

1. De otra Galaxia	
EDAD APROPIADA	20/30 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	Entre 8 y 16 personas.
OBJETIVOS	Reflexionar sobre las características asignadas socialmente a los hombres y a las mujeres. Analizar las diferencias.
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	Papel continuo. Rotuladores. Folios. La fotografía de un hombre y la de una mujer.
CONTENIDO DESARROLLO	O Formamos dos grupos con las/os participantes y les explicamos que la persona dinamizadora de la actividad es una extraterrestre procedente de otra galaxia. Acaba de aterrizar en la tierra y le han contado que los seres humanos son hombres o mujeres. Pediremos a los grupos su ayuda para que traten de aclarar esta diferenciación explicando cuáles son las características de “lo femenino” y de “lo masculino”. Un grupo hará un listado con las características relacionadas con las mujeres y el otro con los hombres. En este listado, además de características, pueden aparecer formas de ser, lugares dónde podemos encontrar más hombres o más mujeres, etc. Colocamos un papel continuo lo suficientemente grande, dividido en dos columnas: Una columna con la foto de una mujer. Otra columna con la foto de un hombre. Una persona voluntaria de cada grupo, traslada su listado a la columna correspondiente. Terminadas las listas, para confirmar que los grupos han dicho la verdad, “la extraterrestre” intercambia las imágenes, poniendo la de la mujer donde estaba la del hombre y viceversa. Una vez hecho el intercambio, le pedimos a las personas participantes que reflexionen acerca de cada una de las características que se han invertido al cambiar las fotografías. Preguntaremos frente a las columnas intercambiadas, cuáles de las características no corresponden a los hombres y cuáles no corresponden a las mujeres, señalándolas con un círculo. Concluimos la actividad mostrando que sólo las características biológicas (el sexo) son naturales y que el resto de las características

		atribuidas son construcciones culturales fácilmente intercambiables (género)
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Han reflexionado sobre las diferencias impuestas entre hombres y mujeres? ¿Han participado activamente en la actividad?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si alguno de los participantes no sabe/no puede escribir se hará bien de forma oral o bien con ayuda.
OBSERVACIONES		

2. Vidas Paralelas		
EDAD APROPIADA		12/14 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	DEL	Entre 10 y 20 personas.
OBJETIVOS		Reflexionar sobre las expectativas creadas socialmente con respecto al comportamiento de una mujer o de un hombre. Reflexionar sobre las consecuencias que tienen los roles y estereotipos de género en la vida de las mujeres y hombres.
DURACIÓN		30 minutos.
MATERIALES		Una pelota.
CONTENIDO DESARROLLO	O	Las personas participantes forman un círculo y se van pasando la pelota, de forma rápida y en direcciones arbitrarias. El ejercicio consiste en crear dos historias, primero la de la mujer (el grupo decidirá el nombre la mujer) y luego la de un hombre (el grupo decidirá el nombre del hombre). Cada vez que alguien toma la pelota, debe decir algo relacionado con la vida del personaje imaginario, de tal manera que colectivamente se va construyendo una especie de biografía. Por ejemplo: Laura nació en un pueblecito donde ayudaba a su mamá en las labores de la casa... Y así sucesivamente hasta crear la historia completa de su vida (sus condicionamientos, sus anhelos y aspiraciones, lo que alcanzó a realizar) y finalmente la forma en que muere. Luego se hace lo mismo sobre la vida del hombre. Después de crear las dos historias, en grupo se comparan los elementos de cada una de las historias referidas a las características y

		valores de cada uno de los personajes. En la comparación, generalmente se visibilizará las diferencias que existen entre hombres y mujeres con respecto a las actividades que desempeñan, su participación en la toma de decisiones, cómo se van imponiendo desde la infancia los roles sexuales, etc. Una vez que se ha realizado la comparación entre las dos historias, la persona dinamizadora podrá plantear las siguientes cuestiones: ¿Creéis que hay cosas que sólo pueden hacer los hombres? ¿Por qué? ¿Creéis que hay cosas que sólo pueden hacer las mujeres? ¿Por qué? ¿Hay tareas a las que las mujeres están más predispuestas que los hombres? Y ¿al contrario? ¿Por qué? ¿Hay diferencias en la educación dependiendo si eres hombre o mujer? ¿Creéis que las mujeres tienen las mismas oportunidades que los hombres en nuestro país? Y ¿en los países empobrecidos?
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Han reflexionado sobre los roles de los hombres y de las mujeres? ¿Han participado activamente en la actividad?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si algún participante no sabe qué aportar cuando le toque la pelota se le ayudará dándole ideas.
OBSERVACIONES		

3. Trabajo doméstico		
EDAD APROPIADA		15/19 años.
TAMAÑO DEL GRUPO		Entre 12 y 16 personas.
OBJETIVOS		Reflexionar sobre las desigualdades de género. Visualizar la importancia del reparto equitativo de las tareas del hogar Proponer actitudes para el cambio personal en la asunción y adjudicación de roles.
DURACIÓN		45 minutos.
MATERIALES		Folios. Bolígrafos.

