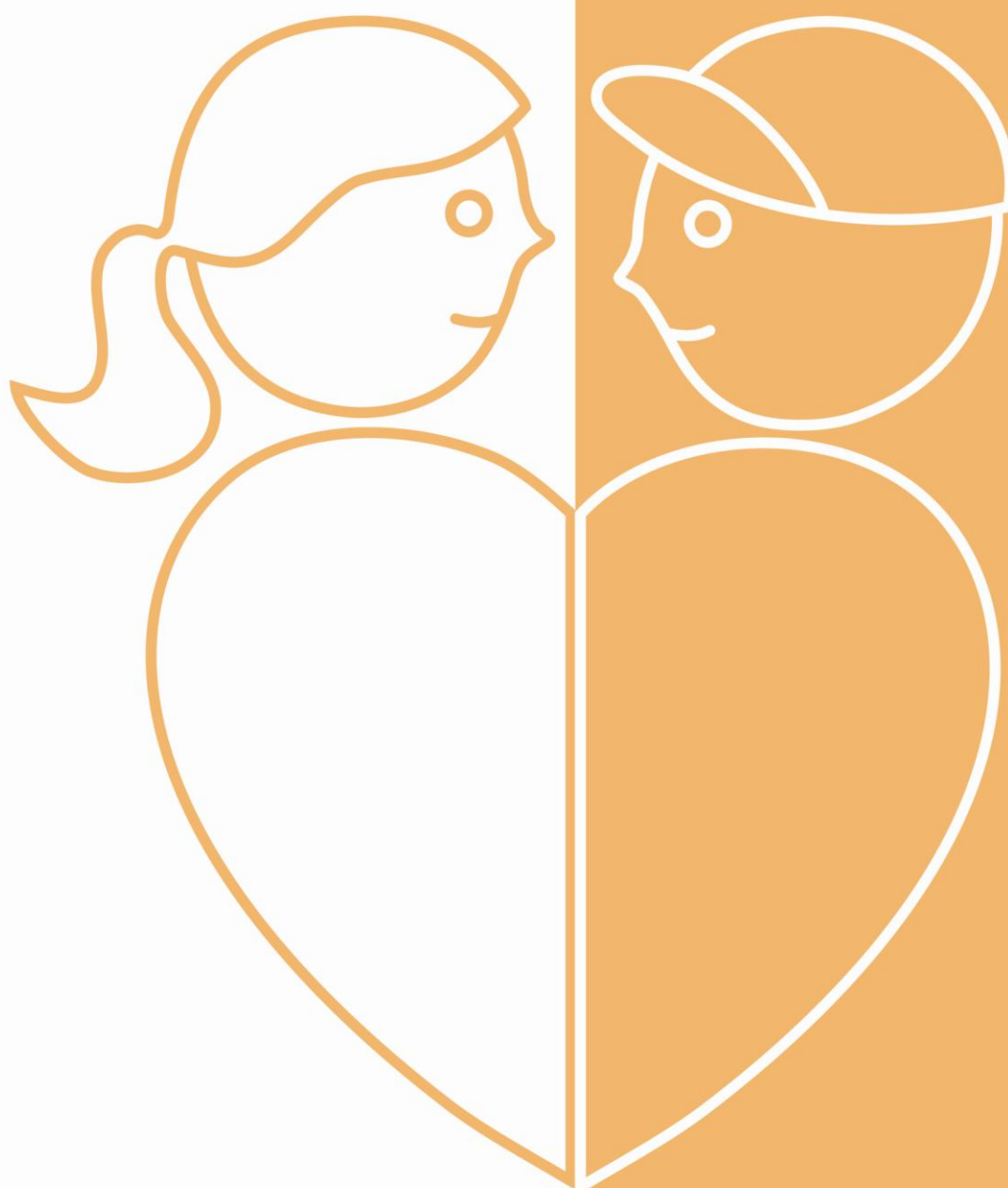


# Caderno Presse

## ensino secundário



**Título:**

Caderno PRESSE Ensino Secundário

**Autoria:**

Susana Sousa

Miriam Gonzaga

Cármén Guimarães

Maria da Paz Luís

**PRESSE**

**Administração Regional de Saúde do Norte, I.P.**

**Departamento de Saúde Pública**

Rua Anselmo Braancamp, 144

4000 – 078 Porto

[presse@arsnorte.min-saude.pt](mailto:presse@arsnorte.min-saude.pt)

[www.presse.com.pt](http://www.presse.com.pt)

**Design Gráfico e Ilustração:**

Marta Rodrigues

Reserve-se os direitos de autor

O presente **Caderno** foi criado para ser um recurso, à disposição dos **professores que operacionalizam o PRESSE**, facilitador da implementação da **Educação Sexual no Secundário, no âmbito das disciplinas**, de uma forma transversal e transdisciplinar.

Segundo o modelo de intervenção do PRESSE, este documento preconiza a abordagem de **três áreas temáticas**, apresentando objetivos e **sugestões pedagógicas** que incluem **propostas de atividades** e de **avaliação** para o desenvolvimento global de cada uma destas **áreas**.

Visamos um instrumento de apoio a **Educadores** na implementação de um **programa estruturado e sustentado** que prevê a aquisição de competências e a promoção de valores fundamentais à vivência da sexualidade de forma responsável.

**Grupo de Trabalho do PRESSE (gt-PRESSE)**

## Abreviaturas/ disciplinas

### Componente formação geral

- Port.** Português
- L. Estran.** Língua Estrangeira
- Filos.** Filosofia
- Ed. Fis.** Educação Física

### Componente formação específica

- Hist.** História
- Psic.** Psicologia
- Des.** Desenho
- Soc.** Sociologia
- Bio.** Biologia
- Of. Art.** Oficina de Artes
- Mat.Tecn.** Materiais e Tecnologias
- Hist. Cult. Art.** História da Cultura e das Artes
- Int. Mark.** Introdução ao *Marketing*
- Of. Anim. Mult.** Oficina de Animação e Multimédia
- Of. Des. Cer.** Oficina do Design Cerâmico

## Áreas Temáticas

### 1. CONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO DO CORPO

- Figura corporal
- Compreensão da fisiologia da resposta sexual humana

### 2. SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA

- Compreensão da fisiologia geral da reprodução
- Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório
- Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos
- Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo (VIH/sida e HPV2) e suas consequências e métodos de prevenção
- Gravidez na adolescência
- Conhecimento das taxas e tendências de maternidade e da paternidade na adolescência e compreensão do respetivo significado
- Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respetivo significado
- Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável
- Prevenção dos maus-tratos e das aproximações abusivas

### 3. EXPRESSÕES DA SEXUALIDADE E DIVERSIDADE

- Dimensão ética da sexualidade humana
- Sexualidade e género

# 1. CONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO DO CORPO

## Conteúdos

- Figura corporal
- Fisiologia da resposta sexual humana

## Pressupostos essenciais

- Reconhecer a importância do corpo e da imagem corporal
- Reconhecer a figura/imagem corporal como potenciadora do prazer, do crescimento e da autonomia, desenvolvendo uma atitude positiva face às mesmas
- Promover uma autoestima positiva
- Compreender a fisiologia da resposta sexual humana

| Nº  | Actividade                             | Ano de Escolaridade Recomendado |     |     |
|-----|--|---------------------------------|-----|-----|
|     |  | 10º                             | 11º | 12º |
| 1.  | SMS: Sexualidade, mensagens e segredos | ●                               | ●   | ●   |
| 2.  | Verdade ou <i>consequência</i>         | ●                               | ●   | ●   |
| 3.  | Publicidade e modelos de beleza        | ●                               | ●   | ●   |
| 4.  | Estética e gerações                    | ●                               | ●   | ●   |
| 5.  | Fotomontagem                           | ●                               | ●   | ●   |
| 6.  | Corpo, beleza e sensualidade           | ●                               | ●   | ●   |
| 7.  | Homem/mulher ideal                     | ●                               | ●   | ●   |
| 8.  | Sinto-me bem no meu corpo              | ●                               | ●   | ●   |
| 9.  | Roda de elogios                        | ●                               | ●   | ●   |
| 10. | Assim sou Eu                           | ●                               | ●   | ●   |
| 11. | Palavras ocultas                       | ●                               | ●   | ●   |
| 12. | Fisiologia da resposta sexual humana   | ●                               | ●   | ●   |
| 13. | O que acontece quando...               | ●                               | ●   | ●   |

