

الصف 6

الامتناع عن ممارسة الجنس لتجنب الحمل

في هذا الدرس، يعلم المعلم والطلاب بشكل تعاوني لوضع إرشادات للتعلم بشأن الموضوعات الحساسة ومناقشتها. يقود المعلم الطلاب خلال مناقشة لتعريف الامتناع عن الجنس والاتصال الجنسي والجماع. يركز المعلم على مزايا الامتناع عن ممارسة الجنس. يقرأ الطالب السيناريوهات ويصنفون الأنشطة لتحديد ما إذا كان السلوك سيصنف ضمن فئة شخص يرغب في اختيار الامتناع عن ممارسة الجنس والسلوكيات غير المقبولة بالنسبة لشخص اختار الامتناع عن ممارسة الجنس. يقود المعلم مناقشة حول كيفية رفض السلوكات السلبية واستخدام مهارات الرفض. يضع الطالب خطة لامتناع عن السلوكات الجنسية.

هدف اليوم

- تعریف الجماع الجنسي، والتکاثر البشري، والامتناع الجنسي، ومنع الحمل.
- اذکر طریقة الاستمرار في الامتناع عن ممارسة الجنس وتطبیق نموذج صنع القرار.

ملاحظات المعلم: تعریف الامتناع عن ممارسة الجنس

- الوقت المقدر: 5 دقائق
 - تفعيل المعرفة المسبقة/ المشاركة
1. تعریف الامتناع عن ممارسة الجنس ومناقشة الأمر.

تعريف الامتناع عن ممارسة الجنس.

ماذا يعني الامتناع عن ممارسة الجنس؟ عرفه بكلماتك.

ما هو الامتناع عن ممارسة الجنس

قرار واع بعدم المشاركة في النشاط الجنسي والمهارات
اللازمة لدعم هذا القرار.

يمكن للعلاقات في سن المراهقة التركيز على العلاقة الحميمية العاطفية، وليس فقط العلاقة الحميمية الجنسية.

ملاحظات المعلم: ما هو الاتصال الجنسي والجماع الجنسي؟

• الوقت المقدر: 3 دقائق

١. عرّف الاتصال الجنسي والجماع الجنسي وناقشهما

الاتصال الجنسي

اللمس المتعمد، مباشرة أو من خلال الملابس، للأعضاء التناسلية أو الشرج أو الفخذ أو الثدي أو الفخذ الداخلي أو الأرداف لأي شخص بقصد إثارة أو إشباع الرغبة الجنسية لأي شخص.

الجماع الجنسي

العملية التناسلية التي يتم فيها إدخال القضيب في المهبل والتي من خلالها تبدأ حياة إنسانية جديدة.

ملاحظات المعلم: المزايا الصحية للامتناع عن الجنس

- الوقت المقدر: 5 دقائق
 ١. نقاش المزايا الصحية لامتناع عن الجنس.

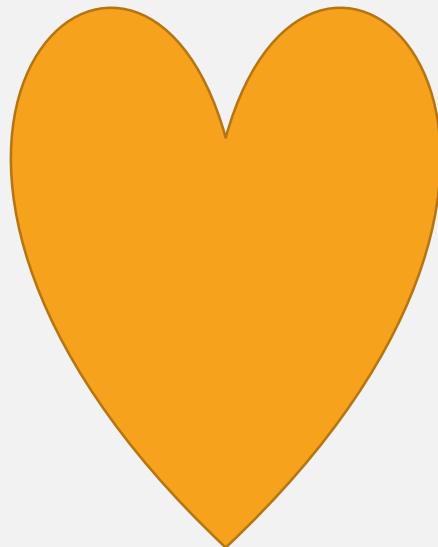
المزايا الصحية للأمانة عن الجنس

الانتظار حتى الزواج سيقلل من عدد الشركاء الجنسيين لديك في حياتك

لا تخاطرين بأن تصبحي حاملاً أو تصابين ببعدي أحد الأمراض المنقولة جنسياً.

تقليل خطر الإصابة ببعدي أحد الأمراض المنقولة جنسياً.

كلما كنت أصغر سناً حينما تصبح نشطاً جنسياً، كلما كان من المحتمل أن يصبح لديك أكثر من شريك جنسي.



ملاحظات المعلم: المزايا العاطفية والاجتماعية للامتناع عن ممارسة الجنس

• الوقت المقدر: 5 دقائق

١. ناقش المزايا العاطفية والاجتماعية للامتناع عن ممارسة الجنس.

