



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE SÃO BRUNO

Educação para a Saúde

Projeto de Educação Sexual

” A sexualidade é uma energia que nos motiva a procurar amor, contacto, ternura e intimidade; que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual; ela influencia pensamentos, sentimentos, acções e interacções e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental.”, O.M.S. - Organização Mundial de Saúde

Sendo fonte de realização e de vida, a sexualidade humana envolve componentes morfológicas, fisiológicas, emocionais, afectivas e culturais.

Até há relativamente pouco tempo, era considerada assunto do foro íntimo, os novos tempos colocaram-na em lugar de destaque, passando a ser encarada como um aspeto fundamental da formação integral do ser humano e, por isso, envolveu a escola.

A velocidade vertiginosa da globalização, a incidência de doenças sexualmente transmissíveis, designadamente o VIH/SIDA e a gravidez não desejada tornaram mais urgente a clarificação do papel da Educação Sexual em contexto escolar, obrigando as estruturas responsáveis a debruçar-se sobre o tema.

Reconhecendo que a promoção da saúde sexual e reprodutiva dos indivíduos é um importante contributo para a sua formação pessoal e social, ganhando cada vez mais protagonismo na sociedade e na época em que vivemos, o Ministério da Educação determinou que a Educação Sexual nos currículos do ensino básico e secundário deverá ser integrada na área da Educação para a Saúde, área da qual fazem parte, igualmente, a educação sexual, a actividade física, a prevenção de consumos nocivos e a prevenção da violência em meio escolar.

O presente projeto surge, por um lado, da necessidade de dar cumprimento à lei 120/99 e posteriormente à lei n.º 60/2009 de 9 de Abril e Portaria n.º 196-A/2010 de 6 de Agosto que preconiza a implementação da Educação Sexual nos estabelecimentos dos ensinos básico e secundário, mediante um programa para a promoção da saúde e da sexualidade humana e, por outro, da recetividade e manifesto interesse que os alunos foram revelando pela Educação para a Saúde e Sexual, em anos anteriores, resultante de trabalho desenvolvido em Cidadania e Ciências Naturais/ Natureza.

O projeto fundamenta-se nas “Linhas Orientadoras” da Educação Sexual em Meio Escolar, emanadas pelo Ministério da Educação, nas quais figuram as competências gerais do ensino básico, objectivos, conteúdos, metodologias, estratégias e propostas de actividades e pretende-se, com ele, continuar a contribuir para uma vivência mais informada, mais autónoma e, logo, mais responsável da sexualidade na esfera dos conhecimentos, sentimentos, atitudes e competências, mediante uma abordagem transversal às diversas disciplinas, da responsabilidade de cada conselho de turma.

Para a implementação deste projeto poder-se-á contar com diversos recursos humanos e materiais existentes nesta escola, nomeadamente: professores que fizeram formação no âmbito da Educação para a Saúde/Educação Sexual e têm vindo a realizar trabalhos nesta área, Psicóloga Escolar, Diretores de Turma e Professores de Ciências Naturais.

Constituem recursos igualmente significativos o Centro de Saúde de Oeiras e a CMO.

Enquadramento legal existente

Para além dos documentos legais já referidos, relativamente à implementação da Educação Sexual nas escolas devem salientar-se, ainda, os seguintes:
A Educação Sexual foi objeto de diversos documentos legais tais como:

- . a **Lei 3/84 - Direito à Educação Sexual e Planeamento Familiar;**
- . o **DL 46/86 - Lei de Bases do Sistema Educativo (1986);**
- . o **DL 115A/98 - Regime de Autonomia das Escolas;**
- . a **Lei 120/99 - Reforço das Garantias do Direito à Saúde Reprodutiva;**
- . o **DL6/01 - Reorganização Curricular;**
- . o **DL 7/01 - Revisão Curricular.**

Finalidades

Constituem finalidades da educação sexual:

- a) A valorização da sexualidade e afectividade entre as pessoas no desenvolvimento individual, respeitando o pluralismo das concepções existentes na sociedade portuguesa;
- b) O desenvolvimento de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- c) A melhoria dos relacionamentos afectivo - sexuais dos jovens;
- d) A redução de consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infecções sexualmente transmissíveis;
- e) A capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;
- f) O respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;
- g) A valorização de uma sexualidade responsável e informada;
- h) A promoção da igualdade entre os sexos;
- i) O reconhecimento da importância de participação no processo educativo de encarregados de educação, alunos, professores e técnicos de saúde;
- j) A compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos;
- l) A eliminação de comportamentos baseados na discriminação sexual ou na violência em função do sexo ou orientação sexual.

