#HablemosDe

Educación Sexual Integral

>> Orientaciones para la comunidad educativa

Recursos para el aula

CONSEJO GENERAL DE EDUCACIÓN

EJE "VALORAR LA AFECTIVIDAD" CON LOS CONTENIDOS ESPECÍFICOS

- **Expresar,** reflexionar y valorar las emociones y los sentimientos presentes en las relaciones humanas en relación con la sexualidad, reconociendo, respetando y haciendo respetar los derechos humanos.

- **Promover** una educación en valores y actitudes relacionados con la solidaridad, el amor, el respeto a la intimidad propia y ajena, el respeto por la vida y la integridad de las personas y con el desarrollo de actitudes responsables ante la sexualidad.

- **Presentar oportunidades** para el conocimiento y el respeto de sí mismo-a y de su propio cuerpo, con sus cambios y continuidades tanto en su aspecto físico como en sus necesidades, sus emociones y sentimientos y sus modos de expresión.

- **Desarrollar** competencias para la verbalización de sentimientos, necesidades, emociones, problemas y la resolución de conflictos a través del diálogo.

- **Aprender** a reconocer e interrumpir patrones de violencia digital en entornos educativos

Nivel Inicial

Conocimiento y exploración del contexto

- La puesta en práctica de actitudes que promuevan la solidaridad, la expresión de la afectividad, el respeto a la intimidad propia y ajena y el respeto por la vida y la integridad de sí mismos y de los otros-as.

Desarrollo de competencias y habilidades psicosociales

- El reconocimiento y expresión de los sentimientos, emociones, afectos y necesidades propios y el reconocimiento y respeto por los sentimientos, emociones y necesidades de los-as otros-as.
- La manifestación de sus emociones y el aprendizaje de la tolerancia de sus frustraciones. Desarrollo de comportamientos de autoprotección
- El desarrollo y valoración del concepto de intimidad y la valoración del respeto y cuidado de la intimidad propia y de los otros/as.

EJE "VALORAR LA AFECTIVIDAD" CON LOS CONTENIDOS ESPECÍFICOS

- **Expresar,** reflexionar y valorar las emociones y los sentimientos presentes en las relaciones humanas en relación con la sexualidad, reconociendo, respetando y haciendo respetar los derechos humanos.

- **Promover** una educación en valores y actitudes relacionados con la solidaridad, el amor, el respeto a la intimidad propia y ajena, el respeto por la vida y la integridad de las personas y con el desarrollo de actitudes responsables ante la sexualidad.

- **Presentar oportunidades** para el conocimiento y el respeto de sí mismo-a y de su propio cuerpo, con sus cambios y continuidades tanto en su aspecto físico como en sus necesidades, sus emociones y sentimientos y sus modos de expresión.

- **Desarrollar** competencias para la verbalización de sentimientos, necesidades, emociones, problemas y la resolución de conflictos a través del diálogo.

- **Aprender** a reconocer e interrumpir patrones de violencia digital en entornos educativos

Nivel Inicial

Conocimiento y exploración del contexto

- La puesta en práctica de actitudes que promuevan la solidaridad, la expresión de la afectividad, el respeto a la intimidad propia y ajena y el respeto por la vida y la integridad de sí mismos y de los otros-as.

Desarrollo de competencias y habilidades psicosociales

- El reconocimiento y expresión de los sentimientos, emociones, afectos y necesidades propios y el reconocimiento y respeto por los sentimientos, emociones y necesidades de los-as otros-as.
- La manifestación de sus emociones y el aprendizaje de la tolerancia de sus frustraciones. Desarrollo de comportamientos de autoprotección
- El desarrollo y valoración del concepto de intimidad y la valoración del respeto y cuidado de la intimidad propia y de los otros/as.

Actividades sugeridas

Hablamos de lo que sentimos

Esta actividad busca el reconocimiento y la expresión de los sentimientos, emociones, afectos y necesidades propios y el reconocimiento y el respeto por los sentimientos, emociones y necesidades de las otras personas. Para ello, proponemos que vean o escuchen El miedo, de Graciela Beatriz Cabal, de la colección *De cuento en cuento*, de Pakapaka: https://youtu.be/v2YQKfOIcgU

¿Qué emoción transmite el cuento? ¿Te identificas con el protagonista? ¿Podés compartir lo que pensás o prefieres no hacerlo? Ambas opciones son válidas.
Manejo de emociones: *Si atravesaras algo similar o un amigo/amiga sintiera temor, ¿qué harías o le dirías para calmarse?*

Para abordar los **estereotipos de género**: *¿Qué sintió el niño al oír que el miedo "es de nenas"? ¿Creés que hay emociones exclusivas de varones o mujeres, o te han dicho alguna vez que no debías sentir algo por tu género? ¿Cómo te impactó?*
Objetivo: Que los chicos identifiquen el miedo como una emoción natural en todas las personas, descubran formas de superarlo (como acudir a un adulto de confianza) y comprendan que tienen derecho a expresar libremente lo que sienten sin importar su género.

Me quiero como soy [21]

Mediante esta actividad procuramos promover la **autoestima** como factor protector básico a la hora de pensar en la enseñanza de comportamientos de autoprotección. La posibilidad de reconocer las diferencias y valorarlas, de poder describirse y describir a los otros y las otras redundará en la valoración de lo propio. La propuesta se inicia con la escucha de la canción *Me miro en el espejo*, de Hugo Midón y Carlos Gianni . Sentados o parados en ronda, acompañamos la canción con movimientos y gestos según la letra.

