



EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN FÍSICA

EDUCACIÓN FÍSICA



1. Qué nos dice el currículo

La intención coeducativa está, de forma explícita, muy presente en el área de Educación Física, apareciendo en todos los apartados curriculares. En la introducción se afirma que la Educación Física pretende dar respuesta “a aquellas necesidades, individuales y colectivas, que conduzcan al bienestar personal y a promover una vida saludable, lejos de estereotipos y discriminaciones de cualquier tipo”. Asimismo, se llama la atención sobre la importancia de sentirse bien con el propio cuerpo y de su relación con la autoestima. También se resaltan los valores que se pueden trabajar en las relaciones interpersonales generadas alrededor de la actividad física, en la medida en que favorecen el establecimiento de relaciones constructivas; y cómo se puede potenciar el lenguaje corporal para transmitir sentimientos y emociones que humanicen el contacto personal y contribuyan a una educación para la igualdad.

En el apartado en el que se señalan las contribuciones del área al desarrollo de competencias básicas, cabe destacar que se menciona tanto que la práctica de diferentes juegos y danzas contribuye al conocimiento de nuestra riqueza cultural, como el porqué de los diferentes papeles que hombres y mujeres han tenido en esas actividades. Asimismo, se propone una “valoración crítica de los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo de mujeres y hombres que, procedentes de los medios de información y comunicación, puedan dañar la propia imagen corporal” y la preferencia por un uso del lenguaje no sexista ni discriminatorio.

Es muy significativo, en relación con una educación para la igualdad, el siguiente párrafo que aparece en las orientaciones metodológicas:

- “La influencia social de estereotipos referidos a la actividad física juega un papel en contra de las pretensiones de una educación para la igualdad de oportunidades para ambos sexos. Una adecuada estrategia de agrupamientos, de selección de juegos, de reparto de responsabilidades, un tratamiento de la información relacionada con el cuerpo, la salud y el deporte exenta de prejuicios, la creación de expectativas y refuerzos positivos para niños y niñas son elementos necesarios para la ruptura de estereotipos desde una perspectiva coeducadora”.

Respecto a los objetivos, destacamos el 4 y el 7, que proponen:

- “Actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas, independientemente del sexo”.
- “Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales”.

En cuanto a los contenidos, señalamos las referencias más explícitas en cada uno de los bloques:

En el bloque 1, *El cuerpo, imagen y percepción*:

- “Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente y analizando los estereotipos sexistas inherentes a ese modelo.”

En el bloque 2, *Habilidades motrices*:

- “Disposición favorable a participar en actividades diversas en condiciones de igualdad, aceptando las diferencias en el nivel de habilidad”.

En el bloque 3, *Actividades físicas artístico-expresivas*:

- “Participación y respeto ante situaciones que supongan comunicación corporal. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse, alejándose de estereotipos sexistas.”

En el bloque 4, *Actividad física y salud*:

- “Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud y como alternativa a los hábitos nocivos para la misma. Ruptura de estereotipos referidos a la actividad física”.

En el bloque 5, *Juegos y actividades deportivas*:

- “Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio en el que prime la educación en igualdad”.
- “Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio, tanto para niñas como para niños”.

2. Algunas orientaciones para las actividades

En esta área los contenidos que hemos trabajado son muy similares a los bloques curriculares: nuestro cuerpo, hábitos saludables, juegos y actividades artístico-expresivas y deportivas. A continuación exponemos algunas ideas que subyacen a las actividades planteadas y cuya lectura previa puede ser de utilidad para su puesta en práctica.

La autoestima y la autonomía personal

La autonomía y la autoestima pueden mejorar a medida que lo hace nuestra motricidad. Pero, para mejorar ésta, hemos de lograr primero la participación, el interés por hacer y por romper miedos e incompetencias aprendidas, prestando especial atención a las diferencias de género existentes. Para ello parece conveniente trabajar en contextos cooperativos, donde destaque el progreso en las actividades y no quién es mejor. Todas las personas participantes apor-

tan algo al grupo para poder alcanzar el objetivo propuesto: las más capaces progresan en su aprendizaje empleando lo que saben para beneficiar al resto; las personas con más dificultades reciben ayuda, refuerzan sus logros y hacen otras aportaciones al grupo.

Desde esta perspectiva, planteamos, por ejemplo, las habilidades gimnásticas y acrobáticas. Trabajándolas desde edades tempranas y de forma progresiva, lograremos que el alumnado disfrute de la ejecución de este tipo de destrezas —que además le servirán de base para otros juegos y deportes—; interiorice la importancia de la cooperación y el apoyo mutuo; y, sobre todo, aumente su confianza y autoestima, su autonomía e iniciativa personal. Además, implican un contacto físico entre el alumnado bastante intenso (que habrá de ser progresivo), lo cual nos interesa para romper miedos y barreras y contribuir a una buena relación con el propio cuerpo y con el de las demás personas.

Por otro lado, una de las mejores formas de cuidarnos unas personas a otras es expresarnos afecto, decirnos cosas que nos gusten, características positivas, etc. Sin embargo, se trata de algo que nos cuesta hacer: habitualmente no nos decimos cosas positivas, no escuchamos con atención lo que sentimos, no nos permitimos cosas que nos hacen sentir bien, etc. Se trata de un aprendizaje que podemos desarrollar en muchos momentos de la práctica de la actividad física, ya sea a través de actividades específicas, ya a través de trabajar la expresión de los afectos, el refuerzo positivo, el cuidado mutuo, etc.

Constituirnos como personas autónomas pasa por ser capaces de cuidarnos y de cuidar a otras personas. Así, el trabajo de cuidados¹ ha de estar presente en el aula, tanto de forma implícita como de forma explícita, pues, a través de fomentar la ayuda, la empatía, el cuidado mutuo, etc., estamos aprendiendo a ser corresponsables. ¡Cuídate y cuida!

En el aula: el espacio, los grupos y los materiales

El espacio es uno de los principales factores de desigualdad presentes en las aulas de Educación Física (y también en los patios en el momento del recreo). Una simple observación nos permitirá ver cómo los chicos tienden a ocupar las zonas principales y más amplias y las chicas las zonas más apartadas, condicionando así su actividad. ¿Qué estrategias podemos llevar a cabo para una distribución más equitativa? Además de la limitación de espacios en los juegos y actividades, será importante la reflexión al respecto.

Es frecuente encontrar en las aulas de Educación Física la discriminación por sexo (y nivel de ejecución) a la hora de hacer agrupamientos, así como cierto rechazo al contacto físico. Sin embargo, si se trabaja desde edades tempranas, no suele haber problemas para hacer agrupamientos mixtos o para que unos y otras se toquen. Si ese conflicto ya existe, la maestra o el maestro tendrá que plantear un cambio progresivo y dirigido (partir de agrupamientos por afinidad, utilizar objetos, hacer agrupamientos aleatorios, etc.). En este sentido, el desarrollo de actividades cooperativas y el refuerzo de actitudes de apoyo y ayuda, pueden contribuir

¹Ver introducción al área de Conocimiento del Medio.

a generar otras formas de relación más igualitarias y solidarias. También habrá que vigilar las actitudes y comportamientos agresivos.

El material también se ha etiquetado tradicionalmente como masculino y femenino. Así, materiales como los balones deportivos suelen identificarse con los chicos, mientras que las cuerdas, los aros y las cintas, se relacionan con las chicas. Estos últimos incluso a veces provocan rechazo en los alumnos, mientras que los primeros suelen ser “acaparados” por ellos. Para evitar esto puede utilizarse gran variedad de material, tanto de un tipo como de otro, para que todo el mundo experimente sobre sus posibilidades motrices; sería interesante usar o construir materiales alternativos menos estereotipados; estimular la creatividad; romper con los usos cotidianos del material, etc.

El papel del profesorado: el lenguaje, la observación y la reflexión

Hemos de prestar especial atención en el aula al uso de un lenguaje no sexista. No solo hemos de nombrar a alumnos y alumnas, sino cuestionarnos términos y expresiones comunes que generan desigualdad, asociando valores y atributos considerados masculinos a unos (referencias a la fuerza, a la valentía, a la no expresión de sentimientos, etc.) y femeninos a otras (referencias a la delicadeza, la dulzura, la fragilidad, diminutivos o apelativos al aspecto físico).

Antes de cada sesión, el profesorado ha de prever las exigencias y situaciones posibles que provocará cada actividad, así como las reacciones, necesidades y problemas que pueden presentarse. El conocimiento de cada niña o niño, permitirá afinar observaciones y refuerzos durante el transcurso de las actividades. En este sentido, es muy importante la implicación afectiva del propio profesorado: reconocer, animar, ayudar, etc. Pero también las reflexiones y las puestas en común colectivas de los aprendizajes, los problemas a resolver y las situaciones conflictivas.

Las actividades tradicionalmente femeninas

Históricamente, hasta la inclusión en el currículo de la expresión corporal como un contenido más, las actividades físicas consideradas “femeninas” han estado bastante alejadas de la Educación Física. Y, en la actualidad, todavía la práctica tiende muchas veces a concretarse en un modelo androcéntrico en el que predominan las actividades competitivas encaminadas, sobre todo, a la práctica deportiva. ¿A quiénes privilegian estas prácticas y a quiénes dejan fuera? En este sentido, creemos que es importante:

- Prestar atención a los deseos e inquietudes de las chicas
- Incluir actividades en las que ellas se sientan hábiles y reconocidas (la comba, por ejemplo).
- Trabajar el posible rechazo que estos contenidos pueden generar en los chicos (normalmente, son las chicas las que se incorporan a las actividades físicas y deportes “masculinos”).

Introducción

- No reproducir estereotipos en la elección de modelos (por ejemplo, ellos-modelos de fuerza y ellas-modelos de flexibilidad)
- Dar la misma importancia a las actividades físicas que practiquen unas y otros.

Las mujeres y la actividad física y el deporte

En los últimos años, la presencia femenina en el deporte ha tenido un incremento notable, aunque aún no podemos considerar que hayamos alcanzado una participación equitativa. Esta presencia de las mujeres en los deportes, sin embargo, no se refleja apenas en los medios de comunicación; sus méritos y triunfos carecen de interés, no son noticia. Los ídolos deportivos siguen siendo en su mayoría hombres, que tienen un importante papel como modelos de referencia para el alumnado. En este sentido, es necesario tanto reflexionar críticamente sobre esta situación, como promover la existencia de referentes femeninos, con el propósito de contribuir a una participación más igualitaria de hombres y mujeres en actividades físicas y deportivas.

No podemos dejar de preocuparnos por el abandono de la práctica de actividad física por parte de chicas y mujeres. ¿Por qué se produce? Porque sus intereses se enfocan más a las relaciones sociales, porque las actividades ofertadas no les interesan, por influencia del grupo de iguales, por decisiones familiares, porque no tienen hábitos consolidados de práctica... En este sentido, será importante conocer las actividades físicas más gratificantes para las alumnas, ponerlas en práctica en el aula y fomentar que puedan realizarlas en su tiempo libre, implicando al centro y a las familias (recreos, espacios en el patio, actividades extraescolares, AMPA, etc.). Pero también hemos de prestar atención a las formas de realizar deporte de hombres y mujeres, pues hay otras diferencias:

- Las actividades más practicadas por las mujeres son la natación recreativa, aeróbic, gimnasia rítmica, expresión corporal y gimnasia de mantenimiento; también hay que destacar que muchas mujeres dicen caminar habitualmente. Los hombres prefieren el fútbol, el ciclismo recreativo y la natación recreativa.
- Ellos se inclinan más por deportes de equipo y la competición; ellas por actividades individuales y relacionadas con la estética y la salud, muy pocas participan en ligas y solo un 18% de las licencias deportivas corresponden a mujeres.
- La práctica de ellos se relaciona con la diversión y el placer, la de ellas con la salud y la estética, aunque estas son razones que cada vez les importan más a los hombres.

Una propuesta interesante en este sentido es trabajar con historias de vida, tanto del alumnado, como del profesorado e incluso de las familias: ¿cuáles han sido nuestras experiencias con la actividad física a lo largo de nuestra vida?, ¿qué factores han influido para tener la práctica que tenemos en la actualidad?

3. Para ampliar

- ALONSO RUEDA, J.A. (2007): Coeducación y educación física. *Sumuntán*, núm. 24, pp. 165-179. Disponible en: <http://www.cismamagina.es/pdf/24-09.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- VV.AA. (2009): *Plan integral para la actividad física y el deporte. Igualdad efectiva entre mujeres y hombres*. Consejo Superior de Deportes.
- GARCÍA MONGE, A. y MARTÍNEZ ÁLVAREZ, L. (2000): Desmadejando la trama de género en educación física desde escenas de práctica escolar. *Tabanque*, núm. 15. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=127611> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- RUIZ PÉREZ, L.M. (2000): Aprender a ser incompetente en educación física: un enfoque psicosocial. *Apunts*, núm. 60, pp. 20-25.
- VELÁZQUEZ CALLADO, C. (2002): Hacia la coeducación física. Una propuesta basada en la cooperación. *El Clarión*, núm. 6. Disponible en: <http://educacionfisicacooperativa.org/> [fecha de acceso: 01/09/2010].



Habilidades gimnásticas y acrobáticas



OBJETIVOS

- Experimentar y realizar posturas y movimientos corporales diferentes mejorando la percepción del esquema corporal, la coordinación, las habilidades motrices básicas, el equilibrio, la fuerza, la creatividad, etc.
- Desarrollar actitudes de confianza, apoyo mutuo y cooperación sin discriminar por razón de sexo, nivel de habilidad, etc.
- Aumentar la confianza en nuestras posibilidades, la autoestima y la autonomía personal.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo en parejas y/o en pequeños grupos.
- Juegos motrices cooperativos.

MATERIALES Y RECURSOS

- Material disponible en el centro para la clase de Educación Física.
- Fichas elaboradas por el profesorado para explicar los ejercicios.
- Fichas de *Habilidades gimnásticas y acrobáticas*.
- Música, si se desea utilizar.

DESARROLLO

Para la organización de las diferentes sesiones que le dediquemos a las habilidades gimnásticas y acrobáticas habremos de tener en cuenta:

- Los materiales de los que disponemos. Podemos utilizar: espalderas, bancos, colchonetas, escalera horizontal, cuerdas, sillas, potro, aros, plinto, mini-tramp, etc.
- La progresión en función de la motivación del alumnado (no solo de sus capacidades). En este sentido, serán de gran importancia las denominadas formas jugadas y el acrosport, por su componente lúdico, cooperativo y de superación.
- El aprendizaje por indagación, buscando la máxima actividad motriz y no solo la ejecución técnica. Es decir, propondremos tareas sin determinar de qué forma han de resolverse, admitiendo diversas soluciones a los problemas. Todas las ejecuciones serán un éxito y lo importante será la actitud, la participación y la imaginación. Eso sí, en los momentos iniciales, para buscar la seguridad en la ejecución y minimizar el riesgo de lesión, habrá que

utilizar estilos de aprendizaje tales como la instrucción directa y la asignación de tareas (es necesario dar normas —pocas y claras— que faciliten la auto y heteroprotección) para, progresivamente, dar paso a estilos más participativos y creativos.

- Las ayudas que vamos a proponer, pues son uno de los componentes más interesantes de este tipo de actividades al implicar la colaboración entre el alumnado, el cuidado, el pensar en las demás personas y el control y la conciencia de los movimientos.

Como estructura básica de las diferentes sesiones planteamos la siguiente:

Momento de encuentro: Comenzaremos la sesión con unos minutos dedicados a “encontrarnos”, a compartir. Aprovecharemos para poner en común lo que vamos a hacer después, resolver dudas, mostrar cómo nos sentimos, etc. También nos organizaremos para la siguiente parte de la sesión (colocando el material si es necesario, realizando agrupamientos, etc.).

Momento de actividad motriz: Aunque, según vayamos avanzando, podamos dedicarnos a mejoras técnicas en ejercicios acrobáticos específicos, sobre todo nos interesan como contenidos las llamadas formas jugadas y las preacrobacias, así como el acrosport. En todos los casos formaremos grupos (parejas, tríos, cuartetos, quintetos, etc.) y en los dos primeros es recomendable un trabajo por estaciones. Tendremos en cuenta la progresión necesaria para preparar el cuerpo para un ejercicio intenso. También es conveniente utilizar fichas elaboradas por el profesorado con dibujos sobre los ejercicios a realizar, incluyendo las ayudas que sean necesarias y la progresión adecuada.

Las formas jugadas pretenden introducir al alumnado en situaciones variadas desde el punto de vista motriz que sirvan de preparación para habilidades que se aprenderán más adelante; pero también aumentar la motivación del grupo al ser tareas divertidas y con un bajo nivel de dificultad.

Son formas jugadas las que podemos ver en los dibujos, que incluyen saltos, transportes, equilibrios, volteos, etc. Encontraremos múltiples propuestas en el libro citado como fuente.



DESARROLLO



Las **preacrobacias** serían tareas motrices preparatorias a habilidades acrobáticas más específicas. Por ejemplo, antes de hacer el pino será necesario que el alumnado se acostumbre a la posición invertida y que realice distintos tipos de cuadrupedia (cada vez más alta, con ayuda-sin ayuda, etc.). Preferiremos el trabajo grupal, fomentando así la cooperación y asegurando la participación de toda la clase.

Son preacrobacias las que podemos ver en los dibujos, que en este caso nos muestran volteos y equilibrios. Encontraremos múltiples propuestas en el libro citado como fuente.





y los participantes, “en forma de reto colectivo”, realizan unas habilidades motrices específicas. Será muy importante prestar atención a cómo se van a formar los grupos y qué roles va a desempeñar cada cual.

Momento de despedida: Esta parte es la que más se suele descuidar y es muy importante. El alumnado debe volver a la calma. Además nos interesa hacer un repaso de todo lo que se ha hecho en la sesión para resolver dudas, llamar la atención sobre aspectos a trabajar y tomar conciencia de lo aprendido con el propósito de mejorar. Podemos proponer ejercicios de respiración, relajación y flexibilidad, pero también haremos una breve puesta en común. Para finalizar la sesión es interesante que el alumnado se responsabilice de la colocación del material utilizado.

ALGUNAS IDEAS

- Este tipo de actividades, en las que tiene cierta importancia la fuerza, tradicionalmente han sido más difíciles para las chicas. Sin embargo, en edades tempranas no existe apenas diferencia en esta cualidad entre chicas y chicos; no es la falta de fuerza la que hace que las chicas sean más reticentes a estas prácticas, sino el miedo aprendido. Si desde los primeros cursos trabajamos estas habilidades no existirá ese miedo y sí contribuiremos a que ellas mejoren su autoestima.
- Habrá que tener en cuenta los modelos que proponemos en el aula para no caer en estereotipos. Por ejemplo, que las chicas sean modelos de fuerza y los chicos de coordinación o equilibrio y no siempre al contrario.
- Para una práctica saludable es muy importante tener en cuenta ciertas normas que favorezcan la seguridad y minimicen el riesgo de sufrir una lesión. Más información en el artículo citado de León Prados.
- La música puede ser un elemento más en este tipo de sesiones que favorezca la creatividad y la expresión corporal.
- En Internet hay multitud de imágenes y fotografías con propuestas de figuras de acrosport.

ALGUNAS IDEAS

- Puede animarse al alumnado a realizar una búsqueda en pequeños grupos de “sus propios retos colectivos”.
- Un elemento motivador para el alumnado es realizar fotografías de las acrobacias y figuras realizadas en el aula.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- BROZAS POLO, M.P. y VICENTE PEDRAZ, M. (1999): *Actividades acrobáticas grupales y creatividad*. Gymnos.
- ESTAPÉ TOUS, E.; LÓPEZ MOYA, M.; GRANDE RODRÍGUEZ, I. (1999): *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo: el placer de aprender*. INDE.
- INVERNÓ, J. (2003): *Circo y Educación Física: otra forma de aprender*. INDE.
- LEÓN PRADOS, J.A. (2004): Seguridad e higiene en la práctica saludable del acrosport. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, núm. 16, pp. 276-285. Disponible en: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista16/artseguridad.htm> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- VIEDMA, J.M. (2005): *Juegos y deportes: Acrosport*. Wanceulen.

Acrobacias por parejas



Acrobacias por tríos



Acrobacias por cuartetos





¿Qué es para ti la belleza?



OBJETIVOS

- Investigar y compartir qué significa la idea de belleza ligada a lo corporal.
- Aprender a reconocer, expresar y compartir sentimientos.
- Favorecer la aceptación de la propia realidad corporal y la de las demás personas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Relajación y trabajo individual de expresión escrita.
- Trabajo en pequeños grupos de expresión corporal.
- Puesta en común.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Material disponible en el centro para la clase de Educación Física.
- Música para la relajación y para los montajes del alumnado.
- Ficha *¿Qué es para ti la belleza?*

DESARROLLO

En primer lugar, pediremos a niñas y niños que se tumben cómodamente en el suelo con un papel y un lápiz al lado. Brevemente, explicaremos que vamos a hacer una relajación y que después intentaremos poner por escrito lo que hayamos vivido. Pondremos una música suave de fondo y les diremos que se tumben boca arriba con los ojos cerrados, las piernas ligeramente abiertas y los brazos a lo largo del cuerpo, con las palmas de las manos hacia arriba. Cada persona ha de tener espacio suficiente para no molestarse en ningún momento. Podemos hacer la relajación de la cabeza a los pies o viceversa, aunque suele ser más sencillo comenzar relajando la cara.

Una vez hayamos relajado nuestros cuerpos, les pediremos que se fijen en su respiración, en el leve movimiento de su barriga y que se imaginen en un sitio que sea especial, que les guste mucho. Podemos aprovechar entonces para leerles un poema u otro texto que les envuelva y les sugiera buenas sensaciones (ver propuesta en la ficha). Después les diremos que

DESARROLLO

vamos a proponerles varias palabras para ver qué les sugieren. Las palabras serán las siguientes: belleza, cuerpo, agradable. Las diremos en voz alta y suave, de una en una, dejando tiempo entre cada una de ellas. Entonces propondremos que vayan haciendo la respiración más profunda y se levanten a su ritmo, en silencio, sin desconcentrarse ni perder las sensaciones que hayan vivido en la relajación; y que utilicen el papel y el lápiz para escribir algo relacionado con lo que han sentido. Puede ser un cuento breve, un poema o simplemente frases inconexas, pero que refleje lo que han vivido. Es importante hacer hincapié en este momento en respetarse y en guardar silencio. Si es necesario, se recordarán las palabras.

Una vez haya terminado todo el grupo de escribir, nos sentaremos en círculo y leeremos los textos uno por uno. Cada alumna y alumno se pondrá de pie para leer su texto. El resto se levantará cuando se sienta identificado, tantas veces como lo considere oportuno.

A continuación, en pequeños grupos, elegirán algunos de los textos escritos y prepararán un pequeño montaje de expresión corporal. Podrán contar para ello, con materiales del aula, con música... Al finalizar esta primera sesión tendremos formados los grupos y elegidos los textos.

Posteriormente, tras los ensayos correspondientes, una sesión se dedicará a la muestra de los trabajos realizados. Pueden mostrarse de uno en uno y, una vez vistos, pedir al resto de la clase que les ponga título, que comente lo que ha visto, que pregunte al grupo si no ha entendido algo, etc. Después puede hacerse una puesta en común para comentar cómo se han sentido durante los distintos momentos de la actividad; y si han surgido ideas parecidas o muy diferentes sobre la belleza, el cuerpo y lo que nos parece agradable. También puede aprovecharse para tratar temas de interés, tales como conflictos, estereotipos, etc.

ALGUNAS IDEAS

- El texto que utilicemos en la relajación puede dársele al alumnado como un regalo al finalizar la primera sesión.
- En función de las diferentes ideas que surjan en torno a la belleza, el cuerpo y lo que nos resulta agradable, así como del momento y la composición de la clase, podremos tener un papel más o menos activo en la formación de los grupos y la elección de los textos para los montajes. Por ejemplo, si surge alguna experiencia negativa en los textos, puede ser interesante trabajarla o, por el contrario, tenerla en cuenta como información, pero intentar que no sea elegida porque puede resultar demasiado dura para algunas personas.
- En esta actividad intentamos trabajar contenidos considerados tradicionalmente "femeninos". Así, la expresión corporal y la expresión de sentimientos en general pueden resultar contenidos conflictivos para los chicos (aunque las chicas también pueden sentirse incómodas). En este sentido, con ellos en particular y con la clase en general, habrá que hacer hincapié en tomarse la actividad en serio y tener respeto. En cualquier caso, el clima de

ALGUNAS IDEAS

confianza y respeto necesario para la relajación y la libre expresión, dependerá de si suelen realizarse este tipo de tareas. Si no es así, es normal que exista cierta vergüenza que se libere en forma de bromas y risas, que se irán calmando si no se les da importancia.

- Partimos de la idea de que el alumnado de educación primaria tiene menos asumidos los estereotipos y modelos dominantes de belleza corporal, por lo que sería más sencillo, en teoría, que los cuestionasen. Es deseable potenciar y reforzar ideas tales como la belleza interior; la belleza unida a lo que nos resulta agradable, la belleza de las personas "reales", etc.
- Si surgen diferencias relevantes entre chicos y chicas, puede ser un aspecto a debatir en el grupo. ¿Tenemos diferentes ideas y vivencias de lo que es bello? ¿Por qué?

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- RUIBAL PLANA, O. y SERRANO FARUS, A. (2004): *Respira unos minutos: ejercicios sencillos de relajación*. INDE.

Dos palabras

Esta noche al oído me
has dicho dos palabras
comunes. Dos palabras cansadas
de ser dichas. Palabras
que de viejas son nuevas.
Dos palabras tan dulces,
que la luna que andaba
filtrando entre las ramas
se detuvo en mi boca.
Tan dulces dos palabras
que una hormiga pasea
por mi cuello y no intento
moverme para echarla.
Tan dulces dos palabras
que digo sin quererlo
¡Oh! Qué bella, la vida.
Tan dulces y tan mansas
que aceites olorosos
sobre el cuerpo derraman.
Tan dulces y tan bellas
que nerviosos mis dedos,
se mueven hacia el cielo
imitando tijeras.
Oh, mis dedos quisieran
cortar estrellas.

Alfonsina Storni



OBJETIVOS

- Visibilizar y valorar la participación de las mujeres en actividades físicas y deportivas, analizando cómo es esa participación y su representación en los medios de comunicación.
- Proporcionar modelos de referencia de mujeres deportistas que motiven al alumnado — especialmente a las alumnas— a participar y practicar actividades físicas y deportivas de manera regular y continuada a lo largo de toda la vida.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Lluvia de ideas y reflexión individual o en pequeños grupos.
- Puesta en común.
- Investigación en parejas y exposición en el aula.
- Trabajo en pequeños grupos y exposición en el centro educativo.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Todos los que aporte el alumnado.
- Fichas *En portada*.

DESARROLLO

En un primer momento, plantearemos una lluvia de ideas preguntando a la clase: ¿qué deportistas os gustan más? Tras dar unos minutos para que cada persona piense sus respuestas individualmente, iremos apuntándolas en el encerado. Es muy importante cuidar el lenguaje para no condicionar las respuestas. Si aparecen pocas mujeres deportistas, podremos plantear a la clase una reflexión sobre el tema. Para ello se puede utilizar la ficha 1, pidiendo que dedique unos minutos a pensar y responder a las preguntas. La reflexión puede hacerse de forma individual o en pequeños grupos. A continuación se hará una puesta en común, en la que podemos aportar algún dato (ver *Algunas ideas*) sobre la participación de las mujeres en el deporte y la actividad física. La idea es que se motive a niños y niñas para que quieran saber más: ¿por qué las mujeres practican menos deporte y actividad física que los hombres?, ¿por qué, cuando la practican, es menos visible y apenas sale en los medios de comunicación? Se propondrá entonces llevar a cabo una investigación sobre este tema en parejas.

DESARROLLO

Unas parejas pueden dedicarse a investigar por qué las mujeres practican menos actividad física y deporte que los hombres y otras a cómo aparecen las mujeres deportistas en los medios de comunicación. Cada pareja podrá elegir qué le interesa más trabajar, procurando que los dos temas se toquen. El profesorado puede dar algunas ideas para la elaboración de los trabajos, tales como las siguientes:

- Preguntar a nuestras familiares, a nuestras amigas, etc., si practican actividad física o no, o cuándo dejaron de practicarla, por qué motivos, si les gustaban algunos deportes y otros no, por qué, etc. También podemos investigar qué opinan de este tema los chicos (pueden utilizar la ficha 2 para recoger la información).
- Recopilar información sobre deportistas de actualidad revisando las secciones de deportes de los periódicos y revistas (interesante analizar el espacio que le dedican al deporte las revistas consideradas masculinas y las femeninas), apuntando lo que sale en un telediario, etc. Será interesante recoger la información que aparece de deportistas hombres y de deportistas mujeres para compararla: ¿se habla igual de unos y de otras?, ¿ocupan el mismo espacio o el mismo tiempo?, ¿en las fotos o imágenes aparecen igual?, ¿salen practicando los mismos deportes?, etc. (en la ficha 3 aparece una propuesta de análisis).

En ambos casos, además de exponer la información recogida y de explicar cómo la han obtenido, las parejas habrán de dar su propia opinión al respecto, es decir, elaborar una conclusión.

La segunda parte de la actividad se centrará en visibilizar a las deportistas. El alumnado decidirá qué trabajos pueden realizar en esta línea o plantear una idea concreta común a desarrollar en pequeños grupos: la elaboración de una portada o noticia de un periódico, revista o página web, en la que se destaquen los logros deportivos de una mujer o de un equipo femenino, que puedan exponer en algún lugar visible del centro educativo. Hay múltiples opciones: que cada grupo escoja una deportista en la que centrarse; que cada grupo escoja un deporte e investigar sobre las mujeres que hayan destacado en el mismo; buscar a mujeres deportistas de la localidad; entrevistar a alumnas del centro o mujeres de sus familias que practiquen algún deporte —especialmente deportes tradicionalmente no femeninos—, etc.

