

Rita Vasconcelos Vieira

**Sexualidade na Adolescência: Implementação de um Programa de
Orientação para Alunos com Défice Intelectual**



UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA

Porto, 2015

Rita Vasconcelos Vieira

**Sexualidade na Adolescência: Implementação de um Programa de
Orientação para Alunos com Défice Intelectual**

Anexos



UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 - Relatórios do Serviço de Psicologia e Orientação	96
Anexo 2 - Termo de Consentimento da Secretaria Regional de Educação.....	102
Anexo 3 - Termo de Consentimento da Direção da escola.....	104
Anexo 4 - Termo de Consentimento dos Encarregados de Educação dos participantes.....	105
Anexo 5 - Questionário I.....	108
Anexo 6 - Questionário II.....	110
Anexo 7 - Questionário de Autoavaliação	112
Anexo 8 - Planos de aula.....	113
Anexo 9 - Recursos utilizados.....	128
Anexo 10 - Respostas dos participantes ao questionário I.....	148
Anexo 11 - Respostas dos participantes ao questionário II.....	151
Anexo 12 - Respostas dos participantes ao questionário de autoavaliação.....	154

Anexo 1 - Relatórios do Serviço de Psicologia e Orientação

ESCOLA BÁSICA DO PORTO DA CRUZ

Serviço de Psicologia e Orientação

Relatório de Avaliação Psicológica

Nome: _____ *aluna a*
Data de Nascimento: _____ Idade Cronológica: _____
Morada: _____
Motivo de encaminhamento: **Realização da avaliação psicológica com o objectivo de aplicação das medidas educativas especiais mais adequadas à aluna.**
Solicitação feita por: **Profª Especializada** _____
Datas de Observação/Acompanhamento: **desde 24/11/2009**

Instrumentos de avaliação psicológica utilizados:

A aluna _____, a frequentar o _____, neste estabelecimento de ensino foi observada em avaliação psicológica com os seguintes instrumentos: entrevista semi-estruturada, Escala de Inteligência de Weschler – WISC-III; Escala de Auto-Conceito de Piers-Harris; Desenho da Família-Técnica de Corman. Foram recolhidas informações junto do Conselho de Turma e da Encarregada de Educação.

Comportamento em avaliação psicológica:

A _____ apresentou-se receptiva ao apoio psicológico e psicopedagógico.

A sua atitude perante as actividades foi tendencialmente passiva e marcada por negativismo, o que prejudicou o seu desempenho. As tarefas foram realizadas com pouco investimento, persistência e a um ritmo lento. Apesar desta postura a Gilda foi cooperante ao longo das sessões.

Resultados da avaliação psicológica:

A aluna demonstrou um desenvolvimento cognitivo abaixo do esperado para a sua faixa etária (Nível Muito Inferior).

A comprometer o seu desenvolvimento cognitivo existem vários factores, designadamente o seu auto-conceito negativo, baixa auto-estima, ansiedade, o ambiente relacional vivido com pares e na família (extra agregado familiar).

A _____ não confia nas suas capacidades, o que para a aluna é confirmado pelo insucesso no percurso escolar anterior, não persistindo no investimento no estudo e desistindo com facilidade quando não atinge os objectivos. Encara as dificuldades que possam surgir como sendo suas e permanentes: tudo corre sempre mal e é de sua inteira responsabilidade.

É uma jovem que para além de desvalorizar os seus atributos intelectuais, também desvaloriza a sua aparência física. Este aspecto conduz a uma desvalorização social, existindo algumas dificuldades no estabelecimento relacional.

A ansiedade é associada ao meio escolar pela aluna quer relativamente às aprendizagens; quer relativamente ao ambiente relacional vivido.

O ambiente familiar é empobrecido culturalmente, no entanto há um grande investimento por parte da encarregada de educação no acompanhamento da educanda, o que aumenta a sua disponibilidade para as aprendizagens. A escolarização é valorizada neste contexto, no entanto a Gilda ainda não põe em prática o trabalho individual necessário à superação das suas dificuldades.

As dificuldades de natureza diversa (intelectuais, relacionais) vividas em contexto escolar anterior e na família originaram uma desmotivação crescente, que empurram a aluna para uma atitude apática e passiva.

A aluna é acompanhada em apoio psicológico e psicopedagógico com os objectivos de: promover o auto-conceito, auto-estima e a confiança nas suas capacidades como aluna; desenvolver expectativas de auto-eficácia positivas nas aprendizagens; desenvolver estratégias mais eficazes de trabalho de estudo; desenvolver estratégias de resolução de problemas.

Recomendações/Observações:

- A aluna deverá beneficiar de medidas educativas especiais, previstas no Decreto-Lei 33/2009/M, de 31 de Dezembro, ajustadas às suas necessidades com vista à progressão nas aprendizagens, bem como à aquisição de competências favorecedoras do seu desenvolvimento global.
- A aluna deverá ser observada na Consulta de Pedopsiquiatria.

Porto da Cruz, 30 de Junho de 2010

A Psicóloga

Nota: Esta informação tem carácter confidencial. Após ser dada a conhecer ao Conselho de Turma e Encarregado(a) de Educação, deverá ser arquivada no Processo Individual da Aluna.

ESCOLA BÁSICA DO PORTO DA CRUZ

Serviço de Psicologia e Orientação

Relatório de Avaliação Psicológica

Nome: _____ *aluna B*
Data de Nascimento: _____ Idade Cronológica: _____
Motivo de encaminhamento: **Baixa auto-estima; baixo auto-conceito escolar; Tímida, parece ter medo de participar nas aulas; Dificuldades na aprendizagem; agregado familiar com problemas a vários níveis.**
Solicitação feita por: **Directora de Turma**
Avaliação e acompanhamento desde: **15/01/2010**

Instrumentos de avaliação psicológica utilizados:

A aluna _____, a frequentar _____, neste estabelecimento de ensino foi observada em avaliação psicológica com os seguintes instrumentos: entrevista semi-estruturada, Escala de Inteligência de Weschler – WISC-R; Escala de Auto-Conceito de Piers-Harris; Desenho da Família-Técnica de Corman. Foram recolhidas informações junto do Conselho de Turma e da Encarregada de Educação.

Comportamento em Apoio Psicopedagógico:

A discente apresentou-se receptiva ao apoio psicológico e psicopedagógico. Manifestou, inicialmente, inibição e ansiedade que prejudicaram o estabelecimento da relação e tarefas a desempenhar. Com o decorrer das sessões estas dificuldades dissiparam-se, realizando as tarefas propostas com maior proficiência.

Avaliação psicológica/intervenção:

A _____ demonstrou um desenvolvimento cognitivo muito abaixo do esperado para a sua faixa etária (Nível Muito Inferior), com limitações acentuadas nos processos de compreensão, retenção/evocação e aplicação de conhecimentos.

Apresentou ansiedade perante tarefas semelhantes às requeridas pelas aprendizagens escolares (com conteúdos verbais e numéricos), devido ao receio de se deparar com o insucesso, o que afecta negativamente o seu desempenho como aluna.

A discente revelou baixa auto-estima (baixa auto-confiança, desvalorização/inaceitação da imagem corporal) e baixo auto-conceito escolar (baixas expectativas de auto-eficácia), o que tem impacto aos níveis social e escolar.

Em contexto escolar a aluna terá a tendência para não tomar iniciativa (por exemplo, na participação nas aulas, no esclarecimento de dúvidas); ficar ansiosa quando questionada, bem como em tarefas de avaliação; desistir facilmente quando não consegue realizar as tarefas. No relacionamento com pares e/ou adultos manifestará atitudes de reserva, dificuldades na comunicação e expressão de opiniões e no reconhecimento/expressão de sentimentos.

A é pouco autónoma no trabalho de estudo individual, revelando pouca persistência e baixa motivação para realizar tarefas que perceciona inacessíveis. Estes aspectos são impeditivos de um desenvolvimento de estratégias de estudo eficazes e de um melhor aproveitamento dos recursos intelectuais que possui.

Apesar destas limitações, a aluna está disponível para as aprendizagens escolares, tendo perspectivas futuras que passam pelo investimento na sua educação.

A intervenção em apoio psicopedagógico incide nas áreas abaixo referenciadas:

- gestão da ansiedade;
- promoção da auto-estima;
- na promoção do auto-conceito escolar e das expectativas de auto-eficácia;
- na promoção de métodos de trabalho de estudo.

Recomendações:

A aluna deverá beneficiar de medidas educativas especiais, previstas no Decreto-Lei 33/2009/M, de 31 de Dezembro, ajustadas às suas necessidades com vista à progressão nas aprendizagens, bem como à aquisição de competências favorecedoras do seu desenvolvimento global.

Porto da Cruz, 16 de Junho de 2010

A Psicóloga

Nota: Esta informação tem carácter confidencial. Após ser dada a conhecer ao Conselho de Turma e Encarregado(a) de Educação, deverá ser arquivada no Processo Individual do(a) Aluno(a).

ESCOLA BÁSICA DO PORTO DA CRUZ

Serviço de Psicologia e Orientação

Relatório de Avaliação Psicológica

Nome: _____

aluna c

Data de Nascimento: _____

Idade Cronológica: _____

Motivo de encaminhamento: **Aluna emocionalmente instável, afectando o ritmo de aprendizagem e de trabalho. Parece estar constantemente distraída e alheada à sala de aula. Apresenta falta de trabalho e de estudo e nem sempre cumpre as tarefas solicitadas.**

Solicitação feita por: **Directora de Turma,** _____

Avaliação e acompanhamento desde: **12/03/2010**

Instrumentos de avaliação psicológica utilizados:

A aluna _____, a frequentar o _____, neste estabelecimento de ensino foi observada em avaliação psicológica com os seguintes instrumentos: entrevista semi-estruturada, Escala de Inteligência de Weschler – WISC-R, Escala de Auto-Conceito de Piers-Harris, Desenho da Família-Técnica de Corman. Foram recolhidas informações junto do Conselho de Turma e encarregada de Educação – Mãe..

Comportamento em avaliação psicológica:

A _____ apresentou-se receptiva ao apoio psicológico e psicopedagógico.

No enquadramento do seu desenvolvimento e agregado familiar evidenciou uma narrativa fantasiosa, a qual é vivida pela _____ como sendo realidade. Revelou-se cooperante nas tarefas que tinha facilidade em realizar e resistência às que previa ter dificuldades (nas áreas da percepção visual, orientação espacial, sequenciação temporal), realizando-as impulsivamente e sem comportamento de verificação.

Estas condições afectaram negativamente o seu desempenho.

Resultados da avaliação psicológica:

A _____ demonstrou possuir um desenvolvimento cognitivo muito abaixo do esperado para a sua faixa etária (Nível Muito Inferior).

Os melhores resultados da aluna relacionam-se com as aprendizagens escolares, devido à sua boa capacidade de armazenamento de informação. No entanto, a integração e aplicação desta informação está comprometida, especialmente quando implica raciocínio não verbal (espacial e abstracto).

A _____ apresenta dificuldades acentuadas na formação de conceitos não verbais e na discriminação entre informação essencial e acessória.

A discente distrai-se com facilidade e quando solicitada uma actividade que implique constância na atenção, tende a responder impulsivamente. Como tem noção das dificuldades com que se depara no seu quotidiano escolar, o seu auto-conceito a este nível é baixo, não se valorizando na turma e aos seus atributos intelectuais.

A revelou compreensão do funcionamento social, no entanto, apresenta dificuldades no relacionamento com pares e adultos, tendendo a isolar-se por antecipar consequências nefastas da aproximação ao outro. Perante novas situações, terá muita dificuldade em adaptar-se, dada a sua falta de flexibilidade e pouca autonomia.

As áreas de intervenção junto da aluna, em Apoio Psicológico e Psicopedagógico são:

- Ajustamento psicológico ao nível de si próprio, dos outros e dos contextos escolar e extra-escolar;
- Regulação de Hábitos de Vida (alimentação, sono, higiene);
- Promoção do auto-conceito escolar;
- Promoção cognitiva;
- Promoção de competências sociais.

Recomendações:

A aluna deverá beneficiar de medidas educativas especiais, previstas no Decreto-Lei 33/2009/M, de 31 de Dezembro, ajustadas às suas necessidades com vista à progressão nas aprendizagens, bem como à aquisição de competências favorecedoras do seu desenvolvimento global.

A aluna deverá ser observada na Consulta de Pedopsiquiatria.

Porto da Cruz, 15 de Junho 2010

A Psicóloga

Nota: Esta informação tem carácter confidencial. Após ser dada a conhecer ao Conselho de Turma e Encarregado(a) de Educação, deverá ser arquivada no Processo Individual do(a) Aluno(a).

