

# PROPOSTES PEDAGÒGIQUES

Dossier de suport a les propostes



Autoria: Quatre Cantonades, SCCL

## Índex

<b>Presentació</b>	<b>4</b>
<b>Consideracions prèvies</b>	<b>5</b>
<b>Propostes per infantil</b>	<b>7</b>
- Amb la Tango son tres - Justin Richardson, Peter Parnell i Henry Cole	7
- Quatre Cantonades de no res - Jérôme Ruillier	9
<b>Propostes primària</b>	<b>12</b>
Primer cicle	12
Quan les nenes volen alt - Raquel Díaz Reguera	12
Jo vaig amb mi - Raquel Diaz Reguera	14
Segon cicle	16
L'amor, quin cas! - Anna Mas i Elisabet Serra	16
Les aventures extrabombàstiques de la Frederica Bladuliqui (i els perversos ximplumstimflins) - Pol Galofre i Bel Olid	18
Tercer cicle	20
La regla mola (si saps com funciona) - Anna Salvia i Cristina Torron	20
El semen mola (però necessites saber com funciona)- Anna Salvia i Cristina Torron	20
<b>Propostes secundària</b>	<b>24</b>
Primer ESO	24
George - Alex Gino	24
Segon ESO	27
Heartstopper 1. Noi coneix noi- Alice Oseman	27
Tercer ESO	30
Moxie: La Revolució de les Noies- Jennifer Mathieu	30
Cor de cactus i altres formes d'estimar-Anna Manso	35
Quart ESO	37
Dilluns ens estimaran- Najat El Hachmi	37
<b>Bibliografia complementària</b>	<b>39</b>
Secundària	39
<b>Annex</b>	<b>40</b>

## Presentació

Els contes, com a primer apropament a la lectura, i posteriorment els llibres, constitueixen un material pedagògic molt valuós i un suport privilegiat en els processos d'identificació i aprenentatge de rols i de relacions socials. Les imatges, dibuixos, escenes, accions, etc. observades per infants, adolescents i joves són eines de transmissió de normes, valors i ideologies.

Actualment vivim, encara, en una societat que crea desigualtats de valor, de drets i oportunitats en diferents eixos de discriminació. És una societat masculista, ja que dona més valor a al que és masculí, racista, que dona més valor als orígens occidentals i als colors de pell clars, classista, donant més valor a la gent amb alt nivell econòmic, i un llarg etcètera. Gran part de la literatura actual, a més dels clàssics amb els quals hem crescut generacions anteriors, perpetua aquests eixos de desigualtat i alimenta les violències que generen.

Així doncs, aquesta guia de propostes pedagògiques és creada per donar suport a la reflexió al voltant de diversitat de temàtiques com són els rols de gènere, les desigualtats, la pressió estètica, etc. per caminar cap a la coeducació, és a dir, educar per la igualtat d'oportunitats, tenint en compte les diferències, i vetllar perquè el grup-comunitat proporcioni una experiència enriquidora de la diversitat.

L'elaboració d'aquesta guia ha procurat fer-se amb perspectiva reflexiva i crítica, a través d'una mirada holística i transversal que permeti abordar les temàtiques de forma transformadora i profunda.

## Consideracions prèvies

### Analitzar la seguretat del grup

És el grup un espai segur?

No tots els grups són espais segurs per a tothom, de fet sovint hi ha dinàmiques de poder i rang que dificulten que sigui un espai còmode perquè cadascú pugui expressar-se i ser de forma lliure. És per això que abans d'iniciar qualsevol classe d'activitat caldrà parar atenció a aquest aspecte.

Una intervenció profunda en relació amb qualsevol tipus d'eix de diversitat requereix com a mínim indispensable ser un espai segur per a tot el grup, per no generar dinàmiques violentes i discriminatòries, revictimitzar, etc. És per això que, si tenim indicis que el grup no és un espai segur on es puguin generar debats de forma respectuosa, caldrà primer treballar perquè ho esdevingui.

### Valorar la predisposició i maduresa del grup

Els temes que es treballen en aquesta guia poden ser temes que, des d'una posició privilegiada (això per a algú no és un problema) no es pugui percebre o empatitzar amb la complexitat, el patiment i dolor que poden suposar per les persones que estan vivint determinades situacions, discriminacions i eixos d'opressió.

Així doncs, considerem imprescindible la valoració prèvia de la predisposició i la maduresa del grup abans d'iniciar aquest tipus d'activitats, perquè en cas que el grup no estigui preparat podria generar dinàmiques violentes, revictimitzadores o desresponsabilitzadores. En aquest cas, proposem un treball previ per garantir aquests mínims o buscar estratègies perquè el treball pugui fer-se en un lloc segur per tothom (treball en petits grups, grups de confiança...).

També és interessant que, abans d'iniciar el treball, es deixi clar que si en algun moment algú necessita suport, el pot demanar, sortir de la classe, o donar-se espai.

### Anàlisi i reconeixement previ de les diversitats

Les realitats en les aules, com en la societat, són diverses i s'ha de tenir en compte. Per això us proposem que abans d'iniciar qualsevol mena d'activitat, en primer lloc, fem una parada a observar quines diversitats hi ha presents a les històries de vida de les persones de l'aula.

És important conèixer, abans de començar les activitats, quin és el paper que cada persona vol prendre en relació amb la temàtica. Ignorar la diversitat, invisibilitzar-la o fer-la protagonista sense consultar pot generar situacions molt violentes. Alhora, posar la temàtica en conversa, pot suposar un reconeixement i pot obrir la possibilitat de crear espais d'aprenentatge compartit.

No hi ha una manera correcta o incorrecta de procedir. Necessitem saber què necessiten les persones, quin paper volen tenir, etc. I ser conscients que potser hi ha algunes diversitats que no coneixem ni coneixerem.

### Reflexió personal

Com a docents tenim una responsabilitat en relació amb el benestar de l'alumnat, del grup i de les seves experiències i aprenentatges al centre. La tasca educativa és un repte important que es desenvolupa més enllà del currículum, de la matèria, i els continguts. Així doncs, proposar i acompanyar aquest tipus d'activitats requereix una revisió personal per preguntar-nos si tenim eines i ganes per a sostenir la proposta, també, els dubtes, inquietuds, debats i necessitats que se'n derivin.

Determinats temes poden obrir ferides o fer conscients situacions que generin dolor, és important responsabilitzar-nos d'això si passa, poder-ho acompanyar, fer bons tancaments i no obrir o explorar situacions que no podrem sostenir.