21- Educación Sexual Integral Para La Educación Inicial. Contenidos y propuestas para las salas

Me miro en el espejo
Me miro en el espejo,
me quiero conocer,
saber qué cara tengo,
y de qué color la piel. […]
Me miro en el espejo,
me quiero como soy,
qué importa si soy flaco,
o petiso y panzón.
Así soy yo;
así soy yo.
Mucho gusto en conocerme
y encantado de quien soy.
Porque así soy yo,
así soy yo. […]

Letra: Hugo Midón / Música: Carlos Gianni.

Video de la canción *Me quiero como soy* de Hugo Midón:



Disponible en https://youtu.be/bdKHk8DkS_Y?si=eDRWGhHsDmByzh5L

Pedimos a los niños y las niñas que escuchen de qué trata la canción. De ser necesario, la escuchamos una segunda vez. Seguramente, los chicos y las chicas dirán que “se trata del cuerpo”, “de describir cómo son los nenes y las nenas”. Los invitamos, entonces, a que quien se anime invente una canción describiendo en ella cómo es él o ella. Es conveniente que el o la docente lo haga en primer lugar, para animar a niños y niñas a hacerlo luego. La intención es que ganen confianza y seguridad, se animen a describirse y/o, a describir a un compañero o compañera. También pueden describirse sin cantar, intentando mencionar adecuadamente las partes de su cuerpo. Podemos realizar esta actividad a lo largo de varios

días, de a grupos, para dar tiempo a aquellos y aquellas más tímidos y tímidas.Les daremos un espacio para que puedan expresar sus ideas,sus opiniones y para que formulen preguntas. Pondremos énfasis en que cada niño y cada niña es “único o única e irrepetible”, que su cuerpo es algo muy valioso que debe ser cuidado y protegido por los adultos, y que ellos y ellas también pueden aprender a cuidarse.

El espejo mágico

Esta actividad tiene como objetivo hacer énfasis en el afecto desde el cuidado y la propia identidad
Colocá un espejo grande en la sala o entregá espejos individuales. Invitá a los niños a mirarse, describir el color de sus ojos, su pelo y la forma de su cara.

Autorretrato creativo

Esta actividad se puede realizar posterior a la anterior dando continuidad a la construcción de la identidad *¿quién soy? ¿cómo me veo? ¿cómo me presento y represento ante los demás?*
Entregá hojas y distintos materiales (lápices, crayones, lanas para el pelo, recortes) para que dibujen su propio rostro y expresen cómo se ven.

Nivel Primario

Primer Ciclo

Ciencias Sociales

- El conocimiento de sí mismo-a y de los otros-as a partir de la expresión y comunicación de sus sentimientos, ideas, valoraciones y la escucha respetuosa de los otros-as, en espacios de libertad brindados por el/la docente.

Ciencias naturales

- El reconocimiento del cuerpo humano como totalidad con necesidades de afecto, cuidado y valoración.
- El reconocimiento y el respeto de las emociones y sentimientos vinculados a la sexualidad y sus cambios: miedo, vergüenza, pudor, alegría, placer.

Lengua

- La producción y valoración de diversos textos que expresen sentimientos de soledad, angustias, alegrías y disfrute respecto de los vínculos con otras personas, en la propia cultura y en otras.

Educación física

- El desarrollo de actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de sí mismo-a y de los otros-as a través de actividades motrices que posibiliten la resolución de conflictos cotidianos y la convivencia democrática.

Educación artística

- La construcción de la progresiva autonomía y autovaloración respecto de las posibilidades de expresarse y comunicar mediante los lenguajes artísticos (visual, musical, corporal y teatral).

Segundo ciclo

Ciencias Sociales

- La generación de situaciones que permitan a las alumnas y los alumnos comprender y explicar los sentimientos personales e interpersonales, las emociones, los deseos, los miedos, los conflictos, la agresividad.

Ciencias naturales

- El reconocimiento de las implicancias afectivas de los cambios en la infancia y la pubertad. La valoración de los cambios en los sentimientos que se producen en mujeres y varones. El miedo, la vergüenza, el pudor, la alegría, la tristeza, el placer. El derecho a la intimidad y el respeto a la intimidad de los otros/as.

Lengua

- La lectura de obras literarias de tradición oral y de obras literarias de autor para descubrir y explorar una diversidad de relaciones y vínculos interpersonales complejos, que den lugar a la expresión de emociones y sentimientos.

Educación artística

- El hacer, pensar y sentir de los alumnas y alumnos a través del conocimiento de los distintos lenguajes artísticos.

Actividades sugeridas

Imágenes y sentimientos

Todo sentimiento remite a una historia. Poner en palabras lo que sentimos no siempre resulta fácil, pero poder hacerlo nos enriquece en nuestra mirada hacia nosotros y nosotras, hacia los otros y las otras; permite también resolver conflictos que nos angustian, que nos dan miedo, que necesitan la ayuda de otros, y así aliviar malestares.

Para avanzar en este tema, podemos distribuir entre los chicos y chicas del grupo una variedad de imágenes (dibujos y fotos que remitan a diversos sentimientos: soledad, tristeza, alegría, diversión, felicidad, enojo, miedo, preocupación, vergüenza, timidez, entre otros).

