



“TALLER D’HABILITATS PER A LA VIDA EN EQUITAT”-3er Primària

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

Si hi ha un factor protector que sempre està implicat en qualsevol conducta de risc i sobretot en el benestar i el desenvolupament personal, és l'autoestima. És indispensable per a la vida en equitat. La persona ha de poder valorar-se a ella mateixa i als demés per a reconèixer la riquesa de la diferència. Els estereotips de gènere es defineixen a edat temprana (entre els 5 i 8 anys). Aquesta formació s'adreça a la prevenció temprana. Això implica reconèixer i acceptar les capacitats i també les limitacions d'ambdós gèneres. D'aquesta manera aconseguirem nens i nenes més forts i segurs d'ells mateixos, i una societat més equitativa.

OBJECTIUS

- **Autoestima:**
 - Que els nens i nenes puguin valorar-se en funció de diferents aspectes de la seva persona i basant-se en el seu propi criteri.
 - Potenciar l'autoconeixement personal.
 - Aprendre a tolerar la frustració i a acceptar les pròpies limitacions.
- **Autoestima relacional:**
 - Acceptar la diferència: aspecte físic, rol de gènere, origen cultural...
 - Encaixar la crítica, superar les comparacions, i abraçar el que m'aporta l'altre sexe en comptes d'entrar en una lluita de poder.
- **Prevenció del bulling 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 pràctics.

DURADA

- Dijous o divendres, amb 2 hores de duració

GRUP

- 2 classes. Aproximadament 50 nens i nenes.