



Junior High Curriculum



Parent Preview Binder

2025-2026 v7



Overview of Curriculum & Guidelines for Instruction

Check the Facts consist of ten lesson plans designed to present a balanced curriculum that complies with the California Healthy Youth Act (AB329) and National and State Health Standards without layers of oversexualized content and imagery that are common among other programs. The mission of *Check the Facts* is to educate, equip, and empower students to make life affirming choices for their overall optimal health and well-being by providing instruction that is evidence informed, science based, medically accurate, unbiased and age-appropriate.

Check the Facts curriculum includes information and skills regarding decision making, goal setting, values, how to access information, the importance of trusted adults, communication skills, fetal development, teen pregnancy, STD, HIV, abstinence, contraception, negotiation and refusal skills, consent, and facts about healthy and unhealthy relationships. *Check the Facts* curriculum uses hands-on learning activities such as games, role plays and discussions to build knowledge, skills, and awareness that help students reduce risks of unplanned pregnancies, HIV and other sexually transmitted diseases.

The intended audience for *Check the Facts* includes junior high and high school students. Instruction and materials are for use with pupils of all races, genders, sexual orientations, and ethnic and cultural backgrounds, pupils with disabilities, and English language learners.

Unauthorized Use of Check the Facts

All content must be presented as written to remain compliant with the law. Any exclusion or modification would be considered unauthorized use of the *Check the Facts* curriculum.

To meet the requirements of the California Healthy Youth Act (AB329), ten days or a minimum of 450 minutes of instruction time is required. *Check the Facts* curriculum is aligned to, and meets all the requirements of the California Healthy Youth Act (AB329) and National and State Health Standards.

If teachers/ administrators wish to cover a topic in addition to what is required by the California Healthy Youth Act (AB329), *Check the Facts* Program leaves that to the discretion of each administrator to decide what is appropriate for their district.

Duplication, distribution and/or instructing of the *Check the Facts* curriculum is prohibited without prior written consent, contract or an up-to-date license agreement authorized by *Check the Facts* Program.

A SOLUTION FOR SEX EDUCATION

In January 2016, California adopted a new law covering comprehensive sexual health education and HIV prevention education in public schools. This law is known as AB329 or the California Healthy Youth Act. Previously, school districts were only required to provide HIV prevention education once in middle school and once in high school. If districts chose to teach sexual health education, they were able to choose what topics they wanted to provide their students, however at that time it was not required to do so by law. With the enactment of AB329, sex education became mandatory for all public school students and took the power away from the local school districts to choose what information was right for their students.

CA EDUCATION CODE SECTIONS 51930-51939

Currently, the baseline requirements for sexual health education and HIV prevention include that all instruction in all grades (including elementary) must be age-appropriate (as determined by the state), medically accurate, and appropriate for students with disabilities, students who are English language learners, and for students of all races, ethnic and cultural backgrounds, genders, and sexual orientations.

Instruction may not promote religious doctrine and must affirmatively recognize different sexual orientations, and be inclusive of same-sex relationships when providing examples of couples or relationships. It mandates instruction on gender, gender expression, gender identity, and explores the harm of negative gender stereotypes.

Comprehensive sexual health education must encourage students to communicate with their parents or other trusted adults and must provide students with the knowledge and skills to develop healthy relationships and make healthy decisions about their sexuality.

Additional content requirements include:

- Information on the nature and transmission of HIV and other sexually transmitted infections (STIs)
- Information about all FDA-approved methods of reducing the risk of transmission of HIV and other STIs, including antiviral treatment, and information about treatment of HIV and STIs
- Information about reducing the risk of HIV transmission as a result of injection drug use by decreasing needle use and needle sharing
- Discussion about social views of HIV and AIDS, emphasizing that all people are at some risk of contracting HIV and that the only way to know one's HIV status is by being tested
- Information about accessing resources for sexual and reproductive health care and assistance with sexual assault and intimate partner violence, as well as students' legal rights to access these resources
- Information about the effectiveness and safety of all FDA-approved contraceptive methods in preventing pregnancy (including emergency contraception);
- Information that abstinence is the only certain way to prevent unintended pregnancy and HIV and other STIs; however, the information about the value of delaying sexual activity must be accompanied by information about other methods for preventing pregnancy and STIs
- Information about pregnancy, including 1) the importance of prenatal care; 2) all legally available pregnancy outcomes, including parenting, adoption, and abortion; and 3) California's newborn safe surrender law
- Information about sexual harassment, sexual assault, adolescent relationship abuse, intimate partner violence, and sex trafficking.



A BALANCED CURRICULUM OPTION



Check the Facts curriculum is 100% compliant with the California Healthy Youth Act (AB329) and National and State Health Standards without the layers of oversexualized content and imagery that are common among other programs. *Check the Facts* also takes an informational approach as opposed to an instructional approach, also common among other programs.

OUR MISSION

Check the Facts curriculum was developed to educate, equip, and empower students to make life affirming choices for their overall optimal health and well-being by providing instruction that is evidence informed, science based, medically accurate, unbiased, and age-appropriate, as deemed by the state of California. Our goal is to provide this required content in the most respectful way possible to all our students.

The full 10-day curriculum includes information and skills regarding:

- Decision making
- Goal setting
- Values
- How to access information
- The importance of trusted adults
- Communication skills
- Fetal development
- Teen pregnancy
- STDs
- HIV
- Abstinence
- Contraception
- Negotiation and refusal skills
- Consent
- Facts on healthy and unhealthy relationships

Check the Facts uses hands-on learning activities such as games, role plays, and discussions to build knowledge, skills, and awareness that help students reduce risks of unplanned pregnancies, HIV, and other sexually transmitted diseases.

AB329 provides for parents/caregivers the right to choose what is best for their student. If a parent/caregiver feels this content is not right for their family and/or student, we at *Check the Facts* want to empower them to opt their student out of this program. However, we do encourage you to speak with your student about these topics, as they will still be addressed with your students' peers.



The California Healthy Youth Act Opt-Out Letter:

Pursuant to the requirements of the California Healthy Youth Act, I wish for my student(s) to be opted-out of the Comprehensive Sexual Health Education program, HIV Prevention Education program, and any associated anonymous, voluntary, and confidential test, questionnaire, or survey on pupil health behaviors and risks. Pursuant to the requirements of the California Healthy Youth Act,

I wish for my student(s) to be provided with an Alternative Educational Activity,

Date: _____

• Parent or Guardian Printed Name(s):

• Parent or Guardian Signature:

• Student(s):

The California Healthy Youth Act: SEC. 15. Section 51939 (State Requirements for Opt-Out)

(a) A pupil may not attend any class in comprehensive sexual health education or HIV prevention education, or participate in any anonymous, voluntary, and confidential test, questionnaire, or survey on pupil health behaviors and risks, if the school has received a written request from the pupil's parent or guardian excusing the pupil from participation.

(b) A pupil may not be subject to disciplinary action, academic penalty, or other sanction if the pupil's parent or guardian declines to permit the pupil to receive comprehensive sexual health education or HIV prevention education or to participate in anonymous, voluntary, and confidential tests, questionnaires, or surveys on pupil health behaviors and risks.

(c) While comprehensive sexual health education, HIV prevention education, or anonymous, voluntary, and confidential test, questionnaire, or survey on pupil health behaviors and risks is being administered, an alternative educational activity shall be made available to pupils whose parents or guardians have requested that they not receive the instruction or participate in the test, questionnaire, or survey.

Lesson 1

Introduction: My Goals. My Future.

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will review the ground rules for the Check the Facts program. This lesson emphasizes that the decisions students make today can impact their future. Through discussion and reflection, students will be empowered to take ownership of their personal health and well-being by learning about wise decision-making and SMART goal setting. The lesson also reinforces the importance of seeking support, recognizing that they are not alone. It highlights the role of Trusted Adults and builds awareness of available resources to help students navigate challenges and make healthy choices.

Objectives:

1. Set ground rules for the *Check the Facts* program to ensure a safe environment for learning.
2. Reinforce awareness that the decisions students are making right now can have an impact on their future.
3. Empower students to take control of decisions related to their sexual health.
4. Emphasize the importance of communicating with a Trusted Adult.
5. Give students a list of reproductive and sexual health services in our area. In addition, provide national resources that coincide with topics covered in the *Check the Facts* program.

Topics Addressed:

1. Program goals and procedures
2. The importance of Trusted Adults
3. Introduction to Adolescence
4. Short-term & long-term SMART goals
5. Locating resources

Lesson Plan Outline:

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| A. Introduction | F. Purpose of <i>Check the Facts</i> |
| B. Setting the Ground Rules | G. What is Success? |
| C. Resources | H. Goal Setting |
| D. The Importance of Trusted Adults | I. Goal Setting Continued |
| E. Ages & Stages | J. Homework |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What did sex education look like for you when you were my age?
2. Share your short term and long-term goals with your parent or guardian.
3. Have a discussion about how you can reach those goals as an individual and how your parent or guardian can help you accomplish those goals.
4. Today I learned that I have "Sexual Health Rights." What do you want me to know about these rights?



LESSON 1

Ground Rules and Resources

- 1. Ground rules:
 - a. **Agree to Disagree:** Everyone has their own _____.
 - b. **Be Respectful:** Commit to learning from each other during our time together and be _____ - _____. There is no room for _____.
 - c. **Keep it Private:** The information that we share can be shared, but your classmates' _____ and _____ should not be.
 - d. **Communication:** Allow everyone a chance to speak and _____ a conversation.



Turn and share: What do you think the qualities of a "Trusted Adult" are?

- 2. **Reporting:** Everything you discuss with us is _____, unless someone is _____ you, you are _____ yourself or others, or if you are having _____ with someone much _____ or _____ than you.
- 3. _____ is permission for something to happen, or an agreement to do something.
- 4. _____ is the period of transition between childhood and adulthood.

OBJECTIVES				
Specific	Measurable	Achievable	Relevant	Time Bound
What do we want to achieve? The objectives must be specific, concrete, and direct.	To know if we are achieving our goals, we must measure it. How will you track your progress?	Set goals that are realistic and possible. If we set unrealistic goals, we can get discouraged from doing them.	We must be realistic in relation to available resources and means. Every goal has to be realistic. How will this goal help you?	Set your goals to achieve them within a limited time. Set deadlines. When will you achieve this goal?
What?	How Much?	How?	Why?	When?

5. In the graphic on page 1, the letters ____ ____ ____ ____ ____ make an acrostic that is a simple way to remember how to set healthy goals.
6. A _____ - _____ is something you want to do in the near future. The near future can mean today, this week, this month, or something you want to accomplish soon.
7. A _____ - _____ is something you want to do in the distant future. These goals require time and planning. They are not something you can do this week or even this year. These goals are usually at least several years away.

☒ **List some of your short-term SMART goals:**

- 1) I want _____
I will _____
By _____
- 2) I want _____
I will _____
By _____

☒ **List some of your long-term SMART goals:**

- 1) I want _____
I will _____
By _____
- 2) I want _____
I will _____
By _____

Who are the Trusted Adults in your life?

Lesson 1.5

Reproductive Systems Review

Teacher Outline

Lesson Overview:

This lesson provides an overview of the reproductive systems of biologically male and female bodies. It is important for teens to understand how their bodies function, along with medically accurate terms for each reproductive part. By the end of this lesson, students will be able to identify, describe, and summarize the structure, function, and location of sexual and reproductive organs. They will also be able to explain the path of an egg during ovulation and the path of sperm during ejaculation.

Objectives:

1. Explain the difference between biological sex and gender.
2. Identify parts of the reproductive systems.
3. Describe the reproductive systems, including body parts and their functions.
4. Summarize reproductive systems and their functions, including the path of an egg during ovulation and the path of sperm during ejaculation.

Topics Addressed:

1. Biological sex vs. gender
2. Anatomy of the Reproductive System
3. Menstrual cycle

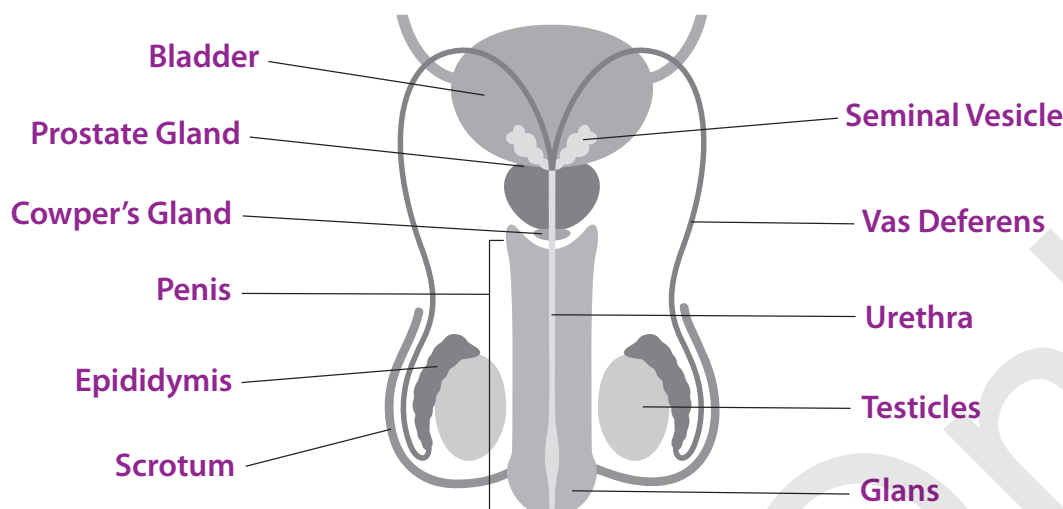
Lesson Plan Outline:

A. Introduction

B. Biological Sex, Intersex &
Gender Identity

- C. Reproductive Systems
- D. Biological Male Reproductive System Terminology
- E. Biological Male Anatomy Review
- F. Biological Female Reproductive System Terminology
- G. Biological Female Anatomy Review
- H. Biological Female Reproductive System
- I. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets

BIOLOGICAL MALE REPRODUCTIVE SYSTEM



Penis: The penis is the biological male's sex organ. The penis is made up of three parts: the root, the shaft, and the glans. The root is the part of the penis that attaches to the wall of the abdomen. The shaft is the main part of the penis, and the **glans** is the tip (sometimes called the head). At the end of the glans is a small slit or opening, which is where semen and urine exit the body through the urethra.

Testicles: Sperm are made in the testicles (also called testes). Testicles are sex glands that make sex cells called sperm, as well as the hormone testosterone. Sperm cannot be made without testosterone.

Scrotum: The testicles are protected by a bag of skin called the scrotum. The scrotum, which is outside the biological male's body, keeps the testicles cooler than the temperature inside the male body.

Epididymis: The epididymis is a set of coiled tubes (one for each testicle) that connects to the vas deferens. This is where the sperm finish maturing and are stored until they are able to travel up the vas deferens and out the penis.

Vas Deferens: The vas deferens is a muscular tube that passes upward alongside the testicles and transports the sperm-containing fluid called semen.

Bladder: The organ that is connected to the kidneys and holds urine before it is released through the urethra.

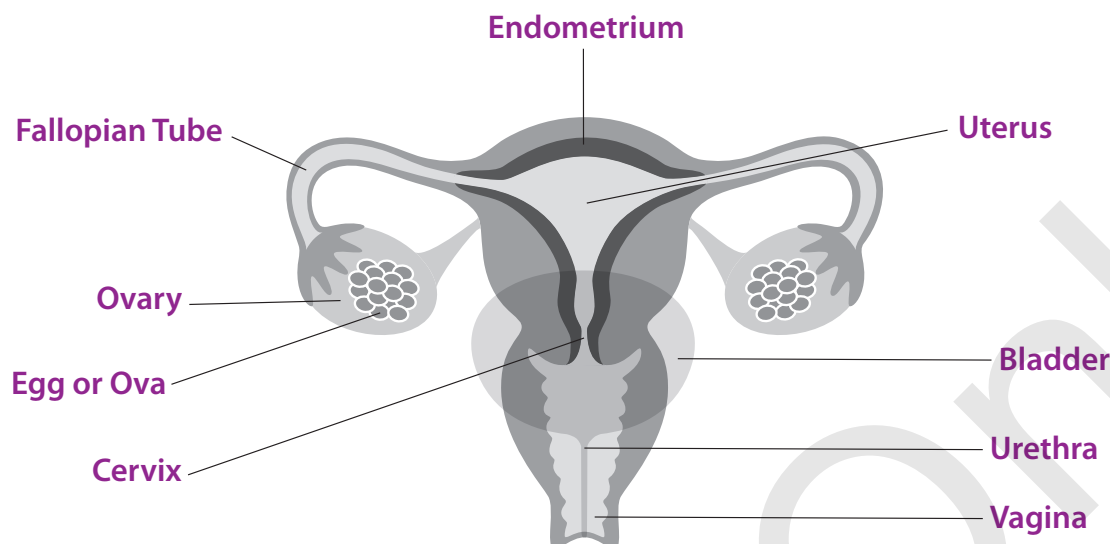
Urethra: The urethra is a thin tube that goes down the center of the penis. Although the urethra helps urine leave the body, it also has a reproductive function in biological male bodies. Once the sperm travel through the prostate gland, they move into the urethra.

Prostate Gland: The sperm in the tubes then pass through the prostate gland. This gland makes a thin, milky fluid that mixes with the sperm. This fluid helps the sperm move and keeps them healthy.

Seminal Vesicle: These glands make a thick fluid that flows through the tubes, and helps sperm move from the epididymis through the penis. It also keeps the sperm healthy.

Cowper's Gland: Like the other glands, these glands make a fluid. This fluid, often called pre-cum or pre-ejaculatory fluid, flows into the urethra and prepares the way for the sperm. This fluid is important because it helps sperm stay healthy.

BIOLOGICAL FEMALE REPRODUCTIVE SYSTEM



Bladder: The organ that is connected to the kidneys and holds urine before it is released through the urethra.

Urethra: The urethra transports urine that's stored in the bladder out of the body. The urethral opening sits just in front of the vaginal opening.

Vagina: The vagina is a muscular, hollow tube that extends from the vaginal opening to the uterus.

Cervix: The cervix is the lower part of the uterus (the place where a baby grows during pregnancy). It also allows menstrual blood to leave a biological female's body.

Uterus: The uterus, also called the womb. The uterus is shaped like an upside-down pear, with a thick lining and muscular walls.

Endometrium: The endometrium is the lining of the uterus. It cushions and nourishes a fertilized egg when a biological female is pregnant.

Ovaries: The ovaries are two oval-shaped organs, each containing thousands of eggs. They produce, store, and release eggs into the fallopian tubes in the process called ovulation.

Fallopian Tubes: A biological female has two fallopian tubes. Within each tube is a tiny passageway. When an egg leaves an ovary, it travels through one of the fallopian tubes.

Egg or Ova: The biological female sex cell, or reproductive cells.

Lesson 2

Anatomy, Conception & Fetal Development

Teacher Outline

Lesson Overview:

This lesson describes the stages of pregnancy through a discussion on fetal development. This lesson covers conception through birth and delivery, and all the stages in between. This lesson also discusses the importance of prenatal care for both the biological mother and the developing fetus. Upon completing this lesson, students will also be able to identify all legal options for pregnancy.

Objectives:

1. Describe the process of human reproduction by identifying the correct order of steps involved in conception.
2. Identify the phases of the menstrual cycle, menstrual hygiene products, and common menstrual health issues.
3. Describe the process of fetal development.
4. Emphasize the importance of prenatal care.
5. Identify all legal options for pregnancy and discuss possible consequences for each option.

