

OFERTA FORMATIVA QUÉROTE+ PARA CENTROS EDUCATIVOS Curso 2025-2026

Marco lexislativo que recolle a responsabilidade dos centros educativos en materia de educación sexual, igualdade e prevención da violencia de xénero.

- [Lei Orgánica 3/2020, do 29 de decembro, pola que se modifica a Lei Orgánica 2/2006, do 3 de maio, de educación](#), no punto 83, "Disposición vixésimo quinta. Fomento da igualdade efectiva entre homes e mulleres" apartado nº3, sinala que: *Os centros educativos deberán necesariamente incluír e xustificar no seu proxecto educativo as medidas que desenvolvan favorecer e formar en igualdade en todas as etapas educativas, incluíndo a educación para a eliminación da violencia de xénero, o respecto polas identidades, culturas, sexualidades e a súa diversidade, e a participación activa para facer realidade a igualdade.*
- [Lei Orgánica 1/2023, de 28 de febreiro, pola que se modifica a Lei Orgánica 2/2010, de 3 de marzo de saúde sexual e reprodutiva e da interrupción voluntaria do embarazo](#), no capítulo III, relativo ás medidas no ámbito da educación e a sensibilización relativa aos dereitos sexuais e reprodutivos, artigo 9, "Formación sobre a saúde sexual e reprodutiva no sistema educativo", punto 1. *As administracións educativas, no ámbito das súas competencias contemplarán a formación en saúde sexual e reprodutiva, como parte do desenvolvemento integral da personalidade, da formación en valores, con base na dignidade da persoa e cun enfoque interseccional, que contribuirá a:*
 - a) *A promoción dunha visión da sexualidade en términos de igualdade e corresponsabilidade, e diversidade, dende a óptica do pracer, o desexo, a liberdade e o respecto, con especial atención á prevención da violencia de xénero e a violencia sexual.*
 - b) *O recoñecemento da diversidade sexual.*
 - c) *O desenvolvemento harmónico da sexualidade en cada etapa do ciclo vital, co especial atención á adolescencia e xuventude.*

- [Lei 7/2023, de 30 de novembro, para a igualdade efectiva de mulleres e homes de Galicia](#), no seu artigo 4º, o currículo educativo:

a) A comprensión do valor constitucional da igualdade entre ambos sexos como obxectivo de especial atención, sen que, en ningún caso, se admitan contidos, metodoloxía ou criterios de avaliación que transmitan, directa ou indirectamente, unha distribución estereotipada de papeis entre os sexos ou unha imaxe de dominación dun sexo sobre o outro en calquera ámbito da vida.

e) Incorporación na aprendizaxe de métodos colaborativos para a resolución pacífica de conflitos e de modelos de convivencia baseados na diversidade, a tolerancia e o respecto á igualdade de mulleres e homes.

- [A Lei Orgánica 8/2021, de 4 de xuño, de protección integral á infancia e a adolescencia fronte á violencia](#), no artigo 3º, establece os fins da lei:

c) Impulsar a detección precoz da violencia sobre a infancia e a adolescencia mediante a formación interdisciplinar, inicial e continua dos e das profesionais que teñen contacto habitual cos nenos, nenas e adolescentes.

d) Reforzar os coñecementos e habilidades dos nenos, nenas e adolescentes para que sexan parte activa na promoción do bo trato e poidan recoñecer a violencia e reaccionar fronte a ela.

No artigo 5. Formación, establece:

1. As administracións públicas, no ámbito das súas respectivas competencias, promoverán e garantirán unha formación especializada, inicial e continua en materia de dereitos fundamentais da infancia e da adolescencia aos e ás profesionais que teñan un contacto habitual coas persoas menores de idade. A dita formación comprenderá, como mínimo:

a) A educación na prevención e detección precoz de toda forma de violencia a que se refire esta lei.

d) O bo trato aos nenos, nenas e adolescentes.

e) A identificación dos factores de risco e dunha maior exposición e vulnerabilidade ante a violencia.

g) O impacto dos roles e estereotipos de xénero na violencia que sofren os nenos, nenas e adolescentes.

Oferta formativa 2025-2026

- 1.- Programa **Quérote+** do Plan Proxecta.
- 2.- Formación para o profesorado.
- 3.- Obradoiros para o alumnado.
- 4.- Obradoiros para familias.

