Na záchodcích

Pojďte nahlédnout do světa sexu prostřednictvím seriálu Na záchodcích. Důležité téma, o kterém se vyplatí mluvit, a to Zuzana s Terézií (hlavní protagonistky seriálu) rozhodně dělají.

Tento pracovní list je určen pro vyučující na 2. stupni ZŠ nebo vyučující středních škol, metodiky prevence a výchovné poradce. Je doprovodným materiálem seriálu Na záchodcích – nabízí základní informace o tom, jak se seriálem můžete pracovat. Najdete zde doplňující informace k tématům, přehled dílů s tématy a obecné poznámky k použití příslušných metodických listů.

**Před začátkem práce na jakémkoliv tématu sexuální výchovy doporučujeme pročíst si naše BOZP sexuální výchovy (odkaz).**

1. BOZP sexuální výchovy

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. O seriálu
* Seriál má celkem 10 dílů, každý díl má 9–13 minut. Můžete si vybrat pro vaši práci se třídou třeba jen jeden nebo dva. Nebo možná zařadíte v průběhu školního roku díly všechny. Ať už se rozhodnete jakkoliv, doporučujeme dopředu vidět všechny díly. Vaši žáci totiž možná u jednoho dílu nezůstanou a je dobré mít přehled, co ještě mohli vidět.
* Seriál doporučujeme ideálně pro žáky 9. tříd ZŠ a studenty středních škol. Některá témata mohou být vhodná i dříve, ale jejich zpracování zde odpovídá prezentaci pro starší děti/mladé dospělé.
* Seriál je hodně otevřený – jak slovem, tak obrazem. Pro někoho z vás to může být příliš. Pokud usoudíte, že je to pro vás příliš otevřené, zvažte, zda chcete videa skutečně použít. Necítíte-li se dobře vy, bude pro vás obtížné s žáky pracovat na jednotlivých úkolech.
* Použití tohoto seriálu nedoporučujeme ve třídě, kde aktuálně probíhá šikana, popř. se řeší jiné závažné (vztahové) záležitosti. Samotné otevření témat sexuální výchovy může naopak i některé potíže odhalit – všímejte si proto reakcí žáků na videa i úkoly. Žáky do plnění úkolů nenuťte, případné zvláštní reakce řešte individuálně po výuce.
* Možná vás zarazí některé výrazy, které používají protagonistky seriálu – *Proč říkají „člověk s vaginou“ a ne prostě žena?! Hetero-cis-normo… cože?!* Zuzana a Terézia se v seriálu snaží být otevřené mnoha tématům a mnoha názorům a s tím souvisí i používání korektního jazyka. Ne všichni lidé narození s vaginou se cítí být ženami a ne všichni lidé narození s penisem se cítí být muži. V současné době je téma sexu, sexuality a genderu velmi otevřené, a tak se setkáváme stále častěji s minoritami a názory, o kterých jsme dříve neslyšeli. I proto je důležité jednotlivým pojmům rozumět. Tento jazyk je ohleduplný i k osobám, které se cítí být nebinární, polysexuální apod. (více v metodickém listu pro sedmý díl – LGBTQI+).