Invitamos a los niños y las niñas a observar con detenimiento las fotos, a pensar entre todos qué sentimientos les evocan y a intentar ponerles palabras a esos sentimientos. Luego, en grupos de tres o cuatro, pueden tomar algunas imágenes e inventar una historia a partir de ellas. Para cerrar esta actividad, podemos reflexionar con toda la clase acerca de los sentimientos y comentar en qué momentos nos sentimos de tal o cual modo. También podemos conversar sobre cómo a veces es difícil saber por qué tenemos determinado sentimiento, cómo podemos expresar lo que sentimos, cómo los sentimientos nos ayudan para saber qué es bueno y qué es malo para cada uno o una de nosotros, qué podemos hacer para sentirnos mejor si no estamos bien.

Además, podemos recordar momentos grupales en los que estuvimos enojados, contentos o preocupados.

Qué digo cuando digo

TPara explorar qué significados atribuyen los chicos y las chicas a los diferentes sentimientos, podemos invitarlos a hacer un ejercicio de escritura y reflexión, respondiendo a preguntas como estas:

¿Qué significa para vos la palabra tristeza / diversión / alegría / felicidad/ miedo/ enojo / aburrimiento / amor / preocupación?

También podemos partir de leer algunas respuestas que chicos y chicas dieron ante la pregunta ¿Qué significa para vos la palabra enojo?

Luego de leer las respuestas, podemos generar una reflexión con toda la clase, comentando qué respuestas coinciden con lo que ellos y ellas piensan, cuáles no coinciden y por qué.

Otra actividad parecida a esta puede realizarse partiendo de fotos o dibujos, halladas en Internet e impresas, o recortadas de diarios o revistas. Entregamos a los chicos y chicas diversas imágenes. Podemos incluir escenas de diverso tipo: grupos de adultos o de niños y niñas; niños/as, adultos, ancianos/as solos; personas de distintas culturas; fotos que retraten injusticias, momentos felices, escenas cotidianas familiares, de amigos, de parejas, etcétera.

Proponemos a los niños y las niñas que elijan una imagen y cuenten a la clase qué sienten cuando la ven (por ejemplo: “me enoja”, “me pone contento”, “me da vergüenza”, “me gusta”, etcétera); es importante que intenten explicar y compartir por qué les genera esa sensación.
Luego, pueden pegar en sus carpetas la imagen elegida y escribir el texto que comentaron con la clase.

Arcón de la memoria
La escritura es un medio privilegiado para expresar emociones; permite que el registro perdure, que podamos releer lo que sentimos, lo que pensamos.
Proponemos, entonces, abrir un espacio de escritura de recuerdos (podría realizarse mensual o quincenalmente). En este *“Arcón de la memoria”* se pueden incluir algunos recuerdos personales que los chicos y las chicas quieran compartir con la clase y también recuerdos de todo el grado. Una posibilidad podría ser pensar en textos colectivos o individuales para escribir bajo títulos como los siguientes:

- *El día más feliz*
- *Un recuerdo amargo*
- *Cuando nos hicimos amigos/as*
- *El día que me peleé con*
- *Lo que más me gusta de mi grado es*

Cada cierto tiempo, en momentos especiales que el o la docente considere pertinentes, puede leer algunos recuerdos a toda la clase. En ese espacio, podemos generar una reflexión grupal acerca de diversas cuestiones, por ejemplo: cómo se podría evitar llegar a una pelea, cómo es posible tener diferentes puntos de vista sobre una situación sin que eso implique tener que agredirse, cómo avanzar hacia acuerdos, cómo anticiparse a una situación en la que un amigo o amiga pueda pasarla mal por algo que uno o una hizo, y otras cuestiones que surjan del grupo.

Nivel Secundario

Ciclo Básico

Formación ética y ciudadana

- El reconocimiento y expresión de los deseos y necesidades propios y el respeto de los deseos y las necesidades de los/as otros/as, en el marco del respeto a los derechos humanos.

Ciencias naturales

- El reconocimiento de emociones y sentimientos vinculados con la sexualidad humana y sus cambios, estableciendo su diferencia con la reproducción y genitalidad.

Lengua y literatura

- La lectura de libros donde se describan una diversidad de situaciones de vida de varones y mujeres y donde se trabaje la complejidad de sentimientos que provoca la convivencia.

Educación física

- El despliegue de la comunicación corporal entre varones y mujeres enfatizando el respeto, la responsabilidad, la solidaridad y el cuidado de uno/a mismo/a y por el otro/a.

Educación artística

- La valoración del cuerpo humano como instrumento de expresión vocal, gestual, del movimiento, etc.

Ciclo orientado Formación ética y ciudadana

- La reflexión y valoración del cuerpo como expresión de la subjetividad. La promoción de la autovaloración del propio cuerpo como soporte de la confianza, el crecimiento y la autonomía progresiva.

Ciencias naturales

- La valoración de las relaciones de amistad y de pareja. La reflexión en torno a las formas que asumen estas relaciones en los distintos momentos de la vida de las personas.

Lengua

- La reflexión e indagación sobre la expresión de los sentimientos amorosos a lo largo de la vida. Educación artística • La indagación y reflexión en torno al lugar de la mirada de los/as otros/as.

Actividades sugeridas

El Ritmo de Nuestras Identidades

Objetivos

- Comprender que la identidad es cambiante y está siempre en construcción.
- Problematizar el impacto de la corporalidad, la genitalidad y la asignación sexual de nacimiento en el desarrollo de la identidad personal.
- Poner de manifiesto el rol de la crianza y la socialización de género en la estructuración de la subjetividad.