Anexo 2 - Termo de Consentimento da Secretaria Regional de Educação

Por conhecimento do seu ofício, ofício a Prof. Rita Vieira

S. R.

REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E RECURSOS HUMANOS
DIREÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO

Exmo. Senhor
Diretor da EB123/PE do Porto da Cruz
Rua da Alagoa
Sítio das Casas Próximas
9225-0

Sua referência	Sua comunicação de	Nossa referência	Data
Of. 356/7.5	29-11-2012	Of. 0096/5 Proc. 5.43/13	15-01-2013

ASSUNTO: Parecer – Acesso a Documentos

Relativamente ao assunto mencionado em epígrafe e para os devidos efeitos, encarregamo-nos o Exmo. Senhor Diretor Regional de Educação de informar V. Exa. do parecer elaborado pelos nossos Serviços, no qual exarou a 10/01/2013, o despacho cujo teor abaixo se transcreve:

"Informe-se a escola nos termos do parecer da DSIFIE."

"Por ofício n.º 5887, datado de 04/12/2012 da Escola Básica do Porto da Cruz, foi solicitado um pedido de parecer sobre um requerimento da docente Rita Vasconcelos Vieira, professora contratada por tempo indeterminado daquela escola.

Posto isto, somos a informar:

A docente pertence ao grupo 520, leciona a disciplina de ciências naturais e está envolvida no projeto ESA.

Encontra-se neste momento a desenvolver um projeto de mestrado na área da educação para a sexualidade, no ensino especial, domínio cognitivo e motor, pela Universidade Fernando Pessoa.

Solicita para o efeito autorização para utilizar os dados obtidos com alguns alunos que frequentam uma turma de CEF da escola, garantindo que os dados serão utilizados de forma anónima.

O art.º 3.º da Lei 46/2007 de 24 de Agosto, que é a Lei que regula o acesso aos documentos administrativos, define e distingue documento nominativo de documento administrativo.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E RECURSOS HUMANOS
DIREÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO

O Parecer n.º 250/2002, de 18/12/2002, Processo n.º 2069 da CADA: "Aos documentos nominativos só podem ter acesso as pessoas que digam respeito, ou ainda terceiros que demonstrem interesse direto, pessoal e legítimo em obter tal informação.

Ainda que no entanto (...) todos têm acesso à parte não nominativa desses documentos desde que seja possível eliminar a informação de natureza nominativa, através do expurgo ou ocultação desses dados.

Assim, face a tudo o que foi dito, somos de parecer que pode ser facultada a informação que a docente pretende desde que se obtenha autorização dos encarregados de educação, porque se tratam de menores bem como se respeite o anonimato dos alunos."

Com os melhores cumprimentos,

O Diretor de Serviços
de Investigação, Formação e Inovação Educacional

(Bernardo Lage Valério)

Anexo 4 - Termo de Consentimento dos Encarregados de Educação dos participantes

Escola Básica 1,2,3/PE do Porto da Cruz

Eu, Rita Vasconcelos Vieira, Professora Contratada por Tempo Indeterminado, pertencente ao grupo 520, a lecionar Ciências Naturais e o Projeto ESA (desde o seu início de implementação), nesta escola, encontro-me a desenvolver um projeto de Mestrado, na Área da Educação para a Sexualidade, no Ensino Especial, pela Universidade Fernando Pessoa.

Com a finalidade de possibilitar a concretização deste projeto, venho, por este meio, solicitar a Vossa Excelência autorização para consultar informação do Processo Individual e dos resultados da aplicação do projeto ESA, relativa ao seu educando, _____, que frequenta a turma do _____ da escola. Os dados serão utilizados de forma anónima.

Na expectativa de poder contar com a vossa colaboração, apresento os meus respeitosos cumprimentos.

Porto da Cruz, 20 de dezembro de 2012

A Professora



Rita Vieira

O Encarregado de Educação: _____

Eu, Rita Vasconcelos Vieira, Professora Contratada por Tempo Indeterminado, pertencente ao grupo 520, a lecionar Ciências Naturais e o Projeto ESA (desde o seu início de implementação), nesta escola, encontro-me a desenvolver um projeto de Mestrado, na Área da Educação para a Sexualidade, no Ensino Especial, pela Universidade Fernando Pessoa.

Com a finalidade de possibilitar a concretização deste projeto, venho, por este meio, solicitar a Vossa Excelência autorização para consultar informação do Processo Individual e dos resultados da aplicação do projeto ESA, relativa ao seu educando, que frequenta a turma () de da escola. Os dados serão utilizados de forma anónima.

Na expectativa de poder contar com a vossa colaboração, apresento os meus respeitosos cumprimentos.

Porto da Cruz, 20 de dezembro de 2012

A Professora



Rita Vieira

O Encarregado de Educação: _____

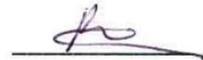
Eu, Rita Vasconcelos Vieira, Professora Contratada por Tempo Indeterminado, pertencente ao grupo 520, a lecionar Ciências Naturais e o Projeto ESA (desde o seu início de implementação), nesta escola, encontro-me a desenvolver um projeto de Mestrado, na Área da Educação para a Sexualidade, no Ensino Especial, pela Universidade Fernando Pessoa.

Com a finalidade de possibilitar a concretização deste projeto, venho, por este meio, solicitar a Vossa Excelência autorização para consultar informação do Processo Individual e dos resultados da aplicação do projeto ESA, relativa ao seu educando, _____, que frequenta a turma do _____ da escola. Os dados serão utilizados de forma anónima.

Na expectativa de poder contar com a vossa colaboração, apresento os meus respeitosos cumprimentos.

Porto da Cruz, 20 de dezembro de 2012

A Professora



Rita Vieira

O Encarregado de Educação: _____

Anexo 5 - Questionário I

	QUESTIONÁRIO 8-I	8º ANO 1ª AULA
---	-------------------------	---------------------------

Antes de começarmos as aulas de Educação para a Sexualidade e Afectos é importante que reflectas um pouco sobre alguns conhecimentos que já tens sobre o assunto. Para tal responde a este questionário, colocando um X nos espaços correspondentes às tuas escolhas. Só podes assinalar um X por cada frase. Se assinalares a letra V significa que achas que a frase é verdadeira, se assinalares a letra F significa que consideras a frase falsa. Quando não tiveres a certeza se a frase é falsa ou verdadeira, marca um X na coluna correspondente ao “Não sei”.

As tuas respostas também vão servir para o professor (ou a professora) preparar as aulas tendo em conta as tuas necessidades.

Obrigada pela colaboração.

Preenche os teus dados pessoais:

Nome: _____ Turma 9º _____ Nº _____

	Frases	V	F	Não sei
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, ovulação, degeneração do corpo amarelo, fecundação, e nidação.			
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero.			
3	O trajecto seguido pelos espermatozóides desde o local de produção até ao exterior do corpo, é o seguinte: epidídimo, testículo, vesículas seminais, canais deferentes, próstata e uretra.			
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte.			
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher.			
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais.			
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida.			
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco.			
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção.			
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a).			
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual.			
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação “a sério”, não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente.			
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros.			
14	A seguinte frase não pode ser considerada um exemplo de estereótipo:” Os rapazes pressionam mais que as raparigas”			

Frases		V	F	Não sei
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e Infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo.			
16	.Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH			
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH.			
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente.			
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões.			
20	A melhor forma de dizer “não” é através de um comportamento assertivo.			
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste.			
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis.			
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem.			
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe “não”.			

Anexo 6 - Questionário II

	8º ANO 10ª AULA	QUESTIONÁRIO 8-II
---	----------------------------------	--------------------------

No final das aulas de Educação para a Sexualidade e Afectos é importante que reflectas sobre os conhecimentos que adquiriste. Para tal responde a este questionário, colocando um X nos espaços correspondentes às tuas escolhas. Só podes assinalar um X por cada frase. Se assinalares a letra V significa que achas que a frase é verdadeira, se assinalares a letra F significa que consideras a frase falsa. Quando não tiveres a certeza se a frase é falsa ou verdadeira, então marca um X na coluna correspondente ao "Não sei".

As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos.

Obrigada pela colaboração.

Preenche os teus dados pessoais:

Nome: _____ Turma 8º _____ Nº _____ Idade _____

	Frases	V	F	Não sei
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, ovulação, degeneração do corpo amarelo, fecundação, e nidação.			
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero.			
3	O trajecto seguido pelos espermatozóides desde o local de produção até ao exterior do corpo, é o seguinte: epidídimo, testículo, vesículas seminais, canais deferentes, próstata e uretra.			
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte.			
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher.			
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais.			
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida.			
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco.			
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção.			
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a).			
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual.			
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação "a sério", não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente.			
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros.			
14	A seguinte frase não pode ser considerada um exemplo de estereótipo: "Os rapazes pressionam mais que as raparigas"			

	Frases	V	F	Não sei
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e Infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo.			
16	.Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH			
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH.			
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente.			
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões.			
20	A melhor forma de dizer “não” é através de um comportamento assertivo.			
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste.			
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis.			
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem.			
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe “não”.			

FIM

Anexo 7 - Questionário de Autoavaliação

	8º ANO 10ª AULA	QUESTIONÁRIO Autoavaliação
---	----------------------------------	---

Este questionário serve para fazeres uma autoavaliação do ESA. Preenche-o, colocando um X nos locais que melhor representam o que sentes. As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos. Obrigada pela colaboração.

Sou: Rapaz Rapariga ; Estou na turma: _____ da Escola _____

	Sempre	Às vezes	Nunca
1. Fui assíduo/a?			
2. Cumpri as regras estabelecidas?			
3. Participei nas actividades propostas?			
4. Respeitei a opinião dos outros?			
5. Partilhei ideias e opiniões?			
6. Fiz perguntas sem receio?			
7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?			

8. Assuntos que mais gostei (podes assinalar mais de uma opção):	Coloca um X
1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções	
2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher	
3. Sistema reprodutor: factos e mitos	
4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência	
5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros	
6. Sexualidade e tomada de decisão	
7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”	
8. Sexualidade e comunicação eficaz	
9. Sexualidade e estereótipos	
10. Utilização do preservativo	
11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos	

	Sim	Não
9. As aulas de ESA foram importantes para mim?		
10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?		
11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?		
12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?		

13. Este espaço serve para dizeres o que quiseres acerca do ESA:

Anexo 8 - Planos de aula

E S A	DIAGNÓSTICO / LOCALIZAÇÃO	8º ANO 1ª AULA
----------------------	----------------------------------	---------------------------

INDICAÇÕES PARA O PROFESSOR

Objectivos:

- Faz uma autoavaliação.
- Fica motivado para aprender e discutir assuntos relacionados com a sexualidade.
- Compreende as regras de funcionamento das aulas do ESA.
- Reflecte sobre assertividade e comportamento sexual.
- Identifica as suas dúvidas e as suas ideias em relação ao assunto.
- Escreve dúvidas, questões, comentários e casos sobre a assertividade e comportamento sexual.

Materiais:

- Questionário – 8º I.
- Quadro ou papel de conferência.
- Folhas de papel A4, divididas em 4 partes iguais.
- Caixa para recolha de dúvidas.
- Regras de funcionamento.

Actividades:

1. Faça uma pequena apresentação. (5min)
2. Relembre as regras de funcionamento das aulas de Educação para a Sexualidade e para os Afectos. Se preferir projecte uma transparência. (10min).
3. Distribua os questionários para serem preenchidos individualmente pelos alunos. Recolha. (15min)
4. Escreva no quadro ou em papel de conferência os termos: "assertividade", "comportamento sexual". (5min)
 - Peça aos alunos para dizerem palavras ou frases, relacionadas com estes termos, fazendo uma "chuva de ideias". Registe no quadro. Use um termo de cada vez.
5. Distribua as folhas de papel por si preparadas e peça para cada aluno escrever, anonimamente, dúvidas, questões ou comentários relacionados com aqueles termos. Recolha as dúvidas na caixa de recolha. (5min)
6. Informe os alunos que podem continuar a colocar questões na caixa, anonimamente, durante os dias em que decorrerem estas actividades.

Notas:

- Na apresentação não ultrapasse os 5 minutos. Explique a importância de conhecer as dúvidas dos alunos para poder preparar as aulas seguintes de modo a satisfazer as suas necessidades.