## Propostes per infantil

### - **Amb la Tango son tres - Justin Richardson, Peter Parnell i Henry Cole**

#### **Sinopsis**

Aquesta és la història vertadera del Roy i el Silo, dos pingüins de cara blanca. Després d'alguns temps, Rob Gramzay, el guarda del zoo del Central Park, que va descobrir que aquests dos pingüins mascles, que sempre estaven junts, eren parella i va decidir donar-los l'oportunitat de crear una família donant-los un ou que no tenia qui el cuidés. El Roy i el Silo el van covar fins que en va néixer la Tango i van formar una família.

#### **Objectius**

- Treballar la diversitat familiar
- Trencar estereotips sobre les famílies no normatives
- Posar en valor el bon tracte i l'amor dins de l'àmbit familiar

#### **Descripció de l'activitat**

Ens posarem en cercle i llegirem el conte en veu alta. A l'acabar farem un seguit de preguntes per veure quina mirada té l'alumnat de què és la família. Abans de començar amb les preguntes podem explicar que és una història real que va passar a un zoològic dels Estats Units:

- Què destacaríeu de la història que hem explicat? Què és el que us ha agradat més? Què no us ha agradat?

*[Recollim el que vagin dient i podem fer preguntes sobre les seves respostes, ens servirà per veure si realment veuen el fet que sigui una parella homosexual com a alguna cosa estranya o no. Podem explorar entorn d'aquestes coses que els hi han agradat o no i fer preguntes que ajudin a desmuntar mites o creences]*

- Per què creieu que el conte diu que en Roy i en Silo eren una mica diferents de la resta? Amb què creieu que sí que s'assemblen a la resta?

*[Aquí és important que posem en relleu que fan el mateix que fan la resta de parelles que s'estimen, que el fet de ser una parella homosexual no els fa diferents. L'única diferència és que no poden pondre ous perquè, en el cas dels pingüins, és una funció que només poden fer les femelles.]*

- Què creieu que és el més rellevant per formar una família? Quines coses són les que us agraden més de les vostres famílies?

*[La pregunta ens serveix per treure pes a qui conforma la família i posar en relleu aquelles coses més essencials: que hi hagi amor, respecte, que ens cuidin, que juguin amb nosaltres, que ens preguntin com estem, que ens calmin les pors...; la idea és parlar de què és la família independentment de si són mare/pare, dos pares, àvia i tieta, família monoparental... i valorar les coses boniques i importants que ens dona la família sigui com sigui]*

Quan hàgim parlat durant una estona al voltant de les preguntes anteriors, podem proposar fer un dibuix de les coses que ens agraden de la nostra família. El podem fer de forma conjunta en un mural o que cada infant faci el seu propi dibuix i després el comparteixi i l'expliqui a la resta de l'aula i amb la seva família.

### **Material**

- Conte de "Amb la Tango són tres"
- Fulls de paper o paper de mural
- colors



## - Quatre Cantonades de no res - Jérôme Ruillier

### **Sinopsis**

El petit Quadrat vol jugar a casa dels seus amics els Petits Rodons, però no passa per la porta per què? La porta és rodona com els seus amics! «Hauríem de retallar-te les cantonades!», diuen els Petits Rodons. <Oh, no!, diu el Petit Quadrat> Això em faria massa mal!» Com ho farem? El Petit Quadrat és diferent. Mai no serà rodó.

### **Objectius**

- Treballar la diversitat i la inclusió
- Parlar sobre la diferència
- Treballar formes creatives de resolució de conflictes, des del respecte i el bon tracte

### **Descripció de l'activitat:**

Començarem explicant el conte i ens pararem en tres moments de la història per fer participar l'alumnat en la construcció del relat. Podem utilitzar el material complementari per fer més visual la narració del conte.

- En la primera pàgina ens podem aturar per posar èmfasi en com són les figures que apareixen en el conte, són totes iguals? Són totes diferents? En què s'assemblen? En què es diferencien? Ens passa això a nosaltres? Som tots i totes iguals? O cadascú té coses que ens fan diferents de la resta?

*[Les preguntes ens serveixen per començar a posar sobre la taula què són les diferències i com ens afecten a l'hora de relacionar-nos amb les altres persones, cadascú de nosaltres té coses úniques que ens fa ser qui som i alhora hi ha coses que les compartim amb altres persones. Serà important en aquest punt anar més enllà de les característiques físiques o del gènere, color de la pell... i fixar-nos amb coses com què ens agrada fer o menjar, a què ens agrada jugar, si tenim o no mascotes, germans/es... ]*

- El segon moment en el qual ens pararem és quan es diu que el petit quadrat està trist perquè li agradaria molt entrar a la casa gran. Aquí demanarem a la canalla que proposi solucions, què es pot fer perquè el petit quadrat entri a la casa gran? Deixem que l'alumnat suggereixi qualsevol classe de solució, podem demanar que quan algú proposi una solució intenti fer de quadradet (per exemple: arronsant-se, estirant-se...).

Segurament la major part de les solucions aniran dirigides a què qui canviï sigui el quadradet, podem posar èmfasi en el fet que aquestes solucions farien mal al petit quadrat. Una vegada hagin donat unes quantes solucions seguirem amb el conte fins al final.

Finalment, reflexionarem sobre què ha passat: què us ha semblat el final del conte? Què us han semblat les propostes que heu fet sobre com fer entrar el petit quadrat a la casa gran?

*[Important posar l'èmfasi en dir que no hem de canviar allò que ens fa diferents, sinó buscar maneres de poder incloure la diversitat]*

- Creieu que hi ha nens i nenes a la classe que els hi passa alguna cosa semblant al quadradet? Què podem fer la resta perquè puguin formar part del grup?

*[En cas que es doni alguna situació d'exclusió o discriminació podem aprofitar per abordar el tema i parlar sobre què podem fer la resta de la classe perquè tothom se'n pugui sentir part, podem recuperar tot el que hàgim parlat en la primera pregunta, sobre què tenim en comú. Aquí també ens pot servir fer una ronda sobre com ens agrada que la resta del grup ens tracti i que necessitem per estar bé.]*

### Dinàmica complementaria: el vent bufa i s'emporta

El vent bufa i s'emporta: per continuar treballant aquelles coses que tenim en comú podem fer la següent dinàmica, ens posarem tota la classe en cercle i a peu dret i el/la docent anirà donant consignes, aquelles persones que se sentin identificades han de canviar-se de lloc entre elles. Per exemple: "El vent bufa i s'emporta totes les

persones que portin ulleres" - totes les que portin ulleres hauran de sortir del seu lloc i posar-se en un lloc que hagi quedat buit, complementàriament es pot fer que totes elles es trobin al centre i es facin una abraçada.

