



**Projeto de Educação Sexual do Agrupamento Vertical de Escolas
do Sudeste do Concelho de Baião**

Revisto pelo Coordenador do Projeto: Alberto Cardoso

Quadriénio 2013 - 2017

ÍNDICE

1. Justificação do Projeto	3
2. Elementos da Equipa Interdisciplinar	4
3. Conceito de Sexualidade	4
4. A Educação Sexual em Contexto Escolar	5
5. Relação Escola - Família.....	7
6. Desenvolvimento do Projeto.....	8
6.1 Conteúdos e Objetivos.....	9
6.1.1. Conteúdos mínimos de Educação Sexual	9
7. Metodologia/ Estratégias.....	11
8. Planificação	15
9. Calendarização	16
10. Avaliação	16
11. Bibliografia Recomendada	17
12. Anexos.....	19

1. Justificação do Projeto



O conceito actual de saúde preconiza a integração de intervenções preventivas globais, através da promoção de competências pessoais e sociais para a saúde.

O Despacho nº 25 995/2005 e o edital da DGIDC de 2 de Fevereiro de 2006, enquadram o desenvolvimento de um processo de implementação de programas e projetos sobre “Educação para a Saúde” nas escolas, nos quais se inclui uma componente de Educação Sexual. O Despacho nº 15 987/2006 de 27 de Setembro, assim como os relatórios produzidos pelo Grupo de Trabalho para a Educação Sexual, vêm reforçar que a Educação Sexual faz parte da componente da Educação para a Saúde. O Relatório Final do GTES veio enquadrar a educação sexual como uma das quatro componentes prioritárias do Projecto de Educação para a Saúde (PES), que integra para além da área da “Sexualidade e Infeções Sexualmente Transmissíveis”, as questões da “Alimentação e Atividade Física”, dos “Consumos de Substâncias Psico-activas” e da “Violência em Meio Escolar”. (GTES, Relatório Final, 2007: 28-29). Sendo assim a Educação Sexual deve ser considerada obrigatória em todos os estabelecimentos de ensino e integrar o Projeto Educativo de Escola, sempre tendo em conta a especificidade da comunidade escolar (GTES, Relatório Final, 2007: 4).

É essencial que as escolas ajudem os seus alunos a desenvolverem um conjunto de competências que lhes permitam encontrar uma conduta sexual que contribua para a sua realização pessoal, ao longo da vida. Recentemente, a Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto, que “Estabelece o regime de aplicação da Educação Sexual em meio escolar”, veio tornar obrigatória a abordagem da Educação Sexual em contexto de sala de aula, pela necessidade de uma abordagem do tema de uma forma explícita, intencional e pedagogicamente estruturada e a Portaria nº 196-A/2010 veio regulamentar essa mesma Lei.

Sendo assim, é nosso propósito trabalhar para que a Educação Sexual seja implementada de forma gradual e equilibrada no nosso Agrupamento, no respeito pelas orientações legais e tendo em conta as questões e os anseios dos alunos e as preocupações dos pais e encarregados de educação.

Cabe-nos, ainda, clarificar que a Educação Sexual que preconizamos parte da perspetiva de desenvolvimento da pessoa, na sua globalidade, no sentido em que a sexualidade é considerada uma força estruturante no processo de evolução individual.

2. Elementos da Equipa Interdisciplinar

- Coordenador do PES;
- Um elemento da Direção do Agrupamento;
- Coordenador dos professores do 1º Ciclo;
- Centro de Saúde de Baião;
- Psicóloga da Escola;
- Assistente Social;

3. Conceito de Sexualidade



“(…) A sexualidade, quando inserida nas circunstâncias de vida de uma pessoa, participa do seu processo de desenvolvimento e, é um instrumento que propicia experiências indispensáveis ao crescimento pessoal, à autonomia e ao desenvolvimento da individualidade. Percebemos que há um vínculo estabelecido entre a sexualidade e a cidadania, acreditando que, pela vivência saudável da sexualidade, cada um aprende a relacionar-se melhor consigo mesmo e com o outro, percorrendo um caminho mais seguro na construção da sua identidade e, em consequência da sua cidadania” (Moraes, 2006: 20).