CONTENIDO DESARROLLO	O	Las personas participantes se dividen en grupos de 4 personas aproximadamente, cada uno de los grupos responde a las preguntas que aporta la persona dinamizadora y reflexionan sobre estas: Enumerad 15 tareas domésticas. ¿Quién realiza esas tareas en nuestra casa? Calculad las horas que trabaja cada miembro de la familia realizando tareas domésticas. ¿Cuánto cobraría una persona por ese trabajo? Realizad una lista en el que propongáis un reparto equitativo de las tareas del hogar entre todos los miembros de la familia. Cuando las personas participantes han respondido a todas las preguntas, un o una portavoz de cada grupo comparte las respuestas con el resto. Tras compartir las respuestas de cada grupo, se debate sobre ellas: ¿Te habías planteado alguna vez esta situación? ¿Qué piensas sobre lo expresado por tu grupo y por el resto de tus compañeros y compañeras? ¿Crees que el reparto de tareas domésticas es justo? Por último, cada persona escribe en un papel sus propósitos para la mejora de la situación existente.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Han visualizado las diferencias entre las tareas que realizan los hombres y las que realizan las mujeres? ¿Han reflexionado? ¿Tienen intención de intentar conseguir un cambio?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	En caso de que algún participante no sepa/no pueda escribir las respuestas de las preguntas y la reflexión final, lo haremos todos oralmente en conjunto.
OBSERVACIONES		

4. Igualdad de Mujeres y Hombres	
EDAD APROPIADA	A partir de 15 años
TAMAÑO DEL GRUPO	Entre 10-20 personas
OBJETIVOS	Participar activamente y democráticamente Crear un espacio de aceptación y respeto
DURACIÓN	2 horas un día 2 horas otro
MATERIALES	Fotografías sobre la situación de desigualdad en los diferentes ámbitos sociales

CONTENIDO DESARROLLO	O	El primer día enseñaremos las fotos donde vemos las desigualdades y las comentaremos por los diferentes ámbitos en el que podemos apreciarlas. El segundo día trataremos los orígenes de las desigualdades el sistema de sexo-género, estereotipos y roles.
CRITERIOS EVALUACIÓN	DE	¿Han aprendido nuevos términos? ¿Han participado activamente? ¿Han dado sus opiniones? ¿Han desarrollado el pensamiento crítico?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si alguna mujer no comprende volver a explicárselo de una manera diferente y más sencilla.
OBSERVACIONES		

5. Violencia de Género		
EDAD APROPIADA		A partir de 15 años
TAMAÑO DEL GRUPO		Entre 10-20 personas
OBJETIVOS		Expresar sus ideas claras Fomentar una nueva metodología para la intervención
DURACIÓN		2 horas
MATERIALES		
CONTENIDO DESARROLLO	O	Definiremos lo que es la violencia de género, conexión de la violencia de género con la desigualdad y debatir sobre comentar las posibles acciones y individuales que se pueden emprender para disminuir la desigualdad del colectivo
CRITERIOS EVALUACIÓN	DE	¿Han comprendido estos nuevos conceptos? ¿Hemos hablado de todos los temas importantes? ¿Han desarrollado nuevas ideas sobre las mujeres? ¿Han participado de forma activa todas las mujeres asistentes?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si los conceptos son demasiado difíciles para ello intentaremos explicarlos de una manera más básica
OBSERVACIONES		

7. Vida paralela

7. Vida paralela	
EDAD APROPIADA	De 12 años en adelante.
TAMAÑO DEL GRUPO	10/20 personas aproximadamente.
OBJETIVOS	Reflexionar sobre las expectativas creadas socialmente con respecto al comportamiento de una mujer o de un hombre. Reflexionar sobre las consecuencias que tienen los roles y estereotipos de género en la vida de las mujeres y hombres.
DURACIÓN	30 minutos.
MATERIALES	Una pelota.
CONTENIDO DESARROLLO	O Las personas participantes forman un círculo y se van pasando la pelota, de forma rápida y en direcciones arbitrarias. El ejercicio consiste en crear dos historias, primero la de la mujer (el grupo decidirá el nombre la mujer) y luego la de un hombre (el grupo decidirá el nombre del hombre). Cada vez que alguien toma la pelota, debe decir algo relacionado con la vida del personaje imaginario, de tal manera que colectivamente se va construyendo una especie de biografía. Por ejemplo: Laura nació en un pueblecito donde ayudaba a su mamá en las labores de la casa... Y así sucesivamente hasta crear la historia completa de su vida (sus condicionamientos, sus anhelos y aspiraciones, lo que alcanzó a realizar) y finalmente la forma en que muere. Luego se hace lo mismo sobre la vida del hombre.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE ¿Han participado de manera activa? ¿Han
VARIANTES IMPREVISTOS	O
OBSERVACIONES	