Exemples de consignes:

- El vent bufa i s'emporta totes les persones que...
  - els hi agradi jugar a pilota
  - no els hi agradin els macarrons
  - hagin nascut fora de la ciutat
  - els hi agradi la pluja
  - portin la samarreta de color vermell
  - tinguin una mascota
  - no tinguin cap germanet/a
  - tinguin els ulls marrons
  - els hi agradi jugar amb nines
  - Els hi encanti anar a la platja

#### Propostes per treballar altres temes:

- En aquest relat es pot utilitzar per treballar les figures geomètriques, dibuixant el conte, fer-los resseguir les figures rodones i quadrades o utilitzant material d'estampació per reproduir-lo.
- També podeu construir el conte fent manualitats i implicant a la canalla en la història, amb cartolines, goma eva...

#### **Material**

- Conte "Per quatre cantonades de no res", al YouTube es poden trobar diversos vídeos on s'explica el conte, tant en català com en castellà.
- Material complementari per explicar el conte, aquí trobareu algunes idees:  
<https://blocs.xtec.cat/becrpbl3/2016/10/25/quatre-petites-cantonades-de-no-res/>

## **Propostes primària**

### Primer cicle

## **Quan les nenes volen alt - Raquel Díaz Reguera**

### **Sinopsis**

L'Adriana, La Virginia i la Martina tenen grans somnis, però la banda del senyor Noho aconseguiraspàs els ha omplert les butxaques de pedres perquè no puguin volar.

### **Objectius**

- Treballar l'autoestima i autopercepció
- Parlar sobre la pressió estètica
- Reflexionar entorn els rols i desigualtats de gènere

### **Descripció de l'activitat**

La proposta pedagògica anirà orientada en parlar sobre quins són els somnis i expectatives de nenes i nens i com es poden veure condicionats per la falta de referents diversos, així com per les desigualtats de gènere i el masclisme existents a la nostra societat.

Una vegada llegit el llibre amb tota la classe, llençarem un seguit de preguntes per ajudar-ne a la comprensió:

- Com són l'Ariadna, la Ximena i la Martina a l'inici del llibre? Què els hi agrada? Quins somnis tenen?
- Qui és el senyor Sivolspots?
- Què els hi passa a les tres nenes quan apareixen la família de dolents?
- Com afecta tot això a les tres nenes?
- Qui és la Violeta i com les ajuda?

A continuació, aprofitarem el relat del llibre per analitzar les nostres realitats:

En primer lloc, demanarem que cadascú que tanqui els ulls i la docent llegirà de forma tranquil·la i fent pauses el següent text:

*Tanca els ulls, i fes tres respiracions profundes... Pensa amb l'Ariadna, la Ximena i la Martina, els seus somnis i les seves il·lusions: ser pilot, escriure, tocar un instrument... pensa amb la seva alegria i forma de ser.*

*I ara imagina't a tu, en quines són les coses que et fan il·lusió, en aquells moments en què et sent bé i feliç. Respira un moment i reviu aquests moments.*

*-pausa llarga-*

*Ara pensa en com t'agradaria ser d'aquí a un temps, com t'imagines d'aquí a uns anys, que t'agradaria fer i ser per ser feliç i sentir-te bé. No et posis límits de cap mena, vola alt com la Violeta, encara que pensis que potser no és possible o que tu no pots, ara això no té importància.*

*- pausa llarga-*

*Quan ho tinguis, pren-te el teu temps, pots obrir els ulls a poc a poc i fer servir el paper que tens a davant per plasmar allò que has imaginat, pots fer-ho en forma de dibuix, escrit, el que tu prefereixis.*

Una vegada tothom hagi plasmat el seu somni, podem obrir paraula perquè qui vulgui compartir, pugui fer-ho. És important que validem totes les possibilitats encara que siguin irreal.

Després de compartir llençarem les següents preguntes:

- Creieu que la família dels dolents existeix a la realitat? Qui ens diu aquestes coses que fan que pensem que no podem complir els nostres somnis?

*[La idea d'aquesta pregunta és descobrir qui encarna aquests rols en la nostra societat, que són des d'aquelles persones més properes: família, amigats, companys/es de classe, professorat... com també institucions o ens que queden més lluny de nosaltres o són més abstractes: la publicitat, les sèries i pel·lícules, els llibres, les bromes i acudits, les joguines, les xarxes socials, les persones famoses...]*

- Creieu que alguns dels vostres somnis o la vostra realitat estan condicionats per la família dels dolents?

*[Aquesta pregunta va dirigida a veure si els futurs ja estan en part condicionats per aquests estereotips, per exemple si algú diu que vol ser molt guapa i prima, podem acompanyar a què*

*la classe vegi que la senyora Bellesa Perfora ha fet de les seves, i també connectant amb el present. És interessant que no sigui una reflexió culpabilitzadora sinó que entenguin que hi ha molts factors externs que ens fan desitjar ideals que ens poden fer mal.]*

- Què podem fer nosaltres per evitar que la família de dolents ens afecti?  
*[No fer comentaris sobre els cossos, la forma de vestir de les altres, no donar la nostra opinió si no ens l'han demanat, aprendre a buscar o generar el moment per a dir les coses...]*

Finalment, toca mullar-nos i fer la particular muntanya del grup. Què no ens agrada que ens diguin? Què no ens agrada que ens passi?

En primer lloc, farem una recollida de pedres on poder escriure o dibuixar les nostres idees i que de forma individual, que cadascú pugui plasmar què és allò que no li agrada que li diguin o li molesta sentir.

La segona part serà compartir quines són les pedres de cadascú i generar la simbòlica muntanya dins l'aula. És important validar tot el que vagi sortint i procurar un acord de grup per a no generar aquest tipus d'accions que ja s'ha verbalitzat que són difícils.

## **Jo vaig amb mi - Raquel Diaz Reguera**

### **Sinopsis**

A una nena li agrada un nen, però el nen no es fixa en ella, no la mira. Què pot fer? Els seus amics li aconsellen de tot: que es tregui les cues, les ulleres, el somriure, les pigues, les ales, que no sigui tan xerraire. El nen per fi s'ha fixat en ella, però, amb tant treure's coses, fins i tot han marxat els ocells del seu cap. I la nena s'adona que ja no és ella i decideix recuperar les seves cues, les ulleres, el seu.

### **Objectius**

- Treballar l'autoestima i l'autopercepció
- Treballar l'escolta activa i l'estim a l'altra
- Donar importància a l'impacte que tenen els comentaris que fem o rebem

### Descripció de l'activitat

Prèviament a la lectura, podem explicar que la història és sobre una nena que li agrada un nen, però que aquests rols poden ser diferents, podem viure situacions similars entre dues noies o dos nois, o que els rols siguin al revés dels del conte.

Després de llegir el conte, podem fer unes preguntes introductòries abans de fer l'activitat:

- Us heu sentit identificats/des amb algun dels personatges? (noi, noia o gent que li diu què pot canviar)

*[La pregunta no és només sobre si ens ha agradat algú i hem canviat, sinó en si per encaixar, en general, hem canviat coses de nosaltres, si hem dit o hem rebut comentaris sobre què canviar, sobre el nostre cos...]*

- Com us heu sentit en relació amb el què heu viscut?
- Com ens afecta que ens comentin sobre les formes de fer i ser?