Muitos dos receios em torno da Educação Sexual, devem-se à ideia redutora do conceito de Sexualidade. Pois, a Sexualidade para a maior parte das pessoas, resume-se ao sexo e ao sistema reprodutor. É verdade que a reprodução é uma componente indispensável nos programas de Educação Sexual, mas a Sexualidade é muito mais abrangente.

Estamos, hoje, mais conscientes de que a sexualidade não se esgota no ato sexual uma vez que ela é prazer e descoberta, é palavra e gesto, é amizade e afeto, satisfação e sofrimento, enfim, é expressão da nossa existência. A sexualidade expressa-se não só no que sabemos, mas sobretudo nos nossos sentimentos, atitudes e comportamentos. A sexualidade aparece mais como uma experiência pessoal, fundamental na construção do sujeito, ela é, segundo a Organização Mundial de Saúde:

“(...) uma energia que nos motiva para encontrar amor, contacto, ternura e intimidade; ela integra-se no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual.

A sexualidade influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental” (Pereira, 2006: 15).

Em suma, a **Sexualidade** engloba:

- Identidade de género (masculino/feminino);
- Os afetos e a autoestima, isto é, os nossos sentimentos em relação a nós próprios e em relação aos outros, em relação a todas as mudanças do nosso corpo, etc.
- Todas as alterações físicas e psicológicas ao longo da nossa vida;
- Conhecimento da anatomia - fisiologia do sexo feminino e masculino;
- Higiene na puberdade;
- A gravidez, o parto, a maternidade e a paternidade;
- Os métodos contraceptivos;
- As doenças sexualmente transmissíveis.

Então, a sexualidade precisa de ser entendida numa abordagem mais ampla, como atributo de todo o ser humano e que, por esta razão é parte integrante das relações que este estabelece consigo mesmo e com os outros.

4. A Educação Sexual em Contexto Escolar

“(...) poderíamos apontar como grande objectivo da Educação Sexual escolar o de contribuir (ainda que parcialmente) para uma vivência mais informada, mais gratificante e mais autónoma, logo, mais responsável da sexualidade” (Frade et al, 2001: 19).

A abordagem de temas sexuais na escola pode contribuir para o desenvolvimento de determinadas competências sociais pois a frequência de programas de educação sexual aumenta os comportamentos preventivos, nomeadamente o uso de contraceptivos nos

jovens envolvidos em relações sexuais. Outras competências que podem ser exercitadas são, também, os mecanismos da tomada de decisão, a utilização dos recursos disponíveis e as capacidades de comunicar. A Educação Sexual na escola é um dos fatores que contribui para o conhecimento e valorização dos direitos sexuais e reprodutivos: que dizem respeito à tomada de decisões sobre a fertilidade, saúde reprodutiva e maternidade/paternidade responsáveis.

O trabalho de Educação Sexual também contribui para a prevenção de problemas graves, como o abuso sexual e a gravidez indesejada. Relativamente à gravidez indesejada, o debate sobre a contraceção, o conhecimento sobre os métodos anticoncepcionais e a reflexão sobre a própria sexualidade ampliam a perceção sobre os cuidados necessários quando se quer evitá-la. A sexualidade em contexto escolar contribui, ainda, para a prevenção do abuso sexual de crianças e jovens, pois ao favorecer a apropriação do corpo e o desenvolvimento da auto-estima, promove a consciência de que o corpo só ao mesmo pertence, e deve unicamente ser tocado por outro com o seu consentimento ou por razões de saúde e higiene.

