

Nota importante:

Se debe contar con un protocolo de actuación institucional que evite la revictimización, brinde soporte emocional y ofrezca acompañamiento individualizado a la víctima, así como instituciones aliadas para realizar la derivación en caso de detectar situaciones de violencia.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «Aliados y aliadas comunitarias» (15 minutos)

- El/la facilitador/a forma tres o cuatro grupos y les pide que identifiquen una institución, organización comunitaria o persona aliada, que puede ayudarles en caso les pase alguna situación de violencia o conozcan de alguien que está pasando por ello.
- Para ello, les da un papelote, en que deben colocar el título de la institución, organización o persona, y en la parte de abajo, describir qué tipo de ayuda puede brindarles y cómo acceder a ese servicio o cómo contactarse.
- Se puede dar algunos ejemplos como el colegio o centro de salud.
- Se monitorea el trabajo de cada grupo. Una vez que acaben, se solicita que lo compartan con sus demás compañeras/os.
- El contenido de los trabajos será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:
  - Identifica los principales agentes comunitarios de apoyo en situaciones de violencia, incluida la violencia en el enamoramiento.
- El/la facilitador/a comparte la ficha de trabajo n.° 1, la cual contiene información de las principales instituciones que trabajan para prevenir o atender situaciones de violencia, como dirección, números de teléfonos, redes sociales u otros datos. Se indica que esto complementa el trabajo que realizaron.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto:

Hasta la siguiente sesión, reflexionar sobre las siguientes preguntas.

- ¿Qué significa cuidar la salud sexual y salud reproductiva?
- ¿Qué pone en riesgo mi salud sexual y salud reproductiva?

- Si desean, pueden conversar sobre las preguntas con otras amigas o amigos.
- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno de las respuestas para compartirlo en la siguiente sesión.
- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

INFORMACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA[6]

¿Cómo se llama la institución?	¿Dónde queda?	¿Adónde puedo llamar?	¿Cuáles son sus redes sociales?	¿En qué me pueden ayudar?

6 El equipo de facilitación debe preparar la información previamente.

SESIÓN 6: DECISIONES SEXUALES Y REPRODUCTIVAS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Cuidemos nuestra sexualidad		
Competencia vinculada	Adopta prácticas de autocuidado y herramientas de seguridad comunitaria para identificar situaciones de violencia y principales problemas asociados a la salud sexual y reproductiva.	**Capacidad vinculada**	Identifica situaciones de violencia y señales de alerta. Conoce y aplica herramientas de seguridad personal y comunitaria para promover su bienestar y salud sexual y reproductiva.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Respuestas brindadas en la dinámica «Red de protección».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan respecto a las causas y consecuencias de sus decisiones sexuales o reproductivas.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
	Dinámica «Mis placeres»	Hojas recicladas	10 min
Desarrollo	Dinámica grupal «Cambiando de roles»	Fichas de trabajo 1, 2, 3, 4 y 5 Papelotes Plumones Materiales específicos según grupo Cinta *masking tape*	60 min
Cierre	Dinámica «Red de protección»	Ovillo pabilo	15 min
	Reto y despedida	Papeles pequeños de 3 colores Lapiceros Caja	5 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a profesionales del centro de salud más cercano a la comunidad. De preferencia, del Servicio Diferencia para Adolescentes (en caso lo tuviera), sino de profesionales que trabajan con adolescentes y están sensibilizados con la temática y enfoques del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión expliquen de manera breve sobre el acceso al Servicio Diferenciado para Adolescentes o los servicios relacionados con la salud sexual y salud reproductiva.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (40 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia. En caso participen profesionales del centro de salud de la comunidad, invitar a que se presenten y describir su participación en el espacio.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar sobre la importancia de las decisiones que tomamos sobre nuestra sexualidad, pues deben de ser reflexionadas considerando diferentes factores y teniendo en cuenta que estas decisiones podrían tener consecuencias que impactan nuestra salud y bienestar. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (10 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en hacerse un par de preguntas. Se pide comentar de manera libre, no es necesario dar definiciones elaboradas, también pueden asociar palabras.

¿Qué significa cuidar la salud sexual y salud reproductiva?

¿Qué pone en riesgo mi salud sexual y salud reproductiva?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes reflexionarán acerca de las causas y consecuencias de sus decisiones sexuales o reproductivas.

Actividad: Dinámica «Mis placeres» (10 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada participante una tarjeta reciclada y solicita que escriban prácticas o conductas que generan placer, incluidas aquellas que generan placer sexual. Se incentiva que puedan escribir todas las conductas que consideren.

- Las tarjetas se colocan en la pared o pizarra, el/la facilitador/a lee las respuestas.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El placer es normal y parte de nuestro desarrollo humano. Existen diversas prácticas que generan placer, como bailar, cantar o compartir con un/a compañero/a.
- El erotismo es la forma en que sentimos deseo o placer sexual, el cual es distinta para cada persona y puede ir variando a lo largo de la vida.
- Existen prácticas que nos generan placer sexual. Sin embargo, es necesario tomar responsabilidad sobre nuestros actos y prevenir cualquier problema que surja al experimentar nuestra sexualidad.

Momento: Desarrollo (60 minutos)

Actividad: Dinámica «Cambio de roles»

- El/la facilitador/a indica que se van a cambiar los roles de la sesión, pues ahora las y los participantes presentarán la información para abordar temas importantes, pensando en que estos ayudarán a tomar buenas decisiones para el cuidado de su sexualidad.

- Las y los participantes pasarán a facilitar esta parte de la sesión. Para ello, se les brindará una indicación, materiales y un tiempo para prepararse (de 15 a 20 minutos).

- Se dividen los grupos de manera aleatoria y se les brinda la indicación sobre su presentación (se imprime y entrega). Además, se les entrega los materiales correspondientes.

Grupo	Indicación	Materiales
1	**Preparar una presentación gráfica sobre las ITS:** • ¿Qué son? • ¿Cuáles son las más comunes?,¿Qué síntomas tienen? • ¿Qué es el VIH/sida? • ¿Cómo se transmite y cómo no se transmite las ITS y el VIH? • ¿Cómo prevenir las ITS? En la presentación, pueden preguntar sobre otras ideas a sus compañeras/os.	• Ficha de trabajo n.° 1 • Copias de folletos o infografías • Papelotes • Plumones
2	**Preparar una presentación gráfica sobre los métodos anticonceptivos:** • ¿Qué son?, ¿para qué sirven? • ¿Cuáles son los más comunes o recomendados para adolescentes? • ¿Dónde puedo conseguirlos? En la presentación, pueden preguntar sobre otras ideas a sus compañeras y compañeros.	• Ficha de trabajo n.° 2 • Copias de folletos o infografías • Imágenes de métodos anticonceptivos • Imágenes de farmacias, centros de salud • Papelotes • Plumones
3	**Analizar el caso de la ficha n.º 3** Reflexionar sobre las preguntas y consensuar respuestas. • ¿Por qué Samir actúa así? • ¿Por qué Rosa actúa así? • ¿Qué consecuencias podrían tener Rosa y Samir? • ¿Qué puede suceder si tienen relaciones sin condón? • ¿Adónde podrían acudir para cuidarse mejor? En la presentación, deben leer el caso y hacer las preguntas al público, luego el grupo de trabajo puede reforzar las ideas de sus compañeras/as con sus respuestas como grupo.	• Ficha de trabajo n.° 3 • Papelotes • Plumones
4	**Identificar acciones y lugares a los que se puede acudir si pasan las siguientes situaciones:** • Cómo detectar si tengo una ITS. • Atenderme como adolescente si estoy embarazada o mi pareja lo está. • Atenderme como adolescente si tengo sospecha de tener una ITS como el VIH u otras. En la presentación, pueden preguntar a sus compañeras/os si tienen otras ideas para atender esas situaciones.	• Ficha de trabajo n.° 4 • Papelotes • Plumones
5	**Desmitificar ideas sobre las relaciones sexuales** • Leer la lista de frases. • Identificar cuáles son mitos y cuáles no. En la presentación, pueden leer las frases a sus compañeras/os o escribirlas en un papelote, y preguntarles qué piensan. Asimismo, reforzar las ideas según el análisis del grupo.	• Ficha de trabajo n.° 5 • Papelotes • Plumones

- A cada grupo se le da de 5 a 7 minutos para realizar su presentación e interactuar con sus compañeras/os. Después de cada grupo, el/la facilitadora refuerza lo presentado con las ideas fuerza.

- Se pregunta a las y los participantes cómo se sintieron siendo los/as facilitadores/as y agradece por sus presentaciones.