ALGUNAS IDEAS

- A partir de la lluvia de ideas inicial, el trabajo que se propone puede centrarse en general en modelos deportivos diferentes, incluyendo a hombres y mujeres. Por ejemplo, puede investigarse sobre: deportes menos reconocidos socialmente porque no aparecen en los medios de comunicación; deportes en los que existan menos diferencias entre sexos (por ejemplo, en la escalada deportiva); mujeres en deportes tradicionalmente masculinos (fútbol, boxeo, etc.) y hombres en deportes tradicionalmente femeninos (natación sincronizada, gimnasia rítmica, etc.).
- Según la Encuesta de Salud para Asturias 2008, solo un 22% de los hombres y un 8,7% de las mujeres practica ejercicio físico regularmente. Entre los 16 y los 29 años las cifras son las siguientes: el 49% de los chicos y el 17% de las chicas.

ALGUNAS IDEAS

- Se aconseja realizar la exposición de los trabajos en los pasillos de los vestuarios o en espacios de tránsito diario. En relación con esto, llamamos la atención sobre la idea propuesta de destacar a las propias alumnas del centro que practiquen algún deporte, pues es importante contar con referentes cercanos y realizar refuerzos positivos que motiven a las alumnas a practicar actividad física —o a no abandonar su práctica—. En función de la edad y características del grupo, podría trabajarse con revistas juveniles: ¿aparecen en ellas referencias al deporte o a la práctica de actividad física?, ¿qué actividades se recomiendan?, ¿qué modelos estéticos?, ¿qué consecuencias tiene para nuestra salud el intentar alcanzarlos?
- Recomendamos como lectura para el profesorado el artículo “Cuerpos socialmente deseables”, de Catherine Louveau (*Le Monde Diplomatique*, 2000). En él se expone cómo las prácticas deportivas son también territorios sexuados: las mujeres pueden ocupar determinados roles pero no otros. Así, las representaciones mayoritarias de mujeres deportistas se ajustan al modelo dominante de feminidad: deportes en los que destaque la gracia de los movimientos y figuras, donde se cuide la vestimenta y el maquillaje, en definitiva, donde predomine el cuerpo estético. Pocas veces aparecen representaciones de mujeres deportistas en pleno esfuerzo y cuántas han sido cuestionadas por ser “demasiado masculinas” si sus cuerpos se adaptaban a la práctica deportiva. Disponible en: <http://www.insumisos.com/diplo/NODE/2468.HTM> [fecha de acceso: 01/09/2010].

En portada

- ▶ Seguro que conoces a alguna mujer que haya destacado en algún deporte o actividad física, ¿sabes cómo se llama?, ¿y qué deporte practica o practicaba? Si conoces a más de una, mejor. Apunta sus nombres y deportes.

- ▶ ¿Esa deportista o deportistas han sido o son portada o noticia destacada en los diferentes medios de comunicación?, ¿por qué motivos?

- ▶ ¿Las mujeres que conoces (amigas, mujeres de tu familia, tus profes, etc.) practican algún deporte o actividad física regular?

Rellena la siguiente ficha con la información que recojas al preguntar a familiares, amistades, etc. Pregunta al menos a 4 personas (2 de cada sexo) y recoge las respuestas diferentes debajo de cada pregunta, ordenándolas únicamente por el sexo de la persona que responde.

RESPUESTAS DE CHICAS/MUJERES	RESPUESTAS DE CHICOS/HOMBRES
¿Qué deporte o actividad física practicas en la actualidad?	
¿Qué deporte o actividad física practicabas en el pasado y ahora ya no?	
¿Cuándo dejaste de practicar este deporte o actividad física?	
¿Por qué motivos dejaste de practicar este deporte o actividad física?	
¿Tanto si lo practicas como si no, cuáles son los deportes que más te gustan?	
¿Por qué?	
¿Cuáles son los deportes que menos te gustan?	
¿Por qué?	

De la información sobre deportistas que habéis recogido, vamos a fijarnos en:

DEPORTISTAS	Hombres	Mujeres
Nº de fotos o imágenes de		
Nº de noticias que hablan de		
TOTAL		

- ▶ ¿Quién aparece más en las noticias?

- ▶ ¿Por qué crees que ocurre eso?

- ▶ ¿Qué deportes hacen ellos?

- ▶ ¿Y ellas?

- ▶ ¿Aparecen mujeres en las noticias de portada o en titulares?, ¿y hombres?



Juegos para cuidarnos

Nivel



OBJETIVOS

- Comprender qué es la autoestima y qué cosas la afectan.
- Aumentar la autoestima y la autonomía personal.
- Valorar el cuidado personal y mutuo a través del juego.
- Expresar y recibir afecto de diferentes formas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Juegos grupales.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ovillo de lana.
- Pañuelos para vendar los ojos a toda la clase.
- Hojas, lápices y pinturas de colores.

DESARROLLO

Se proponen varios juegos:

Variante del juego *Un, dos, tres, palomita blanca* es: Una persona actuará como dinamizadora y se colocará de espaldas a cierta distancia del grupo, mientras el resto estará en una línea de salida imaginaria. Esa persona dirá la frase que da nombre al juego (momento en el que el resto del grupo aprovechará para avanzar) y se girará rápidamente al terminarla. Si ve a alguien en movimiento, le enviará a la línea de salida. Puede también pasearse entre el grupo, para mirar más de cerca y detectar pequeños movimientos. A continuación, vuelve a su posición de espaldas, repite la frase y el juego continúa... La variante que se propone es que la persona "pillada" en movimiento, antes de volver a la salida, ha de decir alguna característica positiva, algo que le guste, algo que se le dé bien, de la persona dinamizadora. Cuando alguien alcance a ésta, ocupará su lugar. El juego continúa tantas veces como se quiera.

El ovillo de lana: Podemos utilizar este juego para diferentes dinámicas pero, en este caso, nos interesa para hablar de nuestras propias cualidades personales. De pie, todo el grupo formará un círculo. El maestro o maestra será quien empiece. Se trata de decir: "Soy... (dice su nombre) y ofrezco al grupo... (una cualidad cualquiera)" e, inmediatamente después, sujetan-

do el hilo del ovillo, lanzará éste a otra persona que hará lo mismo. El hilo ha de quedar más o menos tenso, de forma que al terminar se haya formado una estrella de tantas puntas como participantes. Es importante tener en cuenta lo siguiente: no se puede lanzar el ovillo a las personas que tenemos inmediatamente a nuestra izquierda o derecha; ha de contestarse con agilidad, sin pararse a pensar demasiado —si alguien se queda “en blanco”, otras personas pueden ayudarle diciéndole una cualidad suya—. Puede hacerse algún comentario sobre la imagen de la estrella o red: cómo hace falta todo el mundo para que se mantenga (si alguien suelta, se deshace) y lo que simboliza (seguridad).

La rueda: Se harán dos grupos con igual número de personas en cada uno de ellos¹. El grupo 1 hará un círculo, agarrándose las manos y mirando hacia fuera. El grupo 2 hará lo mismo, rodeando al grupo 1 y mirando hacia dentro. Ambos grupos comenzarán a girar en el mismo sentido, como si fueran una rueda. El profesorado puede dar indicaciones para que la rueda gire más rápido, más despacio, muy muy rápido, a “cámara lenta” o cambie de sentido y, cuando lo considere oportuno, la hará parar (por ejemplo, con un “stop”). En ese momento las personas que hayan quedado una enfrente de la otra, tendrán que decirse o hacerse algo agradable. Por ejemplo, llamarle algo bonito, darle un abrazo o una caricia, cantarle una canción o recitarle un poema, hacerle reír con un chiste o una mueca, etc. Lo más fácil, para agilizar el juego, es que sea el profesorado quien vaya diciendo las acciones a realizar y qué grupo ha de comenzar. Después la rueda volverá a girar.

Masaje de manos: Para esta actividad hace falta relajarse y no tener miedo a permanecer un rato con los ojos vendados. El alumnado ha de vendarse los ojos y comprometerse a moverse muy lentamente y con cuidado, para evitar hacerse daño. La consigna será formar parejas. El profesorado puede ayudar acercando a unos y a otras. Una vez en parejas, habrán de buscarse las manos y comenzar a darse un masaje. Sin hablar, primero será una persona la que masajee y luego la otra. El profesorado puede marcar los tiempos. ¿Somos capaces de saber quién es nuestra pareja? Volvemos a caminar lentamente y a buscar otra pareja. De nuevo, nos daremos un masaje de manos mutuamente.

Si fuera... sería...: En grupos, sentados en círculo, una persona se pone en el centro, a ser posible, con los ojos vendados, para concentrarse mejor en lo que va a escuchar. Las otras deberán pensar en ella contestando por escrito las siguientes preguntas, sin pensarlo demasiado: “si fuera una fruta, sería...”; “si fuera un animal, sería...”; “si fuera un color, sería...”; “si fuera un deporte, sería...”; etc. Después se leerán todas en alto, explicando por qué nos ha sugerido eso. Cuando se haya terminado, se cambiará la persona que se pone en el centro, hasta que pase todo el grupo.

El juego de la autoestima: Comenzaremos explicando brevemente y de forma sencilla qué es la autoestima y qué cosas suelen afectarle. Por ejemplo, que nos enfademos con alguien de

¹Para hacer estos dos grupos se puede realizar alguna dinámica rápida que evite agrupamientos por afinidad, como que el alumnado se numere con el 1 y el 2 de forma consecutiva, de tal manera que los 1 formen un grupo y los 2 otro.

DESARROLLO

nuestra familia o que una persona nos critique. Después repartiremos una hoja de papel, explicándoles que esa hoja representa su autoestima.

Les leeremos ejemplos de cosas que pueden lastimar la autoestima y cada cual, en función de si eso nos afecta más o menos, arrancará un trozo de hoja más grande o más pequeño. Después haremos la tarea contraria, el profesorado leerá frases que refuerzan la autoestima y el alumnado irá volviendo a recomponer su hoja recogiendo los trozos anteriormente arrancados.

El número de frases negativas y positivas ha de ser el mismo. Después de esta actividad, podríamos hacer una puesta en común sobre qué afecta más o menos a nuestra autoestima y lo que podemos hacer para sentirnos bien. Para facilitar la puesta en común, podemos presentar visualmente los ejemplos positivos y negativos en dos listas o en una tabla.

Ejemplos de cosas que nos quitan la autoestima:

COSAS QUE NOS QUITAN LA AUTOESTIMA: Imagina que...
<i>Hayas tenido una pelea con tu mejor amigo/a.</i>
<i>Una profe haya criticado tu trabajo.</i>
<i>Una persona en la que confiabas ha revelado un secreto tuyo.</i>
<i>Tu pandilla no te ha llamado para hacer algo.</i>
<i>Alguien se burló de ti por la ropa que llevabas.</i>
<i>Te salió fatal un ejercicio de matemáticas.</i>

Ejemplos de cosas que nos suben la autoestima:

COSAS QUE NOS SUBEN LA AUTOESTIMA: Imagina que...
<i>Una compañera confió en ti para contarte algo íntimo o te pidió consejo.</i>
<i>Tu familia te da una agradable sorpresa.</i>
<i>Un profe te felicita por el trabajo.</i>
<i>Alguien te dice qué guapa o guapo estás hoy.</i>
<i>Recibiste una carta de un amigo.</i>
<i>Te sale muy bien un ejercicio.</i>

Para concluir la sesión y seguir con sensaciones agradables podemos:

- Darnos un abrazo grupal (si la actividad previa ha creado el clima apropiado; no forzar).
- Darnos un masaje en círculo (masajeamos la espalda o la cabeza de quien tengamos a nuestra derecha y luego a nuestra izquierda).
- Dibujar en una hoja en blanco el contorno de nuestra mano y escribir una palabra que refleje cómo nos hemos sentido. Después se la pasamos a la persona que tenemos a nuestra derecha quien, a su vez, escribirá una palabra o hará un pequeño dibujo con lo que ha supuesto para ella la sesión. Así, la hoja irá pasando hasta que volvamos a tener nuestra mano, ahora completada con un poco de los y las demás.
- Hacer una puesta en común para compartir cómo nos hemos sentido, qué nos ha gustado más y qué menos, etc.

ALGUNAS IDEAS

- En el juego *Si fuera... sería...* podrían salir palabras que asociemos a cosas negativas. Habrá que tener cuidado en este sentido y explicar al alumnado que es importante que no hagamos sentir mal a nadie. Todas las personas pasarán por el centro y queremos que sea una buena experiencia. Se trata de aprender más sobre nosotras mismas, sobre la imagen que proyectamos a los y las demás, así como saber decirle a alguien lo que pensamos sin herirle.
- En *El juego de la autoestima* puede que, una vez roto el folio en trozos, y después de la reflexión grupal, pensemos que el tamaño de estos no se corresponde con cómo nos afectan realmente las cosas que representan. En ese caso, cada alumna y alumno puede tener un tiempo para explicarse en la puesta en común. Puede completarse este juego pidiéndoles que, durante una semana, apunten cosas que afectan a su autoestima positiva y negativamente. Luego podrían compartirse en la sesión siguiente.
- Puede ser conveniente trabajar la resolución no violenta de conflictos.



Así me cuido, así no



OBJETIVOS

- Conocer e identificar hábitos saludables necesarios para la vida diaria.
- Favorecer la corresponsabilidad en las tareas de cuidado personal y mutuo.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo en parejas e individual con imágenes.
- Puesta en común.
- Elaboración colectiva de un dossier de consulta.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Fichas 1 y 2 *Así me cuido, así no*.
- Los acordados por el alumnado para la elaboración del dossier.

DESARROLLO

Se dividirá a la clase por parejas y se les entregará la ficha 1. Tendrán que recortar y clasificar las imágenes en hábitos saludables y no saludables. A continuación, se contestará individualmente a las preguntas que aparecen en la ficha 2. Debemos fijarnos en quién ayuda o realiza de forma habitual esas tareas de cuidado (salud, higiene, afectividad, etc.), destacando la importancia que tiene que hombres y mujeres tengan autonomía para cuidarse y sepan cuidar a otras personas.

Después se pondrán en común las diferentes respuestas, resolviendo las dudas que surjan respecto a lo que son o no hábitos saludables. En caso de que el alumnado plantee dificultades para modificar un hábito no saludable o para adquirir hábitos nuevos, se recurrirá al grupo clase para que aporte posibles soluciones: *¿qué podemos hacer para...?*

A continuación la clase acordará cómo organizarse para elaborar un dossier de hábitos saludables y no saludables, que será un documento común de consulta. Se trata de compartir el conocimiento y las experiencias del alumnado sobre hábitos saludables, por lo que se facilitará que esa información pueda ser ampliada y consultada en cualquier momento. En el dossier aparecerá una imagen del hábito junto con un resumen de la información obtenida del debate

DESARROLLO

grupal y de la ficha 2; a partir de ahí, podrá ampliarse. Será labor del profesorado apoyar, guiar, completar, etc. la elaboración del dossier.

Este dossier estará en un lugar donde cualquiera podrá consultarlo (el aula, la biblioteca, el polideportivo, el blog de la clase, etc.), de manera que sea un documento de referencia para la promoción de la salud en el centro.

ALGUNAS IDEAS

- El dossier podrá mostrarse a las familias. Así, fomentaremos el diálogo sobre la importancia de generar hábitos saludables que mejoren nuestra calidad de vida. Como complemento o alternativa a la actividad se podrá pedir al grupo que reflexione sobre hábitos saludables de higiene (cómo y cuándo hay que lavarse, ducharse, peinarse, etc.); posturales (cómo sentarse delante del ordenador, en clase, coger pesos, llevar la mochila, posturas correctas en los ejercicios físicos, etc.); vestido y calzado (cómo escoger la ropa adecuada para la actividad que vamos a realizar, según el tiempo que haga, etc.), prevención de accidentes, etc.
- Puede trabajarse con otro tipo de imágenes diferentes a las planteadas en las fichas (dibujos, recortes de revistas, fotografías, etc.), y que incluso sea el propio alumnado quien las busque, planteando, por ejemplo, realizar una investigación en parejas a partir de la ficha 2.
- En el apartado de hábitos no saludables se deberá prestar especial atención para evitar aquellas conductas imprudentes que puedan causar accidentes.

ES SALUDABLE:

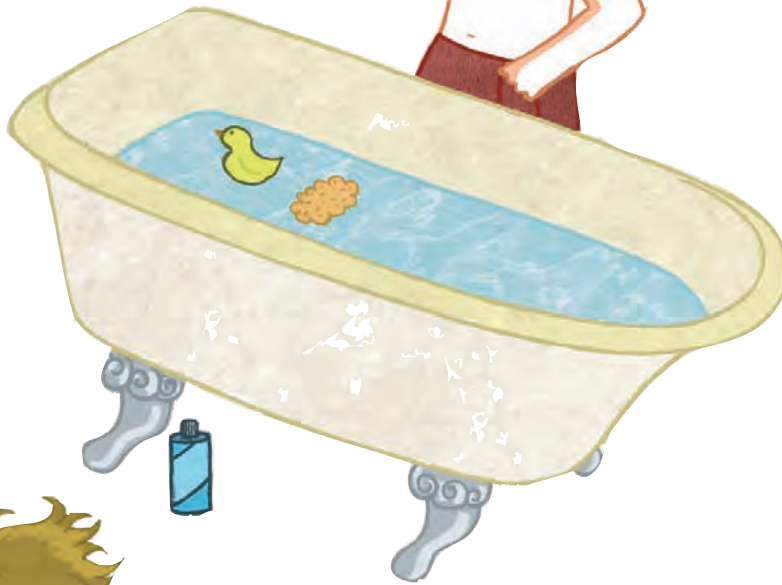
Deporte
Alimentación saludable
Higiene
Lavarse los dientes
Usar el paso de peatones
Llevar mochila correctamente
Reírse

NO ES SALUDABLE:

Malas posturas
Suciedad
Comer dulces
Sedentarismo (Videojuegos)
Enfadarse
No llevar casco en bici



Así me cuido, así no





PEGA
LA IMAGEN

HÁBITOS SALUDABLES

¿Por qué es saludable?

¿Cuándo debemos realizarlo?

¿Lo hago yo en solitario?

Si necesito ayuda o lo hace otra persona por mí,
normalmente acudo a:

Beneficios que me aporta

Inconvenientes o dificultades para llevarlo a cabo



PEGA
LA IMAGEN

HÁBITOS NO SALUDABLES

¿Por qué no es saludable?

¿Que deberíamos hacer para que no perjudicara
nuestra salud?

¿Tiene algún beneficio para mí?

¿Cómo podría perjudicarme?



La oca saludable



OBJETIVOS

- Fomentar la adquisición de control y autonomía sobre la alimentación, promoviendo hábitos alimentarios saludables y una participación activa en el mantenimiento de la salud.
- Prevenir trastornos alimentarios, analizando la influencia de los modelos estéticos dominantes en nuestra cultura.
- Analizar los beneficios de la actividad física en la salud y el bienestar, facilitando la ruptura de estereotipos de género existentes.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo en pequeños grupos de investigación y de elaboración de materiales.
- Juego grupal.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Cajas de cartón para la elaboración del tablero y el dado.
- Los acordados por el alumnado.
- El patio, si se decide elaborar un tablero de gran tamaño.
- Ficha *La oca saludable*.

DESARROLLO

En esta actividad vamos a trabajar dos hábitos saludables concretos con una perspectiva de género: una buena alimentación y la realización de actividad física de forma regular. Para ello vamos a utilizar una variante del juego de la oca. Será el propio alumnado quien elabore un tablero gigante.

El tablero puede hacerse con más o menos casillas, en función del tiempo que queramos dedicar a esta actividad y del número de niñas y niños que componga la clase. Una propuesta es que en grupos de 3 ó 4 elaboren varias casillas. Por ejemplo, dos casillas neutras (no se avanza, ni se retrocede), dos casillas positivas (se avanzan varios puestos) y dos casillas negativas (se retrocede o se pierde el turno de tirada). Previamente, cada grupo elegirá los contenidos sobre los que

va a trabajar, para evitar que se repitan. A continuación mostramos un ejemplo de contenidos, pero será el profesorado quien los adapte al grupo.

- Casillas neutras: Simplemente, se fijará un mismo color de fondo y se propondrá hacer un dibujo divertido.
- Casillas positivas:
 - a) Ejemplos de menús saludables: desayuno, almuerzo, comida, etc.
 - b) Alimentos que debemos comer diariamente.
 - c) La importancia del agua y el ejercicio físico.
 - d) La actividad física en el medio natural.
 - e) Corresponsabilidad en las tareas de cuidado relacionadas con la alimentación: poniendo ejemplos de los beneficios que aporta que hombres y mujeres sean corresponsables, representando situaciones en las que colaboren o exista un reparto igualitario de tareas (hacer la comida, poner o recoger la mesa, hacer la compra, elaborar menús saludables,...), etc.
 - f) Referentes femeninos de mujeres deportistas, destacando los beneficios que tiene el deporte y la actividad física para la salud.
 - g) Cuestionar el ideal de belleza predominante: podrán hacer un análisis crítico del ideal de belleza estereotipado de hombres y mujeres que se promueve desde los diferentes medios de comunicación; ofrecer otros modelos de belleza más ajustados a la realidad de nuestros cuerpos y de la diversidad de personas, etc.
 - h) Aceptación del propio cuerpo y del de las demás personas, así como de los cambios naturales que se producen en las diferentes etapas de la vida.
- Casillas negativas:
 - a) Drogas: tabaco, alcohol y otras.
 - b) Sedentarismo: uso inapropiado y abusivo de la TV, videoconsolas, ordenador, etc.
 - c) Alimentos poco saludables: consumo excesivo de azúcares y grasas, comida rápida; escaso consumo de alimentos básicos para nuestra salud (fruta, verdura, pescado, etc.); dietas de adelgazamiento, etc.
 - d) Situaciones de desigualdad entre hombres y mujeres en la realización de deporte, por ejemplo no dejar participar a una chica por ser "mujer".
 - e) Situaciones de desigualdad entre hombres y mujeres en el reparto de tareas.

Cada casilla —ya sea positiva o negativa— deberá incluir una imagen o dibujo que se corresponda con el contenido seleccionado, un mensaje y una pregunta que proporcione la oportunidad de reflexionar grupalmente sobre los diferentes contenidos seleccionados por el alumnado. También se elaborarán algunas casillas con la imagen de la oca (unas 4 casillas), para poder desplazarse "de oca a oca", así como un dado gigante. Finalmente se montará el tablero en un espacio amplio, se colocarán todas las casillas y se acordará el número de avances, retrocesos o turnos sin tirar en aquellas que corresponda.

DESARROLLO

Habrá que procurar que el desarrollo del juego sea fluido.

Se jugará de forma grupal. El tablero lo recorrerá una persona de cada grupo que podrá ir rotando en cada tirada, de manera que todas puedan jugar. Para iniciar el juego cada grupo lanza el dado una vez y el grupo que saque el número más alto será quien comience y el último el que obtenga el número más bajo. El orden se mantendrá a lo largo de la toda la partida.

El primer grupo lanzará el dado y una persona avanzará por el tablero el número de casillas indicado en el dado. La clase deberá fijarse en qué casilla se sitúa el jugador o jugadora, si se trata de una casilla positiva o negativa, analizará el dibujo y leerá el mensaje. Una vez en la casilla podrán darse tres situaciones diferentes:

- Si la casilla es neutra: no avanza, ni retrocede, pasa el turno al siguiente grupo.
- Si la casilla es positiva, el grupo podrá seguir si el jugador o jugadora responde correctamente a la pregunta que se plantee, pudiendo pedir ayuda a su grupo.
- Si la casilla es negativa, el grupo puede detenerse —si se responde correctamente a la pregunta planteada— o retroceder a la casilla que se indique —si la respuesta no es correcta—. En cualquier caso, pasa el turno al siguiente grupo.

ALGUNAS IDEAS

- Si el tamaño del tablero supusiera un impedimento para realizar la actividad, cada grupo podría elaborar su propio tablero a tamaño más reducido (DIN A3).
- Podría contarse con el área de Educación Artística para la elaboración del tablero.
- Pueden ir apuntándose en un mural las respuestas positivas dadas por los grupos.
- Este juego podrá estar a disposición del centro. Sería interesante organizar una sesión o evento en el que se pudiera invitar a jugar al resto de la comunidad educativa, especialmente a las familias. Otra posibilidad es implicar a otros centros educativos y construir el juego entre varias clases para luego jugar en común.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- SÁNCHEZ ECHENIQUE, M. y PÈLACH, R. (2002): Promoción de hábitos saludables jugando con el niño en el ámbito familiar: la oca saludable. *Anales Sis San Navarra*, núm. 25, pp. 85-92. Disponible en: <http://www.cfnavarra.es/salud/anales/textos/vol25/sup2/pdf/08.%20Promoci%C3%B3n%20de%20h%C3%A1bitos%20%E2%80%A6.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].



Pág. 180



Saltamos a la comba

Nivel



OBJETIVOS

- Recuperar un juego tradicional y normalmente asociado a las chicas para el disfrute de todo el alumnado, con la posibilidad de que se convierta en un recurso para su tiempo libre.
- Experimentar diferentes posibilidades motrices favoreciendo la mejora de la condición física, la agilidad y coordinación, la adquisición de patrones rítmicos y la expresión y la creatividad.
- Estimular la vivencia lúdica y la cooperación y el apoyo mutuo a través del juego.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo individual, en parejas y/o en pequeños grupos.
- Juegos colectivos.
- Actividades grupales de expresión.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Diferentes tipos de cuerdas.
- Música.

DESARROLLO

En esta actividad detallaremos unas orientaciones previas de carácter técnico para el profesorado y algunas sugerencias para la organización de las sesiones.

Orientaciones previas para el profesorado

El salto

- Coger la cuerda por sus extremos fuertemente.
- Saltar cuando la cuerda vaya a pasar por debajo de los pies, es decir, adaptar el movimiento de los brazos y su velocidad a la altura y tiempo del salto. Al principio se deberá prestar mayor atención pero, conforme se domine el gesto, se automatice, se realizará de forma rápida y fluida.

- El impulso y la recepción en el salto han de realizarse con la punta del pie, pues es la forma de amortiguar el impacto con el suelo y evitar lesiones.
- Las rodillas apenas han de flexionarse, ya que la excesiva flexión de estas supone que la fase de vuelo sea muy alta y la recepción posterior muy brusca. El salto se realiza con la flexo-extensión de los tobillos.
- El cuerpo tiene que estar alineado, erguido pero relajado, el exceso de tensión muscular hace que nos cansemos antes (economía en el salto).
- Al “dar comba” o hacer girar la cuerda, los codos han de estar pegados al cuerpo. El movimiento de la cuerda lo producen las muñecas y no tanto los codos.
- La cabeza mira al frente y no hacia abajo, manteniendo así el equilibrio.
- La cuerda en el salto debe rozar levemente la superficie.
- En la iniciación en el salto de comba, los principales errores suelen ser: flexionar excesivamente las rodillas, separar los codos del tronco y/o realizar el giro de cuerda con los hombros en vez de con las muñecas.

La indumentaria

- Utilizar zapatillas de deporte adecuadas que amortigüen los saltos y eviten lesiones.
- Llevar ropa cómoda ligera y que no entorpezca los movimientos de la cuerda (ropa más ajustada que ancha).

El lugar de desarrollo

- Los saltos pueden realizarse tanto en el gimnasio como en las pistas deportivas al aire libre, pero ambos lugares deben cumplir unas condiciones similares: que la superficie sea plana, lisa y preferiblemente no muy dura (para evitar lesiones y la rotura de las cuerdas), y que no haya obstáculos.

El material

- La longitud de las cuerdas ha de adaptarse a quienes saltan y a los ejercicios que realicen (individuales¹, con dos cuerdas, doble comba, cuerdas colectivas).

La música

- La música en esta práctica, además de servir para motivar, nos ayuda a determinar un tempo para el salto. La utilización de la música en este sentido nos va a ser muy útil para adaptar la frecuencia del salto en cada una de las fases de la sesión: un tempo más bajo para el calentamiento, un aumento progresivo en la parte principal y de nuevo más bajo en la parte final o vuelta a la calma.

¹La medida de la comba adecuada debe realizarla cada persona colocándose de pie con los pies juntos, cogiendo cada extremo de la cuerda con una mano y pisando con los dos pies la parte central. En esta posición, los extremos de la comba estirada deberían llegar hasta las axilas.

Longitudes de las cuerdas.**Datos orientativos.****- Cuerda individual:**

Para una altura inferior a 1,5 m: entre 2,10 y 2,15 m

Para una altura de 1,50-1,65: entre 2,45 y 2,50 m

Para una altura de 1,65-1,75: entre 2,75 y 2,85 m

Para adultas/os de más de 1,75: 3 m

- Doble cuerda:

De 3,10 m a 4,5 m

- Cuerda grande:

De 9,8 m a 11 m

Cómo podemos organizar las sesiones

Podremos comenzar trabajando saltos individuales con una sola cuerda, para habituarnos al elemento, aprender algunas nociones de la técnica del salto y perder el miedo, pero principalmente nos centraremos en los saltos colectivos, más interesantes y motivadores para el alumnado y más relacionados con nuestros propósitos. En este caso necesitaremos una cuerda de aproximadamente 6-11 metros de longitud, en función del número de personas que vayan a intervenir en los ejercicios. Mediante sorteo, dos personas sujetarán los extremos de la cuerda y mediante balanceos o movimientos circulares, según la canción o juego, moverán la cuerda para que el resto de la clase salte al ritmo de la canción. Cuando se tenga como grupo ya un mínimo de habilidad, la canción, en la mayoría de los casos, determinará lo que tienen que hacer (dar giros, tocar el suelo, salir, etc.), así como el movimiento de la cuerda (balanceos, giros completos en un sentido, cambios de sentido, balanceos y giros, etc.). El salto más popular es aquel en el que dos personas giran la cuerda y el resto va entrando sin perder turno. Si alguien pierde el turno, le toca "dar cuerda".

Es importante ser consciente de que tan importante es saltar como dar a la comba. Tradicionalmente se ha encargado de hacerlo quien no era capaz de entrar en la cuerda o de saltarla. Es decir, era una tarea devaluada. Sin embargo, si quienes dan cuerda no se adaptan a los movimientos de quienes saltan, difícilmente se conseguirá una ejecución correcta. Dar comba supone saber acelerar o ralentizar el movimiento de la cuerda. En muchas ocasiones, los fallos se deben a que quienes mueven la cuerda no lo hacen correctamente. Por tanto, será un objetivo del grupo tanto aprender a saltar como a mover la cuerda lo mejor posible. En este sentido, tendremos que buscar estrategias y sistemas de rotación.