Mas, é sobretudo no domínio dos conhecimentos que a escola poderá ter um papel importante, quando comparada aos outros agentes de socialização que referimos. Ao contrário do que acontece habitualmente com os media, a escola tende a promover uma aprendizagem de forma articulada e com um sentido lógico. Por outro lado, a escola, por ser um espaço de ensino formal e de saberes interdisciplinares, é capaz de transmitir conhecimentos técnicos e científicos que, muitas vezes, as famílias não podem promover devido à sua natureza informal e pela deficiente preparação e dificuldades de comunicação de muitos progenitores.

Em síntese, a Educação Sexual é um processo pelo qual se obtém informação, se formam atitudes e crenças acerca da sexualidade e do comportamento sexual.

Tem como objetivos:

- Desenvolver de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- Melhorar os relacionamentos afectivos - sexuais;
- Reduzir possíveis consequências negativas dos comportamentos sexuais, tais como a gravidez não planeada e as infeções sexualmente transmissíveis (IST);
- Desenvolver a capacidade de protecção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais (GTES, Relatório Preliminar, 2005).

Os valores básicos e princípios éticos que norteiam a educação sexual são os seguintes:

- O reconhecimento de que a sexualidade, como fonte de prazer e de comunicação, é uma componente positiva e de realização do desenvolvimento pessoal e nas relações interpessoais;
- Valorização das diferentes expressões da sexualidade, nas várias fases de desenvolvimento, ao longo da vida;
- Respeito pela pessoa do outro, quaisquer que sejam as suas características físicas e a sua orientação sexual;
- Promoção da igualdade de direitos e de oportunidades entre os sexos;
- Respeito pelo direito à diferença;
- Reconhecimento da importância da comunicação e do envolvimento afectivo e amoroso na vivência da sexualidade;
- Reconhecimento do direito a uma maternidade/ paternidade livres e responsáveis;
- Reconhecimento que a autonomia, a liberdade de escolha e uma informação adequada são aspectos essenciais para a estruturação de atitudes responsáveis no relacionamento sexual;
- Recusa de formas de expressão da sexualidade que envolvam manifestações de violência e promovam relações de dominação e de exploração.

5. Relação Escola - Família

O trabalho de Educação Sexual compreende a acção da escola como complemento à educação dada pela família. Sendo assim, cabe à escola informar os familiares dos alunos sobre os objectivos e conteúdos da Educação Sexual, incluída na proposta curricular, e explicitar os princípios norteadores do trabalho (artigo 11º da Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto; GTES, Relatório Final, 2007).

A implementação, com êxito, da Educação Sexual na escola, depende, em grande parte, do apoio dos pais/ Encarregados de Educação. Não compete à escola, em nenhuma situação, julgar como certa ou errada a educação que cada família oferece. O papel da escola é abrir espaço para que a pluralidade de concepções, valores e crenças sobre sexualidade, se possam expressar.

6. Desenvolvimento do Projeto

A planificação do Projeto de Educação Sexual da Turma, deve integrar o Plano de Turma e, como tal, deve ser planeado, em Conselho de Turma e discutido com os alunos.

A responsabilidade do desenvolvimento do Projeto é do Conselho de Turma, sugerindo-se que haja uma interdisciplinaridade, para que se aplique o conceito de transversalidade que o tema apresenta (ponto 1 do Artigo 7.º da Lei n.º 60 de 6 de Agosto de 2009). Nomeadamente, nos temas que se relacionam com questões de fisiologia e morfologia humana, para minimizar os conflitos de conceitos, pela especificidade que os conteúdos apresentam, aconselhamos que, nesta fase, os mesmos sejam dados pelos professores de Ciências da Natureza e/ou Naturais do conselho de turma ou outro profissional convidado que tenha habilitações próprias para tal.

É importante que prevaleçam as situações de abordagem dos conteúdos em contexto de sala de aula.

Os conteúdos a serem abordados por cada turma devem ser previamente selecionados, respeitando as orientações do Ministério da Educação, para cada ciclo e o ano de escolaridade em que se encontram relativamente ao início do projeto.