- **Grupo 1:**
  - Existen diversas infecciones de transmisión sexual. Algunas ITS generan signos y síntomas observables, pero también hay otras que son asintomáticas por un buen tiempo.
- **Grupo 2:**
  - Las decisiones sobre cuándo comenzar a ser sexualmente activa/o, cómo protegerte de las ITS y cómo evitar un embarazo dependen de ti. Por ello, se requiere que puedas tomar decisiones informadas, libres, sin presión ni coacción y considerar la decisión de la otra persona para que cualquier práctica se realice con consentimiento.
- **Grupo 3 y 4:**
  - Si decidimos tener relaciones sexuales, es importante que tengamos información sobre los métodos anticonceptivos para prevenir embarazos no deseados y las infecciones de transmisión sexual.
  - Acudir a un centro de salud para resolver dudas e inquietudes sobre sexualidad, incluidas preguntas vinculadas con el placer, la diversidad sexual, el enamoramiento, mitos sobre la sexualidad, entre otros; así como recibir métodos anticonceptivos o descarte de ITS es parte de nuestro derecho sexual y reproductivo. Estar informado sobre aspectos de tu salud sexual contribuye a tu bienestar.
- **Grupo 5:**
  - Independientemente de las creencias de tu padre, madre o la persona que te cuida, debes hacerte responsable de tus propias decisiones, lo que hagas no solo te afecta a ti, sino también a quienes te rodean.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: Dinámica «Red de protección» (15 minutos)

- El/la facilitador/a junto con las y los participantes formarán un círculo. Luego, el/la facilitador/a menciona una pregunta y le pasa el ovillo de pabilo o lana a algún participante al azar. La/el participante seleccionada/o responderá la pregunta y pasará el ovillo a otra/o adolescente, hasta que el/la facilitador/a solicita el ovillo, realiza una nueva pregunta y se repite la dinámica.

  - ¿Qué aprendí hoy sobre el placer sexual?
  - ¿Qué aprendí hoy sobre las ITS?
  - ¿Qué aprendí hoy sobre los métodos anticonceptivos?
  - ¿Por qué es importante usar el método anticonceptivo?
  - ¿De qué manera puedo acceder a los servicios del centro de salud para solicitar métodos anticonceptivos, información o atención?
  - ¿Qué se debe hacer para tomar decisiones adecuadas con respecto a la salud sexual y reproductiva?

- Después de terminar, se resalta que se ha formado una red, la cual es de protección, porque se construyó con información y aprendizajes que nos ayudan a tomar decisiones adecuadas para cuidar nuestra salud sexual y reproductiva.

- El contenido de la infografía será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifica ITS y métodos anticonceptivos

  - Asume la importancia de utilizar los métodos anticonceptivos como una decisión individual y de autocuidado.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a le entrega papeles o notas adhesivas de tres colores diferentes y un lapicero y comparte el reto (los colores de los papeles pueden cambiar según la disponibilidad de material).

Identifica a tres personas de diferentes lugares con las que sientes que acudirías si tienes alguna pregunta o dificultad sobre tu salud sexual y reproductiva.
Escribe cada uno en un papel:

- Familia (papel blanco)
- Amigas/os (papel amarillo)
- Otro espacio e indica de cuál es (papel rosado)

Después de terminar, los pueden depositar en esta caja.

- Se coloca la caja a la vista y cerca de la salida, de modo que pueden retirarse una vez que terminan.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

INFORMACIÓN SOBRE ITS

Ministerio de Salud del Perú
www.gob.pe/36502-que-son-las-its

¿Qué son?

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se pueden transmitir a través de las relaciones sexuales y pueden producir enfermedades. Algunas ITS se pueden transmitir también por la vía sanguínea.
Las ITS más frecuentes son:

- Sífilis.
- Gonorrea.
- Clamidia.
- Herpes.
- Hepatitis B.
- Hepatitis C.

Síntomas comunes

- Flujo vaginal.
- Secreción uretral en los hombres.
- Picazón o ardor en las partes íntimas.
- Úlceras genitales.
- Dolor abdominal

Prevención

- Usa adecuadamente el preservativo durante todas las relaciones sexuales.
- Debido a que algunas ITS no presentan síntomas, es importante que si ya tienes una vida sexual activa puedas realizar tus controles periódicos y acceder a las pruebas para detectar alguna ITS. Acércate al establecimiento de salud más cercano.
- En el caso de la hepatitis B y el VPH, existen vacunas que el Ministerio de Salud las brinda en los establecimientos de salud de manera gratuita.

Tratamiento

- La mayoría de las ITS tienen tratamiento y varias de ellas se curan. El VIH y el VPH, aunque no tienen cura, tienen tratamiento.
- Si las ITS no son tratadas, pueden ocasionar infertilidad, cáncer del cuello uterino, problemas durante el embarazo, transmisión materno-infantil, entre otros.

Durex blogs
www.durex.es/blogs/its/consecuencias-de-las-infecciones-de-transmision-sexual

Consecuencias de las ITS:

- Mayor riesgo de contraer VIH: El riesgo de contraer el VIH es mucho mayor en una persona que sufre alguna ITS que en una persona que nunca ha tenido una infección de transmisión sexual.
- Infertilidad y embarazo ectópico: Algunas infecciones, como la clamidia y la gonorrea, producen enfermedad inflamatoria pélvica y otros daños en algunas partes del aparato reproductor, como el útero y las trompas de Falopio. Estas consecuencias pueden prevenirse si se recibe el tratamiento adecuado a tiempo, por lo que es importante que acudas al médico si sospechas que has podido de una transmisión de una ITS.
- Posibilidad de desarrollar cáncer cérvico-uterino: En el grupo de las variantes del virus del papiloma humano que se consideran de alto riesgo se encuentran, al menos, 14 tipos de VPH que producen cáncer en el cérvix o cuello del útero y en el propio útero.
- Entre otras.

Ministerio de Salud del Perú
www.gob.pe/16439-que-es-el-vih

Organización Mundial de la Salud
www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids

Descripción

- El VIH (virus de inmunodeficiencia humana) es una infección que ataca a las defensas del cuerpo y deja a la persona vulnerable a muchas enfermedades (Minsa).
- El SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida) es la etapa avanzada del VIH que disminuye las defensas de la persona y permite que las infecciones y enfermedades llamadas «oportunistas» afecten su salud (Minsa).
- Se transmite a través de los líquidos corporales de las personas infectadas, como sangre, leche materna, semen y secreciones vaginales. No se transmite por besos o abrazos ni por compartir alimentos. También puede transmitirse de madre a hijo durante el embarazo y el parto. El VIH se puede tratar y prevenir con tratamiento antirretrovírico (TAR). Si no se trata, puede evolucionar a sida, a menudo al cabo de muchos años (OMS).

Videos opcionales (compartir o proveer dispositivos si se cuentan con estos)

- ITS **www.youtube.com/watch?v=yW4JDNO555U**
- ITS **www.youtube.com/watch?v=Jt8YyYDuLXI**
- VIH **www.youtube.com/watch?v=bLzir01DV2E**
- VIH **www.youtube.com/watch?v=mVxapxsdjAk**

FICHA DE TRABAJO N.° 2

INFORMACIÓN SOBRE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Planned Parenthood
www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/anticonceptivos

Métodos anticonceptivos

Los métodos anticonceptivos son las diferentes maneras que hay de prevenir el embarazo. Existen muchos tipos de anticonceptivos, por lo que tienes varias opciones para elegir la que mejor se adapta a ti.

- **Condón masculino:** El condón es una funda delgada y elástica que se coloca sobre el pene cuando tienes sexo. El condón (también conocido como preservativo o condón masculino) es una muy buena manera de protegerse contra embarazos y las infecciones de transmisión sexual (ITS). Es fácil de conseguir y usar.

- **Condón femenino:** El condón interno (también llamado condón femenino) es otro tipo de condón, el cual puedes usar diferente al condón (condón masculino). El condón interno ofrece casi el mismo —y maravilloso— nivel de protección contra embarazos e ITS que el condón: ¿En qué se diferencian? En lugar de colocarse sobre el pene, el condón interno se pone dentro de la vagina para prevenir embarazos y las ITS.

- **Inyección anticonceptiva:** Es una inyección que te ponen una vez cada mes o cada tres meses. Es un método anticonceptivo seguro, práctico y discreto que funciona muy bien si siempre te lo pones a tiempo. Evita que quedes en embarazo al prevenir la ovulación. Cuando no hay un óvulo en las trompas de Falopio, no puede ocurrir un embarazo. Además, esta hormona hace que el moco que produce tu cuello uterino (la parte baja de tu útero) se vuelva más espeso. Cuando el moco de tu cuello uterino es más espeso, el esperma no puede pasar. Cuando el esperma y el óvulo no pueden juntarse, el embarazo no puede ocurrir. La inyección anticonceptiva es muy buena para evitar embarazos, pero no te protege contra las ITS. Es necesario que se haga una evaluación médica para recetarlas.