## Atividade n.º 1

|  |  |     |     |     |
|--|--|-----|-----|-----|
| Atividade:   | SMS: Sexualidade, mensagens e segredos <sup>1</sup>          |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo                          | 10º | 11º | 12º |
|  |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Soc.; Hist.; Hist. Cult. Art.       |     |     |     |
| Objetivos:   |  |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Promover o conceito abrangente e positivo da sexualidade</li><li>▪ Reconhecer e aceitar a dimensão psicoafectiva da sexualidade</li><li>▪ Reconhecer e aceitar a dimensão sociocultural da sexualidade</li><li>▪ Questionar as diversas fontes de informação sobre sexualidade</li></ul> |  |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:  |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ficha nº 1</li></ul> |     |     |     |
|  |  |     |     |     |
| Passo a passo:   |  |     |     |     |
| 1. Introduzir a atividade apresentando os objetivos.   |  |     |     |     |
| 2. Escrever a palavra “sexualidade” no quadro e solicitar definições.  |  |     |     |     |
| 3. Dividir a turma aleatoriamente em 3 grupos.   |  |     |     |     |
| 4. Solicitar ao grupo 1 que faça uma lista com mensagens que receberam através das famílias sobre o que é a sexualidade.   |  |     |     |     |
| 5. Solicitar ao grupo 2 que faça uma lista com mensagens que receberam através dos amigos sobre o que é a sexualidade.   |  |     |     |     |
| 6. Solicitar ao grupo 3 que faça uma lista com mensagens que receberam através dos <i>media</i> sobre o que é a sexualidade.   |  |     |     |     |
| 7. Referir que não há respostas certas ou erradas e dar 10 minutos para o trabalho em grupo.   |  |     |     |     |
| 8. Solicitar aos grupos que identifiquem um interlocutor que apresente as conclusões do grupo a toda a turma.  |  |     |     |     |
| 9. Posteriormente, distribuir a ficha nº 1 pelos grupos e solicitar que reflitam em torno das questões.  |  |     |     |     |
| 10. Moderar um debate das respostas dos grupos às questões da ficha nº 1.  |  |     |     |     |

1. As mensagens da família, amigo/as e *media* são similares? Diferentes? Porquê?

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

2. Com que mensagens concordam? Discordam?

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

3. Com que mensagens discordam?

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

4. Quais dessas mensagens podem fazer uma pessoa sentir-se desconfortável ao falar ou explorar a sexualidade?

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

5. Há alguma mensagem que acreditam ser incorreta?

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |



## Atividade n.º 2

|   |  |     |     |     |
|---|--|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Verdade ou consequência  |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo  | 10º | 11º | 12º |
|   |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):   | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Biol.; Soc.; Psic.  |     |     |     |
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>Adquirir, manter e fomentar uma atitude positiva relativamente à sexualidade humana</li><li>Trocar os mitos e as crenças erróneas sobre sexualidade por informação correta</li></ul> |  |     |     |     |
| Duração:  | Recursos: <ul style="list-style-type: none"><li>Ficha nº 2</li><li>1 Saco</li><li>Cartolina</li></ul>  |     |     |     |
| 90 min.   |  |     |     |     |
| Passo a passo:  |  |     |     |     |
| 1. Recortar os quadrados da ficha nº 2 e colar em quadrados de cartolina.   |  |     |     |     |
| 2. Introduzir a atividade com a leitura do texto de introdução da ficha nº 2.   |  |     |     |     |
| 3. Colocar todos os quadrados num saco e solicitar a um aluno que retire um cartão do saco.   |  |     |     |     |
| 4. Solicitar a esse aluno que leia para a turma a afirmação escrita no seu cartão.  |  |     |     |     |
| 5. Em seguida, perguntar à turma: Verdade ou consequência? Os alunos terão que responder verdade se se tratar de uma afirmação verdadeira e consequência se se tratar de um mito.   |  |     |     |     |
| 6. Solicitar a fundamentação das respostas dadas e, enquanto moderar o debate, gerado em torno da divergência de respostas, orientar os alunos para a resposta certa.   |  |     |     |     |
| 7. Continuar a atividade com a leitura de todos os cartões e debate em torno das afirmações.  |  |     |     |     |
| 8. A atividade fica concluída quando forem debatidos os conteúdos de todos os cartões.  |  |     |     |     |
| Nota:   | Todas as afirmações dos cartões são mitos relacionados com a sexualidade. Pode sugerir aos alunos que apresentem outros exemplos de mitos sobre sexualidade. |     |     |     |

Um **mito sobre sexualidade** traduz-se numa opinião, não fundamentada, sobre algo relacionado com a sexualidade. Essa opinião, expressa com a convicção, costuma acompanhar a ignorância e converte-se facilmente nas crenças de uma comunidade ou de uma geração podendo trazer **consequências** graves para a vivência saudável da sexualidade.

Uma relação sexual tem de envolver sempre penetração

Uma relação sexual deve terminar sempre num orgasmo

Os homens sentem mais desejo sexual do que as mulheres

O homem quer e está “sempre pronto” para o sexo

Os homens não devem expressar sentimentos

O álcool é um estimulante sexual

Todas as mulheres  
podem ter orgasmos múltiplos

Um homem com um pénis maior  
tem melhor desempenho sexual

Para que a mulher engravide é  
necessário atingir o orgasmo em  
simultâneo com o homem

A masturbação é um  
comportamento sexual  
exclusivamente masculino

A masturbação, durante a  
puberdade, incapacita  
sexualmente para a vida adulta

A masturbação causa distúrbios  
sexuais, físicos e/ou psicológicos

Uma relação sexual com  
qualidade requer um orgasmo

A mulher não deve  
ter iniciativa sexual

A masturbação causa distúrbios sexuais, físicos e/ou psicológicos

Uma relação sexual só é plena quando a mulher e o homem atingem o orgasmo simultaneamente

A satisfação sexual da mulher depende do tamanho do pénis

A ausência de hímen prova que uma mulher não é virgem

A masturbação durante a puberdade incapacita sexualmente o homem na vida adulta

A mulher atinge o orgasmo ao sentir a penetração pelo pénis

### Atividade n.º 3

|  |  |     |     |     |
|--|--|-----|-----|-----|
| Atividade:   | Publicidade e modelos de beleza <sup>ii</sup>  |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo  | 10º | 11º | 12º |
|  |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Int. <i>Mark.</i> ; Hist.; Hist. Cult. Art.; Soc.; Of. Anim. Mult.; Psic.                           |     |     |     |
| Objetivos:   |  |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analisar o modelo de beleza dominante e a forma como os <i>media</i> o utilizam</li><li>▪ Potenciar uma atitude crítica face à instrumentalização e comercialização do modelo social de beleza</li></ul>                 |  |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:  |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fichas nº 3.1 e 3.2</li><li>▪ Meios audiovisuais para reprodução de vídeos</li></ul> |     |     |     |
|  |  |     |     |     |
| Passo a passo:   |  |     |     |     |
| <p>1. Solicitar previamente aos alunos que, individualmente, ao longo de vários dias, observem anúncios publicitários em vídeos ou revistas em que sobressaíam os modelos de beleza atuais e que tragam esses materiais (gravações ou recortes) para a aula.</p> |  |     |     |     |
| <p>2. Dividir a turma em grupos e solicitar a todos os grupos que analisem cada um dos anúncios que os elementos do grupo trouxeram para a aula, com o apoio da ficha nº 3.1.</p>  |  |     |     |     |
| <p>3. Solicitar aos alunos, para depois de analisar todos os anúncios, responderem às questões da ficha nº 3.2.</p>  |  |     |     |     |
| <p>4. Posteriormente, cada grupo apresenta à turma a compilação de anúncios publicitários realizada ao mesmo tempo que expõe a análise dos mesmos com o apoio da ficha nº 3.1.</p>   |  |     |     |     |
| <p>5. Finalizar a aula com a reflexão da turma em, torno das respostas às questões da ficha nº 3.2.</p>  |  |     |     |     |

**Anúncio:** \_\_\_\_\_

**1. Que mensagens promove o anúncio?** (especificar o tipo de slogan e informação do produto).

---

---

**2. A quem se dirige o anúncio: mulheres/homens, rapazes/raparigas?**

---

**3. Que protagonistas aparecem?**

- ☐ Mulher/Homem,
- ☐ Menina/menino,
- ☐ Família/casal
- ☐ Objetos
- ☐ Ambiente

**4. Qual a relação entre os protagonistas?**

---

**5. Que imagem sobre a mulher ou sobre o homem é transmitida?**

- Objetos que identificam a mulher:

---

---

- Objetos que identificam o homem:

---

---

**6. Que tipo de linguagem é utilizado?**

---

**7. Que modelo de beleza masculina ou feminina é apresentado?**

---

---

---

---

1. Porque é que aparecem frequentemente mulheres ou homens com pouca roupa para anunciar produtos de beleza ou outros objetos?