Se despliegan en el suelo tarjetas con siluetas humanas de diversos colores.
Quien facilita marca un **pulso suave** (con palmas o música de fondo) y pide al grupo que recorra las siluetas con la mirada mientras se conecta con su propio ritmo interno. De manera individual, piensen en distintos aspectos, roles y características de su identidad.

- **Ejemplos:** Alegre, impaciente, inquieta, jodón, autoexigente, solitario, perseverante, indecisa y un largo etcétera...

Cada persona elige **4 o 5 siluetas** del color que mejor resuene con esa faceta (ej. *me enojo rápidamente* = rojo) y escribe una característica (de su personalidad) por tarjeta (en la parte trasera, donde NO se encuentra la silueta).
Mientras escriben, quien coordina acompaña el momento lanzando preguntas como *"notas al aire":*

- *¿Siempre tuve este tono/actitud o surgió en una etapa específica de mi vida?*
- *¿Hay facetas que suenan más fuerte que otras? ¿De qué depende la intensidad de su sonido: del lugar, del vínculo?*
- *¿Hay alguna "nota" que me gustaría dejar de tocar, soltar o cambiar?*

El baile de las cartas (Circulación e intercambio)
El grupo se pone de pie y camina por el espacio al ritmo de la música, sosteniendo sus tarjetas como si fueran cartas de juego, con la cara hacia dentro (sin mostrarlas).
Quien facilita va marcando el ritmo :

- **Paso A (Solo de muestra):**
- *"Al cruzarme con alguien, le muestro una carta. Elijo qué costado de mi identidad le quiero compartir a esa persona en particular..."*
- *(Se repite el trayecto por unos momentos).*
- **Paso B ("¡Chancho va!" - Intercambio de tono):**
- *"¿Conocen el juego **Chancho va**? Ahora, al cruzar la mirada con alguien, le entregamos una carta diciendo bien fuerte: **'¡Chanchooo... Va!'** e intercambiamos una faceta de nuestra identidad."*
- **Paso C (*In Crescendo*):**
- Aumentamos el ritmo de la música y el volumen del juego:

Intercambiamos **2 cartas** al grito de *"¡Chancho va!"*.
Subimos a **3 cartas**.
*¡Aumentamos a **4 cartas**!*

¡Tutti! Circulan absolutamente todas las tarjetas. *¡Las identidades están en pleno flujo colectivo!*

Cierre del baile:

La música baja. Se le pide al grupo que observe las cartas "prestadas" que le quedaron en la mano y las apoye con cuidado en el suelo, tal como al inicio.

La gran orquesta

El grupo se sienta en ronda rodeando el suelo lleno de tarjetas:

"Tomémonos un minuto para contemplar este mosaico de identidades... Muchas se repiten, se cruzan, las compartimos. Las identidades también se construyen a coro."

Se invita al grupo a jugar a reordenar la composición:

- *¿Cómo agrupamos estas piezas? ¿Qué criterios usaremos?*
- *¿Probamos ordenarlas por colores, por armonías, por categorías o por intenciones?*

Luego, cada participante se pone de pie, busca y recupera sus **tarjetas originales** para reencontrarse con su punto de partida.

Variaciones de la melodía

En pequeños subgrupos de 4 o 5 personas, se propone un momento de pausa reflexiva:

¿Qué hubiera pasado con la melodía de mis identidades si hubiese nacido con otro cuerpo?

Si me hubieran asignado otro sexo al nacer... ¿mis identidades serían las mismas o cambiarían de ritmo?

¿Algunas sonarían distinto? ¿Otras ni siquiera habrían existido?

Resonancia Colectiva

Se abre la plenaria con todo el grupo para compartir cómo se sintió la experiencia:

Sobre el juego: ¿Cómo se sintieron al elegir sus características? ¿Y qué les provocó soltarlas en el torbellino del *"¡Chancho va!"*?

Sobre la identidad y el cuerpo:

- Nacer con determinado cuerpo, ¿marca la pauta en cómo desarrollamos nuestra identidad?
- Si nos asignaban otro sexo al nacer, ¿habríamos tenido más o menos afinación / facilidades para explorar ciertos lados de quienes somos?
- ¿De qué manera la construcción del género y la educación marcan el compás de nuestra vida?

Detrás de la máscara (Trabajo con varones)

Reflexionar sobre la masculinidad hegemónica, los mandatos de "dureza" o "autosuficiencia" que se les exigen a los varones y la diferencia entre la imagen que proyectan en la institución y su mundo emocional interno.

Materiales: Hojas con la silueta de un rostro/máscara (una por participante), marcadores/bolígrafos.

Parte I. La producción de la máscara (Trabajo individual)

Se entrega a cada participante una hoja con el contorno de un rostro neutro (una máscara) y marcadores. Se pide que se ubiquen en ronda o en el espacio buscando comodidad e intimidad.