Objectivos

A sexualidade e a afetividade são componentes essenciais da intimidade e das relações interpessoais. A sociedade em que vivemos é uma sociedade plural em que coexistem, sobre estas matérias, valores muito diversos.

Neste sentido, são valores orientadores da educação sexual:

- o reconhecimento de que a autonomia, a liberdade de escolha e uma informação adequada são aspectos essenciais para a estruturação de atitudes responsáveis no relacionamento sexual;
- o reconhecimento de que a sexualidade é uma fonte de prazer físico/afectivo e comunicação, uma potencial fonte de vida e uma componente positiva de realização pessoal e das relações interpessoais;
- a valorização das diferentes expressões da sexualidade ao longo do ciclo de vida;
- o reconhecimento da importância da comunicação e do envolvimento afectivo e amoroso na vivência da sexualidade;
- a promoção de direitos e oportunidades entre homens e mulheres;
- a recusa de expressões da sexualidade que envolvam violência ou coação, ou envolvam relações pessoais de dominação e de exploração;
- o respeito pelo direito à diferença e pela pessoa do outro, nomeadamente os seus valores, a sua orientação sexual e as suas características físicas;
- o reconhecimento do direito a uma maternidade e paternidade livres, conscientes e responsáveis;
- a promoção da saúde dos indivíduos e dos casais, nas esferas sexual e reprodutiva.

Tendo em conta estes valores, poderemos apontar como grandes objectivos da educação sexual o de contribuir para uma vivência mais informada, mais gratificante e mais autónoma, logo, mais responsável da sexualidade.

Estes objetivos prendem-se com a esfera do conhecimento dos sentimentos, das atitudes e do desenvolvimento das capacidades individuais.

Numa perspetiva global pretende-se no 1º, 2º e 3º ciclos que os alunos:

Aumentem e consolidem os conhecimentos acerca:

- das dimensões anatómico -fisiológicas, psico-afectiva e sociocultural da expressão da sexualidade;
- do corpo sexuado e dos seus órgãos internos e externos;
- das regras de higiene corporal;
- da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais;
- dos mecanismos da reprodução;
- do planeamento familiar e, em particular, dos métodos contraceptivos;
- das infecções de transmissão sexual, formas de prevenção e tratamento;
- dos mecanismos da resposta sexual humana;
- das ideias e valores com que as diversas sociedades foram encarando e encaram a sexualidade, o amor, a reprodução e a relação entre os sexos;
- dos recursos existentes para a resolução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva;
- dos tipos de abuso sexual e das estratégias dos agressores,

Desenvolvam atitudes:

- de aceitação das mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade;
- de aceitação da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida;
- de reflexão e de crítica face aos papéis estereotipados atribuídos socialmente a homens e mulheres;
- de reconhecimento da importância dos sentimentos e da afectividade na vivência da sexualidade;
- de aceitação dos diferentes comportamentos e orientações sexuais;
- de prevenção face a riscos para a saúde, nomeadamente na esfera sexual e reprodutiva;
- de aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo.

Desenvolvam competências para:

- expressar sentimentos e opiniões;
- tomar decisões e aceitar as decisões dos outros;
- comunicar acerca do tema da sexualidade;
- aceitar os tipos de sentimentos que podem estar presentes nas diferentes relações entre as pessoas, incluindo os do âmbito da sexualidade;
- adoptar comportamentos informados em matérias como a contraceção e a prevenção das ITS;
- adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade;
- reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda;
- identificar e saber aplicar respostas adequadas em situações de injustiça, abuso e perigo e saber procurar apoio, quando necessário.

Estes objetivos de Educação Sexual são consentâneos com os perfis de competências gerais a desenvolver, preconizados para o Ensino Básico, que transcrevemos:

1. Mobilizar saberes culturais, científicos e tecnológicos para compreender a realidade e para abordar situações e problemas do quotidiano;
2. Usar adequadamente linguagens das diferentes áreas do saber cultural, científico e tecnológico para se expressar;
3. Usar correctamente a língua portuguesa para comunicar de forma adequada e para estruturar pensamento próprio;
4. Usar línguas estrangeiras para comunicar adequadamente em situações do quotidiano e para apropriação de informação;
5. Adoptar metodologias personalizadas de trabalho e de aprendizagem
6. Pesquisar, seleccionar e organizar informação para a transformar em conhecimento mobilizável;
7. Adoptar estratégias adequadas à resolução de problemas e à tomada, de decisões;
8. Realizar atividades de forma autónoma, responsável e criativa;
9. Cooperar com outros em tarefas e projectos comuns;
10. Relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspectiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida.