Como en cualquier otra habilidad, podemos comenzar progresivamente con algunos juegos para iniciarnos en la práctica del salto. Algunos pueden ser los siguientes:

- Colocar la cuerda en el suelo y que el alumnado salte de un lado a otro por encima de ella.
- Dos personas cogen la cuerda horizontalmente y el resto pasa por debajo. Ir variando la altura de la cuerda.
- Igual que el anterior pero en esta ocasión pasan por arriba. La altura de la cuerda se adaptará a las posibilidades de cada persona.
- Por parejas: Se coge un extremo de la cuerda y el otro extremo queda libre en el suelo. Quien porta la cuerda debe agitarla simulando el movimiento de una serpiente. La otra persona realiza saltos sobre la cuerda procurando no pisarla.
- Por parejas: Una persona coge los extremos de la cuerda y la otra el centro. Quien coge los extremos se coloca de cuclillas mientras que quien coge el centro se la coloca a la altura de la cintura simulando que es un caballo. Ambas se desplazan a la vez, una dando saltos en cuclillas, la otra simulando que es un caballo.
- Organización grupal: Una niña o un niño se coloca en el centro del círculo que forma el resto del grupo. Con la cuerda en la mano la mueve de manera que en una vuelta la cuerda vaya por el suelo y en la siguiente a la altura de la cabeza. Cuando la cuerda va por el suelo, quienes forman el círculo deben saltar y, cuando la cuerda va por arriba, se tienen que agachar.
- Retos y desafíos con cuerda: En una primera fase nos iniciaremos con el material y el salto con juegos como los descritos anteriormente, seremos capaces de saltar a la comba individualmente y en pequeños grupos. En un segundo momento, podemos saltar en parejas y hacer distintos agrupamientos. Y, ya con un cierto nivel, podemos crear montajes en grupo con las combas y trabajar la expresión con las mismas.

Cada sesión de práctica debe plantear, tras el momento de encuentro, un aumento progresivo de la intensidad (calentamiento); una parte central en la que se intercalarán momentos de actividad intensa y otros de descanso o de ritmo suave, así como de mayor y menor impacto en el salto (en la que habrá que mantener las pulsaciones en la zona de actividad saludable); y una última de vuelta a la calma (que incluirá ejercicios de estiramiento y relajación). Se trata de algo a tener en cuenta siempre en las sesiones de práctica motriz, pero es especialmente importante cuando hay una exigencia alta, como en el caso del salto a la comba. Asimismo, será un aspecto que ha de interiorizar el alumnado, teniendo en cuenta que éste es muy probable que siga saltando fuera del aula, potenciando así su autonomía en la gestión de la práctica de actividad física saludable. Es deseable que exista un momento de despedida, en el que poner en común lo aprendido, las dificultades, los conflictos, los logros, etc.

ALGUNAS IDEAS

- El salto a la comba puede integrarse en un enfoque de la actividad física relacionada con la salud, que tendría las siguientes características: ha de resultar divertido y agradable; todo el alumnado es “capaz” de realizarlo; fomenta un estilo de vida activo y saludable que se mantiene en el tiempo.
- Como la comba es un juego tradicional, hemos de tener en cuenta que muchas de las canciones que se cantan para saltar a la comba reflejan los estereotipos de género propios de décadas pasadas. Será necesario entonces dedicar un tiempo al análisis de las letras y a la búsqueda de alternativas (pueden modificarse las letras, buscar otras canciones tradicionales sin estereotipos de género, etc.). Para el análisis seguir las indicaciones descritas en la actividad *Cántame una nana*, de Educación Artística.
- Puede resultar interesante ver con el alumnado la película *Salta* (2006) para debatir sobre los estereotipos de género, pero también sobre la forma de entender la actividad física y la competición y el peso de las expectativas de las familias sobre lo que hacemos. En ella el protagonista se entrena para ser campeón de boxeo hasta que un día descubre la doble comba. Piensa que es “cosa de chicas”, pero poco a poco va cambiando de opinión...
- También puede ser un elemento motivador ver vídeos en Internet de alumnado de otras escuelas practicando con la comba, así como crear vídeos propios (y subirlos al blog de la clase, por ejemplo).

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- Club salto de comba Montilla: la comba, historia, cómo saltar, canciones, juegos, fotos, vídeos, etc. Disponible en: <http://www.saltodecomba.com> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Montaje en vídeo. Disponible en: <http://danielefysalud.wordpress.com/2009/03/22/salto-de-comba-montaje/> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Montaje en vídeo. Disponible en: http://www.youtube.com/watch?v=bw_ynO-EdaY [fecha de acceso: 01/09/2010].
- PEIRÓ, C.; HURTADO, I. e IZQUIERDO, M. (2005): *Un salto hacia la salud. Actividades y propuestas educativas con combas*. INDE.
- REDONDO MORENO, D. (2005): *Rope skipping: salto de comba como elemento de creaciones coreográficas*. CPR de Granada. Disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/documentacion/apuntes/23281/23281_5.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- RODRÍGUEZ GIMENO, J.M. y PUENTE FRA, E. (2004): Una experiencia orientada hacia la creatividad: actividades cooperativas con combas. *Tándem*, núm. 14, pp. 44-56.
- VELÁZQUEZ CALLADO, C. (2006): *Aprendemos juntos a saltar a la comba. Una experiencia de aprendizaje cooperativo en Educación Física*. V congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Oleiros (A Coruña). Disponible en: <http://educacionfisicacooperativa.org/> [fecha de acceso: 01/09/2010].





Los desechos también sirven

Nivel



OBJETIVOS

- Conocer, investigar y crear materiales de desecho para la práctica de la actividad física.
- Fomentar una actitud crítica y responsable respecto al consumo.
- Desarrollar actitudes de cooperación y creatividad en el trabajo en grupo.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Exposición del profesorado.
- Búsqueda de información individual o en pequeños grupos.
- Construcción colectiva de materiales y preparación de juegos.
- Circuito de juegos.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Diversos materiales de desecho en función de las elaboraciones elegidas.

DESARROLLO

Los materiales de desecho son aquellos que son considerados inservibles; pueden ser de diversos tipos:

- Los productos naturales son aquellos generados por la propia naturaleza, tales como ramas, piedras, piñas, hojas...
- Los productos artificiales son aquellos fabricados con una determinada utilidad cuyo fin los convierte en inservibles. Pueden subdividirse, a su vez, en productos de origen doméstico y de origen industrial. Los primeros procederían del entorno familiar del alumnado: hojas de periódicos y revistas, latas, botellas de plástico, envases de yogur, telas, cartones, etc. Los productos de origen industrial proceden de tiendas, industrias, grandes almacenes: cubiertas de neumático, sacos, tacos de madera, cajas de cartón, etc. Con ellos pueden construirse diferentes tipos de pelotas, bolos, receptáculos, zancos, raquetas, redes, petos, decorados, etc.

Las posibilidades con los materiales de desecho son múltiples. En este caso, vamos a proponer el siguiente esquema de trabajo:

1. **Introducción:** En esta primera parte, en colaboración si es posible con otras áreas, habrá que dedicar un tiempo a conocer qué son los materiales de desecho, los problemas ambientales

DESARROLLO

que conllevan y lo que podemos hacer. Tras una primera introducción teórica, puede proponerse al alumnado la búsqueda de información sobre las 4 R : reducir, reutilizar, reciclar y recuperar, así como la investigación sobre las posibilidades de los materiales de desecho en Educación Física (tipos de materiales, juegos). Para ello pueden dársele algunas pautas e ideas. Destacamos el programa *Jugamos con material construido*, disponible en Internet.

2. **Elaboración en grupos de materiales:** El alumnado, en pequeños grupos, utilizando la información recogida previamente, habrá de elegir un material de construcción sin repetirse. Después habrá de recopilar juegos alternativos para realizar con el mismo, así como inventar un juego o variante nueva.
3. **Presentación de los materiales:** Cada grupo presentará al resto de la clase cómo ha sido el proceso de elaboración de su material, así como la funcionalidad del mismo: juegos que haya recopilado y lo que haya inventado.
4. **Utilización del material elaborado:** Para probar todos los materiales elaborados, se hará un circuito con diferentes estaciones. En ellas, cada grupo explicará la dinámica del juego.
5. **Reparación y almacenaje del material de desecho:** Una vez utilizados los materiales, puede que estos necesiten ser reparados. Cada grupo puede reparar los que elaboró o aprovechar esa ocasión para enseñar a otras personas cómo se hace. Una vez reparados los materiales se guardarán para otros posibles usos.

ALGUNAS IDEAS

- La educación para el consumo, desde una perspectiva de género, puede relacionarse también con la educación audiovisual. Ver actividades del tema Medios de comunicación, de Educación Artística.
- Uno de los aspectos más motivadores de la Educación Física es el uso de diversos materiales. Sin embargo, los materiales también han sido etiquetados tradicionalmente como “femeninos” —cuerdas, aros, cintas— y “masculinos” —todos los balones—. Así, los materiales alternativos tienen la ventaja de carecer de una carga sexista. En relación con esto, será importante que el profesorado motive al alumnado para que en la elección de materiales y juegos no siga esquemas tradicionalmente “masculinos” o “femeninos”. Una forma de evitarlo será la formación de grupos mixtos.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- SAN MATÍAS MARÍN, J. (2008): Construcción de material alternativo en Educación Física. *Revista digital Práctica Docente*, núm. 9. CEP de Granada. Disponible en: http://www.cepgranada.org/~jmedina/articulos/n9_08/n9_12_119_125.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- VELÁZQUEZ CALLADO, C. (2006): *Actividades prácticas en Educación Física. Cómo utilizar materiales de desecho*. Escuela Española.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- En Averroes podemos encontrar un programa en Flash Player (Fabián Núñez, Junta de Andalucía) donde se muestran materiales y juegos alternativos, con instrucciones y vídeos tanto para la elaboración de materiales como para jugar con ellos. Su nombre es *Jugamos con material construido* y está disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/averroes/recursos_informaticos/concurso2005/48/indice.htm [fecha de acceso: 01/09/2010].



Recuperamos juegos

Nivel



OBJETIVOS

- Recuperar juegos tradicionales y “de patio” a través de fuentes diversas.
- Analizar desde una perspectiva de género a qué se jugaba y a qué se juega en los patios y calles.
- Desarrollar actitudes de respeto e inclusión en nuestro tiempo libre.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación previa del profesorado.
- Investigación individual, en parejas o en pequeños grupos.
- Circuito de juegos.
- Puesta en común.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Todos los que aporte el alumnado, aunque puede ser necesario elaborar materiales en el aula.
- Ficha *Recuperamos juegos*.

DESARROLLO

Esta actividad comienza con una investigación previa por parte del profesorado. Se trata de que éste dedique un tiempo a observar el patio de su escuela: ¿a qué se juega?, ¿juegan niños y niñas a lo mismo?, ¿algunas personas se quedan fuera de los juegos?, ¿qué contenidos se desarrollan en los juegos?, etc. Los juegos infantiles se desarrollan en un contexto histórico-cultural determinado, se transmiten por vía oral, sufren variaciones y, a veces, incluso se pierden. El recreo y el patio, como tiempo y espacio libres, son además una oportunidad para observar si el alumnado muestra actitudes de cooperación, respeto, inclusión, etc. o si, por el contrario, manifiesta conductas de exclusión, excesivamente competitivas, etc.; así como para comprobar si las actividades desarrolladas en el aula de Educación Física son después puestas en práctica por el alumnado en su tiempo libre o no le resultan atractivas y motivadoras para su ocio.

Una vez recopilada la información acerca de lo que ocurre en el patio de la escuela, la propuesta es intervenir para recuperar juegos tradicionales y de patio, realizando a la vez un

DESARROLLO

análisis con perspectiva de género. Para ello se propondrá al alumnado —individualmente, en parejas o en pequeños grupos— que busque y recopile juegos tradicionales y juegos de patio. Sería interesante que contase con la ayuda de su familia (a ser posible, recogiendo información de personas de distinto sexo y edades diferentes), pero también puede utilizar otros recursos (biblioteca, Internet). Es importante que se preste atención a si eran juegos “de chicas”, “de chicos” o mixtos. En la ficha del alumnado se propone un modelo para recoger la información.

Posteriormente se organizará un circuito con los diferentes juegos recopilados, que puede implicar la elaboración y/o búsqueda de materiales específicos para el desarrollo de los mismos. Una vez hayamos probado los diferentes juegos, se realizará una puesta en común de todos ellos y un debate acerca de las diferencias de género encontradas. Algunas preguntas que pueden plantearse son las siguientes:

- ¿Por qué había juegos de chicos y juegos de chicas?, ¿qué opináis al respecto?
- ¿Creéis que en la actualidad sigue habiendo juegos diferentes para unas y otros?, ¿por qué?
- ¿A qué se juega en el patio de la escuela?, ¿hay diferencias de sexo?, ¿de edad?, ¿y otras?

En ese momento el profesorado puede compartir con los alumnos y alumnas su investigación inicial, invitándoles a reflexionar sobre aquellos aspectos en los que sea interesante detenerse (a veces para modificarlos). En este sentido, puede plantearse la organización de una actividad especial en la que se den a conocer a otras clases y/o cursos los juegos tradicionales y de patio recopilados desde una perspectiva inclusiva y no sexista: “todo el mundo juega a todo”.

ALGUNAS IDEAS

- La mayoría de los juegos tradicionales y de patio son juegos competitivos, en los que alguna persona o algún equipo gana y el resto pierde. Puede ser interesante plantear un debate acerca de la importancia de saber ganar y saber perder, valorando fundamentalmente el esfuerzo, la motivación y la superación personal y grupal, así como la diversión. Jugamos fundamentalmente para divertirnos.
- Puede elaborarse un dossier de los juegos recopilados en papel o en formato digital, que incluya fotos, archivos de audio con canciones, vídeos de demostración, etc. También puede crearse un blog.
- En el caso de que los juegos incluyan canciones puede ser interesante realizar un análisis de género de las mismas. Para ello pueden seguirse las indicaciones propuestas en la actividad *Cántame una nana*, de Educación Artística. También podría trabajarse en este sentido en colaboración con esta área, así como en la elaboración de materiales.
- Si decide organizarse una jornada de muestra de los juegos recopilados puede invitarse a las familias. También puede optarse por reducir la muestra al grupo clase o a un curso concreto de alumnado más pequeño. También podría plantearse una actividad entre distintos centros educativos.

ALGUNAS IDEAS

- Para motivar al alumnado a que realice su investigación sobre juegos tradicionales, una variante puede ser la siguiente. El profesorado se inventará un sencillo cuento: dos personajes, al salir del colegio, visitan a su abuela; ésta, tras invitarles a merendar, les hace conocer y reflexionar sobre cómo usaban la imaginación antiguamente para buscar nuevos juegos sin necesidad de gastar dinero, contándoles a qué jugaba ella. Después se invitará al alumnado a hacer lo mismo: visitar a sus abuelos y abuelas (o a otras personas mayores de su familia) y recopilar información sobre juegos tradicionales. Se pondrán en común en el aula y colectivamente se usará la imaginación para elaborar y/o transformar los materiales que sean necesarios para poder jugar a todos ellos. Se puede desarrollar una presentación de ordenador con los diferentes juegos recopilados que luego muestren a sus familias.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- Juegos de patio disponibles en: <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/polilla/juepat.htm>; <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/polilla/juegopat.htm>; http://www.europamagna.org/jeux/JeuxTradition/juegos_lloreu/juego00.htm [fecha de acceso: 01/09/2010].

Recuperamos juegos

Nombre del juego

Número de participantes

A este juego solían jugar

Para jugar se necesita

Y se juega así



Danzad, danzad...

Nivel



OBJETIVOS

- Desarrollar la expresividad a través del cuerpo y el movimiento utilizando ritmos musicales.
- Disfrutar del propio cuerpo en movimiento y de sus capacidades expresivas.
- Conocer y valorar otras culturas a partir de danzas populares.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Danzas colectivas o en pequeños grupos.
- Investigación en pequeños grupos.
- Puesta en común.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Música e instrumentos.

DESARROLLO

Según Carlos Velázquez Callado, del colectivo *La Peonza*, varios son los aspectos a tener en cuenta en el trabajo con danzas del mundo:

- En un primer momento y en las edades más tempranas, no realizaremos un trabajo específico con danzas codificadas, sino que primará la espontaneidad del movimiento, la adaptación de éste a la música o la desinhibición en la expresión corporal. El aprendizaje en torno a la adaptación del movimiento a la música lo haremos mediante ejercicios rítmicos, juegos de palmas y danzas-juego. Los pasos y movimientos serán naturales: marcha, paso saltado, saltos, etc. y no pasos específicos. Las músicas tendrán una o dos partes fácilmente reconocibles y a ellas se les asociarán movimientos. Pueden proponerse danzas de animación o canciones con letras que expliquen qué debemos hacer (ej.: baile del garbancito).
- En un segundo momento podremos comenzar a trabajar con danzas codificadas sencillas, que todo el alumnado pueda bailar sin gran dificultad. Asimismo, se iniciará el aprendizaje de pasos específicos de algunas danzas (ej.: mayan, paso cazado, etc.) y propondremos danzas-juego con niveles mayores de dificultad. Se introducirán danzas de imitación en las que haya que reproducir gestos (ej.: danza africana, minoesjka, etc.). Y, cuando se dominen

DESARROLLO

los pasos de una danza, iniciaremos el trabajo de la expresión (gestos, miradas, naturalidad del movimiento, etc.). También puede comenzarse con pequeños trabajos de improvisación.

- En un tercer momento podrán trabajarse ya juegos y danzas codificadas con un mayor nivel de dificultad, insistiéndose en mayor medida tanto en la improvisación como en la expresividad. Se propondrá la elaboración de pequeñas coreografías sencillas sobre una melodía musical dada.

En todos los casos se prestará especial atención al trabajo interpersonal y cooperativo, así como al componente intercultural de las danzas del mundo. En este sentido, es importante dedicar un tiempo a contar la historia de cada danza. Esto, en función de los propósitos que persigamos y del nivel del grupo, podrá hacerlo el profesorado o el propio alumnado, a quien podemos proponerle que, en pequeños grupos o de forma individual, investigue sobre una danza: dónde se baila, quién la baila, en qué ocasiones, qué vestimentas e instrumentos se utilizan, etc. Después habrá de poner en común la información con el grupo clase.

Podemos encontrar danzas del mundo, con descripciones, vídeos y audios en el enlace que aparece en la bibliografía. Veamos un ejemplo sencillo: la Minoesjka (<http://danzasdel-mundo.wordpress.com/category/45-minoesjka-holanda/>).

Disposición: formar un círculo con las manos agarradas y con una persona en el centro.

Pasos: marchar hacia delante, improvisación rítmica de movimientos.

- 1ª Fase: marcha hacia delante dando 16 pasos y comenzando con el pie derecho. La persona que está en el centro observa.
- 2ª Fase: al cambiar la música, sin variar la posición, la persona que está en el centro comienza a improvisar movimientos al ritmo de la música; mientras, el resto da palmas con las manos y observa los movimientos para luego repetirlos.
- 3ª Fase: La persona del centro es quien da palmas mientras el resto repite los movimientos que anteriormente improvisó ella.
- 4ª Fase: Se vuelve a marchar hacia delante y la persona que está en el centro aprovecha para integrarse en el círculo mientras otra ocupa su lugar.
- 5ª Fase: Se repite de nuevo toda la estructura hasta el final de la canción.

ALGUNAS IDEAS

- La introducción de la danza en la Educación Física puede tener propósitos tales como: desarrollar la coordinación y la orientación espacio-temporal, mejorar la condición física y la lateralidad y adecuar patrones y esquemas técnicos a través del ritmo. Pero la danza abre, a su vez, otros caminos: la creatividad y la expresión, la relación entre el alumnado, el conocimiento personal, la aproximación a otras culturas... Desde este punto de vista, nos

ALGUNAS IDEAS

interesa apostar por un modelo de enseñanza-aprendizaje donde primen la creatividad, la improvisación y el disfrute sobre la técnica, la memorización y repetición de patrones de movimiento.

- Puede colaborarse con el Área de *Conocimiento del Medio* y el Área de *Música* en las investigaciones sobre el origen de las danzas.
- Una posibilidad interesante es implicar a las familias o a la comunidad, especialmente en el caso de que contemos con alumnado de diferentes culturas. Se trata de que las culturas minoritarias sean las protagonistas. Las familias pueden ser espectadoras de una demostración o incluso implicarse en la preparación de la misma.
- Las danzas del mundo son danzas populares y, en algunos casos, pueden establecer roles diferentes para chicas y chicos que mantengan estereotipos de género. Proponemos partir de esta realidad y dialogarla con el alumnado (contar la historia de cada danza sirve de contextualización para introducir este tema) y después proponerle realizar otras agrupaciones no basadas en el género.
- Aunque en esta actividad se propone trabajar concretamente sobre danzas del mundo (dada su sencillez para el aprendizaje previo por parte del profesorado y la posibilidad de trabajar la interculturalidad), otras propuestas de danza pueden ser igualmente interesantes. Sin embargo, sí habrá que realizar previamente un análisis de género de las mismas. Por ejemplo, el hip-hop puede ser altamente motivador para el alumnado, pero sobre todo para el alumnado masculino. En ese caso tendríamos que asegurarnos de que las chicas tienen referentes propios.
- Para reflexionar sobre los estereotipos de género asociados a la danza puede visionarse la película *Billy Elliot. Quiero bailar* (2000). Esta película, de 100 minutos de duración, nos relata la historia de un chico que prefiere la danza al boxeo y cómo ha de enfrentarse a los prejuicios y estereotipos de las personas de su entorno para perseguir su sueño.
- Además de danzas de otras culturas pueden trabajarse danzas populares asturianas y, asimismo, investigar dónde se bailaban, quiénes, en qué momentos, etc.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- ROMANCE, AR (2000): *Danzas del mundo*. Gymnos.
- VELÁZQUEZ CALLADO, C (2001): Las danzas colectivas como medio de expresión y comunicación corporal. Una experiencia en educación primaria (I y II). *Revista Educación Física en valores*, núm. 5 y 6. Disponible en: <http://educacionfisicacooperativa.org/> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Blog sobre danzas del mundo con vídeos, audios y textos descargables. Disponible en: <http://danzasdelmundo.wordpress.com/> [fecha de acceso: 01/09/2010].



Cuentos que nos (re)mueven

Nivel



OBJETIVOS

- Desarrollar la expresividad a través del cuerpo y el movimiento utilizando la narración.
- Conocer y valorar el trabajo de cuidados, tradicionalmente realizado por las mujeres.
- Disfrutar, crear y reflexionar a partir de historias orales y escritas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Lectura-acción motriz-reflexión (individual y/o colectiva).
- Investigación individual.
- Puesta en común.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ficha *Julia tiene una duda*.
- Materiales diversos propios del área.

DESARROLLO

En esta actividad proponemos centrarnos en un cuento sobre el trabajo de cuidados. No se trata estrictamente de un cuento motriz —pues no prima el movimiento en la narración— pero sí pueden ir representándose las diferentes historias y tareas que aparecen en la misma (por eso tiene cierta estructura repetitiva).

Comenzamos leyendo el cuento

La lectura del cuento (ficha) puede realizarse en el aula o en el gimnasio. En función del grupo y del tiempo disponible, puede llevarse a cabo una primera lectura colectiva (cada persona, incluyendo al maestro o maestra, leerá un fragmento) y después una segunda, más detenida y comprensiva, individual. El profesorado explicará entonces el trabajo que se va a realizar en torno al texto. La idea principal es ir representando cada parte de la historia con nuestros cuerpos e ir aprendiendo, a la vez, un poco más sobre cómo vivían nuestras antepasadas.

Lectura-acción motriz-reflexión

El esquema que seguiremos para trabajar el cuento será siempre el mismo: lectura de un frag-

mento, puesta en práctica de las acciones motrices que nos sugiera y reflexión colectiva tanto sobre estas como sobre el contenido del relato. Iremos variando las consignas para la acción motriz, haciéndolas cada vez más complejas: que el alumnado interprete libremente y de forma individual lo que se narra; centrarnos en la representación de las tareas de cuidado; que el alumnado utilice materiales en su representación; que en pequeños grupos se inventen breves historias que representen cómo vivía o viven cada una de las mujeres del relato (la tatarabuela, la bisabuela, la abuela, la madre y Julia); que toda la clase se organice para representar la historia entera...

A continuación ofrecemos una posible fragmentación del texto e ideas sobre qué representar en cada parte.

- 1ª parte - Presentación de la historia. Podemos representar el enfado y la huida de Julia y la conversación con su madre, prestando atención sobre todo a la expresión de los estados de ánimo de Julia.
- 2ª parte - Historia de la tatarabuela María. Podemos representar las tareas que realizaba ésta en la casa, el trabajo en el campo de su marido, su cansancio y su tiempo para contar historias.
- 3ª parte - Historia de la bisabuela Upe. Podemos representar las tareas que realizaba ésta en la casa —que son las mismas que las de la historia anterior—, que fue a la escuela, la migración a la ciudad, el trabajo de su marido en la fábrica, las tareas que no realizaba y las que sí en la nueva casa, cómo leía y contaba historias.
- 4ª parte - Historia de la tía abuela Isabel y la abuela Pilar. Podemos representar su paso por la escuela, las tareas que realizaban en la casa —que son las mismas que las últimas de la historia anterior—, sus juegos, el estudio, el trabajo fuera de casa...
- 5ª parte - Conversación entre Julia y su madre. Podemos representar los estados de ánimo de ambas mientras hablan.
- 6ª parte - Julia y su madre enumeran las tareas de cuidado. Podemos representar cada una de ellas.
- 7ª parte - Repaso mental de Julia a las diferentes tareas. Podemos representar, además de las expresiones y estados de ánimo que muestra Julia mientras piensa, las diferentes acciones concretas que va enumerando dentro de cada tarea.
- 8ª parte- Lo que hace la madre mientras. Podemos representar las diferentes acciones, que son de nuevo tareas de cuidado.
- 9ª parte- Nueva conversación entre Julia y su madre. Podemos representar las expresiones y estados de ánimo que se enumeran o se suponen de la narración.

Es importante dedicar el tiempo necesario a la reflexión tras cada fragmento. Por un lado, para poner en común las diferentes formas de expresión que se hayan puesto en práctica, de

DESARROLLO

forma que todo el alumnado pueda enriquecerse de las propuestas de todos y todas. Y, por otro, para introducir elementos que permitan al alumnado reflexionar sobre la importancia de los cuidados y el papel que hasta ahora han tenido las mujeres en ellos.

¿Y cuál es la historia de las mujeres de mi familia?

Propondremos al alumnado que, como Julia, reconstruya la historia de varias mujeres de su familia. Pueden plantearse preguntas tales como las siguientes: ¿dónde nacieron y vivieron?, ¿a qué se dedicaron?, ¿estudiaron?, ¿trabajaron fuera de casa?, ¿y dentro?, ¿qué tareas hacían? Pero es más interesante que el propio alumnado se plantee en asamblea qué información han de recoger para reconstruir las historias y cómo la van a estructurar y presentar en el aula, teniendo en cuenta que ha de estar presente el cuerpo en movimiento.

Después de las representaciones se volverá a hacer una puesta en común-reflexión del grupo clase en la que se hable de la importancia de las tareas de cuidado y de la responsabilidad de cada uno y cada una en ellas.

ALGUNAS IDEAS

- Con esta actividad se pretende llamar la atención sobre el cuento como recurso didáctico en la Educación Física. Varias son las experiencias en esta línea, aunque todavía existen pocos materiales específicos. La idea es desarrollar un aprendizaje lúdico, interdisciplinar e interactivo, que implique al alumnado en el paso de la ficción a la realidad. En este sentido se han utilizado los llamados cuentos motores o cuentos motrices o también cuentos jugados. Cuentos, en definitiva, que utilizan la narración y el juego basándose en el movimiento. Un paso más lo constituyen los denominados cuentos motores cooperativos, cuyos relatos, según Ruiz Omeñaca (ver cita más adelante), remiten a un escenario imaginario donde los personajes cooperan entre sí, dentro de un contexto de reto y aventura, con el fin de lograr un objetivo compartido con el que niños y niñas puedan sentirse identificados.
- Esta actividad puede realizarse conjuntamente con el Área de Lengua y con el Área de Conocimiento del Medio, pues se trabaja la animación a la lectura, pero también el conocimiento de las formas de vida de nuestras antepasadas. En ese caso, el cuento puede trabajarse previa y posteriormente en el aula. En este sentido, pueden buscarse ideas en la actividad *Las mujeres de nuestras familias*, de Conocimiento del Medio.
- Si optamos por pedir al alumnado que reconstruya la historia de las mujeres de su familia, es conveniente que conozcamos su situación familiar pues, si hay algún niño o niña sin madre, puede sentirse mal. Teniéndolo en cuenta puede hacerse hincapié en que la reconstrucción ha de hacerse sobre mujeres de la familia, sea cual sea el parentesco.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- GUIMARAES BOTELHO, R. (2009): ¿Qué puede aportar la literatura infantil a una Educación Física para la Paz? *La Peonza. Revista de Educación Física para la Paz*, núm. 4.
- MATEU et A.L. (1992): *Juegos aplicados a las actividades corporales de expresión*. Paidotribo.
- RUIZ OMEÑACA, J.V. (2008): *El cuento motor cooperativo como alternativa para la educación física. Actas del VI Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas: Por un desarrollo sostenible y una educación integral*, pp. 1-16.
- RUIZ OMEÑACA, J.V. (2009): *Ljsalfar y los niños del viento*. INDE.
- RUIZ OMEÑACA, J.V. (2009): *Ljsalfar y los niños del viento. Libro del profesor: Cuentos motores cooperativos para educación primaria, segundo ciclo*. INDE.
- V.V.AA. (2008): *Las aventuras de Piensantodo y Cabezahueca: El castillo de Ratamugre. Libro del profesor*. INDE.

Julia tiene una duda

—Mamá, tengo una duda. ¿Tú trabajas o no trabajas? Es que en el cole me han dicho que lo que tú haces no es trabajar. Que eres ama de casa. Yo me he enfadado y les he dicho que tú no eres ama de nadie y que haces muchísimas cosas y me he marchado corriendo.

