

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Educación Integral de la Sexualidad

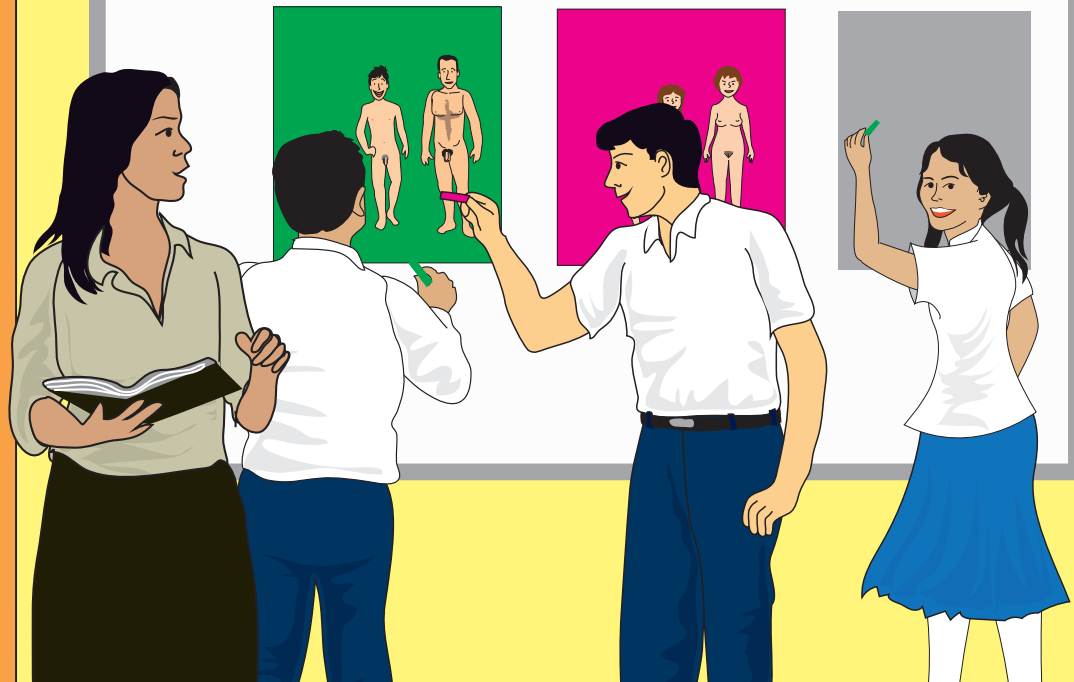
Cartilla Pedagógica

Educación Integral de la Sexualidad

7^{mo}, 8^{vo} y 9^{no} Grado de Educación Secundaria

4

Partes de los órganos reproductores masculinos y femeninos



**ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA
TRABAJAR EL TEMA DEL CUERPO,
SUS CAMBIOS Y FUNCIONES**

EL CUERPO HUMANO, SU REPRODUCCIÓN Y DESARROLLO

CONTENIDOS

Actividad 1

Los órganos genitales y sus funciones. Mis Genitales

2

Actividad 2

Los caracteres sexuales secundarios
Estamos creciendo, estamos cambiando

9

Cambios en la adolescencia

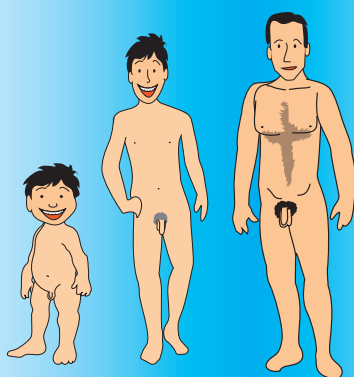
En el hombre

Ensanchamiento de espaldas y hombros

Disminuye la grasa en el cuerpo

Aparecen espinillas (por el desarrollo de las glándulas sebáceas)

La voz es más fuerte y ronca



El olor del sudor es más fuerte (por el desarrollo de las glándulas sudoríparas)

Crecimiento de vellos en las axilas y pubis.

