

# ÍNDICE



## HABILIDADES

Convivencia y buen trato	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 1: Me gusta mi instituto	11
Comunicación efectiva	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 2: ¡Me siento bien cuando hablo contigo!	14
Escucha activa y empatía	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 3: ¡Te escucho!	16
Toma de decisiones y asertividad	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 4: ¡Me gusta decidir!	19
Toma de decisiones y asertividad	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 5: Yo también tengo algo que decir	22
Acoso y abuso sexual	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 6: Me siento bien cuando me tratan bien	25

## AFECTOS

Autoestima y autoeficacia	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 7: La persona más importante de mi vida	28
Aceptación personal	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 8: ¡Me gusta, me gustas!	30
Aceptación personal	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 9: ¡Me miro en el espejo!	32
Modelos de belleza	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 10: Lo que pienso de mi cuerpo	34
Amistad y compañerismo	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 11: Por mí y por todos mis afectos	37
Familias y cuidados	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 12: Mi familia	39

## CUERPOS

Cambios en la pubertad	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 13: Mis cambios en la adolescencia	42
Genitales externos	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 14: Mis genitales externos	45
Genitales internos	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 15: Mis genitales internos	51
Embarazo y corresponsabilidad	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 16: La corresponsabilidad y yo	56

## PLACERES

Respuesta sexual humana	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 17: Mis placeres y yo (I)	59
Deseos y consentimiento	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 18: Mis placeres y yo (II)	62
Zonas erógenas	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 19: Mis zonas erógenas	64

## IDENTIDADES

Sexualidades	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 20: Mi sexualidad	69
Género y estereotipos	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 21: Mis estereotipos	73
Orientación e identidad	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 22: La diversidad y yo	75
Identidades digitales	➔ PROPUESTA DIDÁCTICA 23: Mi identidad digital	77