

## **GUIA DE RECURSOS**

### **Nens i nenes de 3 a 6 anys**

Andreae, G. (2001). *La mare té una casa dins la panxa*.  
Barcelona. Beascoa.

Cole, B. (1993). *La mamà va pondre un ou o com es fan els nens*. Barcelona. Ed. Destino.

### **Nens i nenes de 6 a 10 anys**

Mayle, P. (1973) , *D'on venim?*. Barcelona. Grijalbo

Varis autors (2000) *Mi primera biblioteca de iniciación sexual y afectiva*. Madrid. Libsa.

Consta de 4 llibres:

*¡Esto es un lío!*

*¿Por qué somos niños y niñas?*

*¿Qué hacen papá y mamá?*

*¿Y de dónde sale este bebé?*

### **Nos i noies de 10 a 14 anys**

Cole, B. (1999) *Pelos por todas partes o la hormona alborotada*.  
Barcelona. Destino.

Harris, R.H. (1994) . *Sexe... Què és?* Barcelona. Serrés

Harris, R.H. (1994) *És al·lucinant* . Barcelona. Serrés

## **APRENEM A PARLAR DE SEXUALITAT EN FAMILIA**

### **-Pautes bàsiques-**

- La sexualitat és molt més que genitalitat i reproducció
- L'objectiu de l'educació sexual és que els vostres fills es coneguin, s'acceptin i puguin expressar la seva eròtica de manera que siguin feliços.
- És impossible no educar en sexualitat
- Tots els pares estan capacitats per fer educació sexual
- La informació sense educació no serveix
- Pautes
  - Bona disposició
  - Quotidianitat
  - Respectar la intimitat
  - Sinceritat i naturalitat
  - Singularitat
  - Confiança i suport

## **CONTINGUTS ADAPTATS A L'EDAT**

### **Primària (6-12 anys)**

#### **Cos, identitat i rols**

- Descripció genitals interns i externs
- Acceptació figura corporal
- Acceptació identitat sexual i rol de gènere
- Hàbits saludables d'higiene i alimentació
- Canvis anatòmics a la pubertat (3r cicle)
- Ejaculació i menstruació (3r cicle)

#### **Relacions**

- Aprendre a queixar-se, fer peticions i lloar als altres
- Tractar als altres de forma igualitària
- Diferenciar entre conductes agressives, passives i assertives.

#### **Resposta sexual**

- Fecundació com a decisió lliure i responsable que prenen els adults.
- Pot haver activitat sexual sense fecundació
- Evitar riscos associats a l'activitat sexual
- Conèixer mètodes anticonceptius (3r cicle)
- Descriure la resposta sexual humana (3r cicle)

#### **Conducta sexual i perills**

- Diferents tipus de conductes: carícies, petons, masturbació, petting, sexe oral, coit...
- Conèixer abusos i com demanar ajuda
- Descriure els afectes com el desig, l'enamorament, l'amor...
- Conèixer les pràctiques sexuals de risc.