Crecimiento de testículos, próstata y pene

La primera eyaculación

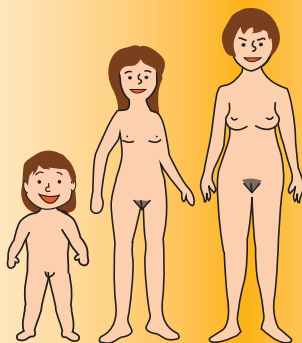
En la mujer

Ensanchamiento de las caderas

Se notan más las curvas de las caderas

Aparecen espinillas

La voz es más fina



Crecimiento de labios mayores y menores, clítoris, vagina y útero

Crecimiento de vellos en las axilas y pubis

Crecimiento de los senos

Primer período menstrual

Actividad 1

Los órganos genitales y sus funciones. Mis Genitales

Objetivo:

Brindar conocimiento de nuestros órganos genitales y de su funcionamiento que nos ayude a vivir esta etapa de desarrollo con naturalidad.

Materiales y recursos:

- Las siluetas del cuerpo humano dibujadas por las y los estudiantes.
- Ficha de lectura sobre los órganos genitales para cada participante.
- Ficha con siluetas corporales Masculinos y Femeninos para cada participante.

1 ¿Qué piensan, saben y sienten?

Solicítele que se organicen en dos grupos uno de mujeres y otro de varones. Cada estudiante deberá escribir listas con todas las palabras que conozcan y que tengan que ver con los órganos genitales.

Luego de 5 minutos solicítele que intercambien entre grupos las listas y que se fijen en la cantidad de palabras que conoce cada grupo.

Pregúntele ¿A qué se debe que algunos estudiantes tengan listas más largas que otras y otros? hágales notar la diferencia entre las listas que hicieron los hombres y las de las mujeres.

Solicite que entreguen las listas, péguelas en la pizarra y en base a ellas clasifique con sus estudiantes las palabras que corresponden a órganos genitales masculinos internos y externos, de la misma manera con las que corresponden a los femeninos.

Preste atención si los términos que han usado son los científicos o del habla común y coméntelos con sus estudiantes.

Para que pueda conocer lo que sus estudiantes saben del tema, solicítele que cada uno dibuje su silueta corporal incluyendo los genitales internos y externos con sus nombres correctos.

2 Reflexionando juntas y juntos

Solicítele que guarden sus dibujos y muestre en la pizarra o papelógrafo los órganos genitales femeninos y masculinos internos y externos de las fichas que tiene en sus recursos.

Inicie la lectura e indíqueles que en cualquier momento puedan aclarar dudas al respecto, asegúrese de que vayan comprendiendo.

Revise con sus estudiantes los avances en la descripción del dibujo que hicieron y compare para hacer más fácil la comprensión del tema.

3 Llevándolo a la vida

Para verificar qué tanto han aprendido sus estudiantes, organícelos en 4 equipos (2 de mujeres y 2 de hombres). Oriénteles que dibujen las siluetas del cuerpo con los órganos genitales femenino y masculino, internos y externos, y le pongan sus nombres correctamente. Explíqueles que los equipos lo harán de la siguiente manera: el equipo 1 de mujeres dibujará la silueta femenina y el equipo 2 de varones dibujará la silueta masculina; el equipo 3 de mujeres dibujará la silueta masculina y el equipo 4 de varones dibujará la silueta femenina.

Seguidamente lo pegan en la pared o pizarra y los equipos hacen un tour para observar y hacer sus comentarios.

4 Evaluación

Puede evaluar la actividad diciéndoles que compartan lo que saben de este tema y qué nuevo aprendieron.