8. Política por la Equidad

EDAD APROPIADA	15 años en adelante.
TAMAÑO DEL GRUPO	Entre 15 y 25 aproximadamente.
OBJETIVOS	Reflexionar acerca de las desigualdades que nos rodean. Realizar propuestas para lograr la igualdad real entre mujeres y hombres en nuestro contexto. Aprender a trabajar en equipo, a dialogar y respetar otras propuestas
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	5 cartulinas. Rotuladores o lápices de colores y bolígrafos. Folios.
CONTENIDO DESARROLLO	O Dividimos a las personas participantes en 4 o 5 grupos. Cada grupo tendrá que formar un nuevo partido político y su única preocupación es la de alcanzar la igualdad entre mujeres y hombres. Los diferentes grupos tendrán que escoger el nombre, las siglas y el logotipo de su partido y diseñar un cartel con ellos. Tendrán que inventarse un eslogan (frase corta que resuma la filosofía del partido). Cada partido deberá presentar 5 propuestas para lograr la equidad de género en el mundo y explicar cómo las van a cumplir. Tienen que ser propuestas reales, que de verdad se puedan realizar. Una vez que cada partido tiene su cartel con las propuestas, realizará un mitin para explicárselas al resto de partidos políticos (5 minutos por partido). Por último, todas las personas participantes votarán por el partido que consideren que debe ganar las elecciones.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	¿Han hecho una buena reflexión sobre el tema planteado? ¿Han participado de forma activa? ¿Trabajan bien en equipo?
VARIANTES IMPREVISTOS	O En el caso de que alguien no sepa escribir se hará la actividad de manera oral.
OBSERVACIONES	

9. Igualdad y Corresponsabilidad

EDAD APROPIADA	A partir de 15 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	Entre 8 y 10 personas.
OBJETIVOS	Inculcar igualdad. Redistribución de tareas.
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	Pizarra y rotulador
CONTENIDO DESARROLLO	O Hacemos un listado en la pizarra con las tareas cotidianas que hacen los diferentes miembros de su familia. Al lado de cada una de las tareas pondremos el nombre de quién la realiza. A las tareas domésticas hay que añadir otras como el trabajo, el estudio o las actividades extraescolares. Cada actividad suma un punto en el casillero del miembro de la familia. De este modo, las personas verán quién ocupa más tiempo en el trabajo diario. La segunda parte de estos juegos de igualdad consistirá en fomentar la corresponsabilidad y redistribuir las tareas entre los miembros de la familia.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	¿Han aprendido? ¿Han disfrutado? ¿Hemos conseguido inculcar ideas correctas a dichas personas? ¿Han comprendido el taller?
VARIANTES IMPREVISTOS	O En el caso de que no sepan alguna palabra ayudarles. Si les cuesta entender el ejercicio volver a repetirlo hasta que sean capaces de comprenderlo En el caso de que no comprendan las diferencias, explicarlas.
OBSERVACIONES	

10. Las Distintas Familias

EDAD APROPIADA	A partir de 15 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	8 a 10 personas.
OBJETIVOS	Explorar los distintos modelos de familia, de forma que tengan una visión más completa de las relaciones de convivencia. Ayudar a comprender cuáles son las funciones de la familia. Reflexionar sobre la importancia que tienen las tareas de cuidado, afecto y sostenimiento de la vida en el marco de la familia
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	Una hoja en blanco. Lápices de colores. Tijeras. Pegamento.
CONTENIDO DESARROLLO	O Entregamos la hoja con el dibujo de diferentes personajes a cada persona, para que elijan los personajes. Les diremos que coloreen los personajes que han elegido. Cada persona explicará al resto del grupo cómo es la familia. Hacemos un círculo y conversamos sobre cómo son nuestras familias. Invitaremos a las familias de los alumnos y las alumnas a clase para que cuenten su historia. Jugaremos a las familias construyendo casas imaginarias en clase. Invitaremos a los alumnos y a las alumnas a traer fotografías o un objeto de la familia, para que cuenten su historia en clase.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	¿Han disfrutado del proyecto? ¿ Han aprendido situaciones alternativas? ¿Hemos llegado a crearlas una mente más abierta? ¿Han sabido comprender el taller?
VARIANTES IMPREVISTOS	O En el caso de que no comprendan el taller volver q a explicar. Si no saben realizar algo ayudar en el proceso. En el caso de explicar la familia ayudar.
OBSERVACIONES	