Topics Addressed:

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1. Fertilization | 5. Abortion |
| 2. Conception | 6. Parenting |
| 3. Fetal development | 7. Safe surrender |
| 4. Prenatal care | 8. Adoption |

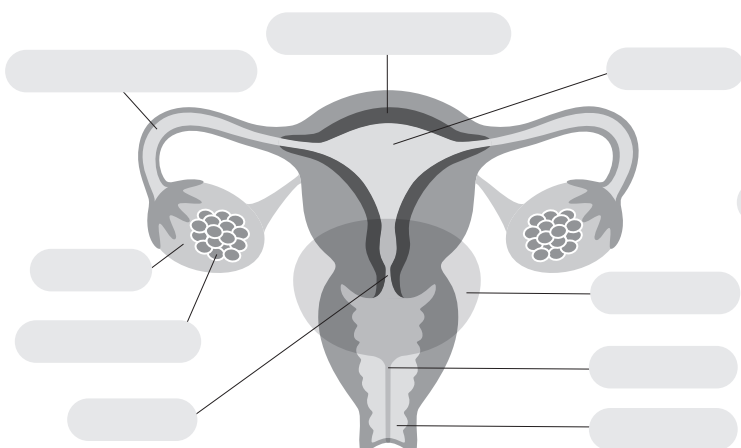
Lesson Plan Outline:

- | | |
|--|---|
| A. Review | N. Abortion |
| B. Chromosomes | O. Pregnancy Options |
| C. Anatomy Review | P. Sexual Health Rights & The Importance of a Trusted Adult |
| D. Reproductive Process | Q. Fetal Development Timeline: Second Trimester |
| E. Reproductive Cells | R. Fetal Development Timeline: Third Trimester |
| F. Menstrual Cycle | S. Delivery of the Baby |
| G. Fertilization/Conception | T. Aftercare |
| H. Twins | U. Activity: Fetal Development Review |
| I. Fertility Treatment | V. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets |
| J. Implantation | |
| K. Miscarriage | |
| L. Fetal Development Timeline: First Trimester | |
| M. Prenatal Care | |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. Were you comfortable talking about sex with your own parent/guardian? Why or why not? What is something you wish you could have asked them or something you wish you could have talked to them about?
2. When you were my age were there any teens that you knew that got pregnant or got someone else pregnant? If so, what decisions did they make (If not, have a hypothetical discussion about it)? Discuss what options they had as teen parents, what challenges they might have faced, etc.

LESSON 2



Word Bank

Urethra
Ovary
Cervix

Endometrium
Egg or Ova
Vagina

Bladder
Fallopian Tube
Uterus



Word Bank

Prostate Gland
Vas Deferens
Penis
Epididymis

Scrotum
Urethra
Cowper's Gland

Testicles
Bladder
Glans
Seminal Vesicle

Conception, Fetal Development, and Birth

Biological Sex: male, female, or intersex — refers to a person's biology (body parts, hormones, chromosomes, DNA)

Gender Identity: refers to how a person feels about their gender, regardless of their biological sex.

1. A _____ is made up of proteins and DNA organized into genes.
2. Who contributes the sperm? _____.
3. What is an ovum? _____.
4. Who contributes the ovum? _____.
5. _____ is the union of sperm and an egg.



Turn and share: What is another word for fertilization?
What happens at this point in time?

6. _____ is the attachment of the fertilized egg (or blastocyst) to the wall of the uterus at the start of pregnancy.



7. The _____ attaches to the wall of the uterus (womb) and supplies the fetus with food and oxygen through the umbilical cord.
8. A _____ is a spontaneous loss of the pregnancy.
9. Pregnancy is broken up into three _____, or three, three month periods.
10. Just _____ days after conception, the embryo's developing heart begins to beat.
11. After eight weeks, the embryo is now referred to as a _____.
12. _____ is the healthcare a pregnant person receives while pregnant.



Turn and share: Who can give Prenatal Care?

13. _____ is when a pregnancy is ended so that it doesn't result in the birth of a child. Sometimes it is called a "termination of pregnancy."
14. _____ is the process of raising children until they are old enough to take care of themselves.
15. _____ is a legal process which permanently gives parental rights to adoptive parents.
16. The _____ law requires a baby be taken to a public or private hospital, designated fire station, or other safe surrender site within 72 hours of birth.
17. The age at which a premature baby can survive outside of the uterus is called the _____.
18. A _____ is when the muscles of the uterus tighten up like a fist and then relax.
19. A _____ is a surgical procedure in which incisions are made through a female's abdomen and uterus to deliver the baby.

Fetal Development Activity

Directions: Label the stages of fetal development, from 1 to 13.

	Contractions start and cause the cervix to dilate.
	The fetus goes through cycles of sleep and wakefulness.
	The embryo's developing heart, starts beating.
	Sperm meets egg in the outer portion of the fallopian tube.
	By 38 to 40 weeks, the lungs have matured completely.
	Fertilized egg travels down the fallopian tube into the uterus.
	All major body systems continue to develop and function, which includes the circulatory, nervous, digestive, and urinary systems.
	Sperm enters vagina.
	The external genitals are well-formed, and the sex of the fetus can be determined.
	The baby, followed by the placenta, exits the body during delivery.
	Sperm travels up the vaginal canal.
	The head will usually turn downward during the last couple of weeks of pregnancy preparing for delivery.
	Fertilized egg uses the lining of the uterus for nourishment.

Lesson 3

Identity & Exploring Stereotypes

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will explore the concepts of gender identity, sexual orientation, and the impact of stereotypes. They will learn that everyone has a gender identity and that people may have different beliefs and values about these topics. By the end of the lesson, students will be able to identify outside influences—like media, culture, and peers—that shape how we think about gender and sexuality. The lesson also highlights the importance of being inclusive, showing respect for all people, and being an ally in their community.

Objectives:

1. Distinguish between biological sex, gender identity, gender expression, and sexual orientation.
2. Recognize external influences that shape attitudes about gender identity, gender expression, and sexual orientation.
3. Emphasize the importance of being inclusive and respectful of all people.

Topics Addressed:

1. Gender identity
2. Gender roles/stereotypes
3. Gender expression
4. Sexual orientation

Lesson Plan Outline:

- | | |
|----------------------------------|--|
| A. Introduction | E. How to be an Ally & Stand Up Against Bullying |
| B. Gender Roles & Stereotypes | F. Resources |
| C. LGBTQ+ and Sexual Orientation | G. Activity: Wrap-Up & Exit Ticket |
| D. Verbal Harassment & Allyship | |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. Did you know anyone who identifies as LGBTQ+ when you were my age? How did the people around them treat them? How should those who identify as part of the LGBTQ+ community be treated?
2. What does being an Ally look like for you? Do you remember a time you saw someone being bullied, or have you ever been bullied? What did you do? What do you wish you could have done?

LESSON 3

Identity and Stereotypes

1. _____ are the roles or behaviors learned by a person as appropriate to their gender, determined by the prevailing cultural norms.
2. _____: An overly simple picture or opinion of a person, group, or thing.
 - Ex: It is a stereotype to say that all old people are forgetful.
3. _____: is a term used to describe a person's outward presentation of their gender.
 - *BUT, you cannot make assumptions about someone's gender identity or sexual orientation solely based on their gender expression.*
4. LGBTQ+ stands for:
 - _____
 - _____
 - _____
 - _____
 - _____ or _____
 - _____
5. An _____ is someone who educates themselves, and advocates for all members of their community.

Notes:

How to be an ALLY

- ✓ **Don't Laugh.** Let others know that jokes and comments based on race, religion, sexual orientation, gender, ethnicity, etc., are not funny.
- ✓ **Speak Up.** If you feel safe doing so, let those who behave disrespectfully know that you don't appreciate it.
- ✓ **Challenge Onlookers.** If you feel safe doing so, let other spectators know they are not helping and encourage them to do so.
- ✓ **Don't "Get Even."** Responding to meanness with meanness won't help and will often make the situation worse.
- ✓ **Be A Friend.** Show kindness and support to the targets of negative behavior.
- ✓ **Involve Trusted Adults.** Tell a teacher or counselor about ongoing incidents, and get support at home from parents and family members.
- ✓ **Don't Judge.** Demonstrate to others that you are willing to listen and talk with an open mind.
- ✓ **Be Inclusive.** Make sure that your language and behavior are respectful to all people.
- ✓ **Be Self-reflective.** Do you have prejudices? If so, work to change them.
- ✓ **Take Action!** Speak out against bias in your community and in the media.

How to be an ALLY Scenarios

Scenario #1: A student is making fun of another classmate's looks. A group is watching this happen and some in the group even join in.

Scenario #2: A group of boys play soccer at lunch every day and one boy is continually called "gay", or told he "throws like a girl". The other boys laugh.

Scenario #3: A student is calling someone else names in the back of the classroom during class time because of the color of their skin.

Scenario #4: A student is pushed against the wall by an older student who is much taller. The older student threatens to do it again if the younger student tells anyone.

Scenario #5: A group of kids won't let another student sit with them at lunch, even though there's plenty of room at the table.



Action Plan

Step 1: Describe the bullying that's happening.

Step 2: Describe what you would like done about it. Think about how the situation could be stopped or prevented.

Step 3: What steps can YOU take to make that happen? Include who could help, what they can do, and what you can do.

Lesson 4

The Facts: STIs – Sexually Transmitted Infections

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson students will be learning about STIs/STDs also known as sexually transmitted infections/diseases. This lesson discusses the prevalence, signs, symptoms, transmission, impact and treatment of STIs/HIV. Students will learn protective factors to help them avoid or reduce their risk of infection and transmission.

Objectives:

1. Identify what an STI/STD is, their modes of transmission, symptoms, treatment, prevention and their long-term effects.
2. Define abstinence and explain why it is the most effective method to prevent pregnancy and sexually transmitted infections (STDs), including HIV.
3. Describe personal role/responsibility as well as factors that would contribute to or protect against engaging in risk behaviors.
4. Identify medically accurate information and resources about/for contraceptive methods, STDs/HIV, and pregnancy.

Topics Addressed:

- | | |
|--------------|-----------------------|
| 1. STIs/STDs | 4. Treatment |
| 2. Causes | 5. Prevention |
| 3. Symptoms | 6. Locating Resources |

Lesson Plan Outline:

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| A. Introduction | I. Viral |
| B. Why Study STI/STDs & HIV? | J. HIV |
| C. STIs vs STDs | K. HIV Treatment & Prevention |
| D. Teens & STIs | L. How to Protect Yourself from STIs |
| E. How Do People Contract STIs? | M. Finding Resources |
| F. Most Common Types of STIs | N. Activity: Wrap-Up & Homework |
| G. Parasitic | |
| H. Bacterial | |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What do you know about STIs?
2. What did you know about STIs when you were my age? Is there anything that you think I should know about STIs?

LESSON 4

STIs

1. STI stands for _____.
2. Teens are at a _____ risk of getting STIs.
3. STIs don't always cause _____.
4. The three most common types of STIs are _____, _____ and _____.
5. _____ or _____ STIs can be cured.
6. Chlamydia, if left untreated, can lead to very serious health problems, including _____.
7. Gonorrhea, is very common among people ages _____.
8. Syphilis can be treated and cured with the right _____.
9. Circle the Bacterial STIs:

<i>Chlamydia</i>	<i>HIV</i>	<i>HPV</i>
<i>Gonorrhea</i>	<i>Herpes</i>	<i>Syphilis</i>
10. Circle the curable STIs:

<i>Chlamydia</i>	<i>HIV</i>	<i>HPV</i>
<i>Gonorrhea</i>	<i>Herpes</i>	<i>Syphilis</i>
11. STIs caused by _____ cannot be cured, but they are treatable.
12. Herpes is spread through _____ contact with an infected area.
13. HPV is the most _____ sexually transmitted infection in the United States.

14. Both HBV and HCV affect the _____.
15. HIV can also be transmitted through contaminated _____.
16. _____ can be found in bodily fluids: pre-ejaculate, semen, rectal fluid, vaginal fluid, breast milk, and/or _____ of those infected.
17. HIV is not found in saliva, tears, sweat, urine, or feces, that is not mixed with the _____ of a person with HIV.
18. Circle the Viral STIs:

*Chlamydia**HIV**HPV**Gonorrhea**Herpes**Syphilis*

Turn and share: *What can you do to prevent and protect yourself from contracting STIs?*

19. Not having sex, or _____, is the most effective way to avoid contracting an STI, and reduces your risk by 100%.

Notes:

Locating Resources

Find a Clinic

1. Go to **<https://gettested.cdc.gov>**
2. Enter your zip code and hit search.

Write the name and address of the two closest clinics below.

Name: _____

Address: _____

Hours of operation: _____

Name: _____

Address: _____

Hours of operation: _____

Do you need permission from your parent or guardian to get tested for STIs and HIV?

Lesson 5

Contraception

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will have an opportunity to review their goals as a guide to help them with decision-making. This lesson will cover all of the FDA-approved methods of preventing a pregnancy. Students are encouraged to take responsibility for their sexual and reproductive health by understanding the facts about contraception to protect both themselves and their partners. This lesson also explains the importance of talking with a Trusted Adult when deciding what is best for them.

Objectives:

1. Describe factors that contribute to or protect against engaging in risky behaviors.
2. Describe personal role in protecting one's own sexual and reproductive health.
3. Identify commonly used methods of birth control, including abstinence.
4. Summarize ways to prevent pregnancy and HIV/STDs.

Topics Addressed:

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| 1. Short Term and Long Term Goals | 4. Types of Contraception |
| 2. Teen Pregnancy | 5. Contraceptive Use |
| 3. Contraception Definitions | 6. Contraceptive Effectiveness |
| | 7. Possible Contraceptive Risks |

Lesson Plan Outline:

- | | |
|--|---|
| A. Review Resources | H. Long-Acting Reversible Contraceptives (LARC) |
| B. Short Term & Long Term Goals: Timeline Activity | I. Side Effects |
| C. Contraception/Birth Control | J. Hormonal Methods |
| D. Fertilization Review | K. Barrier Methods |
| E. Birth Control Methods | L. Natural Methods |
| F. Abstinence | M. Conclusion |
| G. Permanent Methods | N. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What do you know about contraception? How do you feel about contraception usage?
2. In your opinion, what is the most effective form of contraception?

LESSON 5

With family, educational, and job goals in mind, where do I see myself in:



1. Why might being a teen parent be difficult?: _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Contraception

Most Effective

100% Effective Method

Permanent Methods

LARC Methods

_____ *non-hormonal*

_____ *hormonal*

_____ *hormonal*

Hormonal Methods

Barrier Methods

Natural Methods

Least Effective

Only Method Used After Having Sex

_____ is the only BCM taken after unprotected sex. Take within _____ days after unprotected sex. This is _____ a regular form of birth control.

Lesson 6

Making Wise Decisions & Choosing to Avoid Risk

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will learn decision-making skills that they can apply to any decisions they may face, now or in the future, related to their overall optimal health. It is important that students are informed and equipped to make these types of decisions to protect themselves from possible consequences. Being informed with this information will allow students to make an educated decision on what is best for them. In addition, students are reminded that they have Trusted Adults in their lives who can help them and that they are not alone.

Objectives:

1. Identify a decision-making model that can be used to make a health-related decision.
2. Define and discuss the benefits of abstinence.
3. Medically define oral sex, anal sex, outer sex, and vaginal sex.
4. Compare and contrast potential outcomes of risk behaviors and protective factors.
5. Describe factors that contribute to or protect against engaging in risk behaviors.
6. Identify the physical, emotional, and social effects of sexual activity.
7. Use a decision-making model to make a health-related decision.
8. Understand the importance of personal responsibility for sexual decisions.

Topics Addressed:

1. All Forms of Sexual Activity
2. Abstinence
3. Possible Consequences or Risk Involved in Sexual Activity
4. Risk Avoidance
5. Dealing with Peer Pressure

Lesson Plan Outline:

- A. Decision Making
- B. Types of Sexual Activity
- C. Sex Now
- D. Peer Pressure
- E. Not Now/Wait
- F. Possible Consequences of Sexual Contact
- G. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets
- H. Optional Homework

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. When you were growing up, what were the "home" rules about having a curfew, dating, sex, etc.? Did you agree with them?
2. When you were my age, did you ever think that you were "in love?" Can people my age fall in love?
3. What type of person do you think someone my age should be in a relationship with? Have a discussion about your ideal relationship vs their ideal relationship.
4. When do you think it's okay to have sex?
5. What types of pressure did you experience at my age? How did you deal with that pressure? How should that pressure be dealt with?

LESSON 6

Making Wise Decisions and Choosing to Avoid Risk

Steps to Making a Decision

- Identify the _____.
- Think about your _____.
- Go over the possible positive and negative _____.
- Make a _____ to move forward.

1. Name the different types of sex, then circle YES or NO if there is a risk of pregnancy and contracting an STI.

a. _____

STI Risk YES / NO

Pregnancy Risk YES / NO

b. _____

STI Risk YES / NO

Pregnancy Risk YES / NO

c. _____

STI Risk YES / NO

Pregnancy Risk YES / NO

d. _____

STI Risk YES / NO

Pregnancy Risk YES / NO

2. _____ is choosing to not participate in any sexual activities and is 100% effective in preventing both STIs and pregnancy.

Two Messages About Sex

NOW

NOT NOW/WAIT



Turn and share: Why might a teen choose to have sex?
Why might a teen choose not to have sex?



How to Avoid Peer Pressure

If you want to avoid peer pressure when it comes to sex, here are some things that you can do.

- ✓ Spend time with friends who are also ok with waiting to have sex.
- ✓ Group date instead of going on dates alone together.
- ✓ Invite your friends to your home so that they can meet your parent(s) or trusted adult(s).
- ✓ Don't be a bystander. If your friends are being pressured, speak up for them.
- ✓ Plan out in advance what you would say beforehand if someone were to try and pressure you into having sex.
- ✓ Call your trusted adult, or a friend to pick you up if you need to leave a date. Have an X-plan.
- ✓ You are not obligated to "pay someone back" with sex in return for a date or gift.
- ✓ Firmly say no, if that is how you feel.

The Choice is Yours

Self Reflection: Some things you should think about

1. Is pressuring someone to have sex ok? _____ Why or why not?

2. Before someone decides to have sex, they should...

3. What are the benefits of choosing to wait?

Lesson 7

Social Media Awareness

Teacher Outline

Lesson Overview:

Sensitive Content Warning!!

This lesson explores the possible risks of the online world. Topics include pros and cons of the internet, pornography, posting or sending inappropriate messages, a person's digital footprint, sexting, the laws related to minors sending or posting sexually explicit images, and cyberbullying. This lesson also shines a light on suicide and depression. Students learn how the media tends to pair cyberbullying with suicide (meaning that cyberbullying would be the cause), but students will learn that suicide is multi-faceted and there is no one single reason why someone would choose to die by suicide. Students are encouraged to be kind always because everyone is fighting a battle they know nothing about!

Objectives:

1. Identify positive and negative impacts of social media.
2. Identify activities on social media that can damage a person's public image.
3. Discuss the importance of maintaining an appropriate public image via social media.
4. Understand the dangers and outcomes of taking personal photographs and sharing them online or through text messages or other social media platforms.
5. Develop skills to help prevent cyberbullying and/or how to respond and help if someone they know is being bullied.
6. Review challenges teens may face today in mental health as well as where to find support.

Topics Addressed:

1. The Pros & Cons of Social Media
2. Defining Risky Behavior
3. Inappropriate Content
4. Digital Footprints
5. Sexting
6. Cyberbullying
7. Suicide Prevention
8. Teen Depression

Lesson Plan Outline:

- A. Introduction
- B. Risk & Benefits of the Internet
- C. Sharing Inappropriate Messages
- D. Digital Footprints
- E. Sexting
- F. Cyberbullying
- G. Suicide Prevention & Awareness
- H. Teen Depression
- I. THINK
- J. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What are the pros and cons of social media?
2. What do you know about internet safety?
3. What do you think about online dating?