Ficha de Lectura. Órganos genitales femeninos externos

Vulva: Es el conjunto de órganos genitales externos en la mujer. Las estructuras que la forman son:

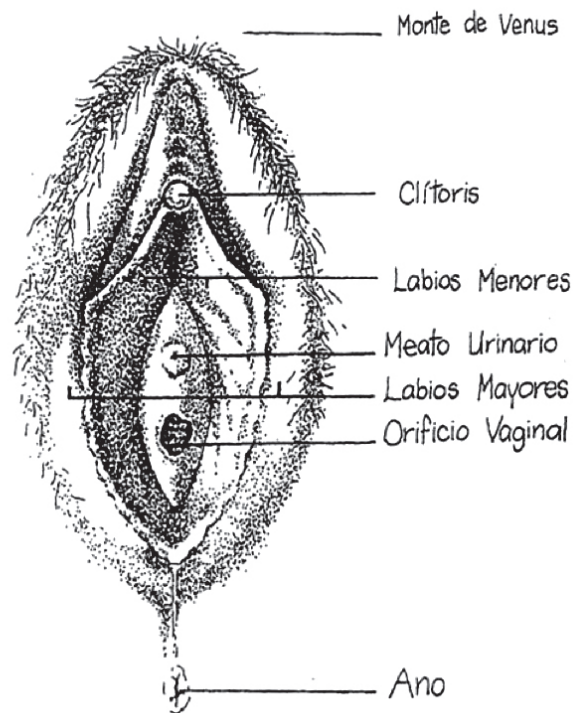
Labios mayores: Son dos pliegues gruesos de piel y grasa que se forman por debajo del Monte de Venus y se prolonga hasta llegar casi al ano y están cubiertos de vello. Tienen la función de proteger la vulva.

Labios menores: Son dos pliegues pequeños de piel delgada y rojiza, que al unirse en su borde superior cubren al clítoris.

Clítoris: Es un órgano pequeño de forma cilíndrica que está situado en la parte anterior de los labios menores. Como el pene del varón, el clítoris contiene una gran cantidad de terminaciones nerviosas, lo cual lo hace extraordinariamente sensible a la estimulación, originando en la mujer sensaciones durante las relaciones sexuales.

Meato urinario: Se encuentra ubicado debajo del clitoris, es un pequeño orificio. Por donde sale la orina al exterior.

Orificio vaginal: Es la entrada de la vagina localizada debajo del meato urinario y arriba del ano. Este orificio se encuentra parcialmente cubierto por una gran membrana llamada Himen la cual en ocasiones se desgarrar en el primer acto sexual (y ocasionalmente, como resultado de un golpe o accidente). A través de este orificio sale al exterior el sangrado de la menstruación, se aloja el pene durante el coito o relaciones sexuales y permite la salida del bebé durante el parto.

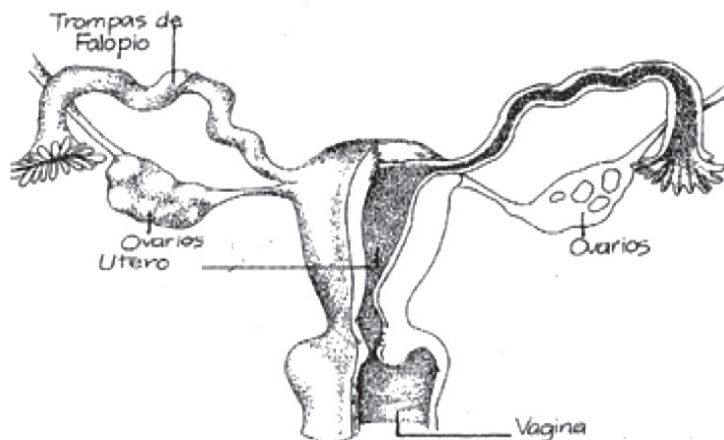


Ficha de Lectura: Órganos genitales femeninos internos

La vagina: Es un órgano aplanado musculoso, de una extraordinaria elasticidad, y con una longitud aproximada de 8 cm. Es el órgano que conecta la vulva con los genitales femeninos internos. Es en la vagina donde entra el pene y deposita el semen durante las relaciones sexuales.