---

---

---

---

---

2. Que diferenças se encontram entre os anúncios dirigidos a mulheres e os anúncios dirigidos a homens?

---

---

---

---

3. Porque será que a sensualidade é usada para fins comerciais?

---

---

---

---

4. Que influência poderá ter nos jovens?

---

---

---

---

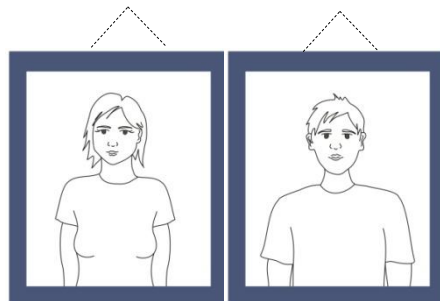
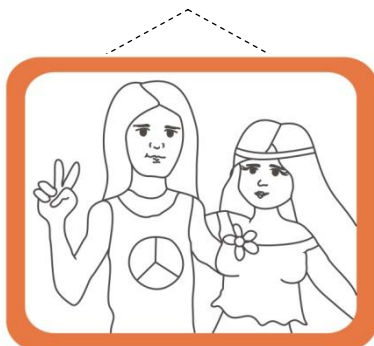
---

---

## Atividade n.º 4

|   |  |     |     |     |
|---|--|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Estética e gerações <sup>iii</sup>   |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo  | 10º | 11º | 12º |
|   |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):   | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Hist.; Hist. Cult. Art.; Soc.; Psic.  |     |     |     |
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analisar, refletir e criticar o modelo de beleza rígido e estereotipado</li><li>▪ Promover uma visão mais ampla em relação ao modelo de beleza atual</li><li>▪ Promover e desenvolver valores corporais e de expressão alternativos aos dominantes</li></ul> |  |     |     |     |
| Duração:  | Recursos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ficha nº 4</li><li>▪ Fotografias trazidas pelos alunos</li></ul> |     |     |     |
| 90 min.   |  |     |     |     |
| Passo a passo:  |  |     |     |     |
| 1. Solicitar aos alunos que tragam fotografias, deles e de familiares, em gerações e épocas diferentes: ex. o avô e a avó, quando eram jovens, a mãe e o pai, quando eram jovens, e o aluno sozinho ou com os irmãos na atualidade.   |  |     |     |     |
| 2. Propor aos alunos que, analisem as alterações que ao longo dos tempos se produziram relativamente ao conceito de beleza nas três fotografias, com o apoio da ficha nº 4.   |  |     |     |     |
| 3. Dialogar com os alunos sobre o tema, relativizando o modelo de beleza estático, baseado exclusivamente na figura corporal e simultaneamente, potenciar o modelo de beleza dinâmico, globalmente considerado.   |  |     |     |     |
| Nota:   | Avaliar, se todos os alunos da turma têm uma condição favorável à realização desta atividade, antes de a propor.   |     |     |     |





1. Que diferenças encontras entre os modelos de beleza presentes ao longo das gerações?

---

---

---

---

---

---

2. O que achas que pode ter influenciado a mudança destes modelos ao longo das várias gerações?

---

---

---

---

---

---

---

## Atividade n.º 5

|   |   |     |     |     |
|---|---|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Fotomontagem <sup>iv</sup>  |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo   | 10º | 11º | 12º |
|   |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):   | Port.; Filos.; Of. Artes; Of. Anim. Mult.; Int. Mark.; Des.; Mat.; Tecn.; Hist. Cult. Art. ; Soc.                   |     |     |     |
| Objetivos:  |   |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Propor modelos de beleza alternativos</li><li>▪ Proporcionar tomada de consciência de assunção positiva da figura corporal</li></ul>  |   |     |     |     |
| Duração:  | Recursos:   |     |     |     |
| 90 min.   | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tesouras</li><li>▪ Cola</li><li>▪ Cartolinas</li><li>▪ Marcadores</li></ul> |     |     |     |
|   |   |     |     |     |
| Passo a passo:  |   |     |     |     |
| 1. Dividir a turma em grupos mistos.  |   |     |     |     |
| 2. Solicitar aos alunos que compilem recortes de imagens de homens e mulheres da nossa cultura e de outras culturas, de revistas, jornais, folhetos, guias turísticos, livros, fotografias, etc., que representem diferentes concepções e modelos de beleza atuais. |   |     |     |     |
| 3. Depois de selecionarem o material, propor aos alunos que componham uma fotomontagem que contemple modelos de beleza, para homens e mulheres, menos rígidos e estereotipados utilizando para isso criatividade.   |   |     |     |     |
| 4. Posteriormente, os grupos expõem os trabalhos à turma apresentando as suas propostas de modelos alternativos de beleza.  |   |     |     |     |
| 5. Promover o debate sobre o valor relativo de um modelo beleza rígido e estereotipado.   |   |     |     |     |

## Atividade n.º 6

|  |  |     |     |     |
|--|--|-----|-----|-----|
| Atividade:   | Corpo, beleza e sensualidade <sup>v</sup>  |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo  | 10º | 11º | 12º |
|  |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Of. Artes; Mat.Tecn.; Hist.; Hist. Cult. Art.; Soc.; Of. Art.   |     |     |     |
| Objetivos:   |  |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analisar, refletir e criticar o modelo de beleza e sensualidade rígido e estereotipado</li><li>▪ Promover uma visão mais ampla em relação ao modelo de beleza e sensualidade atual</li><li>▪ Promover e desenvolver valores corporais e de expressão alternativos aos dominantes</li></ul> |  |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:  |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 1 kg de farinha de trigo</li><li>▪ ½ kg de sal</li><li>▪ 1 Jarra de água</li><li>▪ Papel de jornal</li></ul> |     |     |     |
|  |  |     |     |     |
| Passo a passo:   |  |     |     |     |
| 1. Misturar 1 kg de farinha de trigo ½ kg de sal a água e o papel de jornal até ter a consistência de uma massa para modelar.  |  |     |     |     |
| 2. Fazer a massa e dividir em pequenas porções, dando uma para cada aluno.   |  |     |     |     |
| 3. Solicitar aos alunos que construam uma escultura que represente um corpo belo e sensual. Pode ser uma parte do corpo, um corpo inteiro ou um símbolo.   |  |     |     |     |
| 4. Expor as esculturas à turma e solicitar a cada aluno que apresente a sua (se o aluno não se sentir confortável pode não apresentar).  |  |     |     |     |
| 5. Moderar um debate em torno da diversidade de ideais de beleza e sensualidade revelada pelas diferenças entre as esculturas.   |  |     |     |     |
| 6. Concluir com uma análise crítica sobre a promoção de um modelo de beleza e sensualidade rígido e estereotipado e o seu impacto na autoestima das pessoas.   |  |     |     |     |

## Atividade n.º 7

|  |   |     |     |     |
|--|---|-----|-----|-----|
| Atividade:   | Homem/mulher ideal <sup>vi</sup>                                    |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo                                 | 10º | 11º | 12º |
|  |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Of. Artes; Mat. Tecn.; Hist.; Hist. Cult. Art.; Soc. |     |     |     |
| Objetivos:   |   |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analisar e refletir sobre o modelo de beleza rígido e estereotipado</li><li>▪ Promover uma visão mais ampla em relação ao modelo de beleza atual</li><li>▪ Promover e desenvolver valores corporais e de expressão alternativos aos dominantes</li></ul> |   |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:   |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ficha nº 7</li></ul>        |     |     |     |
|  |   |     |     |     |
| Passo a passo:   |   |     |     |     |
| <p>1. Solicitar aos alunos que, individualmente, preencham a ficha nº 7 identificando características de beleza, atração, sensualidade, personalidade que gostariam de encontrar no modelo de homem ideal e de mulher ideal.</p>   |   |     |     |     |
| <p>2. Posteriormente dividir a turma em grupos e, com o apoio da ficha nº 7, solicitar-lhes que analisem e comparem as características expressadas pelos vários elementos.</p>   |   |     |     |     |
| <p>3. Finalmente promover um debate que destaque a importância de características relacionais que podem tornar uma pessoa mais interessante e atrativa tais como: receptividade, empatia, expressividade, etc.</p>   |   |     |     |     |