Una vegada hàgim parlat una mica sobre el llibre, proposem fer un dibuix de nosaltres mateixes, donarem un temps perquè cadascú es dibuixi de la forma que vulgui. És interessant que tinguin diferent material perquè puguin fer anar la imaginació i la creativitat.

Quan tinguem els dibuixos fets, pensarem característiques o habilitats que tenim i que ens agradin de nosaltres. Intentarem trobar-ne una relacionada amb cada part del cos, pot ser en sentit literal o figurat (per exemple: els ulls- m'agrada el color dels meus ulls o bé soc una persona molt observadora; el cor: soc una persona que estimo molt les meves amistats, les orelles: m'encanta posar-me arracades de colors). Aquestes coses que ens agradin de nosaltres també les anotarem al dibuix.

Quan tota la classe tingui el dibuix fet, ens posarem en grupets de tres o quatre i explicarem el nostre dibuix al grup, la resta del grup escoltarem sense comentar res del que la persona ens diu, generant un espai d'escolta i estima cap a l'altra. No es tracta de fer una valoració de cada persona sinó un exercici d'autoconeixement i autoestima cap a una mateixa, alhora que d'empatia i coneixença cap a la resta.

Suggerim que els petits grups puguin ser còmodes per tothom, pot ser interessant que sigui amb persones que no es coneixen molt però que hi ha respecte, perquè es coneguin més o amb gent que ja hi tenen confiança perquè puguin sentir-se segures.

### **Material**

- Conte "Jo vaig amb mi"
- un paper per cadascú
- colors i retoladors
- altres materials per crear (revistes, cartolines, tisores, fils...)

### Segon cicle

## **L'amor, quin cas! - Anna Mas i Elisabet Serra**

### **Sinopsis**

<Vols ser el meu nòvio?> pregunta la Sara a l'Alan. Què vol dir ser 'nòvios'? Amb aquest enigma al cap, l'Alan i la seva amiga Lu comencen una de les investigacions més trepidants de la seva vida. Tenen tot un dia per esbrinar què és l'amor i què vol dir brillar amb una llum especial.

El llibre ens apropa a l'amor en tots els seus sentits, des del que sentim per la nostra família, les amistats, els animals, els records... Però, sobretot, fa èmfasi en la importància de l'amor propi, de l'amor per a una mateixa, aquell que ens fa brillar amb una llum especial.

### **Objectius**

- Reflexionar entorn del concepte d'"amor"
- Apreciar i donar valor a les diferents formes de relació i d'amor
- Deconstruir la idea d'amor romàntic

### **Descripció de l'activitat**

Per aquesta lectura proposem fer com la Lu i l'Alan i iniciar una investigació sobre què és l'amor. Es pot plantejar fer-ho en parelles o petits grups o bé individual. Cada persona o grup



haurà de preguntar a 5 persones (diversitat d'edats, gènere, professions...) què és per aquesta persona l'amor i qui o què és el que estima més.

Quan tinguin les 5 persones, es farà una presentació a classe, aquesta es pot fer en forma de mapa de l'amor (com al llibre), oral, de forma artística o deixar que cada persona/ grup esculli la manera de presentar-ho. Podem, finalment, fer un espai conjunt de tota la classe on hi hagi representada la diversitat de formes d'estimar.

Una vegada ho hagi presentat tota la classe, cadascú es farà aquestes preguntes a ell/a mateix/a, com a treball individual, no és necessari que sigui compartit amb tota la classe, pot ser un text a presentar al / a la docent, una reflexió estrictament personal o deixar obert que qui ho vulgui explicar a la classe pugui fer-ho.

Una manera de compartir aquesta reflexió personal pot ser demanant a l'alumnat que, una vegada feta la reflexió, cadascú porti algun objecte que representi aquesta forma d'estimar. Podem fer un altar a l'aula sobre què és estimar amb tots aquests objectes. Caldrà posar èmfasi en la importància del respecte cap a tots els objectes, entenent que són importants per les companyes i que quan estimem algú o alguna cosa pot fer mal si es perd o es fa malbé.

Nota: La investigació es pot engegar havent llegit només el primer capítol del llibre, de manera que facin la investigació sense cap idea prèvia; o bé, una vegada llegit el llibre sencer, que permetrà que tinguin una visió més àmplia i puguin buscar respostes més diverses.

### **Material**

- Llibre "L'amor, quin cas!"
- material divers per fer les presentacions (cartolines, retoladors, revistes...)
- papers i bolis per la reflexió individual

## **Les aventures extrabombàstiques de la Frederica Bladuliqui (i els perversos ximplumstimflins) - Pol Galofre i Bel Olid**

### **Sinopsis**

Un dia que el cel amenaçava tempesta, la Lola, la Tània i la Zuzú es van trobar al terrat de casa un regal que els va canviar les vides: la Frederica Bladuliqui. Aquesta personeta de color vainilla dolça amb els cabells d'un verd brillant es feia estimar, i així que va començar a parlar, els va dir a les tres mames Mamaló, Mamatà i Mamazú. Pujar una personeta inquieta i voladora no és fàcil, però és que, a més, la criatura no havia arribat sola: l'acompanyaven cinc éssers menuts, peluts i rabassuts, que tenien una missió: fer la guitza a la Frederica.

### **Objectius**

- Treballar l'estima a la diferència
- Treballar l'autoconcepte i l'autoestima

### **Descripció de l'activitat**

Una vegada llegit el llibre, podem llençar algunes preguntes per introduir la dinàmica posterior:

- Què li passa a la Frederica quan comença l'escola?
- Què en penseu de la solució de fer-li unes sabates pesants perquè no voli?
- Quines altres solucions haurien pogut pensar? Què se us acut?
- Algun cop heu canviat o amagat alguna cosa de vosaltres per ser com la resta?

Cada persona intentarà fer una llista amb 10 coses bones o que li agradin d'ella mateixa i se la guardarà. Pot ser que hi hagi alumnes que no sàpiguen completar la llista, no passa res.

Seguidament, cada alumne/a escriurà el seu nom a la part baixa d'un full que anirà passant a la resta d'alumnat, cadascú apuntarà com a mínim una cosa que li agradi de la persona i doblegarà el paper perquè la resta no puguin llegir què s'ha escrit. Quan hagi passat per tot el

grup o una part d'ell es retornarà el full a cada persona, que tindrà de regal allò que la gent de la seva classe valora d'ella.