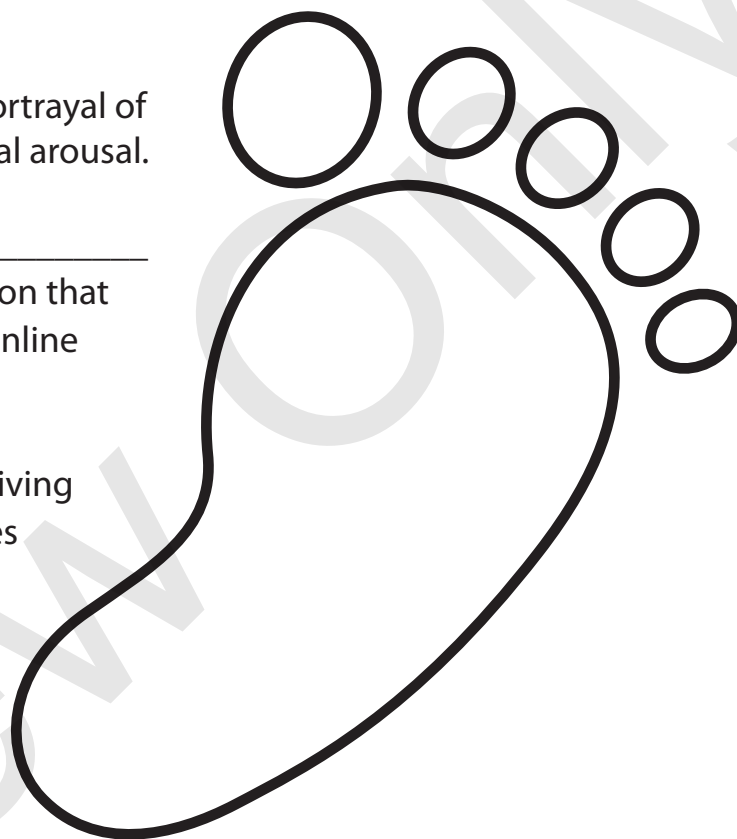
LESSON 7

Social Media Awareness



Turn and share: What are some positive things about being online?
Negative things?

1. The one rule to follow, no matter what you do online, is to _____
_____!
2. _____ is the portrayal of sexual acts solely for the purpose of sexual arousal.
3. A _____ is the information about a particular person that exists on the Internet as a result of their online activity.
4. _____ is sending or receiving sexually explicit photographs or messages via mobile phone.



California Sexting Laws



Under the California Law, individuals who distribute, possess or produce a sexually explicit image of a minor

could be charged under the State's child pornography statutes and if convicted, would need to register as a sex offender. California lawmakers have recently proposed a bill that would reduce the punishment for first time sexting offenders who are minors. Such punishment would include community service and mandatory counseling (to be paid for by the minor's parents).

Tips for Keeping Safe

1. Don't sext. Not sexting is the only 100% sure way to avoid the consequences of this criminal activity.
2. If someone texts you a naked picture of themselves or of anyone else, delete it. Do NOT forward these pictures either and make sure you tell your trusted adult.
3. Don't ask or pressure someone else to send you naked pictures of themselves. This would be considered sexual solicitation and is actually an example of sexual harassment.
4. Do not mistakenly believe that if you use Snapchat the law is not an issue! Photos shared on Snapchat can be saved, so the same laws still apply.

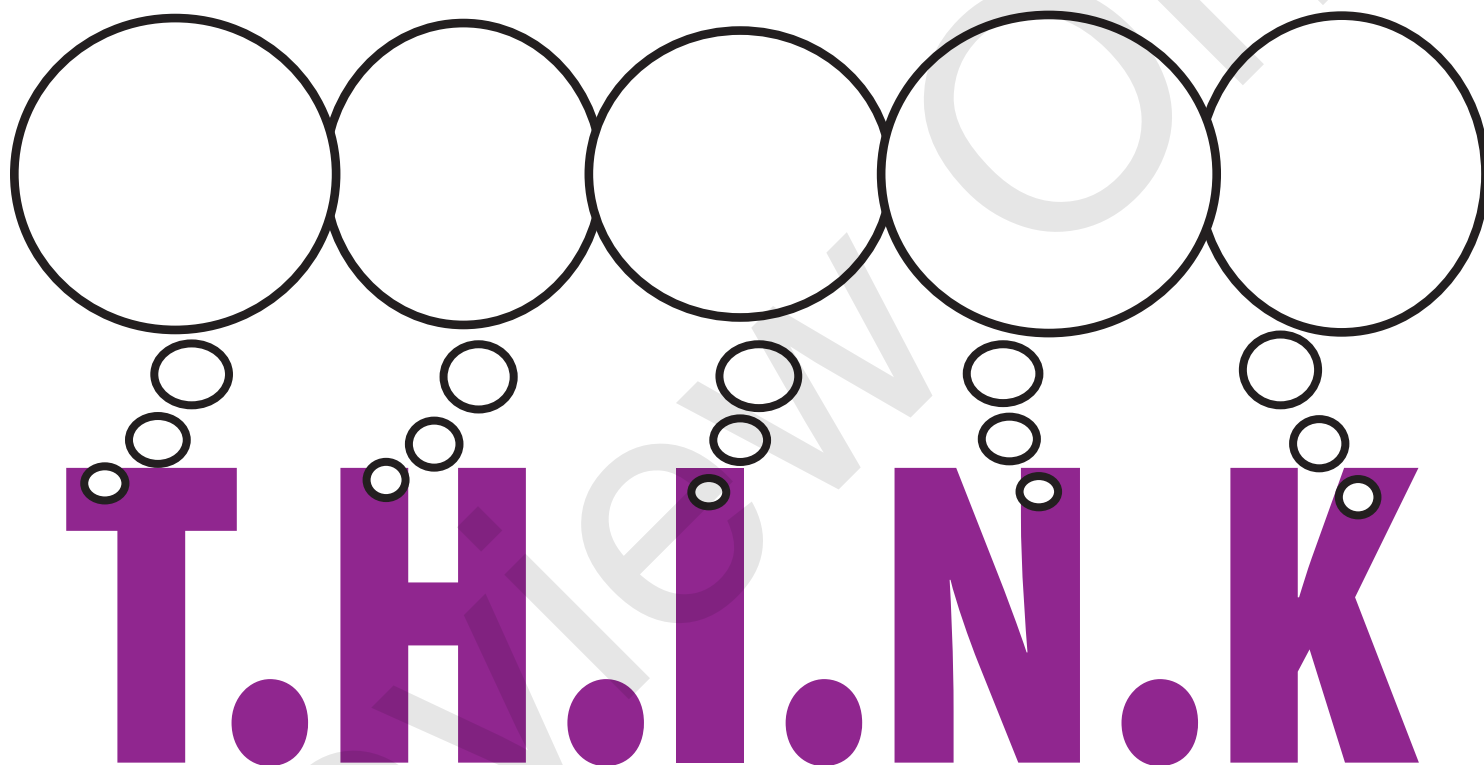
5. _____ is the use of technology to bully someone.
6. What are some steps you can take if you are being cyberbullied?
 - a. Don't _____
 - b. _____ the bully
 - c. Set up new _____
 - d. Check your _____ settings
 - e. Make a _____
 - f. Talk to a _____
7. A _____ is anyone who witnesses bullying either in person or in digital forms like social media, websites, text messages, gaming, and apps.
8. Suicide is _____. There is _____! There is _____!
9. _____ is a serious mental health condition that causes feelings of sadness and a loss of interest in activities.

CRISIS TEXT LINE |

Text HELLO to 741741
Free, 24/7, Confidential



T.H.I.N.K. Before You Post



Notes:

Lesson 8

Social Media Safety

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will discover what inappropriate requests are both online and off, define grooming, and be made aware of the prevalence and nature of human trafficking. This lesson also teaches students strategies to reduce the risk of human trafficking. Upon completing this lesson, students will have a better understanding of how to stay safe online.

Objectives:

1. Identify harmful and violent social media content they witness, experience, and post.
2. Describe what grooming means and how it might be used.
3. Identify the prevalence, nature, and strategies to reduce the risk of human trafficking.
4. Develop ways to stay safe online.

Topics Addressed:

1. Inappropriate Request
2. Grooming
3. Human Trafficking
4. Personal Information
5. Creating a Safe Online Community

Lesson Plan Outline:

- A. Inappropriate Requests
- B. Grooming
- C. Human Trafficking
- D. Strategies to Protect Yourself
- E. Protecting Personal Information

F. Activity: Wrap-Up & Exit
Tickets

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What do you know about human trafficking? Where do you think it occurs? Share what you learned with your parent/guardian.
2. How can I stay safe online and offline?
3. Have you ever been bullied? How should bullies be dealt with? What should I do if I'm being bullied?
4. Do you know anyone who is suicidal or has died by suicide? How can suicide be prevented?

LESSON 8

Social Media Safety

1. An _____ is when someone online asks you to do things you do not want to do.
2. _____ is a word used to describe how people who want to sexually harm children and young people, get close to them and often their families, to gain their trust.
3. Human trafficking is the illegal trade of human beings. It is the act of using a person for profit by _____, _____, or _____. Human trafficking is modern-day _____.
4. There are two main forms of human trafficking:
 - 1) _____ trafficking– Forcing, deceiving, or coercing a person to perform a commercial sex act.
 - 2) Forced _____–Forcing a person to work in captivity for little or no pay. Also known as involuntary servitude.

Recruiting
Harboring
Fraud
Peonage
Obtaining
Force
Servitude
Coercion
Exploitation
Providing
Slavery
Bondage
Transporting

Indicators / Signs of Human Trafficking

Does the person...

- Stop attending school?
- Suddenly have more or new things?
- Allow another person to speak for them?
- Suddenly become extremely quiet, unsocial, and/or avoid eye contact?
- Appear to be deprived of food, water, sleep, medical care, or other necessities?
- Have bruises or other signs (such as a branding tattoo) of physical trauma?
- Have a romantic partner who is noticeably older?
- Engage in unhealthy coping behaviors (i.e. use of drugs or alcohol, etc.)?
- Seems to be restricted from contacting family or friends?
- Not seem to be in control of their own money?
- Lack control over a personal schedule and/or identification or travel documents?



Turn and share: What advice would you give a friend who was thinking of meeting someone offline?

5. _____ should never be shared online.

This includes:

- Home address
- Home / cell phone numbers
-
-
-

6. Only accept _____ or _____ you know in real life.
a. If you don't know them _____, don't add them online!

Notes:

Preview

Lesson 9

Healthy Relationships: Part I

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will be learning about healthy relationships. Students are encouraged to set standards for themselves in current or future relationships. Students will discover the difference between a healthy relationship and an unhealthy or abusive relationship. Statistics state that 1 in 3 U.S. teens will experience physical, sexual, or emotional abuse by someone they are in a relationship with before they become adults, so understanding the characteristics of each type of relationship is important. This lesson also looks at the importance of healthy communication, providing tips as well as an activity to practice how to communicate effectively.

Objectives:

1. Discuss how and why to set standards in a relationship.
2. Describe characteristics of healthy and unhealthy relationships.
3. Discuss ways to support peers in abusive or violent relationships.
4. Explain how to build and maintain healthy family, peer, and dating relationships.
5. Identify ways to communicate effectively in a variety of relationships.
6. Demonstrate communication skills that foster healthy relationships.

Topics Addressed:

1. Standards
2. Types of Relational Abuse
3. Healthy Communication

Lesson Plan Outline:

- | | |
|---------------------------------------|--|
| A. Setting Standards | F. How to Communicate When You are Angry |
| B. Respect | G. Conclusion |
| C. Genuine Vs. Imitation Love | H. Activity: Wrap-Up & Exit Tickets |
| D. Healthy Communication | |
| E. Tips for Communicating Effectively | |

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

1. What relationship standards do you have for yourself? What relationship standards do you think I should have for myself?
2. What does a healthy relationship look like? What does an unhealthy relationship look like?
3. What is the best way to communicate when you are angry?

LESSON 9

Healthy Relationships: Part I

1. A _____ is a guideline we set to make good life decisions.

Standards

Do you have any?

Write down some qualities you would look for in a person you would like to date or marry.

2. _____ is a feeling or attitude of deep admiration for someone or something prompted by their abilities, qualities, or achievements.
3. What would a romantic relationship look like if respect was not present?
a. _____
4. What are the types of dating abuse?
a. _____
b. _____
c. _____
d. _____
e. _____
f. _____
g. _____

Genuine Love

Nurturing, unconditional, and generous. It promotes feelings of security and contentment even if the person is absent.

Imitation Love

(Not real love)
Over-controlling, conditional, and can be abusive

5. What are six tips to communicate effectively?
- Find the right _____
 - Talk _____ to _____
 - Check your _____
 - Do not _____
 - Be _____
 - Use the _____ - _____ rule

How to Communicate When You are Angry

Everyone gets angry, but it is the way you deal with that anger that matters.

Stop.

_____. Take a step back and breathe.

Think.

After you are no longer upset, _____
about the situation and why it made you angry.

Talk.

At an appropriate time, _____ to your partner
about how you feel.

Listen.

After you tell your partner about how you feel,
_____ to them.

How Can We Communicate Better? (n.d).
Retrieved from <http://www.loveisrespect.org/healthy-relationships/communicate-better/>



Unhealthy Relationships Guide Sheet

What can you do if you are in an unhealthy relationship?

If you're in an unhealthy or abusive relationship, figuring out what the next steps should be can be very difficult. You have feelings for this person and have developed a history with them. However, it's the future, not the past that you should consider.

Tips for leaving an unhealthy relationship:

1. If you don't feel safe, don't break up in person. It may seem cruel to break up over the phone or by text, but this is the safest way.
2. If you break up in person, do it in a public place. Have a friend or trusted adult wait for you nearby. Take a cell phone with you.
3. You do not have to explain your reasons for ending the relationship more than once. There is nothing you can say that will make your ex happy.
4. Talk with your friends and family so that they can support you. If you can, tell your parents or trusted adult what's going on, especially if your ex may come by your home.
5. Talk to a school counselor or teacher you trust. Together, you can alert security, adjust your class schedule, or find other ways to help you feel safe.

What can you do if you are the abuser in an unhealthy relationship?

If you're being abusive toward your partner, the first and hardest step to changing is admitting that your behavior is wrong. It's very important to take responsibility for the problem and get help to end the behavior. If you've already taken this step, you're on the right track.

Tips for changing your own abusive behavior:

1. Remember, violence is always a choice. There are no excuses and no one else is to blame for your abusive behavior. Take steps to get help in order to stop the behavior.
2. Focus on how your abuse affects your partner, family, and/or children. Fully accept how seriously you have hurt the people you care about and make changes.
3. Accept the consequences of your actions and take responsibility for getting help asap.

Healthy Relationship: High School Educators Toolkit [PDF]. (n.d.)
Loveisrespect. <http://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/high-school-educators-toolkit.pdf>



4. Remember that you are not alone. Your friends, family, or trusted adult can support you through the difficult process of changing.
5. Talk to your parents, a school counselor, or other trusted adult to see about getting help from a program focusing on abusive relationships.

What can you do if you have a friend in an abusive relationship?

Watching a friend go through an abusive relationship can be very scary, and it can feel difficult to figure out how to help them. The decision to leave can only be made by the person experiencing the abuse, but there are a lot of things that someone can do to help a friend stay safe.

Tips for helping a friend in an abusive relationship:

1. Don't be afraid to reach out to a friend who you think needs help. Tell them you're concerned for their safety and want to help them.
2. Be supportive and listen patiently. Acknowledge their feelings, and be respectful of their decisions, as it is their's to make.
3. Help your friend recognize that the abuse is not "normal," and that the abuse is NOT their fault. Everyone deserves a healthy, nonviolent relationship.
4. Focus on your friend, not the abusive partner. Even if your friend stays with their partner, it's important they still feel comfortable talking to you about their relationship.
5. Get a trusted adult involved. You do not have to go through this alone.

Healthy Relationship: High School Educators Toolkit [PDF]. (n.d.)
Loveisrespect. <http://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/high-school-educators-toolkit.pdf>

Lesson 10

Healthy Relationships: Part II

Teacher Outline

Lesson Overview:

In this lesson, students will be building their awareness of sexually violent crimes and understand the importance of affirmative consent. Consent is defined as permission for something to happen or an agreement to do something. Students learn that consent includes words and actions that show that someone really truly wants to do what they are about to do. Students will also recognize that people have the right to their own bodies through a conversation about setting boundaries. Upon completion of this lesson, students will develop a SMART plan to continue to communicate and maintain their personal boundaries and values.

Objectives:

1. Discuss boundaries and explain people's rights to their own bodies.
2. Define what consent is and identify ways that affirmative consent can be communicated and accepted.
3. Build awareness of sexually violent crimes.
4. Identify the prevalence, nature, and strategies to reduce the risk of human trafficking.
5. Develop a SMART plan to communicate and maintain personal boundaries and values.
6. Practice applying concepts learned to real-life scenarios.

Topics Addressed:

1. Boundaries
2. Sexually Violent Crimes
3. Consent
4. Applying the Think SMART Plan to Real-Life Scenarios
5. Finding Resources & Seeking Help From a Trusted Adult

Lesson Plan Outline:

- A. What are Boundaries?
- B. Setting Your Boundary Lines
- C. Sexual Assault
- D. Consent
- E. Responsibility & Consent
- F. Think SMART
- G. Activity: Cumulative Review: Jeopardy
- H. Activity: Wrap-Up

Homework Questions: "Continuing the Conversation"

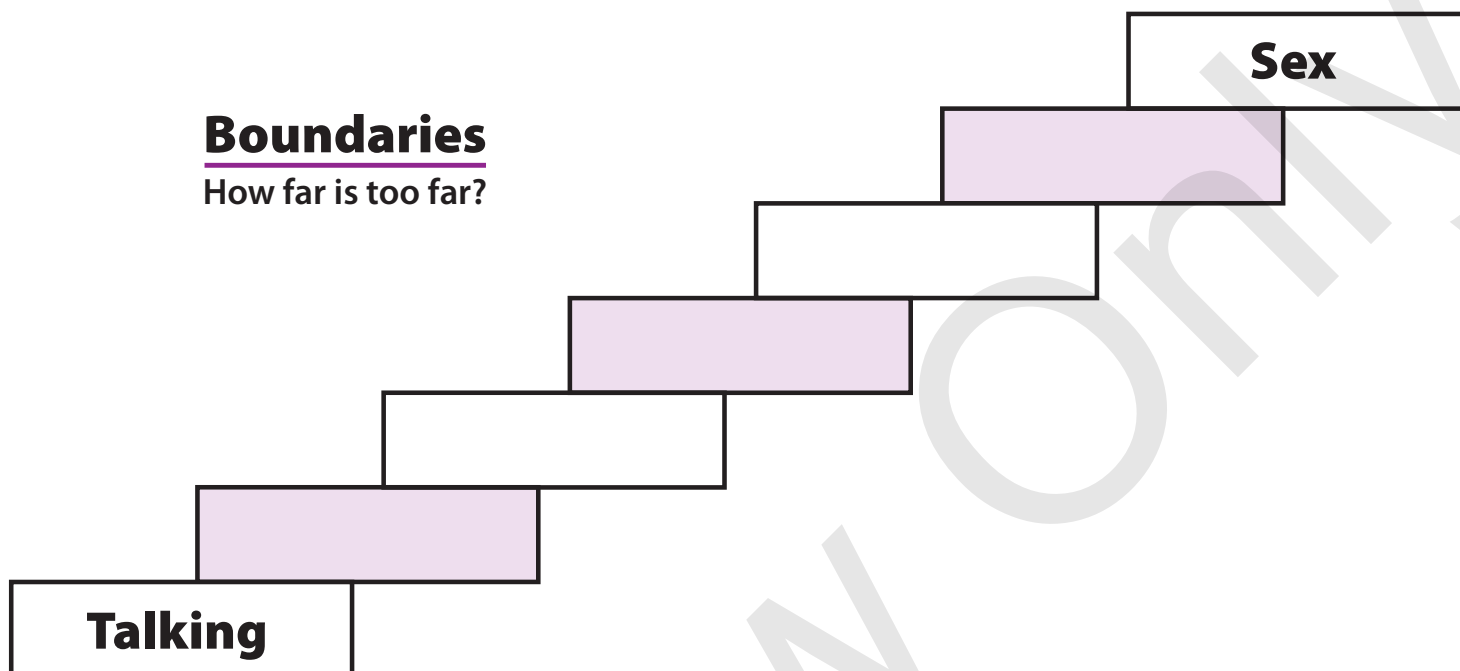
1. Where would you prefer I draw my boundary line?
2. What does consent mean?
3. How should dangerous situations be avoided? What should I do if I am ever in a dangerous situation? Talk about an EXIT plan!!
4. Share the SAFETY plan and discuss it.