- Apesar dos alunos já terem discutido as regras de funcionamento das aulas ESA nos anos anteriores, é necessário torná-las presentes. Devido às características do tema e das actividades aqui tratadas, as regras devem ser compreendidas e cumpridas.
- Os alunos devem ser informados que os conteúdos serão tratados de acordo com o seu grau de maturidade numa perspectiva de futuro; o que interessa é que os alunos se sintam com dados suficientes para orientarem a sua própria vida com segurança.
- Todas as ideias e opiniões são válidas desde que respeitem a dignidade da pessoa, enquadrada pela Carta Universal dos Direitos Humanos.
- Preenchimento dos questionários:
 - Certifique-se que todos os alunos preenchem os dados relativos à sua identificação. A experiência mostra que alguns alunos trocam a indicação referente ao género a que pertencem; para ultrapassar este problema, sugere-se a utilização de folhas de papel colorido, uma cor para cada género.
 - As respostas ao questionário servirão de base para a construção de material didáctico.
 - Informe os alunos que não se devem preocupar se não souberem responder – o questionário serve exactamente para fazerem uma autoavaliação nesta área e, também, servirá para o professor detectar as suas necessidades.
 - Não deve explicar o significado das palavras que os alunos não entendem, mas deve fazer para si esse registo.
- “Chuva de ideias”
 - Tenha em consideração que esta actividade não pretende ser um confronto de ideias.
 - Certifique-se que os alunos não escrevem nos respectivos cadernos.
 - Registe para si as palavras e as frases para também poderem servir de base para a construção de material didáctico.
 - Os alunos devem sentir que o professor está a partir do ponto onde eles se encontram e que o controlo dos conteúdos é feito a partir das suas necessidades.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSORObjectivos:

- Distingue factos de mitos acerca do funcionamento do Sistema Reprodutor
- Explica o processo do ciclo menstrual
- Explica o processo de produção de espermatozóides /ejaculação.
- Compreende a finalidade do Sistema Reprodutor

Materiais:

- Apresentação *powerpoint*: “Facto ou ficção”
- Computador / Projector
- Cartões verdes e vermelhos
- Ficha de trabalho: “A vida de um óvulo e de um espermatozóide”

Actividades:

1. Informe os alunos que aula de hoje servirá para reverem algumas noções da fisiologia reprodutiva assim como para aprenderem factos novos. (2 min)
2. Inicie a apresentação *powerpoint* referindo que muitas vezes confundimos factos com ficção. Informe que serão projectadas frases que os alunos terão de classificar como “Facto” ou “Ficção” levantando o cartão verde ou o vermelho, respectivamente. (20 min)
 - 2.1. Em cada slide, depois de toda a turma se ter pronunciado, peça a um ou a 2 alunos para explicarem a sua posição. Projecte e discuta a resposta.
 - 2.2. Dê oportunidade a todos os alunos para explicarem a sua posição.
3. Coloque os alunos em grupos e distribua a cada grupo uma ficha de trabalho. Atribua 10 minutos para completarem a ficha. Projecte e discuta a resposta. (15 min)
4. Faça uma síntese final (5 min)

Notas:

- As comparações usadas servem para os alunos ficarem com uma ideia das dimensões e das quantidades apresentadas pois podem compará-las com “medidas” que conhecem; é mais fácil perceber a quantidade “uma colher de sopa” do que a quantidade “15 ml”.
- A animação dos slides está assim preparada:
 - 1º e último slides: não efectuar nenhuma acção
 - Slides de 2 a 18: Dar um “clique” no rato para aparecer a resposta (facto ou ficção); voltar a dar um clique para aparecer a clarificação da resposta.
 - Todos os slides: dar um clique para passar ao slide seguinte.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSORObjectivos:

- Conhece situações de risco na vivência da sexualidade.
- Compreende que é o comportamento de cada pessoa que transforma uma dada situação em situação de risco.
- Compreende como as pessoas se infectam com o VIH.
- Compreende como o VIH se transmite entre as pessoas.
- Compreende que uma pessoa infectada pelo VIH que partilhe seringas ou pratique sexo desprotegido pode infectar muitas pessoas, em pouco tempo e sem ninguém se aperceber disso.

Materiais:

- Cartões laranja, vermelho, verde, e rosa (1 cartão de cada cor por aluno)
- Folha de papel de conferência com o significado das cores dos cartões

Actividades:

1. Comece por dizer aos alunos que na aula de hoje vão ter oportunidade de perceber como é que as pessoas se infectam com o VIH e também como é que o vírus se transmite de umas pessoas para as outras. (5min)
2. Coloque todos os cartões num saco e retire 4 cartões, ao acaso, para cada aluno. Cada aluno pode ter qualquer combinação de cores. (12min)
 - 2.1. Peça então para cada aluno escrever o seu nome em cada um dos cartões.
 - 2.2. Explique as regras do jogo: vão circular pela sala e, quando disser “trocar cartões”, têm de encontrar um (ou uma) colega para trocar com ele (ou com ela) um dos seus cartões.
 - 2.3. Quando voltar a dizer “trocar cartões”, os alunos devem procurar um outro (ou uma outra) colega e fazerem novamente uma troca de cartões.
 - 2.4. Diga-lhes que vão fazer isto 4 vezes de modo que, no final, cada aluno terá um conjunto de 4 cartões mas em nenhum deles poderá constar o seu nome. É importante sublinhar aos alunos que apenas podem dar um cartão com o seu nome e que não podem receber nenhum cartão com o seu nome.
 - 2.5. Depois destas explicações, inicie o jogo.
3. Depois da troca de cartões, peça para os alunos se sentarem e explique o que significam as cores dos cartões. Cada cor representa um comportamento que as pessoas decidiram ter. (ver notas) (5min)
4. Em seguida peça a um aluno (ou aluna) para se pôr de pé. Diga à turma: “Para compreendermos o que acabámos de fazer vamos imaginar que esta pessoa era seropositiva no início do jogo”. Peça então a esse aluno (ou aluna) para ler os nomes escritos nos cartões que possui com as cores laranja e vermelho. Diga aos alunos cujos nomes foram lidos para se levantarem e permanecerem de pé. O aluno inicial também se mantém de pé. (12min)
 - 4.1. Informe: “De acordo com as regras do jogo, estas pessoas que estão de pé também se infectaram com o VIH porque partilharam seringas (cartão laranja) ou tiveram relações sexuais desprotegidas (cartão vermelho) com a pessoa que estava infectada com o VIH”.

- 4.2. Peças agora a cada uma das pessoas que estão de pé, para lerem os nomes escritos nos cartões laranja e vermelhos que possuem. Repita as explicações que deu no ponto 4.1.
- 4.3. Pela terceira vez peça às pessoas que agora se levantaram para lerem os nomes escritos nos cartões laranja e vermelhos que possuem. Por esta altura, provavelmente todos os alunos estão de pé. Pergunte aos alunos qual a sua reacção em relação ao número de alunos que agora "estão infectados".
- 4.4. Se alguns alunos permanecerem sentados, peça-lhes para olharem para os seus cartões e os mostrarem à turma. Solicite à turma uma explicação para o facto destes alunos permanecerem sentados
5. Oriente uma discussão tendo em conta os objectivos propostos. (6min)

Notas:

Quadro com o significado das cores dos cartões:

COR	COMPORTEAMENTO
Laranja	Partilhar seringas usadas
Vermelho	Ter relações sexuais desprotegidas
Verde	Ter relações sexuais com preservativo
Rosa	Falar, tocar, beijar, abraçar

Significado dos cartões / comportamentos dos alunos que ficaram sentados no jogo:

- Se o aluno tiver cartões vermelhos ou laranja, quer dizer que só podem ter vindo de alunos que também estão sentados. Significa que tiveram relações sexuais desprotegidas e/ou partilharam seringas com uma pessoa que não estava infectada. Estes alunos correram um grande risco apesar de não se terem infectado.
- Se o aluno tiver um cartão verde com o nome de um dos alunos que estão de pé quer dizer que, teve relações sexuais protegidas com preservativo com uma pessoa infectada pelo VIH. O uso correcto do preservativo, desde o início da relação sexual, constitui uma barreira eficaz à transmissão do VIH.
- Um cartão verde com o nome de um aluno que está sentado significa relações sexuais seguras (com preservativo) com uma pessoa que não está infectada. Ambos estão protegidos.
- Os alunos com os cartões rosa não tiveram relações sexuais ou partilharam seringas com os seus parceiros - eles falaram, tocaram-se beijaram-se, abraçaram-se. Qualquer um deles poderia estar infectado pelo VIH, mas não infectaram a outra pessoa porque trocaram cartões cor-de-rosa.

Possíveis perguntas para orientar a discussão:

- Como podes ser infectado pelo VIH?
- Tiveste algum meio de saber se a pessoa com quem trocaste os cartões estava infectada pelo VIH?
- Como te sentiste quando soubeste que tinhas sido infectado?
- Como te sentiste em relação ao teu parceiro/a?
- Agora que já sabes o significado das cores dos cartões o que farias de modo diferente para evitar seres infectado pelo VIH?
- Em que medida este jogo é verdadeiro na vida real?
- Em que medida este jogo é diferente da vida real?

Notas para preparação dos materiais:

- Utilize cartões pequenos
- Se quiser poupar tempo, leve para a sala de aula os grupos de 4 cartões já preparados, ao acaso.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSORObjectivos:

- Compreende que qualquer pessoa tem, no dia-a-dia, de tomar decisões.
- Identifica factores que influenciam a tomada de decisão.
- Toma consciência de que qualquer decisão sofre várias influências que podem não ser visíveis.
- Apercebe-se de que os valores de cada pessoa comandam as suas decisões.
- Distingue decisões difíceis de decisões fáceis no campo da sexualidade.
- Compreende que, no âmbito da sexualidade, as emoções tornam as decisões ainda mais difíceis.
- Lida com eficácia em situações que envolvam a tomada de decisões no campo sexual.

Materiais:

- 3 Fichas de registo – Trabalho de grupo.
- Quadro ou papel de conferência.

Actividades:

1. Introduza o tema retomando a aula anterior e orientando o discurso para a importância das pessoas desenvolverem capacidades, nomeadamente, a capacidade de tomar decisões que as protejam quando enfrentam uma situação de risco. (5min)
2. Faça 3 grupos de trabalho e distribua a cada grupo uma ficha de registo. Peça aos alunos para discutirem a situação e responderem ao que se pede na ficha. (15min)
3. Peça aos porta-vozes de cada grupo para lerem as situações e as respectivas respostas. Vá registando no quadro as ideias essenciais e oriente uma discussão geral. (20min)
4. Recolha as 3 fichas de registo.

Notas:

- Exemplos de perguntas para a discussão geral:
 - Qual a relação entre o vestuário e a sexualidade?
 - Que factores exercem maior influência na tomada de decisão?
 - Todas decisões são igualmente difíceis / fáceis de tomar? Porquê?
 - Que relação existe entre os valores familiares e os valores pessoais? E entre os valores dos pares e os pessoais?
 - Que razões levam os adolescentes a adiar as relações sexuais?

➤ Que razões existem para os adolescentes terem relações sexuais?

➤ Se uma pessoa decidir ter relações sexuais, que comportamentos preventivos deve ter?

Argumentos pró e contra as relações sexuais:

➤ Algumas razões indicadas pelos adolescentes para terem relações sexuais:

- ❖ Para parar a pressão exercida pelos amigos/pelo parceiro
- ❖ Para comunicar sentimentos de amor na relação
- ❖ Para evitar a solidão
- ❖ Para obter afecto
- ❖ Para receber e dar prazer
- ❖ Para mostrar independência dos pais e de outros adultos
- ❖ Para não perder um parceiro
- ❖ Para provar que é adulto
- ❖ Para se tornar pai/mãe
- ❖ Para satisfazer a curiosidade
- ❖ Por sentir desejo sexual
- ❖ Para ser "popular"

➤ Algumas razões indicadas pelos adolescentes para não terem relações sexuais:

- ❖ Para seguir crenças religiosas ou valores pessoais e familiares
- ❖ Para estar preparado para ter relações sexuais
- ❖ Para impedir a mudança na relação romântica
- ❖ Para evitar uma gravidez
- ❖ Para evitar a SIDA e outras ITSS
- ❖ Para evitar magoar os pais
- ❖ Para evitar sentir-se culpado
- ❖ Para atingir os objectivos propostos para o futuro
- ❖ Para encontrar o parceiro certo
- ❖ Para esperar pelo casamento

INDICAÇÕES PARA O PROFESSOR

Objectivos:

- Conhece técnicas para recusar o envolvimento sexual.
- Distingue o “não” eficaz do “não” não eficaz.
- Compreende que tem o direito dizer “não” ao envolvimento sexual.
- Compreende a ligação entre “dizer não” e ultrapassar situações de riscos.
- Conhece formas alternativas ao envolvimento sexual.
- Conhece o 2º DSR – Direito à liberdade e segurança da pessoa.
- Relaciona os DSR com o dia-a-dia das pessoas.

Materiais:

- Ficha de trabalho “Como dizer não”
- Transparência: “Dizer “não” ao envolvimento sexual”
- Retroprojector.

Actividades:

1. Faça a ligação com a aula anterior recordando a 3ª situação trabalhada e colocando a seguinte pergunta: “Como dizer não ao envolvimento sexual?”. Diga-lhes que se pode dizer não de várias maneiras, mas que umas são eficazes enquanto outras não são. O trabalho de hoje permite distinguir os dois tipos de “nãos”. (3min)
2. Divida os alunos em 3 ou 4 grupos e distribua uma ficha de trabalho por grupo. (10min)
3. Peça ao porta-voz de cada um dos grupos para comunicar à turma o resultado do seu trabalho. Anote as respostas e faça uma discussão geral. (12min)
4. Continue a discussão projectando a transparência “Dizer “não” ao envolvimento sexual”, destapando uma frase de cada vez. (10min)
5. Apresente a Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos. Dê realce ao 2º DSR – através de uma discussão participativa dos alunos, faça a ligação com o trabalho que acabaram de fazer de modo a atingir os objectivos propostos. (5min)

Notas:

- As técnicas de recusa ou “formas de dizer não” servem para capacitar os adolescentes a recusarem avanços sexuais não desejados ou a evitarem situações de risco.
- Existem vários componentes essenciais numa frase efectiva de recusa que os adolescentes necessitam primeiro de compreender antes de praticarem esta capacidade.