Quien facilita explica la consigna:

- **Frente de la máscara (Lo que muestro):** En la parte delantera de la cara van a escribir palabras, frases, actitudes o roles que **muestran o sienten que deben mostrar** al entrar a la institución (escuela, club, facultad, etc.).
- *Ejemplos:* "El fuerte", "el gracioso", "que nada me afecta", "seguro", "el piola", "independiente", "no lloro", "que siempre puedo".
- **Dorso de la máscara (Lo que siento):** En la parte de atrás de la hoja van a escribir cómo **se sienten realmente por dentro**, aquellas emociones o pensamientos que suelen ocultar, callar o guardar para no quedar expuestos.
- *Ejemplos:* "Ansioso", "con miedo a equivocarme", "cansado", "triste", "presionado por aprobar/encajar", "con necesidad de un abrazo", "inseguro".

Mientras escriben, quien coordina acompaña con preguntas al aire:

- *¿Qué tan pesada se siente la parte de adelante de la máscara?*
- *¿Hay emociones en la parte de atrás que llevan mucho tiempo guardadas?*
- *¿Por qué sentimos que la parte de atrás debe quedar escondida?*

Parte II. El mercado de las máscaras (Circulación e intercambio)

Las personas se ponen de pie sosteniendo su hoja tapando su propio rostro (mostrando hacia afuera la parte frontal, lo que proyectan).

Al ritmo de una música dinámica, comienzan a caminar por el espacio.

- **Cruces de mirada:**

Al cruzarse con un compañero, se detienen un segundo, se miran fijamente a los ojos por encima de la máscara y continúan caminando.

"Observen la coraza del compañero: ¿cuántas de esas palabras que muestra también las llevo yo?"

- **(Revelar el reverso):**

Se pide que se detengan. Cada uno sostiene la máscara de un compañero anónimo. Se les indica que **den vuelta la tarjeta** y lean en silencio lo que está escrito en el reverso.
Se da un minuto de silencio absoluto para conectar con la vulnerabilidad leída.

Parte III. La pared colectiva (Agrupando vivencias)

Se invita a sentarse nuevamente en ronda. En el centro del suelo o en un afiche/pizarrón, se divide el espacio en dos columnas: **1. *"Lo que la escuela/sociedad nos pide mostrar"*** y **2. *"Lo que realmente nos pasa".***
De a uno o de forma espontánea, van colocando la máscara que tienen en la mano (sea la propia o la que les tocó en el intercambio) según lo que deseen compartir en voz alta:
Agrupamiento y Categorización:
¿Qué palabras o actitudes se repiten en lo que mostramos hacia afuera? (¿Fuerza, violencia, humor, indiferencia?)
¿Qué emociones se repiten en lo que ocultamos? (¿Miedo, tristeza, soledad, presión?)
¿Qué pasa si agrupamos lo que ocultamos? ¿Sigue siendo un secreto individual o es un peso colectivo?

Parte IV. Desarmando el mandato (Reflexión en subgrupos)

Se dividen en pequeños subgrupos de 4 o 5 participantes. Se les entregan las siguientes preguntas para debatir durante 10 minutos:

1. **Sobre la exigencia:** ¿Qué nos enseñaron desde chicos sobre lo que significa *"ser un hombre"* en la escuela o en el grupo de pares? ¿Qué pasa si un varón muestra miedo, llora o pide ayuda?
2. **Sobre el costo de la máscara:** ¿Cuánto espacio o energía nos quita tener que sostener esa fachada de "puedo con todo"?
3. **El riesgo del aislamiento:** Si todos guardamos cosas parecidas detrás de la máscara, ¿por qué nos cuesta tanto hablar de esto entre varones?

Plenaria y Compromisos

Se vuelve al círculo general para el cierre:

- *¿Qué sintieron al leer la parte de atrás de la máscara de un compañero?*
- *¿Les sorprendió descubrir que no eran los únicos sintiéndose así?*

Reflexión sobre la masculinidad:

- *¿Cómo influye la presión del grupo de pares para que mantengamos la máscara puesta?*
- *¿Qué tipo de masculinidades nos gustaría construir en esta institución?*

Cierre simbólico:
Quien coordina propone un gesto final: cada participante recupera una máscara (o la propia) y escribe en el margen una **palabra o permiso** que le gustaría darse a partir de hoy (ej. *"Permiso para decir no sé"*, *"Permiso para pedir ayuda"*, *"Permiso para estar").*

Nivel Superior y Docentes

Actividades

Cuerpos que Conectan: El memotest ESI
Tiempo: 20 a 25 minutos.
Materiales: Tarjetas pequeñas con conceptos/mitos (opcional) o solo el propio cuerpo.
Objetivo: Explorar conceptos de educación sexual e identidad de género (mitos, tabúes, preconceptos) mediante la expresión corporal y la asociación rápida, promoviendo la integración grupal sin perder el foco reflexivo.

El "Match" incluye un concepto: La pareja no solo hace un gesto, sino que representa un **concepto doble** (ej: *Mito vs. Verdad*, o *estereotipo vs. Expresión libre*).

Fase 1: Asignación y Ensayos Rápidos
El/la tallerista reparte al azar o asigna en secreto **parejas de conceptos** a través de post-its o al oído (Ejemplos: *Pareja 1 = "Prejuicio"*, *Pareja 2 = "Consentimiento"*, *Pareja 3 = "Diversidad"*).
Cada pareja tiene **3 minutos** para acordar un movimiento corporal corto y un sonido que represente ese concepto.
Condición: No pueden hablar entre sí durante la representación del concepto en el juego, solo usar su gesto y sonido.

Fase 2: La Red de Fichas (10-12 min)
Todo el grupo se mezcla y se ubica de pie en el espacio (pueden formar una cuadrícula informal o un círculo).
Se eligen **dos personas "Buscadoras"** que juegan juntas en el centro.