11. Lo que me gusta de ti es...

EDAD APROPIADA	A partir de 14 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	8 a 10 personas.
OBJETIVOS	Valorar a las personas oír sus cualidades como persona y no por el género. Reforzar autoestima
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	
CONTENIDO DESARROLLO	O Todas las personas participantes forman un círculo y la integradora/or les dice que tienen que pensar una cualidad o algún aspecto que les guste de la persona que tiene a su derecha y de la persona que tiene a su izquierda. Transcurridos 2 ó 3 minutos, la integradora/or indica al grupo que de una en una y en voz alta le diga a la persona que está a su derecha: "Lo que me gusta de ti es..." y seguidamente le da un abrazo, o un beso, etc. Al terminar la ronda, se hace lo mismo con la persona que tenemos a la izquierda, de esta manera nos veremos valoradas y valorados por nuestras cualidades como personas y no por nuestra condición de mujeres. Una vez concluidas ambas rondas, todo el grupo se da un fuerte aplauso viéndose reforzada nuestra autoestima.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	¿Han participado? ¿Han disfrutado? ¿Han valorado la situación? ¿Ha servido para mejorar sus puntos de vista hacia las personas?
VARIANTES IMPREVISTOS	O En el caso de que no sepan decir alguna palabra, ayudar. En el caso de que no conozcan a la persona, podrá decir dicha cualidad cualquier otra del grupo que la conozca. En el caso de que esa persona no sea conocida, se le dirá una cualidad física.
OBSERVACIONES	

12. El cuento del lobo	
EDAD APROPIADA	A partir de 15 años.
TAMAÑO DEL GRUPO	8 a 10 personas.
OBJETIVOS	Comprender la necesidad de conocer el punto de vista del otro. Valorar los hechos con todas las opiniones posibles para poder tener criterio, opinión propia. Visibilizar la vida silenciada que en muchas ocasiones sufren las mujeres (en el cuento, el lobo).
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	Cuento, cartulina, velcro, cartulinas más pequeñas con las frases.
CONTENIDO DESARROLLO	O Primera parte: La integrador/ra de la actividad, preguntará al grupo si conocen el cuento de Caperucita Roja y les pedirá que se lo cuenten. En la pizarra o papel continuo se harán dos columnas, una para Caperucita y otra para el Lobo. A continuación, la integrador/ra, le pide a las personas participantes que digan cómo son, para ellas, Caperucita y el Lobo y se irán anotando las respuestas en la pizarra. Una vez anotadas las características, la integradora/or encargada de dinamizar la actividad, pasará a leer “El Cuento del Lobo”. Después de la lectura del cuento, se le volverá a pedir a las personas participantes que expresen cómo les parecen ahora Caperucita y el Lobo, anotando en la pizarra los diversos comentarios. Entre todo el grupo se compararán las características asignadas a los personajes en las dos versiones. Con esta historia podemos trabajar la importancia de tener en cuenta los distintos puntos de vista, de valorar los “hechos” con todas las opiniones posibles para poder tener criterio, opinión propia y no ser manipulados y manipuladas. El personaje del lobo, puede ser visto como una metáfora de la historia que “viven” muchas mujeres en el mundo. De cómo sus opiniones y puntos de vista no se tienen en cuenta, en muchas ocasiones ni se escuchan, quedando así invisibilizadas ante el resto de la sociedad. Para concluir podemos realizar las siguientes preguntas al grupo: ¿Crees que la voz de las mujeres se escucha igual en todos los países del mundo? Hoy en día, en nuestra sociedad, ¿hay ámbitos en dónde las opiniones de las mujeres no son tenidas en cuenta? ¿En cuáles? ¿Y la de los hombres? ¿Qué crees que debería cambiarse en nuestra sociedad para que participemos por igual mujeres y hombres? Cuento del Lobo:

El bosque era mi hogar. Yo vivía allí y me gustaba mucho. Siempre trataba de mantenerlo ordenado y limpio. Un día soleado, mientras estaba recogiendo las basuras dejadas por unos excursionistas, sentí pasos. Me escondí detrás de un árbol y vi venir una niña vestida en forma muy divertida: toda de rojo y su cabeza cubierta, como si no quisiera que la vieran. Andaba feliz y comenzó a cortar las flores de nuestro bosque, sin pedir permiso a nadie, quizás ni se le ocurrió que estas flores no le pertenecían. Naturalmente, me puse a investigar. Le pregunté quién era, de dónde venía, a dónde iba, a lo que ella me contestó, cantando y bailando, que iba a casa de su abuelita con una canasta para el almuerzo. Me pareció una persona honesta, pero estaba en mi bosque, cortando flores. De repente, sin ningún remordimiento, mató a un mosquito que volaba libremente, pues también el bosque era para él. Así que decidí darle una lección y enseñarle lo serio que es meterse en el bosque sin anunciarse antes y comenzar a maltratar a sus habitantes. La dejé seguir su camino y corrí a la casa de la abuelita. Cuando llegué me abrió la puerta una simpática viejecita, le expliqué la situación y ella estuvo de acuerdo con que su nieta merecía una lección. La abuelita aceptó permanecer fuera de la vista hasta que yo la llamara y se escondió debajo de la cama. Cuando llegó la niña la invité a entrar al dormitorio donde estaba yo acostado, vestido con la ropa de la abuelita. La niña llegó, sonrojada, y me dijo algo desagradable acerca de mis grandes orejas. He sido insultado antes, así que traté de ser amable y le dije que mis grandes orejas eran para oírla mejor. Ahora bien, me agradaba la niña y traté de prestarle atención, pero ella hizo otra observación insultante acerca de mis ojos saltones. Ustedes comprenderán que empecé a sentirme enojado. La niña tenía bonita apariencia, pero empezaba a serme antipática. Sin embargo, pensé que debía poner la otra mejilla y le dije que mis ojos me ayudaban a verla mejor. Pero su siguiente insulto sí me encolerizó. Siempre he tenido problemas con mis grandes y feos dientes y esa niña hizo un comentario realmente grosero. Sé que debí haberme controlado, pero salté de la cama y le gruñí, enseñándole toda mi dentadura y diciéndole que eran así de grandes para comerla mejor. Ahora, piensen ustedes: ningún lobo puede comerse a una niña. Todo el mundo lo sabe. Pero esa niña empezó a correr por toda la habitación gritando y yo corría detrás de ella tratando de calmarla. Como tenía puesta la ropa de la abuelita y me molestaba para correr, me la quité, pero fue mucho peor. La niña gritó aún más. De repente, la puerta se abrió y apareció un leñador con un hacha enorme y afilada. Yo lo miré y comprendí que corría peligro, así que salté por la ventana y escapé. Me gustaría decirles que éste es el final de la historia, pero desgraciadamente no es así. La abuelita jamás contó mi parte de la historia y no pasó mucho tiempo sin que se corriera la voz que yo era un lobo malo y peligroso. Todo el mundo comenzó a evitarme. No sé qué le pasaría a esa niña antipática y vestida en

		forma tan rara, pero sí les puedo decir que yo nunca pude contar mi historia. Ahora ustedes ya lo saben.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Han aprendido algo? ¿Han disfrutado? ¿Han comprendido la actividad? ¿Han comprendido el cuento? ¿Han reflexionado?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	En el caso que no comprendan la actividad, volver a explicarlo En el caso de que no entiendan el cuento, volver a leerlo En el caso que no sepan decir algo, ayudar con las palabras
OBSERVACIONES		

13. Confía en ti		
EDAD APROPIADA		Cualquier edad desde los 10 años en adelante
TAMAÑO DEL GRUPO	DEL	5 personas
OBJETIVOS		• Coger confianza en sí mismo • Trabajar la entonación y la pronunciación
DURACIÓN		1 Hora
MATERIALES		Grabadora o Cámara de video
CONTENIDO DESARROLLO	O	Conseguir una cámara de video o una grabadora de audio, y grabarte a ti mismo mientras practicas tu discurso. Escucha tus grabaciones y no te preocupes si tienes errores o detalles por corregir. Ten confianza en que poco a poco vas a mejorar.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Se ha conseguido mejorar la entonación? ¿Han quitado vergüenza la hablar en público?

VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si no pudiesen tener o cámara de video o grabadora, escribirían en un papel un discurso y después lo leerán en alto delante de todo el grupo
OBSERVACIONES		

14. Meterse en la Piel		
EDAD APROPIADA		No hay edad estipulada. Tanto niños/as como adultos
TAMAÑO DEL GRUPO		10 a 15 personas
OBJETIVOS		Transmitir la desigualdad de oportunidades
DURACIÓN		1 Hora
MATERIALES		Historias de niñas de otras culturas o épocas
CONTENIDO DESARROLLO	O	Leemos la historia en alto y dejamos unos minutos en silencio para reflexionar sobre lo que hemos escuchado. • Ponte en el lugar de Rhinka, una niña que vive en Ghana (África). Asistes a clase en el colegio de tu aldea. A ti te gustaría seguir estudiando en el futuro, y de mayor ser maestra, pero te lo están poniendo difícil. Para empezar, tienes que madrugar más que tus compañeros, porque tú y las otras niñas tenéis que limpiar la clase y las letrinas antes de que empiece la jornada. En el recreo las chicas tenéis que ir a por agua a la fuente más próxima para abastecer la escuela y la casa del maestro. En esta tarea perdéis una hora y media, que los chicos dedican a jugar al fútbol o a descansar. 18 Preguntas clave: ¿Cómo te sentirías al final de la jornada? ¿Te parece que esta historia está muy alejada de lo que ocurre hoy en día con las mujeres? ¿Crees que es posible que Rhinka llegue a ser maestra? 3. Leemos la historia en alto y dejamos unos minutos en silencio para reflexionar sobre lo que hemos escuchado. 4. Preguntamos al grupo qué le ha parecido: Para colmo, el profesor no os dedica casi nada de tiempo porque piensa que no merece la pena esforzarse en vosotras, ya que, según él, vuestro único futuro es casaros lo mejor posible. Después de las clases, tus compañeros se quedan jugando en la aldea, pero tú debes volver a casa