La madre de Julia se ríe.

—Pero, hija, ¿por qué te has enfadado y te has ido?

—Pues no lo sé. Pero no me gustaba cómo sonaba eso de ama de casa. Y además, es que no sabía qué decir. A ver, mamá, ¿tú trabajas o no trabajas? Que estoy hecha un lío...

La madre de Julia le hace un gesto para que se siente a su lado en el sofá. “Bien”, piensa Julia. “Eso significa que va a contar una historia larga”. ¡Y a ella le encantan las historias largas!

—Mi bisabuela, que se llamaba María y sería tu tatarabuela, nació y vivió siempre en el pueblo. Desde que era pequeña comenzó a ayudar a su madre en las tareas de la casa, que eran muchas: encender el fuego para poder cocinar y calentarse, sacar agua del pozo, dar de comer a las gallinas, cuidar la huerta, limpiar la casa, lavar y remendar la ropa, hacer la comida, cuidar a sus hermanos y hermanas... Cuando se hizo mayor se casó con Martín, que trabajaba de sol a sol en el campo, en unos dorados y enormes campos de trigo y cebada. Con él tuvo tres hijos y tres hijas. Y entonces también tuvo que cuidar bebés y más tarde a sus mayores. Y eso no es solo darles de comer y tener preparada ropa limpia, también es curar heridas, consolar llantos... Era la primera que se levantaba y la última que se acostaba. Y así fue durante toda su vida, hasta que muy mayor se fue a vivir con una de sus hijas, que la cuidó hasta que se murió. Como no pudo ir a la escuela, nunca aprendió a leer, pero sabía contar buenas historias. Cuando mi madre era muy pequeña la sentaba en su regazo y le contaba una...

Mi abuela, que se llamaba Upe —de Guadalupe— y era tu bisabuela, también nació en el pueblo, aunque no siempre vivió allí. Desde que era pequeña comenzó a ayudar a su madre —mi bisabuela María— en las tareas de la casa, que eran muchas: encender el fuego para poder cocinar y calentarse, sacar agua del pozo, dar de comer a las gallinas, cuidar la huerta, limpiar la casa, lavar y remendar la ropa, hacer la comida, atender a sus hermanos y hermanas... Ella sí pudo ir un poco a la escuela. Cuando se hizo mayor se casó con mi abuelo Pablo, que trabajaba de sol a sol la tierra, en unos dorados y enormes campos de trigo y cebada, y con él tuvo un hijo y dos hijas. Tuvieron que emigrar a la ciudad porque

Julia tiene una duda

las tierras no daban para todos. El abuelo trabajaba en una fábrica, en una cadena de montaje de piezas para coches y por eso le llamaban "obrero". La abuela siguió trabajando en casa.

Había cosas que ya no tenía que hacer, pues no había animales, ni huerta, ni fuego que encender, pero otras no habían cambiado tanto: limpiar, cocinar, planchar la ropa, hacer la compra, cuidar al niño y a las niñas y más tarde a los mayores... Incluyendo, ya sabes, curar heridas y consolar llantos. A ella le llamaron "ama de casa". Y, como la bisabuela María, era la primera en levantarse y la última en acostarse. Y así fue durante toda su vida, hasta que muy mayor se fue a vivir a la casa de al lado de una de sus hijas, que la cuidó hasta que se murió. Ella sí aprendió a leer, así que, por las noches, leyó cuentos a sus hijos e hijas y después a sus nietas y nietos; pero también contaba historias de vez en cuando, pues no creas que se le habían olvidado...

Mi tía Isabel y mi madre Pilar, que son tu tía abuela y tu abuela, nacieron en el pueblo pero vivieron allí poco tiempo porque enseguida la familia emigró a la ciudad. Fueron las primeras mujeres de la familia que terminaron la escuela. También tuvieron que aprender a ayudar a su madre —la abuela Upe— en las tareas de casa: limpiar, cocinar, cuidar bebés, cuidar abuelos y abuelas, planchar la ropa, hacer la compra, curar heridas y consolar llantos... Entre la escuela y la casa no les quedaba mucho tiempo para jugar, pero un poco sí. Después, al igual que su hermano —mi tío Antonio—, quisieron seguir estudiando y tener un empleo fuera de casa. Mi tía Isabel estudió para ser administrativa y enseguida encontró un empleo en una empresa. Mi madre quiso ser maestra y para eso fue a la Universidad. ¡Nunca nadie en la familia había ido a la Universidad! La tía Isabel y tu abuela Pilar se casaron y formaron sus propias familias y trabajaron fuera de casa durante toda su vida. Bueno, aún trabajan. Aunque ya les queda poco para jubilarse....

La madre de Julia hace una pausa, como si la historia se acabase ahí. Y es entonces ella la que pregunta a Julia.

—¿Qué te ha parecido la historia?

—Pero, mamá, me has hablado de todas las mujeres de la familia y me has contado muchas cosas que no sabía, pero no me has hablado de ti. A ver, mi abuela Pilar y mi tía abuela Isabel estudiaron y buscaron trabajo. O sea que ellas sí trabajan... —Julia se queda pensativa.

—Si ellas trabajan, ¿por qué tú no?

La madre de Julia sonríe dulcemente y dice:

—Es que la historia no ha acabado aún... Como te iba diciendo, mi tía Isabel y

mi madre estudiaron y buscaron trabajo. También se casaron. La tía Isabel tuvo un hijo y la abuela Pilar una hija y dos hijos. Pero se te ha olvidado preguntarme por un pequeño detalle. ¿Si ellas se pusieron a trabajar fuera de casa, quién se encargaba entonces del trabajo que hay que hacer dentro de casa?

Julia asiente con la cabeza. “Es verdad que se le ha pasado ese detalle. Si ellas trabajaban fuera, ¿quién hacía lo de dentro?”

—A lo mejor no hace falta que lo haga nadie —dice Julia.

Su madre entonces le contesta:

—¿Ah no?, ¿recuerdas qué tareas hacían las mujeres de la familia?

Y juntas enumeran las tareas:

—Las mujeres limpiaban.

—Las mujeres cocinaban.

—Las mujeres cuidaban bebés.

—Las mujeres cuidaban abuelos y abuelas.

—Las mujeres planchaban la ropa.

—Las mujeres hacían la compra.

—Las mujeres curaban heridas.

—Las mujeres consolaban llantos.

—¿Crees que esas tareas pueden dejar de hacerse? —le pregunta su madre a Julia.

Julia empieza a repasar mentalmente...

—Limpiar, aunque a veces no le haga gracia recoger su cuarto, es necesario. Si no, no encuentra nada y no tendría ropa limpia que ponerse. ¿Te imaginas tener que ponerte la ropa sucia? ¡Qué asco! Además, si lo haces sola es un rollo, pero ella y su papá David se ponen a recoger y limpiar juntos los sábados por la mañana con la música a todo volumen y la escoba y la fregona como micrófonos. Ja, ja. La verdad es que cantan fatal...

—Cocinar está clarísimo que sí. Un poco de suciedad vale, pero... ¡Imagínate sin comida! Ella sabe hacerse el desayuno solita, pero no más. Aunque a veces ayuda un poco: es la encargada de lavar las verduras para la ensalada, por ejemplo. Le gusta ver a su madre cocinar, parece una maga venga a mezclar cosas de diferentes colores y olores en una olla o en una sartén, de la que luego sale algo riquíiiiiiiiiiiiiisimo. ¡Es mágico!

Julia tiene una duda

—Cuidar bebés, cuidar bebés. Eso... Eso tampoco puede dejar de hacerse. Y mira que a veces querría que su hermano no estuviera: cuando llora mucho, cuando su mamá y su papá solo están pendientes de él y no tienen tiempo para jugar con ella... Pero bueno, también tiene ratos divertidos el enano. Además, su mamá le ha explicado que ella de pequeña también lloraba y necesitaba que la cuidasen todo el tiempo... Luego el enano se hará mayor, como ella, y podrán jugar juntos a más cosas.

—Cuidar abuelos y abuelas. Uhm... Ella tiene tres: la abuela Pilar, el abuelo Marcos y el abuelo José. Pero la abuela Pilar y el abuelo Marcos viven en otra ciudad y les ve poquito. Cerca solo tiene un abuelo, el abuelo José. Antes vivía en el pueblo, pero desde hace tiempo vive con su tío Pedrito. ¿Quién cuida a quién? ¿Su tío al abuelo o el abuelo a su tío? Eso no lo tiene claro, tendrá que preguntarlo. Él a veces viene a buscarla al cole y le cuenta historias del pueblo, de cuando era pequeño. A ella le encantan. Eso significa que el abuelo la cuida a ella, ¿no? Entonces, ¿por qué hay que cuidar al abuelo?

—Planchar la ropa. Esto lo tiene clarísimo. Es una pérdida de tiempo. ¡Qué más da quitar las arrugas a la ropa si van a volver a salir! Su madre dice que no se puede ir con la ropa arrugada, pero la verdad es que ir tal vez no, pero volver... Volver ella siempre vuelve con la ropa arrugada y no pasa nada. Tiene que decírselo a su madre. Ha encontrado una tarea que no es necesaria. A ver las que quedan...

—Hacer la compra. ¡Uy! Está sí. Que si no hay compra no hay comida. Además a ella le encanta ir a comprar y recorrer el barrio y escuchar las conversaciones de la gente mayor. Primero van a la frutería, después a la pescadería y luego a la panadería. Y su madre habla con el frutero, con la pescadera y con el panadero, pero también con las vecinas y vecinos que se van encontrando, que son moggollón. Que si el tiempo —ponme dos kilos de naranjas de zumo y un melón que esté maduro—; que si el hijo de una ha encontrado por fin trabajo y se va ya de casa —un kilo de cebollas, medio de zanahorias y una col, que quiero hacer caldo—; que si la hija de otro ha empezado a ir a la universidad —¿qué pescado tienes que sea fresco y de por aquí cerca? —; que si la señora Carmen se ha roto la cadera —quería una barra de pan integral—; que si en la Asociación de Vecinos y Vecinas hay que hacer una reunión para pedir otro parque en el barrio... Sí, definitivamente, la compra es necesaria. Si no, ¿cómo te enteras de lo que pasa en el barrio?

—Curar heridas. Ésta también que si no... ¡Con la de veces que llega ella a casa con raspones! La verdad es que ya casi podría hacerlo sola: primero se lava la herida, después de echa un poco de agua oxigenada y a secar al aire que es mejor que taparla. Pero a veces escuece y si se lo hace su madre le sopla suavemente. Y

depende de lo que te hagas... Porque una vez se cayó en un arbusto y se llenó las manos de pinchos y tuvieron que quitárselos con unas pinzas. ¡Cómo dolían!

—Consolar llantos. Hablando de pinchos en las manos... Vale, sí, esa vez lloró y lloró mientras su madre le curaba las manos, pero es que dolía mucho. Porque normalmente, aunque le tengan que curar heridas, ella no llora. El que llora es el enano, que llora para cualquier cosa ¡Cómo no sabe hablar! Bueno, pensándolo bien, ella a veces sí llora... Cuando tiene miedo, cuando se ha enfadado con un amigo o amiga en el cole, cuando le ha salido algo mal. Y entonces su madre la abraza fuerte, le acaricia el pelo y le habla suave. Y allí, en los brazos de su madre, ella se siente bien...

Julia no se ha dado ni cuenta, pero lleva largo rato ensimismada en sus pensamientos. Su madre, mientras, ha bañado a su hermano, le ha dado la cena y le ha metido en su cuna. Ahora está preparando la cena para ellas dos, pues hoy su padre trabaja en el turno de noche y no está. Julia aparece en la cocina.

—Mamá, lo he estado pensando y, menos lo de planchar la ropa, todas las demás tareas me parecen necesarias. Bueno, también tengo una duda. ¿El abuelo José cuida al tío Pedrito o el tío Pedrito cuida al abuelo José?

La madre de Julia se ríe y contesta:

—Pues ahora que lo dices, hija, creo que las dos cosas. El abuelo se vino del pueblo porque estaba un poco mayor para vivir solo. No es que esté enfermo, pero cuando la gente es mayor necesita más atenciones. Y creo que a tu tío no le viene nada mal tener a alguien cerca. Ahora se preocupa más por comer bien y esas cosas... Así que ambos se cuidan mutuamente.

La madre de Julia mira a su hija con cariño.

—¿Te has dado cuenta, entonces, de la cantidad de trabajo que se hace dentro de casa? Mucha gente no lo piensa, pero trabajar en casa también es trabajar, a veces es bonito, pero muchas otras es duro y cansado. Si vives solo o sola y solo tienes que cuidarte a ti puedes compaginarlo bien con un trabajo fuera de casa, pero si tienes personas pequeñas o mayores que cuidar, entonces es más difícil.

La madre de Julia suspira, vuelve a sonreír y le pregunta: "¿Seguimos con la historia?".

—La tía Isabel y la abuela Pilar estudiaron y trabajaron fuera de casa, pero también tuvieron que trabajar dentro. Porque ya sabes que hay tareas que no pueden dejar de hacerse... Y sus parejas no ayudaban mucho. Les habían enseñado que eso era cosa de mujeres y, como mucho, ayudaban algo y a regañadientes. Pero ellas, no sé cómo, encontraban también tiempos para leer y contar

Julia tiene una duda

historias. ¡Cuánto me gustaba que mi madre me contase cuentos o historias antes de dormir!

La madre de Julia cierra los ojos y su cara se ilumina mientras recuerda.

—Y ahora te hablaré de mí.

Julia la mira expectante. Ahora ya sabe la historia de muchas mujeres de su familia y está deseando oír la de su mamá.

—Yo nací en la ciudad, aunque no siempre he vivido en el mismo sitio. Estudié hasta que me hice mayor y luego busqué un trabajo. He vivido con amigos y amigas y también sola. Un día decidí que quería ser madre y te tuve a ti. Cuando tienes un bebé, durante unos meses dejas de trabajar para poder atenderlo, pero luego tienes que volver... Así que eso hice. Pero tú ya sabes la cantidad de cosas que hay que hacer en casa... La abuela Pilar se vino una temporada para ayudarnos y también nos echaron una mano algunos amigos y amigas. ¡Menos mal! Más tarde conocí a David, nos gustamos mucho y, pasado un tiempo, decidimos que queríamos vivir juntos y ser tu papá y tu mamá. David y yo trabajábamos fuera y dentro de casa, repartiéndonos todas las tareas, y lo llevábamos bien. Pero luego me quedé embarazada de tu hermanito y no me renovaron el contrato en la empresa donde trabajaba. Al principio me enfadé mucho porque no era justo. Pero luego decidí ver la parte positiva: en casa habría menos dinero pero más tiempo para cuidar de tu hermano y de ti. Y también para cuidar de mí misma, que también lo necesito. Que antes iba corriendo a todos los lados y no tenía ni un momento para mí. Hasta había dejado de leer y de contar historias... Y eso no puede ser, ¿a qué no?

Julia niega con su cabeza.

—La idea es estar un tiempo así, hasta que tu hermano crezca un poco más, y luego volver a buscar un trabajo. Entonces será David quien se quede una temporada en casa, que él también quiere tener tiempo y disfrutar de cuidarlos... Pero esa será otra historia. Ahora, venga, a cenar, que se nos enfría la sopa.

Julia saborea su sopa pensativa. Esa tarde ha aprendido muchas cosas y está deseando que llegue mañana para poder explicar a sus compañeras y compañeros que sí, que tienen razón, que su madre es ama de casa. “Y ya verás cuándo les diga que su padre también quiere ser ama de casa...”.

Irene Sánchez Choya



Deportes para todos y todas



OBJETIVOS

- Reflexionar críticamente sobre los deportes que conocemos y practicamos reconociendo estereotipos de género.
- Ofrecer modelos deportivos no estereotipados en función del género.
- Fomentar la creación de hábitos de práctica de actividad física dando a conocer nuevos deportes que podemos incorporar en nuestro tiempo libre.
- Aceptar el reto que supone competir, entendiendo que la oposición es una estrategia del juego pero no una actitud frente a las demás personas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Cuestionario individual y devolución de los datos por parte del profesorado.
- Investigación del alumnado.
- Puesta en común.
- Práctica de actividades deportivas.
- Posibilidad de implicar al centro educativo.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ficha *Deportes para todos y todas*.
- Material y espacios adecuados para los deportes propuestos.

DESARROLLO

Esta actividad consta de dos partes.

Investigando sobre los hábitos deportivos en nuestra clase y nuestro centro: El profesorado comenzará la actividad pidiendo a niñas y niños en una sesión anterior que, de forma anónima pero señalando su sexo, rellenen la ficha de la actividad. En ella se les pregunta qué deportes

practican, cuáles les gusta ver, cuáles les gustaría practicar y cuáles no; explicando en todos los casos por qué. El profesorado desagregará los datos por sexo para devolver los resultados haciendo hincapié en las diferencias encontradas: ¿practican las chicas y chicos de la clase habitualmente deporte?, ¿con qué frecuencia?, ¿en qué momentos?, ¿quiénes compiten?, ¿practican los mismos deportes?, ¿les gustan ver los mismos deportes? Además de contar con las respuestas escritas, se puede preguntar por qué creen que existen esas diferencias; así como facilitar datos sobre los estereotipos aún presentes en torno a la práctica deportiva que hacen que haya deportes considerados “masculinos” y deportes considerados “femeninos”.

En un segundo momento, puede plantearse realizar esta mini-encuesta en todo el centro educativo. Esta vez sería el alumnado el encargado de realizarla y para ello puede decidirse, en asamblea, cómo organizarse: qué muestra escoger (teniendo en cuenta no solo al alumnado, también puede extenderse al profesorado y a las familias), cómo recoger los datos, cómo ordenarlos, interpretarlos y resumirlos. Una vez estén los datos resumidos la investigación se enriquecerá recogiendo mitos y estereotipos de género sobre la práctica deportiva. Mitos y estereotipos que habrán de ser desmontados por el propio alumnado. También será importante reflexionar sobre las consecuencias negativas que estos tienen para chicos y chicas, hombres y mujeres. Con todo el material puede prepararse una exposición en el centro educativo.

Conociendo otros deportes: La segunda parte de la actividad se dedicará a conocer y practicar deportes poco estereotipados en función del género. En este sentido, destacamos dos propuestas. Por un lado, los llamados deportes de cancha dividida y, por otro, las actividades deportivas en el medio natural.

Los juegos deportivos de red o de cancha dividida se caracterizan porque los jugadores o jugadoras se sitúan frente a frente en espacios diferenciados y separados por una red (o una cuerda, una raya, etc.) con el objetivo de lanzar un móvil por encima de ésta de forma que caiga en el campo contrario o resulte difícil su devolución. Cabe destacar que no existe disputa ni presión por el móvil, ya que las acciones de las personas participantes se producen de forma alternativa, ni hay tampoco contacto físico. Estas características permiten cierta equidad en la participación. Asimismo, existen multitud de variantes para facilitar el juego (respecto al número de participantes, el tipo de móvil, las reglas, etc.), para fomentar el trabajo en equipo y el aprendizaje colaborativo y disfrutar de la competición entendida como superación de retos, como medio y no como fin. Dentro de los deportes de cancha dividida destacamos el minivoley. Pues, además de tener las ventajas de otros juegos deportivos de red, su práctica en el aula también puede servir como iniciación deportiva y motivar al alumnado hacia la práctica deportiva organizada —pensamos sobre todo en las chicas, que suelen participar menos en el deporte extraescolar—. En este sentido, sería interesante contar con la posibilidad de darle continuidad a la práctica (minivoley o voleibol en las actividades extraescolares del centro o en un lugar próximo y en los centros de secundaria a los que acudirá el alumnado).

Las actividades físicas en el medio natural suponen, en primer lugar, una fuente de motivación para sus practicantes, pues a casi todo el mundo le resulta gratificante hacer una ex-

DESARROLLO

cursión o actividad al aire libre. Por otro lado, requieren una participación activa y un esfuerzo personal que, junto al riesgo —controlado y asumido— característico de este tipo de actividades contribuyen a generar sensaciones de superación, autonomía y autoafirmación personal. En este sentido, también es destacable que es un medio en el que muchas veces pueden fomentarse actitudes de ayuda y cooperación. Las actividades físicas en el medio natural son muchas y diversas (en función de sus características, del espacio de práctica, etc.), aquí proponemos dos actividades deportivas que se desarrollan fundamentalmente en el medio natural, pero que también pueden adaptarse a entornos próximos: la orientación y la escalada deportiva. En ambos casos puede comenzarse la práctica en el propio centro escolar —a partir de la elaboración de un mapa del centro en el primer caso, y de juegos en el propio gimnasio en el segundo—, después pasar a un entorno próximo —un parque, un rocódromo— y más adelante hacer una salida al medio natural —orientación en un bosque, escalada en una zona natural equipada—. También en este caso sería conveniente ofrecer al alumnado la posibilidad de continuar con la práctica de estas actividades, siendo aconsejable contar con información sobre las federaciones o clubes correspondientes.

ALGUNAS IDEAS

- Si en la recogida de datos inicial no se apreciaran apenas diferencias entre los alumnos y las alumnas de la clase, el profesorado puede presentar datos sobre la presencia de esas diferencias en la edad adulta, planteando entonces por qué creen que se producen estas.
- Las preferencias de los chicos hacia la práctica deportiva corresponden a actividades colectivas y competitivas, tales como el fútbol y el baloncesto. Mientras las chicas muestran actitudes positivas hacia actividades de tipo individual y estéticas, tales como el aeróbic y la natación, actividades que no suelen estar presentes en las clases de Educación Física.
- Las alumnas, a lo largo de las diferentes etapas educativas, van mostrando actitudes más negativas hacia la práctica deportiva. Cabe destacar entre las razones señaladas como explicativas de dichas actitudes, la autopercepción sobre su capacidad atlética y la escasa aceptación social de las chicas deportistas, en cuanto que son aspectos que podrían trabajarse en el aula. Y es que las alumnas se pierden así, en su etapa escolar y en su vida adulta, importantes experiencias educativas y vitales y beneficios tales como salud, autoestima y diversión. Habrá que tener en cuenta, por lo tanto, que las chicas necesitan mayor estimulación y refuerzo positivo por parte del profesorado.
- Las diferencias en cuanto a la práctica deportiva y el género en los chicos y chicas aparecen progresivamente, respondiendo no a sus propias concepciones acerca del deporte, sino a las de las personas adultas que les rodean. De ahí la importancia de implicar en este sentido a las familias y de contar con referentes femeninos cercanos que practiquen deporte.
- Sería conveniente que el profesorado de Educación Física se implique, a ser posible, en la selección de la oferta de actividades extraescolares deportivas del centro educativo, de forma que se tengan en cuenta los intereses de las alumnas y se fomente su participación

ALGUNAS IDEAS

en las mismas. Si se colabora con el AMPA puede ser un excelente cauce para reflexionar con las familias en esta línea.

- Con la mini-encuesta realizada por el alumnado puede trabajarse en colaboración con el área de Matemáticas, pues será necesario saber recoger datos, desagregarlos por sexo, ordenarlos, interpretarlos y resumirlos.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- CAMERINO, O. (2004): El deporte recreativo dentro y fuera de la escuela. *Ocio y deporte. Un análisis multidisciplinar*, pp. 211-221. Universidad de Deusto.
- CORCUERA GONZALEZ DE GARAY, J. (2006): Iniciación a la escalada deportiva en la escuela. *Revista digital*, núm. 98 Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd98/escalada.htm> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- LORENTE MOYA, R. y ZARAGOZA CARRERES, A. *Voley Agafat: Introducción a los juegos de cancha dividida*. Disponible en: http://intercentros.cult.gva.es/cefire/12400551/ef/Cd_Jornades_07/talleres/T_Volei.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- MARTÍN CAÑADA, M.A. (2008): La orientación deportiva en educación primaria. *Revista Digital Práctica Docente*, núm. 10.
- MÉNDEZ GIMÉNEZ, A. (2000): Diseño e intencionalidad de los juegos modificados de cancha dividida y muro. *Educación Física y deportes*, núm. 18. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd18a/juegosm.htm> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Federación Española de Voleibol (reglamento de minivoley): <http://www.rfevb.com/home/tecnificacion/tecnificacion.asp> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Federación Española de Orientación: <http://www.fedo.org/mambo/index.php?option=displaypage&Itemid=117&op=page&SubMenu> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada: <http://www.fedme.es/> [fecha de acceso: 01/09/2010].

Deportes para todos y todas

Señala si eres chico  o chica  con el símbolo apropiado:

¿Sueles practicar deporte habitualmente? Si la respuesta es afirmativa, indica en qué momentos (todos los días, dos días por semana, el fin de semana, en las clases de educación física, en el recreo, en clases extraescolares, compito...)

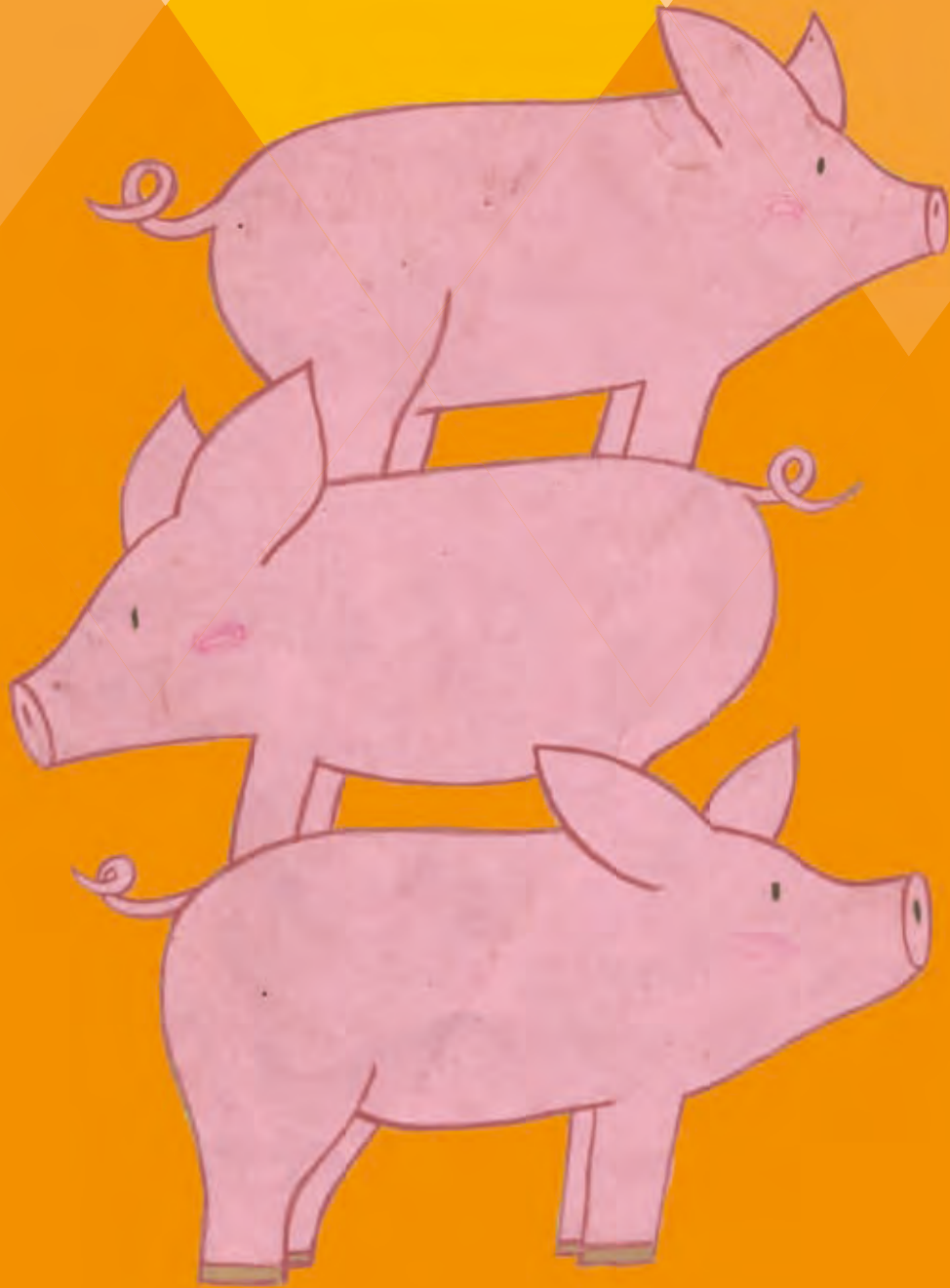
¿Qué deportes sueles practicar? ¿Por qué?

¿Qué deportes te gusta ver? ¿Por qué?

¿Qué deportes te gustaría practicar? ¿Por qué?

¿Qué deportes no te gustaría practicar? ¿Por qué?





LENGUA Y LITERATURA

LENGUA Y LITERATURA

LENGUA Y LITERATURA



1. Qué nos dice el currículo

Esta área es de especial importancia desde una perspectiva coeducadora, en la medida en que el lenguaje no solo reproduce sino también crea la realidad que vivimos. En este sentido, en la introducción se señala: “aprender una lengua no es únicamente apropiarse de un sistema de signos, sino también de los significados culturales que estos transmiten y, con estos significados, de los modos en que las personas del entorno entienden o interpretan la realidad. El lenguaje contribuye de esta forma a construir una representación del mundo socialmente compartida y comunicable y a la integración social y cultural de las personas. Por esta razón es importante el aprendizaje y la utilización de un lenguaje inclusivo y no sexista, que refleje un mundo en el que todos los niños y niñas se reconozcan”. Destaca también la referencia que se hace al lenguaje oral: “el uso oral informal —el uso espontáneo entre interlocutores con trato frecuente y familiar— es objeto de observación y análisis con el fin de reconocer las normas socio-comunicativas que rigen el intercambio, para observar las estrategias que ponen en funcionamiento los hablantes con el fin de lograr una comunicación satisfactoria y para reconocer y criticar estereotipos y prejuicios, tanto sociales como sociolingüísticos”. Así como, en relación con la literatura, es importante que señale que “es esencial la elección de textos que fomenten valores como la igualdad entre hombres y mujeres y la convivencia pacífica”.