Per fer aquesta dinàmica és molt important que deixeu molt clar a l'inici que es tracta de posar coses que ens agraden i que ningú escrigui res que no li agradaria rebre a ella. Si a la classe hi ha alguna situació de assetjament escolar o discriminació i creieu que hi ha risc que algú no respecti aquesta norma, és millor que es faci en petits grups que puguin ser segurs per tothom.

Una vegada tothom hagi llegit la seva llista, podeu obrir un espai de reflexió entorn de l'autopercepció i autoestima, es pot fer en petits grups o amb tota la classe:

- Us ha costat fer la llista de les 10 coses que t'agraden de vosaltres? Per què?
- Hi ha coses de les que ens han posat que creiem que no són certes?
- Hi ha coses que havíeu posat en el full que ningú us ha posat? I al revés?
- Què heu sentit quan us he explicat la 2a activitat? Por? Il.lusió? Curiositat? Per què?

### **Material**

- llibre "Les aventures extrabombàstiques de la Frederica Bladuliqui (i els perversos ximplumstimflins)"
- un full per persona
- un bolígraf o llapis per persona

## Tercer cicle

*Recurs compartit per als dos llibres*

### **La regla mola (si saps com funciona) - Anna Salvia i Cristina Torron**

#### **Sinopsis**

La primera regla fa que les persones amb vagina els hi canviï la seva vida: comencen a menstruar, es converteixen en persones cícliques i tindran la capacitat de tenir criatures. Aquest llibre explica tot el que necessita saber una persona que comença a menstruar per viure aquests canvis amb confiança i benestar. Perquè tenir la regla mola, però cal saber com funciona.

### **El semen mola (però necessites saber com funciona)- Anna Salvia i Cristina Torron**

#### **Sinopsis**

La gran majoria de persones amb penis aprenen com funciona el seu cos i la seva sexualitat a través del porno i els amics. S'han criat amb una gran crítica social a la masculinitat hegemònica i al masclisme, però no tenen referents ni recursos que els ajudin a fer-ho diferent. Aquest llibre vol donar resposta a aquest buit posant una mirada positiva i respectuosa sobre la sexualitat masculina, la primera ejaculació i el semen.

#### **Objectius**

- Conèixer millor el propi cos i els processos de canvi que viuran durant l'adolescència
- Parlar sobre sexualitat i afectivitat amb perspectiva de gènere i sense tabús

#### **Descripció de l'activitat**

A tenir en compte: Aquests dos llibres són molt interessants poder-los treballar a coneixement del medi natural quan s'estudia el sistema reproductiu per poder anar més enllà de les funcions reproductives i poder-ne parlar amb una mirada de gènere.

En aquesta activitat anem a parlar de temes que tenen molts tabús associats, per tant, qui ha de dirigir l'activitat és important que tingui clar el contingut dels llibres i que no li faci vergonya parlar de sexualitat per no crear més tabú.

Quan parlem de la sexualitat i l'atracció sexual és important que no pressuposem l'heterosexualitat i tractem l'homosexualitat o la bisexualitat com a excepcions, sinó que posem totes les orientacions al mateix nivell. Ull, per exemple, quan parlem de mètodes anticonceptius i de prevenció de les malalties de transmissió sexual, perquè no amb totes les pràctiques (tant si homosexuals com heterossexuals) hi ha risc d'embaràs però sí més o menys risc de transmissió de malalties.

El llibre "la regla mola" està dirigit a les persones amb vagina (noies cis, nois trans, persones no binàries...) i el llibre "el semen mola" està dirigit a persones amb penis (nois cis, noies trans, persones no binàries...), tot i això, és interessant i valuós que unes i altres coneguin també la naturalesa, funcionament i desenvolupament dels cossos del sexe contrari.

En els llibres trobareu alguns subcapítols que són pràcticament iguals (p. ex. què és l'adolescència?, el desig de ser mare/pare?, què significa fer l'amor?, amb quines pràctiques sexuals hi pot haver concepció?...) i d'altres que són indicacions pràctiques per entendre i fer més fàcils els canvis.

Els temes entorn de la sexualitat i l'afectivitat sovint generen vergonya o riures, és important que abans d'iniciar el tema expliquem que això pot passar, i generem un espai de confiança i respecte perquè tothom s'hi pugui sentir còmode/a.

Creiem interessant poder tenir els llibres a la classe perquè en qualsevol moment l'alumnat els pugui consultar i resoldre dubtes que els hi puguin sorgir més enllà de les classes dedicades a això.

**Activitat 1:** Abans de començar a treballar el tema, proposem fer un llistat conjuntament de noms que coneixem per anomenar els òrgans sexuals, la idea és trencar el gel alhora que ampliem vocabulari a l'hora d'anomenar-los. Podem parlar de quins són noms més formals, més informals o eufemismes i amb quins ens sentim més còmodes. Que cadascú ho anomeni com més còmode se senti.

Per iniciar, proposem fer un mapa conceptual conjuntament o per grups de què en sabem i què no de la sexualitat i la reproducció i, especialment, de la regla, l'ejaculació i dels canvis del nostre cos durant l'adolescència.

Una vegada fet això, proposem fer petits grups (poden ser per sexes o mixtes) i assignar un tema a cada grup perquè el llegeixin i exposin a la classe les idees principals d'aquells apartats més teòrics. Recomanem que la repartició de temes es facin agafant un tema de cada llibre (per ex. un grup que faci els òrgans sexuals masculins i femenins). És important que l'alumnat es llegeixi tot el llibre i no només aquelles parts que li toqui exposar.

**Activitat 2:** una vegada s'hagin presentat i tota la classe tingui un coneixement bàsic dels temes tractats proposem fer grups no mixtes, un amb les persones de sexe femení i un altre amb les persones de sexe masculí per generar un espai d'intercanvi i resolució de dubtes més concret.

La dinàmica d'aquest espai pot variar depenent de la confiança que hi hagi entre les persones que formen el grup, us deixem dues propostes.

Proposta 1: Escriure en un paper i de forma anònima els dubtes que cadascú tingui sobre la pròpia sexualitat o sobre aspectes del sexe contrari. En l'espai grupal no mixt, llegir les preguntes i mirar de resoldre-les amb la resta del grup, si cal consultant al llibre o preguntant a la referent educativa.

És important que prèviament a aquest espai, creem un ambient de respecte i escolta i donem la benvinguda a tots els dubtes que hi pugui haver, sense que siguin motiu de mofa.

Proposta 2: Si el grup té més confiança, podem fer un espai obert de compartir què hem après i també de resoldre dubtes, explicar com ens sentim o per quins processos hem passat. Pot ser interessant que a cada grup hi pugui haver una referent educativa per facilitar la conversa, adoptant un paper secundari d'acompanyament.

**Activitat 3:** Una vegada fetes les anteriors activitats podem tancar elaborant un nou mapa conceptual amb tot el que hem après.