		para ayudar a las mujeres a preparar la comida, limpiar la casa, hacer la colada y cuidar de tus hermanos y hermanas más pequeños. Cuando has acabado estas tareas, ya es de noche. No te ha dado tiempo a hacer los deberes. Mañana el maestro seguramente te castigará por ello. Preguntamos al grupo qué le ha parecido: 1. ¿Cómo te sentirías al final de la jornada? 2. ¿Te parece que esta historia está muy alejada de lo que ocurre hoy en día con las mujeres? 3. ¿Crees que es posible que Rhinka llegue a ser maestra?
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Se han puesto en la piel de la niña de la historia?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Contar otra historia en vez de esta
OBSERVACIONES		

15. Y tú, ¿qué sabes hacer?		
EDAD APROPIADA		No hay edad estipulada. Tanto niños/as como adultos
TAMAÑO DEL GRUPO		10 a 15 personas
OBJETIVOS		• Concienciar sobre la importancia de que todos hagan las mismas tareas • Aprender hacer las tareas sean hombres o mujeres
DURACIÓN		1 Hora
MATERIALES		Ficha imprimible

		<table> <tr> <th>TAREA</th><th>FAMILIA</th><th>TAREA</th><th>FAMILIA</th></tr> <tr><td>Preparar el desayuno</td><td></td><td>Planchar</td><td></td></tr> <tr><td>Fregar los platos</td><td></td><td>Hacer la comida</td><td></td></tr> <tr><td>Pasar el aspirador</td><td></td><td>Limpiar los baños</td><td></td></tr> <tr><td>Fregar el suelo</td><td></td><td>Recoger la mesa</td><td></td></tr> <tr><td>Sacar al perro</td><td></td><td>Poner la lavadora</td><td></td></tr> <tr><td>Hacer la cama</td><td></td><td>Hacer la cena</td><td></td></tr> <tr><td>Poner la mesa</td><td></td><td>Limpiar los cristales</td><td></td></tr> <tr><td>Limpiar el polvo</td><td></td><td>Sacar la basura</td><td></td></tr> <tr><td>Regar las plantas</td><td></td><td>Limpiar o lavar los zapatos</td><td></td></tr> <tr><td>Tender la ropa</td><td></td><td>Alimentar a la mascota</td><td></td></tr> <tr><td>Barrer el suelo</td><td></td><td>Ordenar la compra</td><td></td></tr> <tr><td>Limpiar la habitación</td><td></td><td>Limpiar las alfombras</td><td></td></tr> <tr><td>Bañar a la mascota</td><td></td><td>Poner el lavavajillas</td><td></td></tr> <tr><td>Hacer la compra</td><td></td><td>Limpiar la jaula/gatera</td><td></td></tr> <tr><td>Limpiar la terraza/jardín</td><td></td><td>Pasar la mopa</td><td></td></tr> <tr><td>Quitar manchas de la ropa</td><td></td><td>Preparar la merienda</td><td></td></tr> <tr><td>Ordenar la ropa planchada</td><td></td><td>Arreglar electrodomésticos</td><td></td></tr> <tr><td>Sacar el lavavajillas</td><td></td><td>Controlar las facturas</td><td></td></tr> <tr><td>Hacer arreglos de bricolaje</td><td></td><td>Limpiar puertas</td><td></td></tr> <tr><td>Atender a los enfermos</td><td></td><td>Coser/ hacer arreglos</td><td></td></tr> <tr><td>Limpiar persianas</td><td></td><td>Cambiar las sábanas</td><td></td></tr> <tr><td>Llevar el coche al taller</td><td></td><td>Limpiar la nevera/ horno</td><td></td></tr> <tr><td>Limpiar las paredes/ techos</td><td></td><td>Reponer bombillas</td><td></td></tr> </table>	TAREA	FAMILIA	TAREA	FAMILIA	Preparar el desayuno		Planchar		Fregar los platos		Hacer la comida		Pasar el aspirador		Limpiar los baños		Fregar el suelo		Recoger la mesa		Sacar al perro		Poner la lavadora		Hacer la cama		Hacer la cena		Poner la mesa		Limpiar los cristales		Limpiar el polvo		Sacar la basura		Regar las plantas		Limpiar o lavar los zapatos		Tender la ropa		Alimentar a la mascota		Barrer el suelo		Ordenar la compra		Limpiar la habitación		Limpiar las alfombras		Bañar a la mascota		Poner el lavavajillas		Hacer la compra		Limpiar la jaula/gatera		Limpiar la terraza/jardín		Pasar la mopa		Quitar manchas de la ropa		Preparar la merienda		Ordenar la ropa planchada		Arreglar electrodomésticos		Sacar el lavavajillas		Controlar las facturas		Hacer arreglos de bricolaje		Limpiar puertas		Atender a los enfermos		Coser/ hacer arreglos		Limpiar persianas		Cambiar las sábanas		Llevar el coche al taller		Limpiar la nevera/ horno		Limpiar las paredes/ techos		Reponer bombillas		
TAREA	FAMILIA	TAREA	FAMILIA																																																																																																
Preparar el desayuno		Planchar																																																																																																	
Fregar los platos		Hacer la comida																																																																																																	
Pasar el aspirador		Limpiar los baños																																																																																																	
Fregar el suelo		Recoger la mesa																																																																																																	
Sacar al perro		Poner la lavadora																																																																																																	
Hacer la cama		Hacer la cena																																																																																																	