En el apartado sobre la contribución de esta área al desarrollo de las competencias básicas, destacan los siguientes párrafos:

“El acceso al saber y a la construcción de conocimientos mediante el lenguaje se relaciona directamente con las competencias básicas de autonomía e iniciativa personal y de aprender a aprender. El lenguaje, además de instrumento de comunicación, es un medio de representación del mundo y está en la base del pensamiento y del conocimiento, permite comunicarse con uno mismo y con los demás, analizar problemas, elaborar planes y emprender procesos de decisión. En suma, regula y orienta nuestra propia actividad con progresiva autonomía. Por ello su desarrollo y su mejora desde el área contribuye a organizar el pensamiento, a comunicar afectos y sentimientos, a regular emociones favoreciendo el desarrollo de ambas competencias”. [...]

“La lengua contribuye poderosamente al desarrollo de la competencia social y ciudadana, entendida como habilidades y destrezas para la convivencia, el respeto y el entendimiento entre las personas, ya que necesariamente su adquisición requiere el uso de la lengua como base de la comunicación. Aprender lengua es, ante todo, aprender a comunicarse con las demás personas, a comprender lo que estas transmiten, a tomar contacto con distintas realidades y a asumir la propia expresión como modalidad fundamental de apertura a los demás”.

“Por otra parte, en la medida que una educación lingüística satisfactoria valora todas las lenguas como igualmente aptas para desempeñar las funciones de comunicación y de representación, analiza los modos mediante los que el lenguaje trasmite y sanciona prejuicios e

imágenes estereotipadas del mundo, con el objeto de contribuir a la erradicación de los usos discriminatorios del lenguaje, se está contribuyendo al desarrollo de esta competencia”.

En las orientaciones metodológicas es relevante el interés que se pone en el aprendizaje cooperativo, en cuanto que: “proporciona ocasiones para expresarse, discutir y conversar entre iguales y con las personas adultas, favorece la convivencia y la construcción en común del conocimiento mediante el desarrollo de las competencias comunicativas, de la capacidad de trabajar en equipo y de mantener relaciones fluidas con los semejantes. Mediante esta organización del trabajo que favorece la interacción de los niños y niñas, el intercambio de información y de ideas, la puesta en común de estrategias de aprendizaje y la adopción de decisiones conjuntas, los niños y niñas forman su personalidad en relación con los demás. Así, el aula, lugar privilegiado de comunicación y transmisión de conocimientos, se convierte también en un lugar de convivencia donde todos pueden comunicarse dentro de un clima de libertad y respeto”.

Respecto a los objetivos, llaman la atención dos:

- “Utilizar la lengua para relacionarse y expresarse de manera adecuada en la actividad social y cultural adoptando una actitud respetuosa y de cooperación, para tomar conciencia de los propios sentimientos e ideas y para controlar la propia conducta, desarrollando la sensibilidad, la creatividad y la estética en el uso personal del lenguaje”.
- “Reflexionar sobre los diferentes usos sociales de las lenguas para evitar los estereotipos lingüísticos que suponen juicios de valor y prejuicios clasistas, racistas, sexistas o xenófobos”.

En cuanto a los contenidos, destacan los siguientes:

En el bloque 1, *Escuchar, hablar y conversar*:

- “Participación y cooperación en situaciones comunicativas del aula, valorando y respetando las normas que rigen la interacción oral”.
- “Utilización de la lengua para tomar conciencia de las ideas y los sentimientos propios y de los demás y para regular la propia conducta, empleando un lenguaje no discriminatorio y respetuoso con las diferencias”.

En el bloque 2, *Leer y escribir*:

- “Actitud crítica ante los mensajes que suponen cualquier tipo de discriminación y favorable hacia los mensajes que fomenten valores como la igualdad entre los sexos, la interculturalidad, la convivencia, la paz y el cuidado y defensa del medio ambiente”.
- “Interés por los textos escritos como fuente de diversión, de información y de aprendizaje, así como medio de comunicación de experiencias, de regulación de la convivencia y enriquecimiento lingüístico y personal”.

Introducción

En el bloque 3, *Educación literaria*:

- “Valoración y aprecio del texto literario como vehículo de comunicación, fuente de conocimiento de otros mundos, tiempos y culturas, como hecho cultural, recurso de disfrute personal y medio de perfeccionamiento, enriquecimiento lingüístico y expresión y sensibilidad estética”.

En el bloque 4, *Conocimiento de la lengua*:

- “Reconocimiento de los papeles sociales como factores condicionantes de los intercambios comunicativos”.

2. Algunas orientaciones para las actividades

En esta área hemos trabajado los tres primeros contenidos curriculares: escuchar, hablar y conversar; leer y escribir; y educación literaria. A continuación exponemos algunas ideas que subyacen a las actividades planteadas y cuya lectura previa puede ser de utilidad para su puesta en práctica.

El uso de un lenguaje no sexista

Sabemos que el lenguaje configura nuestra forma de ver el mundo y que lo que no se nombra no existe. Sin embargo, nos sigue costando transformar nuestras formas de expresarnos y usar un lenguaje no sexista. En este sentido, nos tenemos que enfrentar a varios tópicos: “el uso del masculino genérico es una norma y el castellano es así”, como si las normas no respondieran a una ideología y a un contexto sociohistórico, como si las normas no pudieran transformarse; “el lenguaje no sexista va contra la economía del lenguaje”, como si la economía rigiera siempre el uso del lenguaje; “el lenguaje no sexista es farragoso”, como si no existieran múltiples posibilidades y no pudiéramos crear otras... Hay genéricos no sexistas, sustantivos abstractos, cambios en las formas verbales y, por qué no, palabras por inventar. Las lenguas están vivas y han de mostrar la realidad. Queremos nombrar a unas y otros, sus experiencias, sus deseos, sus inquietudes, sin invisibilizar, ni infravalorar. No hay que olvidar que el sexismo en el lenguaje tiene fundamentalmente dos efectos: silenciar y despreciar. Por un lado, las mujeres son silenciadas bajo el falso masculino genérico, pero también por el denominado salto semántico (por ejemplo, “todo el pueblo bajó al río, quedándose en la aldea solo las mujeres y los niños”, ¿quién bajó?). Por otro, el desprecio hacia las mujeres se manifiesta en los duales aparentes (“zorro/zorra”), en los vacíos léxicos (“víbora”, “mujeriego”), en los refranes y frases hechas, etc. Especial atención tenemos que prestar también a las diferencias de trato y de atención que prestamos a chicos y chicas en el uso del lenguaje oral: la frecuencia de intercambios orales, el número de palabras dirigidas a unos y otras, las expresiones estereotipadas, los estímulos y refuerzos, las amonestaciones, los aumentativos y diminutivos. Cambiando el lenguaje, contribuiremos a transformar la realidad... Para quien todavía tenga dudas, un ejemplo de Montserrat Moreno (*Cómo se aprende a ser niña en la escuela*. Icaria, 2000):

[La niña] Primero aprenderá que se dirigen a ella llamándola “niña”, por tanto si oye frases como “los niños que terminen pueden ir al recreo” permanecerá sentada en su pupitre contemplando impaciente la tarea concluida en espera de que una frase en femenino le abra las puertas del ansiado recreo. Pero estas frases no suelen llegar nunca, es más probable que la maestra diga al advertir que ha terminado: “Fulanita, he dicho que los niños que hayan terminado...” y si sigue sin darse por aludida, entonces le explicará que cuando dice “niños” se está refiriendo también a las niñas. Pero si incurre en el error de creer que la palabra “niño” concierne por igual a los dos sexos, pronto verá frustradas sus ilusiones igualitarias. La hilaridad de sus compañeros ante su mano alzada le puede hacer comprender, bruscamente, que hubiera sido mejor no darse por aludida en frases del tipo: “los niños que quieran formar parte del equipo de fútbol que levanten la mano”. En casos como éste, la maestra suele intervenir recordando: “He dicho los niños”, ante lo cual la estupefacta niña pensará: “¿pero no había dicho los niños?”.

La expresión de sentimientos

Desde una perspectiva coeducativa, hay que llamar la atención sobre la importancia de educar tanto a las niñas como a los niños en la expresión de emociones, sentimientos y afectos. De esta manera, contribuiremos a mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales entre todas las personas. Solo cuando somos conscientes de nuestros afectos podemos ponernos en el lugar de otras personas, comprender cómo se sienten y cómo puede afectarles lo que hagamos. Además, el manejo fluido de nuestras emociones y sentimientos facilita que nos enfrentemos a nuestros miedos, controlemos la ira, tomemos decisiones, pidamos y demos ayuda, solucionemos problemas, compartamos, cooperemos y disfrutemos; en definitiva, vivamos.

Las mujeres y la lengua y la literatura

El lenguaje oral es un elemento esencial para el desarrollo del pensamiento y el punto de partida de la lengua escrita. Se trata de un canal esencial de comunicación, información y entretenimiento que, a pesar de ser practicado a diario, en la actualidad parece devaluado por la gran diversidad y las nuevas posibilidades de comunicación que se abren con el desarrollo de las nuevas tecnologías, como es el caso de Internet. Contando cuentos, fábulas, historias, etc., hombres y mujeres, a lo largo de diferentes épocas y culturas, han transmitido las costumbres y saberes del momento. En este sentido, las mujeres han desempeñado un importante papel en la tradición oral, puesto que a través de ella transmitían conocimientos y saberes, destacando especialmente la comunicación entre las propias mujeres. Esta práctica femenina no solo ha sido invisibilizada al no considerarse “importante”, sino también, en muchas ocasiones, devaluada, identificándola como “cosas de mujeres” —o como chismorrear, cotillear, etc.—, ocultando cómo ha servido para la creación de lazos afectivos entre mujeres. Recuperar la tradición oral y el papel de las mujeres en ésta como transmisoras de cultura es una tarea educativa importante. Si las mujeres han estado históricamente relegadas del uso público del lenguaje oral, lo mismo ha ocurrido con el lenguaje escrito. Es importante visibilizar las dificul-

tades que las mujeres han tenido para escribir: sin “una habitación propia”; con un acceso muy limitado a los estudios; teniendo que firmar con un nombre masculino (pueden investigarse las biografías de Virginia Wolf, Jane Austen, Charlotte Brönte, María Moliner, Rosalía de Castro...).

El análisis con perspectiva de género

La literatura infantil cumple un papel muy importante en las escuelas. Los cuentos, tradicionales o no, se utilizan de forma habitual. Sin embargo, no es tan habitual realizar un análisis crítico de los valores que esos cuentos transmiten. Cuando leemos un cuento, asimilamos la historia que éste nos narra y los modelos de género, es decir, lo que significa ser mujer y ser hombre. Os invitamos a hacer una lectura crítica, que incluya un análisis con perspectiva de género. No se debe olvidar nunca que la literatura no es neutral, transmite ideología. En este sentido, será importante contextualizar históricamente cada obra, pero también aportar diferentes modelos de una misma época, pues a lo largo de la historia siempre ha habido mujeres y hombres que no respondían a los estereotipos de género y luchaban por la igualdad. En las actividades proponemos herramientas y bibliografía para realizar un análisis de género en los textos que usemos. Un análisis que utilizaremos también para analizar los propios textos generados por el alumnado en el aula.

3. Para ampliar

- MATEOS GIL, A. y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- MORENO LLANEZA, M.A. (2007): *Coeducamos. Sensibilización y formación del profesorado. Analizamos el sexismo en la literatura infantil*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en: <http://web.educastur.princast.es/proyectos/coeduca/wp-content/uploads/2007/04/libros.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- RAMOS LÓPEZ, C. (2006): *Vivir los cuentos. Guía para contar los cuentos*. Junta de Andalucía, Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, Instituto Andaluz de la Mujer. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/bibliotecaescolar/images/MisPdf/Guiavivirloscuentos.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- RODRIGUEZ HEVIA, G. (2003): *¿Qué es ...? El lenguaje sexista*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en: http://institutoasturianodelamujer.com/iam/wp-content/uploads/2010/02/IAM-U_210374_n2.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- T-incluye.org - Recopilatorio de recursos web sobre lenguaje no sexista. Disponible en: http://www.tincluye.org/recursos/documentos/documentos/Recopilatorio_de_recursos_web_sobre_lenguaje_no_sexista.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- VVAA. (2007) *Cuida tu lenguaje, lo dice todo*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en: <http://institutoasturianodelamujer.com/iam/wp-content/uploads/2010/11/cuida-tu-lenguaje.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].





OBJETIVO

- Potenciar la expresión y comprensión oral para comunicar y transmitir experiencias, pensamientos, deseos o sentimientos.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Relajación y expresión corporal a partir de un relato.
- Investigación individual.
- Puesta en común.
- Elaboración de un "cofre mágico" de forma colectiva.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Reproductor de música.
- Aula o espacio exterior apropiado.
- Fotografías y objetos aportados por el alumnado.
- Una caja de cartón, papel y pinturas.

DESARROLLO

Comenzaremos la actividad con un ejercicio de relajación que fomente la imaginación y creatividad en el alumnado a partir de la lectura de un relato con un lenguaje no sexista. Para ello hay varios elementos que debemos tener en cuenta:

- El espacio: Debe ser amplio y libre de obstáculos para que el alumnado pueda moverse libremente y sin riesgo de tener accidentes.
- El ambiente: Ha de ser tranquilo y relajado, para ello podremos utilizar música de fondo que transmita tranquilidad y resulte sugerente.
- El relato: Es muy importante seleccionar un relato que utilice un lenguaje neutro, en el que el masculino no sea utilizado de forma genérica y a través del cual no transmitamos estereotipos de género al alumnado. Teniendo presente este aspecto, podrá utilizarse cualquier relato. Como ejemplo proponemos un relato de relajación de Almudena Mateos Gil.

Relato de relajación

Se leerá el siguiente relato de forma pausada, aunque manteniendo el ritmo, de manera que el alumnado se vaya introduciendo en la historia mientras ésta cobra vida en su imaginación. Mientras, el alumnado la irá interpretando mediante la expresión corporal libre.

“Has nacido en el planeta Arte y te puedes mover libremente expresándote como quieras con tu cuerpo. Pero aún dentro de la libertad hay elementos condicionantes que con solo tocarte te paralizan. (En este momento todo el grupo se para). Lo bueno es que con un segundo contacto te vuelven a dar libertad (el profesorado tocará suavemente a cada niño y niña y poco a poco recuperarán su movilidad por el espacio).

El espacio sobre el que caminas es blando y confortable, respiras un aire muy puro que te despierta sensaciones parecidas a cuando descansas sobre la hierba fresca. De repente desde lo alto comienzan a llegarte ruidos, te resultan familiares pero será necesario pararte y encontrar otra oreja más que ayude a las tuyas a identificar el sonido que te perturba. Una vez reconocido el sonido que hacen las estrellas cuando se encienden para guardar las noches de todas las criaturas que poblamos la tierra, retomas tu marcha.

Ya es de noche y para poder avanzar en una zona estrecha y peligrosa tendrás que guiarte por alguna de las criaturas que también pueblan este planeta. Busca una mano amiga que te oriente hacia una senda segura. Una vez que todos nuestros tobillos estén preparados y coordinados podremos continuar el camino que cada cual considere mejor. Un poco más adelante, cuando te dejes capturar por la noche, sus sonidos y olores, tendrás la oportunidad de conocer a unas criaturas mágicas que elaboran nubes de risa, vida y caramelo, desde las que podréis desplegar las alas de libertad y magia que todas las criaturas llevamos dentro.

Para poder volar solo será necesario crear un círculo entre todas, sentarnos juntas y colocar nuestra mano en la nuca de la criatura que tenemos al lado, pues de ellas emana la dosis justa de luz, magia y calor para iniciar este viaje mágico que es el descubrimiento de nuestro interior... Mientras vuelas fíjate en el paisaje, las criaturas que lo habitan, detente si quieres para ver qué están haciendo o continúa viajando... ". (Dejamos unos minutos al grupo con la música de fondo para que pueda visualizar ese mundo mágico).

Después del relato, pediremos que cada persona cuente lo que ha imaginado, lo que ha sentido, si se ha dejado o no llevar por la imaginación y que haga una descripción de las criaturas que ha visualizado y lo que hacían. Para analizar la influencia del relato, el profesorado deberá fijarse en las atribuciones que se hace a esas criaturas en función del sexo, si es que se les ha atribuido algún sexo. De esta manera podremos comprobar si el alumnado tiene o no interiorizados estereotipos de género y en qué grado. En caso de detectarlos, deberán ser analizados conjuntamente en el aula.

DESARROLLO

A continuación, se pedirá a niños y niñas que individualmente pregunten a personas mayores de su entorno familiar sobre un objeto especial, una fotografía, etc. que les recuerde un momento especial para que nos cuenten qué hace que ese objeto o esa fotografía tenga ese valor añadido. Con esto lo que pretendemos es favorecer un espacio para el intercambio de historias con las personas mayores del entorno familiar. Luego, con ayuda de su familia, deberán buscar una foto o cualquier otro objeto que les evoque un momento o experiencia que les haya parecido mágica y especial, que posteriormente contarán a sus compañeros y compañeras. Si se opta por un objeto, es interesante que se pueda llevar al aula (también puede fotografiarse). Se podrán dar algunas orientaciones para contar las historias, puesto que hay elementos que toda historia debe tener:

1. Planteamiento: Se hará una presentación del objeto o de la fotografía situando a las personas protagonistas.
2. Desarrollo o nudo: Deberán describir el momento, la experiencia, los sentimientos vividos que hacen que ese objeto sea tan especial.
3. Desenlace: Para cerrar la historia, podemos resumir en pocas palabras qué sentimiento o sensación nos evoca ese objeto. Por ejemplo, "siempre que miro esa fotografía me siento feliz".

Para ambientar la historia, el alumnado podrá crear efectos sonoros y visuales en función de su imaginación y de los recursos existentes.

Para finalizar la actividad, en gran grupo, se elaborará un cofre mágico en el que guardarán los objetos (o fotografías de los mismos) y las historias que se asocian a ellos, pudiendo ser rescatados en otros momentos como si de una cápsula del tiempo se tratara.

ALGUNAS IDEAS

- Es importante reflexionar sobre cómo a través de la tradición oral se han transmitido historias más o menos verdaderas que perduran en el tiempo, que nos permiten conocer cómo han vivido generaciones anteriores, lo que queda, lo que ha cambiado, cómo han influido en la cultura actual, las razones de los cambios, etc. teniendo presente la perspectiva de género.
- Sería también interesante invitar a las familias al aula para contar historias verdaderas o fantásticas, como, por ejemplo, cuentos o leyendas transmitidas de forma oral en las familias, sin olvidar realizar un análisis de género de las historias contadas. Estas sesiones podrán ser grabadas en vídeo para dejarlas como depósito en la biblioteca del centro.
- La elaboración del cofre podrá ser realizada en colaboración con el profesorado de Educación Artística, reutilizando para ello diversos materiales. El cofre podrá ser abierto a final de curso para recordar y revivir esos momentos especiales, así como también podrá ser ampliado con nuevos objetos que les recuerden sus vacaciones o nuevas experiencias que

ALGUNAS IDEAS

quieran compartir con sus compañeros y compañeras. Puede ser un recurso tras la vuelta de periodos vacacionales como una nueva forma de comenzar la actividad en el aula.

- El “cofre mágico” podrá dejarse en el aula para cursos posteriores, de manera que quien trabaje con él sea alumnado nuevo, que deberá localizar a las personas propietarias de los objetos e invitarlas a que cuenten sus historias.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- MATEOS GIL, A. y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].



Yo en tercera persona



OBJETIVOS

- Practicar habilidades de escucha activa, expresión de sentimientos y asertividad.
- Expresar ideas y sentimientos ante un grupo, respetando a las demás personas.
- Favorecer la autoestima y el autoconocimiento.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Presentación individual ante el grupo clase.
- Puesta en común.
- Juego colectivo.

MATERIALES Y RECURSOS

- Papel y bolígrafo.
- Una caja o bolsa opaca.

DESARROLLO

En nuestra vida diaria utilizamos el lenguaje para comunicarnos e interrelacionarnos, por lo tanto, es muy importante que desde nuestra infancia adquiramos y manejeamos habilidades para la escucha, para hablar y conversar adecuadamente. En esta actividad pondremos en práctica estas habilidades, practicando un acto tan social como nuestra presentación ante un grupo de personas.

El alumnado puede sentirse incómodo hablando de sí mismo ante el grupo, para evitar esto le propondremos presentarse utilizando la tercera persona del singular, es decir, deberá presentarse como si hablara de otra persona (hablar en tercera persona nos sirve para poner distancia, lo cual estimula también la autorreflexión).

Como esta puede ser una experiencia nueva, propondremos que se imaginen que tienen que presentar a una persona ante el grupo, pero que esa persona es él o ella misma. Para ello hablará como si se tratara de alguien a quien conoce muy bien (sabe cómo es, lo que está sintiendo en ese momento, lo que le gusta o no, etc.) mientras el resto de compañeros y com-

pañeras le escuchará atentamente. Podemos dejar que cada persona haga su presentación libremente o dar unas claves para orientarla, algunos aspectos que pueden tener en cuenta son:

- Nombre y edad.
- Dónde y con quién vive.
- Cómo se siente en ese momento.
- Qué es lo que más le gusta o aquello que le disgusta, explicando el motivo.
- Qué es lo que le pone alegre o triste.
- Cómo se imagina dentro de unos años.

El maestro o maestra comenzará haciendo su propia presentación de pie frente a todo el grupo. Una vez finalizada será el turno de la siguiente persona, que ocupará el lugar de la anterior frente a la clase y, así, sucesivamente, hasta que todo el grupo se haya presentado. Se marcará un tiempo límite que deben cumplir.

Tras finalizar la ronda, el grupo comentará cómo se ha sentido, destacando aspectos positivos de su presentación y de la de las demás personas que han participado e identificando aquellos aspectos que en general podrían mejorarse. El profesorado debe participar activamente en la labor de destacar aspectos positivos y aquellos que pueden ser mejorados o deben evitarse (por ejemplo, conductas pasivas o agresivas, interrupciones, etc. que dificultan la comunicación). Para ello debe tener en cuenta los siguientes elementos que intervienen en la comunicación:

- El lenguaje no verbal: la mirada, la sonrisa, la postura corporal, los gestos de las manos y la cabeza.
- La voz: el volumen y el tono.
- Los estilos de comunicación utilizados: asertivo, agresivo o pasivo.

Una vez comentadas las presentaciones, cada niño y cada niña escribirá su nombre en un papel, lo doblará de manera que no se vea y lo depositará en una caja. Luego, de uno en uno, cogerán un papel y escribirán un mensaje a la persona que les haya correspondido. En ese mensaje se hará referencia a algo de lo dicho por esa persona en su presentación. Puede ser algo que tengan en común, como, por ejemplo: "A Juan le encantan los animales, tiene un perro que se llama Niko con el que juega en el parque... Hola, soy María, a mí también me gustan los animales, aunque no tengo ninguno. Me gustaría poder jugar con tu perro". Los diferentes mensajes se doblarán de forma que se vea a quien van dirigidos, se introducirán en la caja y se repartirán.

Para finalizar pondrán en común si se han sentido escuchadas o escuchados, cómo se sienten cuándo no se les escucha y qué importancia tiene escuchar a otras personas, cómo ha sido la experiencia de dar y recibir mensajes, etc.

ALGUNAS IDEAS

- El manejo adecuado de las habilidades sociales proporciona herramientas para una adecuada resolución de conflictos, para la integración social, etc. Saber escuchar, ser asertivo o asertiva para comunicar nuestras opiniones o formas de pensar, son habilidades que podemos aprender y enseñar a nuestro alumnado.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- INVESTIGACIONES Y PROGRAMAS EDUCATIVOS (2005): *Sensibilización para la coeducación. Programa por los buenos tratos*. Servicios Sociales del Gobierno de la Rioja. Disponible en: <http://www.larioja.org/npRioja/default/defaultpage.jsp?idtab=446949&IdDoc=446922> [fecha de acceso: 01/09/2010].



Cuenta cuantos cuentos quieras

Nivel



OBJETIVOS

- Comprender las intenciones y mensajes que se comunican a través de los cuentos aprendiendo a valorar la riqueza del lenguaje oral para comunicarnos.
- Identificar y analizar el sexismo presente en algunos cuentos.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Narración oral individual de cuentos.
- Análisis de género de los mismos de forma colectiva.
- Posibilidad de implicar al centro educativo.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Los que aporte el alumnado y los disponibles en el aula.

DESARROLLO

Los cuentos, además de entretener, siempre han sido utilizados para transmitir los valores y conocimientos culturales, por lo que constituyen una herramienta de socialización.

Aún hoy en día perduran los cuentos de tradición oral o cuentos tradicionales que, aunque inicialmente eran transmitidos de forma oral, posteriormente han sido recogidos en la literatura infantil escrita. Es por ello necesario analizar con una mirada crítica los valores y creencias que están contribuyendo a mantener y perpetuar.

Iniciaremos la sesión anunciando que van a recordar cuáles son sus cuentos favoritos y jugar a ser cuentacuentos frente a la clase. En primer lugar deberán citar cuáles son sus cuentos favoritos, que se anotarán en la pizarra. Si existen tantos cuentos como alumnas y alumnos, cada persona elegirá su preferido y el trabajo se realizará individualmente, si no es así, se podrán hacer parejas según sus preferencias. Una vez seleccionado el cuento, se dará un tiempo para que recuerden los diferentes momentos de la historia y piensen en los recursos que necesitan para narrarla, como, por ejemplo, objetos para introducir sonidos en el cuento, disfraces, títeres, etc.

DESARROLLO

Antes de comenzar a narrar los diferentes cuentos, deberá crearse un ambiente adecuado. En este sentido, es importante cuidar la disposición de objetos, la luz, los ruidos, etc., eliminando todo aquello que pueda distraer al alumnado. Una disposición apropiada puede ser retirar las mesas y sillas para sentarnos en el suelo formando un círculo cerrado o un semicírculo.

A modo de introducción, si el profesorado lo considera necesario, se mencionarán algunos aspectos importantes a la hora de contar un cuento, como pueden ser:

- El narrador o narradora debe cuidar la entonación y el timbre de la voz (cambiándolo en función de los personajes), así como los gestos de la cara y el resto del cuerpo, ya que son elementos muy importantes en la comunicación y transmisión de aquello que queremos contar.
- Es aconsejable utilizar frases cortas y sencillas, pues facilitan la comprensión del relato y le da dinamismo.
- Estar relajadas y relajados, contar el cuento con entusiasmo y mirar a los ojos directamente.
- Muy importante disfrutar del cuento para que puedan disfrutar las personas que nos escuchan.

A continuación, se pedirá una voluntaria o voluntario que comience contando su cuento. Una vez finalizado éste, continuará otra compañera o compañero y, así, sucesivamente. Cuando todos los relatos hayan sido contados, en gran grupo, se intercambiarán impresiones sobre los cuentos escuchados y se realizará un análisis de género teniendo en cuenta:

- ¿Cómo son los hombres y mujeres o las niñas y niños que aparecen?
- ¿Qué hacen ellos?, ¿y qué hacen ellas?
- ¿En qué espacios se sitúa a los hombres?, ¿y en qué espacios se sitúa a las mujeres?
- ¿Se parecen a personas que conozcas en la realidad?

El profesorado finalizará la sesión resumiendo muy brevemente las reflexiones del alumnado y aportando las que considere oportunas.

ALGUNAS IDEAS

- Antes de comenzar a narrar el cuento, es conveniente hacer un guión con los puntos principales de la historia.
- Se podrá colaborar con profesorado del Primer Ciclo de Primaria, de manera que el alumnado vaya al aula de los y las más pequeñas a contar sus cuentos favoritos. Si se decide hacer esto, sería conveniente modificar aquellos cuentos en los que se haya detectado sexismo y recopilar las impresiones de las personas que los escuchan para ser analizadas en el aula.
- Se puede invitar a las familias para que cuenten un cuento coeducativo al alumnado, para ello podrán utilizar marionetas, disfraces, etc.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- MATEOS GIL, A. y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- MORENO LLANEZA, M.A. (2007): *Coeducamos. Sensibilización y formación del profesorado. Analizamos el sexismo en la literatura infantil*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en: <http://web.educastur.princast.es/proyectos/coeduca/wp-content/uploads/2007/04/libros.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- RAMOS LÓPEZ, C. (2006): *Vivir los cuentos. Guía para contar los cuentos*. Junta de Andalucía, Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, Instituto Andaluz de la Mujer. Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/bibliotecaescolar/images/MisPdf/Guiavivirloscuentos.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].



Barajando otras historias



OBJETIVOS

- Construir historias escritas de forma colectiva y lúdica rompiendo con estereotipos y roles de género tradicionales.
- Elaborar una historia escrita para ser representada, diferenciando la narración y los diálogos.
- Animar a la lectura y la expresión escrita a través del juego y la dramatización.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Elaboración del material necesario para el juego.
- Trabajo en pequeños grupos.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Material para elaborar la baraja: cartón o cartulina, lápices y pinturas de colores, etc.
- Fichas *Barajando otras historias*.
- Material para las escenificaciones: telas, papeles, cartulinas, cinta aislante, etc.

DESARROLLO

Para esta actividad será necesario elaborar previamente un material específico: la baraja de personajes. Ésta podrá hacerla el profesorado, el propio alumnado (a ser posible, en colaboración con el área de Educación Artística) o entre ambos. En cualquiera de los casos, los aspectos a tener en cuenta son los siguientes.

- Se trata de crear tres tipos de cartas (personajes masculinos y femeninos, lugares y situaciones o acciones diversas) teniendo en cuenta que, a partir de ellas, el alumnado —dividido en pequeños grupos— creará una historia que después escenificará.
- Las y los personajes podemos tomarlos de cuentos tradicionales (Pulgarcito, Cenicienta, los tres cerditos, la madrastra de Blancanieves, etc.) y de nuestra vida cotidiana (una abuela, un papá, la “profe” de Educación Física, etc.), siempre y cuando esté equilibrada la representación de ambos sexos. Para ayudar a que las historias rompan con los roles de género y los estereotipos, pueden darse unas pinceladas de cada personaje en la parte posterior de las cartas (ver ejemplos en la ficha 1).

DESARROLLO

- Los lugares pueden pertenecer al mundo de los cuentos tradicionales (un bosque encantado, un palacio, la casa de los siete enanitos, etc.) y a nuestro mundo cotidiano (el patio del cole, la casa de..., un árbol del parque, un callejón, etc.).
- Las acciones pueden ser muy diversas y corresponderse a situaciones más cotidianas o más extraordinarias, tales como: preguntar, bailar, besar, perderse, atravesar una selva, viajar en una nave espacial, saltar en paracaídas, etc.

