

Çalışma Kağıtları

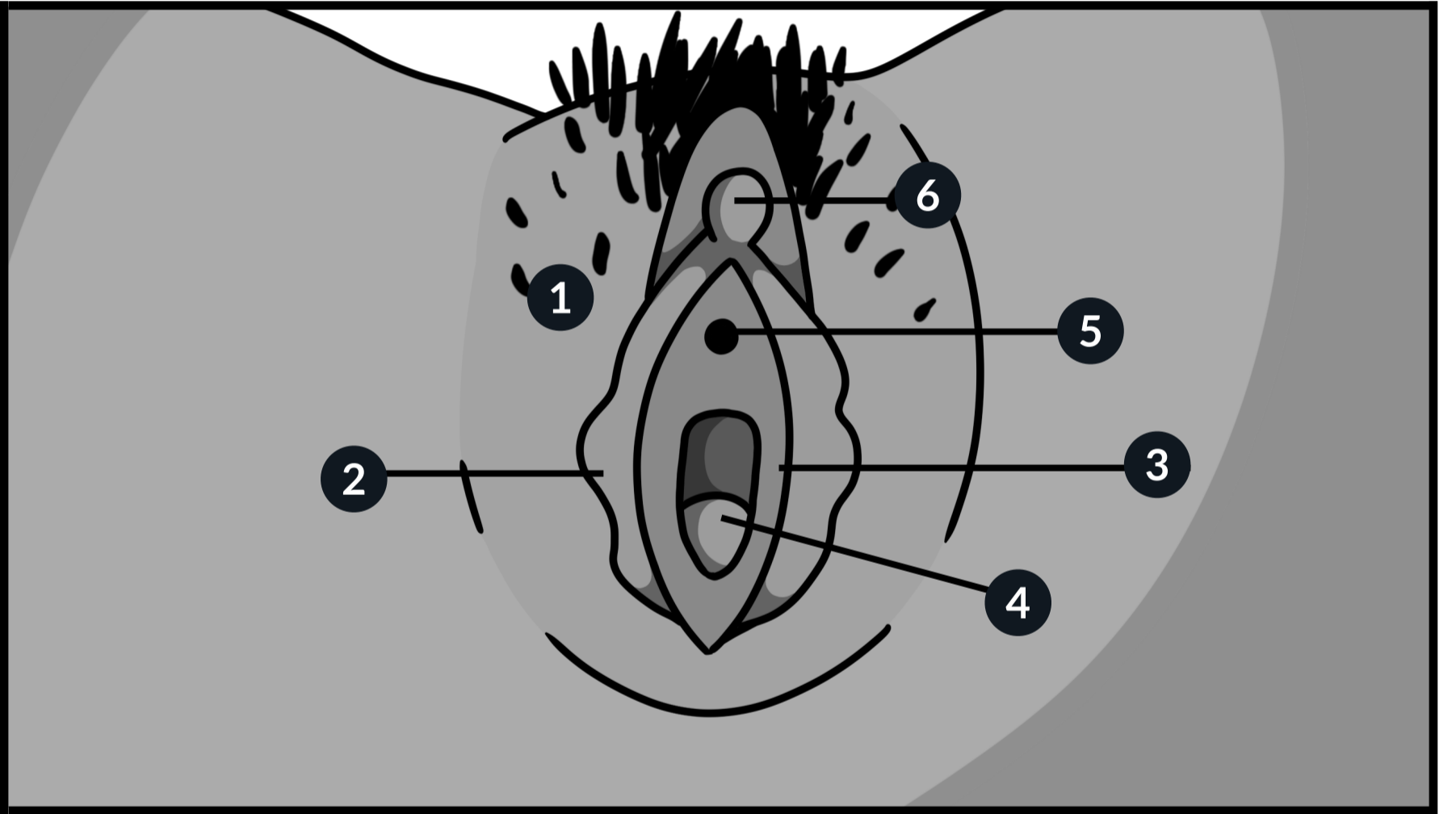
Modül 2

BEDEN

Beden, Anatomi, Üreme ve Beden Algısı

Vulva

Vulvanın anatomisini ne kadar iyi tanıyorsun? Aşağıdaki görselde altı sayı var. Her sayıya uygun bir kelime düşüyor. Bunlardan kaç tanesini biliyorsun? Eğer anatomi videosunu izlemeden dolduruyorsan, videoyu izledikten sonra cevaplarını kontrol etmeyi unutma! Sayfanın altında cevapları bulabilirsin.