1.- PLAN PROXECTA 2025-2026, DA CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, UNIVERSIDADES E FORMACIÓN PROFESIONAL

Trátase dun plan que busca un avance nas dinámicas de mellora da calidade educativa e favorecer a innovación nos propios centros a través de programas externos que leven á motivación e ao traballo activo, cooperativo e en rede, do alumnado e do profesorado implicado. Para iso, un dos principais obxectivos deste plan é promover a realización de proxectos interdisciplinarios que poidan servir de modelo de traballo ou de boa práctica, tanto para o propio centro en que se orixinan como para o resto da comunidade educativa galega.

Dentro da oferta do Plan Proxecta, no ámbito da saúde, a educación afectivo sexual e igualdade, **Quérote+** pon á disposición dos centros educativos o Programa **Quérote+** de Educación Sexual para alumnado de 3º da ESO e FP Básica. O programa consta de 8 fichas didácticas para que o centro educativo sexa quen desenvolva os contidos ao longo de todo o curso escolar. Os Centros **Quérote+** coordinan o programa e serven de apoio en todo aquilo que precise o profesorado e alumnado no desenvolvemento das sesións.

Unidades do [Programa Quérote+ de Educación Sexual](#):

- Ficha 1.- Presentación do recurso [Quérote+](#).
- Ficha 2.- A educación sexual.
- Ficha 3.- A orientación do desexo e a identidade sexual.
- Ficha 4.- O modelo de amor romántico.
- Ficha 5.- A relación dos sexos a través da tecnoloxía.
- Ficha 6.- Cultivando habilidades.
- Ficha 7.- Aconcepción, concepción e ITS.
- Ficha 8.- Hoxe damos a clase nós.

A solicitude para poder formar parte do Plan Proxecta terá que facerse nos prazos establecidos pola Consellería de Educación, Ciencia, Universidades e Formación Profesional.

2.- FORMACIÓN A PROFESORADO:

A través do Centro Autonómico de Formación e Innovación (CAFI), poñemos a disposición do profesorado o curso ["Educación Sexual na aula. Plan Proxecta"](#).

A solicitude para cursar esta formación realízase a través de Fprofe nos prazos establecidos na convocatoria.

[Módulos do programa: Educación Sexual na aula. Plan Proxecta:](#)

- Xustificación teórica e marco lexislativo.
- A construción das sexualidades.
- A Educación Sexual: modelos e actitudes.
- A diversidade sexual: unha realidade nas aulas.
- De que falar en cada etapa educativa.
- Educando no bo trato no espazo físico e virtual.
- Prevención de ITS e embarazos non planificados.
- Ferramentas para traballar a educación sexual na aula.

3.- OBRADOIROS PARA ALUMNADO:

A Xunta de Galicia a través dos centros **Quérote+**, oferta para o curso 2025-2026 obradoiros dirixidos **3º da ESO, 1º de FP Básica, 1º de Bacharelato** e tamén para **familias**.

O centro educativo poderá solicitar durante todo o ano o obradoiro que lle resulte de interese, cubrindo o formulario dixital.

Características xerais dos obradoiros:

Formato: Presencial.

Duración: 50 minutos.

Grupo: Os obradoiros realízanse por liñas educativas, salvo casos excepcionais, onde poderán facerse agrupacións que non superen as 30 persoas.

Organización: Tras a recepción da solicitude enviarase un correo electrónico confirmando a mesma, e posteriormente persoal de **Quérote+** contactará vía telefónica para acordar a data de realización da actividade.

A confirmación da recepción da solicitude non supón a aceptación directa da realización do obradoiro.

Os centros **Quérote+** darán resposta á solicitude en base a diversos criterios operativos e técnicos: dispoñibilidade de datas, dispoñibilidade horaria, axuste da solicitude ás condicións da oferta, etc.

Medios precisos: Para o desenvolvemento da actividade será preciso contar con espazo axeitado, ordenador, proxector, altosfalantes e conexión a Internet.

Requisito: Unha persoa responsable do centro educativo estará presente na aula durante a impartición do obradoiro.

SEXUALIDADE

Niveis aos que vai dirixido: 3º ESO, 1º de FP Básica.