- É importante usar um tom de voz firme para suportar o NÃO. Muitas vezes, a forma como se diz uma coisa é mais eficaz do que as palavras usadas. A voz firme indica segurança em relação ao que se pretende fazer.
- Existem movimentos corporais que suportam um NÃO verbal, como por exemplo:
 - Um gesto negativo com a mão
 - O corpo rígido; afastar-se da outra pessoa
 - Uma expressão séria; uma cara que indica veracidade
 - Outros movimentos corporais: O cruzar dos braços e das pernas para dar ênfase ao não
 - Se tudo falhar, afastar a outra pessoas e proteger-se.
- A técnica do “disco riscado”, ou seja, repetir a mensagem tantas vezes quantas as necessárias, revela-se eficaz quando se quer dizer “não” levando à desistência por parte do outro.
- Exemplos de alguma formas de mostrar o nosso amor por alguém...
 - Beijar
 - Dar as mãos
 - Abraçar
 - Aconchegar-se um no outro
 - Partilhar sonhos
 - Dar um abraço apertado
 - Ter a certeza que a outra pessoa se sente importante e respeitada
 - Completar-se um ao outro
 - Namoriscar
 - Fazer o outro rir
 - Tirar fotografias juntos
 - Dar um passeio ao luar
 - Fazer bolos e bolachas juntos
 - Ir ao cinema
 - Fazer um *pic-nic*
 - Criar um *website* dos dois
 - Passear o cão
 - Fazer planos para uma viagem
 - Visitar uma galeria de arte
 - Visitar museus
 - Visitar aquários
 - Escrever uma canção
 - Ler um para o outro
 - Escrever uma história
 - Visitar pessoas idosas
 - Fazer voluntariado
 - Fazer pinturas com as mãos
 - Andar de bicicleta
 - Jogar às cartas, ao dominó, xadrez, damas, etc.
 - Escrever um poema um para o outro
 - Pintar o retrato um do outro
 - Ir a um concerto
 - Pintar figuras em livros
 - Cuidar do jardim, das flores
 - Ter um passatempo para os dois, por exemplo, pintura em vidro
- O 2º DSR deve ser explorado tendo em conta o nível de desenvolvimento dos alunos e as suas vivências diárias, não se pretende uma exploração exaustiva dos termos e ideias nele contidos.
- Poderá usar, se assim o entender, uma transparência para o registo do trabalho dos alunos, sobrepondo um recorte de uma transparência virgem, no qual poderá anotar as respostas. Deste modo poderá usar a mesma transparência em todas as turmas onde realizar esta actividade.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSOR

Objectivos:

- Conhece modos de comunicação eficazes no relacionamento sexual.
- Relaciona o uso do preservativo com a prevenção das ITSS.
- Relaciona o uso do preservativo com a prevenção da gravidez não planeada.
- Relaciona comunicação com honestidade.
- Constrói um diálogo assertivo.
- Conhece formas de negociação do uso correcto do preservativo.

Materiais:

- Diálogo: Uso do preservativo e segurança pessoal (transparências)
- Cartões com frases do diálogo (uma cor para cada género)
- Retroprojector
- Bostik

Actividades:

1. Faça a ligação com a aula anterior realçando que, de acordo com os valores pessoais, existem razões válidas para as pessoas decidirem ter ou decidirem não ter relações sexuais. Pergunte aos alunos: No caso das pessoas decidirem ter relações sexuais, o que devem fazer? (3min)
2. Prepare antes da aula começar, um conjunto com as frases do rapaz e outro conjunto com as frases da rapariga. Em cada conjunto as frases devem estar colocadas aleatoriamente. Divida os alunos por 2 grupos: um grupo de raparigas e outro de rapazes. (2min)
3. Dê ao grupo das raparigas o conjunto com as falas da rapariga e ao grupo dos rapazes, o conjunto com as falas do rapaz. (15 min)
 - 3.1. Peça aos rapazes para procurarem no seu conjunto a frase que dá início ao diálogo – leia a frase em voz alta – e coloque-a no quadro ou na parede, usando “bostik”.
 - 3.2. Peça agora ao grupo das raparigas, para seleccionarem a frase que servirá de resposta àquela pergunta. Essa frase será também colocada no quadro ou na parede.
 - 3.3. Diga aos rapazes para continuarem o diálogo, seleccionando a frase seguinte e proceda da mesma forma até serem utilizadas todas as frases.
4. Solicite a participação de dois voluntários, um rapaz e uma rapariga, para lerem o diálogo construído. (3min)
5. Para a discussão final projecte a transparência com o diálogo original e estabeleça com os alunos semelhanças e diferenças. Peça para referirem o que aprenderam com aquele diálogo. (15 min)

Perguntas para a discussão:

- O que preocupa mais as pessoas quando numa relação sexual desprotegida (sem preservativo), uma gravidez não planeada ou uma doença transmitida sexualmente?
- Qual das duas situações anteriores é mais difícil de discutir com o(a) namorado(a)? Por que razão?
- Quem é que vocês pensam ser mais provável iniciar uma discussão acerca do controlo da natalidade, do controlo das infecções sexuais, da história sexual das pessoas, são os rapazes ou as raparigas? Porquê?
- Perguntar a alguém acerca do seu passado sexual significa que se tem dúvidas e se desconfia dessa pessoa?
- E pedir a alguém para usar o preservativo significa que se tem dúvidas e se desconfia dessa pessoa?
- O que significa “comunicação” e “honestidade” numa relação amorosa? Por que são essenciais para um relacionamento saudável?

INDICAÇÕES PARA O PROFESSORObjectivos:

- Conhece a existência de alguns estereótipos e preconceitos.
- Apercebe-se da existência de estereótipos relacionados com os papéis sexuais.
- Apercebe-se da existência de estereótipos relacionados com a orientação sexual.
- Apercebe-se da existência de estereótipos que relacionam papéis sexuais e orientação sexual.
- Compreende a necessidade de questionar os estereótipos e os preconceitos.
- Compreende que homem e mulher são iguais em dignidade apesar dos estereótipos.
- Conhece o 3º DSR – Direito à igualdade e a estar livre de todas as formas de discriminação.
- Relaciona os DSR com o dia-a-dia das pessoas.

Materiais:

- Cartões com os termos: CONCORDO, NÃO CONCORDO, NÃO SEI.
- Transparência: “Estereótipos”
- Transparência: “Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos”

Actividades:

1. Coloque em pontos estratégicos da sala de aula os cartões com os termos: CONCORDO, NÃO CONCORDO, NÃO SEI.
2. Escreva quadro os termos: “papel sexual”, “heterossexual” e “homossexual” e peça para os alunos fazerem um *brainstorming* em relação a cada um dos termos (1 minuto para cada termo). Anote, por baixo de cada termo, as respostas dos alunos. (5 min)
3. Coloque a questão: Por que é importante apercebermo-nos dos estereótipos e dos preconceitos existentes na sociedade?
4. Seleccione um grupo de frases da lista apresentada abaixo (ou outras frases que considere pertinentes) e leia uma frase de cada vez, pedindo aos alunos para se deslocarem para junto do cartão que melhor corresponde à sua opinião. (20min)
 - 4.1. Peça a alguns alunos, ao acaso, para dizerem a razão de se terem colocado nessas posições.
 - 4.2. Oriente uma pequena discussão após cada frase tendo sempre em conta os objectivos propostos e identificando as respostas do *brainstorming* dos alunos correspondentes a estereótipos e a preconceitos.
5. Discussão final – oriente esta discussão para realçar a importância de consciencializarmos os estereótipos e os preconceitos que orientam os nossos comportamentos. Explícite com os alunos os conceitos de “estereótipo” e “preconceito”. Explore a transparência. (10min)
6. Apresente a Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos. Dê realce ao 3º DSR – através de uma discussão participativa dos alunos, faça a ligação com o trabalho que acabaram de fazer. (5min)

1. O Brilhante tem ar de *gay*.
2. As lésbicas não apanham doenças sexualmente transmissíveis.
3. Só os homossexuais se infectam com o VIH.
4. Todas as lésbicas são virgens.
5. Os homens sensíveis são *gays*.
6. As lésbicas são masculinas
7. Os homens são melhores chefes que as mulheres
8. As raparigas podem chorar; os rapazes não.
9. Os estilistas são *gays*
10. As raparigas bonitas não são inteligentes
11. O homem é o chefe da família
12. As raparigas só querem falar ao telemóvel e ir às lojas.
13. Os rapazes não sabem cozinhar nem limpar.
14. As raparigas que compram preservativos são “oferecidas”.
15. Percebe-se que uma pessoa é homossexual porque faz determinados gestos.
16. As raparigas são mais sensíveis que os rapazes.
17. Os homens têm mais direitos que as mulheres.
18. A mulher depende do homem.
19. Quem deve pedir namoro é o rapaz.
20. As mulheres são más condutoras
21. Os rapazes são melhores no desporto que as raparigas.
22. O homem está preparado para mandar

Notas:

- É importante trabalhar os temas “Orientação sexual” e “Papéis sexuais” de forma positiva e não enviesada de forma a não perpetuar preconceitos ou estereótipos. É importante respeitar as crenças dos alunos, mas é necessário corrigir as informações incorrectas e desafiar e desmontar os seus estereótipos e preconceitos.
- Escolha as frases que melhor se adequem às necessidades dos alunos de cada turma, tendo especial atenção em não favorecer um género em relação ao outro.
- O 3º DSR deve ser explorado tendo em conta o nível de desenvolvimento dos alunos e as suas vivências diárias, não se pretende uma exploração exaustiva dos termos e ideias nele contidos.
- Em alternativa aos cartões afixados na sala “CONCORDO, NÃO CONCORDO, NÃO SEI”, poderá recortar pequenos cartões em cartolinas coloridas e distribuir a cada aluno um conjunto de três cores:
 - Vermelho – Não concordo
 - Verde – Concordo
 - Amarelo – Não sei
 À medida que lê as frases, os alunos levantam o cartão correspondente à sua posição. Esta variante evita grandes alterações na sala quando o espaço não é o mais adequado.
- Conceito de estereótipo: São ideias feitas que resultam de generalizações tendentes a considerar que todos os membros de um grupo de pessoas têm as mesmas características e se comportam do mesmo modo.
- Conceito de preconceito: Quando as suposições e os estereótipos influenciam as nossas atitudes e como tal influenciam o julgamento que se faz de alguém ou alguma coisa.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSOR

Objectivos:

- Conhece as propriedades do látex como barreira eficaz em relação aos microrganismos e aos espermatozóides.
- Conhece o modo de utilização do preservativo.
- Compreende os cuidados a ter na utilização eficaz do preservativo.
- Compreende a eficácia do preservativo na prevenção da gravidez não planeada e das infeções de transmissão sexual.

Materiais:

- Kit de material didáctico para colocação do preservativo
- Regras de colocação do preservativo – transparência (ver 7º Ano)
- Retroprojector

Actividades:

1. Comece por recordar a fala do diálogo anterior “A prática acaba por tornar as coisas perfeitas” e informe que, nesta aula, terão oportunidade de rever conhecimentos e práticos acerca do uso correcto do preservativo. (2min)
2. Peça a um aluno para ler em voz alta, as instruções que acompanham os preservativos. Em seguida, solicite aos alunos que completem aquelas instruções, de acordo com o que já sabem. Vá registando em papel de conferência estas ideias corrigindo-as se necessário. (5min)
3. Projecte as regras de manutenção e de colocação do preservativo, numa ordem sequencial, desde o acto da compra até o acto de o deitar fora depois de utilizado. Os alunos devem comparar com o que construíram anteriormente. (10min)
4. Faça uma demonstração da colocação correcta do preservativo, utilizando o material didáctico adequado. (3min)
5. Coloque os alunos aos pares, distribua o material do Kit didáctico de modo que todos os alunos possam desenvolver as competências de colocação do preservativo. (10min)
6. Oriente uma discussão relacionando os diferentes aspectos focados na aula, sua relação com a realidade dos adolescentes, nomeadamente a nível das barreiras encontradas. (10min)

Notas:

- Todo o material usado deve ser recolhido e posteriormente deitado no lixo, num saco bem fechado.