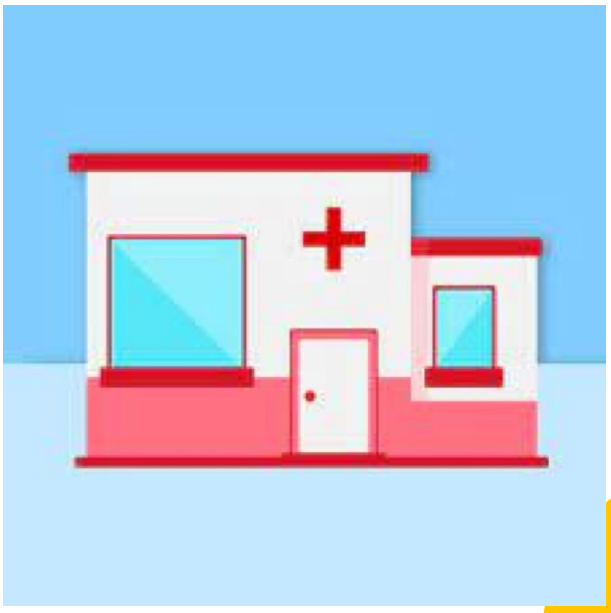
- **Pastillas anticonceptivas:** Son un tipo de medicamento con hormonas. Vienen en una caja y te tomas una cada día. La pastilla anticonceptiva es segura y es efectiva si la tomas siempre a tiempo. Las hormonas de la pastilla detienen la ovulación de manera segura. Si no hay ovulación, no habrá un óvulo que el esperma pueda fertilizar y por eso el embarazo no ocurre. Además, las hormonas que tiene la pastilla anticonceptiva hacen que el moco de tu cuello uterino (la parte baja de tu útero) se vuelva más espeso y bloquee la llegada del esperma al óvulo, como un guardia de seguridad que no deja pasar nada. La pastilla anticonceptiva es muy buena para evitar embarazos, pero no te protege contra las ITS. Es necesario que se haga una evaluación médica para recetarlas.

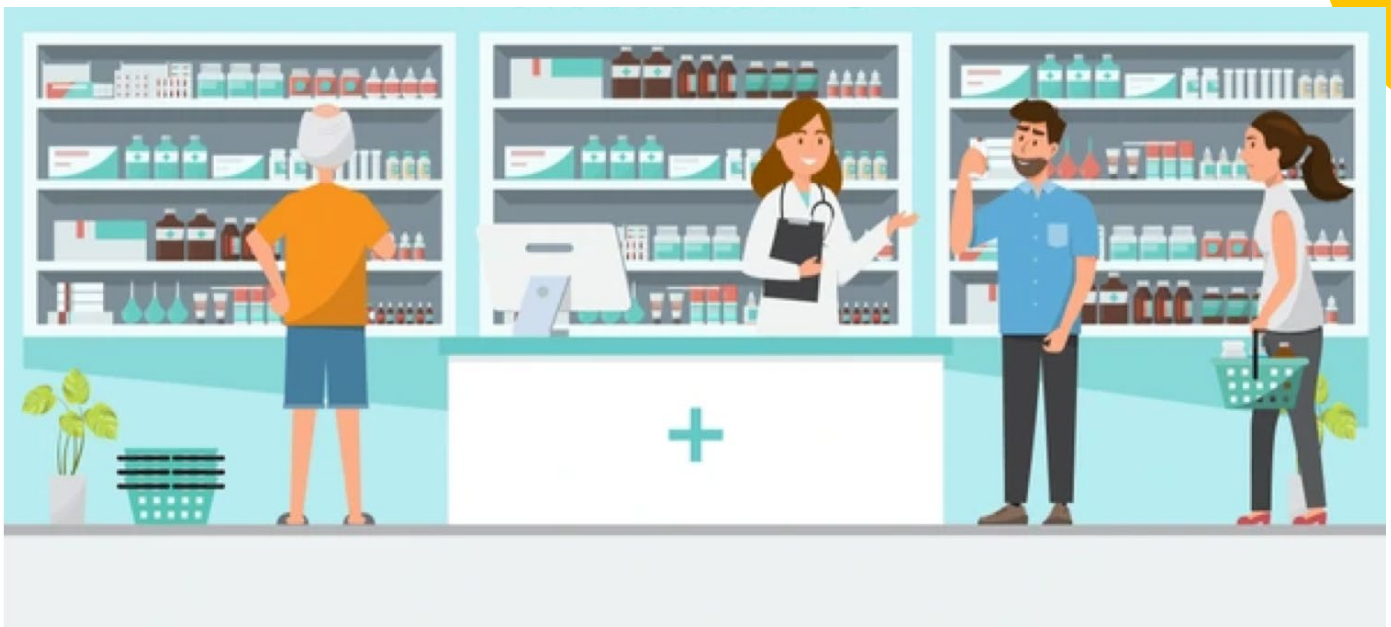
Videos opcionales (compartir o proveer dispositivos si se cuentan con estos)

- www.youtube.com/watch?v=SdPU4AQA4jc
- www.youtube.com/watch?v=k400nGQpE60
- www.youtube.com/watch?v=NdEKzllittk
- www.youtube.com/watch?v=VBFY_6OwUJI

Métodos anticonceptivos
Condón masculino
Condón femenino
Píldoras anticonceptivas
Anillo hormonal
Inyección anticonceptiva
Cirugía esterilizadora
Implante
Calendario de días fértiles
Parche anticonceptivo
DIU

FARMACIA
€ 00,00





FICHA DE TRABAJO N.° 3

HISTORIA DE SAMIR Y ROSA

Samir y Rosa son jóvenes y han iniciado su vida sexual pero no han usado ningún método anticonceptivo. Rosa no quiere salir embarazada o contraer alguna ITS y siente que es hora de usar un método anticonceptivo. Sin embargo, no sabe si es correcto hablar con Samir sobre el tema, porque le da vergüenza y temor que piense que no confía en él.

Rosa pensó también en comprar condones o ver si puede usar pastillas o inyecciones anticonceptivas, pero también le da vergüenza preguntar en una farmacia o centro de salud, pues cree que pensarán que es una chica fácil.

Por su lado, Samir no quiere usar condones porque le fastidian. Además, cree que con su pareja estable no es necesario usar ese tipo de métodos y, finalmente, él es quien la cuida.

FICHA DE TRABAJO N.° 4

INFORMACIÓN SOBRE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN

La República https://larepublica.pe/sexualidad/2023/02/01/pruebas-de-ets-gratis-en-el-peru-donde-me-puedo-hacer-el-examen-de-ets-en-lima-minsa-vih-ahf-atmp-31479	Las infecciones de transmisión sexual (ITS) están presentes en la sociedad peruana. Toparte con una de ellas no es muy difícil, teniendo en cuenta que, según datos del Ministerio de Salud (Minsa), el virus de papiloma humano afecta al 90 % de la población en algún momento de su vida. Además, teniendo en cuenta que algunas de estas infecciones —como la clamidia o el sida— no presentan síntomas, es importante realizar un examen de ITS cuando inicia nuestra vida sexual. Por ello, en esta nota te compartimos los lugares en los que puedes acceder a diferentes exámenes de ITS en el Perú de forma gratuita y también de forma particular. En el Ministerio de Salud se puede acceder a los exámenes de ITS de forma gratuita, así no se cuente con SIS o se esté asegurado en EsSalud. Se cuenta con pruebas rápidas de VIH, sífilis y hepatitis B y C, las cuales tienen resultados en 30 minutos. AHF Perú es otro espacio que ofrece pruebas gratuitas y que no son del Estado. Tienen disponibles las pruebas rápidas de VIH, cuyos resultados se tienen de 10 a 15 minutos después de que se obtiene una pequeña muestra de sangre con un pinchazo en el dedo.
Línea 113	Información sobre ITS y planificación familiar
Centros de salud	Consejerías sobre salud sexual
Planned Parenthood	www.youtube.com/watch?v=ZjlJZfwELPA

FICHA DE TRABAJO N.° 5

DESMITIFICAR LA SEXUALIDAD

FRASE	ES VERDAD	ES MITO
1. Besar a tu pareja genera placer.		
2. Si un chico no logra tener relaciones sexuales con su pareja es un quedado.		
3. No puedes quedar embarazada la primera vez que tienes relaciones sexuales.		
4. El preservativo o condón es el método que previene un embarazo no planificado y de las infecciones de transmisión sexual.		
5. Solo se debe usar métodos anticonceptivos con tu pareja regular.		
6. Las mujeres no deben adquirir métodos anticonceptivos porque las hace ver fáciles.		
7. Las relaciones sexuales consentidas y con protección generan placer.		
8. Si tu pareja quiere usar métodos anticonceptivos es porque te engaña.		
9. Hay ITS que no muestran síntomas visibles. Por ello, es mejor hacerse unas pruebas una vez que se inició a tener relaciones sexuales.		
10. Tu pareja estable no puede transmitirte una infección de transmisión sexual.		