المزايا العاطفية والاجتماعية للامتناع عن ممارسة الجنس

- حرية إنشاء الكثير من الصداقات.
- علاقات أقل تعقيداً.
- القدرة على التركيز على الجوانب الشخصية في التعامل داخل العلاقات.
- تجنب التلاؤب بك أو استغلالك من جانب الآخرين.

المزايا العاطفية والاجتماعية للامتناع عن ممارسة الجنس

- الحصول على بعض الوقت لتنمية النضج المطلوب لاتخاذ القرارات الهامة
- الامتثال لقيمك الشخصية كالاحترام والصدق والأخلاقيات.
- التحرر من القلق والضغط المتعلقة بالأمراض المنقولة جنسياً والحمل.

ملاحظات المعلم: نشاط "هل هذا امتناع؟"

• الوقت المقدر: 10 دقائق

١. اجعل الطلاب يشاركون في نشاط "هل هذا امتناع؟"

BIG DECISIONS™

ACTIVITY 5.2 -- Is THIS Abstinence? -- 5 to 10 minutes

At this point, pass out the sets of 20 cut-out “Is THIS Abstinence?” CARDS, one set for each small group. Let the students know that some of these cards describe activities that are pretty personal—and many people may feel embarrassed talking about some of these things. Still, it is important to know about these activities because some people, including some teenagers, engage in these activities. And it is important for young people to know about sexual activities, so they will be ready to make good decisions about what they will do—and what they will not do. It is essential to think ahead and plan ahead.

Tell the class that you want each group to sort the cards into 2 groups:

- Those activities that are OK to do if a person wants to choose Abstinence
- Those activities that are NOT OK to do if a person wants to choose Abstinence

ملاحظات المعلم: نشاط "هل هذا امتناع؟" (تابع)

Give the group a few minutes to discuss and sort the activity cards. On the board or newsprint, start 2 columns labeled "ABSTINENCE" and "NOT ABSTINENCE", leaving room in the middle for a "May be ABSTINENCE, but may still want to AVOID" column. Go through each of the activities, getting feedback from the groups about into which column they would place each activity. Suggested categorization of each item is listed in the FACILITATOR RESOURCE.

Once all 20 items are categorized, reinforce that having oral, anal, or vaginal sex is NOT Abstinence. Acknowledge that there are some disagreements about whether some activities are OK to do, and still be considered Abstinence. For these things, it is helpful to create a category of things that may technically be Abstinence, but that a person may want to avoid anyway. That is why, for people who want to choose Abstinence, there are lots of **other activities (besides oral, anal, or vaginal sex) that people might want to abstain from**. They may want to avoid situations that they think might lead to sexual intercourse. Or they may simply want to avoid activities that are too personal or intimate. Every person should set their own boundaries—that is, set the line between what they will do and what they won't do.

Examples of activities that people may want to avoid include:

ملاحظات المعلم: نشاط "هل هذا امتناع؟" (تابع)

- Physical intimacy that may be too intimate, or that may make it difficult to resist going farther and having sex, for example:
 - Touching breasts
 - Touching below the waist
 - Other activities that put them in a vulnerable or risky situation, such as:
 - Being alone with a partner
 - Using drugs or alcohol with a partner
 - Having an older partner
- Have the class suggest other activities that they might want to avoid if they chose Abstinence.

[*Note to Facilitators:* If someone in the class asks about masturbation (touching oneself), acknowledge that this is a controversial topic. Let the class know that masturbation is something that many people do—both males and females. It does not have risks of unplanned pregnancy or of STIs, and it does not cause health problems. However, some families, and some religions, do not approve of masturbation.]

Summarize that Abstinence means not having sex, but it also means a decision and a plan—and the plan might mean not doing other things, even if they are not technically sex. For the rest of this session, leave the definitions on the board:

ABSTINENCE = not having sex

SEX = vaginal, oral, or anal sex

هل هذا امتناع؟ التصنيفات المقترحة

الامتناع عن ممارسة الجنس

مسك الأيدي
الاحتضان
لف الذراع حول الكتف
وضع الذراع حول الخصر
القبلات (مع غلق الفم)
القبلات (مع فتح الفم)
لمس منطقة أعلى الخصر (دون لمس الثديين)
التحدث عن الجنس

امتناع، ولكن قد يؤدي إلى الجنس

لمس الأردادف
لمس الثديين (على الملابس من الخارج)
لمس الثديين (داخل الملابس)
لمس الأعضاء التناسلية (على الملابس من الخارج)
لمس الأعضاء التناسلية (داخل الملابس)
خلع الملابس
شرب المشروبات الكحولية عندما تكونا معاً
تعاطي المخدرات عندما تكونا معاً
البقاء وحيداً مع شخص آخر

ليس امتناعاً عن ممارسة الجنس

الجنس المهلي (من القضيب للمهبل)
الجنس الفموي (الفم على الأعضاء التناسلية)
الجنس الشرجي (من القضيب لفتحة الشرج)

لمس الأرداف

نشاط "هل هذا امتناع؟"

الاحتضان

في مجموعات، صنفوا البطاقات إلى فئتين.