LESSON 10

Healthy Relationships: Part II

Boundaries

How far is too far?



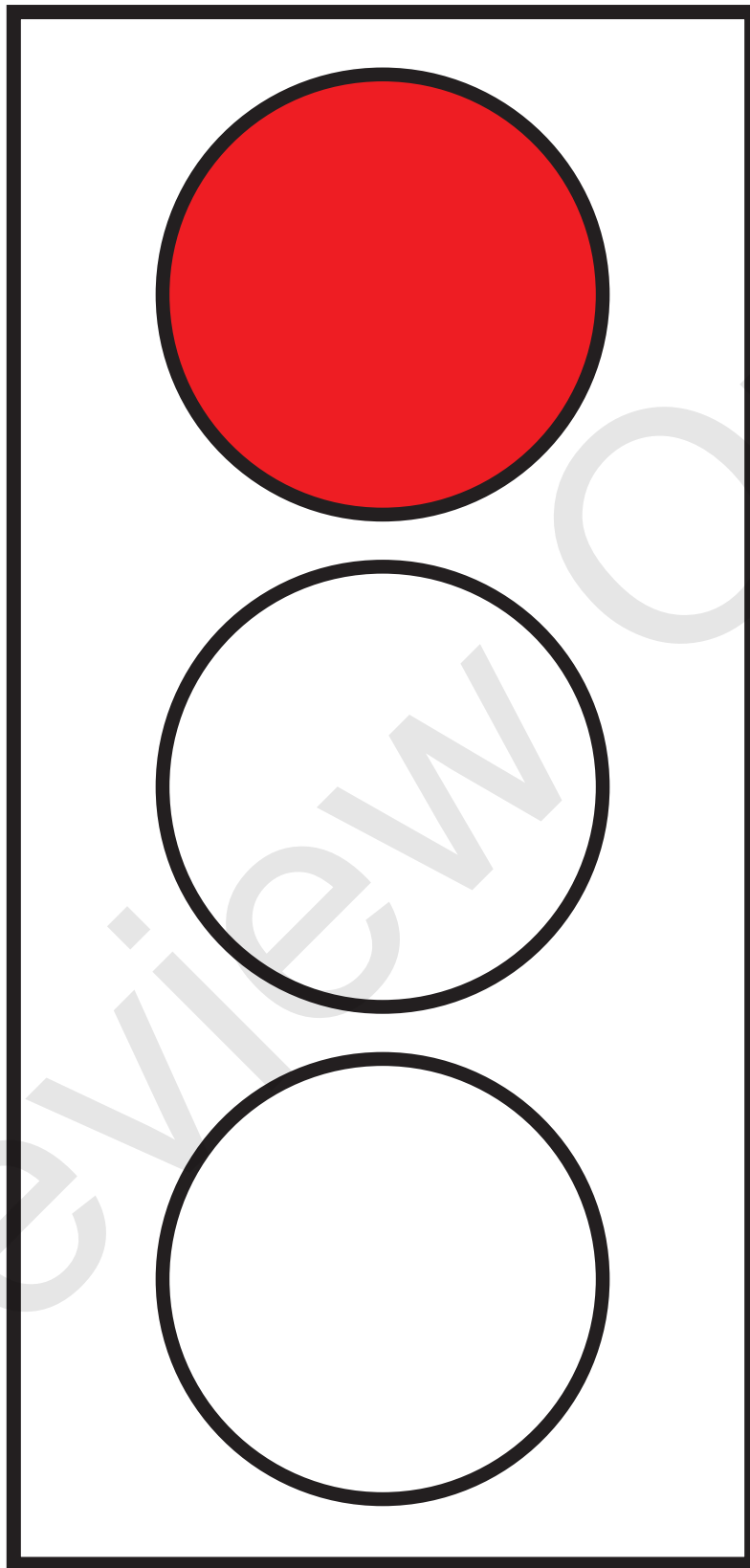
1. Sexual assault is _____ behavior or contact without your consent.
 - a. It is _____ your fault.
2. _____ is permission for something to happen, or an agreement to do something.
3. _____ activity needs to have _____, informed, freely given, _____ consent from _____ person involved, _____ time.

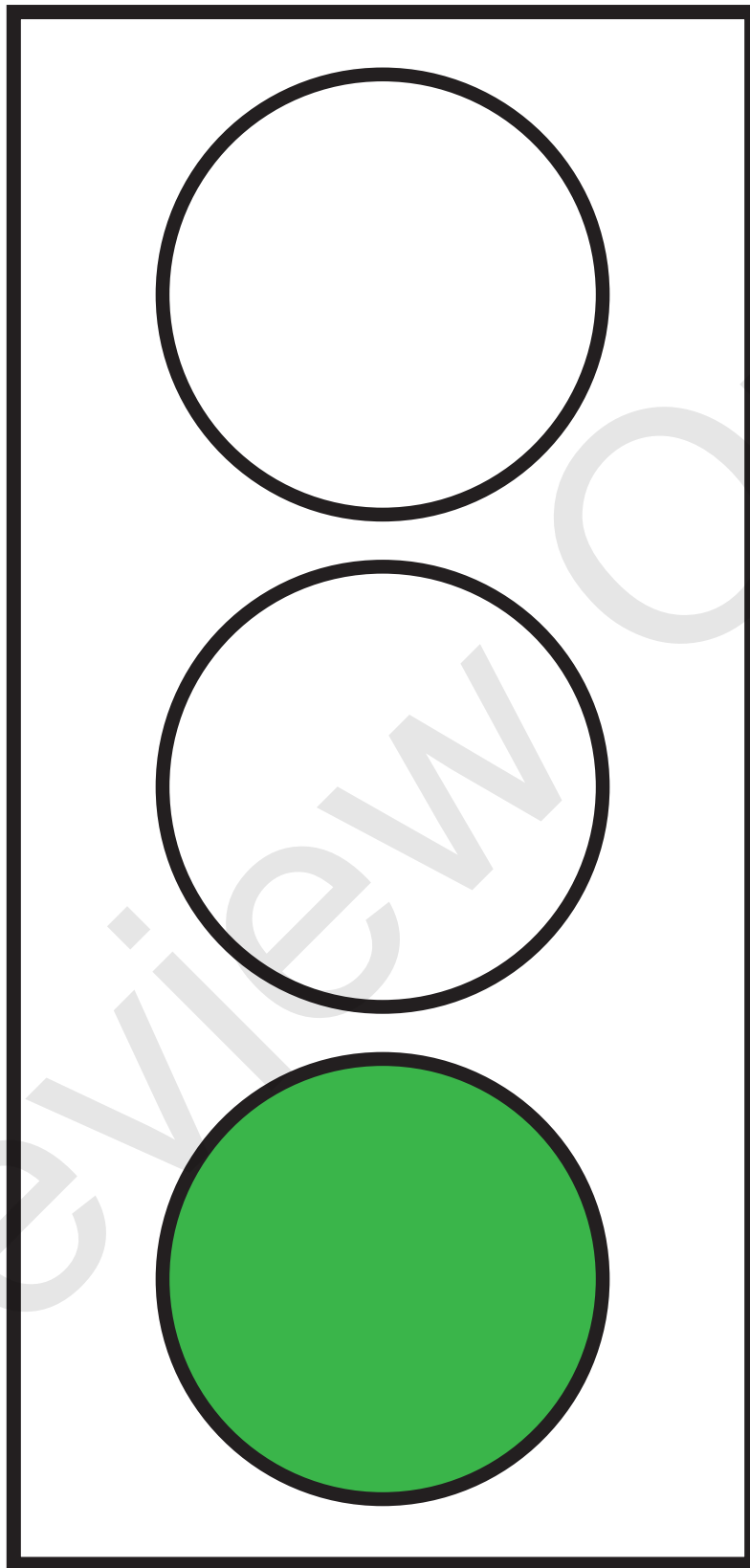
4. _____ is uninvited and unwelcome verbal or physical behavior of a sexual nature.
5. Whose responsibility is it to make sure you have another person's consent?

6. Whose responsibility is it to set your boundaries? _____

Think S.M.A.R.T.

S _____**M** _____**A** _____**R** _____**T** _____







Check-theFacts.com
info@check-thefacts.com

Questions about your HEALTH?

Your primary care physician

Golden Valley Health Centers

Serves Turlock, Patterson, Newman

• Appointments for all Central Valley GVHC (209) 722-GVHC (4842)

McHenry Medical Office (209) 558-5312

Stanislaus County Health Services Agency (209) 558-7000

Livingston Community Health Centers (833) 850-3500

Serves Hughson, Waterford, Delhi, Hilmar, Livingston, Turlock, Modesto, Merced

Sexually Transmitted Infections

• Turlock Pregnancy and Health Center (209) 656-9898

• Stanislaus County Health Services (209) 558-7700

• National STI/HIV Hotline (CDC) (800) 232-4636

• California HIV/AIDS Hotline (916) 449-5900

• California Department of Public Health (916) 558-1784 / cdph.ca.gov

Questions about RELATIONSHIP SAFETY or ABUSE?

****If you are in danger, call 911****

National Sexual Assault Hotline (800) 656-HOPE (4673) / rainn.org

National Domestic Violence Hotline (800) 799-SAFE (7233)

National Child Abuse Hotline (800) 422-4453

National Human Trafficking Hotline (888) 373-7888 / humantraffickinghotline.org

National Dating Abuse Hotline (866) 331-9474 / loveisrespect.org

Haven's Women Center of Stanislaus

• Haven's 24-Hour Crisis Line (209) 577-5980

• Modesto Main Office (209) 524-4331

Stanislaus County 24-Hour Crisis Line (209) 558-4600

Stanislaus Family Justice Center (209) 525-5130 / stanislausfamilyjustice.org

Valley Crisis Center (Merced) (209) 725-7900

• Valley Crisis Center 24-Hour Crisis Line (209) 722-4357

Questions about SEXUALITY?

Trans Lifeline (877) 565-8860 / translifeline.org

The Wellness Center (Modesto) (209) 558-4610

Trevor Lifeline (24/7 hotline) (866) 488-7386 / Thetrevorproject.org /Text START to (678-678)

Are you being BULLIED?

**For Exploitation of Children
Stop Bullying**

(800) THE-LOST (843-5678) / cybertipline.com
stopbullying.gov

Do you need PREGNANCY RESOURCES?

All Options

Turlock Pregnancy and Health Center

American Adoptions

Stanislaus County Adoption Services

Planned Parenthood - Merced

Planned Parenthood - Modesto

Modesto Pregnancy Center

Alpha Safe Surrender

Alpha Pregnancy Help Center (Merced)

(888) 493-0092 / all-options.org 58 of 119

(209) 656-9898 / turlockphc.com

(800) ADOPTION (236-7846)

(209) 558-2292

(209) 723-7751

(209) 579-2300

(209) 526-1734

(877) BABYSAFE (222-9723) / Dial 2-1-1

(209) 383-4700

Are you or a friend feeling DEPRESSED or SUICIDAL?

National Suicide Prevention Lifeline

988 / 988lifeline.org

Stanislaus County 24-Hour Crisis and Prevention

(209) 558-4600

Crisis Text Line

Text "HOME" to 741741

Do you need help with ADDICTION or other STRUGGLES?

Substance Abuse & Mental Health Services

(800) 662-HELP (4357)

Narcotics Anonymous

(209) 464-9262

Stanislaus County Health Services Agency

(209) 558-5657

Prodigal Sons & Daughters

(209) 634-3538

Center for Human Services

(209) 526-1476

24/7 American Addiction Resource Center

(877) 574-0458

Stanislaus County 24-Hour Crisis Line

(209) 558-4600

Stanislaus Valley Groups of Narcotics Anonymous

(888) 942-9922

Eating Disorders

Eating Disorder Awareness and Prevention

(800) 931-2237

Center for Human Services

(209) 526-1476

Stanislaus County 24-Hour Crisis Line

(209) 558-4600

Grief Support

Jessica's House

(209) 250-5395

Community Hospice

(209) 578-6300

Homelessness and Runaways

Hutton House (Center for Human Services)

(209) 526-1441

Stanislaus County 24-Hour Crisis Line

(209) 558-4600

Community Housing and Shelter Services

(209) 527-0444

Youth Navigation Center of Stanislaus County

(209) 526-1441

National Runaway Safe Line

(800) RUNAWAY (786-2929)

Miscellaneous RESOURCES

Community Service Agency

Stanislaus County Social Services

(877) 652-0734

Public Transportation

Turlock Transit

(209) 668-5600

Parenting Support

Turlock Family Resource Center

(209) 668-6118





Check-thefacts.com
Copyright © 2025 Check the Facts

All rights reserved. No part of this curriculum may be reproduced or used in any manner without the prior written permission of the copyright owner.

These materials are fully protected by the copyright laws of the United States.



Currículo de la Secundaria



Vista Previa para Padres
2025-2026 v7



Descripción General del Plan de Estudios y Para la Instrucción

Check the Facts contiene diez planes de lecciones diseñados para presentar un plan de estudio que cumple con la Ley de Juventud Saludable de California (AB 329) y los Estándares de Salud Nacionales y Estatales sin capas de contenido e imágenes sobresexualizados que son comunes entre otros programas. La misión de *Check the Facts* es educar, equipar y capacitar a los estudiantes para tomar decisiones que mejoren su vida para su salud y bienestar por medio de instrucción basada en evidencia, basada en la ciencia, médicamente precisa, imparcial y edad apropiada.

El plan de estudios *Check the Facts* incluye información y habilidades relacionadas con la toma de decisiones, objetivos entorno, valores, cómo acceder a la información, la importancia de los adultos de confianza, comunicación, desarrollo fetal, embarazo adolescente, ITS, VIH, abstinencia, anticoncepción, negociación y habilidades de rechazo, consentimiento y hechos sobre relaciones saludables y no saludables. *Check the Facts* utiliza actividades prácticas de aprendizaje, como juegos, juegos de roles y debates, para desarrollar conocimientos, habilidades y conciencia que ayuden a los estudiantes a reducir los riesgos de accidentes no planificados, embarazos, VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.

La audiencia a la que se dirige *Check the Facts* incluye estudiantes de secundaria y preparatoria. La instrucción y los materiales son para uso con alumnos de todas las razas, géneros, orientaciones sexuales, y orígenes étnicos y culturales, alumnos con discapacidades y estudiantes del idioma inglés.

Uso no Autorizado de Check the Facts

Todo el contenido debe presentarse tal como está escrito para cumplir con la ley. Cualquier exclusión o modificación se consideraría un uso no autorizado del currículo de *Check the Facts*.

Para cumplir con los requisitos de la Ley de Jóvenes Saludables de California (AB 329), diez días o un mínimo se requiere de 450 minutos de tiempo de instrucción. *Check the Facts* está alineado con, y cumple con todos los requisitos de la Ley de Jóvenes Saludables de California (AB 329) y National y Normas Estatales de Salud.

Si los maestros/administradores desean cubrir un tema además de lo que requiere la Ley de Jóvenes Saludables de California (AB 329), el programa *Check the Facts* deja eso a la discreción de cada administrador para decidir lo que es apropiado para su distrito.

Se prohíbe la duplicación, distribución y/o instrucción del currículo de *Check the Facts* y sin consentimiento previo por escrito, contrato o acuerdo de la licencia actualizado autorizado por *Check the Facts*.

62 of 119

62 of 119

SECCIÓN DEL CÓDIGO DE EDUCACIÓN DE CA 51930-51939

La educación integral sobre salud sexual debe enseñar a los estudiantes a comunicarse con sus padres u otros adultos de confianza y debe brindarles el conocimiento y las habilidades para desarrollar relaciones saludables y tomar decisiones saludables sobre su sexualidad.

- Información sobre la naturaleza y transmisión del VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS)
- Información sobre todos los métodos aprobados por la FDA para reducir el riesgo de transmisión del VIH y otras ITS, incluido el tratamiento antiviral, e información sobre el tratamiento del VIH y las ITS
- Información sobre cómo reducir el riesgo de transmisión del VIH como resultado del uso de drogas inyectables mediante la disminución del uso y el uso compartido de agujas
- Discusión sobre las opiniones sociales sobre el VIH y el SIDA, enfatizando que todas las personas corren algún riesgo de contraer el VIH y que la única manera de conocer su estado serológico es haciéndose la prueba
- Información sobre el acceso a recursos para la atención de la salud sexual y reproductiva y asistencia en caso de agresión sexual y violencia de pareja, así como los derechos legales de los estudiantes para acceder a estos recursos

- Información sobre la eficacia y seguridad de todos los métodos anticonceptivos aprobados por la FDA para prevenir el embarazo (incluida la anticoncepción de emergencia)
- Información sobre el embarazo, incluyendo 1) la importancia de la atención prenatal; 2) todos los resultados del embarazo legalmente disponibles, incluida la paternidad, la adopción y el aborto; y 3) la ley de entrega segura de recién nacidos de California
- Información sobre el embarazo, incluyendo 1) la importancia de la atención prenatal; 2) todos los resultados del embarazo legalmente disponibles, incluida la paternidad, la adopción y el aborto; y 3) la ley de entrega segura de recién nacidos de California
- Información sobre acoso sexual, agresión sexual, abuso en las relaciones de adolescentes, violencia de pareja y tráfico sexual

Reservados todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad.

UNA OPCIÓN DE CURRÍCULO EQUILIBRADO



El "Check the Facts" cumple al 100% con la Ley de Juventud Saludable de California (AB329) y los Estándares de Salud Nacionales y Estatales sin las capas de contenido e imágenes sobresexualizadas que son comunes entre otros programas. Check the Facts también adopta un enfoque informativo en lugar de un enfoque instructivo, también común entre otros programas.

NUESTRA MISIÓN

El "Check the Facts" fue desarrollado para educar, equipar y capacitar a los estudiantes para que tomen decisiones que afirmen la vida para su salud y bienestar óptimos en general, brindándoles instrucción basada en evidencia, basada en ciencia, médicamente precisa, imparcial y apropiada para la edad, como considerado por el estado de California. Nuestro objetivo es proporcionar este contenido requerido de la manera más respetuosa posible a todos nuestros estudiantes.

El plan de estudio completo de 10 días incluye información y habilidades relacionadas con:

- Tomar decisiones
- El establecimiento de metas
- Valores
- Cómo acceder a la información
- La importancia de los adultos de confianza
- Habilidades de comunicación
- El desarrollo fetal
- Embarazo adolescente
- ITS
- VIH
- Abstinencia
- Anticoncepción
- Habilidades de negociación y rechazo.
- Consentimineto
- Datos sobre relaciones sanas y no saludables

Check the Facts utiliza actividades de aprendizaje práctico, como juegos, juegos de roles y debates para desarrollar conocimientos, habilidades y conciencia que ayuden a los estudiantes a reducir los riesgos de embarazos no planificados, VIH y otras enfermedades de transmisión sexual.