MÓDULO IV: AFECTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA

GRUPO ETARIO: 15-19 AÑOS

MÓDULO IV: AFECTIVIDAD, PLACER Y CIUDADANÍA

SESIÓN 7: ¿ME ENTIENDES?

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Comprende y valora la importancia de la asertividad, el consentimiento y la expresión de sus afectos, deseos y sensaciones, incluyendo la ternura y el placer, en sus relaciones interpersonales.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Papelotes con «Frases asertivas y consentidas».
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes expresan de manera asertiva y empática sus emociones, deseos, sensaciones y sentimientos en un marco de consentimiento.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
	Dinámica «Así disfrutamos»	Recursos de sensaciones (se describe en la actividad)	15 min
Desarrollo	Dinámica grupal «¿Sin vergüenzas?»	Tarjetas con casos Plumones	35 min
	Dinámica «¿Quieres ceviche?»	Equipo audiovisual Papelotes Plumones	15 min
Cierre	Dinámica «Frases asertivas y consentidas»	Papelotes Plumones	20 min
	Reto y despedida	No aplica	5 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos miembros de organizaciones comunitarias, vecinales, grupo impulsor u otras formas de organización, sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las formas o acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia y promover la igualdad.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (45 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con fortalecer la expresión y comunicación de manera asertiva y empática con lo que sienten y desean, considerando la importancia del consentimiento. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (10 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Sobre el reto de la semana anterior, previamente se revisa las respuestas de las y los participantes para identificar patrones en las respuestas y aquellas que son diferentes.

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se dejó un «reto», el cual consistió en identificar a tres personas de diferentes lugares con las que acudirían si tuvieran alguna pregunta o dificultad sobre tu salud sexual y reproductiva. Se expresa sobre las respuestas comunes en relación con la familia y otros espacios, y aquellas que fueron diferentes. A partir de ello, se abre un diálogo libre sobre las siguientes preguntas:

¿Por qué eligieron a estas personas de sus familias?

¿Qué características de sus amigos les dan confianza para compartir sobre temas de sexualidad?

¿Hay más espacios donde creen que se puede hablar sobre temas de sexualidad?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes fortalecerán y ejercitarán la expresión de manera asertiva y empática sus emociones, deseos, sensaciones y sentimientos en un marco de consentimiento.

Actividad: Dinámica «Así disfrutamos» (15 minutos)

- El/la facilitador/a solicita que, en su sitio, cada participante cierre los ojos y que pongan atención al objeto que se les acerca. Se toma aproximadamente de 30 segundos a un minuto para presentar el objeto que estimula diferentes sentidos. A continuación, se sugiere los siguientes objetos:

1. **Opciones de olor:** perfume, alcohol, canela, incienso, eucalipto, manzanilla, otros.
2. **Opciones de tacto:** cosas de diferente textura (áspera, lisa, con relieve, otros).
3. **Opciones de oído:** diferentes tipos de música con ritmos marcados (reguetón, afroperuana, selva, sierra, otros géneros modernos).
4. **Gusto:** frutas pequeñas, frutos secos, trigo atómico, chifles, caramelos de diferentes sabores u opciones accesibles pequeñas.
5. **Vista:** fotos de animales bebes, fotos de comida, fotos de deportes de aventuras, u otras imágenes llamativas.

- En el caso del olor, se debe acercar el o los objetos a las y los participantes para que los huelan.

- En el caso del tacto, se debe procurar tener más de un objeto que se entrega a diferentes personas, el cual deben ir pasándolo hacia la derecha para que otra lo sienta.

- En el caso del gusto, se debe procurar tener algo pequeño que se pueda repartir rápido. Si se cree conveniente, puede ser más de una cosa.

- En el caso de la vista, se deja como último sentido, para pedir que abran los ojos y observen las imágenes en diapositivas, impresas o dibujadas.

- Terminado el ejercicio, se solicita la participación voluntaria de dos a cuatro participantes para que narren su experiencia acerca de cómo se han sentido y de qué se han dado cuenta.

- Finalizada la participación, el/la facilitador/a agradece la intervención e invita a reflexionar de manera grupal sobre:

¿Qué sensaciones experimentamos? ¿Por qué las experimentamos?

De las cosas que sentimos en el ejercicio, ¿Qué nos gustó y qué no?

¿Qué otras sensaciones agradables conocemos?, ¿nos causan placer?

¿Qué otras cosas no nos gustan sentir o percibir?

¿Es importante reconocer qué nos gusta y qué no? ¿por qué?

- Tras escuchar sus respuestas, el/la facilitador/a menciona que lo experimentado es el placer corporal, el cual se relaciona con nuestras sensaciones, que son individuales, distintas y pueden ir variando a lo largo de la vida.

- Se pregunta si se hablan de estos temas con nuestra familia, comunidad o sociedad en general, para recoger la mayoría de respuestas.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Nuestro cuerpo tiene una variedad de sentidos, receptores y terminaciones nerviosas que permiten que experimentemos sensaciones, emociones agradables o placenteras.
- El placer es normal y natural. Continuamente experimentamos sensaciones que contribuyen a nuestro bienestar. Por ello, es importante hablar en familia acerca del placer y de la sexualidad.
- Es necesario que cuidemos nuestro cuerpo para experimentar estas sensaciones agradables

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica grupal «¿Sin vergüenzas?» (35 minutos)

- El/la facilitador/a organiza cinco grupos y les brinda la siguiente indicación:

Se les va a brindar una situación para que creen o completen una historia a partir de esta. Luego, en la plenaria, se leerá la historia y el desenlace que tuvo.

Se debe buscar que en la historia se observe un diálogo entre personas adultas y adolescentes, en que se busque dar información, pautas y orientación.

(Pueden incorporar parientes u otras personas a la historia si es necesario)

- El/la facilitador/a entrega los temas a los grupos y orienta durante el trabajo. Se les brinda 10 minutos para prepararse.

Historia 1 Un hijo de 16 años le pregunta a su padre si los chicos de su edad pueden expresar su ternura.
Historia 2 Una madre encuentra a su hija de 15 años explorando y tocando su cuerpo y órganos sexuales.
Historia 3 Un hijo de 18 años le cuenta a su madre que se ha besado con su amigo y le ha gustado.
Historia 4 Un chico de 17 años le dice a su papá que tiene enamorada y quiere tener relaciones sexuales.
Historia 5 Un hijo de 16 años le dice a su mamá que las ITS o VIH/sida solo les da a los hombres gays.

- Cada grupo lee su historia, enfatizando en las partes necesarias. El/la facilitador/a pregunta al grupo qué agregarían al diálogo después de cada presentación.

- Luego se reflexiona:

¿Qué emociones puede generar en la familia el hablar de estos temas?

¿Por qué es importante hablar claramente sobre temas de sexualidad?

¿Ha pasado alguna situación similar en la familia? ¿Cómo se abordó?

¿Cuáles serían las recomendaciones para mejorar la comunicación sobre estos temas en las familias?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- La comunicación asertiva es importante a cualquier edad. La asertividad es la capacidad para expresar nuestros pensamientos y sentimientos sin herir a la otra persona. La clave es tratar de entender lo que quiere la otra persona y exponer calmadamente las posibles respuestas. Asimismo, para una adecuada comunicación, se recomienda la empatía, el respeto, cumplir acuerdos, etc.
- Es importante establecer diálogos asertivos, empáticos y con reglas flexibles entre padres, madres, hijos e hijas sobre diversos temas, incluidos los vinculados con la sexualidad, pues permite fortalecer el vínculo afectivo.
- En sexualidad no deberían existir temas prohibidos para hablar, todos los temas deben ser conversados sin ninguna vergüenza. Esto es importante para nuestra seguridad y nuestro desarrollo.
- Durante la adolescencia se experimenta una serie de afectos, emociones y sensaciones, como amistad, ilusión, enamoramiento, deseo, placer, incluido el placer sexual, ternura, pasión, desilusión, tristeza, etc. Por ello, es importante establecer una comunicación asertiva y que las relaciones interpersonales se den en un marco de consentimiento.

Actividad: Dinámica grupal «Quieres ceviche» (15 minutos)

- El/la facilitador/a proyecta el video «Quieres ceviche» **(www.youtube.com/watch?v=lUxUsJ36jQA&t=5s).** De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia con ayudas visuales.