Foram já elaborados os objetivos para cada conteúdo mínimo a abordar em cada um dos ciclos (ver ponto 5.1), no sentido de facilitar a interpretação dos mesmos.

Serão fornecidos pela Equipa PESES alguns materiais pedagógicos para apoio às aulas, contudo cada professor pode e deve dentro da sua planificação procurar reunir outro tipo de informação/material.

A equipa do PESES estará sempre disponível para, dentro das suas competências e disponibilidade, colaborar com todos os intervenientes no desenvolvimento deste projeto de Educação Sexual.

A Escola aderiu a um Programa Regional de Educação Sexual em Meio Escolar, no ano letivo 2010-2011 (PRESSE) tendo sido implementado a todos os alunos do 2º Ciclo, para o qual todos os Diretores de Turma do referente ano receberam formação acreditada na área de educação sexual, desse programa. A partir do ano letivo de 2011-2012, e, após nova adesão face a uma candidatura aprovada, o Agrupamento implementou o PRESSE a todos os alunos do 1º, 2º e 3º ciclos deste Agrupamento. Tendo em conta que a aplicação deste programa prevê formação no mesmo, todos os Diretores de Turma (que ainda não tenham recebido formação) e professores titulares de turma, receberão informação/formação da aplicação do referido Projeto.

6.1 Conteúdos e Objetivos

A abordagem da Educação Sexual tem como finalidades gerais:

- Compreender o conceito de sexualidade humana em todas as suas dimensões;
- Desmistificar as falsas crenças relativas a aspectos da sexualidade;
- Desenvolver capacidades sociais que promovam os vínculos afectivos e o relacionamento interpessoal;
- Ser capaz de expressar sentimentos e opiniões e de comunicar acerca do tema da sexualidade.

6.1.1. Conteúdos mínimos de Educação Sexual

No contexto nacional atual, os objetivos mínimos da área de educação sexual devem contemplar os seguintes conteúdos:

1º Ciclo (1º ao 4º ano)

- Noção de corpo;
- O corpo em harmonia com a Natureza;
- Noção de família;
- Diferenças entre rapazes e raparigas;
- Proteção do corpo e noções dos limites, dizendo não às aproximações abusivas.

2º Ciclo (5º e 6º anos)

- Puberdade: aspectos biológicos e emocionais;
- O corpo em transformação;
- Carateres sexuais secundários;
- Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas;
- Diversidade, tolerância;
- Sexualidade e género;
- Reprodução humana e crescimento; contraceção e planeamento familiar.

3º Ciclo (7º ao 9º anos)

- Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana;
- Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;
- Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores (ex: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética;
- Compreensão da prevalência, uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e conhecer, sumariamente, os mecanismos de acção e tolerância (efeitos secundários);
- Compreensão da epidemiologia e prevalência das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infecção por VIH/Vírus da Imunodeficiência Humana - VPH2/Vírus do Papiloma Humano - e suas consequências) bem como os métodos de prevenção. Saber como se protege o seu próprio corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais;
- Conhecimento das taxas e tendências de maternidade na adolescência e compreensão do respectivo significado;
- Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respectivo significado;
- Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável.

7. Metodologia/ Estratégias



Um qualquer programa de educação sexual deve estar centrado nas necessidades da população, isto é, ter em atenção as características e vivências da faixa etária da população a que se destinam.

Centrado em metas como são a aquisição de conhecimentos e o desenvolvimento de atitudes e competências pessoais e sociais, é muito importante que se escolham e usem as estratégias e metodologias mais ajustadas e adequadas. Na verdade, o modo como a Educação Sexual é posta em prática pode estabelecer toda a diferença. Os autores são unânimes em afirmar que são as metodologias participativas que possibilitam o desenvolvimento de saberes e competências tão complexas, uma vez que são essas que promovem o aluno como principal agente da sua própria aprendizagem.