AB329 brinda a los padres/cuidadores el derecho de elegir lo que es mejor para sus estudiantes. Si un padre/cuidador siente que este contenido no es adecuado para su familia y/o estudiante, en *Check the Facts* queremos empoderarlo para que excluya a su estudiante de este programa. Sin embargo, lo alentamos a hablar con su estudiante sobre estos temas, ya que aún se abordarán con los compañeros de sus estudiantes.



ESCANEAR AQUI PARA APRENDER MAS Y DONAR



Carta de Exclusión de la Ley de Juventud Saludable de California:

De acuerdo con los requisitos de la Ley de Juventud Saludable de California, deseo que mi(s) estudiante(s) sean excluidos del programa de Educación Sexual Integral, del programa de Educación sobre Prevención del VIH, y de cualquier prueba, cuestionario o encuesta anónima, voluntaria y confidencial relacionada con los comportamientos y riesgos de salud de los alumnos. De acuerdo con los requisitos de la Ley de Juventud Saludable de California,

Deseo que a mi(s) estudiante(s) se les proporcione una Actividad Educativa Alternativa,

Fecha: _____

• Nombre(s) del Padre o Tutor(es) en Letra de Imprenta:

• Firma del Padre o Tutor:

• Estudiante(s):

La Ley de Juventud Saludable de California: SEC. 15. Sección 51939 (Requisitos Estatales para Optar por No Participar)

(a) Un alumno no podrá asistir a ninguna clase de educación sexual integral o educación sobre prevención del VIH, ni participar en ninguna prueba, cuestionario o encuesta anónima, voluntaria y confidencial sobre los comportamientos y riesgos de salud del alumno, si la escuela ha recibido una solicitud por escrito del padre o tutor del alumno eximiéndolo de participar.

(b) Un alumno no podrá ser sujeto a medidas disciplinarias, sanciones académicas u otras sanciones si el padre o tutor del alumno decide no permitir que el alumno reciba educación sexual integral o educación sobre prevención del VIH, o que participe en pruebas, cuestionarios o encuestas anónimas, voluntarias y confidenciales sobre los comportamientos y riesgos de salud del alumno.

(c) Mientras se esté administrando la educación sexual integral, la educación sobre prevención del VIH, o pruebas, cuestionarios o encuestas anónimos, voluntarios y confidenciales sobre los comportamientos y riesgos de salud del alumno, se deberá proporcionar una actividad educativa alternativa a los alumnos cuyos padres o tutores hayan solicitado que no reciban la instrucción o participen en la prueba, cuestionario o encuesta.

Lección 1

Introducción: Mis metas. Mi futuro.

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes revisarán las reglas básicas del programa "Comprueba los Hechos". Esta lección enfatiza que las decisiones que toman hoy pueden impactar su futuro. Mediante el diálogo y la reflexión, los estudiantes se empoderarán para tomar las riendas de su salud y bienestar personal, aprendiendo sobre la toma de decisiones inteligentes y el establecimiento de metas SMART. La lección también refuerza la importancia de buscar apoyo, reconociendo que no están solos. Destaca el papel de los Adultos de Confianza y crea conciencia sobre los recursos disponibles para ayudar a los estudiantes a afrontar los desafíos y tomar decisiones saludables.

Objetivos:

1. Establezca reglas básicas para el programa Verifique los hechos para garantizar un entorno seguro para el aprendizaje.
2. Reforzar la conciencia de que las decisiones que los estudiantes están tomando ahora pueden tener un impacto en su futuro.
3. Empoderar a los estudiantes para que tomen el control de las decisiones relacionadas con su salud sexual.
4. Enfatizar la importancia de comunicarse con un adulto de confianza.
5. Proporcione a los estudiantes una lista de servicios de salud sexual y reproductiva en nuestra zona. Además, proporcione recursos nacionales que coincidan con los temas tratados en el programa "Verifique los Datos".

Temas abordados:

1. Objetivos y procedimientos del programa.
2. La importancia de los adultos de confianza
3. Introducción de objetivos SMART a corto y largo plazo para la adolescencia
4. Localizando recursos

Esquema del plan de lección:

- | | |
|--------------------------------------|--|
| A. Introducción | G. El establecimiento de metas |
| B. Estableciendo las reglas básicas | H. La importancia de los adultos de confianza |
| C. Recursos | I. Continuación del establecimiento de objetivos |
| D. Edades y etapas | J. Tarea |
| E. Propósito de verificar los hechos | |
| F. ¿Qué es el éxito? | |

Preguntas de tarea: “Continuando la conversación”

1. ¿Cómo era la educación sexual para ti cuando tenías mi edad?
2. Comparte tus metas a corto y largo plazo con tus padres o tutores.
3. Conversa sobre cómo puedes alcanzar esas metas como individuo y cómo tus padres o tutores pueden ayudarte a lograrlas.
4. Hoy aprendí que tengo “derechos de salud sexual”. ¿Qué quieres que sepa sobre estos derechos?



LECCIÓN 1

Reglas Básicas y Recursos

1. Reglas Basicas:

- Estar de acuerdo o en desacuerdo:** Todos tienen sus propios _____.
- Sea respetuoso:** Aprender de unos y otros y tener una _____ durante nuestro tiempo juntos. No hay lugar para la _____ en esta clase.
- Manténgalo privado:** La información que compartimos puede ser compartida, pero los _____ y _____ de sus compañeros no deberían ser compartidos.
- Comunicación:** Permite que todos tengan la oportunidad de hablar y _____.



Gira a otro alumno y comparte:

¿Cuáles son las cualidades de un "adulto de confianza"?

- Reportar:** Todo lo que hable con nosotros es _____ a menos que alguien lo _____, se _____ a sí mismo o a los demás, o si tiene relaciones sexuales con alguien mucho mas _____ o _____ que usted, de acuerdo con la ley.
- El _____ es permiso para que algo suceda, o un acuerdo para hacer algo.
- La _____ es un período de la vida entre su niñez y la edad adulta.

OBJETIVOS

				
Específico	Medible	Alcanzable	Realista	Tiempo
¿Qué queremos lograr? Los objetivos deben ser específicos, concretos y directos.	Para saber si estamos completando nuestra metas, debemos medirlo. ¿Cómo harás un seguimiento de tu progreso?	Establece metas que sean realistas y posibles. Si nos fijamos metas muy grandes, podemos desanimarnos de hacerlas.	Debemos ser realistas en relación con los recursos y medios disponibles. Todo objetivo tiene que ser realista. ¿Cómo te ayudará este objetivo?	Establece tus metas para alcanzarlas en un tiempo limitado. Establezca fechas. ¿Cuándo logrará este objetivo?
¿Qué?	¿Cuánto?	¿Cómo?	¿Por qué?	¿Cuándo?

5. En el gráfico de la página 1, ____ ____ ____ ____ ____ forman un acróstico que es una forma sencilla de recordar cómo establecer metas saludables.
6. Una _____ es algo que quieres lograr en un futuro cercano. El futuro cercano puede significar hoy, esta semana, mes, o año.
7. Una _____ es algo que quieres lograr en el futuro lejano. Requieren tiempo y planificación. Por lo general, están al menos a varios años de distancia.

☒ **Enumere algunos de sus metas de corto plazo usando SMART:**

- 1) Yo quiero _____
Voy a _____
Para _____
- 2) Yo quiero _____
Voy a _____
Para _____

☒ **Enumere algunos de sus metas de largo plazo usando SMART:**

- 1) Yo quiero _____
Voy a _____
Para _____
- 2) Yo quiero _____
Voy a _____
Para _____

¿Quiénes son Adultos de Confianza en tu vida?

Lección 1.5

Revisión de Sistemas Reproductivos

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

Esta lección explica los sistemas reproductivos de los cuerpos masculino y femenino (sexo biológico). Es importante que los adolescentes comprendan cómo funciona su cuerpo y las definiciones médicas precisas de cada parte del cuerpo. Al finalizar esta lección, los estudiantes podrán identificar, describir y resumir las partes, la función y la ubicación sexual y reproductiva, así como el camino de un óvulo durante la ovulación y el camino de los espermatozoides durante la eyaculación.

Objetivos:

1. Explica la diferencia entre sexo biológico y género.
2. Identificar partes de los sistemas reproductivos.
3. Describir los sistemas reproductivos, incluidas las partes del cuerpo y sus funciones.
4. Resumir los sistemas reproductivos y sus funciones, incluido el recorrido de un óvulo durante la ovulación y el recorrido de los espermatozoides durante la eyaculación.

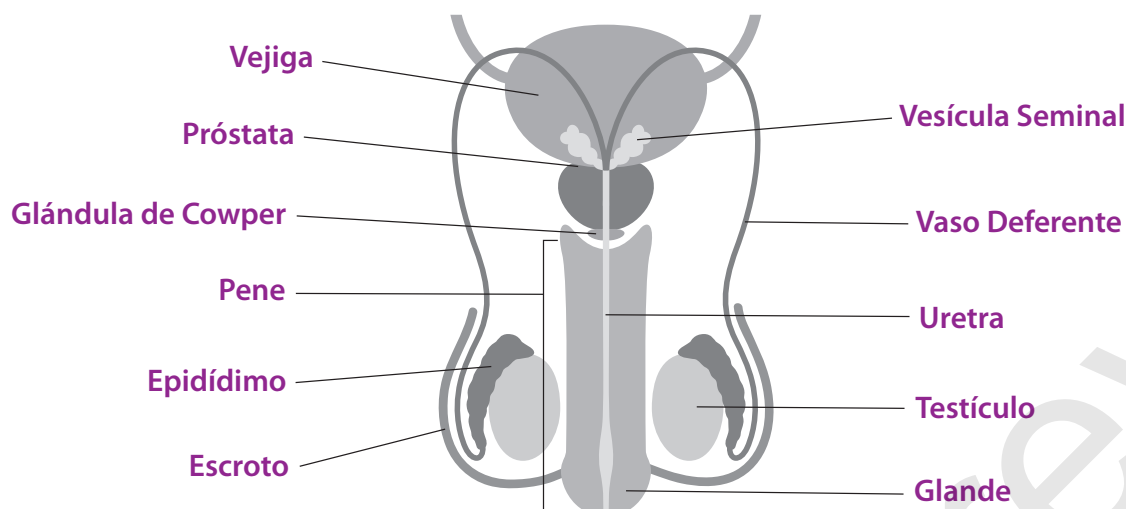
Temas abordados:

1. Sexo biológico versus género
2. Anatomía del sistema reproductivo
3. Ciclo menstrual

Esquema del plan de lección:

- A. Introducción
- B. Sexo biológico, intersexualidad e identidad de género
- C. Sistemas reproductivos
- D. Terminología biológica del sistema reproductor masculino
- E. Revisión de la anatomía biológica masculina
- F. Terminología biológica del sistema reproductor femenino
- G. Revisión de la anatomía biológica femenina
- H. Sistema reproductor femenino biológico
- I. Actividad: Resumen y entradas de salida

SISTEMA REPRODUCTIVO DEL HOMBRE BIOLÓGICO



Pene: El pene es el órgano sexual del varón biológico. El pene se compone de tres partes: la raíz, el eje y el glande. La raíz es parte del pene que se adhiere a la pared del abdomen. El eje es la parte principal del pene y el **glande** es la punta (a veces llamada cabeza). Al final del glande hay una pequeña hendidura o abertura, que es por donde el semen y la orina salen del cuerpo a través de la uretra.

Testículo: La esperma se produce en los testículos. Los testículos son glándulas que producen células sexuales llamadas espermatozoides y la hormona testosterona. La esperma no se puede hacer sin testosterona.

Escroto: Los testículos están protegidos por una bolsa de piel llamada escroto. El escroto, que está fuera del cuerpo del hombre biológico, mantiene los testículos más fríos que la temperatura dentro del cuerpo.

Epidídimo: El epidídimo es un conjunto de tubos (uno para cada testículo) que se conecta a los vasos deferentes. Aquí es donde los espermatozoides terminan de madurar y están allí hasta que puedan viajar por los vasos deferentes y salir por el pene.

Vaso Deferente: El deferente es un tubo muscular que pasa hacia arriba junto a los testículos y transporta el fluido que contiene espermatozoides llamado semen.

Vejiga: El órgano que está conectado a los riñones y retiene la orina antes de que se libere a través de la uretra.

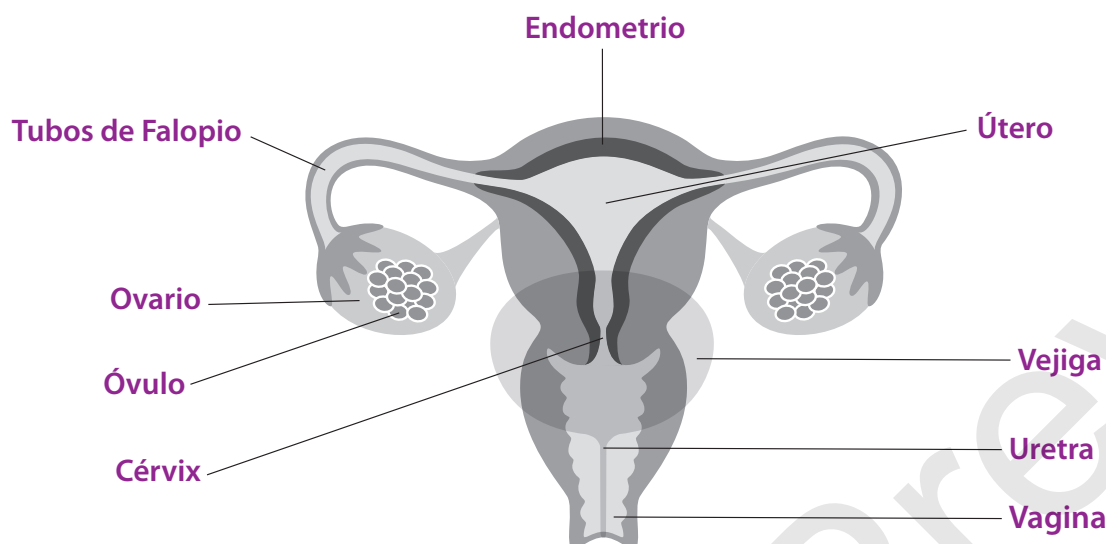
Uretra: La uretra es un tubo delgado que baja por el centro del pene. Aunque la uretra ayuda a que la orina salga del cuerpo, también tiene una función reproductiva en los cuerpos biológicos de los hombres. Una vez que los espermatozoides viajan a través de la próstata, se mueven hacia la uretra.

Próstata: La esperma en los tubos pasa a través de la próstata. Esta glándula produce un líquido delgado y lechoso que se mezcla con los espermatozoides. Este líquido ayuda a los espermatozoides a moverse y los mantiene sanos.

Vesícula Seminal: Estas glándulas producen un líquido espeso que fluye a través de los tubos y ayuda a los espermatozoides a moverse desde el epidídimo a través del pene. También mantiene la esperma sano.

Glándula de Cowper: Al igual que las otras glándulas, estas glándulas producen un líquido. Este líquido, llamado pre-venoso o fluido pre-eyaculatorio, fluye hacia la uretra y prepara el camino para la esperma. Este líquido es importante porque ayuda a los espermatozoides a mantenerse sanos.

SISTEMA REPRODUCTIVO DE LA MUJER BIOLÓGICA



Vejiga: El órgano que está conectado a los riñones y retiene la orina antes de que salga a través de la uretra.

Uretra: La uretra transporta la orina que está en la vejiga fuera del cuerpo. La entrada uretral se encuentra justo en frente de la entrada vaginal.

Vagina: La vagina es un tubo muscular y hueco que se extiende desde la abertura vaginal hasta el útero.

Cérvix: El cérvix es la parte inferior del útero, el lugar donde crece un bebé durante el embarazo. También permite que la sangre menstrual salga del cuerpo de la mujer biológica.

Útero: El útero, también llamado matriz. El útero tiene forma de pera boca abajo, con un revestimiento grueso y paredes musculares.

Endometrio: El endometrio es el revestimiento del útero. Nutre un óvulo fertilizado cuando una mujer biológica está embarazada.

Ovario: Los ovarios son dos órganos, cada uno con miles de óvulos. Producen, conservan y emiten óvulos en los tubos de Falopio en el proceso llamado ovulación.

Tubos de Falopio: Una mujer biológica tiene dos tubos de falopio. Dentro de cada tubo hay un pequeño pasadizo. Cuando un óvulo sale de un ovario, viaja a través de uno de los tubos.

Óvulo: La célula sexual de la mujer biológica.

Lección 2

Anatomía, Concepción y Desarrollo Fetal

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

Esta lección describe las etapas del embarazo mediante una discusión sobre el desarrollo fetal. Abarca desde la concepción hasta el nacimiento y el parto, así como todas las etapas intermedias. También aborda la importancia de la atención prenatal tanto para la madre biológica como para el feto en desarrollo. Al completar esta lección, los estudiantes también podrán identificar todas las opciones legales para el embarazo.

Objetivos:

1. Describir el proceso de reproducción humana identificando el orden correcto de los pasos involucrados en la concepción.
2. Identificar las fases del ciclo menstrual, los productos de higiene menstrual y los problemas de salud menstrual comunes.
3. Describir el proceso de desarrollo fetal.
4. Destacar la importancia de la atención prenatal.
5. Identifique todas las opciones legales para el embarazo y analice las posibles consecuencias de cada opción.

Temas abordados:

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| 1. Fertilización | 5. Aborto |
| 2. Concepción | 6. Crianza de los hijos |
| 3. El desarrollo fetal | 7. Entrega segura |
| 4. Cuidado prenatal | 8. Adopción |

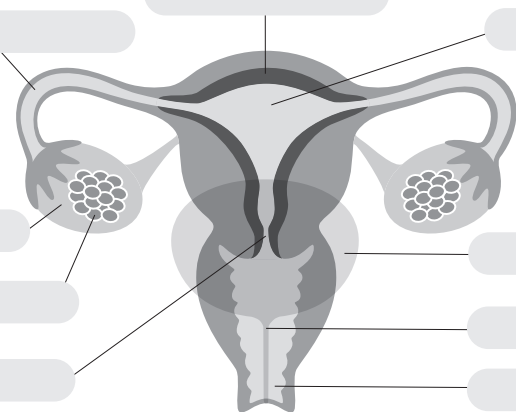
Esquema del plan de lección:

- | | |
|--|--|
| A. Revisar | O. Opciones de embarazo |
| B. cromosomas | P. Derechos de salud sexual y la importancia de un adulto de confianza |
| C. Revisión de anatomía | Q. Cronología del desarrollo fetal: segundo trimestre |
| D. Proceso reproductivo | R. Cronología del desarrollo fetal: tercer trimestre |
| E. Células reproductivas | S. Entrega del bebe |
| F. Ciclo menstrual | T. Cuidado por los convalecientes |
| G. Fertilización/Concepción | U. Actividad: Revisión del desarrollo fetal |
| H. Mellizos | V. Actividad: Resumen y entradas de salida |
| I. Tratamiento de fertilidad | |
| J. Implantación | |
| K. Aborto espontáneo | |
| L. Cronología del desarrollo fetal: primer trimestre | |
| M. Cuidado prenatal | |
| N. Aborto | |

Preguntas de tarea: “Continuando la conversación”

1. ¿Te sentiste cómodo hablando de sexo con tus padres/tutores? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Qué te hubiera gustado preguntarles o de qué te hubiera gustado hablar con ellos?
2. Cuando tenías mi edad, ¿conocías a alguna adolescente que se embarazara o que embarazara a otra persona? De ser así, ¿qué decisiones tomaron? (Si no, conversa hipotéticamente al respecto). Habla sobre las opciones que tenían como padres adolescentes, los desafíos que podrían haber enfrentado, etc.