Mecánica ágil:

1. Los Buscadores señalan a la **Ficha A**. Esta hace su gesto/sonido.
2. Señalan a la **Ficha B**. Si los gestos y sonidos **coinciden/armonizan**, ¡hay *Match*!
3. Si hacen *Match*, la pareja dice en voz alta qué concepto representaban y se retiran a un costado ("fichas encontradas").
4. Si fallan, las Fichas A y B vuelven a su postura neutral y le toca el turno a otra dupla de Buscadores o se da un intento más

Fase 3: Plenaria

- Se realiza una ronda de cierre con dos preguntas disparadoras:

¿Qué concepto fue el más difícil de llevar al cuerpo y por qué?
¿Sintieron alguna incomodidad o vergüenza con algún gesto? ¿Cómo se relaciona esto con las barreras para hablar de sexualidad?

Mi Cuerpo: territorio de Enseñanza y Aprendizaje

Objetivos:

- Reconocer y hacer visible el impacto del trabajo pedagógico en el propio cuerpo.
- Representar de forma creativa la geografía corporal del aula: cansancios, voces, afectos y tensiones que habitamos diariamente.
- Reflexionar comunitariamente sobre el autocuidado, la carga mental y corporal en el ejercicio de la docencia.

Materiales:

- Pliegos grandes de papel (afiches o papel sulfito).
- Marcadores, ceras, tizas, lápices de colores y recortes de revistas o géneros/texturas.

Tiempo estimado: 1 hora y 15 minutos.

Desarrollo:
Parte I. El contorno de la tarea cotidiana
Se distribuyen en parejas. Cada docente dispondrá de un pliego grande de papel en el suelo o sobre la pared. Con la ayuda de su pareja pedagógica, dibujará el contorno de su cuerpo sobre el papel.

Quien coordina abre la jornada: *"Muchas veces pensamos la enseñanza desde la cabeza, los planes de estudio o las planificaciones, pero la docencia se pone en el cuerpo: en la voz, los pies, la espalda y el corazón. Hoy vamos a cartografiar nuestro 'Cuerpo Docente', identificando qué paisajes, cargas, herramientas y emociones habitan en nosotros cuando entramos al aula."*

Parte II. Pausa pedagógica: registro y escáner corporal

Se invita a los y las participantes a buscar un espacio cómodo (sentados o recostados) para realizar una breve pausa consciente.

Quien coordina guía una meditación/registro corporal enfocado en la práctica diaria:

- *Tomemos aire profundamente... conectemos con la respiración y con el apoyo del cuerpo.*
- *¿Cómo están nuestros pies tras largas jornadas de pie o recorriendo el patio?*
- *Subimos por las piernas, las caderas... llegamos a la espalda y a los hombros: ¿cuántas mochilas, demandas y preocupaciones de nuestros estudiantes cargamos ahí?*
- *Prestemos atención a las manos que escriben, corrigen, sostienen y abrazan…*
- *Lleguemos a la garganta y a la boca: la herramienta de la palabra. ¿Está apretada, cansada, relajada?*
- *Enfoquémonos en el pecho y el rostro: ¿qué gestos repetimos a diario? ¿Dónde guardamos la satisfacción de un logro y dónde la frustración o la prisa?*

Parte III. Cartografía del *Cuerpo Docente*

Tras la relajación, cada participante vuelve a la silueta de su pliego. Utilizando los materiales expresivos, plasmará su mapa corporal a partir de las siguientes pautas visuales:

- Zonas de Carga y Tensión: Identificar con colores oscuros o trazos fuertes las partes del cuerpo que más sufren el desgaste escolar (cuello, espalda, garganta, vista).
- Zonas de Refugio y Placer: Señalar con colores cálidos o texturas agradables dónde residen la vocación, la alegría de enseñar, el juego, la escucha y los abrazos que reconfortan.
- Huellas y Marcas: Graficar mediante símbolos, palabras o paisajes qué marcas ha dejado el paso del tiempo y la trayectoria educativa en el cuerpo.

Al finalizar la producción individual, se agrupan de a tres o cuatro colegas para compartir brevemente sus siluetas y las emociones que surgieron.

Preguntas para la reflexión grupal
Sobre la vivencia individual:

- *¿Qué zonas de mi cuerpo gritan o piden auxilio durante el ciclo lectivo?*
- *¿Me resultó sencillo o difícil conectar con mi cuerpo en el entorno laboral/formativo?*

Sobre el ejercicio de la profesión:

- *¿En qué medida la institución escolar y la rutina cotidiana nos invitan (o nos impiden) escuchar a nuestro propio cuerpo?*
- *¿Qué emociones o tensiones corporales sentimos que no son solo "mías", sino compartidas por el colectivo docente?*

Sobre la transformación y el autocuidado:

- *¿Cómo influye nuestro estado físico y emocional en la forma en que nos vinculamos con los estudiantes?*
- *¿Qué pequeñas "pausas de cuidado" o estrategias colectivas podemos construir dentro de la escuela para sostenernos mutuamente?*

Material sugerido para el trabajo con varones de nivel superior y docentes

Como recurso orientador, sugerimos ver el documental -de maneras completa o fragmentada- *"The Mask You Live In"* (Jennifer Siebel, 2015). Su visualización no pretende estructurar actividades dirigidas a los/as estudiantes, sino más bien conmover la mirada del mundo adulto. Nos invita a reflexionar en torno a las formas de acompañamiento y los rituales escolares diarios, interpelando de qué manera habilitamos (u obturamos) el registro afectivo de las infancias y adolescencias masculinas en las escuelas.