Poner la mesa		Limpiar los cristales																																																																																																	
Limpiar el polvo		Sacar la basura																																																																																																	
Regar las plantas		Limpiar o lavar los zapatos																																																																																																	
Tender la ropa		Alimentar a la mascota																																																																																																	
Barrer el suelo		Ordenar la compra																																																																																																	
Limpiar la habitación		Limpiar las alfombras																																																																																																	
Bañar a la mascota		Poner el lavavajillas																																																																																																	
Hacer la compra		Limpiar la jaula/gatera																																																																																																	
Limpiar la terraza/jardín		Pasar la mopa																																																																																																	
Quitar manchas de la ropa		Preparar la merienda																																																																																																	
Ordenar la ropa planchada		Arreglar electrodomésticos																																																																																																	
Sacar el lavavajillas		Controlar las facturas																																																																																																	
Hacer arreglos de bricolaje		Limpiar puertas																																																																																																	
Atender a los enfermos		Coser/ hacer arreglos																																																																																																	
Limpiar persianas		Cambiar las sábanas																																																																																																	
Llevar el coche al taller		Limpiar la nevera/ horno																																																																																																	
Limpiar las paredes/ techos		Reponer bombillas																																																																																																	
CONTENIDO DESARROLLO	O	1. Repartimos la ficha a todo el grupo, en la que aparece un listado de las tareas que se realizan a diario en el hogar. 2. Escribimos en el primer cuadro los nombres de todos los miembros de la familia. 3. Al lado de cada tarea, debemos escribir el nombre de quien o quienes la realizan habitualmente. Una vez completado, sumamos un punto a cada miembro de la familia que realice una tarea. 4. Ponemos en común los resultados 5. Recordamos que, a esta lista de tareas, hay que añadir el trabajo fuera de casa, el cuidado de niñas o niños pequeños, o estudiar. Esto aumenta el trabajo considerablemente. 6. Explicamos el concepto de corresponsabilidad en el hogar y debatimos como podemos repartir mejor las tareas. • ¿Quién realiza la mayoría de las tareas? • ¿Cuántas tareas realizáis en casa? • ¿Es justo que el trabajo doméstico este repartido de manera desequilibrada?																																																																																																	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DE	¿Han entendido que todas las tareas las pueden hacer tanto hombres como mujeres?																																																																																																	
VARIANTES IMPREVISTOS	O	Si no hubiese hoja para imprimir, se haría a mano escrita																																																																																																	
OBSERVACIONES																																																																																																			

16. Lectura	
EDAD APROPIADA	Cualquier edad desde los 8 años en adelante
TAMAÑO DEL GRUPO	10 a 20 personas
OBJETIVOS	• Tener soltura al hablar • Quitar vergüenza en público
DURACIÓN	1 Hora
MATERIALES	Libros de cualquier tipo
CONTENIDO DESARROLLO	O Cada participante cogerá el libro que toque ese día leer, y leerá 4 hojas seguidas entendiendo bien lo que se está leyendo y pronunciando bien. Después de acabar las cuatro páginas, pasara el libro a su compañera/o de la derecha y así irán rotando el libro hasta que vuelva a la persona que empezó a leer al principio de la dinámica.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	¿Todas/os han entendido la importancia de leer y expresarse en alto?
VARIANTES IMPREVISTOS	O En caso de no disponer de libros la actividad se hará contando lo que han hecho el día anterior como si fuese una historia narrada
OBSERVACIONES	

17. Contar y Escuchar a Trozos	
EDAD APROPIADA	15 años en adelante
TAMAÑO DEL GRUPO	8 10 personas
OBJETIVOS	• Mejorar capacidades de comunicación interpersonal. • Cooperación. • Unirse como grupo
DURACIÓN	1 hora
MATERIALES	No es necesario material.