LECCIÓN 2



Grupo de Palabras

Uretra
Ovario
Cérvix

Endometrio
Óvulo
Vagina

Vejiga
Tubos de Falopio
Uterus



Grupo de Palabras

Próstata
Vaso Deferente
Pene
Epidídimo

Escroto
Uretra
Glándula de Cowper

Testículo
Vejiga
Glans
Vesícula Seminal

Anatomía, Concepción, y Desarrollo Fetal

Sexo Biológico: Masculino, femenino, o intersexual. Esta es la biología de alguien; partes del cuerpo, hormonas, ADN, etc.

Identidad de Género: Se refiere a cómo se siente una persona por dentro, no biológicamente.

1. Un _____ está formado por proteínas y ADN, organizados en genes.
2. ¿Quién contribuye con el espermatozoide? _____
3. ¿Qué es un "ovum"? _____
4. ¿Quién contribuye con el óvulo? _____
5. La _____ es la unión de un espermatozoide y un óvulo.



Gira y Comparte: ¿Cuál es otra palabra para fertilización?
¿Qué sucede en este momento?

6. La _____ es cuando el óvulo fertilizado (blastocisto) se pega a la pared del útero al inicio del embarazo.



7. La _____ se adhiere a la pared del útero (matriz) y suministra alimento y oxígeno al feto a través del cordón umbilical.
8. Un _____ es una pérdida espontánea del embarazo.
9. El embarazo se divide en tres _____ o tres períodos de tres meses.
10. Solo _____ días después de la concepción, el corazón del embrión ya late.
11. Después de 8 semanas, el embrión ahora se conoce como _____.
12. El _____ es atención médica para la persona embarazada.



Gira y Comparte: ¿Quién puede dar atención prenatal?

13. _____ es cuando se termina un embarazo para que no resulte en el nacimiento de un niño. Algunas veces se llama "terminación del embarazo."
14. _____ es el proceso de criar a los niños hasta que tengan la edad suficiente para cuidarse a sí mismos.
15. La _____ es un proceso legal que da permanentemente los derechos de los padres a los padres adoptivos.
16. La ley de _____ permite que el bebé sea llevado a un hospital público o privado, una estación de bomberos designada u otro lugar seguro de entrega dentro de las 72 horas de su nacimiento.
17. La edad a la que un bebé prematuro puede sobrevivir fuera del útero se llama _____.
18. Una _____ es cuando los músculos del útero se ponen en un puño y luego se relajan.
19. Una _____ es una cirugía en la que se hacen incisiones a través del abdomen y el útero de una mujer para dar a luz a su bebé.

Actividad – Revisión del Desarrollo Fetal

Instrucciones: Enumere las etapas del desarrollo fetal, del 1 al 13.

	Las contracciones comienzan y hacen que el cérvix se abra.
	El feto pasa por ciclos de sueño y vigilia.
	El corazón del embrión comienza a palpar.
	El espermatozoide se encuentra con el óvulo en la parte externa del tubo de falopio.
	A las 38 a 40 semanas, los pulmones han madurado por completo.
	El óvulo fertilizado viaja por el tubo de falopio hacia el útero.
	Todos los sistemas principales del cuerpo continúan desarrollándose y funcionando, lo que incluye los sistemas circulatorio, nervioso, digestivo y urinario.
	El espermatozoide entra en la vagina.
	Los genitales externos están bien formados y se puede determinar el sexo del feto.
	El bebé, seguido de la placenta, sale del cuerpo durante el parto.
	El espermatozoide viaja por el canal vaginal.
	Por lo general, la cabeza girará hacia abajo durante las últimas dos semanas del embarazo, preparándose para el parto.
	El óvulo fertilizado usa el revestimiento del útero para nutrirse.

Lección 3

Identidad y exploración de estereotipos

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes aprenderán sobre la identidad de género, las diferentes orientaciones sexuales y los efectos nocivos de los estereotipos. Esta lección explica que todo el mundo tiene una identidad de género y que las personas suelen tener valores diferentes sobre este tema. Al completar esta lección, los estudiantes podrán reconocer las influencias externas que moldean las actitudes sobre la identidad de género, la expresión de género y la orientación sexual. La lección también enfatiza la importancia de ser inclusivo y respetuoso con todas las personas y un aliado en su comunidad.

Objetivos:

1. Distinguir entre sexo biológico, identidad de género, expresión de género y orientación sexual.
2. Reconocer las influencias externas que moldean las actitudes sobre la identidad de género, la expresión de género y la orientación sexual.
3. Enfatice la importancia de ser inclusivo y respetuoso con todas las personas.

Temas abordados:

1. Identidad de género
2. Roles/estereotipos de género
3. Expresión de género
4. orientación sexual

Esquema del plan de lección:

- | | |
|-----------------------------------|--|
| A. Introducción | E. Cómo ser un aliado y enfrentar el acoso |
| B. Roles y estereotipos de género | F. Recursos |
| C. LGBTQ+ y orientación sexual | G. Actividad: Resumen y entradas de salida |
| D. Acoso verbal y alianza | |

Preguntas de tarea: “Continuando la conversación”

1. ¿Conocías a alguien que se identificara como LGBTQ+ cuando tenías mi edad? ¿Cómo lo trataban las personas de su entorno? ¿Cómo debería tratarse a quienes se identifican como parte de la comunidad LGBTQ+?
2. ¿Qué significa para ti ser un aliado? ¿Recuerdas alguna vez que hayas visto a alguien sufriendo acoso o te han acosado alguna vez? ¿Qué hiciste? ¿Qué te hubiera gustado hacer?

LECCIÓN 3

Identidad y Estereotipos

1. Los _____ son los roles o comportamientos aprendidos por una persona adecuado a su género, determinados por la cultura.
2. _____ son concepciones preconcebidas o prejuicios de una persona, grupo o cosa.
 - Ej: Es un estereotipo decir que todas las personas mayores son olvidadizas.
3. La _____ es un término para describir la presentación externa de su género.
 - *PERO, no se puede suponer la identidad de género u orientación sexual de otra persona únicamente por su expresión de género.*
4. LGBTQ+ significa:
 - _____
 - _____
 - _____
 - _____
 - _____ o _____
 - _____
5. Un _____ es alguien que se educa a sí mismo y ayuda a todos los miembros de su comunidad.

Notas:

Cómo ser un ALIADO

- ✓ **No te rías.** Las bromas y los comentarios basados en raza, religión, orientación sexual, género, etc. no son chistosos.
- ✓ **Hablar por ti mismo.** Si te sientes seguro al hacerlo, deja que aquellos que se comportan irrespetuosamente sepan que no lo aprecias.
- ✓ **Hable a los espectadores.** Si te sientes seguro al hacerlo, hazle saber a otros espectadores sepan que no están ayudando.
- ✓ **No respondas.** Responder al bullying con bullying no ayudará, y con frecuencia empeorará la situación.
- ✓ **Sé un amigo.** Muestre amabilidad y apoyo a las víctimas de bullying.
- ✓ **Involucra a adultos de confianza.** Informe a un maestro o consejero sobre los incidentes y obtenga apoyo en el hogar de los padres y miembros de la familia.
- ✓ **No juzgues.** Demuestre a los demás que estás dispuesto a escuchar y hablar con una mente abierta.
- ✓ **Sé inclusivo.** Asegúrese de que su lenguaje y comportamiento sean respetuosos con todas las personas.
- ✓ **Reflexiona sobre ti mismo.** Sé consciente de tus propios prejuicios y trabaja para cambiarlos.
- ✓ **¡Toma acción!** Habla en contra de los prejuicios en su comunidad y en las redes sociales.

Escenarios: Cómo ser un ALIADO

Escenario #1: Un estudiante se burla de la apariencia de otro compañero de la clase. Un grupo está viendo esto suceder y algunos en el grupo se incluyen y también se burlan.

Escenario #2: Un grupo de niños juegan fútbol todos los días en el recreo y un niño es llamado "gay" o le dicen que "tira como una niña". Los otros muchachos se ríen.

Escenario #3: Un estudiante está llamando nombres a otra persona durante el tiempo de clase debido al color de su piel.

Escenario #4: Un estudiante es empujado contra la pared por un estudiante mayor que es mucho más alto. El estudiante mayor amenaza con volver a hacerlo si el alumno más joven le dice a alguien.

Escenario #5: Un grupo de niños no permite que otro estudiante se siente con ellos en el almuerzo, a pesar de que hay mucho espacio en la mesa.



Plan de Acción

Paso 1: Describe el comportamiento malo que está sucediendo.

Paso 2: Describa lo que te gustaría que se hiciera. Piense en cómo se puede detener o prevenir la situación.

Paso 3: ¿Qué pasos puedes tomar TÚ para que eso suceda? Incluye quién podría ayudar y qué pueden hacer.

Lección 4

Los hechos: ITS: infecciones de transmisión sexual

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes aprenderán sobre las ITS/ETS, también conocidas como infecciones/enfermedades de transmisión sexual. Esta lección analiza la prevalencia, los signos, los síntomas, la transmisión, el impacto y el tratamiento de las ITS/VIH. Los estudiantes aprenderán factores de protección que les ayudarán a evitar o reducir el riesgo de infección y transmisión.

Objetivos:

1. Identificar qué es una ITS/ETS, sus modos de transmisión, síntomas, tratamiento, prevención y sus efectos a largo plazo.
2. Defina la abstinencia y explique por qué es el método más eficaz para prevenir el embarazo y las infecciones de transmisión sexual (ETS), incluido el VIH.
3. Describa el rol/responsabilidad personal, así como los factores que contribuirían o protegerían contra la participación en conductas de riesgo.
4. Identificar información y recursos médicamente precisos sobre/para métodos anticonceptivos, ETS/VIH y embarazo.

Temas abordados:

- | | |
|-------------|--------------------------|
| 1. ITS/ETS | 4. Tratamiento |
| 2. Causas | 5. Efectos a largo plazo |
| 3. Síntomas | 6. Prevención |

Esquema del plan de lección:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| A. Introducción | H. Bacteriano |
| B. ¿Por qué estudiar ITS/ETS y VIH? | I. Viral |
| C. ITS versus ETS | J. VIH |
| D. Adolescentes e ITS | K. Tratamiento y prevención del VIH |
| E. ¿Cómo contraen las personas las ITS? | L. Cómo protegerse de las ITS |
| F. Tipos de ITS más comunes | M. Encontrar recursos |
| G. Parásito | N. Actividad: Resumen y tarea |

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. ¿Qué sabes sobre las ITS?
2. ¿Qué sabías sobre las ITS a mi edad? ¿Hay algo que creas que debería saber sobre las ITS?

LECCIÓN 4

ITS

1. ITS significa _____.
2. Los adolescentes están en _____ riesgo de contraer ITS.
3. Los ITS no siempre causan _____.
4. Los tres tipos más comunes de ITS son las _____, _____ y _____.
5. _____ y _____ se pueden tratar y curar.
6. La clamidia, si no se trata, puede provocar problemas de salud muy graves; incluyendo la _____.
7. La gonorrea es muy común entre personas de _____ a _____ años.
8. La sífilis se puede tratar y curar con _____.
9. Encierra en un círculo las ITS bacterianas:

<i>Clamidia</i>	<i>VIH</i>	<i>VPH</i>
<i>Gonorrea</i>	<i>Herpes</i>	<i>Sífilis</i>
10. Encierra en un círculo las ITS curables:

<i>Clamidia</i>	<i>VIH</i>	<i>VPH</i>
<i>Gonorrea</i>	<i>Herpes</i>	<i>Sífilis</i>
11. Las ITS causadas por _____ no se pueden curar, pero son tratables.
12. El herpes se transmite a través del contacto _____ con una zona infectada.
13. El VPH es la infección de transmisión sexual más _____ en los Estados Unidos.

14. Tanto el VHB como el VHC afectan al _____.
15. El virus también puede transmitirse a través de _____ contaminadas.
16. El _____ se encuentra en la pre-eyaculación, semen, fluido vaginal, la leche materna y / o la _____ de los infectados.
17. El VIH no se encuentra en la saliva, lágrimas, sudor, orina, heces o que no esté mezclada con la _____ de una persona con VIH.
18. Encierra en un círculo las ITS virales.

*Clamidia**VIH**VPV**Gonorrea**Herpes**Sífilis*

Gira a otro alumno y comparte: ¿Qué puede hacer para prevenir y protegerse de contraer ITS?

19. No tener relaciones sexuales, o _____, es la forma más efectiva de evitar las ITS, y reduce su riesgo en un 100%.

Notas:

Localización de Recursos

Encuentre una Clínica

1. Vaya a **<https://gettested.cdc.gov>**
2. Escriba su código postal.

Escriba el nombre y la dirección de las dos clínicas más cercanas de usted.

Nombre: _____

Dirección: _____

Horas de operación: _____

Nombre: _____

Dirección: _____

Horas de operación: _____

¿Necesita permiso de su padre o adulto de confianza para hacerse exámenes para las ITS y el VIH?

Lección 5

Anticoncepción

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes tendrán la oportunidad de revisar sus objetivos como guía para la toma de decisiones. Esta lección cubrirá todos los métodos aprobados por la FDA para prevenir el embarazo. Se anima a los estudiantes a asumir la responsabilidad de su salud sexual y reproductiva comprendiendo la información sobre la anticoncepción para protegerse a sí mismos y a sus parejas. Esta lección también explica la importancia de hablar con un adulto de confianza para decidir qué es lo mejor para ellos.

Objetivos:

1. Describa los factores que contribuyen a la participación en conductas de riesgo o que protegen contra ellas.
2. Describir el papel personal en la protección de la propia salud sexual y reproductiva.
3. Identificar los métodos anticonceptivos más utilizados, incluida la abstinencia.
4. Resumir formas de prevenir el embarazo y el VIH/ETS.

Temas abordados:

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. Objetivos a corto y largo plazo | 4. Tipos de anticoncepción |
| 2. Embarazo adolescente | 5. uso de anticonceptivos |
| 3. Definiciones de anticoncepción | 6. Eficacia anticonceptiva |
| | 7. Posibles riesgos de los anticonceptivos |

Esquema del plan de lección:

- A. Revisar recursos
- B. Metas a corto y largo plazo:
actividad en el cronograma
- C. Anticoncepción/Control de
natalidad
- D. Revisión de fertilización
- E. Métodos anticonceptivos
- F. Abstinencia
- G. Métodos permanentes
- H. Anticonceptivos reversibles
de acción prolongada (LARC)
- I. Efectos secundarios
- J. Métodos hormonales
- K. Métodos de barrera
- L. Métodos Naturales
- M. Conclusión
- N. Actividad: Resumen y
entradas de salida

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. ¿Qué sabes sobre la anticoncepción? ¿Qué opinas sobre su uso?
2. En tu opinión, ¿cuál es el método anticonceptivo más eficaz?

LECCIÓN 5

Teniendo en cuenta sus metas, donde se ve a sí mismo en:



1. ¿Por qué podría ser difícil ser un padre adolescente?: _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Anticoncepción

Más Efectivo

**Método
100% Efectivo**

**Métodos
Permanentes**

**Métodos
LARC**

Sin hormonas

hormonal

hormonal

**Métodos
Hormonales**

**Métodos
de Barrera**

**Métodos
Naturales**

Menos Efectivo

El Único Método Usado Después de Tener Relaciones Sexuales

La _____ es el único anticoncepción que se toma después de tener relaciones sexuales sin protección. Las pastillas se debe tomar los mas pronto posible, dentro de las 72 a 120 horas o _____ días después de tener relaciones sexuales sin protección. La AE _____ se debe usar como una forma regular de anticoncepción.



Lección 6

Tomar decisiones acertadas y elegir evitar riesgos

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes aprenderán habilidades para la toma de decisiones que podrán aplicar en cualquier decisión que puedan tomar, ahora o en el futuro, relacionada con su salud general. Es importante que los estudiantes estén informados y preparados para tomar este tipo de decisiones y así protegerse de posibles consecuencias. Esta información les permitirá tomar una decisión informada sobre lo que es mejor para ellos. Además, se les recuerda que cuentan con adultos de confianza en sus vidas que pueden ayudarlos y que no están solos.

Objetivos:

1. Identificar un modelo de toma de decisiones que pueda utilizarse para tomar una decisión relacionada con la salud.
2. Definir y discutir los beneficios de la abstinencia.
3. Defina médicamente sexo oral, sexo anal, sexo exterior y sexo vaginal.
4. Comparar y contrastar los posibles resultados de las conductas de riesgo y los factores protectores.
5. Describa los factores que contribuyen o protegen contra la participación en conductas de riesgo.
6. Identificar los efectos físicos, emocionales y sociales de la actividad sexual.
7. Utilice un modelo de toma de decisiones para tomar una decisión relacionada con la salud.
8. Comprender la importancia de la responsabilidad personal por las decisiones sexuales.

Temas abordados:

1. Todas las formas de actividad sexual
2. Abstinencia
3. Posibles consecuencias o riesgos involucrados en la actividad sexual
4. Evitación de riesgo
5. Lidar con la presión de grupo

Esquema del plan de lección:

- | | |
|------------------------------|---|
| A. Toma de decisiones | F. Posibles consecuencias del contacto sexual |
| B. Tipos de actividad sexual | G. Actividad: Resumen y entradas de salida |
| C. Sexo ahora | H. Tarea opcional |
| D. Presión de grupo | |
| E. Ahora no o espera | |

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. De pequeño, ¿cuáles eran las reglas de "casa" sobre el toque de queda, las citas, el sexo, etc.? ¿Estabas de acuerdo con ellas?
2. A mi edad, ¿alguna vez pensaste que estabas "enamorado"? ¿Pueden enamorarse las personas de mi edad?
3. ¿Con qué tipo de persona crees que debería estar una persona de mi edad? Hablen sobre su relación ideal y la de ellos.
4. ¿Cuándo crees que está bien tener sexo?
5. ¿Qué tipos de presión experimentabas a mi edad? ¿Cómo lidiabas con esa presión? ¿Cómo debería manejarse?

LECCIÓN 6

Tomar Decisiones Sabias y Elegir Evitar El Riesgo

Pasos para Tomar una Decisión

- Identificar el _____.
- Piensa en tus _____.
- Repasar las posibles _____ positivas y negativas.
- Hacer un _____ para seguir adelante.

1. Nombre los diferentes tipos de relaciones sexuales, luego marque SÍ o NO si existe riesgo de embarazo y contraer una ITS.

a. _____

Riesgo de ITS SÍ / NO

Riesgo de embarazo SÍ / NO

b. _____

Riesgo de ITS SÍ / NO

Riesgo de embarazo SÍ / NO

c. _____

Riesgo de ITS SÍ / NO

Riesgo de embarazo SÍ / NO

d. _____

Riesgo de ITS SÍ / NO

Riesgo de embarazo SÍ / NO

2. La _____ es elegir no participar en ninguna actividad sexual, y es 100% efectivo para prevenir las ITS y el embarazo.

Dos Mensajes Sobre El Sexo

AHORA

ESPERAR



Gira a otro alumno y comparte: ¿Por qué un adolescente podría elegir tener relaciones sexuales? ¿Por qué un adolescente podría decidir no tener relaciones sexuales?



Cómo Evitar La Presión de Los Compañeros

Si quiere evitar la presión de los compañeros cuando se trata de sexo, aquí hay algunas cosas que usted puede hacer.