Conteúdos

Tendo em conta o definido pelo Ministério da Educação e Associação de Planeamento Familiar podemos dividir estes conteúdos em cinco grandes áreas, que devem ser trabalhadas de acordo com o nível etário e a especificidade de cada grupo.

Cada uma destas áreas será desenvolvida de forma diferente em cada um dos ciclos e em cada uma das fases de desenvolvimento.

Áreas Temáticas	
O conhecimento e valorização do corpo	Deve ser dada importância a todas as partes do corpo, sem exceção, realçando os aspectos positivos de cada pessoa e a promoção da auto-estima
A identidade e sexualidade	Devem ser tratadas as questões relacionadas com o género e papel sexual confrontando os modelos sócio - culturais do masculino e do feminino
As relações interpessoais	Devem ser valorizados os afectos e expressões de sentimentos que os ligam aos outros, procurando desenvolver competências sociais de integração e relacionamento positivo com os outros
Sexualidade e sociedade	Devem ser tratadas questões relacionadas com a família, comunicação e sexualidade, sexualidade e a lei, sexualidade e a linguagem e sexualidade e violência.
Saúde sexual e reprodutiva	Devem ser compreendidos os mecanismos de reprodução humana, nomeadamente a concepção, a gravidez e o parto

Assim, propõe-se para os 1.º, 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico:

**1º Ciclo do Ensino Básico
(1.º ao 4.º anos)**

Conteúdos Gerais	Conteúdos específicos	Atitudes	Competências
<p>-Noção de corpo; -O corpo em harmonia com a Natureza e o seu ambiente social e cultural; -Diferenças entre rapazes e raparigas; -Protecção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas; -Noção de família.</p>	<p>Aumentar e consolidar os seus conhecimentos acerca:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das diferentes componentes anatómicas do corpo humano; • dos mecanismos básicos da reprodução humana, compreendendo os elementos essenciais acerca da concepção, da gravidez e do parto; • do significado afectivo e social da família, das diferentes relações de parentesco e da existência de vários modelos familiares; 	<p>Desenvolver atitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de aceitação das diferentes partes do corpo e da imagem corporal; • de aceitação positiva da sua identidade sexual e da dos outros; • de conhecimento da importância das relações afectivas na família; • de valorização das relações de cooperação e de inter-ajuda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Expressar opiniões e sentimentos pessoais; • Comunicar acerca de temas relacionados com a sexualidade; • Cuidar, de modo autónomo, da higiene do seu corpo; • Envolver-se nas actividades escolares • Adequar as várias formas de contacto físico aos diferentes contextos de sociabilidade; • Compreender a necessidade de proteger o próprio corpo, e de se defender de eventuais aproximações abusivas e procurar ajuda.

**2º Ciclo do Ensino Básico
(5.º e 6.º anos)**

Conteúdos Gerais	Conteúdos específicos	Atitudes	Competências
<p>-Puberdade — aspectos biológicos e emocionais; -O corpo em transformação; -Caracteres sexuais secundários; -Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas; -Diversidade e respeito; -Sexualidade e género; -Reprodução humana e crescimento; contracepção e planeamento familiar; -Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório; -Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas; -Dimensão ética da sexualidade humana.</p>	<p>Aumentem e consolidem os conhecimentos acerca:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das dimensões anatómica - fisiológica, psico-afectiva e sociocultural da expressão da sexualidade; • do corpo sexuado e dos seus órgãos internos e externos; • das regras de higiene corporal; • da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais; • dos mecanismos da reprodução; • do planeamento familiar e, em particular, dos métodos contraceptivos; • das infecções de transmissão sexual, formas de prevenção e tratamento; • dos recursos existentes para a resolução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva; • dos tipos de abuso sexual e das estratégias dos agressores. 	<p>Desenvolver atitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de aceitação das mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade • de aceitação da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida; • de reconhecimento da importância dos sentimentos e da afectividade na vivência da sexualidade; • de aceitação dos diferentes comportamentos e orientações sexuais; • de prevenção face a riscos para a saúde, nomeadamente na esfera sexual e reprodutiva; • de aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo e sexualidade; 	<ul style="list-style-type: none"> • Expressar sentimentos e opiniões; • Tomar decisões e aceitar as decisões dos outros; • Comunicar acerca do tema da sexualidade; • Adoptar comportamentos informados em matérias como a contracepção e a prevenção das IST; • Reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda.