Una vez elaborada la baraja de personajes, el alumnado se dividirá en pequeños grupos. La baraja estará dividida en tres montones: personajes, lugares y acciones. Las consignas para elaborar historias pueden ser variadas: una sola carta de cada montón; dos de personajes, un lugar y dos acciones; cuatro personajes, tres lugares, cinco acciones, etc. Sí es conveniente que el criterio sea el mismo para todos los grupos, así como el tiempo disponible para elaborar la historia y luego representarla. Como se cuidará el lenguaje escrito, es importante que haya un narrador o una narradora en los grupos, además de los posibles diálogos. Si es necesario, el profesorado puede explicar o mostrar ejemplos de cómo se escribe una obra de teatro o un relato con diálogos. En función del tiempo disponible, del número de cartas utilizadas y de la práctica del grupo clase en la creación de historias, pueden crearse simplemente situaciones graciosas o historias más elaboradas con un principio, un nudo y un desenlace.

ALGUNAS IDEAS

- Para la formación de los grupos se procurará que estén equilibrados en cuanto a sexo y a habilidades (relacionadas con la expresión escrita y oral, la creatividad, la dramatización, etc.).
- Para estimular la imaginación del alumnado puede ofrecérsele algún ejemplo de narración. Ver fichas del alumnado 2.
- Las historias creadas pueden publicarse en un blog, un tablón o guardarlas en la biblioteca.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- MATEOS GIL, A. y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

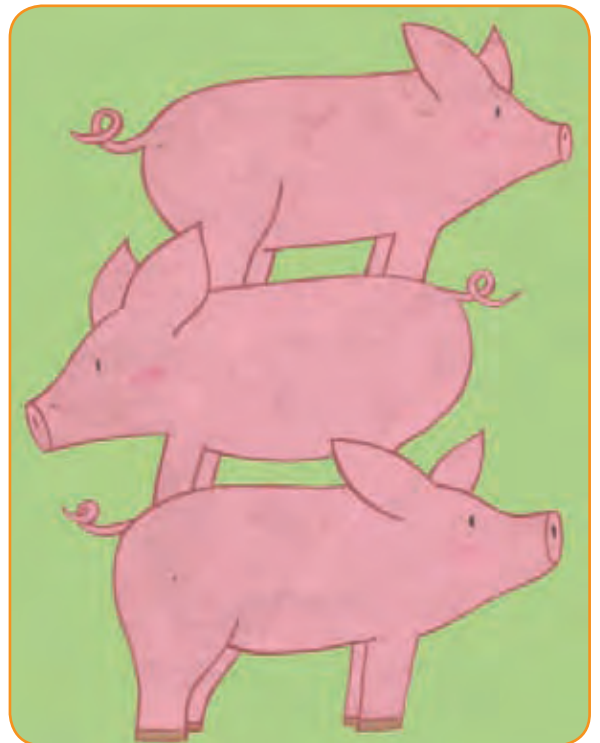
Barajando otras historias

Pulgarcito



Niño bajito experto en orientación en el bosque y en la elaboración de pan.

Los tres cerditos



Tres amigos que siempre tienen proyectos comunes. Son muy manitas.

Cenicienta



En vez de desear ir al baile del príncipe, deseó un reparto equilibrado de las tareas en casa, de forma que todo el mundo tuviera tiempo libre; a ella lo que le gusta es cantar.

La madrastra de Blancanieves



La madrastra de Blancanieves: preocupada por la belleza y el envejecimiento hasta que se apuntó a bailes de salón en la asociación del pueblo; desde entonces se siente a gusto consigo misma.

Ejemplo 1: Los tres cerditos, en un palacio, bailar.

Érase una vez un palacio sin príncipes ni princesas, es decir, un palacio abandonado, y tres cerditos. A uno le habían tirado su casa de paja, a otro le habían tirado su casa de madera y al otro no habían podido tirarle su casa de ladrillo. Éste entonces alojó a sus amigos pero la casa era pequeña y no estaban cómodos. Además, tenían un proyecto en la cabeza. Solo necesitaban un espacio apropiado. Y qué mejor idea que ocupar el palacio abandonado. Si se estaba cayendo... Allí habría espacio suficiente para vivir y para su proyecto. Y como los tres cerditos de construcción sabían mucho, en un abrir y cerrar de ojos, lo tenían todo listo. Por fin iban a cumplir su sueño: iban a dar clases de baile! ¿No sabíais que los tres cerditos eran expertos, respectivamente, en salsa, hip hop y ballet clásico?

Ejemplo 2: Caperucita Roja, la profe de Educación Física del cole, en la casa de los siete enanitos, se han perdido.

Caperucita Roja y la profe de Educación Física se encuentran, de repente, en la casa de los siete enanitos.

—Tú, ¿quién eres?— pregunta Caperucita.

—¿Yo? —responde Carmen—. Yo soy la profe de Educación Física del Colegio Clara Campoamor. A ti no te pregunto porque, con esa capa y esa cesta, está claro que eres Caperucita Roja.

—Pues sí —contesta sonriendo Caperucita—. La verdad es que estoy pensando en cambiar de atuendo. Estoy cansada de que todo el mundo me reconozca y me pare por el bosque. Desde que denuncié a ese leñador que no hacía más que cazar animales protegidos y montamos la asociación de amigos y amigas del lobo, no hay día que vaya a ver a mi abuela que no me pare alguien para preguntarme por la historia. ¡Y así no hay manera de llegar puntual! Que luego mi abuela se enfada. No porque me eche mucho de menos, sino porque tiene hambre. Que yo le llevo la merienda...

Carmen y Caperucita se ríen. Caperucita que, como ya se habrán dado cuenta, no sabe estar callada, sigue hablando.

—Hoy, precisamente, como no quería llegar tarde, me he metido por un camino distinto para no cruzarme con nadie. Y tanto me he apartado del camino que me he perdido. He visto esta casa y me he acercado para ver si alguna persona podía indicarme cómo volver... Pero solo estás tú. Y tú no pareces de por aquí, ¿no?

—Pues no. Como te he dicho, yo soy Carmen, la profe de Educación Física del Colegio Clara Campoamor. Y no sé cómo he llegado hasta aquí, la verdad. Estaba dando un paseo y me he tumbado en un prado a leer un rato, me he quedado dormida y, cuando me he despertado, tampoco he encontrado el camino, tan solo esta casa tan diminuta.

—¡Pues sí que la he liado buena! —suspira Caperucita—. Se está haciendo de noche, estoy perdida, mi abuela se va a quedar sin merienda (y se va a enfadar, claro; ya verás qué bronca cuando me vea...), la gente de esta casa no aparece y tú no eres de ninguna ayuda...

—Tranquila —dice Carmen—, que creo que ya sé dónde estamos... Mira a tu alrededor: siete camas, siete sillas, siete platos, siete tazas, siete, siete, siete. ¡Esta solo puede ser la casa de los siete enanitos!

—Pues tienes razón. Aquí hay siete de todo: siete zapatillas, siete perchas, siete sombreros, siete, siete, siete. Pero no me tranquiliza nada de nada. En primer lugar, porque éste no es mi cuento. En segundo lugar, porque, que yo recuerde, que me he leído el cuento, Blancanieves se los ganó porque les hizo las siete camas, las siete comidas, etcétera, etcétera. ¡Pero yo por ahí no paso! Y, por último, porque a saber si puede aparecer por aquí alguien con una manzana envenenada...

En ese preciso instante se oyen unas voces silbando una canción y, de uno en uno, aparecen en la casa los siete enanitos. Al principio se asustan un poco, pues no te encuentras a gente desconocida en tu casa todos los días, pero en cuanto ellas les explican que se han perdido, se ponen todos manos a la obra: el enanito uno se pone a hacer la cena; el enanito dos abre un sofá-cama y le pone sábanas limpias; el enanito tres va a por leña y enciende la chimenea; el enanito cuatro saca un mapa de un cajón para enseñarles el mejor camino de vuelta a casa; el enanito cinco busca dos camisetas grandes que les puedan servir de pijama; el enanito seis pone música y el enanito siete les explica cariñosamente que es muy tarde y que esa noche cenarán y dormirán allí, pero al día siguiente ellos mismos los acompañarán a sus casas.

Carmen y Caperucita ahora sí se alegran de que sean siete los siete enanitos.



Jugamos a escribir

Nivel



OBJETIVOS

- Construir historias escritas de forma colectiva y lúdica rompiendo con estereotipos y roles de género tradicionales.
- Animar a la lectura, la expresión escrita y la expresión oral a través del juego.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Juego colectivo.
- Ejercicio individual.

MATERIALES Y RECURSOS

- Papel y boli para escribir.

DESARROLLO

El primer ejercicio parte del juego denominado *Cadáver exquisito*. El grupo ha de sentarse en círculo con un boli y una hoja de papel en la mano. El profesorado explicará que entre toda la clase van a crear historias divertidas y absurdas. Para ello planteará una pregunta y cada alumno y alumna responderá en su hoja. Una vez respondida, se doblará el papel hacia dentro de forma que no pueda verse lo escrito y se pasará a quien tengamos a nuestra derecha. El profesorado planteará la segunda pregunta y de nuevo cada alumna y alumno contestará individualmente, doblará el papel y se lo pasará a quien esté a su derecha. Así, iremos construyendo una narración. Las preguntas pueden ser las siguientes: *¿Quién era?, ¿dónde estaba?, ¿qué hacía?, ¿qué dijo?, ¿qué dijo la gente?, ¿cómo acaba?*

Al terminar de responder la última pregunta, el alumnado se quedará con el papel correspondiente y lo desdoblará para leer el conjunto de respuestas. En vez de leer en ese momento todas las historias en alto, cada alumna y alumno tendrán un tiempo para corregirlas. Es decir, para pasar a limpio la historia redactando las respuestas, corregir los fallos de ortografía si los hubiera, completar el texto con nuevas ideas, modificar estereotipos sexistas o roles de género tradicionales, etc.

Trascurrido ese tiempo leerán su historia individualmente (que no es solo suya, pues la creación ha sido fruto de un proceso colectivo). El resto de la clase irá comentando qué as-

DESARROLLO

pecto de cada historia le ha gustado más, cuál le ha llamado la atención, etc.

El segundo ejercicio es un ejercicio individual. Se trata de construir una historia a partir de dos elementos extraños entre sí. Para ello podemos tener una lista de sustantivos preparada previamente o pedirle al alumnado que escriba un sustantivo en un papelito, juntarlos todos y luego escoger dos papeles al azar. Lo importante es que sean dos palabras lejanas en cuanto a su significado. A continuación cada alumna y alumno tendrá que unir mediante preposiciones y/o artículos las palabras (formando así el título del texto) y después describir a qué se refiere.

Ejemplo: *Palabras: “cuna”, “aceite”. Título: “Una cuna de aceite”.*

Descripción: “Una cuna de aceite es una cuna en la que te puedes bañar o dormir, flotando en aceite. El aceite te acoge, te envuelve... El contacto con el aceite es muy agradable. Además, te deja la piel muy suave”.

ALGUNAS IDEAS

- En la segunda parte de la actividad, las parejas de palabras también podrían dar lugar a un texto más amplio o a un poema. Es importante en este último caso, leer previamente algunos poemas en clase, para que les envuelva su ritmo y les resulte más fácil escribir. Otra opción es ampliar el número de sustantivos.
- Los textos creados no deberán contener estereotipos sexistas o roles de género tradicionales. El profesorado animará en este sentido, haciendo preguntas para ayudarles a cuestionarlos y, fundamentalmente, reforzando aquellas creaciones que rompan con los mismos.
- En ambos casos es interesante publicar los ejercicios (en un blog, un tablón de anuncios, el periódico escolar, etc.), pues contribuye a aumentar la motivación por la comunicación escrita de ideas y vivencias.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- MATEOS GIL, Almudena y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].



Haciendo historias

Nivel



OBJETIVOS

- Construir historias escritas de forma lúdica rompiendo con estereotipos y roles de género tradicionales.
- Animar a la lectura y a la expresión escrita a través del juego.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Ejercicio individual.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- RODRÍGUEZ HEVIA, G. (2003): *Haciendo historias, 1. Materiales didácticos para la coeducación. Construyendo contigo la igualdad*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en Internet.
- Fichas *Haciendo historias*.

DESARROLLO

Para esta actividad vamos a utilizar el material didáctico para la coeducación llamado *Haciendo historias*, editado por el Instituto Asturiano de la Mujer en la colección *Construyendo contigo la igualdad*. La propuesta es sencilla. Tras un texto introductorio en el que una narradora nos cuenta cómo empezó a escribir historias y nos invita a hacerlo, se propone trabajar con los cuentos de Caperucita, Cenicienta, La Bella Durmiente y Blancanieves. El esquema es siempre el mismo: se presenta a la protagonista y su situación con modificaciones respecto al original, el alumnado elige una de las variantes propuestas y continúa la historia (hay ejemplos en cada ficha).

Puede leerse individual o colectivamente el texto introductorio y luego dar un tiempo individual para trabajar con uno o varios de los cuentos propuestos. Para estructurar mejor las historias y corregir la posible reproducción de estereotipos, el trabajo puede desarrollarse en varias fases. En primer lugar, cada niño o niña hará un esquema de la historia y una descripción somera de los personajes; posteriormente, se leerán algunos textos (o todos) en voz alta, para comentar aciertos y errores y así facilitar la corrección de los mismos, antes de pasar a la redacción final de la historia.

DESARROLLO

Después se realizará una puesta en común de todos los textos, señalando los aspectos que más gracia nos han hecho, los que nos han llamado más la atención o parecido más originales, los que estaban mejor redactados y nos permitían imaginarnos bien las escenas, etc. La idea es que seguramente cada texto tenga algo positivo que destacar.

ALGUNAS IDEAS

- Una vez pillado “el truco” de cómo cambiar historias, se puede proponer hacer lo mismo con otros cuentos, con el libro de texto, etc.
- En este material las protagonistas de todas las historias son mujeres. Sería interesante hacer lo mismo con protagonistas masculinos que también rompan con lo que se espera de ellos, es decir, con los estereotipos de género.
- Puede ser interesante publicar los textos del alumnado (en un blog, un tablón de anuncios, el periódico escolar, etc.), pues contribuye a aumentar su motivación por la comunicación escrita de ideas y vivencias.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- RODRÍGUEZ HEVIA, G. (2003): *Haciendo historias, 1. Materiales didácticos para la coeducación. Construyendo contigo la igualdad*. Instituto Asturiano de la Mujer. Disponible en: http://www.educacionenvalores.org/IMG/pdf/IAM-U_5454.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

Haciendo historias

Caperucita Roja

¿Te acuerdas de que Caperucita tenía que ir a ver a su abuelita? Pues llevaba una cestita con una torta y un tarro de manteca, y mientras iba con la cestita pensaba:

“¿Por qué tendré que llevarle las cosas a mi abuelita en una cesta, con lo bien que iría con mi mochila que es mucho más cómoda? Anda, ahí viene el lobo, seguro que me quiere comer”.

Efectivamente, se acercó el lobo a Caperucita, y ocurrió una de estas tres cosas:

1. —Hola, Lobo.

—¿Lobo? No, Caperucita, soy Loba.

2. —Hola, Lobo, seguro que me quieres comer.

—¿Comerte? ¿Qué dices? Soy vegetariano.

3. —Hola Lobo.

—Hola, Caperucita. Menos mal que te encuentro porque estoy harto de los otros lobos que solo quieren ver el fútbol. ¿A dónde vas?

Elige cualquiera de las tres y a partir de aquí escribe tú otra historia.

Haciendo historias

Cenicienta

¿Te acuerdas de que Cenicienta no puede ir al baile y se le aparece su Hada Madrina? Pues esto fue algo de lo que sucedió:

1. Cuando el Hada Madrina se disponía a realizar el encantamiento, Cenicienta le dijo:

— No, Hada Madrina, si yo no lloraba por ir al baile, qué va, el príncipe es un soso. Yo donde quiero ir es a un concierto y comprenderás que en esa carroza voy a hacer el ridículo. ¿Por qué no la reconviertes en un coche?

2. Cenicienta va al baile, pero no cumple con la prohibición de regresar a media noche. De esta manera, cuando se fue el hechizo y las ropas de Cenicienta se convirtieron en harapos, la carroza en calabaza y los lacayos en lagartijas, todo el mundo que asistía al baile pensó que Cenicienta era una maga con poderes. Se pusieron a aplaudir y le dieron mucho dinero por su actuación, entonces Cenicienta pensó...

3. Estando en casa con la Madrina, una de las hermanastras se escapa del baile y vuelve a casa porque ella estaba tan harta de su madre y de su hermana como Cenicienta. Al encontrarse con el Hada, le propone a Cenicienta que su madrina les haga un encantamiento para poder escaparse las dos juntas e irse a...

Elige cualquiera de las tres y a partir de aquí escribe tú otra historia.

Ficha

3

Haciendo historias

La Bella Durmiente

¿Te acuerdas de que la Bella Durmiente es víctima de un hechizo de un hada muy vieja a la que se les había olvidado invitar al bautizo? Pues la Bella Durmiente estaba condenada a dormir cien años y a que la despertara el hijo de un rey con un beso. Esto fue, sin embargo, lo que ocurrió:

1. La Bella Durmiente se despierta y, como han pasado ya cien años no entiende la manera de hablar del príncipe, y...

2. Cuando va a coger el huso con el que se pincha en el cuento, una de sus doncellas se acuerda del hechizo y corre a quitárselo. La que se pinchó fue la doncella, entonces...

3. El hada vieja no era muy profesional y se equivocó de hechizo, con lo que la Bella Durmiente se despertó después de 50 años, y al encontrarse a todo el mundo a su alrededor sumido en un profundo sueño se levantó y se fue a...

Elige cualquiera de las tres y a partir de aquí escribe tú otra historia.

Ficha

4

Haciendo historias

Blancanieves

¿Te acuerdas de que Blancanieves tenía una madrastra? Pues la madrastra solo quería ser la más bella del reino y lo fue hasta que Blancanieves se hizo mayor. La madrastra tenía un espejo mágico que le resolvía sus dudas de belleza. Pero...

1. Cuando supo que Blancanieves era la más bella, mandó a un cazador que la llevase al bosque y la matase, pero el cazador le perdona la vida a Blancanieves. Esta, que no quiere volver a palacio, negocia con él que además le dé algo de dinero. El cazador, que

era buena persona, accede y Blancanieves inmediatamente busca la senda que la saca del bosque y coge el primer autobús que pasaba por allí hacia..

2. Cuando la Madrastra le iba a hacer la terrible pregunta al espejo, éste cae y se hace añicos, entonces..

3. Blancanieves se adentró por el bosque después de que el cazador le perdonase la vida y se encontró con los enanitos. Después de un tiempo viviendo con ellos y arreglándoles la casa, decidió acercarse a la mina, que estaba tan poco organizada como la casa, y acabó quedándose allí de capataza. ¿Cómo era el trabajo en la mina con Blancanieves de jefa?

Elige cualquiera de las tres y a partir de aquí escribe tú otra historia.



¿Qué me cuenta este cuento?

Nivel



OBJETIVOS

- Aprender a realizar un análisis con perspectiva de género de un texto.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Herramienta para realizar un análisis con perspectiva de género de cualquier texto, tanto para el profesorado como para el alumnado.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ficha *¿Qué me cuenta este cuento?*

DESARROLLO

Se propone un ejercicio básico para realizar ante cualquier texto (un cuento, una lectura de un libro de texto, una noticia de un periódico, una creación propia, etc.), pues se trata de analizar si contiene o no elementos sexistas. Para ello se proponen varias preguntas, aunque no se trata de responderlas de forma exhaustiva. Es más bien una herramienta, un material de apoyo. Con la práctica y los diferentes textos a los que nos enfrentemos, sabremos qué preguntas hemos de hacernos. Será conveniente, por tanto, que, en un primer momento, el profesorado seleccione las preguntas pertinentes en función del texto que se va a utilizar y del nivel de reflexión del alumnado. Después, cuando se haya interiorizado cómo hacer un análisis con perspectiva de género, sabrán hacerse las preguntas adecuadas ante cualquier texto y el maestro o maestra solo tendrá que aportar ideas, ofrecer ayuda, etc.

Profesorado

La guía completa sería la siguiente:

1. **Título:** ¿Se refiere a un personaje masculino o femenino?
2. **Protagonismo:** ¿Es masculino, femenino o compartido? ¿Está jerarquizado?
3. **Número de personajes femeninos y masculinos:**
¿Aparecen mujeres en el cuento? ¿No aparecen pero se hace referencia a ellas?

¿Está justificada su ausencia?

¿Aparecen hombres en el cuento? ¿No aparecen pero se hace referencia a ellos? ¿Está justificada su ausencia?

¿Hay héroes y heroínas en la historia?

4. Profesiones desempeñadas por mujeres y hombres.

5. Participación de mujeres y hombres en actividades de ocio y tiempo libre.

6. Papel de cada sexo desempeñado en los distintos espacios de relación (convivencia en el hogar, escolar, profesional, participación social y política):

¿Qué actividades llevan a cabo las mujeres y qué actividades los hombres?

¿El cuento va más allá de la mujer buena (caracterizada usualmente como princesa) y de la mujer mala (caracterizada habitualmente como bruja malvada)?

¿El cuento trasciende el modelo tradicionalmente masculino de hombre seguro de sí, valiente y con dificultad para expresar emociones?

¿Quiénes cuidan? ¿Quiénes son cuidadas o cuidados?

¿Son los personajes femeninos deseantes o deseados? ¿Y los masculinos? ¿Se toman en cuenta los deseos femeninos? ¿Y los masculinos?

¿Quién toma la iniciativa? ¿Quién secunda? ¿Quién rescata y ayuda a quién?

¿Qué modelos de relaciones aparecen? En caso de que cada sexo desempeñe diferentes papeles, ¿es entendido como natural (biológico) o social? ¿Se hace crítica o no de los estereotipos asignados a cada sexo? ¿Se conciben otras alternativas?

¿Se da desigual valor a lo que hacen ellas y ellos?

7. Referentes femeninos y masculinos:

¿Existen referentes masculinos y femeninos diversos en el cuento? ¿Qué valores femeninos y masculinos recoge el cuento?

8. Tipos de familias:

¿Qué figuras aparecen en las familias?

¿Qué características tienen las familias felices? ¿Y las infelices?

¿Hay ausencias o figuras que no se nombran? ¿Cuáles? ¿Qué tipo de trato tienen entre sí?

DESARROLLO**9. Relaciones:**

Los personajes femeninos ¿colaboran, se ayudan entre sí? ¿Compiten?

Los personajes masculinos ¿colaboran, se ayudan entre sí? ¿Compiten?

¿Se describen relaciones de confianza y respeto mutuo entre uno y otro sexo?

10. Descripción física y de vestuario de mujeres y hombres:

¿Qué modelos de belleza se presentan para las mujeres? ¿Y para los hombres?

¿Hay una asociación entre la belleza y la inteligencia, la seguridad en una o en uno mismo?

¿Las ropas de mujeres u hombres sirven como característica para atribuirles un sexo? ¿Y para caracterizar su condición social?

11. Características psicoafectivas y de comportamiento:

¿Quiénes ejercen la fuerza, ellas o ellos? ¿Quiénes muestran sus sentimientos? ¿Qué connotaciones tiene?

¿Qué consecuencias diferenciales tiene su comportamiento para personajes femeninos y masculinos?

¿Qué castigos se aplican a las niñas/mujeres?

¿Cuáles a los niños/hombres?

12. Peligros que aparecen:

¿Qué peligros acechan a los niños/hombres? ¿Y a las niñas/mujeres?

¿Quién aparece como víctima?

¿Qué comportamiento tienen los personajes masculinos, por un lado, y los femeninos, por otro, ante el peligro?

13. Usos del lenguaje:

¿Se nombra en masculino y en femenino?

¿Se usan expresiones que infravaloran lo femenino?

¿Aparecen expresiones que sobrevaloran lo masculino?

¿Qué adjetivos se asocian a cada sexo?

DESARROLLO

14. Figuras de poder:

¿Qué sexo tienen las personas con poder que aparecen en el cuento?

15. Tipo de desenlace:

¿El final feliz o infeliz depende del aspecto físico del chico o la chica?

¿Acaba con una moraleja o con una reflexión que abre nuevas preguntas y posibilidades?

16. Ilustraciones:

¿Aparecen mujeres y hombres? ¿Cómo reflejan a unas y otros?

¿Qué modelos de belleza transmiten? ¿Son saludables? ¿Muestran variedad de formas, colores y proporciones?

Alumnado

Proponemos un modelo en la ficha a modo de ejemplo, pero lo deseable es que se adapte al texto que se va a analizar.

ALGUNAS IDEAS

- La actividad puede llevarse a cabo con cualquier texto utilizado en el aula. El análisis con perspectiva de género ha de practicarse hasta que se interiorice.
- Sería conveniente analizar qué libros tenemos en la biblioteca del aula y del centro educativo.
- En el material *Coeducamos. Sensibilización y formación del profesorado. Analizamos el sexismo en la literatura infantil*, de Marian Moreno Llaneza, encontraremos otro modelo de análisis un poco más sencillo y con explicaciones en cada apartado. Disponible en: <http://web.educastur.princast.es/proyectos/coeduca/wp-content/uploads/2007/04/libros.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- MATEOS GIL, A. y SASIAIN VILLANUEVA, I. (2006): *Contar cuentos cuenta en masculino y en femenino*. Serie de Cuadernos de Educación No Sexista, núm. 18. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://www.inmujer.migualdad.es/mujer/publicaciones/docs/contar_cuentos.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

¿Qué me cuenta este cuento?

- ▶ ¿Quién protagoniza la historia, un personaje masculino o femenino? ¿Y cómo es?, ¿cómo lo describirías?, ¿cómo es descrito en el relato?
- ▶ ¿Qué otros personajes, masculinos y femeninos, aparecen? ¿Cómo son? ¿Quiénes son los importantes y quiénes los personajes más secundarios?
- ▶ ¿Quiénes realizan las tareas de cuidado, las de dentro de casa? ¿Y quiénes trabajan fuera y de forma remunerada?
- ▶ ¿Quiénes corren riesgos, tienen aventuras, practican deporte, son valientes, quieren ir más allá y descubrir nuevas cosas?
- ▶ ¿Quiénes expresan sus afectos y emociones, tienen miedo, cuidan de otras personas?
- ▶ ¿En las ilustraciones, qué objetos van asociados a los personajes masculinos y cuáles a los femeninos?, ¿qué te sugieren esos objetos?
- ▶ ¿Los personajes masculinos y femeninos del relato son como los niños y niñas, las mujeres y hombres que conocemos en la realidad? ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?



Quién es quién en mi cuento favorito

Nivel



OBJETIVOS

- Aprender a realizar un análisis con perspectiva de género de un texto.
- Conocer cuáles son los estereotipos de género tradicionalmente asociados a los personajes masculinos y femeninos, así como otros modelos de identidad de género más justos y flexibles.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo en pequeños grupos.

MATERIALES Y RECURSOS

- Cuentos aportados por el alumnado.
- Ficha *Quién es quién en mi cuento favorito*.

DESARROLLO

Para esta actividad dividiremos al alumnado en pequeños grupos y le pediremos que lleve al aula sus cuentos o libros favoritos. Cada niña y niño presentará los textos elegidos (título, autoría, argumento, personajes protagonistas...) dentro de su grupo, en el que irán elaborando dos listas: una con los personajes masculinos y sus características, y otra con los femeninos y sus características (se puede usar la ficha que se adjunta). Se analizará si entre unas y otras características existen muchas diferencias o no y se compararán con la vida real. ¿Los chicos que conozco son así?, ¿las chicas que conozco son así? Se debatirá dentro de cada grupo qué personajes y qué cuentos o libros son más realistas y cuáles nos ofrecen los modelos masculinos y femeninos que más nos gustan y por qué. Después se pondrán en común los datos y conclusiones de todo el grupo clase.

Una vez analizados los textos y seleccionados los que más nos gustan podemos hacer una búsqueda de otros textos escritos por el mismo autor o la misma autora y buscarlos en la biblioteca.

ALGUNAS IDEAS

- En función de los textos que lleve el alumnado, para profundizar en el análisis de las características estereotipadas por el género puede hacerse una inversión de roles: ¿qué pasa si el cuento lo protagoniza una chica y pasa a protagonizarlo un chico o al revés?, ¿qué cuentos no variarían apenas y qué cuentos nos harían reír porque no resultan creíbles?, ¿a qué se debe eso?
- Otra posibilidad es preguntarnos qué haríamos si fuésemos la o el protagonista del relato: ¿cumpliríamos los roles tradicionales asociados a nuestro género o actuaríamos de otra manera?
- En la actualidad conviven relatos coeducativos, en los que el género aparece más desdibujado, con cuentos más tradicionales en los que la división de roles y los estereotipos están muy marcados. La realidad social sigue siendo así: nuevos modelos masculinos y femeninos conviven con identidades rígidas. Se trata de analizar cuáles nos parecen mejores modelos a imitar, reforzar, etc.

1) Quién es quién en mi cuento favorito

Características de los personajes femeninos	Características de los personajes masculinos

¿Las chicas que conoces son así?

¿Los chicos que conoces son así?



Conozcamos a algunas autoras

Nivel



OBJETIVOS

- Conocer a autoras de literatura infantil no sexista.
- Fomentar la lectura de diferentes estilos literarios escritos con perspectiva de género.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación en pequeños grupos.

MATERIALES Y RECURSOS

- Los que decida utilizar el alumnado.

DESARROLLO

Con esta actividad queremos visibilizar a autoras que han escrito literatura para niñas y niños con una perspectiva no sexista, así como invitar al alumnado a la lectura de sus obras. La propuesta es la siguiente.