El útero: Es un órgano hueco en forma de pera situado en el centro de la pelvis. Está constituido por gruesas capas musculares y elásticas, con una longitud de 7 a 9 cm. Es en el útero donde se anida y desarrolla el embrión una vez fecundado el óvulo.

Las trompas de falopio o trompas uterinas: Son dos conductos largos delgados que comunican al útero con los ovarios. Es aquí donde se producirá el encuentro del óvulo con el espermatozoide y ocurrirá la fecundación, viajando luego a través de ellos para anidar en el útero.





Ovarios: Son dos órganos que tienen la forma de una almendra (aprox. 3cm), situados a cada lado del útero. Son las glándulas sexuales femeninas, como tales poseen doble función, producir óvulos (que son las “semillas” femeninas para la reproducción) y segregar las hormonas sexuales femeninas.

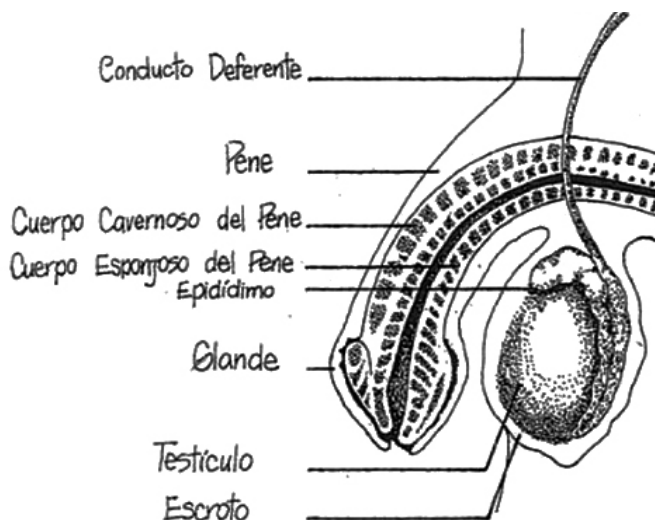
Ficha de lectura: Órganos genitales masculinos externos

Pene: Es un órgano de forma cilíndrica y tamaño variable, con una estructura extensible y eréctil, lo que posibilita que su tamaño aumente e inclusive quede erecto cuando se estimula física y psicológicamente. A través de él pasa el conducto urinario, su extremo, denominado glande, es de forma redondeada y de mayor sensibilidad, la piel que cubre esta zona se llama prepucio.

Testículos: Son dos órganos que se encuentran bajo el pene y tienen la forma de huevo, están cubiertos y protegidos por una membrana en forma de bolsa (escroto o bolsa de la vida) de piel delgada de color oscuro. Es en los testículos donde se producen los espermatozoides y la hormona masculina.

Epidídimo: Se encuentra situado en la parte superior de cada uno de los testículos. Los espermatozoides producidos en los testículos quedan almacenados en este órgano hasta el momento de la expulsión en la eyaculación.

Conductos deferentes: Son dos canales que llevan los espermatozoides desde los epidídimos hasta las vesículas seminales.