**3º Ciclo do Ensino Básico
(7.º ao 9.º anos)**

Conteúdos Gerais	Conteúdos específicos	Atitudes	Competências
<p>-Dimensão ética da sexualidade humana:</p> <p>-Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores (por exemplo: afectos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética;</p> <p>-Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana;</p> <p>-Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;</p> <p>-Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de acção e tolerância (efeitos secundários);</p> <p>-Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infecção por VIH/vírus da imunodeficiência humana — HPV2/vírus do papiloma humano — e suas consequências) bem como os métodos de prevenção.</p> <p>-Saber como se protege o seu próprio corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais;</p> <p>-Conhecimento das taxas e tendências de maternidade e da paternidade na adolescência e compreensão do respectivo significado;</p> <p>-Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respectivo significado;</p> <p>-Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.</p>	<p>Aumentem e consolidem os conhecimentos acerca:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das dimensões anatómica - fisiológica, psico-afectiva e sociocultural da expressão da sexualidade; • do corpo sexuado e dos seus órgãos internos e externos; • das regras de higiene corporal; • da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida e das diferenças individuais; • dos mecanismos da reprodução; • do planeamento familiar e, em particular, dos métodos contraceptivos; • das infecções de transmissão sexual, formas de prevenção e tratamento; • dos recursos existentes para a resolução de situações relacionadas com a saúde sexual e reprodutiva; • dos tipos de abuso sexual e das estratégias dos agressores. 	<p>Desenvolvam atitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de aceitação das mudanças fisiológicas e emocionais próprias da sua idade • de aceitação da diversidade dos comportamentos sexuais ao longo da vida; • de reconhecimento da importância dos sentimentos e da afectividade na vivência da sexualidade; • de aceitação dos diferentes comportamentos e orientações sexuais; • de prevenção face a riscos para a saúde, nomeadamente na esfera sexual e reprodutiva; • de aceitação do direito de cada pessoa decidir sobre o seu próprio corpo e sexualidade; • adoptar comportamentos informados em matérias como a contracepção e a prevenção das IST; 	<ul style="list-style-type: none"> • expressar sentimentos e opiniões; • tomar decisões e aceitar as decisões dos outros; • comunicar acerca do tema da sexualidade; • adoptar comportamentos informados em matérias como a contracepção e a prevenção das IST; • reconhecer situações de abuso sexual, identificar soluções e procurar ajuda

Planificação/ Metodologia/ Estratégias

Cabe ao professor responsável pelo projeto em cada turma (DT), adaptar as sugestões emanadas deste documento, à realidade da mesma e à dinâmica que tiver sido criada, de modo a que o fim último seja sempre o enriquecimento pessoal, social e emocional dos seus alunos.

Os temas a tratar devem ser desenvolvidos nas várias disciplinas.

As atividades extracurriculares deverão ser um campo a explorar, já que constituem sempre momentos para os quais podem contribuir os vários elementos da Comunidade Educativa. Os tempos letivos de disciplinas e de iniciativas e acções extracurriculares que se relacionem com esta área serão imputados à educação sexual.

Sugere-se a utilização de metodologias ativas, que apelam a uma maior participação dos alunos, e que se expressam-se na utilização de um conjunto muito vasto de técnicas como por exemplo: Trabalho de pesquisa, “brainstorming”, debates, resolução de problemas, jogos de clarificação de valores, questionários, dramatização, visita externa, produção de cartazes, caixa de perguntas, fichas, exploração de filmes e documentários.

De acordo com o estipulado na Lei, propõem-se a distribuição da carga horária da seguinte forma:

No 1.º e 2º Ciclo, a planificação das atividades relativas à temática da educação sexual deverá contemplar 6 horas, no mínimo, distribuídas equilibradamente pelos três períodos letivos.

Relativamente ao 3.º Ciclo, a planificação das atividades relativas à temática da educação sexual deverá contemplar 12 horas, no mínimo, distribuídas equitativamente pelos três períodos letivos.

A Planificação das actividades, metodologias e estratégias para o 1º ciclo serão da responsabilidade do professor titular de cada turma, mediante as orientações sugeridas com base nas directrizes do Ministério da Educação, Planificação proposta pela APF e orientações do Projeto de Educação para a Saúde .

PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL

5ºANO

ÁREAS	TEMAS	COMPETÊNCIAS	PROPOSTAS DE ACTIVIDADES	PROPOSTAS DE DISCIPLINAS / ENTIDADES ENVOLVIDAS	PROPOSTAS DE CALENDARIZAÇÃO
Corpo Sexuado	Mudanças pubertárias	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as mudanças pubertárias: no corpo e nas relações pessoais entre os sexos - Distinguir os caracteres sexuais primários e secundários dos dois sexos; 	<p>“Estamos a mudar”</p> <p>“Gosto muito de mim!”</p> <p>“Manifestar sentimentos”</p> <p>“Confusão na escola”</p> <p>“Nós e as nossas famílias”</p> <p>“Um objecto, um hábito de higiene”</p>	Formação Cívica	Ao longo do ano
Identidade e Sexualidade	Auto-estima	<ul style="list-style-type: none"> - Adotar comportamentos para melhorar a sua auto-estima; - Adquirir características que ajudem a possuir uma auto-estima saudável; 			
	Sentimentos, gostos e decisões	<ul style="list-style-type: none"> - Gerir de forma “saudável” o seu humor, os seus sentimentos e os seus medos; - Reflectir de forma progressiva sobre as questões: “quem sou?”, “o que é que eu sou” e “o que é que eu quero ser?”; 			
Sexualidade e relações interpessoais	Competências relacionais	<ul style="list-style-type: none"> - Aumentar as suas competências relacionais; - Rejeitar pressões relacionadas com práticas prejudiciais ou autodestrutivas; 			
Sexualidade e sociedade	As famílias	<ul style="list-style-type: none"> - Adotar comportamentos baseados no respeito, compreensão e autenticidade; - Transmitir de forma adequada as mensagens da escola e da família na área da sexualidade; 			
Saúde Sexual e reprodutiva	Higiene e saúde	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar as alterações pubertárias do corpo e adoptar comportamentos saudáveis; - Distinguir regras saudáveis relativamente à higiene pessoal; - Reconhecer a importância de cuidados “especiais” na fase da puberdade. 			

PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL

6º ANO

ÁREAS	TEMAS	COMPETÊNCIAS	PROPOSTAS DE ACTIVIDADES	PROPOSTAS DE DISCIPLINAS / ENTIDADES ENVOLVIDAS	PROPOSTAS DE CALENDARIZAÇÃO
Corpo Sexuado	-Reprodução humana e crescimento; -O corpo em transformação -Caracteres sexuais -Ciclo menstrual e ovulatório; -Sexualidade e género -Abusos sexuais	-Identificar as diferenças anatómicas e fisiológicas entre os sexos -Distinguir os diferentes órgãos sexuais dos rapazes e das raparigas -Distinguir os caracteres sexuais primários e secundários dos dois sexos	“Corpo masculino/ corpo feminino” “Que outro nome tem” “O que eu era /O que sou agora” “Sistemas Reprodutores”	Formação Cívica e Ciências Naturais	Ao longo do ano
Identidade e Sexualidade		-Reconhecer o papel das hormonas e das células sexuais no desenvolvimento pubertário -Compreender o ciclo menstrual e ovulatório -Compreender a concepção humana	“Fases da Gravidez” “Parto” “O que dizem?”		
Sexualidade e relações interpessoais		-Identificar os diferentes aspectos que se relacionam com o processo da gravidez -Entender alguns aspectos relacionados com o parto	“Eu gosto de ser rapaz/ /rapariga porque...” “Manifestar sentimentos” “” O que sinto quando não gostam de mim...”		
Sexualidade e sociedade		-Adoptar comportamentos que promovam uma identidade sexual mais madura -Tomar decisões e aceitar as decisões de outros relativamente à identidade sexual	“ Já gostei / ainda gosto” “ Manifestar sentimentos” “Confusão na escola”		
Saúde Sexual e reprodutiva		-Combater os estereótipos que promovem a desigualdade entre sexos -Discernir sobre comportamentos “saudáveis” e abusos sexuais -Adoptar comportamentos preventivos relacionados com os abusos sexuais -Tomar consciência de aspectos físicos e emocionais decorrentes dos abusos sexuais	“ Papeis sexuais ao longo dos tempos” “Nós e as nossas famílias” ” Eu e o Grupo” “ Cuidados com o corpo” “ Cuidar de mim”		

PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL

7ºANO

ÁREAS	TEMAS	COMPETÊNCIAS	PROPOSTAS DE ACTIVIDADES	PROPOSTAS DE DISCIPLINAS / ENTIDADES ENVOLVIDAS	PROPOSTAS DE CALENDARIZAÇÃO
Sexualidade e relações interpessoais	Auto-estima Tomada de decisão Os valores na tomada de decisão Orientações para decidir Assertividade Diversos tipos de relações	-Desenvolvimento da auto-estima, tomada de decisão e assertividade. - Dimensão ética da sexualidade. -Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores e uma dimensão ética. -Saber como proteger o corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais. -Prevenção de maus-tratos e de aproximações abusivas	“Apresentação Complementar” “ Dizer bem de...” “ Espelho meu, espelho meu” “ Hoje decidi que...” e “ Dou valor a....” “ Odisseia no espaço” “Ser assertivo” “ Dar e receber um não” “Brainstorming sobre sexualidade” e “ Caixa de Perguntas” “ Não há estrelas no céu” “O que é isto de sexualidade?” “Quando?” “Como?” “ Sexualidade para todos - corpos de diferentes tamanhos e formas” “Como crescemos” e “ Crescemos iguais e diferentes” “As fantásticas viagens do óvulo e do espermatozóide “Tão iguais e tão diferentes” “Mapa das relações” “Diferentes formas de expressar sentimentos” “Como é a tua família”e “ E se não existisse família” “Gostar e não Gostar”e “Toque e dizer não” “Um corpo diferente, necessidades diferentes”	Formação Cívica	Ao longo do Ano
Corpo Sexuado	A sexualidade Humana: introdução ao conceito. Mudanças pubertárias				
Identidade e sexualidade	Género Sentimentos, gostos e decisões				
Sexualidade e sociedade	As famílias Comunicação e sexualidade.				
Saúde sexual e reprodutiva	Higiene e saúde				

PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL

8ºANO

ÁREAS	TEMAS	COMPETÊNCIAS	PROPOSTAS DE ACTIVIDADES	PROPOSTAS DE DISCIPLINAS / ENTIDADES ENVOLVIDAS	PROPOSTAS DE CALENDARIZAÇÃO
Sexualidade e Relações interpessoais	Auto-estima Tomada de decisão Os valores na tomada de decisão Orientações para decidir Assertividade	-Desenvolvimento da auto -estima, tomada de decisão e assertividade. - Dimensão ética da sexualidade. -Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores e uma dimensão ética.	“Apresentação Complementar” “ Dizer bem de...” “ Hoje decidi que...” “ Dou valor a...” “Saber dizer não” “ Odisseia no espaço” “Ser assertivo”	Formação Cívica	1º Período
Corpo Sexuado	Concepção, gravidez e parto Imagem corporal	-Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana. -Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório	“Jogo das adivinhas” “ Eu e a plasticina” “ Espelho meu, espelho meu” “ Ele e ela” “A carta do amigo”		2º e 3º Período
Identidade e sexualidade	Género Diversidade sexual	-Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de acção e tolerância.	“Praça pública” “Sexo comercial”	Centro de Saúde de Oeiras	
Sexualidade e relações interpessoais	Sexualidade e relações amorosas:	-Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo bem como métodos de prevenção.	“ O que é que podemos não apanhar” “Que métodos contraceptivos conhecemos”		
Sexualidade e sociedade	O Sexo comercial	-Saber como proteger o corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais	-Acção de Formação: “Crescer com afectos e “Planeamento familiar”		
Saúde sexual e reprodutiva	IST Contracepção	-Prevenção de maus tratos e de aproximações abusivas			

PROJETO DE EDUCAÇÃO SEXUAL

9ºANO

ÁREAS	TEMAS	COMPETÊNCIAS	PROPOSTAS DE ACTIVIDADES	PROPOSTAS DE DISCIPLINAS / ENTIDADES ENVOLVIDAS	PROPOSTAS DE CALENDARIZAÇÃO
Sexualidade e relações interpessoais	Auto-estima	-Desenvolvimento da auto-estima, tomada de decisão e assertividade.	“Apresentação Complementar”	Formação Cívica	1º Período
	Tomada de decisão		“ Dizer bem de...”		
	Os valores na tomada de decisão		“ Hoje decidi que...”		
	Orientações para decidir	- Dimensão ética da sexualidade.	“ Dou valor a....”	Ciências Naturais	
	Assertividade	-Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores e uma dimensão ética.	“ Odisseia no espaço”		
Corpo Sexuado	Puberdade – Caracteres sexuais secundários		“Ser assertivo”	Centro de Saúde de Oeiras	2º Período e 3º Período
	Morfologia e fisiologia geral da reprodução humana	-Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana.	Visionamento de powerpoint		
	Sistema reprodutor feminino e masculino	-Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório	Visionamento de Filmes		
	Ciclo menstrual – Período fértil	-Compreensão do uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e, sumariamente, dos seus mecanismos de acção e tolerância.	Realização de Fichas		
	Concepção, gravidez e parto		Realização de Trabalhos de Grupo		
	I S T		Realização de debates		
	Contracepção	-Compreensão da epidemiologia das principais IST em Portugal e no mundo bem como métodos de prevenção.	“ Orientação Sexual ou do desejo”		
Identidade e sexualidade	Género		“Outras maneiras de ver”		
	Diversidade sexual	-Saber como proteger o corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais.	“O que é que a lei me diz?”		
	Sexualidade e lei		“Pela boca morre o peixe”		
Sexualidade e sociedade	Sexualidade e linguagem	-Prevenção de maus tratos e de aproximações abusiva	“ Quanto mais me bates mais gosto de ti”		
Saúde sexual e reprodutiva	Sexualidade e violência				
	I V G	-Conhecer as taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respetivo significado			

Projeto de Educação Sexual da Turma

A partir dos elementos constantes deste documento, e numa perspectiva de transversalidade, deve ser elaborado, pelo Diretor de Turma, professor responsável pela educação sexual o Projeto de Educação Sexual da Turma. (As Planificações apresentadas para cada nível de ensino são apenas propostas cujo objetivo é apenas orientar e exemplificar a forma como poderão ser elaborados os Projetos)

A avaliação do projeto é importante, por esse motivo deverá ser realizada pelo Conselho de Turma uma reflexão sobre a concretização do projeto com base no feedback dado pelos alunos e professores responsáveis pela sua implementação.

Atividades Propostas

Propõem-se a realização de várias atividades, algumas das quais constituem momentos para os quais podem contribuir os vários elementos da Comunidade Educativa e entidades a contactar.

-Comemoração de datas

-Ações de sensibilização

-Debates

Equipa de Educação para a Saúde/Educação Sexual

O Agrupamento de Escolas de São Bruno terá uma equipa de Educação para a Saúde e Educação Sexual, formada pelos seguintes elementos:

Professora Ana Madeira - Coordenadora de Educação para a Saúde.

Professora – Coordenadora do 1.º Ciclo

Professoras de Ciências Naturais/Ciências da Natureza e representante de Ciências Naturais.

Psicóloga Escolar

Enfermeira Escolar

Higienista Oral

Bibliografia

A.P.F., c/ apoio Ministério da Educação, Educação Sexual e Desafios, Lisboa, 2002

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, MINISTÉRIO DA SAÚDE, A.P.F., Educação Sexual em Meio Escolar – Linhas Orientadoras, Lisboa, 2000.

FRADE, Alice, MARQUES, António, ALVERCA, Célia, VILAR, Duarte- Educação sexual na escola, guia para professores, formadores e educadores, Texto.

SANDERS, Pete, SWINDEN, Liz, Para me conhecer, para te conhecer – Estratégias de Educação Sexual para o 1º e 2º Ciclos do Ensino Básico, A.P.F., Lisboa, 1995.

VAZ, J. (1996) – Educação Sexual na Escola. Lisboa: Universidade Aberta.

VIEIRA, Cândida, Quarenta Actividades para a Formação Física – Guia de recursos para o Director de Turma, Edições ASA.

Legislação Consultada:

LEI N.º 60/2009 de 6 de agosto – Estabelece o regime de aplicação da educação sexual no meio escolar.

Portaria n.º 196-A/010- Define as respectivas orientações curriculares adequadas para os diferentes níveis de ensino.