Modalidad especial

Dinámicas para la identificación y expresión de emociones
Cuento colaborativo de emociones: Utilizando una plataforma digital o un soporte físico, se propone construir un relato grupal.

- El docente brinda personajes (ej. una niña, un vendedor de flores) y un final (ej. “la sorpresa llenó la casa de alegría”).
- Cada estudiante debe sumar una oración que incluya un valor o una emoción, garantizando que el cuento mantenga coherencia y permita poner en palabras sentimientos colectivos.

El baile o el rock de las emociones: Mediante el uso de recursos audiovisuales o música (como los proyectos Emoticantos), se invita a los estudiantes a identificar estados emocionales a través del ritmo y el movimiento corporal.

Trabajo con el "Monstruo de los Colores": Basado en este cuento, se realizan actividades para que los niños y niñas logren identificar y "etiquetar" lo que sienten, facilitando la resolución de conflictos a través de la expresión artística.

Estrategias para el autoconocimiento y la intimidad

El semáforo de lo público y lo privado: Utilizando muñecos o láminas, se orienta a los estudiantes para que reconozcan qué partes del cuerpo, lugares y acciones pertenecen al ámbito de la intimidad y cuáles son públicos.

Esto es clave para el cuidado del propio cuerpo y la prevención de abusos.

Respeto al espacio personal (La Silla como Cuerpo): Para estudiantes con discapacidad física, se propone una dinámica de concientización donde se aprenda a respetar la silla de ruedas o los bastones como parte del espacio privado del compañero, pidiendo permiso antes de tocarlos o moverlos.

Cajas de secretos y el sombrero de los mensajes: Dinámicas lúdicas donde se utilizan objetos físicos para depositar "secretos" o "mensajes de paz", facilitando la circulación de la palabra en el aula y el alivio de malestares.

Dinámicas para la interacción social y convivencia

El tren de la amistad y el sol de la tolerancia: Juegos cooperativos orientados a la aceptación de las diferencias y la construcción de normas de convivencia democráticas.

Juegos de teatro y expresión: Ejercicios de expresión oral y corporal que ayudan a perder el miedo, ejercitar el autocontrol y fortalecer la confianza mutua entre los estudiantes.

La indagación sobre *"El reloj vivo"*: Inspirada en la pedagogía de José Pacheco, consiste en lanzar preguntas disparadoras (ej. ¿La pila de un reloj es un ser vivo?) para estimular las teorías de los estudiantes sobre el mundo, dándole valor a su propia lógica y curiosidad.

Adaptaciones según la discapacidad

Discapacidad visual: Uso de materiales concretos, figuras en relieve y braille para explorar aspectos de la anatomía y la sexualidad, complementado con relatos orales frecuentes que "bañen" al estudiante en significados afectivos.

Discapacidad auditiva: Empleo de lengua de señas, gestos y dibujos simples basados en situaciones cotidianas (ej. lo que pasa en un video o un paseo) para explicar conceptos abstractos como "secreto", "confianza" o "intimidad"

Discapacidad intelectual: Uso de lenguaje llano, mensajes breves y reiteraciones, permitiendo que el aprendizaje de habilidades sociales y de cuidado se dé de manera gradual y paciente

Estas propuestas buscan que el aula sea un espacio socializador donde el estudiante pueda expresar sus sentires, favoreciendo el desarrollo de su autonomía responsable.

Referencias

Bates, L. (2021). *Men who hate women: From incels to pickup artists, the truth about extreme misogyny and how it affects us all*. Simon & Schuster.

Butler, J. (2007). *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad* (M. A. Muñoz García, Trad.). Ediciones Paidós. (Obra original publicada en 1990)

Connell, R., Messerschmidt, . J. W., de Stéfano Barbero, M., & Morcillo, S. (2021). *Masculinidad hegemónica. Repensando el concepto. RELIES: Revista Del Laboratorio Iberoamericano Para El Estudio Sociohistórico De Las Sexualidades*, (6), 32–62. https://doi.org/10.46661/relies.6364

Consejo General de Educación de Entre Ríos. (2018). *Resolución N° 5063/18 CGE: Lineamientos Curriculares para la Educación Sexual Integral en la provincia de Entre Ríos*. Gobierno de Entre Ríos.

Consejo General de Educación. (2021). *Cuadernillos docentes: Educación Especial: Propuesta didáctica: El lugar de la afectividad y las capacidades en el escenario educativo*. Gobierno de Entre Ríos. https://aprender.entrerios.edu.ar/wp-content/uploads/2021/02/cuadernillo-educacion-especial-final.pdf

Consejo General de Educación de Entre Ríos. (2023). *Resolución N° 3260/23 CGE: Programa para el Abordaje de Situaciones Educativas Complejas (PASEC)*. Gobierno de Entre Ríos.

Consejo General de Educación de Entre Ríos. (2026). *#HablemosDe: Consumos digitales y ciberbullying. Orientaciones para la comunidad educativa*. Coordinación de Políticas Transversales, Gobierno de Entre Ríos.

Corea, C., & Lewcowicz, I. (2004). *Pedagogía del aburrido: Escuelas destituidas, familias perplejas*. Paidós Educador.