INDICAÇÕES PARA O PROFESSORObjectivos:

- Avalia o conjunto das aulas do ESA
- Faz uma autoavaliação

Materiais:

- Questionário – 8º II
- Ficha de autoavaliação
- Caixa de recolha

Actividade:

1. Distribua 1 questionário de cada vez para serem preenchidos pelos alunos. Recolha o questionário preenchido antes de distribuir o questionário seguinte.
2. Conclua dizendo aos alunos que podem expressar as suas opiniões oralmente e também podem escrever comentários/opiniões e depositarem na caixa de recolha.

Notas:

- Certifique-se que todos os alunos preenchem correctamente os dados relativos à sua identificação nos Questionários QII. Tenha em atenção que no QII os alunos devem indicar a idade.
- Os questionários de autoavaliação são anónimos. Os alunos não escrevem os nomes; apenas devem indicar a turma, a escola e o género para fins estatísticos.

Anexo 9 - Recursos utilizados

E S A	REGRAS DE FUNCIONAMENTO	8º ANO 1ª AULA
----------------------	--------------------------------	---------------------------

1. Todos os pontos de vista merecem ser discutidos. Não deitar abaixo (desvalorizar) as ideias e os valores das pessoas. Não são permitidos insultos.
2. Respeitar as pessoas que estão a falar, dando-lhes atenção. Se alguém quiser falar, levanta a mão e espera até ser chamado a falar.
3. As perguntas podem ser feitas em qualquer altura. Não existem perguntas tolas. As perguntas apenas indicam o desejo de se informar; não dizem mais nada acerca das pessoas que as colocam.
4. Não há problema se o professor e os alunos corarem, se se sentirem embaraçados ou se não tiverem resposta para todas as perguntas.
5. Todas as pessoas têm o direito de se calar (de não responder às perguntas) ou de não participar nas actividades que as façam sentir-se desconfortáveis. Pode ser pedido às pessoas que expliquem por que não querem participar.
6. O professor pode decidir não responder a uma pergunta à frente de toda a turma.
7. A sala de aula é um local seguro para falar de assuntos delicados. O que for dito dentro da sala de aula será estritamente confidencial. É proibido referir nomes quando se discutem, fora da sala de aula, os assuntos trabalhados (o que interessa é a discussão das ideias). Os alunos devem falar com os pais acerca dos assuntos trabalhados nas aulas, mas não devem nunca “inventar” coisas que não foram ditas nem discutidas.
8. Quando se conta um caso, não se indica nunca o nome das pessoas envolvidas.
9. O professor também respeita estas regras.
10. Se alguém tiver uma queixa para fazer acerca da turma deve fazê-la directamente e em particular ao professor, para conversarem e discutirem sobre o assunto.

Existem casos em que a lei obriga o professor a facultar informação, como, por exemplo, nos casos de abuso físico e abuso sexual. Nestes casos, o professor conversará em privado com o aluno (ou a aluna) acerca daquilo que legalmente é obrigado a fazer.

As descrições abaixo apresentam os acontecimentos fora de ordem. Reescreve a “história” colocando os acontecimentos por ordem cronológica (podes usar apenas os algarismos).

O Ciclo menstrual

1. O óvulo viaja através das trompas de Falópio
2. O ovário liberta o óvulo
3. Cerca de duas semanas mais tarde, o espessamento extra da parede do útero sai pela vagina
4. É incrível como o corpo da mulher se prepara para uma gravidez!
5. Se o óvulo não encontra um espermatozóide, degenera
6. Enquanto o óvulo se desenvolve, a parede do útero sofre um espessamento e fica esponjosa.
7. Um outro óvulo começa a amadurecer num dos ovários e o processo começa outra vez.
8. Um óvulo começa a desenvolver-se.

A vida de um espermatozóide

1. É produzido nos testículos
2. Viaja dos vasos deferentes até à uretra
3. Viaja pelo o cervix, pelo o útero até às trompas de Falópio à procura do óvulo
4. Desenvolve-se durante 2 a 3 meses no epidídimo
5. Quando o pénis fica erecto, saio do epidídimo e viajo até aos vasos deferentes
6. À medida que passa pela próstata e pelas vesículas seminais, vão sendo adicionados fluidos que o fazem viver mais tempo e deslocar-se com maior facilidade
7. Sem ele um óvulo não poderia iniciar o processo de reprodução
8. A uretra transporta-o, juntamente com pelo menos 200 milhões de outros espermatozóides, para o exterior do corpo, através do processo de ejaculação
9. Se conseguir encontrar o óvulo antes dos outros espermatozóides, será o vencedor: fará parte de um ovo fertilizado.

O Ciclo menstrual

È incrível como o corpo da mulher se prepara para uma gravidez! Um óvulo começa a desenvolver-se. Enquanto o óvulo se desenvolve, a parede do útero sofre um espessamento e fica esponjosa. O ovario liberta o óvulo. O óvulo viaja através das trompas de Falópio. Se o óvulo não encontra um espermatozóide, degenera. Cerca de duas semanas mais tarde, o espessamento extra da parede do útero sai pela vagina. Um outro óvulo começa a amadurecer num dos ovários e o processo começa outra vez. (4, 8, 6, 2, 1, 5, 3, 7)

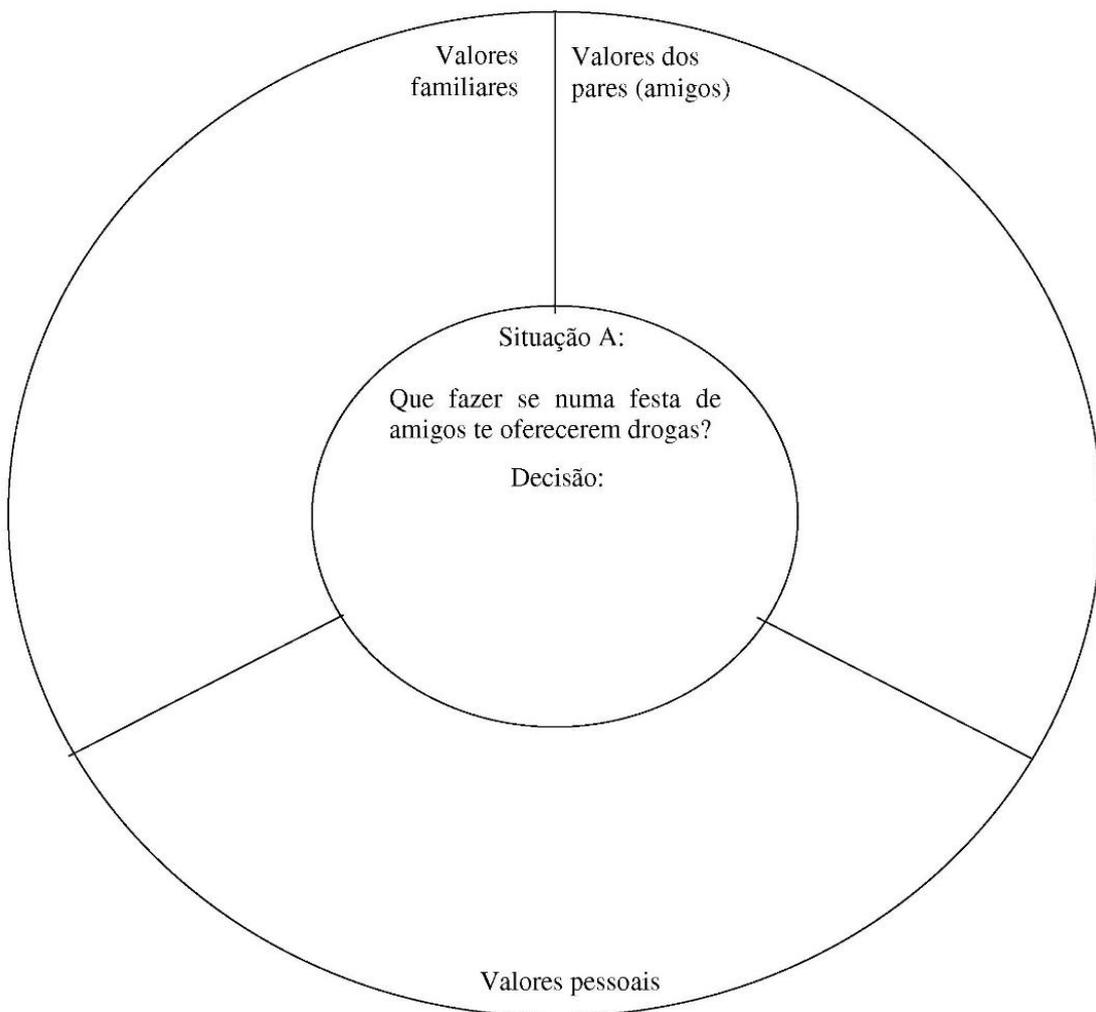
A vida de um espermatozóide

Sem ele um óvulo não poderia iniciar o processo de reprodução. É produzido nos testículos. Desenvolve-se durante 2 a 3 meses no epidídimo. Quando o pénis fica erecto, sai do epidídimo e viaja até aos vasos deferentes. Viaja dos vasos deferentes até à uretra. À medida que passa pela próstata e pelas vesículas seminais, vão sendo adicionados fluidos que o fazem viver mais tempo e deslocar-se com maior facilidade. A uretra transporta-o, juntamente com pelo menos 200 milhões de outros espermatozóides, para o exterior do corpo, através do processo de ejaculação. Viaja pelo o cervix, pelo o útero até às trompas de Falópio à procura do óvulo. Se conseguir encontrar o óvulo antes dos outros espermatozóides, será o vencedor: fará parte de um ovo. (7,1, 4, 5, 2, 6, 8, 3, 9)

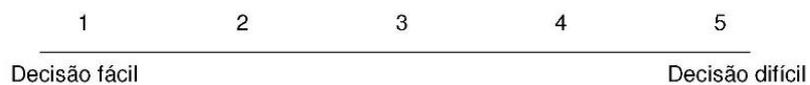
Existem muitas influências que afectam a tomada de decisão.

1- Completa o esquema de acordo com:

- o que pensas (valorizas) em relação ao assunto (valores pessoais) e
- o que os outros pensam (valorizam) em relação ao mesmo assunto (valores familiares e valores dos pares)



2- Classifica esta decisão de acordo com o seu grau de dificuldade, colocando um X no eixo do esquema abaixo:

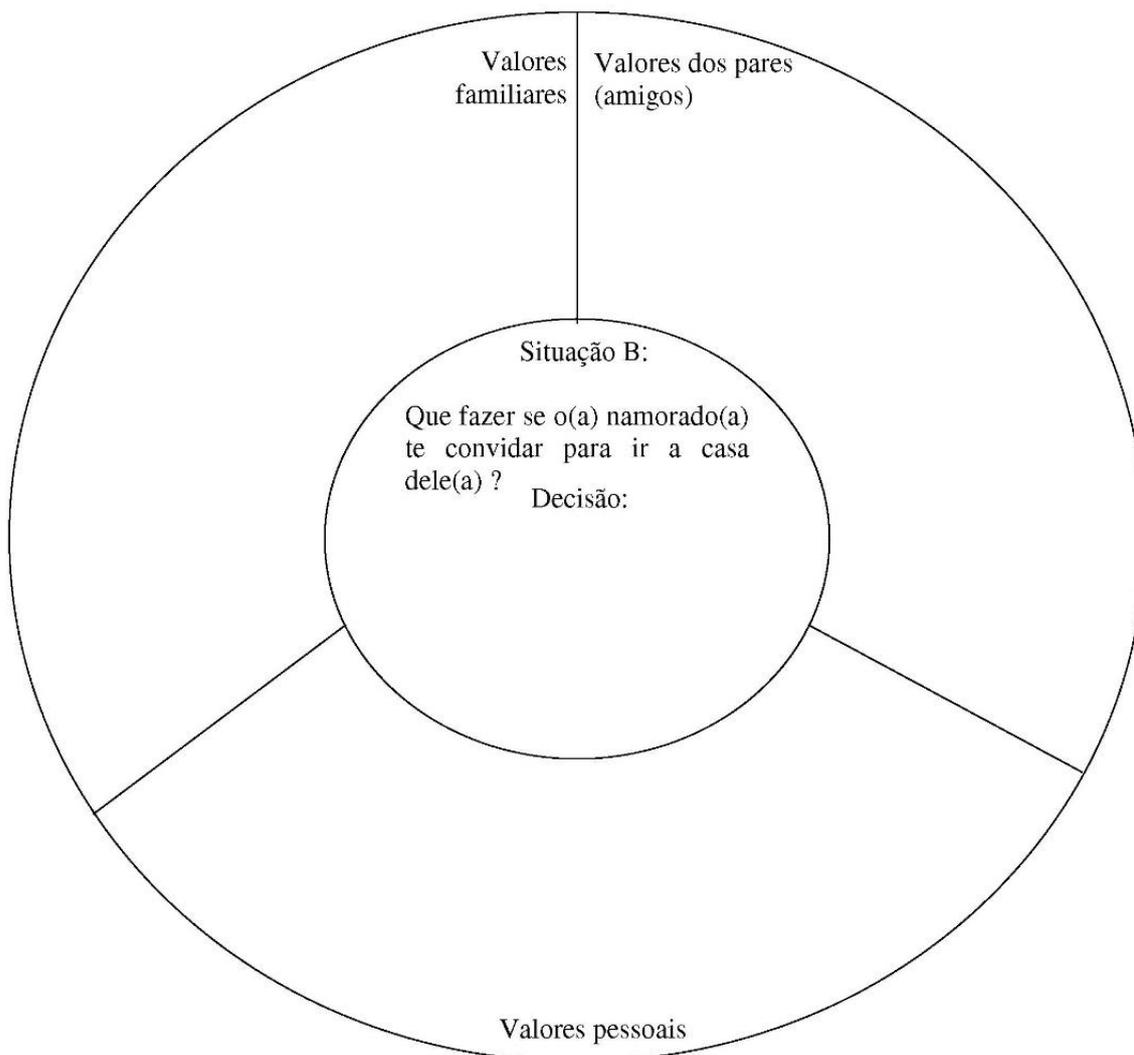


6

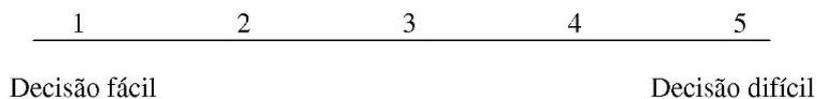
Existem muitas influências que afectam a tomada de decisão.