- ✓ Pase tiempo con amigos que también sienten que está bien no estar listo para tener relaciones sexuales.
- ✓ Salir en grupo con amigos en vez de salir solos.
- ✓ Invita a tus amigos a tu casa para que puedan conocer a tus padres.
- ✓ No seas espectador. Si tus amigos están siendo presionados, habla por ellos.
- ✓ Planee de antemano lo que diría si alguien intentara presionarlo para que tenga relaciones sexuales.
- ✓ Llame a su adulto de confianza o a un amigo para que lo recoja si necesita dejar una cita. Tenga un plan X.
- ✓ No está obligado a devolverle a alguien con sexo a cambio de un regalo o una cita.
- ✓ Diga no, si es lo que siente.

La Decisión es Tuya

Reflexiona: Unas cosas que deberías de pensar

1. ¿Está bien presionar a alguien para tener relaciones sexuales? _____ ¿Por qué o por qué no?
2. Antes de que alguien decida tener relaciones sexuales, deben de...
3. ¿Cuáles son los beneficios de esperar?

Lección 7

Conciencia de las redes sociales

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

¡¡Advertencia de contenido sensible!!

Esta lección explora los posibles riesgos del mundo digital. Los temas incluyen las ventajas y desventajas de internet, la pornografía, la publicación o el envío de mensajes inapropiados, la huella digital de una persona, el sexting, las leyes relacionadas con el envío o la publicación de imágenes sexualmente explícitas por parte de menores y el ciberacoso. Esta lección también aborda el suicidio y la depresión. Los estudiantes aprenden cómo los medios de comunicación tienden a asociar el ciberacoso con el suicidio (lo que significa que el ciberacoso sería la causa), pero también aprenden que el suicidio es multifacético y que no hay una única razón por la que alguien elija suicidarse. Se anima a los estudiantes a ser siempre amables, ya que todos están librando una batalla que desconocen por completo.

Objetivos:

1. Identificar los impactos positivos y negativos de las redes sociales.
2. Identificar actividades en las redes sociales que puedan dañar la imagen pública de una persona.
3. Discuta la importancia de mantener una imagen pública adecuada a través de las redes sociales.
4. Comprenda los peligros y los resultados de tomar fotografías personales y compartirlas en línea o mediante mensajes de texto u otras plataformas de redes sociales.
5. Desarrollar habilidades para ayudar a prevenir el ciberacoso y/o cómo responder y ayudar si alguien que conocen está siendo acosado.

6. Revise los desafíos que los adolescentes pueden enfrentar hoy en día en materia de salud mental y dónde encontrar apoyo.

Temas abordados:

- | | |
|---|----------------------------|
| 1. Los pros y los contras de las redes sociales | 4. Huellas digitales |
| 2. Definición de comportamiento riesgoso | 5. Sextear |
| 3. Contenido inapropiado | 6. Cyberbullying |
| | 7. Prevención del suicidio |
| | 8. Depresión adolescente |

Esquema del plan de lección:

- | | |
|-------------------------------------|---|
| A. Introducción | F. Cyberbullying |
| B. Riesgos y beneficios de Internet | G. Prevención y concientización sobre el suicidio |
| C. Compartir mensajes inapropiados | H. Depresión adolescente |
| D. Huellas digitales | I. PENSAR |
| E. Sextear | J. Actividad: Resumen y entradas de salida |

Preguntas de tarea: “Continuando la conversación”

1. ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de las redes sociales?
2. ¿Qué sabes sobre seguridad en internet?
3. ¿Qué opinas de las citas en línea?

LECCIÓN 7

Las Redes Sociales



Gira y comparte: ¿Cuáles son algunas cosas positivas de estar en línea?
¿Cuáles son algunas cosas negativas de estar en línea?

1. No importa lo que te guste hacer en línea, hay una regla que se aplica a cualquier situación: ¡_____!
2. La _____ es la representación de actos sexuales únicamente con el propósito de excitación sexual.
3. Una _____ es la información sobre una persona en particular que existe en la Internet por el resultado de su actividad en línea.
4. _____ es enviar o recibir fotografías o mensajes sexualmente explícitos a través del teléfono.



Leyes de Sexting en California



Bajo la ley de California, las personas que distribuyen, posean o produzcan una imagen sexualmente explícita de un menor podrían ser acusadas bajo las estatutas de pornografía infantil del Estado y si es declarado culpable, tendría que registrarse como un delincuente sexual. Los legisladores de California han propuesto recientemente un proyecto de ley que reduciría el castigo para los delincuentes sexuales por primera vez que son menores de edad. Este tipo de castigo incluiría el servicio comunitario y terapia obligatorio (a ser pagado por los padres del menor).

Consejos Para Mantenerse Bien

1. No sextear. No sextear es la única manera segura de evitar las consecuencias de esta actividad criminal al 100%.
2. Si alguien le envía un mensaje de texto desnudo de sí mismo o de cualquier otra persona, elimínala. NO reenvíe estas imágenes y asegúrese de decirle a su adulto de confianza.
3. No pidas ni presiones a otra persona para que te envíe fotos desnudas de sí mismos. Esto se consideraría una solicitud sexual y en realidad es un ejemplo de acoso sexual.
4. ¡No creas que si usas Snapchat la ley no es un problema! Las fotos compartidas en Snapchat se pueden guardar, y todavía se aplican las mismas leyes.

5. El _____ es el uso de la tecnología para intimidar a alguien.
6. ¿Qué puedes hacer con este problema?
 - a. No _____
 - b. _____ el que está haciendo el mal
 - c. Crea nueva _____
 - d. Comprueba tu configuración de _____
 - e. Hacer un _____
 - f. Habla con un _____
7. Un _____ es cualquier persona que vea suceder el acoso, ya sea en persona o en formas digitales, como redes sociales, sitios web, mensajes, juegos y aplicaciones.
8. El suicidio es _____. ¡Hay _____! ¡Hay _____!
9. La _____ es una condición grave de salud mental que provoca sentimientos de tristeza y pérdida de interés en las actividades.

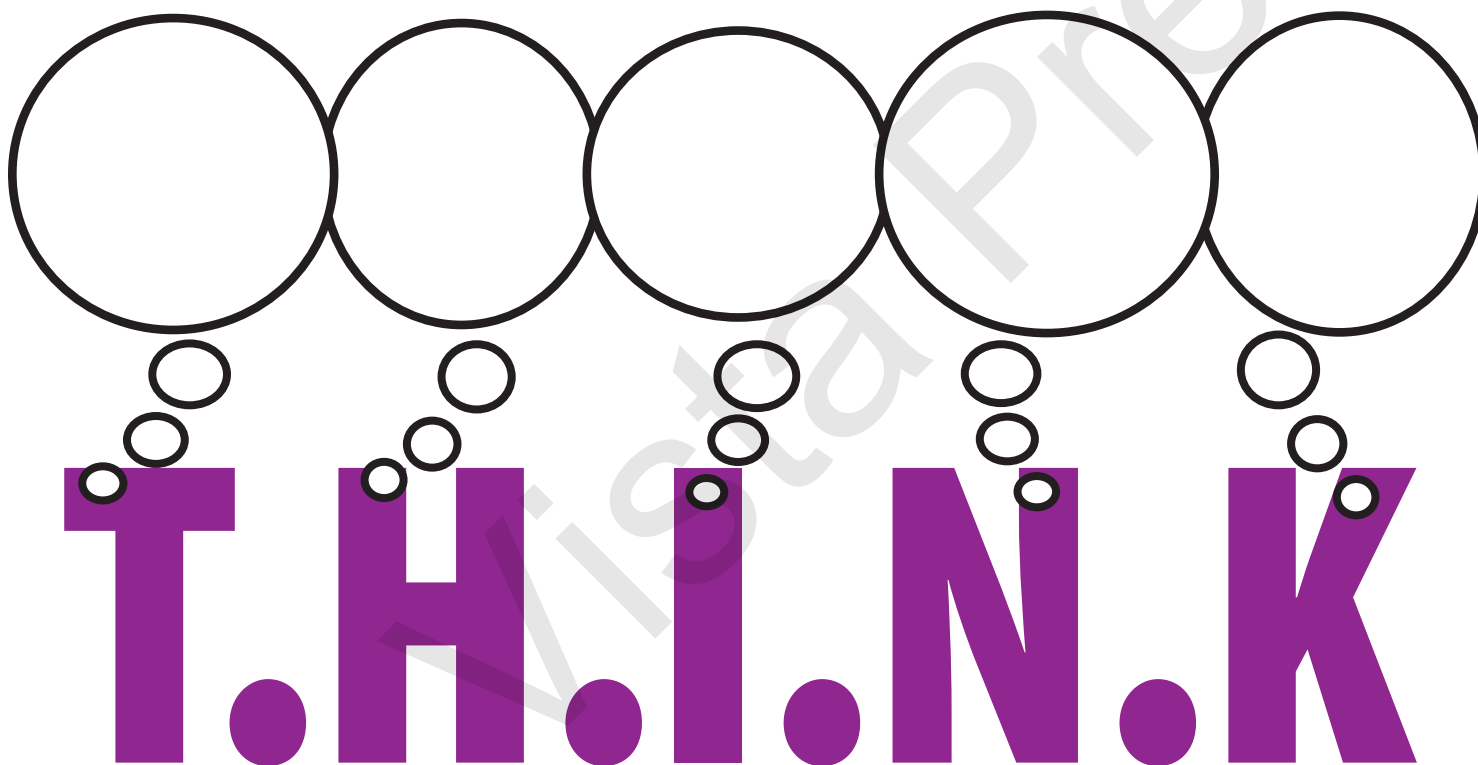
LÍNEA DE TEXTO DE CRISIS |

Envía "HELLO" al 741741

Gratis, 24/7, Confidencial



T.H.I.N.K. Piensa Antes De Publicar



Notas:

Lección 8

Seguridad en las redes sociales

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes descubrirán qué son las solicitudes inapropiadas tanto en línea como fuera de ella, definirán el acoso y se familiarizarán con la prevalencia y la naturaleza de la trata de personas. También les enseñarán estrategias para reducir el riesgo de trata de personas. Al completar esta lección, comprenderán mejor cómo mantenerse seguros en línea.

Objetivos:

1. Identifique el contenido dañino y violento de las redes sociales que presencian, experimentan y publican.
2. Describe qué significa acicalamiento y cómo podría usarse.
3. Identificar la prevalencia, naturaleza y estrategias para reducir el riesgo de trata de personas.
4. Desarrollar formas de mantenerse seguro en línea.

Temas abordados:

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Solicitud inapropiada | 4. Información personal |
| 2. Aseo | 5. Creando una comunidad en línea segura |
| 3. Trata de personas | |

Esquema del plan de lección:

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------|
| A. Solicitudes inapropiadas | C. Trata de personas |
| B. Aseo | D. Estrategias para protegerse |

E. Protección de información personal

F. Actividad: Resumen y entradas de salida

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. ¿Qué sabes sobre la trata de personas? ¿Dónde crees que ocurre? Comparte lo que aprendiste con tus padres/tutores.
2. ¿Cómo puedo mantenerme seguro en línea y fuera de línea?
3. ¿Alguna vez has sufrido acoso? ¿Cómo se debe tratar a los acosadores? ¿Qué debo hacer si sufro acoso?
4. ¿Conoces a alguien con tendencias suicidas o que se haya suicidado? ¿Cómo se puede prevenir el suicidio?

LECCIÓN 8

Seguridad en las Redes Sociales

1. _____ es cuando alguien en línea te pida que hagas cosas que no quieres hacer.
2. _____ es una palabra que se usa para describir cómo las personas que quieren dañar sexualmente a niños y a jóvenes se acercan a ellos y, a menudo, a sus familias, y se ganan su confianza.
3. Tráfico de humanos es el comercio ilegal de seres humanos. Es el acto de utilizar a una persona con fines lucrativos mediante la _____, _____, y _____. Es conocido como la _____ moderna.
4. Hay dos formas de tráfico de humanos:
 1. Tráfico _____: Obligar, engañar o coaccionar a una persona a realizar un acto sexual comercial.
 2. _____ Forzoso: Obligar a una persona a trabajar en cautiverio por poco o ningún salario. También conocida como servidumbre involuntaria.

Reclutamiento
Albergar
Fraude
Fuerza
Servidumbre
Coerción
Explotación
Proporcionar
Esclavitud
Obtener
Transportar

Indicadores / Señales de Trata de Persona

¿La persona...

- ¿De repente tiene más o cosas nuevas?
- ¿Dejó de asistir a la escuela?
- ¿Permite que otra persona hable por ellos?
- ¿De repente se vuelve extremadamente callado, poco sociable y/o evita el contacto visual?
- ¿Parece estar deprivado de alimentos, agua, sueño, atención médica u otras necesidades?
- ¿Tiene moretones u otros signos (como un tatuaje de marca) de trauma físico?
- ¿Tiene una pareja romántica que es notablemente mayor?
- ¿Participa en comportamientos malos (es decir, uso de drogas o alcohol, etc.)?
- ¿Parece tener restricciones para comunicarse con familiares o amigos?
- ¿No parece tener el control de su propio dinero?
- ¿Le falta control sobre su horario personal y/o documentos de identificación o de viaje?



Gira y comparte: ¿Qué consejo le darías a un amigo que estaba pensando en conocer a alguien fuera de línea?

5. La _____ nunca debe compartirse en línea. Esto incluye:
- a. Tus _____
 - b. Dirección de casa
 - c. Números de teléfono de casa /celular
 - d. _____
 - e. _____
6. Solo acepte _____ o _____ que conozca en la vida real.
- a. Si no los conoces en la _____ ;no los agregue en línea!

Notas:

[illegible]

Lección 9

Relaciones Saludables: Parte I

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes aprenderán sobre relaciones saludables. Se les anima a establecer estándares para sus relaciones actuales y futuras. Descubrirán la diferencia entre una relación saludable y una relación dañina o abusiva. Las estadísticas indican que uno de cada tres adolescentes estadounidenses sufrirá abuso físico, sexual o emocional por parte de alguien con quien mantiene una relación antes de llegar a la edad adulta, por lo que es importante comprender las características de cada tipo de relación. Esta lección también analiza la importancia de una comunicación saludable, brindando consejos y una actividad para practicar cómo comunicarse eficazmente.

Objetivos:

1. Analice cómo establecer estándares para usted mismo y por qué debería tenerlos.
2. Describir las características de las relaciones saludables y no saludables.
3. Analice formas de apoyar a sus compañeros en una relación abusiva o violenta.
4. Explique cómo construir y mantener relaciones familiares, de pares y de citas saludables.
5. Identificar formas de comunicarse eficazmente en una variedad de relaciones.
6. Demostrar habilidades de comunicación que fomenten relaciones saludables.

Temas abordados:

1. Estándares
2. Tipos de abuso relacional
3. Comunicación Saludable

Esquema del plan de lección:

- | | |
|--|--|
| A. Estableciendo estándares | F. Cómo comunicarse cuando estás enojado |
| B. Respeto | G. Conclusión |
| C. Genuino vs. Amor de imitación | H. Actividad: Resumen y entradas de salida |
| D. Comunicación Saludable | |
| E. Consejos para comunicarse eficazmente | |

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. ¿Qué estándares de relación tienes para ti mismo? ¿Qué estándares de relación crees que debería tener para mí?
2. ¿Cómo es una relación sana? ¿Cómo es una relación enfermiza?
3. ¿Cuál es la mejor manera de comunicarse cuando estás enojado?

LECCIÓN 9

Relaciones Saludables: Parte 1

1. Un _____ es una guía que establecemos para tomar buenas decisiones en la vida.

Estándares

¿Usted tiene alguna?

¿Usted tiene alguna? Escriba algunas cualidades que buscaría en una persona con la que le gustaría salir o casarse.

2. _____ es un sentimiento o actitud de profunda admiración por alguien o algo que surge de sus habilidades, cualidades, o logros.
3. ¿Cómo sería una relación romántica si no existiera el respeto?
- a. _____
4. ¿Cuáles son los tipos de abuso en las relaciones?
- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____
- f. _____
- g. _____

Amor Genuino

Cuidadoso, incondicional y generoso. Promueve sentimientos de seguridad y satisfacción incluso si la persona está ausente.

Amor de Imitación

(Amor Falso)
Controlador, condicional y puede ser abusivo.

5. ¿Cuáles son seis consejos para comunicarse de manera efectiva?

Encuentra el _____ adecuado

Habla _____

No _____

Se _____

Revisa tu _____

Usa la regla de las _____

Cómo Comunicarse Cuando Está Enojado

Todo el mundo se enoja, pero lo que importa es la forma en que manejas esa ira.

Deténgase.

_____. Da un paso atrás y respira.

Piensa.

Cuando ya no estés molesto, _____
en la situación y por qué lo hizo enojar.

Habla.

En el momento apropiado, _____
con tu pareja sobre cómo te sientes.

Escucha.

Después de decirle a tu pareja cómo
te sientes, _____.

How Can We Communicate Better? (n.d).
Retrieved from <http://www.loveisrespect.org/healthy-relationships/communicate-better/>

Hoja de la Guía de Relaciones Malsanas

¿Qué puedes hacer si estás en una relación poco saludable?

Si estás en una relación malsana o abusiva, averiguar cuáles son los siguientes pasos puede ser muy difícil. Tienes sentimientos por esta persona y has desarrollado una historia con ellos. Sin embargo, es el futuro, no el pasado lo que debes considerar.

Consejos para dejar una relación poco saludable o abusiva:

1. Si no te sientes seguro, no pares la relación en persona. Puede parecer cruel hacerlo por teléfono o por un mensaje de texto, pero esta es la forma más segura.
2. Si terminas la relación en persona, háganlo en un lugar público. Haga que un amigo o adulto de confianza esté allí cerca, esperando. Lleva contigo un teléfono.
3. No tienes que explicar tus razones para terminar la relación más de una vez. No hay nada que puedas decir que haga feliz a tu ex.
4. Hable con sus amigos y familiares para que puedan apoyarlo. Si puedes, dile a tu padres o adulto de confianza lo que está pasando, especialmente si tu ex puede venir a tu hogar.
5. Habla con un consejero escolar o un maestro en quien confíes. Juntos, pueden alertar a la seguridad, acomodar tu horario de clases o encontrar otras formas de ayudarte a sentirte seguro.

¿Qué puedes hacer si eres el abusador en una relación?

Si estás siendo abusivo con tu pareja, el primer y más difícil paso para cambiar es admitir que tu comportamiento es incorrecto. Es muy importante tomar la responsabilidad de tus acciones para solucionar el problema y obtener ayuda. Si ya has dado este paso, estás en el camino correcto.

Consejos para cambiar su propio comportamiento abusivo:

1. Recuerda, la violencia siempre es una elección. No hay excusas y nadie más tiene la culpa de tu comportamiento abusivo. Busca ayuda para detenerlo.
2. Concéntrate en cómo el abuso afecta a tu pareja, familia y/o hijos. Acepta plenamente la gravedad del daño que has causado a tus seres queridos y haz cambios.

Healthy Relationship: High School Educators Toolkit [PDF]. (n.d.)
Loveisrespect. <http://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/high-school-educators-toolkit.pdf>



3. Acepta las consecuencias de tus acciones y asume la responsabilidad de buscar ayuda lo antes posible.
4. Recuerda que no estás solo. Tus amigos, familiares o adultos de confianza pueden apoyarlo a través del difícil proceso de cambio.
5. Habla con tus padres, un consejero escolar u otro adulto de confianza para obtener ayuda de un programa que se enfoca en las relaciones abusivas.

¿Qué puedes hacer si tienes un amigo en una relación abusiva?

Ver a un amigo pasar por una relación abusiva puede ser miedo y puede sentirse difícil encontrar la manera de ayudarlos. La decisión de irse puede ser tomada por la persona que sufre el abuso, pero hay muchas cosas que alguien puede hacer para ayudar a una amigo mantente a salvo.