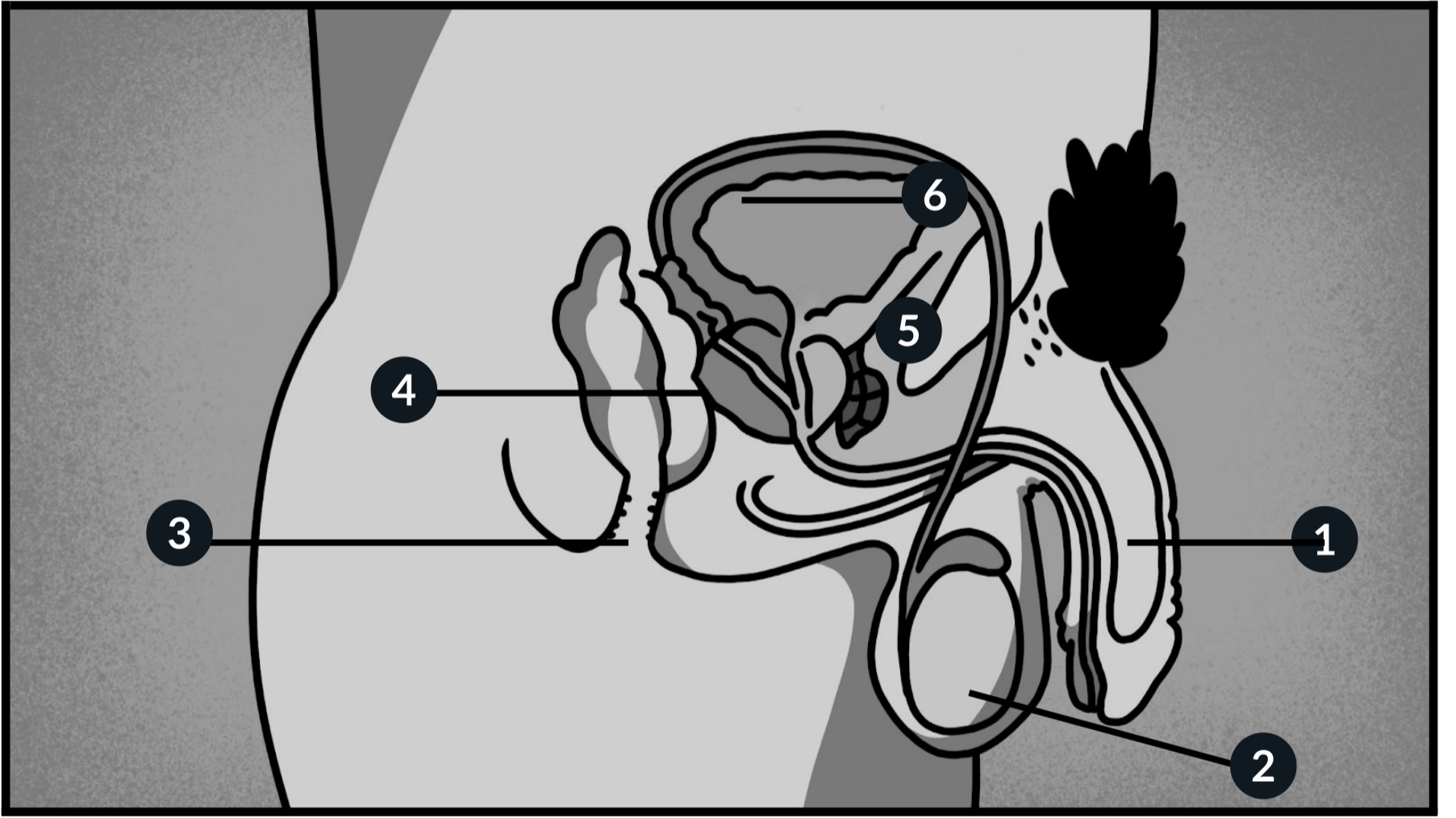
1. Vulva, klitorisin, üretra açıklığının yani idrar deliğinin, vajinal açıklığın, dış ve iç dudakların bulunduğu organın tamamına denir. Vulva, dış cinsel yapının bir parçasıdır; yani vücudun dışından görülebilen organ ve özelliklerini kapsar.
2. Dış dudaklar, vulvaya dahil olan organların dışında, vulvanın iki yanında ve en dışta olan kısımdır. Üzerinde kıllar çıkar ve sinir uçlarıyla doludur.
3. İç dudaklar, dış dudaklardan daha iç kısımda bulunan ve yine çevrelediği organları koruyan ve sinir uçları içeren deri kıvrımlarıdır. Bu kısımda kılınma olmaz. Bazen dış dudaklardan daha uzun ya da geniş olabilir.
4. Vajinal açıklık, vücudun içinde olan vajinal kanalın, dış yapı olan vulvaya doğru açılan kısımdır.
5. Üretra, yani idrar deliği, idrarın yani gişin vücuttan dışarı çıkmasına yarayan bir açıklıktır.
6. Klitoris, vulvanın üst kısmında bulunan, görünen kısmı genellikle küçük parmağın başı kadar olan, büyük kısmı ise dışarıdan görünmeyen bir organdır. Vücuttaki tek işlevi cinsel haz sağlamaktır.