	+ *POZOR: I názory současných sexuologů se v něčem liší. Navíc některé pojmy jsou dané politicky spíše než medicínsky, ale to neznamená, že by byly méně „validní“. Jsou zkrátka používané a je dobré se v tom orientovat. Fakt, že něco je „pouze“ otázka subjektivního prožívání, neznamená automaticky, že je to o něco méně důležité než věci pozorovatelné ve fyziologii a anatomii. Zároveň je ale vhodné mít na paměti, že ani mnozí přední odborníci se v některých věcech neshodnou (např. někteří sexuologové nebinární osoby vnímají pouze jako přechodnou fázi, nikoliv jako trvalý stav) a přístup k jednotlivým otázkám sexuality se v průběhu historie již mnohokrát změnil (viz např. dekriminalizace homosexuality).*
1. O metodických listech a práci s nimi
* Každý metodický list obsahuje:
	+ **zadání pro žáky**,
	+ *pokyny pro vyučující*,
	+ *případná upozornění na rizika či otázky, které se mohou v rámci tématu objevit*,
	+ základní informace o tématu (resp. odkazy, kde informace získat),
	+ slovníček používaných pojmů (českých i anglických).
* **Úkoly** pro žáky jsou označeny ikonkami.  označuje úkol zaměřený na faktické informace. označuje úkol na zamyšlení/názory. V některých případech se objevují obě značky společně. *Kurzivou* jsou označeny informace pro vyučující.
* Úkoly jsou velmi často skupinové – není-li uvedeno jinak, volte spíše menší smíšené skupinky (cca 5–6 žáků).
* K druhému dílu jsou připraveny metodické listy dva, tak aby bylo možné obsáhnout celou šíři problematiky rizik pohlavního styku. Naopak u pátého a šestého dílu je list jen jeden, protože oba díly se věnují obdobnému tématu.
* Všechny listy byly zpracovány k daným dílům seriálu. Jejich použití (celých listů či jednotlivých úkolů) bez videa není doporučené. Pokud přesto chcete některý z listů (úkolů) použít bez souvisejícího videa, ověřte si, že žáci tím nepřijdou o podstatné informace obsažené ve videu.
* Slovníček v tomto dokumentu obsahuje všechny pojmy (zkratky) pro všechna videa, řazeno abecedně. Slovníček u jednotlivých listů obsahuje podstatné pojmy (zkratky) pro dané video/téma, řazeno tak, jak se objevují ve videu. Vždy se ujistěte, že (nejpozději v závěru výuky) všichni žáci rozumí všem pojmům uvedeným ve slovníčku pro dané téma. Porozumění je základem pochopení, myšlení a vhodného chování.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| č. | název dílu | témata | metodické listy |
| 1 | První sex | první sex | První sex |
| 2 | Sex a jeho rizika | rizika sexuantikoncepcepohlavně přenosné choroby | AntikoncepcePohlavně přenosné choroby |
| 3 | První menstruace | pubertamenstruace | Menstruace a puberta |
| 4 | Mít rád sebe i vlastní tělo | ideály, přijetí sebe samasociální sítě | Ideály a realita |
| 5 | Vulva, klitoris a orgasmus | ženské pohlavní orgány | Klitoris, penis a spol. |
| 6 | Mýty o penisu versus realita | mužské pohlavní orgány |
| 7 | Sexuální orientace a genderová identita | gender, sexuální orientace, sexuální identita | LGBTQI+ |
| 8 | Porno versus realita | pornografie | Porno |
| 9 | Jak bojovat proti kultuře znásilnění? | sexuální násilí a agrese | Chovejme se k sobě slušně |
| 10 | Jak si užít sex | sex a sexuální praktiky | Sex může být fajn |