### Activitats complementàries

A l'interior dels dos llibres hi ha alguns exercicis d'autoconeixement i exploració dels òrgans genitals, podeu proposar que els facin a casa.

Per altra banda, al final de cada un dels llibres hi ha una proposta per fer un diari personal dels canvis que es viuen, a l'annex hi trobareu les fitxes (fitxa 1 i 2) per fer-les arribar a l'alumnat i poder construir el seu diari. És una activitat perquè cada persona la faci individualment a casa seva i pugui fer un seguiment dels canvis que va fent el seu cos, per tant, algunes persones podran començar-lo a fer i d'altres no el començaran fins d'aquí a uns anys.

### **Material**

- Llibres "la regla mola" i "el semen mola"
- Per fer el mapa conceptual:
  - paper d'embalar
  - retoladors
  - imatges impreses
  - tisores
  - cola

## Propostes secundària

### Primer ESO

## George - Alex Gino

### **Sinopsis**

Quan la gent mira en George pensen que veuen un nen. Però ella sap que no és un nen. Ella sap que és una nena. George pensa que haurà de mantenir això en secret per sempre. Un dia la seva mestra anuncia que l'obra de teatre de l'escola serà Charlotte's Web. George realment, realment, realment vol ser Charlotte a l'obra. Però la mestra diu que ella ni tan sols li pot fer una prova pel paper... perquè ella és un nen.

### **Objectius**

- Reflexionar entorn del concepte d'espai segur
- Posar en valor la responsabilitat personal entorn de la garantia de l'espai segur
- Generar espai de reflexió per millorar la comoditat del grup
- Generar debat en la comunitat educativa

### **Descripció de l'activitat**

La situació en què es troba la George és complexa i dolorosa. No té un espai segur on poder ser ella mateixa. No té vincles amb qui se senti amb confiança per explicar i mostrar-se tal com és.

Sovint participem d'espais que no són segurs per a nosaltres, grups en els quals no ens sentim lliures per expressar-nos tal com pensem, tal com ens sentim i en definitiva, tal com som.

És a dir, entenem per "espai segur" aquell en què ens sentim en confiança. Poden ser espais físics (un lloc concret, un racó de casa...) Poden ser un context (quan estic amb certa gent, quan ens trobem per fer X...). Pot ser un grup (la família, el grup de l'institut...) Pot ser una persona (una amistat, un familiar...). Pot ser una activitat (anar a córrer, passejar el gos...). És



a dir, un moment/lloc on poder ser nosaltres mateixes. On poder-nos expressar tal com som, sense preocupar-nos per més. On poder buidar per tornar a omplir. Un espai on sentir-nos segures, no jutjades i en definitiva, lliures.

Creeu un espai agradable per reflexionar de forma individual.

L'activitat consta de tres parts:

### Part 1

En primer lloc, una reflexió personal. Aquí aportem alguna proposta de preguntes que poden propiciar la reflexió. És important partir de la base que totes tenir relacions no segures, connectar amb això també ens pot ser útil.

A la George li costa expressar qui és perquè no té la garantia que la resta pugui sostenir allò que per a ella és important.

- Quin és o quins són els teus espais segurs? Els comparteixes amb algú?
- Què ha de tenir per a tu un espai segur? Quin exemple en tens?
- Si en tens més d'un, què tenen en comú? Què et permeten?
- Què ens passa quan no estem en un espai segur? Un espai on sentim que no podem ser nosaltres mateixes?
- És per a tu l'institut un "espai segur"? És la classe un espai on puguis ser lliurement com ets? Sents que el professorat pot formar part d'aquest espai segur?

És important aprofundir en què és el que ens fa sentir que estem en un espai segur. Si ho sabem ràpidament podrem identificar què és important per a nosaltres, què necessitem i alhora pensar en què podem aportar.

ar què és important per a nosaltres, què necessitem i alhora pensar en què podem aportar.

### Part 2

En segon lloc, una reflexió compartida.

Valorant si el grup està preparat per a fer-ho, la proposta és treballar per a establir el pacte perquè el grup esdevingui espai de seguretat per a totes les persones de la classe. Els espais

de seguretat no tenen unes normes fixes i estàtiques sinó que són aquelles que el grup necessiti, i per anar bé, s'haurien d'anar revisant i validant periòdicament.

- Què necessites perquè la classe sigui un espai de seguretat?
- Què pots aportar per a fer-ho possible?
- Què hauria de deixar de passar?

La proposta rau en poder reflexionar personalment en relació amb això i poder-ho plasmar de forma conjunta, que cadascú expressi què és important. La idea és poder generar un espai de reflexió i confiança, acompanyat amb música i una estona de calma. Potser una rotllana, amb un paper mural al mig on cada persona que ho vulgui pugui escriure o dibuixar què li demana a l'espai. L'objectiu és recollir-ho de forma conjunta, que després sigui útil per tenir-ho present i visibilitzar-ho.

Una vegada expressades les demandes, caldrà revisar-les, posar-les en valor i ratificar-les conjuntament. Aquí cal aterrar i concretar què implica cada una de les propostes.

Per exemple: No jutjar.

Què ens passa quan ens sentim jutjades? Què significa no jutjar? És possible no fer-ho? Ens cal entendre què és el que hi ha darrere de la demanda.

Arribades aquí, el grup ha de reconèixer si pot o no sostenir totes les propostes que s'han manifestat. Si algú creu que no en pot sostenir alguna, què passa? Per què ens és difícil?

### Part 3

Viure i conviure en espais segurs és indispensable. L'estima a la diversitat, a les maneres de fer i ser, poder ser qui som, estar còmodes, sentir-nos lliures i respectar-nos haurien de ser drets de mínims.

Així doncs, la tercera part de la proposta és articular la demanda de l'espai de seguretat de cara a l'institut. Cal entendre que l'espai de seguretat és important a nivell micro, meso i macro.

La pregunta: És l'institut un espai segur? Què necessitem perquè ho sigui?

Què li demanaríem a l'institut?, al professorat?, a l'espai?, a la resta d'alumnat?

Activitat:

Una vegada digerida la reflexió individual i de grup, articulem la demanda a la resta de l'institut. Quin seria el nostre somni?

La proposta és articular en forma de pancartes les demandes que faríem a l'institut i a les persones que en formen part, perquè sigui un espai segur per a tothom. Confeccionar pancartes amb missatges clars que plasmin què és important i que seria interessant que passes en un lloc on passem tantes hores.

Activitat complementària:

Per a construir l'espai segur es necessita treball, reflexió, debat i establir pactes. La proposta seria generar espais de debat i reflexió conjunts amb part de la comunitat educativa. Espais que fossin útils per a plantejar allò que està passant i que col·lisiona directament amb la idea d'espai segur.