1. De acordo com a tua opinião, como se caracteriza o modelo ideal de mulher?

---

---

---

---

---

2. De acordo com a tua opinião, como se caracteriza o modelo ideal de homem?

---

---

---

---

---

3. Que diferenças encontras entre as características que atribuíste aos dois modelos?

---

---

---

---

4. Achas que o modelo de beleza é mais exigente com o homem ou com a mulher?  
Porquê?

---

---

---

---



5. Que outros aspetos achas que se poderiam ter em conta para propor modelos de beleza alternativos?

---

---

---

---

## Atividade n.º 8

|   |  |     |     |     |
|---|--|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Sinto-me bem no meu corpo <sup>vii</sup>                               |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo                                    | 10º | 11º | 12º |
|   |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):   | Ed. Fis.; Port.; Filos.; Psi.; Soc.                                    |     |     |     |
| Objetivos:  |  |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>Favorecer a perceção positiva de si mesmo, conhecendo e aceitando o seu corpo e as sensações que este lhe proporciona</li></ul> |  |     |     |     |
| Duração:  | Recursos:  |     |     |     |
| 90 min.   | <ul style="list-style-type: none"><li>Fichas nº 8.1 e nº 8.2</li></ul> |     |     |     |
|   |  |     |     |     |
| Passo a passo:  |  |     |     |     |
| 1. Introduzir a atividade aos alunos, explicando o seu objetivo.  |  |     |     |     |
| 2. Descrever aos alunos um percurso mental através de todo o corpo introduzindo diversas sensações com o apoio da ficha nº 8.1  |  |     |     |     |
| 3. Posteriormente, solicitar aos alunos que respondam às questões da ficha nº 8.2 oralmente ou por escrito.   |  |     |     |     |
| 4. Concluir com o texto final da ficha nº 8.2.  |  |     |     |     |

Oriente os alunos num percurso pelo seu corpo permitindo-lhe vivenciar diversas sensações. Fale com voz suave, lentamente, faça pausas. Solicite aos alunos que se coloquem numa posição confortável, fechem os olhos, comece a orientação:

«Pensa na tua cabeça, cara e pescoço... o teu cabelo, a testa, sobrancelhas, os teus olhos e imagina que estás rodeado por um cenário muito agradável... sente as tuas orelhas, concentra-te nos sons do espaço que te envolve, sente o teu rosto, o teu nariz, os teus lábios, respira fundo....»

.....

«Pensa nos teus braços, cotovelos, as tuas mãos, as palmas e os dedos...»

«Agora percorre o teu tronco e abdómen. Começa pelos ombros, e encolhe-os para a frente e para trás, notando a tensão ou o relaxamento dos músculos...»

«Percorre a tua coluna vertebral de cima a baixo e sente as sensações. Agora concentra-te no teu tórax, no teu peito, na cintura, pélvis...»

.....

«Continua pelas tuas pernas, concentra-te nos joelhos, tornozelos, sente como estão pesados. Contrai os músculos e relaxa-os, sente-os. Concentra-te nos teus pés, na planta e em cada um dos seus dedos.»

«Agora sente o teu corpo inteiro, e como ele te faz sentir bem.»

.....

«Pensa em sensações diferentes: imagina que se abre uma janela e entra ar que sentes na tua pele... tens frio. Estás na praia.... Sente os raios de sol. Estás no campo e está a chover... molhas-te.»

«Já reparaste nas sensações que o teu corpo te pode proporcionar?

«Agora, abre os olhos»

1. Como te sentiste?

---

---

---

2. Com que parte do teu corpo te sentiste melhor?

---

---

---

---

3. Quais as partes do teu corpo que percorreste mais depressa?

---

---

---

---

4. Há alguma parte do teu corpo que te faça sentir pior? Porquê?

---

---

---

---

---

O teu corpo emite e recebe sensações. Cultivar essas sensações e as potencialidades de cada uma das partes do teu corpo e dos teus sentidos, faz com que te sintas melhor contigo e em relação com os outros. Aceitar o teu corpo tal como é, cuidá-lo e gostar dele, é fundamental para desfrutar duma sexualidade aprazível.



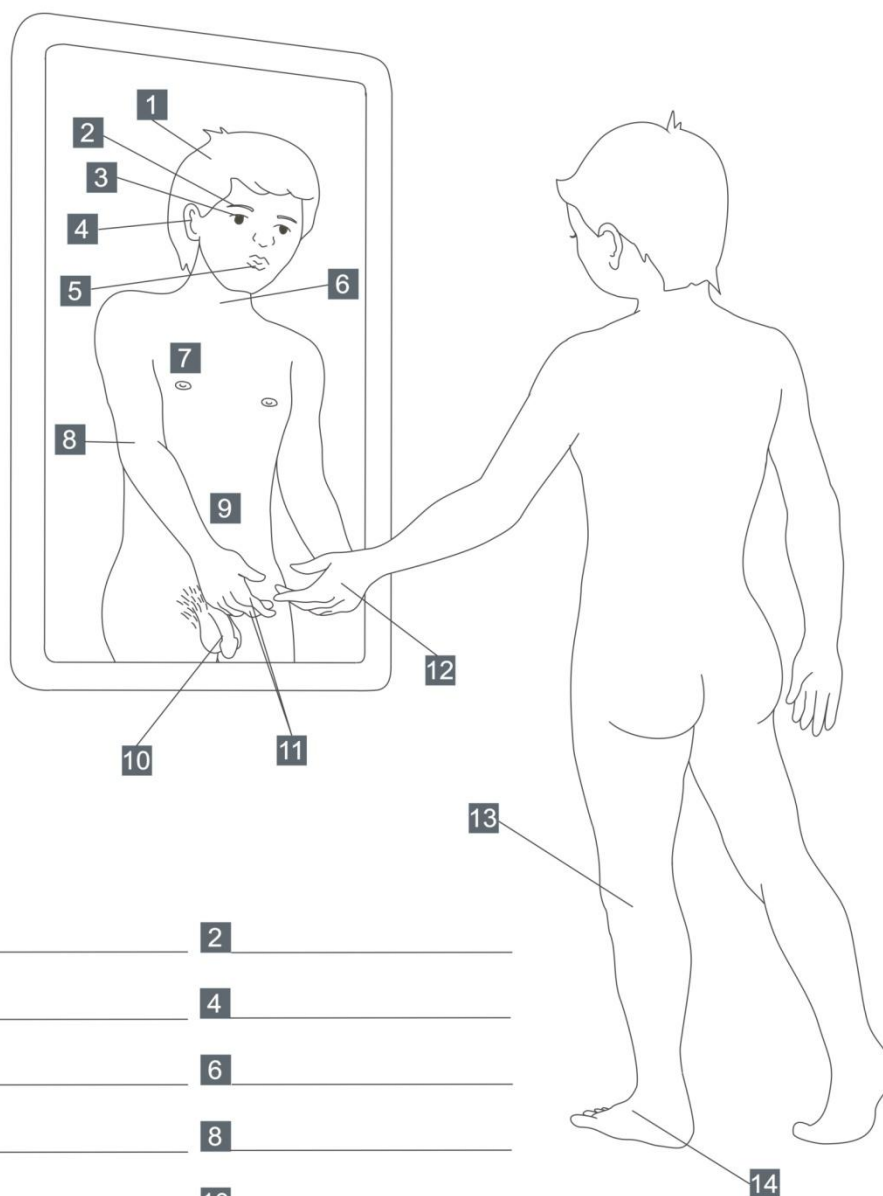
## Atividade n.º 9

|  |  |     |     |     |
|--|--|-----|-----|-----|
| Atividade:   | Roda dos elogios <sup>viii</sup>   |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo  | 10º | 11º | 12º |
|  |  | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Soc.; Psic.   |     |     |     |
| Objetivos:   |  |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Trabalhar a autoestima através do reforço do grupo de pares</li><li>▪ Promover uma autoestima positiva</li><li>▪ Reforçar a coesão do grupo de pares</li></ul>       |  |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:  |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ficha nº 9</li></ul>   |     |     |     |
|  |  |     |     |     |
| Passo a passo:   |  |     |     |     |
| 1. Introduzir a atividade definindo o elogio como um comportamento verbal que salienta as características positivas de uma pessoa e que tem o poder de fortalecer e aprofundar as relações entre as pessoas. |  |     |     |     |
| 2. Dispor os alunos sentados em forma de círculo e distribuir por todos uma ficha nº 9.  |  |     |     |     |
| 3. Solicitar aos alunos que identifiquem a ficha com o seu nome no campo destinado a esse efeito.  |  |     |     |     |
| 4. Recolher as fichas e reparti-las aleatoriamente: cada aluno fica com uma ficha com o nome de um(a) colega.  |  |     |     |     |
| 5. Em seguida, solicitar aos alunos que escrevam um elogio à pessoa que está identificada na sua ficha. Insistir que devem escrever, unicamente, aspetos positivos sobre a pessoa.                           |  |     |     |     |
| 6. Uma vez escrito o primeiro elogio, solicitar aos alunos que dobrem a parte superior da ficha, ocultando assim o elogio que escreveram, e que entreguem a ficha ao colega que está sentado à sua direita.  |  |     |     |     |
| 7. Quando receberem uma nova ficha, solicitar aos alunos que escrevam um elogio à pessoa identificada e entreguem ao colega da direita sem se esquecerem de dobrar a parte superior da folha.                |  |     |     |     |
| 8. Repetir a mesma ação sucessivamente ficando o percurso das fichas concluído quando cada aluno receber a ficha onde escreveu o primeiro elogio.  |  |     |     |     |
| 9. O professor recolhe as fichas, confere se de facto constam apenas elogios, e se assim for, entrega a cada aluno a ficha com a sua identificação.  |  |     |     |     |
| 10. Cada aluno lê a sua ficha e comenta com a turma que efeitos tiveram em si os elogios dos colegas.  |  |     |     |     |
| 11. Finalizar a atividade incentivando os alunos a elogiar com mais frequência os seus pares.  |  |     |     |     |
| Nota:  | Se verificar que existe, pelo menos, uma ficha com informação desadequada sobre um(a) aluno(a), opte por ocultar essa informação e devolver as fichas na sessão PRESSE seguinte. Pode digitar em computador a informação que está nas fichas escrevendo exclusivamente os elogios e eliminando a informação desadequada. |     |     |     |