1- Completa o esquema de acordo com:

- o que pensas (valorizas) em relação ao assunto (valores pessoais) e
- o que os outros pensam (valorizam) em relação ao mesmo assunto (valores familiares e valores dos pares)



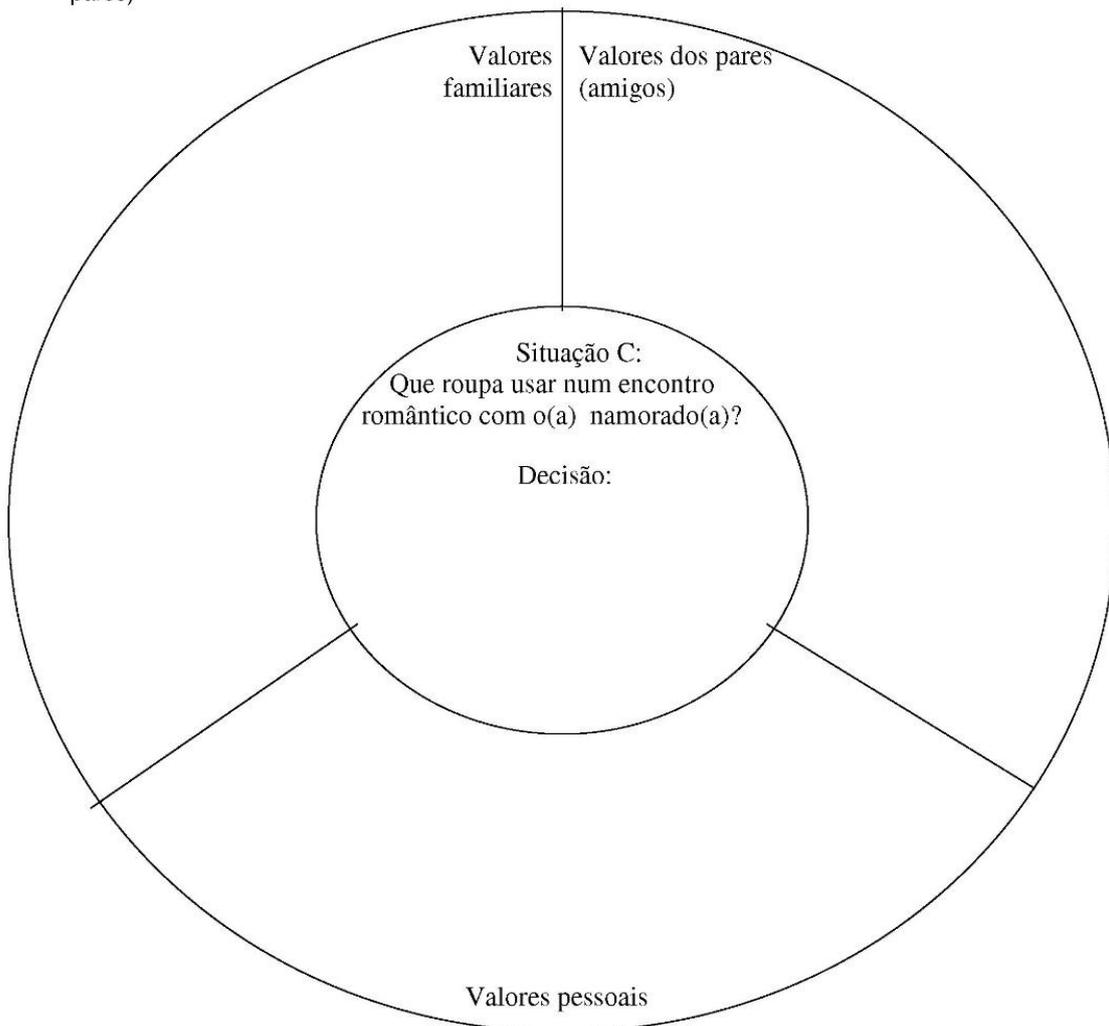
2. Classifica esta decisão de acordo com o seu grau de dificuldade, colocando um X no eixo do esquema abaixo:



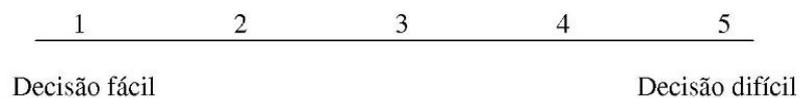
Existem muitas influências que afectam a tomada de decisão.

1- Completa o esquema de acordo com:

- o que pensas (valorizas) em relação ao assunto (valores pessoais) e
- o que os outros pensam (valorizam) em relação ao mesmo assunto (valores familiares e valores dos pares)



2. Classifica esta decisão de acordo com o seu grau de dificuldade, colocando um X no eixo do esquema abaixo:



COMO DIZER “NÃO”

Ficha de registo

1. Quando não se quer fazer uma coisa, uma palavra que devemos usar é a palavra “Não” porque toda a gente percebe o seu significado. No entanto, por vezes o “não” é entendido como “sim”. Neste caso quer dizer que o “não” não foi eficaz.

No quadro abaixo, assinala com um x as mensagens eficazes para acompanhar a palavra “Não”.

<input type="checkbox"/>	Não quero que me beijes.
<input type="checkbox"/>	Acho que não deves beijar-me.
<input type="checkbox"/>	Não, não e não!
<input type="checkbox"/>	Não quero e ponto final.
<input type="checkbox"/>	Não sei. Acho que não devemos...
<input type="checkbox"/>	Acho que deveríamos fazer outra coisa. Não achas?
<input type="checkbox"/>	Não vale a pena insistires. Não quero.
<input type="checkbox"/>	Não quero. Não estou ainda preparado(a).
<input type="checkbox"/>	Não estou interessado(a) em ter relações sexuais.
<input type="checkbox"/>	É melhor não; podemos ser descobertos.
<input type="checkbox"/>	A minha resposta é mesmo não.

2. Na comunicação entre as pessoas é importante fazer acompanhar a mensagem falada com uma linguagem corporal assertiva.

Indica alguns movimentos corporais eficazes no suporte da palavra “Não”.

v.s.f.f.

Registo do trabalho dos alunos: mensagens eficazes para acompanhar a palavra “Não”.

Frases	Grupo			
	1	2	3	4
Não quero que me beijes.				
Acho que não deves beijar-me.				
Não, não e não!				
Não quero e ponto final.				
Não sei. Acho que não devemos...				
Acho que deveríamos fazer outra coisa. Não achas?				
Não vale a pena insistires. Não quero.				
Não quero. Não estou ainda preparado(a).				
Não estou interessado(a) em ter relações sexuais.				
É melhor não; podemos ser descobertos.				
A minha resposta mesmo não.				

- ✦ Se alguém te pedir para te envolveres sexualmente e tu não o quiseres, não tenhas medo de dizer “Não”.
- ✦ Em algumas situações pode ser difícil porque a outra pessoa pode ser muito persuasiva e impulsiva. Por vezes podes ficar preocupada(o) com o que a outra pessoa possa sentir. Será que ela vai ficar aborrecida? E se ela acabar contigo se tu disseres não? As outras pessoas saberão?
- ✦ Qualquer que seja a situação, a escolha de quando ter relações sexuais é sempre tua – e tens o direito de dizer não.
- ✦ Mesmo que tenhas tido relações sexuais antes, não deixes que a outra pessoa use esse argumento para te pressionar e ameaçar. O facto de teres tido relações sexuais antes não significa que tenhas de o fazer sempre que te pedirem.
- ✦ Ter relações sexuais contra a vontade, não constitui uma prova de amor por outra pessoa e dizer “não”, não quer dizer que falhaste em mostrar o teu amor por ela.
- ✦ Se estiveres com uma pessoa que realmente goste de ti e se preocupe contigo, ela estará preparada para esperar. Se ela não estiver, então, provavelmente ficarás melhor sem ela.
- ✦ Não debes beber bebidas alcoólicas. Lembra-te que, se tiveres bebido, ficarás mais vulnerável a fazer uma coisa que normalmente não fazes.

2. O DIREITO À LIBERDADE E SEGURANÇA DA PESSOA

- **Todas as pessoas têm o direito de poder desfrutar e controlar a sua vida sexual e reprodutiva, no respeito pelos direitos dos outros.**
- **Todas as pessoas têm o direito de não estarem sujeitas a assédio sexual.**
- **Todas as pessoas têm o direito de estar livres do medo, vergonha, culpa, falsas crenças ou mitos e outros factores psicológicos que inibam ou prejudiquem o seu relacionamento sexual ou resposta sexual.**

A SEXUALIDADE E A COMUNICAÇÃO
Transparências /Cartões

- ♂- O que é isso?
♀- Um preservativo.
- ♂- Eu não gosto de usá-los.
♀- Por que não?
- ♂- Não me sinto bem com essa "borracha".
♀- Se eu estiver mais descontraída pode ser mais agradável para os dois.
- ♂- Mas nós nunca usámos um preservativo antes.
♀- Eu não quero correr mais riscos a partir de agora.
- ♂- As "borrachas" são incómodas!
♀- Ficar grávida quando não quero é pior. Também será pior se me infectar com o VIH.
- ♂- Não confias em mim?
♀- Não é essa a questão. É que as pessoas podem estar infectadas com doenças transmitidas sexualmente sem saberem.
- ♂- Então só o coloco na altura da ejaculação.
♀- Não! As mulheres podem ficar grávidas mesmo sem ejaculação. E podem também ficar infectadas com uma ITS.

- ♂- Vamos lá a ver. Fazer amor com preservativo é como tomar duche com gabardina ou como comer um rebuçado com o papel.
♀- Pois... E fazer amor sem preservativo é como jogar à roleta russa.
- ♂- Mas eu amo-te.
♀- Então vais ajudar-me a nos protegermos.
- ♂- Eu penso que tu realmente não me amas.
♀- Eu não vou provar-te o meu amor à custa de arriscar a minha vida.
- ♂- Eu não vou usar isso, dê por onde der!
♀- Bem, então acho que não vamos fazer amor.
- ♂- Só desta vez, sem preservativo!...
♀- Basta uma vez para ficar grávida. Basta uma só vez para me infectar com uma ITS ou SIDA.
- ♂- Não me vai servir...
♀- Não te preocupes porque os preservativos se adaptam ao corpo.
- ♂- Vou tentar, mas pode não funcionar.
♀- A prática acaba por tornar as coisas perfeitas.

- ♂- O que é isso?
- ♂- Eu não gosto de usá-los.
- ♂- Não me sinto bem com essa "borracha".
- ♂- Mas nós nunca usámos um preservativo antes.
- ♂- As "borrachas" são incómodas!
- ♂- Não confias em mim?

- ♂- Então só o coloco na altura da ejaculação.
- ♂- Vamos lá a ver. Fazer amor com preservativo é como tomar duche com gabardina ou como comer um rebuçado com o papel.
- ♂- Mas eu amo-te.
- ♂- Eu penso que tu realmente não me amas.

- ♂- Eu não vou usar isso dê por onde der!
- ♂- Só desta vez, sem preservativo!...
- ♂- Não me vai servir...
- ♂- Vou tentar, mas pode não funcionar.

- ♀- Um preservativo.
- ♀- Por que não?
- ♀- Se eu estiver mais descontraída pode ser mais agradável para os dois.
- ♀- Eu não quero correr mais riscos a partir de agora.
- ♀- Não te preocupes porque os preservativos se adaptam ao corpo.

- ♀- Ficar grávida quando não quero é pior. Também será pior se me infectar com o VIH.
- ♀- Não é essa a questão. É que as pessoas podem estar infectadas com doenças transmitidas sexualmente sem saberem.
- ♀- Pois... E fazer amor sem preservativo é como jogar à roleta russa.