**Material**

- Llibre "George"
- Equip per a posar música
- Papers i bolis
- Cartrolines
- Retoladors

Segon ESO

## **Heartstopper 1. Noi coneix noi- Alice Oseman**

**Sinopsis**

En Charlie i en Nick van al mateix institut, però no es coneixen... fins que un dia han de seure junts. A partir d'aquest moment es faran amics i, aviat, en Charlie es començarà a enamorar d'en Nick, tot i que

sap que no té cap possibilitat... Però l'amor és imprevisible i potser en Nick està més interessat en en Charlie del que cap dels dos es podria imaginar.

### **Objectius**

- Parlar sobre orientació i desig sexual
- Trencar estereotips i prejudicis entorn de l'homosexualitat i la bisexualitat

### **Descripció de l'activitat**

A tenir en compte: Heartstopper és un còmic que té quatre volums, a la maleta pedagògica només hi ha el primer volum, per tant, la història està inacabada.

Aquest llibre s'ha adaptat recentment en forma de sèrie que es pot trobar a Netflix, pot ser que part de l'alumnat l'hagi vist, veureu que hi ha una pregunta en relació amb això.

Activitat: Proponem que cada alumne es llegeixi el llibre de forma individual a casa seva, és en format còmic i, per tant, de fàcil lectura. Una vegada, se l'hagin llegit, la proposta és que facin una activitat de reflexió individual per després poder-la compartir en petit grup segons el guió següent:

Preguntes per la reflexió individual:

- Quins estereotips o discriminacions al voltant de l'homosexualitat o a la bisexualitat pateixen alguns dels personatges del còmic?
- A què creus que són deguts aquests estereotips?
- Com creus que afecten aquests estereotips al Charlie i al Nick a l'hora de viure les seves emocions i sexualitat?
- Imagina quines coses serien diferents si un dels dos fos una noia i fossin heterosexuales, què canviaria?
- Coneixes bé què és la bisexualitat? Et convidem a fer recerca a través d'alguns perfils d'Instagram que parlen sobre el tema:
  - @Jordibrizo
  - @Elvirasastre
  - @Bisibilitat
  - @Disturbicollectiu

- Pregunta extra: si has vist la sèrie, quines diferències, que recordis, hi has trobat amb el còmic?

Posada en comú en el petit grup:

- Comenteu les preguntes que heu respost individualment i compartiu mirades i reflexions.
- Què heu après que no sabéssiu o que tinguéssiu entesa d'alguna altra manera?
- Quins estereotips creieu que hi ha a la vostra aula i al vostre centre educatiu en relació amb aquests temes? Creus que tothom pot viure i expressar la seva orientació sexual de forma lliure?
- Què creieu que podeu fer vosaltres i el vostre entorn per evitar que hi hagi persones que pateixin discriminació per la seva orientació sexual o expressió de gènere o que no s'atreveixin a sortir de l'armari?

#### Activitat complementària:

Una vegada treballades les preguntes i havent explorat el tema, proposem que l'alumnat elabori algun projecte artístic per visibilitzar les dissidències sexuals i de gènere que puguin mostrar a la resta de l'institut.

És interessant que qui lideri aquests espais puguin ser els i les joves amb orientacions sexuals o identitat de gènere dissidents que hi hagi al grup, sempre que se sentin còmodes.

#### **Material**

- Llibre "Heartstopper 1"
- Full de preguntes
- bolígraf

## Tercer ESO

### **Moxie: La Revolució de les Noies- Jennifer Mathieu**

#### **Sinopsis**

La Vivian Carter n'està farta. Farta que a l'institut de secundària de la petita ciutat de Texas on estudia s'afavoreixi els nois de l'equip de futbol americà per sobre de tot. Farta dels codis de vestir sexistes, de l'assetjament als passadissos i dels comentaris masculistes dels nois durant les classes, que ningú no condemna ni castiga. Però, sobretot, està farta de complir sempre les normes. Prenent l'exemple de la seva mare, la Viv vol fer alguna cosa perquè tot això canviï. I a partir d'una iniciativa que en principi sembla passar desapercebuda, la noia s'adona que ha començat ni més ni menys que una revolució de les noies.

#### **Objectius**

- Conèixer conceptes i personatges al voltant del feminisme i la igualtat de gènere
- Empoderar a l'alumnat per la reivindicació de causes i la importància del col·lectiu

#### **Descripció de l'activitat**

A tenir en compte: Aquest llibre està ambientat a Texas, Estats Units, i, per tant, hi ha moltes coses que funcionen diferent a nivell de dinàmiques d'institut però també es poden trobar similituds.

#### Activitat 1

Per treballar aquest llibre, proposem que es faci lectura a classe o individualment a casa, perquè durant i després de la lectura l'alumnat pugui respondre les preguntes que teniu a continuació:

En els primers capítols apareixen diverses paraules, busca'n la definició que tingui sentit en el context del llibre:

1- En el capítol 1 (p.12), la Vivian explica que "*se'm acut que la podria convidar [a la Lucy] a seure amb nosaltres, però llavors recordo que en Mitchell i els imbècil dels seus*

*amics seuen al bell mig de la cafeteria, buscant gresca i esperant la més mínima oportunitat per atacar-nos amb les seves collonades misògines". Què vol dir que una actitud o una persona sigui misògina? Què és la misogínia?*

*[La misogínia es l'aversion, el despreci o l'odi cap a les dones. La misogínia pot manifestar-se de diverses maneres: rebuig, humiliació, discriminació i altres violències contra les dones o la seva objectivització. També existeix el concepte de "misogínia interioritzada" que és la internalització involuntaria que fan les dones de tots les missatges masculistes que rebem al llarg de la vida de la societat i que ens porten a jutjar-nos a nosaltres mateixes i a les altres.]*

2- En el capítol 2, l'àvia de la Vivian diu "El problema era que la teva mare sempre buscava brega (...) Tenia més coratge del que li tocava, massa moxie, com en diem per aquí, això li va posar les coses difícils" (cap. 2 p.19) . És el primer cop al llibre que apareix aquesta paraula que dona nom al llibre i al fanzine que engega la Vivian al capítol 4. Què vol dir *moxie*? Per què creus que la Vivian posa aquest nom al fanzine?

*[Moxie és una paraula informal en anglès, que prové d'una marca de begudes dels anys 30, i alguns dels significats que se li atorga és el de tenir coratge, confiança, determinació, empenta, nervi, iniciativa o força de caràcter. ]*

3- També al capítol 2 (p.18), la Vivian els hi comenta a l'àvia i a l'avi que el què ha passat a classe "ha estat totalment sexista". Què és el sexisme? Quines diferències hi ha entre aquest concepte i la misogínia?