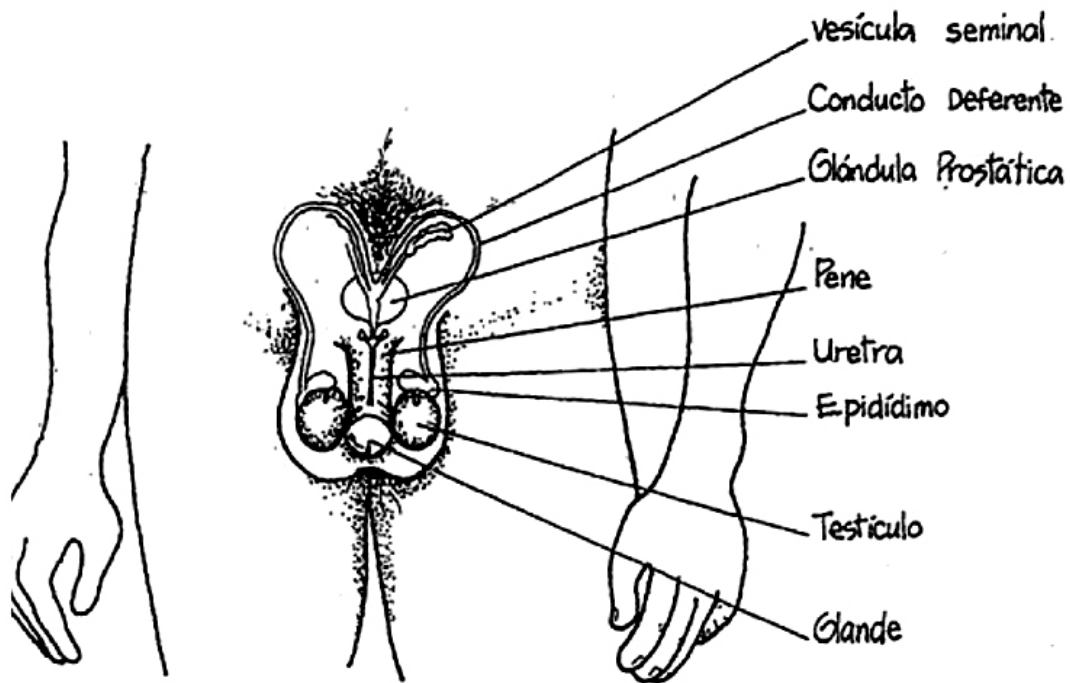
Ficha de Lectura: ORGANOS GENITALES MASCULINOS INTERNOS

Vesícula seminal: Es la encargada de elaborar un líquido lechoso llamado “semen” conjuntamente con la próstata, que va a servir de medio de transporte para la salida de los espermatozoides por el conducto urinario del pene hacia el exterior, mediante la eyaculación.

Próstata: Es una glándula con la forma y el tamaño aproximado de una nuez. Se encuentra por debajo de la vejiga y está atravesada por la uretra.

La próstata segrega un líquido que facilita el movimiento de los espermatozoides. Las secreciones que produce formarán parte del semen, éstas son depositadas al interior de la uretra, en el momento en que los espermatozoides y las secreciones de la vesícula seminal están siendo llevadas hasta ahí por los conductos eyaculadores. Durante la infancia, la próstata se mantiene pequeña. Inicia su desarrollo con la pubertad y alcanza su tamaño definitivo hasta los veinte años.

Uretra: Es un conducto que se origina en la vejiga y desemboca en el orificio urinario del glande. Su función es conducir la orina de la vejiga al exterior y el semen en el momento de la eyaculación. En su punto de origen la uretra se encuentra rodeada por esfínteres (anillos musculares) que al relajarse permiten la salida de la orina retenida en la vejiga. Al ocurrir la eyaculación estos anillos se contraen enérgicamente impidiendo el paso simultáneo de orina y semen por la uretra.



Actividad 2

Los caracteres sexuales secundarios. Estamos creciendo, estamos cambiando

Objetivo:

Identificar la aparición de los caracteres sexuales secundarios como una manifestación de desarrollo, reforzando la auto aceptación y aprecio personal.

Materiales y recursos:

Ficha "Estamos creciendo, estamos cambiando" (Pedir que lo copien en su cuaderno).

1 ¿Qué piensan, saben y sienten?

Motive a las y los protagonistas a expresar las diferencias que perciben entre una o un adolescente y una niña o niño.

Escribe en la pizarra las palabras mujer - hombre en dos columnas. Oriénteles que vayan nombrando todas aquellas características físicas que hacen que una o un adolescente se diferencie de una niña o niño.

Si no nombraran todas las características físicas, formule preguntas que ayuden a conocer la mayoría de las características de una y un adolescente.