As metodologias participativas expressam-se na utilização de um conjunto muito vasto de técnicas. Não sendo o nosso objetivo descrevê-las exaustivamente, parece-nos, sim, importante abordar algumas das mais frequentemente utilizadas:

a) Trabalho de pesquisa

O trabalho de pesquisa, ajuda o aluno a clarificar ideias levando-o a interrogar-se sobre os diferentes aspetos do tema em estudo.

A pesquisa de informação pode ser feita com base em inúmeras e diversificadas fontes: livros, revistas, jornais, Internet, etc., podendo recorrer-se também a entrevistas, trabalho de campo, arquivos e visitas de estudo.

Deve ter-se em conta dois aspetos principais:

- 1- Fazer um plano de trabalho e definir que informações são necessárias;
- 2- Reorganizar as informações e apresentação finais, sob a forma de um texto escrito ou uma apresentação oral.

b) Brainstorming ou «Tempestade de ideias»

Consiste em listar, sem a preocupação de discutir num primeiro momento, todas as sugestões que o grupo ou a turma fazem sobre determinada questão ou problema. A lista deve ser constituída por palavras ou frases simples.

Após as sugestões dos alunos deve-se aprofundar a discussão e esclarecer as dúvidas e as ideias erradas.

c) Resolução de problemas

Mediante a utilização de histórias, casos reais ou dilemas morais, incentiva-se a discussão para a resolução de problemas comuns com os quais os alunos podem vir a ser confrontados.

Os jornais, as revistas ou as histórias populares podem ser utilizados de formas diferentes:

- Pode ser utilizada uma história sem final e, nesse caso, pedir-se-á aos grupos ou à turma que criem um ou vários finais possíveis;
- Pode ser utilizada uma história pedindo aos participantes para atribuírem diferentes valores às várias personagens;
- Pode-se pedir ao(s) grupo(s) que identifique(m) uma ou várias soluções para cada caso.

d) Jogos de clarificação de valores

Consiste em promover o debate entre posições diferentes (podendo ou não chegar-se a consenso), através da utilização de pequenas frases que sejam opinativas e polémicas.

Pode-se pedir a um dos participantes para assumir a defesa da opinião expressa na frase, a um segundo para a atacar (ainda que essas não sejam as suas posições na realidade) e a um terceiro ainda que observe o debate, para depois o descrever ao grande grupo.

Podem utilizar-se escalas do tipo «concordo totalmente», «concordo em parte» «é-me indiferente» «discordo em parte» e «discordo totalmente», fazendo mover as pessoas na sala para cada uma das posições (que são afixadas nas paredes), ou utilizando as opiniões individuais para o debate em pequenos grupos e, numa fase posterior, em grande grupo.

e) Utilização de questionários

Em geral, os questionários são utilizados para recolher conhecimentos e opiniões existentes. No entanto, também podem ser utilizados para transmitir (e não apenas para avaliar) conhecimentos.

f) Role play ou dramatização

Consiste na simulação de pequenos casos ou histórias em que intervêm o número de personagens desejadas. Funciona bem quando são os próprios alunos, em grupo, a elaborarem o texto dramático. As dramatizações não devem ser longas (cerca de 10 minutos) e devem ser complementadas com debate em pequeno ou em grande grupo. É uma forma particularmente dinâmica de analisar uma situação ou provocar um debate.

O role play pode ser eficazmente aproveitado no treino de determinadas competências, tais como saber escutar o outro, desenvolver o relacionamento interpessoal ou saber expressar sentimentos.

g) Visita externa

Pode aproveitar-se de forma bastante mais eficaz a visita de alguém especialista num determinado assunto se houver uma apresentação anterior à visita e uma preparação das perguntas e questões que a turma desejaria colocar.

A visita pode, também, ser complementada com um trabalho em grupo, em que são pedidas opiniões, sínteses ou dúvidas que tenham ficado após a visita.

h) Produção de cartazes

É uma forma de organizar a informação recolhida (textos, fotografia, gráficos, esquemas, etc.). Pode ser apresentada ao grande grupo, ou pode ser uma forma de fomentar a discussão à volta de um tema.