Debray, R. (1997) *Transmitir*. Ediciones Manantial.

Dubet, F. (2006). *El declive de la institución: Profesiones, sujetos e individuos ante la reforma del Estado*. Editorial Gedisa.

Familia de Ema Bondaruk, Ley Olimpia Argentina, & Faro Digital. (2025). *Guía EMA para el abordaje en ámbitos educativos: Prevención, detección y acompañamiento en situaciones de difusión de contenido íntimo sexual sin consentimiento*. Faro Digital. https://farodigital.org/wp-content/uploads/2025/08/EMA-editorial.pdf

Feldman, L. M. (2020). *Varones de carne y hueso: ¿Nuevas masculinidades?*. Editorial Noveduc.

Franco, M., & Bernárdez Rodal, A. (2023). *Algoritmos, misoginia y la construcción de la masculinidad en la manosfera.* Revista de Estudios de Género y Comunicación, *14*(2), 45–68.

Habermas, J. (1986). *La crisis del Estado de bienestar y el agotamiento de las energías utópicas.* En J. Habermas, *Ensayos políticos* (pp. 113–134). Ediciones Península.

Hernando, A. (2012). *La fantasía de la individualidad: Sobre la construcción sociohistórica del sujeto moderno*. Traficantes de Sueños.

hooks, b. (2021). *El deseo de cambiar: Hombres, masculinidades y amor*. Editorial Paidós.

Instituto de Investigaciones Antropológicas (IIA-UNAM). (2025). *La manosfera: Más allá de Netflix.* Boletín Antropológicas, (8), 12–24. https://www.iia.unam.mx/sites/default/files/2025-11/manosfera-JMR.pdf

Kimmel, M. S. y Coston, B. M. (2017). Ver el privilegio donde no está: masculinidades marginadas y la interseccionalidad del privilegio. En M. S. Kimmel y A. L. Ferber (Eds.), Privilege: A reader (4.ª ed.). Westview Press.

Lipovetsky, G. (2020). *Gustar y emocionar: Ensayo sobre la sociedad de la seducción*. Anagrama.

Marina, M., Bilder, P., Garibaldi, M., Pablo, M., Montes, M., Nimo, M. C., Barredo, C., Bargalló, L., Hurrell, S., Zelarallán, M., Marconi, M., Lavari, M., Lencina Rampotis, M., & Muzón, L. (2013). *Material de lectura Eje: Cuidar el cuerpo y la salud*. Especialización Docente de Nivel Superior en Educación y TIC, Ministerio de Educación de la Nación.

Mazzini Puga, L. (2025, 27 de marzo). *"Manosfera": El fenómeno virtual machista que se denuncia en la serie Adolescencia.* Agencia de Noticias Científicas de la UNQ. https://agencia.unq.edu.ar/?p=27060

Meresman, S. (2013). *Es parte de la vida: material de apoyo sobre educación sexual integral y discapacidad para compartir en familia* (1ª ed.). Ministerio de Educación de la Nación. https://bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL004887.pdf

Ministerio de Educación de la Nación. (2014). *Guía federal de orientaciones para la intervención educativa en situaciones complejas relacionadas con la vida escolar*. Dirección de Participación Ciudadana y Convivencia Escolar.

Ministerio de Educación de la Nación. (2021a). *Identidades*. Dirección de Educación para los Derechos Humanos, Género y ESI.

Ministerio de Educación de la Nación. (2021b). *Valorar la afectividad: Eje de la Educación Sexual Integral*. Dirección de Educación para los Derechos Humanos, Género y ESI.

Narodowski, M. (1999). *Después de clase: Desencantos y desafíos de la escuela actual*. Ediciones Novedades Educativas.

ONU Mujeres. (2022). *¿Qué es la machoesfera y por qué debe importarnos?*. https://www.unwomen.org/es/articulos/articulo-explicativo/que-es-la-machoesfera-y-por-que-debe-importarnos

ONU Mujeres LAC. (2023). *Cómo contrarrestar la influencia tóxica de la manosfera*. Historias oficiales de ONU Mujeres América Latina y el Caribe. https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2025/07/como-contrarrestar-la-influencia-toxica-de-la-manosfera

Ortega Fernández, M. (2025). *Discursos de odio y cibermachismo: Mapeo de la manosfera en las plataformas digitales.* Revista Digital de Ciencias Sociales, 12(1), 102–121.
Pichon-Rivière, E. (1985). *Teoría del vínculo* (F. Taragano, Sel. y Rev.). Ediciones Nueva Visión.

Segato, Rita. (2018). *Contra-pedagogías de la crueldad.* Prometeo libros.

Siebel, J. (Directora). (2015). *The Mask You Live In* [Documental]. Girls' Club Entertainment.

Stolkiner, A. (2020). *¿Qué es escuchar a un niño?* Escucha y hospitalidad en el cuidado en salud . En A. Tollo (Comp.), *Escuchar las infancias: Alojar singularidades y restituir derechos en tiempos de arrasamientos subjetivos*. Noveduc.

Zuboff, S. (2020). *La era del capitalismo de vigilancia: La lucha por un futuro humano frente a las nuevas fronteras del poder*. Editorial Paidós.

#HablemosDe Educación Sexual Integral

>> Orientaciones para la comunidad educativa.

Recursos para el aula

CONSEJO GENERAL DE EDUCACIÓN