Mujer

- » Los senos crecen.
- » Se redondean las caderas.
- » Aumentan el volumen de los glúteos.
- » Se inicia la menstruación.
- » Crece vello en el pubis y las axilas.
- » Se angosta la cintura.
- » Posible aparición de acné.

Hombre

- » Crece vello en el pubis y las axilas, y en algunos en el tórax, los vellos del resto del cuerpo aumentan en número y grosor.
- » Aparece la barba y bigote.
- » Inicia la eyaculación.
- » Se desarrollan los músculos de la espalda, pecho, piernas, brazos.

- » Posible aparición de acné.
- » Las cuerdas vocales se engrosan lo que produce cambios en la voz.

Explique a sus estudiantes las características primarias y secundarias. (Ver lectura: "Sexualidad Adolescente, etapa de cambios).

2 Reflexionando juntas y juntos

Pida que expresen sus preocupaciones y dudas sobre los cambios secundarios que experimentaron o están experimentando. Dígalos que lo anoten en un papel todos los cambios secundarios que hemos mencionado ¿Qué es lo que más les preocupa y por qué?

Recoja sus respuestas, pégalas en la pizarra y proceda a agruparlas por tema, por ejemplo: todos aquellos que se refieren al acné, al vello púbico, a las mamas, la talla, entre otros.

En base a la lectura para docente, explique por qué ocurre cada cambio y cómo se puede tratar para que sus efectos puedan ser atenuados; como el acné, la sudoración, gordura, delgadez, entre otros.

3 Llevándolo a la vida

Anímelos a que enfrenten con actitudes positivas estos cambios.

Orienteles que en grupo lean la ficha titulada: "Estamos creciendo, estamos cambiando" en la cual se explica el por qué de los cambios, para reforzar más lo que ya les explicó.

Dígalos que reflexionarán sobre las medidas a tomar para atenuar sus efectos, las pondrán por escrito en la misma ficha y así se sentirán mejor.

4 Evaluación

Puede evaluar la actividad diciéndoles que compartan cuales son los cambios más evidentes que han experimentado desde cuando tenían 9 años.



Creer parece algo tan simple, pero de pronto, estos cambios especiales en tu cuerpo hacen que todo parezca diferente, para vivir esta etapa en forma saludable, te recomendamos:

- » Alimentarte bien, es decir, no comer alimentos que contengan grasa (mayonesa, frituras, entre otros), más bien come abundante frutas y verduras.
- » Hacer mucho ejercicio y practicar algún deporte.
- » Descansar lo suficiente.
- » Dar tiempo para vos.

Estamos creciendo, estamos cambiando

El “reloj” que pone en funcionamiento los cambios que se producen en la pubertad se llama hipófisis y está ubicada en la base del cerebro, debajo del hipotálamo. Este “reloj” pone en marcha la producción de hormonas. Las hormonas son sustancias químicas que se liberan en la sangre, que a su vez transmiten las órdenes a las otras partes del cuerpo. En este caso ponen en funcionamiento los ovarios en las mujeres y los testículos en los hombres.

El ovario y el testículo comienzan a desarrollar cada uno su tarea principal la de producir hormonas femeninas y masculinas, son estas hormonas las que acarrear los cambios visibles que ponen de manifiesto que esa persona se está haciendo adulta.