Nesse caso pede-se com antecedência aos participantes que tragam revistas, jornais, textos retirados da internet ou de livros, relacionados com um dado tema que se vai debater.

i) Caixa de perguntas

Consiste na recolha prévia e anónima de perguntas sobre temas de interesse da turma ou de levantamento de necessidades. Pede-se a cada sujeito que formule duas ou três perguntas por escrito, numa folha de papel que posteriormente é dobrada em quatro e colocada numa caixa (tipo urna de voto). É muito importante que o professor responda a todas as perguntas de forma clara e com correcção científica.

j) Fichas de trabalho

Facilitam o desenvolvimento dos trabalhos, e devem ser construídas de acordo com os objectivos a alcançar:

- Recolha de informação;
- Exploração de informação;
- Síntese de informação;
- Avaliação.

Têm ainda a vantagem de serem um óptimo recurso, quando o tempo para a actividade é curto.

I) Exploração de vídeos e outros meios audiovisuais

Estes materiais podem ser um auxiliar muito importante para o desenvolvimento das actividades. Aconselha-se que sejam diferenciados os momentos «antes da projecção» e «após projecção»:

- Antes da projecção - Deve haver recolha de perguntas e assuntos que a turma ou grupo deseja ver tratados de forma a ajustar às necessidades do grupo.
- Após a projecção - É importante identificar as partes do vídeo que apresentem mais interesse, os conhecimentos que ficaram e as dúvidas que surgiram.

A construção de guiões de exploração permite uma síntese dos conhecimentos adquiridos e a reflexão crítica sobre o material visionado.

8. Planificação



(1977) Educação sexual (1)

Os itens constantes que devem fazer parte da planificação do Projeto de Educação Sexual de cada turma são:

- Disciplinas intervenientes;
- Conteúdos;
- Objetivos;
- Estratégias/Atividades – devem ser referenciadas as atividades constantes nos cadernos PRESSE;
- Recursos;
- Avaliação;
- Calendarização;
- Outras modalidades de ação.

No entanto, cada Diretor de Turma /Titular de Turma pode sempre elaborar a sua planificação acrescentando outro tipo de informação que lhe pareça pertinente.

9. Calendarização

A planificação depois de devidamente elaborada tem de ser entregue ao Coordenador do Projeto de Educação para a Saúde e Educação Sexual do Agrupamento, assim que elaborada. Contudo, convém alertar para a importância de se dividir equilibradamente o número de horas previstas para a abordagem da Educação Sexual, em cada ano de escolaridade, pelos diferentes períodos letivos (artigo 5.º da Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto).

A carga horária dedicada à educação sexual deve ser adaptada a cada nível de ensino e a cada turma, não devendo ser inferior a seis horas para o 1º e 2º ciclos do ensino básico, nem inferior a doze horas para o 3º ciclo.

Nota: A partir do ano letivo 2011-2012, para os diferentes níveis de ensino (1º, 2º e 3º Ciclos), a implementação da Educação Sexual é em função do Programa PRESSE.

10. Avaliação

Com o objetivo de se obter uma reflexão sobre o trabalho desenvolvido, no final do ano letivo a equipa do PESES disponibilizará um questionário de Avaliação do Projeto, a ser preenchido pelo Diretor de Turma, ouvidos todos os intervenientes no processo, baseado nos seguintes parâmetros:

- Número de horas estabelecidas para cada ciclo;
- Conteúdos previstos para cada ano de escolaridade;
- Impacto das atividades na aprendizagem dos alunos;
- Produto final do Projeto.

11. Bibliografia Recomendada

Livros:

ALCOBIA, H., Mendes, A.R., et al. (2004). Educar para a sexualidade. Porto Editora.

ANDRADE, Maria Isabel (1992), Entre a Sida e a vida, Porto Editora.

BERDÚN, L. (2000). Na tua casa ou na minha - Tudo o que os jovens querem saber para uma sexualidade sem dúvidas. Porto: Areal Editores.