En primer lugar el profesorado ha de seleccionar las autoras con las que quiere trabajar en el aula. Aquí proponemos algunas: Adela Turín, Gloria Fuertes, Berta Piñán y Astrid Lindaren, pero hay muchas más. Después dividirá al alumnado en pequeños grupos y le invitará a llevar a cabo una pequeña investigación sobre ellas (cada grupo trabajará sobre una autora). Varias son las opciones de trabajo y puede ser el propio alumnado quien decida cómo hacerlo. A continuación ofrecemos algunas pistas:

- Se puede presentar a la autora: datos sobre su biografía, el contexto histórico y sociocultural en el que escribe, fotografías, noticias de prensa, páginas web en las que aparezca, etc.
- Se puede presentar su obra: enumerar sus obras literarias, llevar algún texto al aula para compartirlo con el resto de la clase (leyéndolo, recitándolo, representándolo, proyectándolo, etc.).

ALGUNAS IDEAS

- En la web de la asociación *Du côté des filles* está disponible un estudio que puede ser de interés para el profesorado: *¿Qué modelos para las niñas? Una investigación sobre los libros ilustrados*. También disponible en: <http://www.fundaciongsr.es/pdfs/1cifras.pdf> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Adela Turín forma parte de la asociación francesa *Du côté des filles (A favor de las niñas)*, creada en 1994, con el objetivo de elaborar un programa para eliminar el sexismo del material educativo, promover representaciones antisexistas en el campo de la educación, producir y difundir instrumentos de sensibilización directos a las editoriales, ilustradoras e ilustradores, empresas productoras de juegos y juguetes, usuarios y organismos institucionales. En su página web (<http://www.ducotedesfilles.org>) están disponibles los cuentos *Una feliz catástrofe* y *Rosa Caramelo* como animaciones.
- Astrid Lindgren es la creadora de la famosa Pippi Calzaslargas. El nombre de Pippi Langstrump (en sueco) se lo puso su hija Karin, que es quien le pide estando enferma que le cuente las aventuras de esta niña. Así surgen las historias que se convertirán en un libro.
- Berta Piñán publica el cuento *Las cosas que le gustan a Fran* y también el libro *Arroz, agua y maíz*, un conjunto de poemas protagonizados por niños y niñas de todo el mundo. Vídeo disponible en: <http://blog.educastur.es/bibliotecareconquista/2010/03/30/arroz-agua-y-maiz-de-bera-pinan/> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Gloria Fuertes tiene una fundación que lleva su nombre (<http://www.gloriafuertes.org/>) donde puede encontrarse la larga lista de sus obras: teatro, poesía, etc. Pero una de las cosas más especiales es escucharla. Prueba aquí: <http://video.google.com/videoplay?docid=-4595909505449602120#> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Es importante tener en cuenta que pueden proponerse otras autoras para el desarrollo de la actividad, pero siempre que su obra esté escrita con perspectiva de género. Si no es así, estaremos visibilizando autoras pero reproduciendo estereotipos.



MATEMÁTICAS

MATEMÁTICAS

MATEMÁTICAS



1. Qué nos dice el currículo

En esta área no vamos a encontrar una perspectiva coeducadora de forma explícita, sin embargo, sí podemos recoger aspectos curriculares que implícitamente se relacionan con la coeducación. Por ejemplo, en la introducción, podemos llamar la atención sobre la definición que se hace de la alfabetización matemática, que propone entender ésta de forma amplia, indicando que “los niños y niñas sean competentes al usar los contenidos matemáticos en las distintas esferas de la actividad social”, resaltando su uso cotidiano, ligado a las experiencias del día a día. Asimismo, entre los objetivos, es reseñable el que se refiere a “apreciar el papel de las matemáticas en la vida cotidiana”. Esto significa que podemos llamar la atención sobre la importancia del uso de las matemáticas, en relación con el trabajo de cuidados, tradicionalmente asociado a las mujeres y minusvalorado, poniendo ejemplos cercanos a las experiencias del alumnado.

En relación con las competencias básicas, podemos resaltar varios aspectos. En primer lugar, se señala que, para aprender a aprender, es necesario “incidir desde el área en los contenidos relacionados con la autonomía, la perseverancia y el esfuerzo para abordar situaciones de creciente complejidad, la sistematización, la mirada crítica y la habilidad para comunicar con eficacia los resultados del propio trabajo. [...] La verbalización del proceso seguido en el aprendizaje, contenido que aparece con frecuencia en este currículo, ayuda a la reflexión sobre qué se ha aprendido, qué falta por aprender, cómo y para qué, lo que potencia el desarrollo de estrategias que facilitan el aprender a aprender y refuerza la autoestima de niños y niñas”. En segundo lugar, acerca de la competencia lingüística, se trata “tanto de facilitar la expresión como de propiciar la escucha de las explicaciones de los demás, lo que desarrolla la propia comprensión, el espíritu crítico y la mejora de las destrezas comunicativas”. En tercer lugar, en relación con la competencia en expresión cultural y artística, se hace hincapié en el conocimiento matemático como contribución al desarrollo cultural de la humanidad. En este sentido, es necesario —además de resaltar el uso de las matemáticas en la vida cotidiana— llamar la atención sobre la contribución de las mujeres a las matemáticas a lo largo de la historia, pues sigue siendo aún invisibilizada y esto contribuye a la perpetuación de mitos y estereotipos. Por último, también es destacable, en relación con la competencia social y ciudadana, el “trabajo en equipo que en Matemáticas adquiere una dimensión singular si se aprende a aceptar otros puntos de vista distintos al propio, en particular a la hora de utilizar estrategias personales de resolución de problemas”.

Respecto a los contenidos, destacamos los siguientes.

En el bloque 1, *Números y operaciones*:

- “Utilización de operaciones de suma, resta, multiplicación y división con distintos tipos de números, en situaciones cotidianas y en contextos de resolución de problemas”.
- “Confianza en las propias posibilidades y constancia para utilizar los números, sus relaciones y operaciones para obtener y expresar informaciones, manifestando una actitud de iniciativa personal y cooperación en los procesos de resolución de problemas de la vida cotidiana”.

En el bloque 2, *La medida: estimación y cálculo de magnitudes*:

- "Estimación de resultados de medidas (distancias, tamaños, pesos, capacidades....) en contextos familiares. Explicación oral del proceso seguido y de la estrategia utilizada en la medición".
- "Confianza en las propias posibilidades y por compartir con los demás los procesos que utilizan la medida para obtener y expresar informaciones y para resolver problemas en situaciones reales".

En el bloque 3, *Geometría*:

- "Elaboración, descripción verbal e interpretación de croquis básicos y dibujos sencillos relacionados con su entorno cotidiano".
- "Gusto por compartir el proceso de resolución y los resultados obtenidos. Colaboración activa y responsable en el trabajo en equipo".

En el bloque 4, *Tratamiento de la información, azar y probabilidad*:

- "Recogida y registro de datos sobre objetos, fenómenos y situaciones familiares utilizando técnicas elementales de encuesta, observación y medición".
- "Descripción verbal, obtención de información cualitativa e interpretación de elementos significativos de gráficos sencillos relativos a fenómenos cercanos".
- "Realización de sencillos estudios estadísticos mediante el diseño y puesta en práctica de cada una de sus fases: obtención y registro de datos, presentación en tablas, representación gráfica y valoración".
- "Participación y colaboración activa en el trabajo en equipo y el aprendizaje organizado a partir de la investigación sobre situaciones reales. Respeto por el trabajo de las demás personas".

En el bloque 5, *Contenidos comunes*:

- "Resolución de problemas de la vida cotidiana utilizando estrategias personales de cálculo y relaciones entre los números: discusión sobre la pertinencia del enunciado, búsqueda de diferentes estrategias y toma de decisiones, relación con problemas afines, particularizaciones, y elaboración de gráficos, esquemas, tablas y valoración del resultado obtenido".

2. Algunas orientaciones para las actividades

En esta área los contenidos que trabajaremos son tres: la medida, la geometría y el tratamiento de la información. A continuación exponemos algunas ideas que subyacen a las actividades planteadas y cuya lectura previa puede ser de utilidad para su puesta en práctica.

Las Matemáticas en la vida cotidiana

Como hemos señalado anteriormente, el currículo hace hincapié de forma explícita y reiterada en la conveniencia de ligar el aprendizaje de las matemáticas a situaciones de vida cotidiana. En este sentido, supone una oportunidad para valorar los conocimientos, tradicionalmente invisibilizados o poco reconocidos, ligados al trabajo de cuidados. Convertir la cocina en un laboratorio, ir a la compra en una investigación, la organización y gestión cotidiana de una familia en un problema a resolver, etc. Se trata, por un lado, de valorar los múltiples y a veces complejos conocimientos necesarios que implican los cuidados; y, por otro, de promover la corresponsabilidad en el alumnado, tanto con reflexiones explícitas como de forma implícita. Para ello, hemos de cuidar los enunciados de los problemas, los ejemplos que ponemos, las imágenes que aparecen en los libros de texto, nuestras propias expectativas respecto al alumnado, los refuerzos que damos, etc.: ¿quién hace qué?, ¿hombres y mujeres juegan los mismos roles?, ¿se reproducen o se superan estereotipos de género?, ¿esperamos lo mismo de las niñas que de los niños?

Las mujeres y las Matemáticas

Muchos factores han hecho y aún hacen que las mujeres “huyan” de las matemáticas: la invisibilización histórica de sus contribuciones a esta ciencia; los estereotipos sobre la incapacidad de las mujeres para el pensamiento matemático (reflejados en la cultura popular: en chistes, refranes, series de televisión, etc.); la asociación de este conocimiento a actividades “científicas” —históricamente reservadas para los hombres— y no cotidianas —históricamente asociadas a las mujeres—. Para erradicar este mito es importante que les demos la vuelta a todos ellos.

El análisis de la información con perspectiva de género

Las Matemáticas son imprescindibles para analizar la realidad desde una perspectiva de género. Hacer un análisis de género de cualquier realidad, implica la recogida y análisis de los datos desagregados por sexo, de manera que nos permitan detectar si existen o no situaciones que afectan de manera diferente a hombres y mujeres. Así, ese tratamiento de los datos nos permite visibilizar situaciones de desigualdad para después poder establecer estrategias para eliminarlas. Será por tanto una labor fundamental acostumbrar al alumnado, ante cualquier realidad, a plantearse indicadores que nos aporten información sobre la situación diferencial de mujeres y hombres.

3. Para ampliar

- CERVIÑO SAAVEDRA, MJ y CALZÓN ÁLVAREZ, J (2007): *El misterio del chocolate en la nevera. Propuesta didáctica para Educación Primaria*. Instituto de la mujer. Disponible

Introducción

en: http://imrm.es/UPLOAD/DOCUMENTO/misterio_chocolate_nevera.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

- SOLSONA I PAIRÓ, N. (2002): *La actividad científica en la cocina*. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://82.103.138.57/ebooks/0000/0026/cuaderno_12.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- SOLSONA I PAIRÓ, N. (2008): *Innovación educativa a través de la incorporación de los saberes de las mujeres a la ciencia*. Encuentros SARE-Emakunde. Disponible en: http://www.sare-emakunde.com/media2/contenidos/archivos/Solsona.N_08_cast.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Sobre mujeres matemáticas hay mucha información disponible en Internet: http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/14002984/helvia/aula/archivos/repositorio/1000/1092/html/mujeres_matematicas/mujeres.html; http://centros5.pntic.mec.es/~barriope/matematicas/web_taller_0203/mujeres/mujeres_index2.htm; http://www.xtec.cat/~fgonzal2/mujeres_mat.html; [fecha de acceso: 01/09/2010].
- V.V.AA. (2006): *Mujeres y matemáticas*. CPR de Gijón. (CD-Rom).



En su justa medida



OBJETIVOS

- Conocer y utilizar diferentes objetos de medición no convencionales usados en el ámbito familiar.
- Realizar estimaciones, medidas, cálculos y equivalencias sencillas.
- Revalorizar los saberes tradicionalmente considerados femeninos.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Lluvia de ideas.
- Trabajo en parejas.
- Juegos.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Posibilidad de implicar a otras áreas.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ficha *En su justa medida*.
- Los aportados por el alumnado.

DESARROLLO

Comenzaremos la actividad realizando una lluvia de ideas sobre utensilios u objetos que podemos utilizar para medir en nuestra vida cotidiana. Los resultados se apuntarán en la pizarra y se introducirán los conceptos de objetos de medición convencional y no convencional. A continuación se pedirá al alumnado que, en parejas, agrupe los objetos mencionados anteriormente en esas dos categorías y complete esa lista con objetos que se utilizan habitualmente en la cocina para medir cantidades especificando qué se puede medir con ellos (ver ficha). Se solicitará la ayuda de las familias para buscar objetos de medición en el hogar, concretamente en la cocina. Cada niño y niña llevará al aula un objeto de los que se pueden usar en la cocina para medir. Una vez en el aula se pondrán en común los resultados, presentando los objetos y comentando qué cosas se miden con ellos en su casa. Después los clasificarán como convencionales o no convencionales.

A continuación podremos realizar varios juegos de medida con los objetos aportados al aula, algunas posibilidades son las siguientes:

DESARROLLO

- Medir diferentes sustancias con un mismo objeto y hacer estimaciones del peso de las mismas y clasificarlas como sólidas, líquidas o gaseosas. Por ejemplo, llenamos diferentes vasos de yogurt con agua, azúcar y té, respectivamente; ¿cuál pesa más? Comprobar el resultado con una balanza.
- Calcular la capacidad proponiendo actividades en las que comparen cantidades a partir de envases de diferentes medidas (1 litro, $\frac{1}{2}$ litro, etc.); se pedirá que llenen los envases más grandes con los pequeños y al contrario, haciendo estimaciones sobre la capacidad de los diferentes envases.
- Hacer equivalencias entre objetos diferentes. Por ejemplo: ¿cuántos vasos necesitamos para llenar un tetrabrik?, ¿cuántos vasos necesitamos para obtener un litro?

Como actividad para casa se podrá plantear un problema a resolver con ayuda de una persona adulta. Por ejemplo, ¿cuántas tazas de arroz son necesarias para que coman 4 personas?, ¿y cuántas tazas de agua son necesarias para hacer el arroz? Las diferentes soluciones serán compartidas después en el aula, donde se podrá reflexionar sobre la importancia de medir cuidadosamente las cantidades a la hora de cocinar, si esto les parece fácil o difícil y por qué, a quién han acudido para resolver el problema, etc.

ALGUNAS IDEAS

- Una alternativa a esta actividad, relacionada con el área de *Conocimiento del Medio*, sería que el alumnado investigue los materiales que hay en la cocina de su casa y que los clasifique en sólidos, líquidos o gaseosos.
- También se puede realizar esta actividad midiendo la longitud de objetos del aula y de su hogar con cuerdas, partes de su cuerpo, etc., es decir, con objetos no convencionales.
- Sería conveniente ir introduciendo las unidades de medida convencionales. En caso de no haber sido trabajadas anteriormente con el alumnado, se puede recurrir a un recurso multimedia sobre la medida disponible en: <http://conteni2.educarex.es/mats/11372/contenido/index2.html> [fecha de acceso: 01/09/2010].
- Puede aprovecharse la actividad para plantear al alumnado quién cocina habitualmente en casa, si esta tarea es valorada y si, de alguna forma, ellas y ellos ayudan en todo lo que implica cocinar. Es decir, para reflexionar acerca de la importancia de repartir la responsabilidad sobre las tareas de cuidado.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- SOLSONA I PAIRÓ, N. (2002): *La actividad científica en la cocina*. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://82.103.138.57/ebooks/0000/0026/cuaderno_12.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

En su justa medida

Objetos de medida no convencionales	Objetos de medida convencionales

Busca en la cocina de tu casa más objetos que se utilicen para medir.



OBJETOS	QUÉ SE MIDE CON ELLOS	CONVENCIONAL	NO CONVENCIONAL



Tiempo justo

Nivel



OBJETIVOS

- Practicar, observar y experimentar la medición del tiempo en situaciones reales.
- Realizar mediciones de tiempo en el entorno familiar, reflexionando sobre los usos del tiempo de todas las personas que lo integran.
- Sensibilizar al alumnado sobre la necesidad y los beneficios de compartir equitativamente las responsabilidades de cuidados.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación individual.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Fichas *Tiempo justo*.

DESARROLLO

Cada alumna y alumno, con ayuda de su familia, realizará una pequeña investigación sobre el uso del tiempo en su hogar, detallando las tareas que realiza cada persona en un día de diario y uno de fin de semana. Profesorado y alumnado definirán conjuntamente aquellas tareas o acciones que quieren observar en el hogar, añadiéndolas a la tabla de la ficha 1 o elaborando una nueva tabla.

Se observarán las tareas que se realizan, así como el tiempo aproximado que dedican a cada una de ellas. Luego completarán el horario que aparece en la ficha 1, asignando un color a cada miembro de la familia. Cada vez que un miembro de la familia haga una de las tareas se pintará con su color correspondiente en el horario.

Una vez recogida la información se realizará en el aula una representación gráfica de los diferentes miembros de la familia y las diferentes tareas que realizan. Se utilizará una gráfica circular que simule un reloj; concretamente, dos gráficas o relojes por persona (una correspondiente a las horas antes del mediodía y otra a las posteriores al mediodía). En ellas colorearán con un color diferente cada tarea teniendo en cuenta la hora en que se ha realizado y la

DESARROLLO

duración (ver ficha 2). Después se pondrán en común y se compararán las diferentes gráficas. Estas representaciones gráficas nos permitirán reflexionar sobre el uso diferenciado del tiempo entre hombres y mujeres y los usos del tiempo y hábitos saludables del alumnado. Algunas cuestiones a tener en cuenta para la reflexión:

- ¿A qué dedica más tiempo?, ¿y a qué menos?
- ¿Existen diferencias entre niñas y niños?, ¿y entre hombres y mujeres?
- ¿Existen otras alternativas para mejorar el reparto del tiempo?, ¿cómo piensan que repartirán su tiempo cuando sean personas adultas?

Puede ocurrir que, en los datos obtenidos, los hombres aparezcan dedicando gran parte de su tiempo a tareas profesionales, mientras que las mujeres dediquen más tiempo a tareas de cuidado. Será necesario entonces comentar que hombres y mujeres pueden realizar las mismas tareas y que es necesario y justo que se haga un reparto equitativo del tiempo para que ambos puedan desarrollarse tanto profesional como personalmente.

ALGUNAS IDEAS

- Para llevar a cabo la actividad es necesario que el alumnado sepa leer un reloj analógico y uno digital, para ello puede utilizarse un recurso multimedia disponible en la web: http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/115_el_reloj/index.html [fecha de acceso: 01/09/2010].

Tiempo justo

Con ayuda de tu familia completa el siguiente horario.

	Horario de un día de diario																							
TAREAS	0-1	1-2	2-3	3-4	4-5	5-6	7-8	8-9	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22	22-23	23-24		
Dormir																								
Ir al colegio																								
Trabajo fuera de casa																								
Trabajo en casa																								
Ocio																								

Escribe el nombre de cada miembro de tu familia en cada uno de los recuadros y asigna un color diferente a cada uno.



	Horario de un día de diario																							
TAREAS	0-1	1-2	2-3	3-4	4-5	5-6	7-8	8-9	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22	22-23	23-24		
Dormir																								
Ir al colegio																								
Trabajo fuera de casa																								
Trabajo en casa																								
Ocio																								

Tiempo justo

Con los datos recogidos en la tabla anterior vamos a pintar los siguientes gráficos. Asigna un color distinto a cada una de las tareas, situándolas en la hora correcta en que se realizaron y teniendo en cuenta el tiempo que llevó realizarlas.

YO

a.m.



Dormir

Ir al colegio

Tareas de cuidado

Otros

(parque, deporte, televisión, consolas...)

p.m.



Mi familia: _____

a.m.



Dormir

Ir al colegio/Ir al trabajo

Tareas de cuidado

Otros

p.m.



Mi familia: _____

a.m.



Dormir

Ir al colegio / Ir al trabajo

Tareas de cuidado

Otros

p.m.





Cocina equilibrada

Nivel



OBJETIVOS

- Valorar la importancia que tiene una correcta estimación acerca de cantidades, precios, etc. en situaciones de la vida cotidiana.
- Favorecer que se asuma el trabajo de cuidados como responsabilidad de todas las personas que conviven juntas.
- Potenciar la autonomía personal y las relaciones de igualdad, desarrollando las mismas potencialidades y responsabilidades en niños y niñas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación individual.
- Posibilidad de implicar a las familias.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Fichas *Cocina equilibrada*.

DESARROLLO

En esta actividad trabajaremos con un caso práctico en el que el alumnado deberá imaginar que va a invitar a un grupo de personas a comer; para ello tendrá que resolver unos cuantos problemas:

- Elaborar un menú o utilizar el propuesto de la ficha 1.
- Calcular las cantidades que necesitamos para una comida de 5 personas.
- Revisar los ingredientes de la despensa (ver ficha 2).
- Hacer una lista de la compra teniendo en cuenta lo que tenemos en la despensa.
- No salirse del presupuesto (10€ por persona) haciendo una estimación del coste de los productos que necesite, es decir, calcular aproximadamente cuánto se va a pagar por esos productos.
- Calcular el precio total con ayuda de su familia. Deberá acompañar a una persona adulta a realizar la compra y anotar los precios reales de los diferentes productos para calcular el coste total de su compra si la hiciera. Deberá fijarse en la calidad de los productos y el tipo

DESARROLLO

de comercio en el que se adquieren.

- Calcular el peso de la bolsa de la compra: deberá tener en cuenta los productos que tiene que comprar, así como la cantidad en la que se venden y hacer un cálculo lo más aproximado posible.
- Realizar propuestas para aprovechar los restos de ingredientes y del menú.

Una vez realizados estos pasos, se pondrán en común los resultados, analizando las diferentes posibilidades planteadas, ya que no existe una única solución, sino múltiples. Para finalizar se hará un intercambio de las diferentes impresiones respecto a la actividad, comentando las dificultades encontradas, cómo han sido resueltas, quién les ha ayudado, etc. Asimismo, se trata de valorar la importancia que tienen los pasos seguidos en la actividad para la vida real de las personas (importancia de elaborar un menú equilibrado, cálculo de cantidades, etc.).

ALGUNAS IDEAS

- A través de esta actividad destacaremos saberes que tradicionalmente se han considerados “de mujeres”, como conocer la importancia de una dieta equilibrada, ajustarse a un presupuesto, etc. Pero también podremos trabajar el consumo responsable pidiendo que analicen el proceso que ha seguido el producto hasta llegar a nuestras manos.
- Como alternativa se les puede plantear que, individualmente y en colaboración con su familia, elaboren desde el inicio un menú hasta su realización en la cocina y finalmente su consumo. Para ello podrán seguir los pasos descritos en la actividad y posteriormente exponer las diferentes experiencias en el aula. Como cierre de la actividad se podría plantear realizar una degustación de los diferentes platos elaborados invitando al resto de la comunidad educativa, incluidas las familias. También se puede optar por elaborar un recetario para el aula, en el que se incluyan sus platos favoritos.
- Esta actividad tiene varias soluciones; se valorarán positivamente las modificaciones en el menú para economizar y adaptarse al presupuesto, optar por un consumo responsable, la compra de utensilios y alimentos necesarios para el menú que no aparecen en la receta pero son necesarios (como pueden ser los pinchitos, el pan, etc.).
- Los precios también podrán consultarse por Internet en el aula de informática, comparando el coste de los productos en diferentes tiendas. Se podrá completar la actividad realizando operaciones con moneda, como pueden ser cambios, pagos y devolución de dinero sobrante.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- SOLSONA I PAIRÓ, N. (2002): *La actividad científica en la cocina*. Instituto de la Mujer. Disponible en: http://82.103.138.57/ebooks/0000/0026/cuaderno_12.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

Hoy vas a preparar una comida muy especial para cuatro de tus mejores amigos y amigas. A continuación te proponemos un posible menú, aunque podrás elaborar uno que te parezca más adecuado.

PRIMER PLATO

Ensalada Colorida

Ingredientes para 2 personas: 200 g de lechuga, 1 tomate, 1 zanahoria, cebolleta, $\frac{1}{2}$ remolacha cocida, 1 pizca de sal, 1 cucharada de vinagre y aceite.

Elaboración: Trocea la lechuga, el tomate y la cebolleta. Pica la zanahoria y la remolacha en tiras o daditos y sazona con sal, vinagre y aceite.

SEGUNDO PLATO

Bolitas de arroz

Ingredientes para 1 persona: 2 cucharadas de sésamo, 1 taza de arroz, 1 ciruela pasa.

Elaboración: Cuece la taza de arroz en dos tazas de agua salada hasta que esté en su punto. Una vez hecho el arroz humedece ligeramente las manos en agua un poco salada y forma una bola de arroz bien compacta. Con el pulgar, haz un agujero hasta el centro de la bola, procurando que quede bien compacta, e introduce un trozo de ciruela. Envuelve la bola con el sésamo y, para sellarla bien, humedécete de nuevo las manos para cerrarla. Tuesta las bolitas durante unos minutos en el horno.

POSTRE

Pinchitos de fruta

Ingredientes para 4 personas: 200 g de fresas, piña, 1 plátano, 1 kiwi y 1 pera.

Elaboración: Lava y pica la fruta en tu forma preferida, cuidando que no sean trozos muy grandes o muy pequeños; puedes cortarlos en cuadrados, círculos, rectángulos o triángulos. Después inserta los trozos alternando las diferentes frutas en los palitos de pinchos jugando con sus colores. Al servirlos puedes bañarlos con un poquito de miel o chocolate.

Investigando en casa

Nivel



OBJETIVOS

- Elaborar y describir un mapa sencillo de nuestra casa, así como trazar recorridos en el plano a partir de desplazamientos reales.
- Conocer y valorar las tareas de cuidado.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación individual.
- Puesta en común.
- Posibilidad de implicar a las familias.

MATERIALES Y RECURSOS

- Fichas *Investigando en casa*.

DESARROLLO

Esta actividad comenzará y terminará en el aula, pero necesitará también un tiempo de trabajo personal y la implicación de las familias en casa.

En la primera parte les pediremos que dibujen de memoria un plano sencillo de su casa, en el que identifiquen las diferentes habitaciones de la misma. Una vez realizado el plano, habrá que situar en el mismo los siguientes objetos: las lentejas, las bolsas de la basura, el papel higiénico de repuesto, las sábanas para su cama, la ropa para cuando cambie la estación, los productos para limpiar los zapatos, las pinzas de tender la ropa, etc. La elaboración del plano de memoria puede resultar un poco difícil pero, seguramente, más difícil les resultará saber dónde se guardan los objetos nombrados. Así que aprovecharemos ese desconocimiento para reflexionar en común todo el grupo sobre las tareas en las que se utilizan y motivarles a seguir con su investigación en casa.

La segunda parte de la actividad se llevará a cabo en casa. Concretamente, podemos pedirles lo siguiente:

- Que comparen el plano de su casa con la realidad y lo mejoren si es necesario.
- Que investiguen dónde se guardan los objetos mencionados y los sitúen correctamente en el plano.

DESARROLLO

- Que utilizando un color diferente para cada objeto, marquen en el plano el recorrido que tendrían que hacer desde su habitación hasta llegar a cada uno de ellos.
- Que investiguen un poco más sobre las tareas relacionadas con cada objeto. ¿Quién las realiza?, ¿cuándo?, ¿por qué son necesarias?

Una vez recopilada la información, se pondrá en común en el aula. Será el profesorado quien modere el debate con preguntas tales como: ¿qué dificultades han tenido?, ¿qué han averiguado?, ¿qué les ha sorprendido?, ¿pueden llevar a cabo alguna de esas tareas?

ALGUNAS IDEAS

- Cuando planteemos si saben dónde se guardan en su casa ciertos objetos, puede que haya diferencias de género, es decir, que las chicas acierten más que los chicos. Pues, aún hoy en día, es frecuente que ellas se involucren más en las tareas domésticas. Lo cual no debe extrañarnos mientras sean las mujeres de las familias —que serían sus referentes— quienes sigan asumiendo en la mayoría de los casos la responsabilidad de las tareas de cuidado. Si aparecen estas diferencias de género en el alumnado, sería conveniente reflexionar sobre las mismas, tratando de implicar a los chicos.
- Si la representación del espacio resulta complicada, adaptaremos la actividad facilitando un plano tipo de una casa, pidiéndoles que simplemente indiquen dónde se guardan esos objetos y luego lo comprueben en su casa, etc.