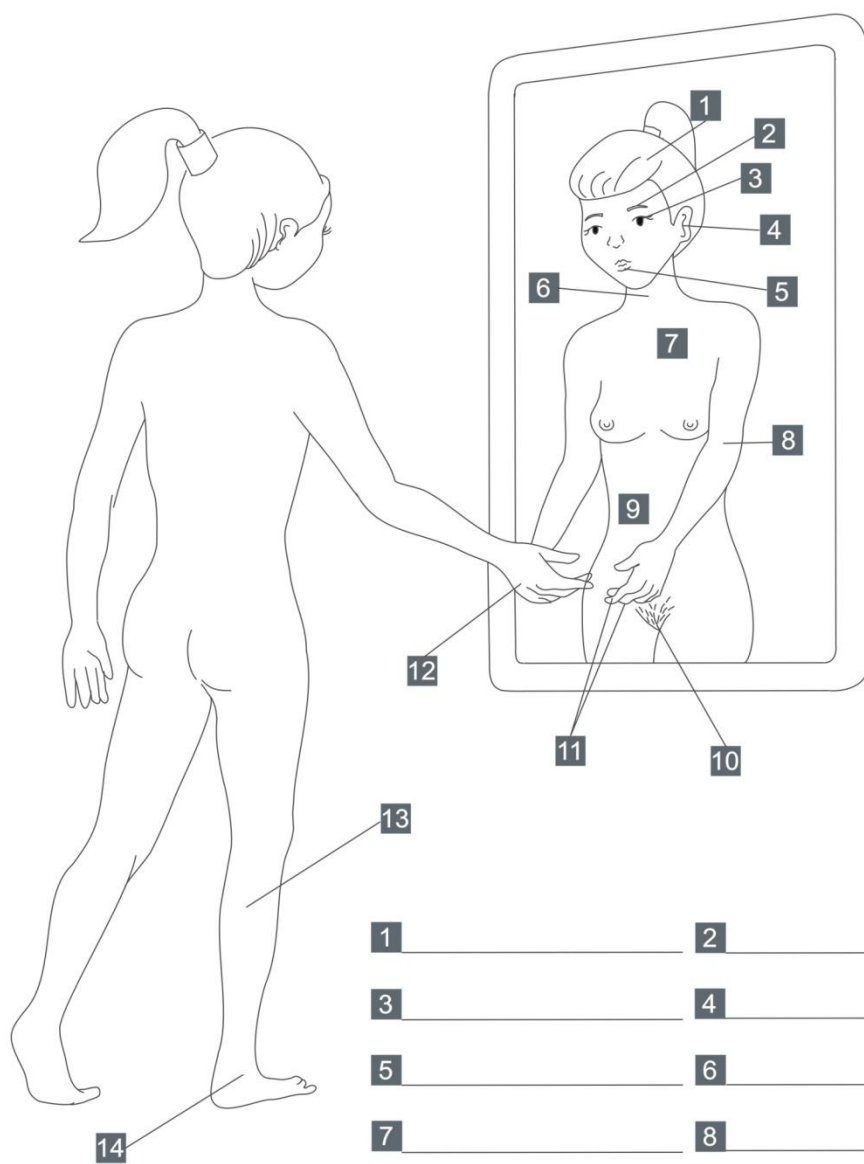
Nome: \_\_\_\_\_

## Atividade n.º 10

|  |   |     |     |     |
|--|---|-----|-----|-----|
| Atividade:   | Assim sou Eu  |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo   | 10º | 11º | 12º |
|  |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | L. Estrang.   |     |     |     |
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>Favorecer a percepção positiva de si mesmo</li><li>Conhecer e aceitar o corpo, as suas funções e as sensações que lhe proporciona</li></ul>   |   |     |     |     |
| Duração:   | Recursos: <ul style="list-style-type: none"><li>Fichas nº 10.1 e 10.2</li></ul> |     |     |     |
| 90 min.  |   |     |     |     |
| Passo a passo:   |   |     |     |     |
| 1. Distribuir a fichas nº 10.1 e 10.2 (atribuir a ficha nº 10.1 aos alunos e a ficha nº 10.2 às alunas).   |   |     |     |     |
| 2. Solicitar aos alunos que façam a associação entre os números, que identificam na imagem as várias partes do corpo, e respetivos nomes, usando língua estrangeira e completando a legenda.   |   |     |     |     |
| 3. Em seguida, solicitar aos alunos que reproduzam oralmente, utilizando a língua estrangeira, a correspondência que fizeram entre os números e as várias partes do corpo.                     |   |     |     |     |
| 4. Posteriormente, cada um dos alunos identifica uma parte do seu próprio corpo e do corpo do seu/sua colega.  |   |     |     |     |
| 5. Após a expressão oral, solicitar aos alunos que, para cada uma das partes do corpo, refiram, usando a língua estrangeira, as principais funções e/ou sensações que lhes podem proporcionar. |   |     |     |     |



- |    |    |
|----|----|
| 1  | 2  |
| 3  | 4  |
| 5  | 6  |
| 7  | 8  |
| 9  | 10 |
| 11 | 12 |
| 13 | 14 |



- |          |          |
|----------|----------|
| 1 _____  | 2 _____  |
| 3 _____  | 4 _____  |
| 5 _____  | 6 _____  |
| 7 _____  | 8 _____  |
| 9 _____  | 10 _____ |
| 11 _____ | 12 _____ |
| 13 _____ | 14 _____ |

## Atividade n.º 11

|   |   |     |     |     |
|---|---|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Palavras ocultas  |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo   | 10º | 11º | 12º |
|   |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):   | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Bio.;  |     |     |     |
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Compreender a fisiologia da resposta sexual humana</li><li>▪ Encontrar vocabulário correto para denominar as fases da resposta sexual humana</li></ul> |   |     |     |     |
| Duração:  | Recursos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fichas nº 11.1 - 11.3</li></ul> |     |     |     |
| 90 min.   |   |     |     |     |
| Passo a passo:  |   |     |     |     |
| 1. Introduzir a atividade apresentando os objetivos.  |   |     |     |     |
| 2. Dividir a turma em grupos.   |   |     |     |     |
| 3. Distribuir a ficha nº 11.1 e 11.2.   |   |     |     |     |
| 4. Desafiar os alunos a encontrar as palavras com a ajuda das pistas.   |   |     |     |     |
| 5. Concluir a atividade em grupo utilizando as soluções da ficha nº 11.3.   |   |     |     |     |

1. Procura palavras ocultas relacionadas com a resposta sexual humana. Usa as dicas que estão na folha seguinte. Podes procurar no sentido vertical ou horizontal.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | A | T | U | W | A | G | E | A | R | T | F | E |
| E | D | D | Y | E | S | L | U | E | Y | F | E | J |
| R | L | E | O | R | G | A | S | M | O | U | X | A |
| A | O | S | O | E | L | N | I | O | Q | I | C | C |
| D | I | E | P | Ç | U | D | L | I | U | T | I | U |
| T | E | J | O | Ã | H | E | J | A | A | P | T | L |
| I | A | O | I | O | P | R | A | Z | E | R | A | A |
| L | U | B | R | I | F | I | Ç | Ã | O | A | Ç | Ç |
| O | R | C | L | Í | T | O | R | I | S | S | Ã | Ã |
| L | A | R | E | S | O | L | U | Ç | Ã | O | O | O |

Vertical

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Horizontal

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## Pistas para encontrar palavras ocultas

### Vertical

1. Primeira fase da resposta sexual humana
2. Afluxo de sangue ao pénis.
3. Extremidade do pénis.
4. Fase da resposta sexual em que ocorre lubrificação vaginal na mulher e ereção do pénis no homem.
5. Expulsão do sémen através do pénis.