1. الأنشطة المقبول القيام بها إذا اختار الشخص الامتناع عن ممارسة الجنس
2. الأنشطة غير المقبول القيام بها إذا اختار الشخص الامتناع عن ممارسة الجنس

مسك الأيدي

تعاطي
المخدرات
عندما تكونا معاً

البقاء وحيداً مع
شخص آخر

ملاحظات المعلم: مناقشة مهارات الرفض

- الوقت المقدر: ١٠ دقائق
 ١. ناقش طريقة رفض السلوكيات غير المرغوبة.

فکر - زاوج - شارك

اذكر ثلاث طرق ترفض بها
أي سلوك سلبي.

توقف

مهارات الرفض



مهارات الرفض هي استراتيجيات لتجنب القيام بالأمور التي تشعر بأنه قد تم الضغط عليك للقيام بها.

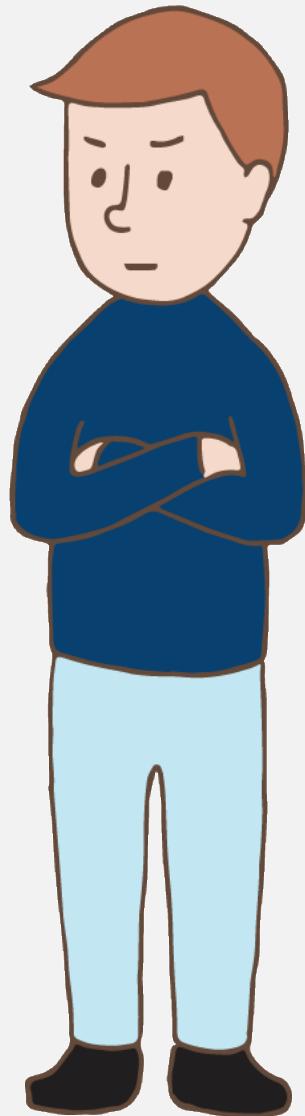
لَا تَخْفُ.
مِنْ قُولْ لَا...
...

إِذَا لَمْ تَوَاجِه مَخَاوِفَكَ بِنَفْسِكَ، فَمَنْ
سِيَفْعُلْ ذَلِكَ؟

الرفض الشفهي



- حدد المشكلة بوضوح
- عبر عن أفكارك ومشاعرك
- قل ما تود حدوثه بدلاً من ذلك.
- اشرح النتائج إذا تم تغيير الخطط.
- اشرح النتائج إذا لم يتم تغيير الخطط



الرفض غير الشفهي

- طابق ما تقوله مع لغة جسده.
- إذا استمر الشخص الذي تواعده في الضغط عليك، توقف عن مواعيده أو الخروج معه.

ما نوع لغة الجسد الذي قد يرسل
الرسالة "لا"؟

فگر - زاوج - شارک

لا تُنْهِي لِا.

تقبل الرفض!

ملاحظات المعلم: ضع خطة

- الوقت المقدر: 5 دقائق
 - استراتيجية "ELL & SpEd": جاري البت فيها
- . يكتب الطلاب خطة لمنع أو تقليل خطر الحمل والحفاظ على الامتناع عن ممارسة الجنس.

تأمل/اكتب شيئاً سريعاً:
ضع خطة لامتناع عن السلوكيات الجنسية.

قائمة المراجع

• "فم يتحدث داخل الأذن" Talking Mouth Clipart، في Cliparttroo.com الموقع 53014 الموقـع، في ١
نوفمبر/تشرين الثاني 2018، الرابـط

.<https://www.cliparttroo.com/download-clipart-53014.html>
(تمت زيارة الموقع في ١١ سبتمبر/أيلول 2019)

• جانيت رياليني. "قرارات مهمة" Healthy Futures of Texas، Healthy Futures of Texas، 2016
تمت زيارة الموقع في ٩ أكتوبر/تشرين أول 2019.<https://hf-tx.org/programs/big-decisions/>