- Después del ver el video, el/a facilitador/a abre el diálogo en plenaria con las siguientes preguntas de apoyo:

¿Qué mensaje brinda el video?

¿Podrían dar dos ejemplos en los que el consentimiento no se respeta? Ya sea un caso que conozcan o uno que imaginen (en pareja, con personas adultas u otras situaciones).

¿Podrían dar dos ejemplos en los que el consentimiento en una pareja se respeta? Ya sea un caso que conozcan o uno que imaginen.

¿Qué pasa si no se cumple el consentimiento y qué se puede hacer?

Se dice que los varones siempre están dispuestos y no deben necesitan dar consentimiento, ¿es verdad?, ¿por qué?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- El consentimiento en la sexualidad es la disposición y el acuerdo de ambas partes para tener intimidad. Si dijiste «sí», pero luego cambias de parecer, estás en tu derecho de decir «basta» en cualquier momento. Lo correcto en cada encuentro sexual es que este debe ser sin presión, sin temor, y ser actualizado. Es decir, por cada práctica sexual debe expresarse nuevamente el consentimiento. Si no, estaríamos hablando de agresión o violación sexual. Por ello, es importante que seas honesta/o con tu pareja y manifiestes si lo deseas hacer o no. Tengamos en cuenta que el silencio no es consentimiento, pues este es explícito.

Momento: Cierre (25 minutos)

Actividad: Dinámica «Frases asertiva y consentidas» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que en el ejercicio anterior se conversó más a fondo del consentimiento. Ahora, en grupos de cinco o seis personas, se les pide construir frases que reflejen asertividad, empatía y consentimiento en relación con prácticas sexuales, las cuales deberán escribir en un papelote de manera grande.

- Una vez acabado, cada grupo leerá en voz alta sus frases mostrando su papelote.

- El contenido de la frase será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifican mensajes asertivos para expresar el consentimiento.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto para la siguiente sesión:

> Buscar en TikTok, *reels* de Instragram, *reels* de Facebook o videos de YouTube información sobre los derechos sexuales y los derechos reproductivos, y situaciones en las que se vulneran esos derechos en el Perú.
>
> En la siguiente sesión, nos indicarn cuáles encontraron para verlos.

- Si se tiene un grupo de WhatsApp con las y los participantes, se pide enviar por ese medio, sino en la siguiente sesión les indican cuáles encontraron.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

SESIÓN 8: CIUDADANÍA DE LA SEXUALIDAD Y DEFENSA DE LOS DERECHOS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de los afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Reconoce sus derechos sexuales y reproductivos de acuerdo con su autonomía progresiva. Comprende la importancia de la ciudadanía y las estrategias para ejercerla.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Mensaje de los banderines.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes reflexionan sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	15 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia Equipo multimedia	10 min
	Dinámica «Conejo busca conejera edición derechos»	Papeles con oraciones Tarjetas con términos	20 min
Desarrollo	Dinámica «Son mis derechos»	Equipo audiovisual Caja o bolsa Tarjetas	30 min
	Dinámica «Nos hacemos valer»	No aplica	30 min
Cierre	Dinámica «Banderines»	Pabilo Plumones/colores Goma o engrapador Hojas verdes en forma de triángulo	15 min
	Reto y despedida	No aplica	10 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos profesionales de organizaciones públicas o privadas sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de apoyo para reforzar las reflexiones de las actividades. Previamente, se debe coordinar y compartir el contenido de las sesiones.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia, promover la igualdad y los derechos sexuales y derechos reproductivos.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (50 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (15 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con reflexionar sobre el rol como ciudadanas/os en nuestro país, al reconocer que tenemos derechos sexuales y reproductivos que buscan garantizar nuestro bienestar y salud sexual y reproductiva. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Sobre el reto de la semana anterior, en caso se tenga un medio por el cual las y los participantes enviaron videos sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos, y situaciones en las que se vulneran esos derechos en el Perú, se les realiza preguntas para reflexionar. En caso no se hayan compartido, primero se pide que comenten qué encontraron en los videos, y, si es posible, se reproducen dos o tres. De no tener un proyector, se puede reproducir el audio con el apoyo de un parlante o relatar el contenido a modo de historia. Luego, se pasa a compartir con las siguientes preguntas:

¿Habían escuchado sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Qué cosas nuevas encontraron en los videos?

¿Por qué las situaciones de los videos se considera que son vulneraciones a los derechos sexuales y derechos reproductivos?

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy se profundizará al respecto, pues las y los participantes reflexionarán sobre la importancia de la ciudadanía a partir del reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos que garantizan su bienestar y salud sexual y reproductiva.

Actividad: Dinámica «Conejo busca conejera edición derechos» **(20 minutos)**

- El/la facilitador/a comenta que se pongan de pie y brinda las indicaciones de la dinámica:

- Formen grupos de tres rápidamente.
- Dos personas se toman de las manos, y la tercera persona se coloca en el medio de las otras dos.
- Las personas que se toman de las manos son «conejeras» y la persona que está adentro es la/el «coneja/o».
- Cada vez que dé una premisa, deberán hacer lo siguiente:
  - **Coneja/o busca conejera:** La/el coneja/o sale de su conejera y busca otra rápidamente. Y la conejera debe quedarse quieta.
  - **Conejera busca conejo:** La conejera (tomadas de la mano) busca colocar en el medio a otra/o coneja/o. Las/os conejas/os deben quedarse quietas/os.
  - **Terremoto:** Todas/os se sueltan, y quienes son conejeras pueden pasar a ser coneja/o y quienes son conejas/os pueden pasar a ser conejeras.

- Se intercalan las premisas durante aproximadamente 5 minutos, procurando que la última sea «terremoto».

- Con las últimas conejeras y conejas/os formados, se pide que se queden agrupadas/os de esa manera

- A cada trío se les entrega una oración que deberán leer y definir si es un derecho humano, un derecho sexual, un derecho reproductivo o un deber ciudadano. Se pueden pegar tarjetas con los términos en la pizarra o pared para que los tengan en cuenta. Para este breve ejercicio, se les da dos o tres minutos. Las oraciones son las siguientes:

Oración	Respuesta para el/la facilitador/a
A la vida	Derecho humano
A elegir la/el enamorada/o	Derecho sexual
Decidir cuántos hijos tener	Derecho reproductivo
Decidir casarte o no	Derecho sexual
A acceder a servicios de salud sexual y salud reproductiva	Derecho sexual Derecho reproductivo
A vivir libre de violencia	Derecho humano
Realizar las labores del hogar	Deber
A estudiar si es que se está embarazada o se es madre o padre	Derecho humano
A los métodos anticonceptivos gratuitos	Derecho reproductivo
A la identidad	Derecho humano
Recibir educación sexual	Derecho sexual
No ser discriminado por tu orientación sexual	Derecho sexual
Al placer	Derecho sexual
Recibir atención médica durante el parto	Derecho reproductivo

- Luego, se invita a que cada trío lea la oración e indique su respuesta.

- Si sobran oraciones, el/la facilitador/a puede leerlos al final, en la plenaria, y pedir sus respuestas, y si faltan oraciones, se pueden adicionar siguiendo la línea de la dinámica.

- El/la facilitador/a refuerza las respuestas, y en caso se deba precisar a qué concepto o término se asocia mejor la oración, lo explica, considerando que los derechos sexuales y derechos reproductivos son derechos humanos, por lo que no es incorrecto si los primeros se identifican como estos últimos, pero se puede precisar que son más específicos a proteger y promover un ejercicio saludable y seguro de la sexualidad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Somos ciudadanos desde que nacemos, la ciudadanía sexual se relaciona con nuestra autonomía y la toma de decisiones sobre nuestro cuerpo y nuestros sentimientos, respetando los derechos de las otras personas. Se refuerza que los derechos humanos implican el reconocimiento y respeto de la libertad, igualdad y dignidad, sin ningún tipo de discriminación ni violencia. También es importante la solidaridad y el apoyo social para la defensa de nuestros derechos.

- Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos que buscan garantizar una expresión libre, igualitaria, responsable y placentera de la sexualidad, libre de cualquier tipo de coerción, presión o violencia.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica «Son mis derechos» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que, después del ejercicio anterior, respondan con sus propias palabras las siguientes preguntas, a modo de lluvia de ideas:

¿Qué son los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Para qué sirven los derechos sexuales y derechos reproductivos?

¿Las y los adolescentes también tienen derechos sexuales y derechos reproductivos?