|  |
| --- |
| SLOVNÍČEK |
| ANÁLNÍ STYK (SEX) | pohlavní styk – penis pronikající do konečníku |
| ASEXUALITA | absence sexuální touhy (od nezájmu až po odpor) |
| BAZÁLNÍ TEPLOTA | hodnota tělesné teploty používaná při výpočtu plodných a neplodných dní, měří se v pochvě, každý den ve stejnou dobu |
| BDSM | BD – bondage, disciplína (tresty), DS – dominance, submise, SM – sadismus, masochismussexuální preference všech/některých těchto praktik  |
| BISEXUALITA | sexuální přitažlivost jedné osoby k mužům i ženám |
| BLUE BALLS | tzv. bolest koulí, odb. epididymální hypertenzejde o stav, kdy při prodlužovaném sexuálním vzrušení bez ejakulace dochází k bolestivosti varlat, v extrémním případě k jejich zmodrání |
| BODY NEUTRALITY | neutrální postoj k vlastnímu i cizímu tělu |
| BODY SHAMING | zesměšňování, zostuzování, ztrapňování těla jiného člověka |
| CATCALLING | pokřikování, obtěžování, gesta, hvízdání atp. |
| CISHET ... | muži/ženy, kteří jsou heterosexuální a ztotožňují se se svým přiřazeným genderem |
| CISGENDER | muži/ženy, kteří se ztotožňují se svým přiřazeným genderem |
| ČOKODÍRKA | slangový název pro anální otvor |
| DICK PICS | (nevyžádané) zasílání obrázků mužských pohlavních orgánů |
| DRAG QUEEN | muž, který se pro umělecké/zábavné účely stylizuje do role ženy(nesouvisí se sexuální orientací a nejde o transsexualitu!) |
| EJAKULACE | výstřik semene (ejakulátu) |
| EREKCE | ztopoření penisu („postaví se“) |
| EROTOGENNÍ ZÓNA | části těla, jejichž stimulace vyvolává sexuální vzrušení |
| FETIŠ | erotické zaměření na věci nebo části těla (často např. latex, nohy,...) |
| FREE BLEEDING | volné krvácení (volná menstruace) – menstruační krev volně vytéká |
| GAY | muž, kterého přitahují jiní muži |
| GENDER (GENDEROVÁ IDENTITA) | pociťovaná příslušnost k určitému pohlaví, kategorie „muži a mužské“ a „ženy a ženské“ |
| HETERONORMATIVITA | předpoklad, že normální je být heterosexuální |
| HETEROSEXUALITA | sexuální a partnerská preference osob opačného pohlaví |
| INTERSEX(UALITA) | osoba, jejíž pohlavní orgány (vnitřní či vnější) nejsou typické (při narození či později může mít jedinec např. znaky obou pohlaví) |
| KINK  | sexuální praktika, která není považována za „běžnou“ |
| LESBA | žena, kterou přitahují jiné ženy |
| LGBTQIA+ | zkratka pro skupinu osob: lesby, gayové, bisexuálové, transsexuálové, queer, intersexuálové, asexuálové a další |
| MASTURBACE | sebeuspokojení, dráždění vlastního těla za účelem sebeuspokojení |
| MIKROPENIS | délka penisu je menší než minus 2 SD (směrodatná odchylka) normy podle věku, podle jiné definice můžeme za mikropenis považovat penis menší než 4 cm v ochablém stavu nebo menší než 7,5 cm v erekci |
| NEBINÁRNÍ LIDÉ | lidé, kteří se necítí ani jako ženy, ani jako muži, stojí mimo toto duální rozdělení, taktéž označováni jako (gender)queer nebo genderově diverzní |
| ORÁLNÍ STYK (SEX) | pohlavní styk – uspokojování pohlavních orgánů ústy |
| ORGASMUS | vyvrcholení, intenzivní příjemný fyzický pocit, trvá krátce |
| PANENSKÁ BLÁNA |  (= hymen) je slizniční řasa, která je kolem poševního otvoru žen, může ho částečně či zcela překrývat |
| PANSEXUALITA | sexuální přitažlivost jedné osoby k lidem, bez ohledu na jejich gender/pohlaví (zahrnuje i trans a queer osoby) |
| PENETRACE | průnik, zde ve smyslu penetrativní sex, tj. penis do vaginy |
| PENETRATIVNÍ SEX | pohlavní styk – penis pronikající do vaginy |
| PEP | postexpoziční profilaxe (léky podávané po předpokládaném setkání s virem) |
| PMS | premenstruační syndrom (soubor tělesných a duševních příznaků, které se mohou objevit před začátkem menstruace) |
| POLYSEXUALITA | sexuální přitažlivost jedné osoby pouze k některým lidem (zahrnuje i trans a queer osoby) |
| PREP | preexpoziční profylaxe (léky podávané před očekávaným setkáním s virem) |
| QUEER (GENDER-QUEER) | osoby, které se vymykají rozdělení na „mužské“ a „ženské“, popř. heterosexuální a homosexuální, taktéž NEBINÁRNÍ nebo FLUIDNÍ GENDER |
| RAPE CULTURE | tzv. kultura znásilnění, sociologický pojem popisující společnost, kde jsou sexuální násilí a nátlak brány jako něco normálního |
| REVENGE PORNO | sdílení sexuálně explicitních materiálů bez svolení osob zde zachycených, často jako následek rozchodu |
| SELFLOVE | sebeláska, láska k sobě za každých okolností |
| SEXUÁLNÍ ORIENTACE | sexuální a partnerská preference osob  |
| STALKING | nevhodné a nežádoucí chování, pronásledování, vynucování si kontaktu, sledování a sbírání informací o osobě |
| STDs | sexually transmitted diseases (alternativně STI – sexually transmitted infections)sexuálně přenosné choroby |
| TRANSGENDER | pojem používaný pro označení lidí, kteří se necítí dobře v rámci svého biologického pohlaví (nemusí ale usilovat o jeho změnu) |
| TRANSSEXUALITA | pojem používaný především lékaři pro označení stavu, kdy jedinec usiluje o změnu svého biologického pohlaví tak, aby byla v souladu s jeho pociťovaným genderem |
| VANILLA SEX | vanilkový sex, „běžný“ sex, často také ve smyslu „nuda“ |
| VASEKTOMIE | mužská sterilizace, chirurgické přerušení chámovodů, trvalé |
| VICTIM BLAMING | obviňování oběti (často, že útok „vyprovokovala“ nějakým chováním či oblečením) |

 Autor: Tereza Lubasová
Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [https://creativecommons.org/choose/?lang=cs].