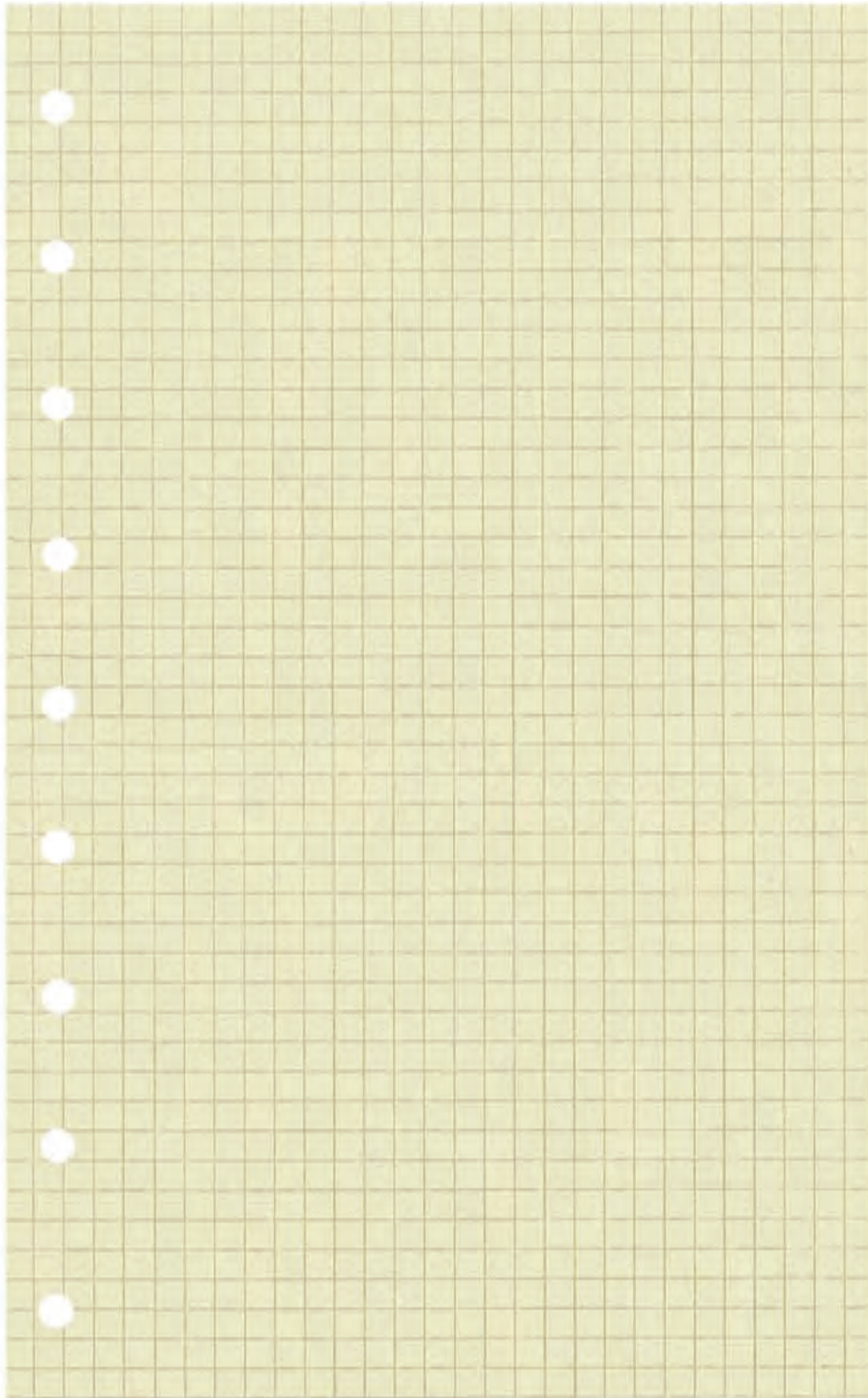
FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- VV.AA. (2007): *Coeducación desde la corresponsabilidad paterna. Unidad didáctica para intervenir socioeducativamente con alumnado de Educación Infantil y Primaria*. Ayuntamiento de Jerez de la Frontera. Disponible en: http://www.xtec.cat/innovacio/coeducacio/pdf/Coeducacio_%20desde_%20responsabilidad_%20paterna.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

Investigando en casa

¿Eres capaz de dibujar de memoria un plano de tu casa?

Inténtalo poniendo el nombre de cada habitación.



Investigando en casa

Ahora, ¡más difícil todavía!

A ver si eres capaz de situar en el plano los siguientes objetos:



Las lentejas



Las bolsas de la basura



La ropa para cuando cambie la estación



El papel higiénico de repuesto



Los productos para limpiar los zapatos



Las sábanas para tu cama



Las pinzas de tender la ropa

Seguramente necesites ayuda... Así que puedes preguntar en casa y aprovechar para recopilar más información sobre las diferentes tareas (quién las realiza, cuándo, por qué son necesarias, etc.). Una vez tengas todos los objetos señalados en el plano, elige un color para cada uno de ellos y traza el recorrido que habrías de realizar desde tu habitación hasta llegar a donde están.

Investigando en el patio

Sesiones

Nivel



OBJETIVOS

- Utilizar un mapa sencillo para recoger información.
- Reflexionar sobre el uso diferenciado del espacio en función del género.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación previa del profesorado.
- Investigación en pequeños grupos.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Mapa del patio del colegio elaborado por el profesorado.

DESARROLLO

El profesorado elaborará previamente un plano del patio en el que aparezcan todos aquellos elementos que sean relevantes en el uso del espacio por el alumnado durante los recreos (pistas deportivas, bancos donde sentarse, lugares donde esconderse, etc.). Para ello seguramente tenga que dedicar un tiempo a la observación de los mismos.

Se dividirá a la clase en pequeños grupos de investigación y se les explicará la tarea que van a realizar. Se trata de investigar el uso que hacen los chicos y las chicas del espacio en los recreos: ¿juegan a lo mismo?, ¿ocupan los mismos lugares?, ¿se desplazan?, ¿de qué formas?, etc. Habrá que decidir qué información se recoge y cómo, y dedicar al menos un recreo a ello. Por ejemplo, dibujaremos a todas las niñas que veamos con un triángulo y a todos los niños con un círculo. Una persona del grupo se fijará y dibujará dónde están las chicas y qué desplazamientos hacen, otra se encargará de los chicos, otra de apuntar los juegos a los que están jugando, otra de los objetos que se utilizan, etc. En función del nivel de reflexión del alumnado y del tiempo disponible para la actividad, podrá prestarse atención a más o menos aspectos, así como también elaborar más la presentación de los datos (por ejemplo, podrían hacerse fotografías).

Una vez recogidos y ordenados los datos se pondrán en común en el grupo clase. Se compararán los mapas y datos para ver si coinciden, si se pueden completar unos con otros, etc. Se

DESARROLLO

puede elaborar un mapa más grande en común y a partir del mismo iniciar un debate. Además de reflexionar sobre el uso diferencial del espacio (espacios ocupados, desplazamientos, tipo de juegos, etc.), sería interesante plantearse si el uso es equitativo y si podrían proponerse estrategias para mejorar en este sentido.

ALGUNAS IDEAS

- Se puede proponer la elaboración del plano del patio o que sean niños y niñas quienes detallen en el mismo los elementos que son usados en el recreo.
- También podemos tener en cuenta en la investigación otras características que normalmente suponen poder y un uso diferenciado del espacio, como la edad o la habilidad física.
- Para esta actividad puede colaborarse con el Área de Educación Física.
- Puede ser interesante dar a conocer los resultados de la investigación al resto del centro educativo. En ese caso, habrá que pensar cómo hacerlo (una exposición, periódico escolar, etc.).



Organizando las tareas

Nivel



OBJETIVOS

- Ubicarse en un plano y planificar desplazamientos en el mismo teniendo en cuenta la variable tiempo.
- Conocer y valorar las tareas de cuidado.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Trabajo individual o en pequeños grupos.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Ficha *Organizando las tareas*.

DESARROLLO

La actividad puede plantearse de forma individual o en pequeños grupos, que puede ser más divertido. Tan solo hay que leer las instrucciones que aparecen en la ficha del alumnado e intentar resolver el problema de cómo organizarse cuando hay que realizar varias tareas teniendo en cuenta desplazamientos y tiempo. Para ello habrá que interpretar las instrucciones, calcular tiempos, situarse en el plano, etc. No hay una única respuesta correcta.

Después de un tiempo se pondrán en común las diferentes propuestas razonando las distintas opciones. Puede aprovecharse para reflexionar sobre los conocimientos necesarios para la gestión cotidiana de una casa y una familia.

ALGUNAS IDEAS

- Una variante de la actividad sería elaborar un plano del barrio donde esté situado el centro educativo y hacer un supuesto similar con tareas reales que pueda realizar el alumnado.

FUENTES Y MÁS INFORMACIÓN

- VV.AA. (2007): *Coeducación desde la corresponsabilidad paterna. Unidad didáctica para intervenir socioeducativamente con alumnado de Educación Infantil y Primaria*. Ayuntamiento de Jerez de la Frontera. Disponible en: http://www.xtec.cat/innovacio/coeducacio/pdf/Coeducacio_%20desde_%20responsabilidad_%20paterna.pdf [fecha de acceso: 01/09/2010].

Eduardo tiene que hacer una serie de tareas del hogar y necesita que le ayudes a organizarse.

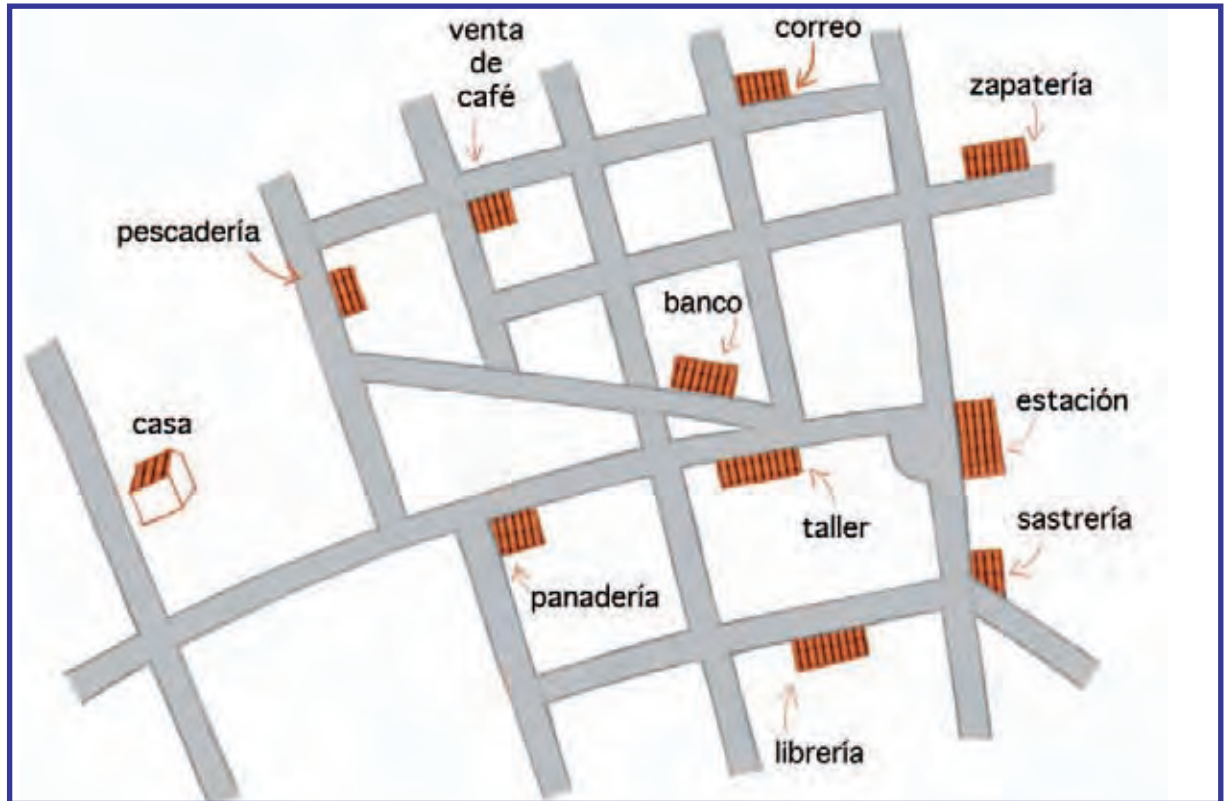
Debe salir de su casa a las 9:15 horas, dejar a su hija y su hijo en el colegio y estar de regreso a las 13 horas para que le dé tiempo a hacer la comida. Desde su casa a la estación se tarda en llegar andando 30 minutos. La oficina donde debe pagar el agua cierra a las 10 horas. Los comercios y el correo cierran a las 12 horas y la panadería abre después de las 11 horas. El recorrido debe hacerlo a pie.

Las tareas que debe hacer son las siguientes:

1. Llevar los zapatos a poner tapas
2. Recoger una batidora del taller de reparaciones
3. Llevar unos pantalones a arreglar
4. Mandar un paquete por correo
5. Ir al banco
6. Comprar pan
7. Comprar café
8. Esperar a unas amistades en la estación de autobuses que llegan a las 12.30 h.
9. Comprar unos libros para el colegio de su hija y su hijo
10. Comprar pescado en la pescadería

Organizando las tareas

El siguiente plano indica la ubicación de los lugares donde hay que hacer las tareas.



Ahora señala el orden en el que Eduardo debe realizar las tareas para que le dé tiempo a hacerlo todo.



Mujeres, mitos y matemáticas

Nivel



OBJETIVOS

- Recoger, ordenar e interpretar datos extraídos en entornos cotidianos.
- Elaborar gráficos sencillos que faciliten la interpretación de datos.
- Romper estereotipos de género relacionados con las mujeres y su capacidad para las matemáticas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Cuestionario individual.
- Puesta en común.
- Investigación en pequeños grupos.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Fichas *Mujeres, mitos y matemáticas*.
- Libro de texto de Matemáticas y otros aportados por el profesorado y el alumnado.

DESARROLLO

Comenzaremos la actividad pasando un cuestionario sobre mitos relacionados con las Matemáticas y las mujeres. Para ello, individualmente, completarán la ficha 1 y luego se realizará una puesta en común de las diferentes respuestas del grupo. Mientras, el maestro o la maestra va anotando los resultados en el encerado, el alumnado hará el recuento y los ordenará en la ficha 2. Por ejemplo:

Alumnas:

Afirmación 1. Verdadera: III

Falsa: IIIIIIIIIII

Alumnos:

Afirmación 1. Verdadera: III

Falsa: IIIIIIIIIII

Es importante desagregar los datos por sexo en la pizarra para comparar las contestaciones de las alumnas y alumnos. Tras ordenar los datos, en gran grupo interpretarán las tablas diciendo qué afirmaciones consideran verdaderas y cuáles falsas. A continuación se preguntará si creen que a las niñas/mujeres se les dan peor las matemáticas que a los niños/hombres.

DESARROLLO

Se dará un tiempo para que expongan sus diferentes opiniones.

A continuación se resumirán las conclusiones a las que hayan llegado. El maestro o la maestra comentará que hombres y mujeres, niños y niñas tenemos la misma capacidad para las matemáticas e invitará al alumnado a conocer cómo se crea una opinión diferente, un mito, un estereotipo. Concretamente, le propondremos que, en grupos de 4 o 5 personas, se haga un análisis de libros de texto de Matemáticas, libros específicos que se encuentren en la biblioteca y páginas web relacionadas, para recoger datos sobre cuántos hombres y mujeres aparecen y qué hacen. Luego representarán gráficamente los resultados y los pondrán en común (ver ficha 3 del alumnado). La invisibilización de las aportaciones de las mujeres a las matemáticas, así como la ausencia de imágenes y textos que hagan referencia a la relación de las mujeres con las mismas contribuyen a la existencia del mito.

ALGUNAS IDEAS

- Es importante destacar la importancia de las expectativas del profesorado. Su opinión respecto a las capacidades del alumnado, su manera de tratar a alumnas y alumnos, pueden contribuir a que un mito se acepte e interiorice fácilmente.
- Puede resultarnos difícil explicar cómo se crea un estereotipo de género, pero será más sencillo si utilizamos otros ejemplos cercanos a las experiencias del alumnado, tales como cómo se crea un rumor.

Mujeres, mitos y matemáticas

¿Son ciertas las siguientes afirmaciones? Justifica las respuestas

1. Los chicos tienen más habilidad para las matemáticas que las chicas.

Verdadero Falso.



2. Las chicas tienen más habilidad para las letras que los chicos.

Verdadero Falso.

3. A lo largo de la historia no han existido mujeres que hayan destacado en matemáticas.

Verdadero Falso.

4. Los hombres tienen una mejor orientación espacial e interpretan mejor los mapas.

Verdadero Falso.

5. Las niñas obtienen mejores resultados en matemáticas en aquellas sociedades con mayor igualdad entre los sexos, en algunos casos superando a sus compañeros.

Verdadero Falso.

Ordena los resultados obtenidos del cuestionario en la siguiente tabla:

ALUMNAS		
	VERDADERO	FALSO
AFIRMACIÓN 1		
AFIRMACIÓN 2		
AFIRMACIÓN 3		
AFIRMACIÓN 4		
AFIRMACIÓN 5		

ALUMNOS		
	VERDADERO	FALSO
AFIRMACIÓN 1		
AFIRMACIÓN 2		
AFIRMACIÓN 3		
AFIRMACIÓN 4		
AFIRMACIÓN 5		

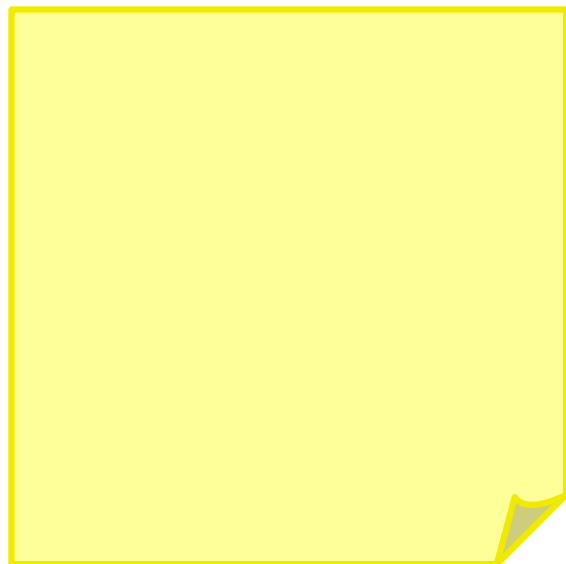
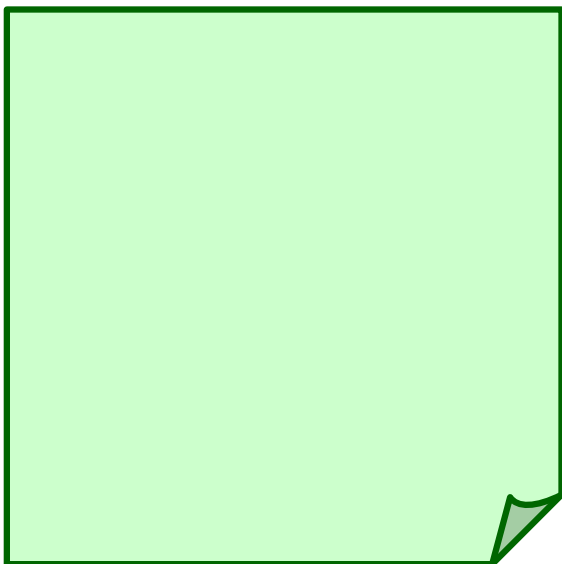
Mujeres, mitos y matemáticas

Busca en la biblioteca, Internet o en tu libro de texto imágenes de hombres, niños o personajes masculinos y mujeres, niñas y personajes femeninos, y completa la información que se pide en la siguiente tabla.

HOMBRES		MUJERES	
Nº de personas o personajes masculinos	¿Qué hacen?	Nº de personas o personajes femeninos	¿Qué hacen?

TOTAL HOMBRES: _____ TOTAL MUJERES: _____

Pinta en la hoja de la izquierda tantos puntos como el número de hombres que hayas encontrado y haz lo mismo con las mujeres en la hoja de la derecha.





De ellas y de ellos

Nivel



OBJETIVOS

- Despertar la curiosidad del alumnado por la prensa escrita así como por conocer lo que sucede en nuestro entorno.
- Aprender a recoger, analizar e interpretar datos desagregados por sexo.
- Crear el hábito de lectura crítica del periódico.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Investigación en pequeños grupos.
- Puesta en común.

MATERIALES Y RECURSOS

- Periódicos, si se opta por trabajar con el ejemplo propuesto (en otro caso, los que aporte el alumnado).
- Fichas *De ellas y de ellos*.

DESARROLLO

Se realizará una pequeña investigación sobre algún aspecto de la vida cotidiana del alumnado y su entorno, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Niñas y niños podrán decidir sobre qué quieren investigar; de esta manera, tenemos más posibilidades de que la actividad les resulte motivante y relevante. La única condición indispensable es que siempre han de recogerse datos desagregados por sexo, para así poder conocer la situación de los hombres y las mujeres en la realidad que elijan investigar. Como ejemplo, proponemos el análisis de los periódicos de la localidad o el del centro educativo si lo hubiese.

Iniciaremos la sesión preguntando si consideran que en las noticias de la prensa se trata igual a hombres y mujeres. Después se les planteará realizar una investigación para comprobar si sus opiniones son ciertas o no. El profesorado llevará un periódico al aula y conjuntamente acordarán qué secciones y qué tipo de contenidos (los titulares, las imágenes, quién firma los artículos, etc.) quieren analizar. A continuación formarán grupos y cada uno investigará una sección (nacional, internacional, opinión, sociedad, cultura y espectáculos, deporte, etc.).

Para la recogida de información podrán elegir entre utilizar la ficha 1 o seleccionar aquellos indicadores que más les interesen y elaborar una nueva ficha.

DESARROLLO

Podemos tener en cuenta numerosos indicadores, los principales son:

- Número de hombres y mujeres
- Dónde aparecen: en qué secciones, en qué tipo de noticia o información.
- Rol o función: son portavoces, profesionales, especialistas en un tema, víctimas, dan su opinión, relatan una experiencia, es difícil de determinar, etc.
- Identificación: cómo se identifica o nombra a hombres y mujeres (con dos apellidos, por el cargo, diminutivo, etc.).
- Protagonista: quién protagoniza la noticia, sobre quién recae el peso principal, etc.
- Participación de mujeres y nombres en la elaboración de artículos: quién firma los artículos y en qué secciones.

Los datos obtenidos se representarán mediante gráficas de barras sencillas (ver ficha 2); el alumnado elaborará una gráfica por cada ítem analizado de manera que permita visibilizar la situación de hombres y mujeres. Cada grupo interpretará las gráficas y extraerá las principales conclusiones de la investigación. Por último, se hará una puesta en común y se realizarán propuestas que favorezcan una imagen más igualitaria de hombres y mujeres en la prensa escrita.

ALGUNAS IDEAS

- Los resultados obtenidos de la investigación podrán ser publicados en la página web del centro. También podrán ser enviados a la redacción o dirección del periódico, incluyendo alguna petición o recomendaciones sobre cómo tener en cuenta a las mujeres e incluir así la perspectiva de género.
- Los gráficos podrán elaborarse mediante programas informáticos sencillos de hojas de cálculo.

De ellas y de ellos

Periódico:

Fecha:

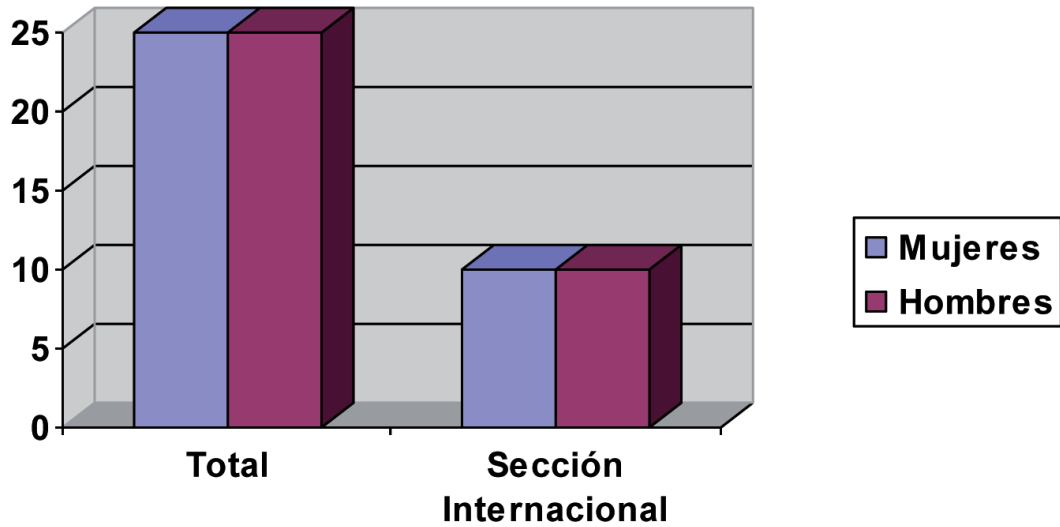
Sección:

Número total de noticias/imágenes analizadas:

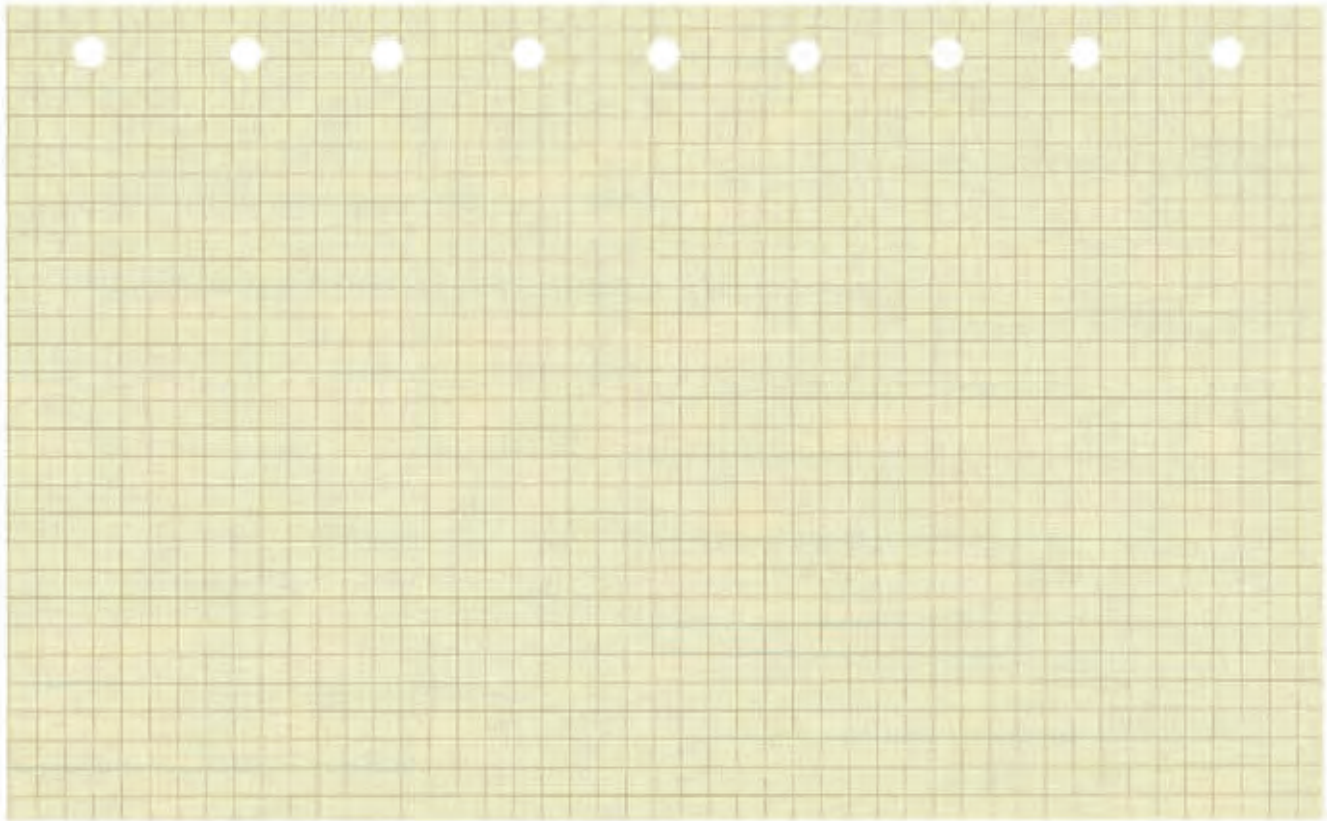
	HOMBRES	MUJERES
Nº de hombres y mujeres		
Secciones donde aparecen		
Número de protagonistas		
Papel o función		

De ellas y de ellos

A continuación te ponemos un ejemplo para que representes en gráficas de barras los resultados obtenidos:



Haz tus gráficas e interpreta debajo de cada una lo que significa.





Mujeres matemáticas



OBJETIVOS

- Ofrecer modelos de referencia de mujeres matemáticas mediante su visibilización y valoración de sus aportaciones.
- Desterrar estereotipos de género respecto a la relación entre las mujeres y las matemáticas.

PISTAS METODOLÓGICAS

- Lluvia de ideas.
- Investigación individual.
- Puesta en común.
- Trabajo en pequeños grupos.
- Exposición del material resultante.

MATERIALES Y RECURSOS

- Aula de informática.
- Información aportada por el alumnado.
- Ficha *Mujeres matemáticas*.

DESARROLLO

Comenzaremos con una lluvia de ideas sobre mujeres matemáticas que conozca el alumnado. Es fácil que nombren a muy pocas o ninguna, pues han sido invisibilizadas a pesar de haber realizado relevantes aportaciones a este campo. Para que el alumnado pueda ampliar o descubrir las contribuciones de las mujeres a esta ciencia, se les propondrá elaborar un calendario de "Mujeres matemáticas".

En primer lugar buscarán individualmente información sobre mujeres matemáticas de diferentes épocas históricas. Esta información podrá recogerse utilizando la ficha 1 o cualquier otra forma que se considere adecuada, recordando que la información debe ser breve y que es importante recoger fechas destacadas en las biografías, así como sus aportaciones a las matemáticas. La búsqueda podrá realizarse en la biblioteca del centro, a través de Internet, libros de texto, etc. Luego se pondrán en común los resultados y se seleccionará una

DESARROLLO

mujer para cada mes, teniendo en cuenta que ese mes debe ser significativo en la vida de la mujer seleccionada.

Después se formarán parejas o grupos de 3 ó 4 personas, de manera que a cada grupo le corresponda un mes. Recopilarán imágenes, dibujos y fotografías y una breve biografía de la mujer. También deberán buscar información sobre otras mujeres matemáticas, de manera que puedan incluir efemérides en los días del mes correspondiente.

En el aula de informática cada grupo maquetará su mes e insertará la información obtenida. Podrán utilizarse programas de texto con plantillas para facilitar la elaboración del calendario o programas específicos de fotografía. Después se unirán los diferentes trabajos de manera que tengamos el calendario completo y se realizarán copias para entregar al alumnado.

Por último cada grupo expondrá su mes y comentará las dificultades encontradas, aspectos que hayan encontrado interesantes y los aprendizajes realizados. El profesor o profesora resumirá las diferentes aportaciones que podrán ser incluidas como introducción al calendario.

ALGUNAS IDEAS

- El calendario resultante podrá ser publicado en la página web del centro, en un blog, etc. de manera que esté disponible para toda la comunidad educativa.
- Es importante que el profesorado tenga en cuenta la importancia del trabajo cooperativo en esta actividad puesto que el intercambio de información no solo facilitará la labor de los diferentes grupos, sino el aprendizaje mutuo.
- Como ejemplo para enseñar al alumnado se puede utilizar el *Calendario 2009 de Astrónomas que hicieron historia*. Disponible en: http://www.astronomia2009.es/Proyectos_pilares/Ella_es_una_Astronoma/Calendario_2009:_Astronomas_que_hicieron_historia.html [fecha de acceso: 01/09/2010].

Nombre

Fecha de nacimiento/defunción

Fecha/aportaciones a las matemáticas

Aspectos relevantes de su biografía
(incluir fechas)