BRULLER, Z. & BRULLER, H. (2004). Guia da vida sexual da malta nova. Porto: Edições ASA.

BULL, David (2003), Tudo o que uma rapariga deve saber, Temas e Debates - Actividades Editoriais.

CARPINTEIRO, E. (2004). Prevenção de riscos associados ao comportamento sexual. DST e SIDA. Lisboa: APF.

CASANOVA, Sebastião (2002), 101 Maneiras de ter uma boa vida sexual, Garrido Editores.

EVAX, No Espelho..., As mudanças no corpo - A Adolescência e Tu, Projecto Educativo para o Ensino Básico”.

EVAX, Programa Didáctico, A Adolescência e Tu - Material para professores, 2º e 3º ciclo do Ensino Básico, (3 exemplares).

FINLAY, F., JONES, R. et al. (2001). Para saberes o que é a menstruação - Tudo sobre os períodos menstruais. Lisboa: Terramar.

FONSECA, Helena (2005), Compreender os adolescentes, um desafio para pais e educadores, Editorial Presença.

FORD, Michael Thomas (1992), Guia prático conta a Sida, 100 perguntas e 100 respostas, Terramar Editores, Lda.

FRADE, A. et al. (2001), Educação Sexual na Escola, Lisboa, Texto Editora.

HARRIS, R. & EMBERLEY, M. (1995). Vamos falar de sexo - Crescimento. Corpos em mudança, sexo e saúde sexual. Lisboa: Terramar.

KOHNER, Nancy (1997), Como falar às crianças sobre sexo, Lyon Edições.

PEREIRA, M.M. & Freitas, F. (2001). Educação sexual - Contextos de sexualidade e adolescência. Porto: Edições ASA.

PEREIRA, M.M., FREITAS, F. (2001). Educação sexual - Contextos de sexualidade e adolescência. Porto, Edições ASA.

PEREIRA, Maria Manuela Melo de Carvalho (2006), Guia de educação sexual e prevenção do abuso, Coimbra. Pé de Página Editores.

PIRES, Pedro (2005), Ser rapaz é fixe, Impala.

POLY, M. & PAGÈS, J. (1997). Quando os adolescentes despertam para a sexualidade - Tudo aquilo que eles não sabem e que você talvez já tenha esquecido. Lisboa: Terramar.

ROBERT, J. & JACOB, J. (2006). A minha sexualidade - Dos 9 aos 13 anos. Porto Editora.

ROCA, N. (2002). Sou uma adolescente. Lisboa: Editorial Presença.

ROCA, Núria (2006), Sou um adolescente, Editorial Presença.

ROCA, Núria (2006), Sou uma adolescente, Editorial Presença.

SANDERS, P. & SWINDER, L. (1995). Para me conhecer. Para te conhecer... Estratégias de Educação Sexual para o 1º e 2º ciclos do Ensino Básico. Lisboa: APF.

SAULIÈRE, D. & DESPRÉS, B. (2004). Abusos sexuais não!. Lisboa: Terramar.

SPITZ, Christian (1996), Tudo o que os adolescentes querem saber, Publicações D. Quixote.

STOPPARD, Mirriam (1997), Os jovens, o amor e o sexo - crescimento, relacionamentos e sexo, Editora Civilização.

SUPLICY, M. (1995). Sexo para adolescentes. Edições Afrontamento.

VAZ, J. (1996). Educação sexual na escola. Lisboa: Universidade Aberta.

VILELLA, Asunción (coord.), (1997), Enciclopédia da Sexualidade, MCMXCVII Oceano Editorial, S.A.

YOUNGS, Bettie B., YOUNGS (2005), Jennifer, Tudo sobre a adolescência, Temas e Debates - Actividades Editoriais.

12. Anexos

- Propostas de Planificações do 1º, 2º e 3º Ciclo.
- Cadernos de atividades do PRESSE