Aclarando algunas inquietudes

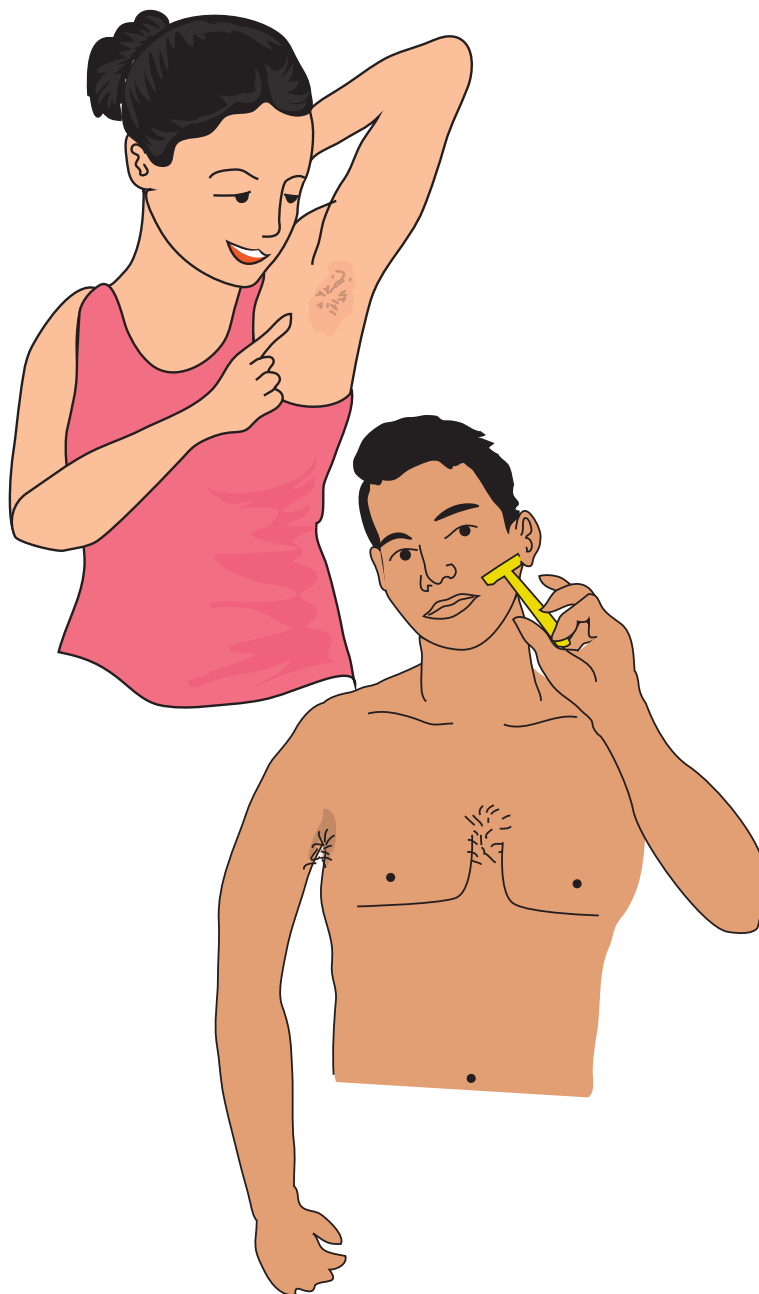
¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor?

A esta edad la piel comienza a producir una capa de grasa lubricante, por lo que en ambos sexos, los adolescentes están predispuestos a tener granitos en la cara y en otras partes del cuerpo (acné). Afortunadamente desaparece cuando termina la pubertad.

Se acumula grasa en las caderas y las nalgas de la mujer lo que le da a estas partes una forma redondeada. La pelvis de la mujer es más ancha que la del hombre para facilitar el paso del bebé durante el parto.

En la adolescencia, las glándulas sudoríparas empiezan a trabajar, produciendo sudoración cuando estás nerviosa o nervioso, cuando tienes miedo o vergüenza. Estas glándulas están concentradas en algunos lugares del cuerpo, especialmente debajo de los brazos. Esta transpiración tiene un olor incómodo.

Algunos inician su desarrollo a una edad y otros maduran más tarde, en 2 o 3 años estas diferencias disminuyen y te parecerán menos importante.



EN Victorias! Educativas Por Gracia de Dios!



/MinedNicaragua



@MinedNicaragua



@MinedNicaragua



www.mined.gob.ni

Con la cooperación técnica y financiera de



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua