

# Déjame decirte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.  
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

## ALINEACIÓN NSES:

Al final del doceavo grado los alumnos podrán:

**SH.12.IC.1** – Demostrar habilidades para comunicarse con su pareja sobre la prevención y los exámenes de las ETS y el VIH.

**SH.12.INF.1** – Analizar los factores que pudieran influir sobre el uso del condón y otras decisiones de

**GRADO META:** Grado 10  
Lección 4

**TIEMPO:** 50 Minutos

## MATERIALES:

- Pizarra blanca y marcadores
- Carteles de comunicación (preparados como se describe)
- Cinta adhesiva
- Escenarios de comunicación sobre las ETS (preparados como se describe)

## PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Imprima los carteles de comunicación de 1 a 6. Fotocopie los carteles 1, 2 y 3 sobre papel de un color, y los carteles 4, 5 y 6 sobre papel de otro color. Necesitará hacer una segunda copia de cada cartel sobre papel blanco.
- Coloque los carteles 1, 2 y 3 alrededor del aula, uno en cada una de las paredes laterales y uno en la pared de atrás donde el espacio lo permita. Coloque un juego de carteles 4, 5 y 6 de manera similar alrededor del aula, pero apartados del primer juego. Conserve el segundo juego de carteles aparte, para su uso durante la clase.
- Corte al menos seis pedazos de cinta adhesiva de dos pulgadas y péguelos ligeramente a la pizarra blanca para usarlos durante las actividades.
- Cada uno de los cuatro “Escenarios de Comunicación” sobre las ETS contiene dos partes: un rol para la Pareja uno y un rol para la Pareja dos. Imprima suficientes copias de los “Escenarios de Comunicación” sobre las ETS para que cada par de alumnos reciba un escenario. Corte cada escenario a la mitad y únalos con un clip, o meta cada escenario en un sobre para que cada pareja de alumnos tenga un escenario con los roles tanto de la Pareja uno como de la Pareja dos.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Explicar el impacto que tiene un estilo de comunicación que sea similar o diferente al de la pareja respecto a la habilidad de comunicar los temas importantes. [Conocimiento]
2. Demostrar cómo comunicarse con una pareja sobre los riesgos de contraer una ETS, y de proteger tanto su propia salud sexual como la de su pareja. [Conocimiento, Habilidad]
3. Demostrar su comprensión sobre dónde y cuándo hacerse un examen para las ETS, tanto en persona como en casa. [Conocimiento, Habilidad]

## UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este currículo. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del

## Déjame decirte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

currículo: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “el”; el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones, y referencias a “alguien con una vulva” en lugar de “chica” o “mujer”. Esto pretende que el currículo sea inclusivo para todos los géneros e identidades de género.

Necesitará determinar por si mismo cuanto y qué tan a menudo puede hacerlo en su colegio y aula, y deberá realizar los ajustes de acuerdo con eso.

### PROCEDIMIENTO:

**PASO 1:** Dígales a los alumnos: “todos en esta aula somos individuos únicos; sin embargo, a menudo encontraremos que tenemos algunas cosas en común. Hoy vamos a comenzar la clase dándole un vistazo a lo que tenemos y no tenemos en común en algunas situaciones sociales”.

Diga: “les voy a pedir que piensen acerca de cómo se sienten al hablar (específicamente hablar, no enviar mensajes de texto) cuando están con un grupo de amigos. He colocado tres carteles [mencione el color] alrededor del aula. Uno dice: ‘yo soy el que más habla’; otro dice: ‘a mí me gusta hablar un poco, pero es un balance’; el tercero dice: ‘yo me hago para atrás y escucho a todos los demás, pero no hablo mucho’. Por favor piensen cuál de estos carteles les aplica a ustedes y luego vayan a pararse debajo de ese cartel. Si piensan que pudieran encajar en más de un cartel, dependiendo de las circunstancias, por favor párense debajo del cartel que refleja lo primero que les vino a la mente”. Deles a los alumnos un minuto para decidir y pararse debajo de sus carteles.

Diga: “les voy a dar un minuto para que hablen entre ustedes sobre las razones por las cuales escogieron pararse donde están. Luego hablaremos de ello entre todos”.

**Nota para el maestro:** Si tuviera solo un alumno parado debajo de algún cartel en particular, asegúrese de acompañarlo para que tenga con quien hablar

Después de aproximadamente un minuto, pídale a los alumnos de dejen de conversar. Diga: “miren alrededor del aula. ¿Qué es lo que notan acerca de nuestra clase respecto al número de personas paradas debajo de cada cartel? (Algunas respuestas posibles podrían incluir: tenemos a muchas personas que hablan en clase; tenemos a muchas personas en clase que no les gusta hablar, etc.).

Comenzando con el grupo que tiene la menor cantidad de alumnos parados debajo de un cartel, pídale a algunos alumnos que expliquen por qué escogieron pararse ahí. Repita o parafrasee lo que compartan los alumnos. Vaya al segundo y tercer grupo y haga lo mismo.

Diga: “ahora les voy a pedir que piensen respecto a estar en una relación romántica con alguien; ya sea alguien con quien estén actualmente o alguien en el futuro, si es que no están en una relación ahora. Alrededor del aula verán carteles [mencione el color del segundo juego de carteles]. Pensando en cuando están uno a uno con una pareja, les voy a pedir que piensen en cómo es que hablan con ella, o se imaginen cómo le hablarían sobre algo importante. El primer cartel dice: ‘a mí me gusta ser la persona que aborda las cosas y que más habla’. El segundo cartel dice: ‘a mí me gusta cuando hay un balance y ambos hablamos por turnos’. El tercero dice ‘yo no hablo de las cosas. Si tienen algo de qué hablar, que lo mencionen”.

## Déjame decirte

*Un Plan de Clase tomado de: "Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12".*

Pídales nuevamente a los alumnos que piensen sobre su forma de ser estando uno a uno con su pareja, o cómo piensan que serían con una pareja futura, y dígales que se pongan debajo de ese cartel. Nuevamente, pídales que hablen entre ellos acerca de por qué escogieron pararse donde están. Si hay solo un alumno parado debajo de algún cartel en particular, asegúrese de pararse ahí con el alumno para que tenga con quien hablar.

Después de aproximadamente un minuto, pídales a los alumnos de dejen de conversar. De nuevo, pídales a algunas personas en cada grupo que compartan sus razones para pararse donde están.

Procese usando las siguientes preguntas:

- Vean de nuevo alrededor del aula. ¿Qué notan sobre la cantidad de personas que se pararon en cada punto?
- ¿Hubo mucha diferencia en comparación con la primera vez?
- ¿Por qué piensan que sucede esto?

Pídales a tres alumnos voluntarios que quiten el segundo juego de carteles, se los lleven a usted y que luego todos se sienten. (15 minutos)

**PASO 2:** A medida que los alumnos regresan a sus asientos, coloque el segundo juego de carteles sobre la pizarra en dos columnas juntas:

**Yo soy el que más habla.**

**A mí me gusta hablar un poco, pero es un balance.**

**Yo me hago para atrás y escucho a todos los demás, pero no hablo mucho.**

**Yo soy el que más habla.**

**A mí me gusta hablar un poco, pero es un balance.**

**Yo me hago para atrás y escucho a todos los demás, pero no hablo mucho.**

Diga: "denle un vistazo a estos estilos. ¿Qué creen que pasa en una relación en la que a ambas personas les gusta abordar las cosas y son los que más hablan?". Sondee lo siguiente: "podrían hablar por encima de cada uno y no escucharse".

Pregunte: "¿y cuando ambas personas piensan que debe haber un balance?". Sondee lo siguiente: "probablemente tengan muy buenas conversaciones, toda vez que ambos sean honestos y proactivamente las aborden cuando haga falta".

Pregunte: "¿qué sucede cuando ninguna de las dos personas siente que quiere abordar las cosas?". Sondee lo siguiente: "probablemente no hablen mucho; probablemente sea muy difícil para ellos tener una conversación seria".

Diga: "muchas veces nos atraerán las personas similares a nosotros en distintas formas, sea por gustos y aversiones similares o por maneras similares de comunicarnos, tal como se observa aquí. Pero muchas veces terminamos emparejados con personas que son realmente distintas a nosotros. Esto puede tener un impacto sobre cómo nos comunicamos uno con el

## Déjame decirte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

otro.

“Por ejemplo, [cambie el cartel dos con el cartel tres en la columna a la derecha] ¿qué piensan que pasaría entre dos personas cuando una nunca quiere hablar de nada y a la otra le va mejor cuando hay un intercambio equitativo?”. Sondee lo siguiente: “podrían sentirse muy frustrados. La persona a la que le gusta abordar las cosas y escuchar una respuesta de la otra persona podría impacientarse, y la persona a la que no le gusta hablar podría sentirse presionada”.

Diga: “sin importar cómo nos comunicamos y cómo se comunica nuestra pareja, necesitamos poder hacerlo. Y no se trata solo de preguntar: ‘¿cómo estuvo tu día?’. Hay muchas cosas verdaderamente importantes relativas a una relación sexual que ustedes necesitan determinar cómo comunicar para tener una relación positiva y sana. Vamos a ver cómo hacerlo en este momento”. (10 minutos)

**PASO 3:** Divida a la clase en parejas. Una vez que se hayan establecido, diga: “para los propósitos de esta actividad, les voy a pedir que simulen estar en una relación romántica y sexual. Por favor recuerden nuestras reglas básicas sobre el respeto. Esta es una situación totalmente hipotética creada únicamente para los propósitos de la discusión en esta clase”.

*Nota para el maestro: Podría ser de ayuda en esta lección colocar las reglas básicas de su clase en un lugar visible, para que sirvan de referencia. Además, esta actividad puede causarles incomodidad a algunos alumnos, pues podría parecer como si se estuvieran reforzando los roles estereotípicos de género en la actividad o a veces pueden haber comentarios homofóbicos si quedan emparejados dos varones. Podría ayudar si usted se anticipa a estas reacciones, para que pueda estar listo a intervenir cuando sea necesario.*

“Voy a caminar alrededor del aula para darles a cada uno la mitad del mismo escenario, y pedirles que hablen sobre el tema que está enumerado. Por favor no le muestren su rol a su pareja, porque sus roles son ligeramente distintos. Comuníquense como lo harían de manera usual; no necesitan jugar un papel, solo sean ustedes mismos.

“Les voy a dar unos cuantos minutos para que trabajen y alcancen las metas ahí enumeradas. Tendrán alrededor de cinco minutos para hacer esto”.

Responda cualquier pregunta y pídale que comiencen. (8 minutos)

**PASO 4:** Luego de unos cinco minutos, pídale a las parejas que paren. Procese usando las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintió hacer eso?
- ¿Qué fue lo [anote las respuestas de los alumnos] de esto?
- ¿Cuántas parejas alcanzaron la meta asignada? ¿Cuántas no la alcanzaron?
- Para aquellos de ustedes que la alcanzaron, por favor describan el escenario que les tocó y expliquen por qué piensan que pudieron alcanzar la meta.
- Para aquellos que no lograron alcanzar la meta que se les asignó, por favor describan el escenario que les tocó y por qué piensan que no la pudieron alcanzar.
- ¿De qué manera estar discutiendo sobre las ETS hizo que fuera más fácil o más difícil tener estas conversaciones o alcanzar la meta asignada? ¿Por qué?
- ¿Qué piensan que hubiera sido distinto en los escenarios si hubieran estado teniendo

## Déjame decirte

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

una conversación por texto en lugar de hablar en persona? ¿Qué les indica esto respecto a enviar mensajes de texto con respecto a tener una conversación en persona sobre estos temas?

Pregúnteles: “¿qué les dice este ejercicio respecto a comunicarse con una pareja sobre el tema de las ETS y la sexualidad en general?”. Sondee lo siguiente:

- ¡Cuesta trabajo!
- ¡Toma más tiempo de lo que se piensa! Es mucho más que un rápido: -”Hola, deberíamos de usar condones”. “De acuerdo”.
- Nuestros estilos de comunicación tienen un impacto sobre nuestras relaciones, y mientras mejor y más claramente nos comunicamos en nuestras relaciones sin importar lo que pueda parecer , mejores serán.

Explíqueles la tarea asignada y termine la clase. (17 minutos)

### **EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:**

La actividad de opción forzada al inicio de la lección cumplirá con el primer objetivo de aprendizaje. Los escenarios de comunicación en pareja cumplirán con el segundo objetivo de aprendizaje. La tarea asignada cumplirá con el tercer objetivo de aprendizaje.

### **TAREA:**

Los alumnos buscarán un lugar en donde se puedan realizar en persona un examen para las ETS y el VIH y explicar el proceso.

*(Nota para el maestro: Una vez que haya recibido las tareas de los alumnos, podría combinar las respuestas para crear un recurso que sus estudiantes puedan llevarse a casa, para que conozcan el rango completo de opciones de exámenes para las ETS y los respectivos tratamientos en su comunidad).*

## Escenario A

### PAREJA UNO

Tú y la pareja dos todavía no han tenido sexo, pero han estado hablando sobre ello. Tú y tu pareja han tenido cada uno una pareja anterior y han usado condones. Necesitas hablar sobre lo que vas a hacer sexualmente y los pasos que vas a tomar para evitar una ETS (y un embarazo, si ese es un tema).

**Tu meta:** Alcanzar un acuerdo sobre lo que planificas hacer para reducir tu riesgo de contraer una ETS cuando tengas sexo.

---

## Escenario A

### PAREJA DOS

Tú y la pareja uno todavía no han tenido sexo, pero han estado hablando sobre ello. Tu pareja solo ha tenido otra pareja anteriormente y, aunque le dijiste que solo has tenido una pareja, realmente has tenido otras cuatro. No le quisiste decir porque te preocupaba que no hubiera querido estar contigo. Nunca te has hecho un examen para detectar una ETS pero te sientes bien.

**Tu meta:** Alcanzar un acuerdo sobre lo que planificas hacer para reducir tu riesgo de contraer una ETS cuando tengas sexo.

---

## Escenario B

### PAREJA UNO

Acabas de conocer a tu pareja dos en una fiesta y están totalmente interesados uno en el otro. Están en una habitación alejada del resto de la fiesta y se han estado besando, y estás bastante seguro que van a tener algún tipo de sexo. Han tenido sexo oral antes, pero ningún otro tipo de sexo. Definitivamente no quieres contraer una ETS y no crees que hayas tenido una.

**Tu meta:** Alcanzar un acuerdo sobre lo que planifican hacer para reducir su riesgo de contraer una ETS en ese momento.

---

## Escenario B

### PAREJA DOS

Acabas de conocer a tu pareja uno en una fiesta, y están totalmente interesados uno en el otro. Están en una habitación alejada del resto de la fiesta y se han estado besando, y estás bastante seguro que van a tener algún tipo de sexo. Has tenido sexo anteriormente, pero no te gusta usar condones porque no se siente igual. El año pasado tuviste clamidia, tomaste el medicamento para curarte y no crees que las ETS sean la gran cosa. Sin embargo, ¡definitivamente quieres tener sexo en este momento con esa persona!

**Tu meta:** Alcanzar un acuerdo sobre lo que piensan hacer para que ambos se sientan bien con cualquier decisión sexual que tomen, y con respecto a las preocupaciones que tenga la otra persona sobre las ETS.

## Escenario C

### PAREJA UNO

Tú y la pareja dos han estado en una relación por aproximadamente cuatro meses. Has tenido diferentes tipos de sexo y has usado condones la mayoría de las veces. Cuando tu pareja se fue un largo fin de semana con su familia tuviste sexo con otra persona y no usaste condones. Te importa mucho tu pareja; esa otra persona no significa nada para ti, solo fue algo que pasó. Pero no sabes nada acerca del estatus que tenga la otra persona respecto a las ETS.

**Tu meta:** Contarle a tu pareja lo que pasó y determinar lo que debes hacer para averiguar tu riesgo de contraer una ETS, así como protegerlos a ambos de ahora en adelante.

---

## Escenario C

### PAREJA DOS

Tú y la pareja uno han estado en una relación por aproximadamente cuatro meses. Has tenido diferentes tipos de sexo y has usado condones la mayoría de las veces. Tú eres monógamo; es decir, solo estas teniendo sexo con tu pareja y nadie más. Ninguno de los dos ha tenido anteriormente una ETS, pero tampoco han hablado sobre ello. Piensas que es hora de que dejen de usar condones totalmente, para que puedan realmente sentirse más cercanos uno al otro todo el tiempo. Verdaderamente quieres estar con tu pareja, si o si, y estás comprometido a que estén en esto juntos.

**Tu meta:** Hablar con tu pareja sobre lo que piensas que debería suceder en la relación y determinar lo que deben hacer para averiguar sus riesgos de contraer una ETS, así como protegerse ambos de ahora en adelante, especialmente si planificas dejar de usar condones.

---

## Escenario D

### PAREJA UNO

Has estado tomando la pastilla desde hace unos meses porque tuviste algunos problemas de acné. Tú y tu pareja han estado juntos desde hace un tiempo; han estado teniendo sexo y usando condones. La pareja dos está realmente preocupada y siempre quiere usar dos métodos. Tú preferirías dejar de usar condones ya que tomas fielmente la pastilla, así que, ¿cuál es el riesgo?

**Tu meta:** Quedarte en la relación, pero tal vez dejar de usar condones.

---

## Escenario D

### PAREJA DOS

Tú y la pareja dos han estado juntos desde hace un tiempo y han estado teniendo sexo. Siempre usas condón con tu pareja, aunque sabes que también está tomando la pastilla. Conoces a alguien que tuvo gonorrea y, aunque se curó muy rápidamente una vez que se tomó la medicina, te puso muy nervioso. Te gusta mucho, mucho la pareja uno y no quieres arruinar las cosas, pero también quieres asegurarte de hacer todo lo que puedas para protegerlos a ambos.

**Tu meta:** Quedarte en la relación, sin importar el costo.

## Tarea - Examen de Laboratorio para las ETS ¿Cuáles son Mis Opciones?

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** Por favor encuentra un lugar en tu comunidad que haga exámenes para detectar las ETS y describe el proceso abajo. **NOTA: NO necesitas hacerte el examen, solo necesitas averiguar lo que alguien pudiera necesitar saber para hacerse el examen.**

Nombre del lugar que hace los exámenes: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

¿A qué distancia queda la clínica de tu casa? ¿Y de tu colegio? ¿Cómo se puede llegar ahí desde estos dos lugares?

---

---

---

¿Cuál es el horario de atención de la clínica y que días atiende?

---

---

¿Cuánto cuesta? \_\_\_\_\_

¿Aceptan seguro médico?    Si                      No

¿A quién llevarías para que te acompañara a examinarte? ¿Por qué?

---

---

---

Si tu examen saliera positivo (es decir, si tuvieras una ETS), ¿a quién acudirías por apoyo? ¿Qué querrías o necesitarías de ellos?

---

---

---



**Yo soy el que más  
habla**

**A mi me gusta  
hablar un poco,  
pero es un  
balance**

**Yo me hago para  
atrás y escucho a  
todos los demás,  
pero no hablo  
mucho**

**A mi me gusta ser  
la persona que  
aborda las cosas y  
que más habla**

**A mi me gusta  
cuando hay un  
balance y ambos  
hablamos por  
turnos**

**Yo no hablo de las  
cosas. Si tienen  
algo que hablar  
que lo mencionen**