CONTENIDO DESARROLLO	O	Los niños se sientan en círculo. El maestro empieza un cuento, pero para en un momento dramático. La próxima persona tiene que seguir, pero también parará para que una tercera persona continúe.
CRITERIOS EVALUACIÓN	DE	• ¿Han disfrutado? • ¿Les ha ayudado esta actividad? • ¿Han comprendido con facilidad el taller? • ¿Ha habido algún imprevisto?, ¿Hemos sido capaces de solucionarlo?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	• En el caso de que se bloqueen, ayudar con alguna idea para que siga con la historia. • En el caso de que no pueda hablar en público, comprenderla y dejarla su tiempo esperado para que pueda seguir con la actividad, con el fin de que participe.
OBSERVACIONES		

18. El Intercambio de Vasos

EDAD APROPIADA	15 años en adelante
TAMAÑO DEL GRUPO	8 a 10 personas
OBJETIVOS	• Respetar a las personas cuando vayan a hablar. • Tener turnos para poder explicar su idea.
DURACIÓN	1 hora
MATERIALES	vasos de plástico
CONTENIDO DESARROLLO	O Se inicia la actividad con un diálogo sobre lo que entendemos por respetar a los demás. Para ello, se pide a las personas que comenten las siguientes afirmaciones y añadan otras: Respetamos a los demás cuando: • Llamamos a las compañeras por su nombre y no por el mote. • Escuchamos activamente. • Respetamos el turno de palabra. • Sabemos guardar un secreto. • Valoramos la forma de ser de cada una. La integradora/or invita a las usuarias a comprobar cómo se vive este valor en el grupo.

		Primero indica que se coloquen de pie formando un círculo; después dará a cada uno cinco vasos de plástico. Entonces les explica que deben entregar esos cinco vasos, siguiendo unas reglas, a los compañeros que muestran un mayor respeto hacia las demás. No se trata de una votación, sino de una toma de conciencia sobre quiénes actúan habitualmente respetando a los otros. Conviene dejar un tiempo para que cada una piense a quién va a entregar sus vasos, y por qué. Las normas de intercambio son: • Ha de hacerse en silencio absoluto. • Nadie puede pedir que le den algún vaso. • Hay que repartir los cinco vasos. • Se pueden entregar más de un vaso a la misma persona (incluso todos). Terminado el intercambio, se da paso a un diálogo sobre la experiencia vivida. Algunas cuestiones que pueden ayudar son: • ¿Cómo te has sentido al recibir vasos? • ¿Te ha costado decidir a quién se los dabas? • ¿Por quién te has decidido y por qué? • ¿Cómo podemos ayudarnos para respetarnos más los unos a los otros?
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		• ¿Han disfrutado? • ¿Han comprendido bien la actividad? • ¿Han sabido tomar decisiones sin mucha complicación? • ¿Han comprendido mejor que es la toma de decisión y el respeto?
VARIANTES IMPREVISTOS	O	• En el caso de que no comprendan la actividad, volver a explicarla. • En el caso de que alguien no quiera participar, motivar para que lo haga. • En el caso de que no pueda o quiera, por vergüenza o otra situación, las preguntas finales, apoyar y motivar a que lo haga.
OBSERVACIONES		

19. Vida Paralela

EDAD APROPIADA	De 15 años en adelante.
TAMAÑO DEL GRUPO	8 a 10 personas.
OBJETIVOS	Mediante esta actividad pretender que las usuarias perciban la importancia que tiene la comunicación no verbal en la transmisión de un mensaje.
DURACIÓN	1 hora.
MATERIALES	No es necesario el material.
CONTENIDO O DESARROLLO	Se trata de hacer estatuas sobre algún gesto típico de algún deporte o juego. Se va a procurar que impliquen todas las partes del cuerpo y no solo las manos o los pies. Se analizará en grupo. Se tiene que mostrar el esfuerzo en la cara y el cuerpo.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	• ¿Han disfrutado? • ¿Han comprendido bien la actividad? • ¿Han tenido alguna dificultad? • ¿Han realizado la actividad con soltura?
VARIANTES O IMPREVISTOS	• En el caso de que tengan vergüenza de realizar la actividad, motivar o impulsar para que la hagan. • En el caso de no querer hacerlo en grupo, podrán realizarlo en parejas.
OBSERVACIONES	