- ♀- Não! As mulheres podem ficar grávidas mesmo sem ejaculação. E podem também ficar infectadas com uma ITS.
- ♀- A prática acaba por tornar as coisas perfeitas.
- ♀- Então vais ajudar-me a nos protegermos.
- ♀- Eu não vou provar-te o meu amor à custa de arriscar a minha vida.

- ♀- Bem, então acho que não vamos fazer amor.
- ♀- Basta uma vez para ficar grávida. Basta uma vez só para me infectar com uma ITS ou SIDA.

E
S
A

A SEXUALIDADE E OS ESTEREÓTIPOS

8º ANO
8ª AULA

CONCORDO

23

E
S
A

A SEXUALIDADE E OS ESTEREÓTIPOS

8º ANO
8ª AULA

**NÃO
CONCORDO**

24

E
S
A

A SEXUALIDADE E OS ESTEREÓTIPOS

8º ANO
8ª AULA

NÃO SEI

25

3. O DIREITO À IGUALDADE E O DIREITO DE ESTAR LIVRE DE TODAS AS FORMAS DE DISCRIMINAÇÃO

- **Ninguém deve ser discriminado, no âmbito da sua vida sexual e reprodutiva, no acesso aos cuidados e/ou serviços.**
- **Todas as pessoas têm o direito à igualdade no acesso à educação e informação de forma a preservar a sua saúde e bem-estar, incluindo o acesso à informação, aconselhamento e serviços relativos à sua saúde e direitos sexuais e reprodutivos.**
- **Nenhuma pessoa deve ser discriminada no seu acesso à informação, cuidados de saúde, ou serviços relacionados com as suas necessidades de saúde e direitos sexuais e reprodutivos ao longo da sua vida, por razões de idade, orientação sexual, “deficiência” física ou mental.**



(Adaptado de: DGEBS – Educação para a Saúde nas Escolas, Funchal, Janeiro de 1995)

	Frases	V	F	Não sei
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, ovulação, degeneração do corpo amarelo, fecundação, e nidação.		x	
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero.	x		
3	O trajecto seguido pelos espermatozoides desde o local de produção até ao exterior do corpo é o seguinte: epidídimo, testículo, vesículas seminais, canais deferentes, próstata e uretra.		x	
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte.	x		
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher.		x	
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais.	x		
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida.	x		
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco.	x		
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção.		x	
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a).		x	
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual.		x	
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação "a sério", não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente.		x	
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros.	x		
14	A seguinte frase não pode ser considerada um exemplo de estereótipo: "Os rapazes pressionam mais que as raparigas"		x	
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo.	x		
16	Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH.		x	
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH.	x		
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente.		x	
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões.	x		
20	A melhor forma de dizer "não" é através de um comportamento assertivo.	x		
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste.		x	
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis.		x	
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem.	x		
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe "não".		x	



ESA
Sistema Reprodutor Feminino

- Glândulas mamárias**
Produção de leite - alimenta o bebé
- Ovários**
Produção de óvulos e hormonas sexuais femininas
- Trompas de Falópio**
Transporte do óvulo até ao útero; local da fecundação
- Útero**
Recebe espermatozóides, desenvolvimento do embrião e do feto; expõe o feto no nascimento
- Vagina**
Recebe o pênis; canal do nascimento; impede infeções
- Vulva**
Proteção órgãos sexuais de traumas e infeções; vital na resposta sexual feminina; distende-se para o nascimento

Slide 2

ESA
Sistema Reprodutor Masculino

- Testículos**
Produção de espermatozóides e testosterona
- Epididimo**
Armazenamento e maturação dos espermatozóides
- Canais deferentes**
Armazenamento, maturação e transporte dos espermatozóides
- Vesículas seminais**
Produzem fluido seminal - transporte e nutrição dos espermatozóides
- Próstata**
Produz fluido prostático - transporte e nutrição dos espermatozóides
- Uretra**
Condução do espermatozóide para o exterior
- Pênis**
Órgão copulador
- Escroto**
Suspensão dos testículos e manutenção da sua temperatura

Slide 3

ESA
Hormonas Sexuais

TESTOSTERONA

ESTROGÉNIOS PROGESTERONA

Slide 4

ESA
Fecundação e nidadao

Slide 5

ESA
Ciclo menstrual

Slide 6

ESA
Ciclo menstrual

Na maior parte das adolescentes o ciclo menstrual não é regular

Não é possível determinar com segurança o período fértil

Slide 7

ESA
Comportamentos Seguros

Gravidez

AVDAS - ITSS

Abstinência sexual
Adiamento do início da actividade sexual
Abstinência sexual temporária
Uso do preservativo + pílula

Pílula do dia seguinte – não é método de prevenção

Slide 9

ESD

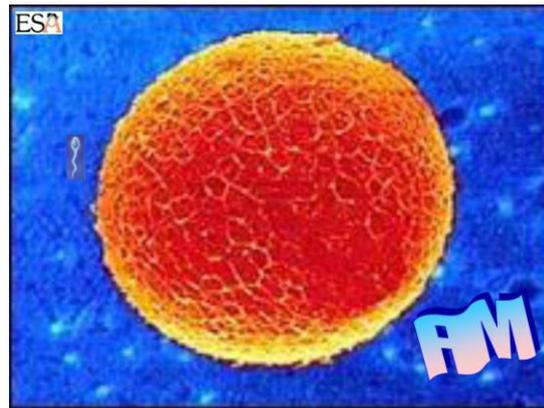
Infeções de Transmissão Sexual

herpes genital infecção VIH hepatite B.
Provocadas por vírus - não têm cura.

Provocadas por fungos e bactérias – **tratam-se com antibióticos.**

clamídia gonorreia sífilis

Slide 10



Sexualidade humana

Facto **Ficção**

FACTO OU FICÇÃO?

O período menstrual dura 1 dia, todos os meses

Ficção

O período menstrual geralmente dura entre 2 a 7 dias. A quantidade de sangue e de tecido perdidos equivale a 4 a 6 colheres de sopa

FACTO OU FICÇÃO?

A partir da altura em que uma rapariga começa a ter os períodos menstruais, continuará a ter um período a cada 28 dias

Ficção

Nas raparigas adolescentes cada ciclo menstrual pode ter uma duração diferente: 3 semanas uma vez, 4 semanas outra vez, 5 semanas outra, pode ficar 2 meses ou mais sem menstruação, etc.. As mulheres adultas têm geralmente ciclos menstruais a cada 22 a 36 dias. Por volta dos 50 anos as mulheres deixam de ter períodos menstruais

FACTO OU FICÇÃO?

Em cada ejaculação existem cerca de 360 milhões de espermatozoides

Facto

A quantidade de esperma em cada ejaculação varia entre 1/2 a 1 colher de sopa. A quantidade de espermatozoides por cada ejaculação é de pelo menos 200 milhões, sendo a média de 360 milhões. Apenas uma pequena quantidade chegará às trompas de Falópio e apenas um fertilizará o óvulo.

FACTO OU FICÇÃO?

Uma mulher pode libertar mais de um óvulo em cada ciclo menstrual.

Facto

Sim, se esses dois ou mais óvulos forem fertilizados, nascerão gémeos.

FACTO OU FICÇÃO?

Na altura do nascimento, os ovários das raparigas já possuem todos os óvulos

Facto

Quando uma rapariga nasce os seus ovários já possuem todos os óvulos que vai usar durante a sua vida e o seu número é da ordem das centenas de milhares. Alguns destes óvulos maturam e podem ser fertilizados dando origem a um novo ser humano.

FACTO OU FICÇÃO?

Um homem que fez uma vasectomia deixa de ejacular durante a relação sexual.



A vasectomia é a laqueação dos canais deferentes o que impede a eliminação dos espermatozoides. Estes constituem apenas 1 a 2% do volume do esperma. O líquido seminal (98%) continua a sair e normalmente esta diferença não é perceptível.

FACTO OU FICÇÃO?

Os espermatozoides levam cerca de uma semana a se desenvolverem antes de serem lançados para o exterior do corpo



Os espermatozoides amadurecem no epididimo durante 2 a 3 meses antes de saírem do corpo.

FACTO OU FICÇÃO?

Os testículos estão localizados dentro do escroto



Os testículos estão localizados fora do corpo, dentro de uma bolsa protectora – o escroto - porque o esperma precisa ser armazenado a uma temperatura menor que a do corpo.

FACTO OU FICÇÃO?

A ovulação acontece durante o período menstrual.



Usualmente a ovulação acontece duas semanas antes do período menstrual seguinte. Se a mulher não ficar grávida, o espessamento extra do endométrio já não é necessário e após duas semanas, sai do corpo.

FACTO OU FICÇÃO?

Um óvulo tem o tamanho de um pequenino grão de areia



É suficientemente grande para ser visto a olho nu, é a maior célula do corpo humano e o seu tamanho corresponde a um ponto feito por uma caneta fina.

FACTO OU FICÇÃO?

Ter muitas relações sexuais contribui para o aumento do tamanho do pénis.



O pénis não é formado por músculos de modo que o exercício não contribui para o aumento do seu tamanho. Existem vários tamanhos de pénis. A maior parte dos pénis têm o mesmo tamanho quando estão erectos

FACTO OU FICÇÃO?

Ter relações sexuais de pé faz com que a mulher não fique grávida.



Os espermatozoides são saudáveis e conseguem deslocar-se para qualquer direcção.

FACTO OU FICÇÃO?

Quem usa um método anticoncepcional está protegido/a de todas as doenças transmitidas sexualmente.



A maior parte dos métodos anticoncepcionais não é suficiente para dar protecção em todas as áreas. Muitos não protegem das doenças sexualmente transmissíveis.

FACTO OU FICÇÃO?

Uma rapariga pode ficar grávida antes de ter o 1º período menstrual.

 **Facto**

Como os ovários libertam óvulos antes do início do período menstrual, é possível uma rapariga ficar grávida antes do 1º período menstrual.

FACTO OU FICÇÃO?

Os preservativos constituem um método seguro que protege de todas as doenças transmitidas sexualmente

 **Ficção**

Os preservativos não cobrem toda a área genital. A contração de doenças sexualmente transmissíveis faz-se por dois meios: através da troca de fluidos e através do contacto com a pele.

FACTO OU FICÇÃO?

É normal um homem ter várias erecções no mesmo dia sem nenhuma razão especial

 **Facto**

É normal que isso aconteça. Muita gente acha que as erecções só acontecem por causa do desejo sexual, mas muitas não estão relacionadas.

FACTO OU FICÇÃO?

A produção de espermatozóides requer elevados níveis de testosterona

 **Facto**

A produção de espermatozóides ocorre apenas a partir da puberdade num processo contínuo porque é a partir desta altura que as células do testículo produzem elevados níveis de testosterona

Sexualidade humana

 **FIM**

 **FIM**

Anexo 10 - Respostas dos participantes ao questionário I

E S A		QUESTIONÁRIO 8-I			8º ANO 1ª AULA
<p>Antes de começarmos as aulas de Educação para a Sexualidade e Afectos é importante que reflectas um pouco sobre alguns conhecimentos que já tens sobre o assunto. Para tal responde a este questionário, colocando um X nos espaços correspondentes às tuas escolhas. Só podes assinalar um X por cada frase. Se assinalares a letra V significa que achas que a frase é verdadeira, se assinalares a letra F significa que consideras a frase falsa. Quando não tiveres a certeza se a frase é falsa ou verdadeira, marca um X na coluna correspondente ao "Não sei".</p> <p>As tuas respostas também vão servir para o professor (ou a professora) preparar as aulas tendo em conta as tuas necessidades.</p> <p>Obrigada pela colaboração.</p> <p>Preenche os teus dados pessoais:</p> <p>Nome: _____ <i>aluna A</i> Turma <i>9º CEF</i> Nº <i>—</i></p>					
	Frases	V	F	Não sei	
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, fecundação, ovulação e nidação.	<input checked="" type="checkbox"/>			
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero.		<input checked="" type="checkbox"/>		
3	O trajecto seguido pelos espermatozoides desde o local de produção até ao exterior do corpo, é o seguinte: testículo, epidídimo, próstata, vesículas seminais, canais deferentes e uretra.			<input checked="" type="checkbox"/>	
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte.		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher.	<input checked="" type="checkbox"/>			
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais.	<input checked="" type="checkbox"/>			
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida.		<input checked="" type="checkbox"/>		
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco.	<input checked="" type="checkbox"/>			
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção.			<input checked="" type="checkbox"/>	
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a).		<input checked="" type="checkbox"/>		
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual.			<input checked="" type="checkbox"/>	
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação "a sério", não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente.	<input checked="" type="checkbox"/>			
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros.		<input checked="" type="checkbox"/>		
14	A frase: "Os rapazes pressionam mais que as raparigas" não pode ser considerada como um exemplo de estereótipo.			<input checked="" type="checkbox"/>	
	Frases	V	F	Não sei	
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e Infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo.	<input checked="" type="checkbox"/>			
16	Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH			<input checked="" type="checkbox"/>	
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH.			<input checked="" type="checkbox"/>	
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente.	<input checked="" type="checkbox"/>			
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões.		<input checked="" type="checkbox"/>		
20	A melhor forma de dizer "não" é através de um comportamento assertivo.	<input checked="" type="checkbox"/>			
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste.		<input checked="" type="checkbox"/>		
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis.			<input checked="" type="checkbox"/>	
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem.		<input checked="" type="checkbox"/>		
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe "não".			<input checked="" type="checkbox"/>	