Duración: 50 minutos.

Para que a mocidade teña unha visión ampla da sexualidade, e unha vivencia positiva da mesma, este obradoiro aborda cuestións que axudan a comprender a súa construción como persoas sexuadas. Coa nosa identidade sexual, a orientación do desexo, a convivencia entre os sexos dende a perspectiva do *botrato* e da responsabilidade afectiva, no que dotar de ferramentas para previr situacións non desexadas. Todo isto contribúe favorablemente a que as persoas adolescentes clarifiquen conceptos, de maneira que logren entenderse, aceptarse e relacionarse dende unha vivencia positiva da sexualidade.

Obxectivos:

- Contribuír a unha actitude de cultivo cara á sexualidade.
- Expoñer a sexualidade coma unha fonte de diversidade e riqueza.
- Analizar as fontes de información ao redor da sexualidade e a implicación da pornografía na vivencia da propia imaxe e das relacións.
- Subliñar a importancia do *botrato* e dunhas relacións sas, indicando as situacións que constitúen violencia sexual.
- Informar sobre os métodos de protección, facendo fincapé nos métodos de barreira coma forma de prevención das ITS e embarazos non planificados.

Contidos:

- Presentación dos centros **Quérote+**.
- Definición de sexualidade da diversidade como valor.
- Axentes de educación sexual e impacto da pornografía.
- *Botrato* e consentimento.
- Prevención do embarazo non planificado e ITS.

PROMOCIÓN DO *BOTRATO* E IGUALDADE, PREVENCIÓN DA VIOLENCIA DE XÉNERO

Niveis aos que vai dirixido: 3º ESO, 1º de FP Básica.

Duración: 50 minutos.

O *botrato* perfílase como a ferramenta para poder construír unha sociedade igualitaria, xa que é o modo máis positivo e respectuoso para xestionar as relacións interpersoais dende unha perspectiva de diversidade e equidade.

Practicando o *botrato* as persoas conseguimos comunicarnos dende a empatía e con asertividade, creando novos escenarios de relación onde o que prima é o positivo, a busca da igualdade e o respecto polas demais persoas. Isto sen dúbida contribúe á creación dunha sociedade consciente, con ferramentas no manexo das relacións e polo tanto contribúe á prevención dos malos tratos e, en definitiva, á prevención da violencia de xénero.

Obxectivos:

- Promover o *botrato* como marco de referencia nas relacións interpersoais
- Identificar sinais de desigualdade, abuso e maltrato.
- Reflexionar sobre a responsabilidade afectiva e o consentimento, na promoción de relacións igualitarias e respectuosas.
- Dotar de ferramentas de utilidade para relacionarse e vincularse dende o *botrato*.

Contidos:

- Presentación dos centros **Quérote+**.
- Relacionándonos en igualdade.
- Promovendo o *botrato*.
- Previndo a violencia de xénero en todas as súas manifestacións.

BENESTAR EMOCIONAL

Niveis aos que vai dirixido: 1º BACH.

Duración: 50 minutos.

O benestar emocional é un concepto amplo e multifactorial, que recae sobre elementos persoais, familiares, sociais, e a contorna que rodea á persoa. Non é soamente a experiencia subxectiva de sentirse ben, senón tamén a experiencia de ser quen de afrontar dificultades e de xestionar e resolver de maneira adaptativa os conflitos que se nos presentan.

A xestión emocional e o cultivo da autoestima son piares básicos para o desenvolvemento persoal. As emocións acompañannos dende o nacemento, polo que o seu recoñecemento e manexo vai posibilitar un percorrido vital máis positivo.

Obxectivos:

- Dar a coñecer os centros Quérote+ como centros de información e acompañamento á mocidade no seu benestar emocional.
- Informar sobre que son as emocións e cales son as súas funcións.
- Crear un espazo de reflexión sobre cuestións básicas sobre as emocións: non teñen xénero, varían ao longo do día, non decidimos o que sentimos pero si o que facemos co que sentimos, o valor de comunicar as emocións,...

Contidos:

- Presentación dos centros **Quérote+**.
- O mundo emocional: as emocións e as súas funcións.
- O que temos que saber sobre as emocións: cuestións básicas.