Consejos para ayudar a un amigo en una relación abusiva:

1. No tengas miedo de comunicarte con un amigo que creas que necesita ayuda. Diles que estas preocupados por su seguridad y quieres ayudarlos.
2. De apoyo y escucha con paciencia. Reconozca sus sentimientos y sea respetuoso con sus decisiones, ya que es de ellos para hacer.
3. Ayude a su amigo a reconocer que el abuso no es “normal” y que el abuso NO es su culpa. Todo el mundo merece una relación sana y no violenta.
4. Concéntrate en tu amigo, no en la pareja abusiva. Incluso si tu amigo se queda con su pareja, es importante que todavía se sientan cómodos hablando contigo sobre su relación.
5. Involucre a un adulto de confianza. No tienes que pasar por esto solo.

Healthy Relationship: High School Educators Toolkit [PDF]. (n.d.)
Loveisrespect. <http://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/high-school-educators-toolkit.pdf>

Lección 10

Relaciones Saludables: Parte II

Esquema del maestro

Resumen de la lección:

En esta lección, los estudiantes se familiarizarán con los delitos sexuales violentos y comprenderán la importancia del consentimiento afirmativo. El consentimiento se define como la autorización para que algo suceda o un acuerdo para hacer algo. Los estudiantes aprenden que el consentimiento incluye palabras y acciones que demuestran que alguien realmente desea hacer lo que está a punto de hacer. También reconocerán que las personas tienen derecho a su propio cuerpo mediante una conversación sobre cómo establecer límites. Al finalizar esta lección, los estudiantes desarrollarán un plan SMART para continuar comunicándose y mantener sus límites y valores personales.

Objetivos:

1. Discuta los límites y explique los derechos de las personas sobre sus propios cuerpos.
2. Definir qué es el consentimiento e identificar formas en que se puede comunicar y aceptar el consentimiento afirmativo.
3. Crear conciencia sobre los delitos sexualmente violentos.
4. Identificar la prevalencia, naturaleza y estrategias para reducir el riesgo de trata de personas.
5. Desarrollar un plan INTELIGENTE para comunicar y mantener límites y valores personales.
6. Practique la aplicación de los conceptos aprendidos a escenarios de la vida real.

Temas abordados:

1. Límites
2. Crímenes sexualmente violentos
3. Consentir
4. Aplicar el plan Piensa inteligente *SMART* a escenarios de la vida real
5. Encontrar recursos y buscar ayuda de un adulto de confianza

Esquema del plan de lección:

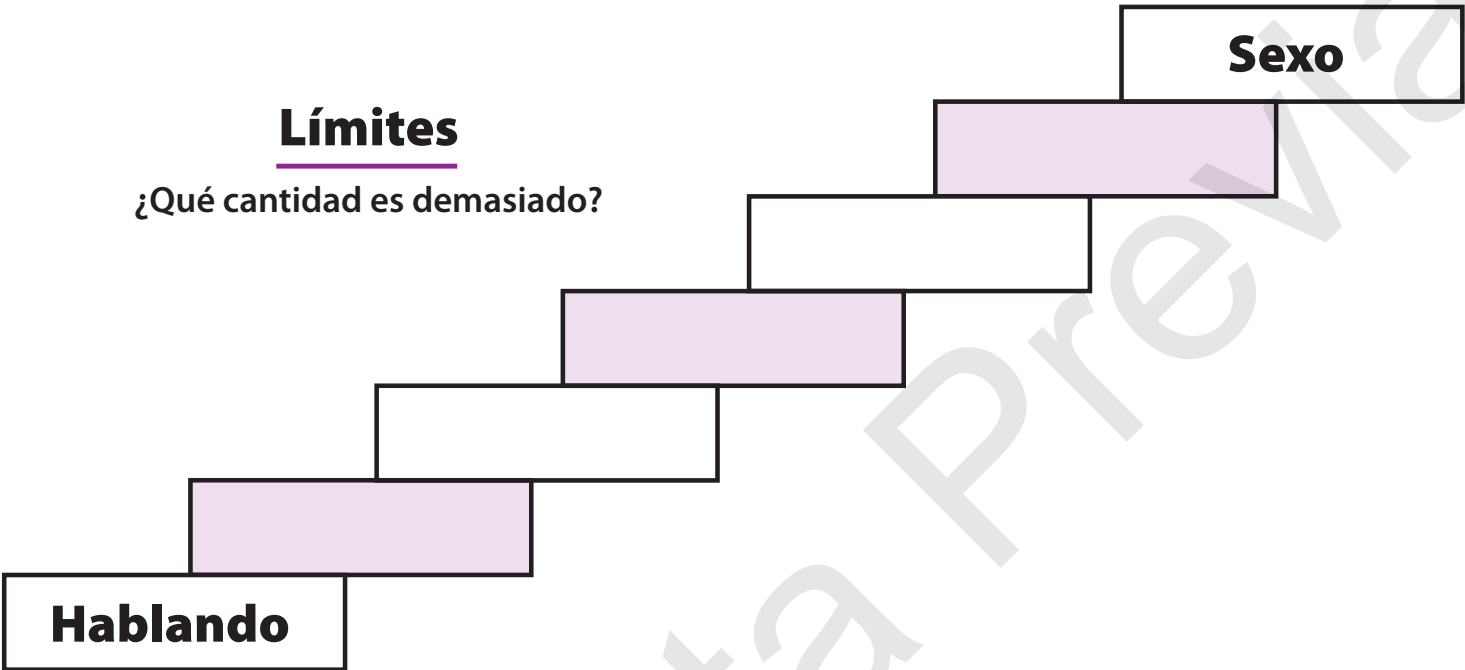
- A. ¿Cuáles son los límites?
- B. Estableciendo sus líneas límite
- C. Agresión sexual
- D. Consentir
- E. Responsabilidad y consentimiento
- F. Piensa inteligente
- G. Actividad: Revisión acumulativa: peligro
- H. Actividad: Resumen

Preguntas de tarea: "Continuando la conversación"

1. ¿Dónde prefieres que marque mi límite?
2. ¿Qué significa consentimiento?
3. ¿Cómo se deben evitar las situaciones peligrosas? ¿Qué debo hacer si alguna vez me encuentro en una situación peligrosa? ¡Hablemos de un plan de SALIDA!
4. Compartan el plan de SEGURIDAD y coméntenlo.

LECCIÓN 10

Relaciones Saludables: Parte 2



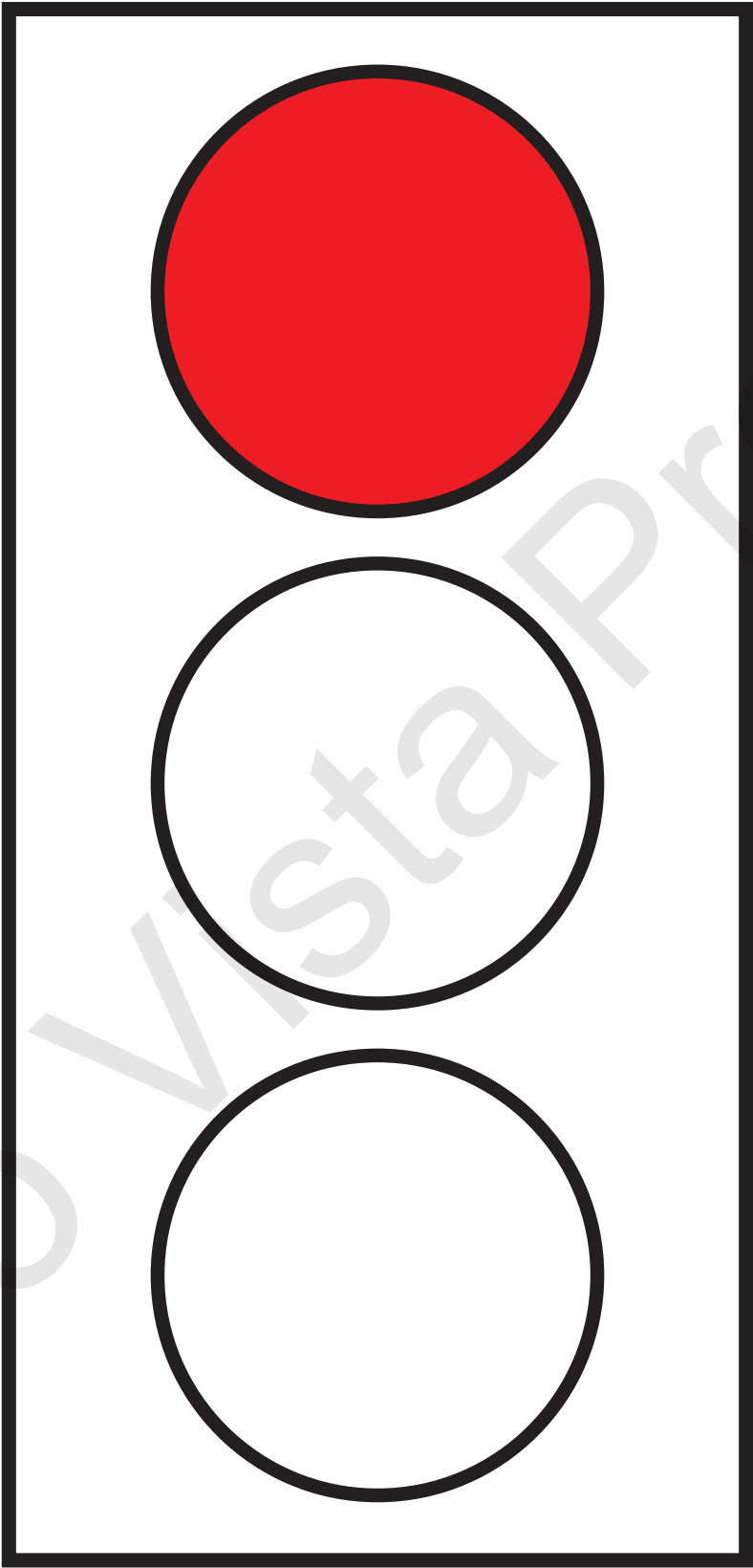
- 1. La agresión sexual es un comportamiento o contacto _____ sin su consentimiento.
a. _____ es tu culpa.
- 2. El _____ es el permiso para que algo suceda, o un acuerdo para hacer algo.
- 3. _____ actividad debe contar con el consentimiento _____, informado, libre, y _____ de _____ las personas involucradas, en _____ momento.
- 4. El _____ es un comportamiento verbal o físico no invitado y no deseado de naturaleza sexual.

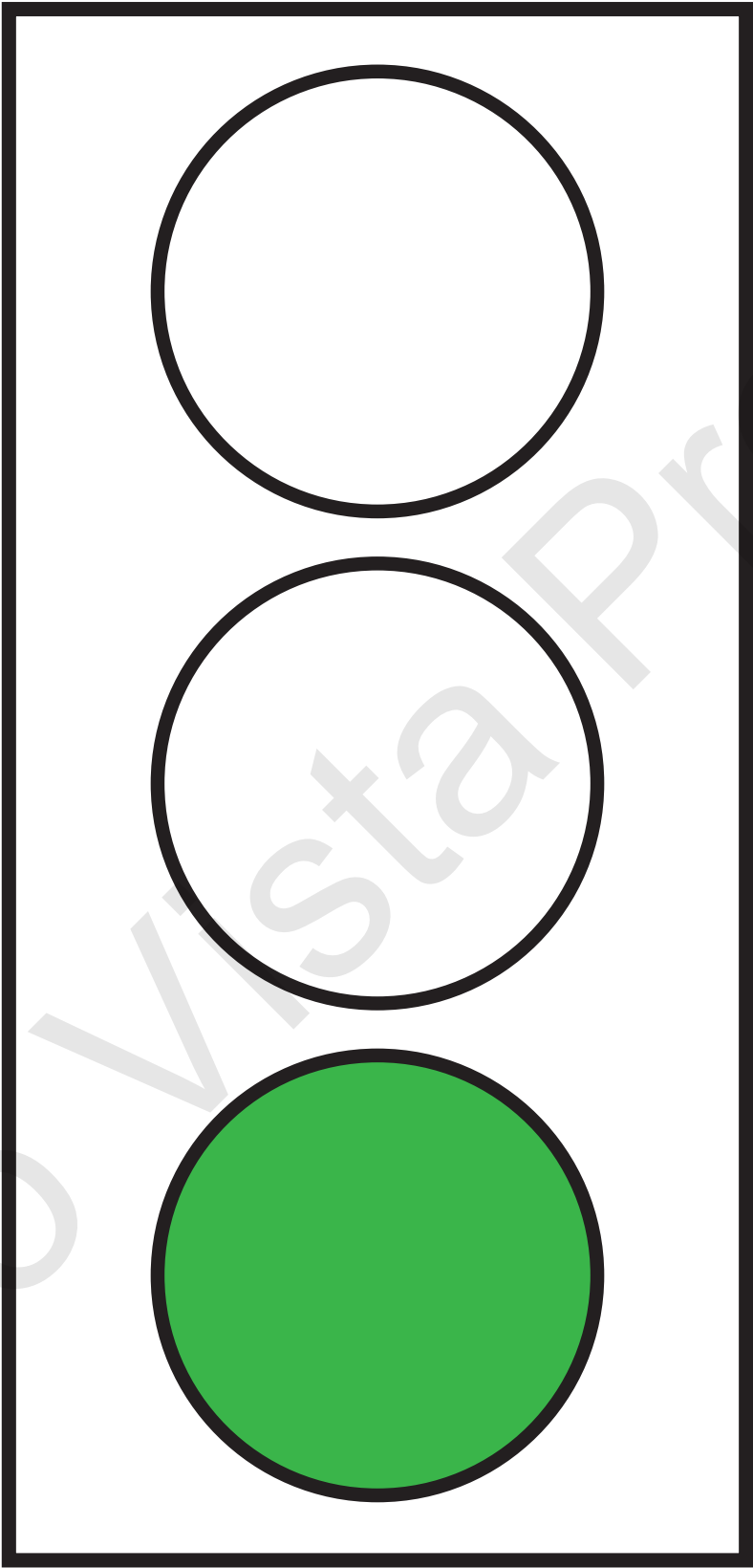


5. ¿De quién es la responsabilidad de asegurarse de tener el consentimiento de la otra persona? _____
6. ¿De quién es la responsabilidad de establecer sus límites? _____

Piense S.M.A.R.T.

S _____**M** _____**A** _____**R** _____**T** _____







Check-theFacts.com
info@check-thefacts.com

¿Preguntas sobre su SALUD?

Su doctor primaria

Centros de Salud de Golden Valley

Localizado en Turlock, Patterson, Newman

• Contactar para citas (209) 722-GVHC (4842)

Consultorio Médico McHenry (209) 558-5312

Agenda de Servicios de Salud del Condado de Stanislaus (209) 558-7000

Centros de Salud Comunitarios de Livingston (833) 850-3500

Localizado en Hughson, Waterford, Delhi, Hilmar, Livingston, Turlock, Modesto, y Merced

Infecciones de Transmisión Sexual

- Centro de Salud y Embarazo en Turlock (209) 656-9898
- Servicios de Salud del Condado de Stanislaus (209) 558-7700
- Línea Nacional de Atención de ITSNIH (800) 232-4636
- Línea de VIH/CIDAS en California (916) 449-5900
- Departamento de Salud Pública de California (916) 558-1784 / cdph.ca.gov

¿Preguntas sobre ABUSO o SEGURIDAD EN LAS RELACIONES?

Si esta en peligro, / llame al 911

Línea Nacional de Asalto Sexual (800) 656-HOPE (4673) / rainn.org

Línea Nacional de Violencia Doméstica (800) 799-SAFE (7233)

Línea Directa Nacional de Abuso Infantil (800) 422-4453

Línea Directa de Tráfico de Personas (888) 373-7888 / humantraffickinghotline.org

Línea Directa Nacional de Abuso en el Noviazgo (866) 331-9474 / loveisrespect.org

Haven-Centro de Mujeres

- Línea de Crisis de 24 horas (209) 557-5980
- Oficina de Modesto (209) 524-4331

Línea de Crisis de 24 horas en Stanislaus (209) 558-4600

Centro de Justicia para Familias en Stanislaus (209) 525-5130 / stanislausfamilyjustice.org

Centro de Crisis en el Valle (Merced) (209) 725-7900

• Línea de crisis de 24 horas del Centro de Crisis del Valle (209) 722-4357

¿Preguntas sobre SEXUALIDAD?

Línea Directa de Transexual (877) 565-8860 / translifeline.org

El Centro de Bienestar (Modesto) (209) 558-4610

Línea Directa de Trevor (866) 488-7386 / thetrevorproject.org

¿Estás siendo INTIMIDADO?

Para la explotación de los niños
Oetenga el Acoso

(800) 843-5678 / cyberline.com
stopbullying.gov

¿Necesitas RECURSOS PARA EL EMBARAZO?

Todas las Opciones (888) 493-0092 / all-options.org
Centro de Embarazo y Salud de Turlock (209) 656-9898 / turlockphc.com
Adopciones Americanas (800) 236-7846
Servicios de Adopción del Condado de Stanislaus (209) 558-2292
Planificación familiar - Merced (209) 723-7751
Planificación familiar - Modesto (209) 579-2300
Centro de Embarazo en Modesto (209) 526-1734
Alpha Entrega Segura (877) 222-9723 / Marque 2-1-1
Alpha Centro de Ayuda de Embarazo (Merced) (209) 383-4700

¿Tu o un amigo está sufriendo de DEPRESIÓN o pensamientos de SUICIDIO?

Línea Nacional para la Prevención del Suicidio 988 / 988lifeline.org
Condado de Stanislaus 24 horas Crisis y Prevención (209) 558-4600
Línea de texto de crisis Mande "HOME" a 741-741

¿Necesitas ayuda con ADICCIONES u otras LUCHAS?

Abuso de Sustancias y de Salud Mental (800) 662-4357
Narcóticos Anónimos (209) 464-9262
Agenda de Servicios de Salud (209) 558-5657
Hijos e hijas Pródigos (209) 634-3538
Centro de Servicios Humanos (209) 526-1476
Centro de Recursos para la Adicción 24/7 (877) 574-0458
Línea de Crisis de 24-horas en Stanislaus (209) 558-4600
Grupos de Narcóticos Anónimos en Stanislaus (888) 942-9922

Problemas en Comer

Prevención de los trastornos alimentarios (800) 931-2237
Centro de Servicios Humanos (209) 526-1476
Línea de Crisis de 24-horas en Stanislaus (209) 558-4600

Apoyo de Duelo

Casa de Jessica (209) 250-5395
Hospicio Comunitario (209) 578-6300

Falta de Hogar y Fugitivos

Casa de Hutton (Centro de Servicios Humanos) (209) 526-1441
Línea de Crisis de 24-horas en Stanislaus (209) 558-4600
Servicios Comunitarios de Vivienda y Refugio (209) 527-0444
Centro de Navegación Juvenil en Stanislaus (209) 526-1441
Línea Nacional de Seguridad para Fugitivos (800) 786-2929

Recursos Varios

Agenda de Servicios Comunitarios
Servicios Sociales del Condado de Stanislaus (877) 652-0734
Transporte Público
Transito de Turlock (209) 668-5600
Apoyo para Padres
Centro de Recursos para Familias de Turlock (209) 668-6118





Check-thefacts.com
Copyright © 2025 Check the Facts

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de este currículo puede ser reproducida o utilizada de ninguna manera sin la previa autorización por escrito del propietario de los derechos de autor.

Estos materiales están totalmente protegidos por las leyes de derechos de autor de los Estados Unidos.