### Horizontal

1. Contrações reflexas musculares rítmicas acompanhadas de sensação de prazer.
2. Sensação de satisfação, bem-estar.
3. Produção natural de um líquido na vulva e no canal vaginal.
4. Pequeno órgão situado na junção dos pequenos lábios.
5. Fase de relaxamento e regressão das alterações fisiológicas.



Soluções:

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | A | T | U | W | A | G | E | A | R | T | F | E |
| E | D | D | Y | E | S | L | U | E | Y | F | E | J |
| R | L | E | O | R | G | A | S | M | O | U | X | A |
| A | O | S | O | E | L | N | I | O | Q | I | C | C |
| D | I | E | P | Ç | U | D | L | I | U | T | I | U |
| T | E | J | O | Ã | H | E | J | A | A | P | T | L |
| I | A | O | I | O | P | R | A | Z | E | R | A | A |
| L | U | B | R | I | F | I | Ç | Ã | O | A | Ç | Ç |
| O | R | C | L | Í | T | O | R | I | S | S | Ã | Ã |
| L | A | R | E | S | O | L | U | Ç | Ã | O | O | O |

### Vertical

1. Desejo
2. Ereção
3. Glande
4. Excitação
5. Ejaculação

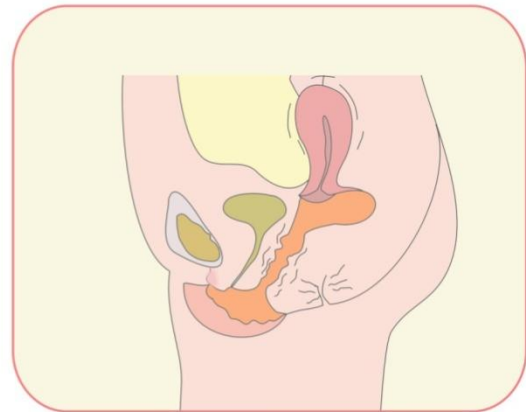
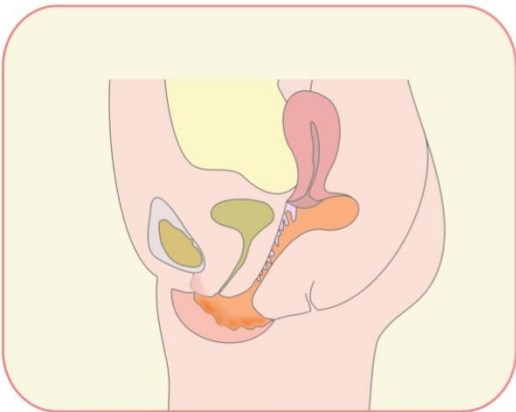
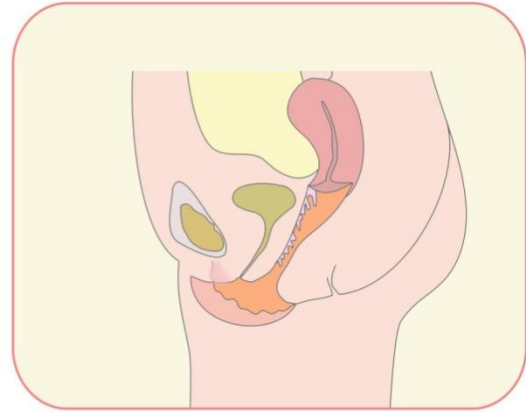
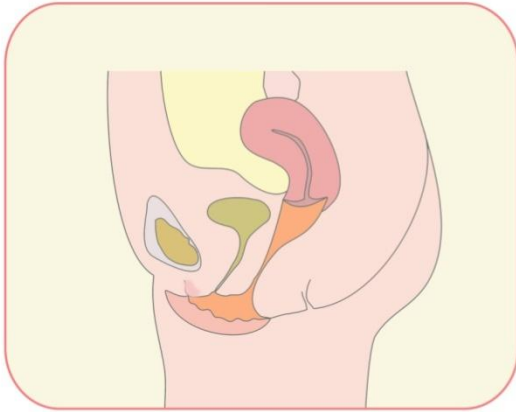
### Horizontal

1. Orgasmo
2. Prazer
3. Lubrificação
4. Clítoris
5. Resolução

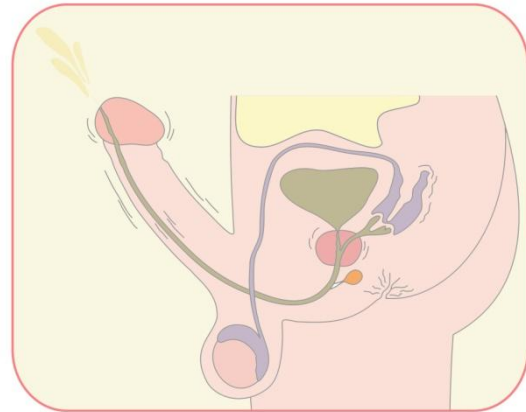
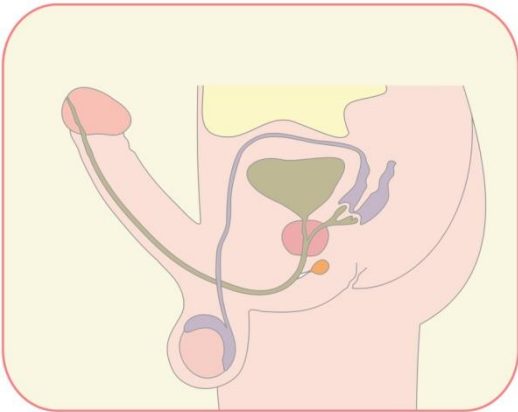
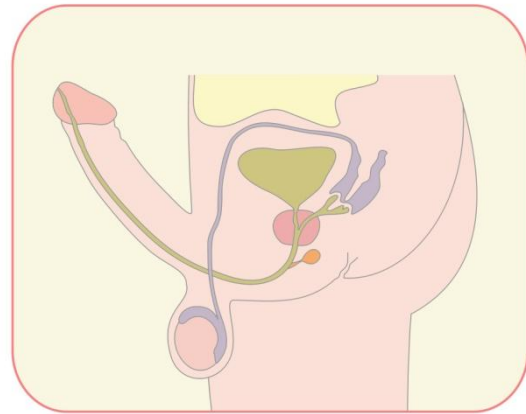
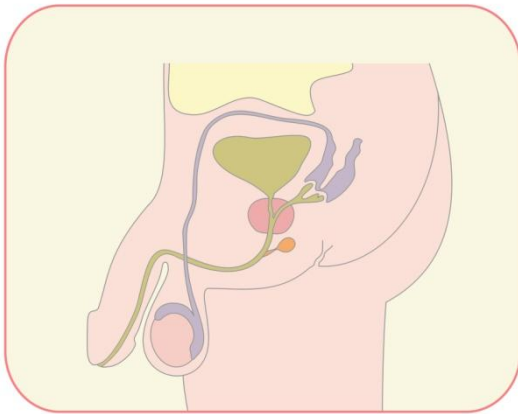
## Atividade n.º 12

|   |   |     |     |     |
|---|---|-----|-----|-----|
| Atividade:  | Fisiologia da resposta sexual humana <sup>ix</sup>                                |     |     |     |
| Área temática:  | Conhecimento e valorização do corpo   | 10º | 11º | 12º |
|   |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s)  | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Biol.  |     |     |     |
| Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Compreender a fisiologia da resposta sexual humana</li><li>▪ Encontrar vocabulário correto para denominar a resposta fisiológica sexual humana</li></ul> |   |     |     |     |
| Duração:  | Recursos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fichas nº 12.1 - 12.6</li></ul> |     |     |     |
| 90 min.   |   |     |     |     |
| Passo a passo:  |   |     |     |     |
| 1. Recortar os quadrados das fichas nº 12.1, 12.2, 12.3 e 12.4 e colá-los em quadrados de cartolina.  |   |     |     |     |
| 2. Introduzir a atividade apresentando os objetivos.  |   |     |     |     |
| 3. Dividir a turma, aleatoriamente, em grupos.  |   |     |     |     |
| 4. Distribuir os cartões das ficha nº 12.1 e 12.2.  |   |     |     |     |
| 5. Solicitar aos alunos que cheguem a uma conclusão sobre as fases que caracterizam a fisiologia da resposta sexual humana feminina e masculina e que coloquem os quadrados por essa ordem.                 |   |     |     |     |
| 6. Posteriormente, solicitar aos alunos que associem os cartões das fichas nº 12.1 e 12.2 aos cartões das fichas 12.3 e 12.4, nomeando assim cada uma das fases da resposta sexual ilustradas.              |   |     |     |     |
| 7. Finalmente, distribuir as fichas nº 12.5 e 12.6 e solicitar aos alunos que confrontem as soluções da atividade com as conclusões a que tinha chegado anteriormente.                                      |   |     |     |     |

Fisiologia da resposta sexual feminina



Fisiologia da resposta sexual masculina



Fisiologia da resposta sexual feminina

## desejo

- Impulso que leva a procurar uma experiência sexual ou a sentir-se receptiva a ela.