- El/la facilitador/a anota las respuestas en un papelote.
- Posteriormente, se proyecta el video «Derechos sexuales y reproductivos» **(www.youtube.com/watch?v=9jy5Oyee8yk),** reforzando con lo siguiente:

Explicar a las y los participantes que los primeros (derechos sexuales) se relacionan con la sexualidad en general. Por ejemplo, el derecho a recibir información sobre la educación sexual, expresarse libremente, recibir métodos anticonceptivos, a no ser discriminado por su orientación sexual, etc.

Por otro lado, los derechos reproductivos tienen que ver con la decisión de ser padre o madre, a la cantidad de hijos que se desea tener, a la decisión de utilizar uno u otro método sin obligación, etc.

- Para reconocer mejor qué derechos se relacionan con la sexualidad en general y qué derechos a la reproducción, se hará un ejercicio con las siguientes indicaciones:

De manera voluntaria o aleatoria, sacarán de una caja o bolsa una tarjeta que contiene un derecho sexual o un derecho reproductivo.

Luego, deberán ubicarlo según corresponda en el título de derechos sexuales o derechos reproductivos. Mientras coloca cada derecho, deberá comentar sobre alguna de estas preguntas (orientadas por el/la facilitador/a):

- ¿Qué significa ese derecho para él o ella?
- ¿Cómo se viven estos derechos en su comunidad?
- ¿Qué leyes y normas respaldan dichos derechos?

- Las tarjetas con los derechos son las siguientes. Previamente se deben imprimir o escribir, y recortar para colocarlo en la caja o bolsa, mezclarlos.

Derechos sexuales	Derechos reproductivos
Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia	Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción o violencia
Derecho a la salud sexual	Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos
Derecho a la educación sexual	Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desea y el espacio de tiempo entre cada embarazo y otro
Derecho a vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género	Derecho a acceder métodos anticonceptivos modernos
Derecho a la igualdad de género	Derecho a adoptar
Derechos a tener relaciones sexuales consentidas	Derechos a acceder a servicios de salud para garantizar un embarazo seguro
Derechos a la autonomía progresiva	–
Derecho a elegir pareja	
Derecho al placer	

- El/la facilitador/a ayuda a precisar el lugar adecuado, en caso alguna o algún participante no lo ubique. De igual forma, se menciona que todos los derechos se relacionan y se refuerza la idea de que todos son derechos humanos.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- En el Perú, los derechos sexuales y reproductivos están protegidos internacionalmente y se desprenden de la Constitución, y también están reconocidos en diferentes normas legales.
- El ejercicio de nuestros derechos sexuales y reproductivos contribuye a nuestro bienestar y salud sexual.

Actividad: Nos hacemos valer (30 minutos)

- Se conforman tres grupos y se les solicita lo siguiente:

Los grupos crearán una historia que deberán representar como una miniobra de teatro de máximo 3 minutos, en la que se visualice una situación en que se observa que:

- Se vulnera algún derecho sexual o derecho reproductivo.
- Se ofrecen alternativas para garantizar ese derecho desde las y los adolescentes.
- Se identifica una entidad o personas aliadas que ayudan a que se ejerza el derecho sexual o reproductivo (para denunciar, para acceder al derecho o a un servicio, u otros).

Les indicaremos a dos grupos que aborden derechos sexuales y a dos grupos que aborden derechos reproductivos. Y tendrán 10 minutos para prepararse.

- El/la facilitador/a indica qué grupos abordan derechos sexuales y qué grupos trabajan derechos reproductivos. Asimismo, les orienta o monitorea durante la preparación de su presentación.

- Luego, cada grupo presenta su puesta en escena. Hay que tomar en cuenta que, al finalizar cada presentación del grupo, el/la facilitador/a debe enfatizar los mensajes considerando las ideas fuerza de la dinámica.

- Al finalizar, en la plenaria, se promueve la participación de dos o tres participantes para responder a las siguientes preguntas:

¿Cómo podemos ejercer los derechos sexuales y reproductivos?

¿Por qué son importantes los derechos sexuales y reproductivos?

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Para defender nuestros derechos y contribuir al cambio social, debemos asumir nuestra ciudadanía. Esto implica que nos reconozcamos como sujetas/os de derechos, conozcamos nuestros derechos humanos, incluidos los derechos sexuales y reproductivos y exijamos su reconocimiento en los diferentes espacios donde interactuamos (comunidad, redes sociales, centro de salud, colegios, etc.).

- Ejercer la ciudadanía también implica organizarnos con otras personas para defenderlos y exigir su cumplimiento. Para ello, podemos formar o integrar organizaciones sociales (culturales, juveniles, políticos, sociales, etc.) y generar procesos de incidencia que fortalezcan nuestro activismo en nuestra comunidad.

Momento: Cierre (20 minutos)

Actividad: «Banderines» (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega a cada persona hojas verdes en forma de triángulo, indicando lo siguiente:

En un lado del triángulo, escribirán el derecho sexual o reproductivo más importante qué consideran que las y los adolescentes como ellas/os deben ejercer.

En el otro lado del triángulo, escribirán, en una oración, por qué consideran que ese es el más importante.

Después de que terminen, se pegarán o engraparán estas hojas en el pabilo, a modo de banderines, y se colgarán en un espacio público. Además, se guardará para decorar el ambiente en la última sesión.

- El contenido de las hojas triangulares será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Identifica derechos reproductivos.
  - Reconoce que los derechos sexuales y reproductivos contribuyen a su bienestar y salud sexual.

Actividad: Reto y despedida (5 minutos)

- El/la facilitador/a comparte el reto:

Hasta la siguiente sesión, les pedimos que se hagan dos preguntas:

- ¿Cómo me imagino de acá a diez años?
- De los temas que hemos trabajado, ¿cuáles creo que mi comunidad o mis pares adolescentes necesitan conocer o trabajar?

- Para facilitar los aprendizajes, cada participante puede tomar nota en un cuaderno de las respuestas para compartirlo en la siguiente sesión

- Además, se les indica que como la siguiente sesión es la última, pueden traer algo para compartir con sus compañeras/os al final de la sesión, sea líquido o comestible. De preferencia, que sea saludable. No importa si es algo pequeño o grande, además es totalmente voluntario. Ejemplo: canchita, chicha, frutas u otros[7].

- Por otro lado, si durante el programa, se ha identificado que adolescentes tienen algún talento artístico como canto, baile, declamación u otro, se les invita a presentar un número al final de la siguiente sesión.

- El/la facilitador/a agradece la participación y recuerda la fecha de la siguiente sesión.

7 Si se observa previamente que no es factible para el grupo de adolescentes, se omite y evalúa hacer el compartir según la disponibilidad de presupuesto.

SESIÓN 9: LOGROS Y DESAFÍOS

ALINEAMIENTO CURRICULAR

Módulo	Afectividad y ciudadanía		
Competencia vinculada	Construye metas realistas y relaciones interpersonales basadas en la empatía, la asertividad, la gestión de sus afectos y el consentimiento, actuando en defensa de sus derechos según su autonomía progresiva.	**Capacidad vinculada**	Propone metas personales y realistas a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía Comprende la importancia de la ciudadanía y las estrategias para ejercerla.
Grupo etario	15-19 años	**Producto de evaluación**	Contenido del mural.
Propósito	Al finalizar la sesión, las y los participantes elaboran su proyecto de vida a partir de la identificación de elementos para la autogestión y autonomía, y asumen el compromiso de construir una sociedad democrática.		

CUADRO RESUMEN DE LA SESIÓN

Momento	Actividad	Recurso	Tiempo
Inicio	Recepción de participantes	Registro de asistencia	10 min
	Presentación del programa y de la sesión	PPT o papelote	5 min
	Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes, incluido el «Reto» de la sesión anterior	Papelote de acuerdos de convivencia	10 min
Desarrollo	Dinámica «Camino a la independencia»	Copias de ficha de trabajo n.º 1 Lapiceros	30 min
	Dinámica «¿Qué queda por hacer?»	Papelote con dibujo de árbol Plumones	20 min
Cierre	Dinámica «El mural»	Papelotes pegados entre sí Plumones, crayolas, papeles Fondo musical festivo	20 min
	Aplicación de cuestionario CAP	Cuestionario fotocopiado Lapicero	15 min
	Compartir y despedida	Constancias de participantes Refrigerios especiales[8]	10 min

Para esta sesión, se recomienda invitar a uno o dos miembros de organizaciones juveniles, sensibilizados con los temas del programa.

Se sugiere que su participación sea en calidad de cofacilitadores/as. Según su disponibilidad para coordinar previamente, pueden brindar premisas, orientar los trabajos, acompañar las reflexiones que se generan.

Asimismo, se sugiere que al final de la sesión se explique sobre las formas o acciones que se realizan desde la organización para prevenir la violencia, promover la igualdad y los derechos sexuales y derechos reproductivos.