FIM

Anexo 11 - Respostas dos participantes ao questionário II

E S A	8º ANO 10ª AULA
QUESTIONÁRIO 8-II	
<p>No final das aulas de Educação para a Sexualidade e Afectos é importante que reflectas sobre os conhecimentos que adquiriste. Para tal responde a este questionário, colocando um X nos espaços correspondentes às tuas escolhas. Só podes assinalar um X por cada frase. Se assinalares a letra V significa que achas que a frase é verdadeira, se assinalares a letra F significa que consideras a frase falsa. Quando não tiveres a certeza se a frase é falsa ou verdadeira, então marca um X na coluna correspondente ao "Não sei".</p> <p>As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos. Obrigada pela colaboração.</p> <p>Preenche os teus dados pessoais:</p> <p>Nome: _____ Turma <u>CEE</u> Nº <u>—</u> Idade <u>17</u></p>	
Frases	V F Não sei
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, fecundação, ovulação e nidação. X
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero. X
3	O trajecto seguido pelos espermatozóides desde o local de produção até ao exterior do corpo, é o seguinte: testículo, epidídimo, próstata, vesículas seminais, canais deferentes e uretra. X
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte. X
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher. X
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais. X
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida. X
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco. X
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção. X
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a). X
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual. X
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação "a sério", não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente. X
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros. X
14	A frase: "Os rapazes pressionam mais que as raparigas" não pode ser considerada como um exemplo de estereótipo. X
Frases	V F Não sei
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e Infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo. X
16	Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH X
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH. X
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente. X
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões. X
20	A melhor forma de dizer "não" é através de um comportamento assertivo. X
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste. X
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis. X
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem. X
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe "não". X
FIM	

Antes de começarmos as aulas de Educação para a Sexualidade e Afectos é importante que reflectas um pouco sobre alguns conhecimentos que já tens sobre o assunto. Para tal responde a este questionário, colocando um X nos espaços correspondentes às tuas escolhas. Só podes assinalar um X por cada frase. Se assinalares a letra V significa que achas que a frase é verdadeira, se assinalares a letra F significa que consideras a frase falsa. Quando não tiveres a certeza se a frase é falsa ou verdadeira, marca um X na coluna correspondente ao "Não sei".

As tuas respostas também vão servir para o professor (ou a professora) preparar as aulas tendo em conta as tuas necessidades.

Obrigada pela colaboração.

Preenche os teus dados pessoais:

Nome: aduma e Turma 8º CEE Nº 17

	Frases	V	F	Não sei
1	No sistema reprodutor feminino, os seguintes processos ocorrem por esta ordem: maturação do folículo, fecundação, ovulação e nidação.			X
2	A fecundação ocorre nas trompas de Falópio e a nidação ocorre no útero.	X		
3	O trajecto seguido pelos espermatozoides desde o local de produção até ao exterior do corpo, é o seguinte: testículo, epidídimo, próstata, vesículas seminais, canais deferentes e uretra.			X
4	A ovulação acontece sempre 14 dias antes do início da menstruação seguinte.		X	
5	É sempre possível determinar com segurança o período fértil da mulher.			X
6	Uma rapariga pode engravidar na 1ª vez que tiver relações sexuais.			X
7	Mesmo que o rapaz retire o pénis da vagina antes da ejaculação, a rapariga pode ficar grávida.			X
8	Ter relações sexuais sem preservativo é considerado um comportamento de risco.	X		
9	Se uma rapariga e um rapaz decidem ter relações sexuais, cabe sempre à rapariga a responsabilidade de fazer com que tenham relações sexuais com protecção.		X	
10	Se uma pessoa pedir para usar preservativo, provavelmente essa pessoa não confia no(a) parceiro(a).		X	
11	Uma mulher que use a pílula está protegida das infecções de transmissão sexual.			X
12	Quando a relação com a namorada (ou com o namorado) se torna uma relação "a sério", não é preciso se preocupar com as infecções transmitidas sexualmente.		X	
13	O preconceito interfere com o julgamento que fazemos dos outros.	X		
14	A frase: "Os rapazes pressionam mais que as raparigas" não pode ser considerada como um exemplo de estereótipo.			X

	Frases	V	F	Não sei
15	A melhor forma de prevenir uma gravidez e Infecções de transmissão sexual é através do uso simultâneo da pílula e do preservativo.			X
16	Uma pessoa saudável não pode ficar infectada pelo VIH			X
17	A partilha de objectos cortantes ou perfurantes com o(a) namorado(a) pode transmitir o VIH.			X
18	As decisões são mais fáceis de tomar quando se está envolvido(a) emocionalmente.	X		
19	Os valores pessoais, familiares e dos amigos, influenciam as nossas decisões.		X	
20	A melhor forma de dizer "não" é através de um comportamento assertivo.	X		
21	Pode-se saber que uma pessoa é homossexual pela forma como se veste.		X	
22	Os homens são seguros e independentes; as mulheres são dóceis, emotivas e sensíveis.			X
23	A linguagem corporal é mais importante que as palavras que se dizem.			X
24	Quando gostamos de alguém temos mais facilidade em dizer-lhe "não".		X	

FIM

Anexo 12 - Respostas dos participantes ao questionário de autoavaliação

<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <div style="text-align: center;">E S A</div> </div>	<p>8º ANO 10ª AULA</p>																																
<p>QUESTIONÁRIO Autoavaliação</p>																																	
<p>Este questionário serve para fazeres uma autoavaliação do ESA. Preenche-o, colocando um X nos locais que melhor representam o que sentes. As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos. Obrigada pela colaboração.</p>																																	
<p>Sou: Rapaz <input type="checkbox"/> Rapariga <input checked="" type="checkbox"/> ; Estou na turma: <u>cef</u> da Escola <u>Básica do Porto da Cruz</u></p>																																	
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 80%;"></th> <th style="width: 10%;">Sempre</th> <th style="width: 10%;">Às vezes</th> <th style="width: 10%;">Nunca</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Fui assíduo/a?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2. Cumpri as regras estabelecidas?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. Participei nas actividades propostas?</td> <td></td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4. Respeitei a opinião dos outros?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>5. Partilhei ideias e opiniões?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>6. Fiz perguntas sem receio?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		Sempre	Às vezes	Nunca	1. Fui assíduo/a?	X			2. Cumpri as regras estabelecidas?	X			3. Participei nas actividades propostas?		X		4. Respeitei a opinião dos outros?	X			5. Partilhei ideias e opiniões?	X			6. Fiz perguntas sem receio?	X			7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?	X		
	Sempre	Às vezes	Nunca																														
1. Fui assíduo/a?	X																																
2. Cumpri as regras estabelecidas?	X																																
3. Participei nas actividades propostas?		X																															
4. Respeitei a opinião dos outros?	X																																
5. Partilhei ideias e opiniões?	X																																
6. Fiz perguntas sem receio?	X																																
7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?	X																																
<p>8. Assuntos que mais gostei (podes assinalar mais de uma opção):</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 90%;"></th> <th style="width: 10%;">Coloca um X</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. Sistema reprodutor: factos e mitos</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>6. Sexualidade e tomada de decisão</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>8. Sexualidade e comunicação eficaz</td> <td></td> </tr> <tr> <td>9. Sexualidade e estereótipos</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>10. Utilização do preservativo</td> <td style="text-align: center;">X</td> </tr> <tr> <td>11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Coloca um X	1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções	X	2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher		3. Sistema reprodutor: factos e mitos	X	4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência	X	5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros	X	6. Sexualidade e tomada de decisão		7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”	X	8. Sexualidade e comunicação eficaz		9. Sexualidade e estereótipos	X	10. Utilização do preservativo	X	11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos									
	Coloca um X																																
1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções	X																																
2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher																																	
3. Sistema reprodutor: factos e mitos	X																																
4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência	X																																
5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros	X																																
6. Sexualidade e tomada de decisão																																	
7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”	X																																
8. Sexualidade e comunicação eficaz																																	
9. Sexualidade e estereótipos	X																																
10. Utilização do preservativo	X																																
11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos																																	
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 80%;"></th> <th style="width: 10%;">Sim</th> <th style="width: 10%;">Não</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9. As aulas de ESA foram importantes para mim?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> </tr> <tr> <td>10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> </tr> <tr> <td>11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> </tr> <tr> <td>12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Sim	Não	9. As aulas de ESA foram importantes para mim?	X		10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?	X		11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?	X		12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?	X																		
	Sim	Não																															
9. As aulas de ESA foram importantes para mim?	X																																
10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?	X																																
11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?	X																																
12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?	X																																
<p>13. Este espaço serve para dizeres o que quiseres acerca do ESA:</p> <p><u>O projeto ESA é muito importante na minha vida porque um dia vou fazer sexo e tenho de estar preparada.</u> <u>Estas aulas também levam-nos a refletir.</u></p>																																	

QUESTIONÁRIO
Autoavaliação

Este questionário serve para fazeres uma autoavaliação do ESA. Preenche-o, colocando um X nos locais que melhor representam o que sentes. As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos. Obrigada pela colaboração.

Sou: Rapaz Rapariga ; Estou na turma: CEB da Escola Basica do Ponto da Cruz
B

	Sempre	Às vezes	Nunca
1. Fui assíduo/a?	X		
2. Cumpri as regras estabelecidas?	X		
3. Participei nas actividades propostas?	X		
4. Respeitei a opinião dos outros?	X		
5. Partilhei ideias e opiniões?		X	
6. Fiz perguntas sem receio?	X		
7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?	X		

8. Assuntos que mais gostei (podes assinalar mais de uma opção):	Coloca um X
1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções	X
2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher	X
3. Sistema reprodutor: factos e mitos	X
4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência	X
5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros	X
6. Sexualidade e tomada de decisão	
7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”	X
8. Sexualidade e comunicação eficaz	
9. Sexualidade e estereótipos	
10. Utilização do preservativo	X
11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos	X

	Sim	Não
9. As aulas de ESA foram importantes para mim?	X	
10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?	X	
11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?	X	
12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?	X	

13. Este espaço serve para dizeres o que quiseres acerca do ESA:

Eu gostei das aulas de ESA porque preparam-nos para o futuro,
o Projecto ESA é muito importante na minha vida, para
quando namorar.
Estas aulas dão muitos conhecimentos e assim fico mais protegida.

QUESTIONÁRIO
Autoavaliação

Este questionário serve para fazeres uma autoavaliação do ESA. Preenche-o, colocando um X nos locais que melhor representam o que sentes. As tuas respostas também vão servir para verificar se as aulas corresponderam às necessidades dos alunos.

Obrigada pela colaboração.

Sou: Rapaz Rapariga ; Estou na turma: CEFe da Escola Básica do Poente do Cruz

	Sempre	Às vezes	Nunca
1. Fui assíduo/a?	X		
2. Cumpri as regras estabelecidas?	X		
3. Particpei nas actividades propostas?		X	
4. Respeitei a opinião dos outros?	X		
5. Partilhei ideias e opiniões?		X	
6. Fiz perguntas sem receio?		X	
7. Gostei da forma como os assuntos foram tratados?	X		

8. Assuntos que mais gostei (podes assinalar mais de uma opção):	Coloca um X
1. Sistema reprodutor: órgãos sexuais e suas funções	X
2. Mecanismos da reprodução no homem e na mulher	X
3. Sistema reprodutor: factos e mitos	X
4. Comportamentos preventivos da gravidez na adolescência	X
5. Infecção VIH: Comportamentos de risco / comportamentos seguros	
6. Sexualidade e tomada de decisão	
7. Resistência às pressões – Saber dizer “não”	X
8. Sexualidade e comunicação eficaz	
9. Sexualidade e estereótipos	
10. Utilização do preservativo	X
11. Carta dos Direitos Sexuais e Reprodutivos	X

	Sim	Não
9. As aulas de ESA foram importantes para mim?	X	
10. Depois das aulas de ESA compreendo melhor a minha sexualidade?	X	
11. Depois das aulas de ESA sinto que estou mais informado/a?	X	
12. As aulas de ESA vão ajudar-me a tomar decisões na minha vida?	X	

13. Este espaço serve para dizeres o que quiseres acerca do ESA:

Eu acho que Esa é importante, também aprendemos
novos conhecimentos. Imformação sobre os riscos que
contemos. Devemos continuar a ter estas aulas