## excitação

- Ligeira elevação do útero.
- Lubrificação e expansão do canal vaginal.
- Aumento do clítoris.
- Separação dos grandes lábios.
- Dilatação dos pequenos lábios.

## planalto

- Maior elevação do útero.
- Aumento da amplitude e profundidade da vagina.
- Retração do clítoris em relação à parte anterior da púbis.
- Alteração da cor dos pequenos lábios.

## orgasmo

- Contrações do útero.
- Contrações da vagina.
- Contrações da região anal.
- Contrações de outros grupos musculares.

Fisiologia da resposta sexual masculina

## desejo

- Impulso que leva a procurar uma experiência sexual ou a sentir-se receptiva a ela.

## excitação

- Afluxo de sangue ao pénis: ereção.
- Elevação das bolsas escrotaís.
- Ligeira elevação dos testículos.

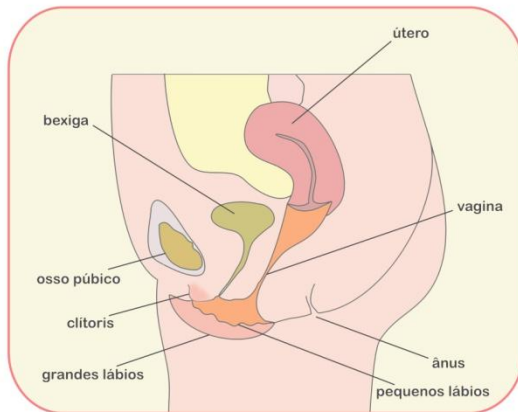
## planalto

- Emissão de líquido pré-ejaculatório pelas glândulas de *cowper*.
- Aumento do tamanho da glândula.
- Elevação e aumento dos testículos.

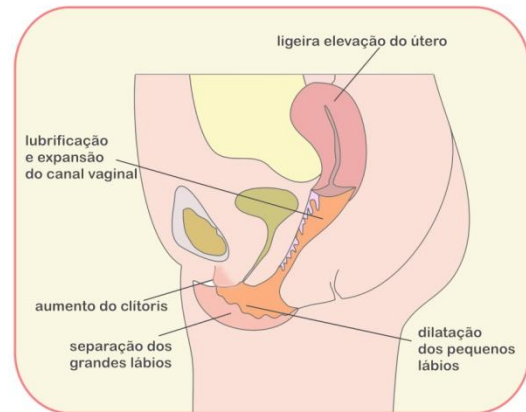
## orgasmo

- Ejaculação de esperma.
- Encerramento da bexiga.
- Contrações da uretra.
- Contrações da próstata.
- Contrações das vesículas seminais.
- Contrações da região anal.
- Contrações de outros grupos musculares

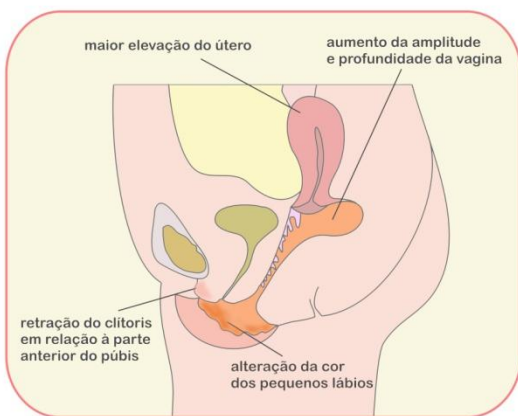
Soluções: fisiologia da resposta sexual feminina



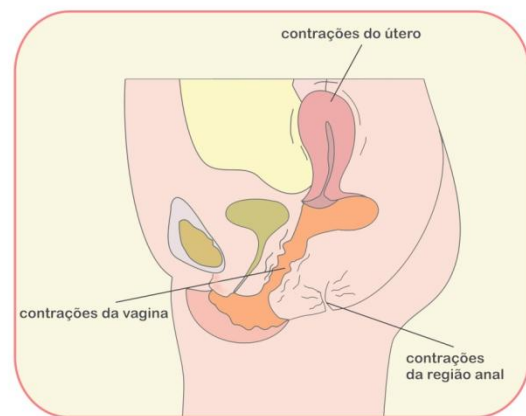
desejo



excitação

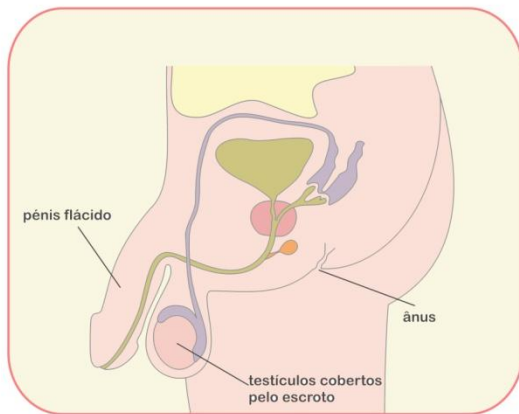


planalto

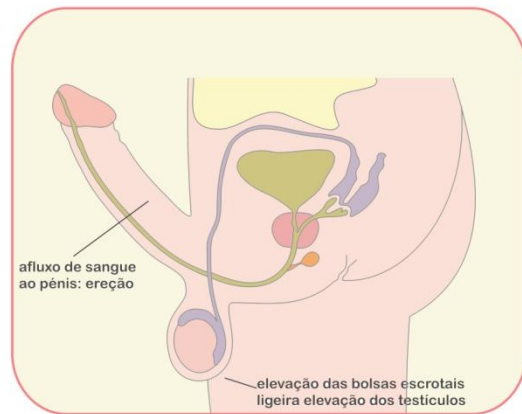


orgasmo

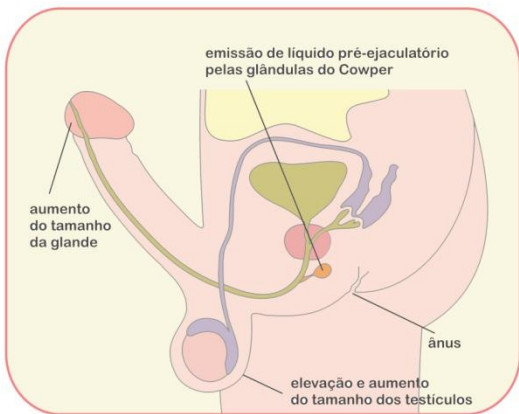
Soluções: fisiologia da resposta sexual masculina