8 Si se cuenta con presupuesto.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

Momento: Inicio (25 minutos)

Actividad: Recepción de participantes (10 minutos)

- El equipo de facilitación recibe a las y los participantes y registra su asistencia.

Actividad: Presentación de la sesión (5 minutos)

- El/la facilitador/a saluda cordialmente a las y los participantes, agradece la puntualidad y se presenta el propósito de la sesión con un lenguaje amigable. Expresa que se relaciona con fortalecer la perspectiva de su proyecto de vida, considerando elementos que aporten a nuestra autonomía, además a fortalecer un compromiso para aportar a construir una sociedad donde todas las personas ejerzan sus derechos. El/la facilitador/a puede apoyarse en un PPT o en un papelote, según las condiciones del espacio comunitario.

Actividad: Recordatorio de acuerdos de convivencia y recapitulación de aprendizajes (15 minutos)

- Se recuerdan los acuerdos de convivencia con ayuda del papelote elaborado en la primera sesión, invitando a que todas y todos puedan seguir cumpliendo esos acuerdos.

- Se indaga sobre los aprendizajes obtenidos en la sesión anterior:

¿Qué recordamos que hicimos en la sesión anterior?

¿Qué temas abordamos?

¿Qué aprendimos?

- Se recuerda que, en la sesión anterior, se les pidió hacerse dos preguntas:

Hasta la siguiente sesión, les pedimos que se hagan dos preguntas:

- ¿Cómo me imagino de acá a diez años?
- De los temas que hemos trabajado, ¿cuáles creo que mi comunidad o mis pares adolescentes necesitan conocer o trabajar?

- Se brinda la palabra de manera libre para recoger algunas respuestas.

- El/la facilitador/a señala que la sesión de hoy profundizará al respecto, pues las y los participantes imaginarán elementos de su proyecto de vida, desde su autonomía y el compromiso por construir una sociedad democrática.

Momento: Desarrollo (50 minutos)

Actividad: Dinámica «Camino a la independencia» (30 minutos)

- El/la facilitador/a entrega la ficha de trabajo n.° 1 «FODA personal y escalera de mi futuro» a cada participante y solicita que respondan a las preguntas de la ficha, recalcando que al finalizar podrán tener una idea más concreta de sí misma/o.

- Hay que recordar que la escalera se debe responder de abajo hacia arriba, y que a partir de la pregunta tres de la «escalera de mi futuro» debe ser respondida proyectándose de ahora a diez años.

- Mientras cada participante realiza la actividad, el/la facilitador/a monitorea el trabajo y resuelve las dudas que pueden existir. Para agilizar el trabajo, el/la facilitador/a puede leer las preguntas y dar un tiempo para que las y los participantes puedan completar la información en su ficha.

- Después de que las y los participantes hayan acabado, se solicita la participación de dos a cuatro participantes para compartir su experiencia, no necesariamente lo que han escrito, sino cómo se han sentido durante la actividad, qué les llamó la atención, qué pregunta fue más compleja y de qué se han dado cuenta.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- La autonomía es la capacidad que nos permite realizar una serie de acciones y tomar decisiones de manera progresiva que aporten a nuestra integridad, bienestar y desarrollo.
- Conocer mis metas personales y cómo conseguirlas es el primer paso para alcanzarlas. Asimismo, ser consciente de nuestras fortalezas y debilidades hace posible que se genere un plan realista para alcanzar nuestras metas personales.
- Debemos ser constantes para lograr nuestras metas en el ámbito vocacional, pero también lo suficientemente críticos y realistas para tomar otras alternativas si los planes no funcionan.
- Para alcanzar este u otro futuro que imaginamos, es importante cuidar nuestra sexualidad, pues es parte de nosotras/os, y las decisiones sobre ello también aportarán o afectarán a nuestras metas.
- También es importante considerar a nuestra comunidad, región y país, pues su desarrollo aporta en nosotras/os, y nosotras/os podemos aportar a su desarrollo.

Actividad: Dinámica «¿Qué queda por hacer?» (20 minutos)

- El/la facilitador/a indica que, como se comentó, somos parte de una comunidad, y otras/os adolescentes necesitan también fortalecer sus competencias y capacidades para ejercer su sexualidad de forma segura y saludable. Por ello, se desarrollará un ejercicio que permitirá identificar qué consideramos que es importante abordar, y cómo ellas/os, como adolescentes, pueden aportar a ese cambio.
- Antes de explicar el ejercicio, se hace una lluvia de ideas, recordando los temas que se abordaron en las sesiones pasadas, lo que es anotado con letra grande en una pizarra o un papelote.
- Luego se dibuja un árbol grande en una pizarra. Si no se cuenta con una, pueden unirse dos papelotes y hacer el dibujo para pegarlo en la pared.

- El/la facilitador/a da la siguiente indicación:

Ahora que hemos recordado lo que hemos abordado, reflexionado y discutido, les vamos a pedir que nos ayuden a hacer un análisis de las y los adolescentes de su comunidad. Para ello, les pedimos que levanten sus manos de manera voluntaria y respondan a estas preguntas:

4. ¿Cuáles son los problemas que más afectan a las personas de mi edad, relacionados con la sexualidad y el bienestar?

El/la facilitador/a anota las respuestas en el tronco del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

El/la facilitador/a indaga cómo estos problemas afectan a las y los adolescentes.

5. ¿Cuáles son las causas de estos problemas? Es decir, ¿qué los provocan?

El/la facilitador/a anota las respuestas en las raíces del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

6. Ahora que hemos conocido más de estos temas, ¿qué alternativas podemos proponer para solucionar estos problemas? Hay que considerar que ustedes como adolescentes son parte de esas soluciones y actividades específicas.

El/la facilitador/a anota las respuestas en las ramas u hojas del árbol, ya sea directamente o en tarjetas.

- El/la facilitador/a pide observar con atención ese árbol, y recordar que ellas/os, como adolescentes, pueden aplicar este análisis y soluciones en ellas/os mismas/os y también en la comunidad. Y como se ha visto, hay personas aliadas e instituciones públicas o privadas que tienen el deber de aportar a esas soluciones.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Aunque seamos muy jóvenes, cada una/o puede contribuir a la solución de estas problemáticas de la comunidad. Para ello, se requiere que, en primer lugar, podamos conocernos a nosotras/os mismas/os.
- Saber sobre sexualidad, cómo comunicarnos, cómo expresar nuestros afectos, cómo convivir con igualdad y cómo cuidarnos, es parte importante de nuestro desarrollo personal. Es importante que estos aprendizajes lo compartamos con otras personas.

Momento: Cierre (45 minutos)

Actividad: Dinámica «El mural» (20 minutos)

- El/la facilitador/a les presenta el papelote con las expectativas que expresaron en la primera sesión.
- Luego el/la facilitador coloca en la pared o pizarra entre cinco a siete papelotes pegados entre sí de manera horizontal y separa cinco bloques, para pedir a las y los adolescentes que se acerquen y, en notas adhesivas o tarjetas en cada bloque, escriban sobre el tema del bloque.
- Se acompaña de un fondo musical festivo y coloca los materiales que se pueden emplear (notas adhesivas, tarjetas, plumones, crayolas, plumones, etc.). Los bloques son los siguientes:

¿Cuál o cuáles de mis expectativas sobre participar en el programa se cumplieron?	¿Cuál es el aprendizaje más significativo que me llevo del programa?	¿Cuál es la vivencia más significativa de haber participado en el programa?	¿Con qué me comprometo para ayudar a que más adolescentes aprendan sobre cómo conocer y cuidar su sexualidad?	¿Qué recomendación o recomendaciones dejo para que el programa sea mejor en una siguiente oportunidad y qué temas se deben reforzar o se deberían agregar?

- El/a facilitador motiva el desarrollo de la actividad. Además, les indica que pueden decorar el mural con dibujos y con los materiales que tienen a la mano.

- Después de terminar, el/la facilitador/a revisará el mural y reforzará los mensajes que han aparecido, señalando que saber sobre sexualidad, cómo comunicarnos y cómo cuidarnos, es parte de nuestro desarrollo personal y nuestro bienestar.

- Después de terminar, el/la facilitador/a irá revisando el mural.

- El contenido del mural será analizado al término de la sesión para conocer los aprendizajes obtenidos mediante una rúbrica según los indicadores de evaluación:

  - Asume el compromiso de construir una sociedad democrática basada en la igualdad.

*Idea **fuerza** de la dinámica*

- Ejercemos nuestra sexualidad de manera segura, plena, placentera y responsable, cuando tomamos decisiones informadas y con libertad, y ejercemos nuestros derechos sexuales y reproductivos.

