



“TALLER D’HABILITATS PER A LA VIDA EN EQUITAT”- 2n ESO

Pla d'Acció l'Àrea d'Esport Escolar-Let's Women

Aquesta edat seria l'equador entre la pubertat i primera adolescència en què els nois i noies es troben immersos en una etapa de canvis físics i psicològics importants.

És el principi de la cerca d'identitat i a nivell social, comencen a relacionar-se amb l'altre sexe de manera diferent. A més, els canvis físics que acompanyen a aquesta etapa són signes corporals de l'edat i la sexualitat adulta pel que entren en joc un munt d'emocions i vivències noves que són difícils de gestionar.

L'objectiu d'aquest taller és que nens i nenes abracin els aspectes més sensibles de la seva personalitat i els puguin potenciar. No som iguals, els homes i les dones, però valem el mateix. És indispensable per a la vida en equitat.

D'aquesta manera aconseguirem nens i nenes més forts i segurs d'ells mateixos, i una societat més equitativa.

OBJECTIUS

- Promoure l'autoconeixement personal (autoestima) i de l'altre (respecte).
- Aprendre a identificar quines són les qualitats femenines i quines són les qualitats masculines.
- Aprendre a identificar dintre de mi (independentment del sexe biològic) ambdós pols
- Adquirir una sexualitat afectiva amb el seus tres components decisius: coneixements sexuals, consciència del jo sexual i capacitat de connectar amb altres persones.
- Ensenyar a viure la sexualitat des de la vessant emocional i afectiva.
- Procurar que cada noi/noia tregui les seves pròpies conclusions des del sentit crític i la responsabilitat.
- Començar a poder parlar de temes sexuals amb naturalitat i utilitzant un vocabulari adequat.
- Cicle Menstrual: normalitzar l'experiència de la menstruació i les emocions que genera i viure-la sense por, de forma natural i en positiu, tant elles com ells. Desmitificar tabús i creences errònies per poder construir una identitat femenina basada en el respecte i l'amor cap a una mateixa.
- **Prevenió del bullying de gènere:** prevenir conductes on nens i nenes aprenguin que adoptar un gust “contrari al seu gènere” és motiu de discriminació i repressió.

METODOLOGIA

- Es tracta de crear un ambient òptim on els nois i noies puguin expressar-se, preguntar, reflexionar i on aprenguin divertint-se.
- Tots els continguts es desenvolupen mitjançant unes activitats adaptades a l'edat dels nois i noies, a partir de diferents tècniques i elements com: role-playings, contes, debats...
- Casos: reconèixer què passa si només funciona a mitges amb una sola energia.

DURADA

- Dimecres, dijous o divendres, amb 2 hores de duració

GRUP

- 2 classes. Aproximadament 50 nens i nenes