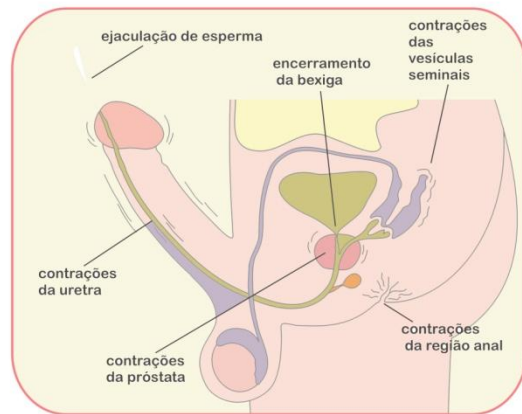
desejo



excitação



planalto



orgasmo



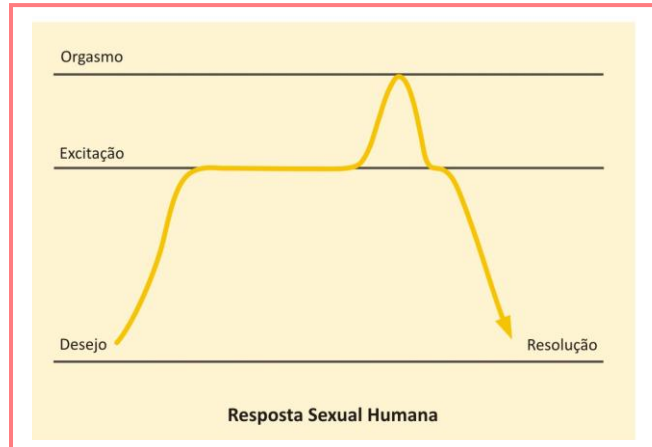
## Atividade n.º 13

|  |   |     |     |     |
|--|---|-----|-----|-----|
| Atividade:   | O que acontece quando... <sup>x</sup>                         |     |     |     |
| Área temática:   | Conhecimento e valorização do corpo                           | 10º | 11º | 12º |
|  |   | ●   | ●   | ●   |
| Disciplina (s):  | Port.; Filos.; Ed. Fis.; Biol.                                |     |     |     |
| Objetivos:   |   |     |     |     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Compreender a fisiologia da resposta sexual humana</li><li>▪ Encontrar vocabulário correto para denominar a resposta fisiológica sexual humana</li></ul> |   |     |     |     |
| Duração:   | Recursos:   |     |     |     |
| 90 min.  | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ficha nº 13</li></ul> |     |     |     |
|  |   |     |     |     |
| Passo a passo:   |   |     |     |     |
| 1. Introduzir a atividade apresentando os objetivos.   |   |     |     |     |
| 2. Dividir a turma, aleatoriamente, em pequenos grupos.  |   |     |     |     |
| 3. Distribuir um exemplar da ficha nº 13 por cada grupo.   |   |     |     |     |
| 4. Solicitar a cada grupo que reflita sobre o tema da fisiologia da resposta sexual humana e responda às questões da ficha nº 13.  |   |     |     |     |
| 5. Finalmente, cada grupo nomeia um interlocutor que apresenta à turma as respostas que o grupo deu a cada uma das questões da ficha nº 13.  |   |     |     |     |
| 6. Concluir a atividade, moderando um debate entre grupos em torno do tema.  |   |     |     |     |

Reflete no teu grupo o tema da **fisiologia da resposta sexual humana** e responde às seguintes questões:

A **resposta sexual humana** é uma sucessão ordenada de ocorrências fisiológicas e psicológicas que acontecem na pessoa quando esta se sente motivada, logo ativada, sexualmente.

(López & Fuertes, 1999)



1. Existem diferenças entre a resposta sexual da mulher e do homem?

---

---

---

---

2. O que acontece ao corpo de um homem quando ele se excita sexualmente?

---

---

---

3. E em relação ao corpo de uma mulher, o que acontece quando ela se excita sexualmente?

---

---

---

4. Como se caracteriza fisiologicamente um orgasmo na mulher e no homem?

---

---

---

---

10º Ano

11º Ano

12º Ano

## Ficha de avaliação

Nome: \_\_\_\_\_

Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_ Classificação: \_\_\_\_\_

Coloca uma cruz (x) na resposta correta:

1. Aceitar o corpo tal como ele é, cuidá-lo e gostar dele, é fundamental para desfrutar duma sexualidade apazível.

☐ Verdadeiro  
☐ Falso

2. O conceito de beleza é variável de acordo com a história, sociedades e culturas.

☐ Verdadeiro  
☐ Falso

3. O orgasmo é a última fase da resposta sexual humana.

☐ Verdadeiro  
☐ Falso

A que fases da resposta sexual se referem as seguintes afirmações?

4. Relaxamento e regressão das alterações fisiológicas.

☐ Desejo  
☐ Excitação  
☐ Planalto  
☐ Orgasmo  
☐ Resolução

5. Afluxo de sangue ao pénis: ereção.

☐ Desejo  
☐ Excitação  
☐ Planalto  
☐ Orgasmo  
☐ Resolução

## Ficha de avaliação

Nome: \_\_\_\_\_

Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_ Classificação: \_\_\_\_\_

**Comenta as seguintes afirmações:**

1. A sexualidade é uma dimensão muito ampla no ser humano. A nossa sociedade costuma ter visão muito reduzida da sexualidade... (Gómez Zapiain, 2004).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. As pessoas utilizam termos populares relacionados com a sexualidade porque estão habituadas a ouvir falar a “linguagem de rua” por vezes inadequada, sexista e associada à violência. É importante conhecer os termos correctos para falar sobre sexualidade (Guião PRESSE, 2012).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

10º Ano

11º Ano

12º Ano

## Ficha de avaliação

Nome: \_\_\_\_\_

Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_ Classificação: \_\_\_\_\_

**Comenta a seguinte afirmação:**

3. A preocupação com a imagem corporal e a insatisfação com o próprio corpo podem influenciar a sexualidade dos adolescentes.

---

---

---

---

---

---

**Completa a frase:**

4. Conhecer o nosso corpo e compreender a forma como “*funciona*” é importante porque...

---

---

---

---

---

---

**Fundamenta a seguinte afirmação:**

5. Um mito sobre sexualidade traduz-se numa opinião, não fundamentada, sobre algo relacionado com a sexualidade que pode trazer consequências graves para a vivência saudável da sexualidade.

---

---

---

---

---

---

## Ficha de avaliação

Nome: \_\_\_\_\_

Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_ Classificação: \_\_\_\_\_

**Coloca uma cruz (x) na resposta correta:**

1. O elogio é um comportamento verbal que salienta as características positivas de uma pessoa e que tem o poder de fortalecer e aprofundar as relações entre as pessoas.

☐ Verdadeiro☐ Falso

2. O desejo sexual é um impulso que leva uma pessoa a procurar uma experiência sexual ou a sentir-se receptiva a ela.

☐ Verdadeiro☐ Falso

3. Chama-se clítoris ao pequeno órgão situado na junção dos pequenos lábios.

☐ Verdadeiro☐ Falso

4. Na fase de orgasmo, é eliminado, pelo pénis, um líquido esbranquiçado que contém espermatozóides, chamado esperma.

☐ Verdadeiro☐ Falso

5. A masturbação é uma actividade que ajuda a pessoa a conhecer o corpo e a própria resposta sexual.

☐ Verdadeiro☐ Falso

## Referências bibliográficas:

- Gabinete do Alto Comissário para o Projeto VIDA (1994) *Dossier Prevenir a Brincar*. Lisboa: Projeto Vida.
- García, M. L.B. coord. (2006). *Sexualidad humana. Guía para profesionales de educación y de salud*. Junta de Andalucía: Forma Joven.
- Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. "Ente Mocedá". Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- PRESSE (2010). *Guião PRESSE Formação para Professores*. ARS Norte I.P.: Departamento de Saúde Pública
- Sánchez, F.L. (1995) *Educación Sexual de Adolescentes y Jóvenes*. Madrid: Siglo XXI.
- Sanders, P. & Swiden, L. (1995). *Para me conhecer para te conhecer... estratégias de educação sexual para o 1º e 2º ciclos do ensino básico*. Lisboa: Associação para o Planeamento da Família.
- Gobierno de España Ministerio de Assuntos Exteriores y de Cooperación (s.d.) *Manual de Formação de Facilitadores. Educação e Aconselhamento em Sexualidade, Saúde e Direitos*: Escuela Abierta de Feminismo Reprodutivos de Adolescentes e Jovens.
- Barragán, F.M. (1999). *Programa de Educación Afectivo Sexual. Educación Secundaria*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.

## [Atividades adaptadas]

- 
- <sup>i</sup> Gobierno de España Ministerio de Assuntos Exteriores y de Cooperación (s.d.) *Manual de Formação de Facilitadores. Educação e Aconselhamento em Sexualidade, Saúde e Direitos*: Escuela Abierta de Feminismo Reprodutivos de Adolescentes e Jovens.
- <sup>ii</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. Ente Mocedá. Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>iii</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. Ente Mocedá. Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>iv</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. Ente Mocedá. Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>v</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. Ente Mocedá. Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>vi</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. Ente Mocedá. Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>vii</sup> García, M. L.B. coord. (2006). *Sexualidad humana. Guía para profesionales de educación y de salud*. Junta de Andalucía: Forma Joven.
- <sup>viii</sup> Gómez Zapiain, J. (2004). Programa de Educación Afectivo Sexual para Asturias. "Ente Mocedá". Manual para el profesorado y cuaderno de actividades. Asturias: Consejería de Salud y Servicios Sanitarios.
- <sup>ix</sup> Barragán, F.M. (1999). *Programa de Educación Afectivo Sexual. Educación Secundaria*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.
- <sup>x</sup> Barragán, F.M. (1999). *Programa de Educación Afectivo Sexual. Educación Secundaria*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.