Sex může být fajn

Sex má potenciál stát se příjemnou součástí našich životů. Aby se tak stalo, je dobré kromě rizik (viz metodické listy k druhému dílu) zohlednit také přání a potřeby všech zúčastněných. Cílem tohoto listu je nabídnout žákům prostor pro zamyšlení a diskuzi nad tímto tématem.

Žáci budou pracovat ve skupinách, budou potřebovat volné papíry a běžné psací potřeby. Tento list slouží jako metodický podklad pro vyučující.

Tento 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).

Video: [Jak si užít sex](https://edu.ceskatelevize.cz/video/13726-jak-si-uzit-sex)

**[\_\_\_\_\_](https://edu.ceskatelevize.cz/video/13726-jak-si-uzit-sex)**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Náš slovníček 
* Práce ve skupinách.
* Úkol: **Vysvětlete následující pojmy: erotogenní zóna, fetiš, kink**
* *Nejde tedy o nalezení vhodného překladu, ale spíše srozumitelného vysvětlení.*
1. Chci to! Nebo ne?!
* Práce ve skupinách, každá pracuje na jiném úkolu.
* Úkol pro skupinu A: **Napište seznam 10 důvodů, proč je těžké říct (si), co v sexu chci.**
* **Úkol pro skupinu B: Napište seznam 10 důvodů, proč je těžké říct (si), co v sexu nechci.**
* *Odpovědi následně srovnejte. Veďte žáky k zamyšlení, co by jim ulehčilo jejich přání a potřeby sdílet?*
1. **Sexy trojka** 
* Práce ve skupinách.
* Úkol: **Sepište zásady dobrého sexu.**
* Ve skutečnosti jde spíše o nezbytné podmínky: dobrovolný *[souhlas](https://konsent.cz/)* všech zúčastněných, ošetření rizik nechtěného otěhotnění a pohlavně přenosných chorob a otevřené vyjádření toho, co chci/nechci. Vše ostatní mohou být dobrá doporučení k zamyšlení (nemít očekávání, intimní atmosféra, klid, hudba, hygiena,…).

Doplňující informace:

* Byť je sex pro tuto cílovou skupinu velmi žádané téma a často i aktivita, stále mějme na paměti, že v naší třídě bude nezanedbatelné množství žáků, kteří ještě sex neměli či mít nechtějí. Nemít či nechtít sex je taky fajn a má to svoje výhody. Základní myšlenka ale zůstává stejná – to, zda chci, nebo nechci sex, musí být moje dobrovolné rozhodnutí.
* Období puberty a mladé dospělosti je často obdobím experimentů. Pro žáky by ale měla zaznít i informace, že je OK také neexperimentovat. Nemusím experimentovat jen proto, že jsem ve věku, kdy to „většina dělá“.

|  |
| --- |
| SLOVNÍČEK |
| EROTOGENNÍ ZÓNA | části těla, jejichž stimulace vyvolává sexuální vzrušení |
| MASTURBACE | sebeuspokojení, dráždění vlastního těla za účelem sebeuspokojení |
| FETIŠ | erotické zaměření na věci nebo části těla (často např. latex, nohy,...) |
| KINK  | sexuální praktika, která není považována za „běžnou“ |
| [BDSM](https://www.ceskatelevize.cz/porady/10520528904-queer/218562210900006/) | BD – bondage, disciplína (tresty), DS – dominance, submise, SM – sadismus, masochismussexuální preference všech/některých těchto praktik  |
| VANILLA SEX | vanilkový sex, „běžný“ sex, často také ve smyslu „nuda“ |

 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].