18 yaşından büyük olduğumu beyan ediyorum. Yasal uyarı metnini okumak için [tıkla](#).

Tüm hakları tabukamu'ya aittir.

Penis ve Testisler

Penis ve testislerin anatomisini ne kadar iyi tanıyorsun? Aşağıdaki görselde altı sayı var. Her sayıya uygun bir kelime düşüyor. Bunlardan kaç tanesini biliyorsun? Eğer anatomi videosunu izlemeden dolduruyorsan, videoyu izledikten sonra cevaplarını kontrol etmeyi unutma! Sayfanın altında cevapları bulabilirsin.



1. Penis, bazı insanlarda bacakların vücutla birleştiği yerin arasında bulunan ve dışarıdan görülebilen bir cinsel organdır. Penis, etrafındaki diğer doku ve organlarla birlikte idrar, sperm, ön sıvı gibi vücut sıvılarının taşınmasını ve vücuttan dışarı çıkarılmasını sağlar; uyarılması durumunda cinsel haz verebilir. Aynı zamanda üreme ile de ilişkilidir.
2. Testisler, skrotum ya da testis torbası adı verilen bir kesesi içinde ve penisin altında bulunan yumurta şeklindeki organlardır. Testisler üreme sisteminin bir parçasıdır ve ergenlik döneminden itibaren sperm üretmeye ve testosteron hormonu salgılamaya başlarlar.
3. Anüs sindirim sisteminin son bölümü olan ve dışkıyı vücuttan atılmasını sağlayan yapıdır.
4. Prostat sperm hareket edebilmesini sağlayan sıvıyı üretir. İdrar yolunun başlangıcında bulunan prostat bezi yaklaşık cevizi büyüklüğündedir. Hassas bir bölgedir. Uyarıldığında haz verebilir.
5. Sperm kanalları sperm hücrelerinin taşınması, depolanması, olgunlaşması ve üretradan (idrar yolu) geçerek vücuttan dışarı çıkmasını sağlayan bütün organ ve dokulardır.
6. Üretra, yani idrar deliği, idrarın vücuttan dışarı çıkmasına yarayan bir açıklıktır.

18 yaşından büyük olduğumu beyan ediyorum. Yasal uyarı metnini okumak için [tıkla](#).

Tüm hakları tabukamu'ya aittir.

Beden algısı günlüğü

Aşağıda beden algın hakkındaki düşüncelerini ve duygularını keşfetmek ve bunları sorgulamak için yazılmış bazı sorular bulacaksın. Bu soruları istersen zihninde cevaplayabilir veya bir günlük niyetinde yazıya dökümlersin. Kendine en az 10-15 dakika ayırarak bu sorular üzerine kafa yormanı tavsiye ederiz.

- Şimdiye kadar bedenle ilişkin nasıl?
- Bedenle olan ilişkide belli dönemlerde değişimler meydana geldi mi?
- Bedenle ilgili en çok takdir ettiğin beş şeyi listelesen bunlar ne olurdu? Neden?

Takdir ettiğim şey	Neden
Örnek: Kalın kaşlarım	Çok sevdiğim halamın kaşlarına benzedikleri için
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Bedeninde rahat hissetmediğin zamanlarla kendinle nasıl konuşuyorsun? Aynı rahatsızlıkları arkadaşların yaşadığında onlara nasıl destek oluyorsun? Bu iki soruya verdiğin cevaplar arasında farklılıklar var mı? Varsa sence bu neden olabilir?

Modül 2 | Aktivite 3

Beden algısı günlüğü - devamı

Kendini iyi hissetmediğin günlerde bile vücuduna iyi bakabilmek için yapabileceğin üç şeyi listelesen bunlar neler olur?

1.
2.
3.

Medyadan ve çevrenden bedenine dair duyduğun ama kendin inanmadığın bazı mesajlar neler?

Vücuduna senin için yaptığı her şey için minnettarlığını ifade eden bir mektup yazsan neler söylerdin?