4.- OBRADOIROS PARA AS FAMILIAS:

A Xunta de Galicia a través dos centros **Quérote+**, oferta para o curso 2025-2026 obradoiros dirixidos ás familias.

O centro educativo poderá solicitar durante todo o ano o obradoiro que lle resulte de interese, cubrindo o formulario dixital.

Características xerais dos obradoiros:

Duración: 90 minutos.

Grupo: Garantirase por parte da entidade solicitante un grupo mínimo de 10 persoas e un máximo de 25.

Se non se acada o número mínimo de persoas asistentes, o obradoiro non se levará a cabo.

Organización: Tras a recepción da solicitude enviarase un correo electrónico confirmando a mesma, e posteriormente persoal de **Quérote+** contactará vía telefónica para acordar a data de realización da actividade.

A confirmación da recepción da solicitude non supón a aceptación directa da realización do obradoiro.

Os centros **Quérote+** darán unha resposta á solicitude en base a diversos criterios operativos e técnicos: dispoñibilidade de datas, dispoñibilidade horaria, axuste da solicitude ás condicións da oferta, etc.

Difusión: É tarefa da entidade solicitante dar publicidade ao obradoiro, así como establecer datas de inscrición co fin de garantir o número mínimo de persoas.

É tarefa da entidade solicitante contar cos medios e recursos precisos para a actividade (espazo adaptado, ordenador, proxector, encerado, altosfalantes, conexión a Internet, etc.).

Requisito: Unha persoa responsable do centro educativo estará presente durante a impartición do obradoiro.

EDUCACIÓN SEXUAL NA FAMILIA

Dirixido a: Familias con menores a cargo de calquera idade

Duración: 90 minutos.

Grupo: mínimo 10 persoas, máximo 25.

Dende os centros **Quérote+** avógase polo traballo conxunto e integral cos diferentes axentes educativos implicados directa e indirectamente nos procesos de ensinanza - aprendizaxe. As familias son, sen dúbida, o espazo de socialización por excelencia e o catalizador de todo proceso educativo cos nenos e nenas e cos mozos e mozas. O obradoiro de Educación Sexual ten como finalidade crear un espazo de reflexión no que compartir inquedanzas, dúbidas e dificultades co obxectivo de construír ferramentas educativas que contribúan positivamente no desenvolvemento dos seus fillos e fillas. Neste obradoiro centrarémonos na educación sexual desde a casa.

Obxectivos:

- Proporcionar un espazo seguro para poder falar das dúbidas, preocupacións e dificultades na abordaxe da educación sexual na familia.
- Dotar de coñecementos básicos para a educación sexual.
- Aportar ferramentas que axuden na xestión diaria da educación dos fillos e fillas.
- Promover a educación en diversidade coma fío condutor na educación sexual das crianzas.

Contidos:

- Presentación dos centros **Quérote+**.
- De que falamos cando falamos de sexo e sexualidade?
- Modelos de educación sexual.
- De que falar en cada etapa educativa.
- Ferramentas para a educación sexual na familia.

BENESTAR EMOCIONAL EN FAMILIA:

Dirixido a: Familias con menores a cargo de calquera idade.

Duración: 90 minutos.

Grupo: mínimo 10 persoas, máximo 25.

A familia é o axente de socialización primaria onde se adquiren normas, valores, actitudes, patróns de conduta... Contar con recursos e ferramentas útiles que contribúan a unha comunicación positiva e que fomenten vínculos seguros é fundamental no desenvolvemento da infancia e da adolescencia, e ten un impacto moi beneficioso para a familia como núcleo afectivo e emocional. Coidarse en equipo implica asumir que cada membro da familia xoga un papel importante para a consecución do benestar familiar.

Obxectivos:

- Facilitar un espazo para desenvolver ferramentas cara unha comunicación positiva en familia.
- Coñecer os diferentes estilos de parentalidade, con especial atención á parentalidade positiva.
- Fomentar o *botrato* en familia.
- Coñecer recursos de apoio ás familias.
- Promover os autocoidados en familia.
- Coñecer recursos de apoio ás familias.

Contidos:

- Presentación dos centros **Quérote+**.
- Estilos educativos.
- Fomentar o *botrato*: comunicación para a comprensión.
- Kit básico de supervivencia para familias.
- Materiais e recursos de utilidade.