Actividad: Aplicación de cuestionario CAP (15 minutos)

- El/la facilitador/a entrega el cuestionario CAP y explica que resulta necesario conocer cómo egresan al programa formativo, pues esta información permitirá mejorar el programa para los nuevos participantes. Asimismo, señala que los resultados del cuestionario serán confidenciales.

- Durante la aplicación, hay que indicar que no hay respuestas buenas ni malas, no señalar que se está «evaluando» para evitar generar ansiedad en las y los participantes.

- Se debe monitorear que cada participante complete el cuestionario de manera correcta.

- En caso exista conectividad, el cuestionario físico podría ser reemplazado por un formulario en línea.

Actividad: Compartir y despedida (10 minutos)

- El/la facilitador/a agradece a las y los participantes y narra su experiencia personal durante el programa de manera breve.
- Luego, forma un círculo e invita a que, en una palabra, expresen cómo se sienten en este momento del cierre del programa formativo.
- Se sugiere hacer una pequeña actividad de cierre entregando a cada participante una constancia de las competencias desarrolladas en el curso, explicar que, a partir de ahora, esto formará parte de su hoja de vida.
- Asimismo, se sugiere compartir un refrigerio especial si se cuenta con presupuesto, así como si las y los adolescentes trajeron algo para compartir. Se puede reproducir música de fondo mientras se da el compartir.
- Si algunas/os adolescentes indicaron que desean realizar un número artístico, se les brinda el espacio para cerrar mientras se da el compartir.
- También se puede invitar a aquellas personas que deseen colaborar en los siguientes programas formativos que se desarrollarán en la comunidad. Se debe agradecer su participación y creatividad. De preferencia, hacer esta actividad de manera comunitaria con la presencia de los demás actores de la comunidad, incluso se puede presentar actividades culturales y recreativas propuestas por el grupo.

FICHA DE TRABAJO N.° 1

FODA PERSONAL Y ESCALERA DE MI FUTURO

F Fortalezas

¿Cuáles son mis virtudes y cualidades?

¿En qué soy bueno? ¿En qué destaco?

O Oportunidades

¿Qué situaciones externas pueden ayudarme a lograr mis metas?

¿Qué factores externos pueden ayudarme a lograr mis metas y desarrollo?

D Debilidades

¿Qué debo mejorar?

¿Cuáles son mis defectos?

A Amenazas

¿Qué situaciones externas pueden obstaculizar mis metas?

¿Qué riesgos existen que pueden limitar mi futuro y desarrollo?

¿A qué te comprometes para lograr las metas que te has trazado?

¿Qué consejos te darías a ti mismo(a) ahora para lograr estas metas en diez años?

¿Qué decisiones he tomado para lograr esas metas en diez años?

¿Qué metas he logrado desde hoy hasta diez años más adelante?

En diez años ¿cómo será una vida normal en mi vida?

¿Qué estaré haciendo en diez años? ¿Dónde trabajaré? ¿Dónde viviré?

¿Qué estoy haciendo ahora en el año _____ (año actual)?

¿En qué año nací? ¿Dónde nací?

ANEXO 1

(Incluir logos de la organización)

Lima, 30 de enero de 2024

Padres, madres, tutor/as y/o cuidadores de Villa El Salvador

Presente.-

ASUNTO: Realización de Plataforma Comunitaria de Aprendizaje de Educación Sexual Integral en Villa El Salvador

De nuestra consideración:

Es muy grato dirigirnos a usted para expresarle el cordial saludo de **(nombre de la institución y breve presentación de la misma).**

En el marco de nuestros objetivos, realizaremos el *(colocar nombre del Programa, por ejemplo:* **Plataforma Comunitaria de Aprendizaje de Educación Sexual Integral)**, para brindar a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes de 10 a 19 años, según su nivel de desarrollo, herramientas para fortalecer su autoestima, expresar sus emociones de manera asertiva, conocer y cuidar su cuerpo, así como prevenir el embarazo adolescente y la violencia de género.

La *(colocar nombre del Programa, por ejemplo:* **Plataforma Comunitaria de Aprendizaje de Educación Sexual Integral)** se desarrollará de manera presencial en las siguientes fechas: **martes 30 de enero; 6, 13, 20 y 27 de febrero y las sesiones se realizarán en *(colocar locación donde se realizará el Programa).* Asimismo, se cubrirá refrigerios y materiales para las y los participantes *(en esta sección puedes mencionar otros detalles que consideren pertinentes).***

En ese sentido, recurrimos a usted para solicitar su consentimiento correspondiente para que su hija/hijo/apoderado/a participe de dicha actividad.

Esperamos, sinceramente, contar con su apoyo para que esta actividad se realice de la mejor manera y sus hijos/as puedan fortalecer sus capacidades y, con ello, contribuir a su desarrollo pleno.

Atentamente,

_____

(firma de representante de la organización)

FORMATO PARA PARTICIPANTE MENORES DE 18 AÑOS

FORMULARIO DE COMPROMISO Y CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____, de nacionalidad _____, identificado/a con DNI/CE n.° _____, **CONFIRMO** que es de mi conocimiento y doy mi autorización para que se me reconozca como **participante** del **(nombre del programa).**

Además, expreso mi **COMPROMISO** de culminar las cinco sesiones y doy mi **CONSENTIMIENTO** para que el ***(NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN)*** me registre en formatos audiovisuales (fotografías y/o videos) con fines estrictamente institucionales, realizados en el marco de la implementación de la plataforma.

Firma de participante: _____

FORMATO PARA PADRES, MADRES O RESPONSABLE DE CRIANZA

Yo, _____, de nacionalidad _____, identificado/a con DNI/CE n.° _____ y número de celular _____, en mi calidad de ( ) padre, ( ) madre o ( ) apoderado de _____, **CONFIRMO** haber leído y estar de acuerdo con la participación de mi hija/hijo/apoderado/a de las actividades presenciales del **(nombre del programa).**

Dirigido a niñas, niños, adolescentes y jóvenes de *(Colocar el nombre del lugar donde realizarás el programa, por ejemplo:* ***Villa El Salvador)*** de 10 a 14 años y de 15 a 19 años.

Fechas:
Horario:

Asimismo, autorizo expresamente al ***(NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN)***, a utilizar los datos personales, imagen y voz de mi hija/hijo/apoderado/a, para fines publicitarios de la institución, en los medios y formas que disponga, sin derecho a compensación alguna.

Firma del papá, mamá o tutor/a: _____

Fecha:

FORMATO PARA PARTICIPANTE MAYORES DE 18 AÑOS

FORMULARIO DE COMPROMISO Y CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____, de nacionalidad _____, identificado/a con DNI/CE n.° _____ y número de celular _____, **CONFIRMO** haber leído y estar de acuerdo con que se me reconozca como **participante de la (nombre del programa).**

Dirigido a niñas, niños, adolescentes y jóvenes de *(Colocar el nombre del lugar donde realizarás el programa, por ejemplo:* ***Villa El Salvador)*** de 10 a 14 años y de 15 a 19 años.

Fechas:
Horario:

Al firmar este documento, expreso mi **COMPROMISO** de culminar las cinco sesiones y doy mi **AUTORIZACIÓN** para que el ***(NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN)*** pueda utilizar los datos personales, imagen y voz de mi persona, para fines publicitarios de la institución, en los medios y formas que disponga, sin derecho a compensación alguna

Firma de participante: _____

Fecha:

ANEXO 2

Lineamientos Institucionales para el trabajo con niños, niñas y adolescentes de Promsex

ANEXO 3

Cuestionario de conocimiento, actitudes y prácticas (CAP)

- CAP de 10 a 14 años:
  https://drive.google.com/file/d/1W4ga89g7mcIM3lH6oMqYfHpUqFawqnEn/view?usp=sharing

- CAP de 15 a 19 años:
  https://drive.google.com/file/d/1HsnOoNlbh3qvynOStO3KsqwSS3FevBZW/view?usp=sharing

ANEXO 4

Lineamientos para la evaluación del programa ESI - C

- **https://docs.google.com/document/d/10uR_9DtcbMjp1Jqzgdz7wLz8Q5P8mJOz/edit?usp=sharing&ouid=116561973260408090765&rtpof=true&sd=true**

ENCUENTRO:
saberes y
experiencias en
Educación
Sexual Integral
PROMSEX
Salud. Sexualidad. Solidaridad.

www.promsex.org

PROMSEX
Salud. Sexualidad. Solidaridad.

WWW.PROMSEX.ORG

FB / X / TT @PROMSEX

IG @PROMSEXCOMUNICA

Con el apoyo de:

FOS FEMINISTA

DERECHOS DESDE EL INICIO
RIGHTS FROM THE START

En colaboración con Canadá

FOS

Bélgica
socio para el desarrollo