*[El sexisme és el sistema que defineix les persones segons el seu sexe, les jerarquitzes i manté unes normes de comportament que corresponen aquestes dues úniques possibilitats identitàries. Aquesta estructura subordina les dones i exclou persones amb cossos, identitats, expressions i desitjos que estan fora de la norma de gènere.]*

4- Al capítol 7 (p.77), la mare de la Vivian diu que "és evident que [veure jugar l'equip de futbol americà] és una exhibició d'hipermasculinitat". Què vol dir hipermasculinitat? Com creieu que es reflexa en els capítols anteriors aquest concepte? Troba'n tres

exemples. Perquè creus que es menciona com a alguna cosa negativa? Existeix la hiperfeminitat?

*[La hipermasculinitat es la exageració dels estereotips de comportament que es consideren masculins. Les persones hipermasculines exageren les característiques del que creuen que és masculí. Creuen que han de competir amb altres homes i dominar a les persones femenines amb comportaments agressius, tenir molta experiència sexual, ser poc sensibles, està i ser fortes, ser ambicionades, exigents,...]*

*La hiperfeminitat és la exageració dels estereotips de comportament que es consideren femenins. Les persones hiperfemenines exageren les característiques d'allò que creuen que és femení. Això pot incloure comportaments passius, de fragilitat, inocència sexual, complaents o a nivell estètic utilitzar roba considerada femenina, molt maquillatge o voler complir amb els cànons de bellesa... ]*

*Els estereotips de gènere extrems són nocius perquè no permeten que les persones expressin completament el que pensen ni les seves emocions. Per exemple, és nociu per a les persones masculines creure que no haurien de plorar o expressar les seves emocions. Al mateix temps, és nociu per a les persones femenines creure que no haurien de ser independents, intel·ligents o fortes. Trencar amb els estereotips de gènere fa que les persones puguin ser tal com són.*

*Les persones hiperfemenines poden tenir, per exemple, més probabilitats de suportar l'abús físic i emocional. Les persones hipermasculines tenen més probabilitats de ser física i emocionalment violentes amb el seu entorn.]*

5- També al capítol 7 (p. 81-82), la Vivian i la Clàudia, tenen una conversa sobre què és el feminisme, busca la definició d'aquesta paraula i una vegada l'hagis llegit, fes una breu reflexió sobre la posició de la Vivian i de la Clàudia.

*[El Feminisme és el moviment social que denuncia la submissió tradicional de les dones als homes i promou l'equiparació de drets entre els dos gèneres. També són el conjunt de teories que al llarg del temps fonamenten la lluita de les dones a favor de l'emancipació. En aquest article s'explica més extensament:*



<https://www.elperiodico.cat/ca/societat/20220308/feminisme-que-es-definici-o-7876808>

6- Al llarg del llibre apareixen els noms de diverses persones reals, busca'n la biografia i descobreix perquè són conegudes, busca, també, alguna cita coneguda de cada una d'elles que no aparegui al llibre:

- Joan Jett (p.13)

[Joan Jett (Pensilvania, 1958) és una cantant, compositora, guitarrista, productora i, puntualment, actriu estatunidenca. És coneguda per haver estat la vocalista de The Runaways i de The Blackhearts i per diversos èxits musicals. Tres dels seus àlbums han aconseguit la certificació de disc de platí. Joan Jett és una de les figures femenines més importants de la història del rock Va ser situada en el lloc 87 de la llista dels 100 guitarristes més grans de tots els temps segons la revista Rolling Stone, una de les dues úniques dones en la llista. Durant la seva carrera moltes vegades ha estat denominada amb títols com la Reina del Rock 'n' roll, Àvia del Punk o també considerada per algunes vocalistes de punk com la Riot grrrl original. Joan Jett ha estat vegetariana durant més de vint anys.]

- Riot Grrrls (p.16)

[Les Riot Grrl o també Riot Grrrl és un moviment musical que comprèn diverses cantants, músiques i bandes d'un estil entre el punk rock i el rock alternatiu, contingut activista feminista. També conegut com a Moviment Grrrl, aquest col·lectiu de militants va néixer als Estats Units als anys noranta, influït per nombroses músiques punk i rock dels anys setanta i vuitantl. Les Riot Grrrls fan música, organitzen conferències i altres esdeveniments per a donar suport a les dones al sector musical i també s'impliquen d'una manera més àmplia a l'art en general i l'acció política feminista. Els col·lectius i bandes associats a les Riot Girrls solen tractar l'empoderament de les dones i denunciar problemes lligats el racisme, el masclisme, la sexualitat i la violència masclista, entre d'altres.]

- Audre Lorde (p.199)

[Audre Lorde (Nova York, 1934 - Illes Verges Nord-americanes, 1992) va ser una escriptora afroamericana, feminista, lesbiana i activista pels drets civils. Com a poeta és especialment coneguda pel domini tècnic i l'expressió emocional amb què expressava ira i indignació per les injustícies civils i socials que va observar al llarg de la seva vida. Els seus poemes i prosa tractaven en gran manera temes relacionats amb els drets civils, el feminisme i l'exploració de la identitat femenina negra. La seva obra més coneguda és *La germana, l'estrangera*, un llibre d'assaig que conté diversos dels seus escrits més influents en les lluites contra el racisme, el masclisme i l'opressió heteronormativa com són «no hi ha jerarquies en l'opressió» o «les eines de l'amo no destruiran la casa de l'amo»]

- Angela Davis (p.269)

[Angela Davis (EE.UU., 1944) és activista, política marxista i professora emèrita del Departament d'Història de la Consciència a la Universitat de Califòrnia. És considerada una de les grans lluitadores pels drets humans i contra la discriminació racial. Estretament relacionada amb el partit de les Panteres Negres, i afiliada al Partit Comunista dels Estats Units. Entre les seves publicacions més rellevants hi ha llibres com *Dones, raça i classe (Tigre de Paper, 2022)*, *Democracia de la abolición: prisiones, racismo y violencia (Trotta, 2016)* i *Podem abolir les presons? (Tigre de Paper, 2020)*

7- *Moxie* és una idea que neix de la Vivian però que va evolucionant al llarg del llibre, fes-ne una cronologia dels moments més importants i fes una petita reflexió sobre com evoluciona la idea inicial i quines són les claus perquè funcioni.

## Activitat 2

Un dels eixos del llibre són els fanzines que elabora la Vivian, així que proposem que de forma individual o per grups busquin què és un fanzine i quines en són les seves principals característiques.

Finalment, en grups de 4 o 5 persones, hauran de pensar en un tema que els inquieti, motivi i/o els afecti directament i que elaborin un fanzine, pot ser sobre feminismes però també

sobre altres temes que passin al seu voltant (escola, municipi, grup d'amistats, país, món...): ecologisme, racisme, injustícia social, pobresa, habitatge, guerra... L'activitat es pot fer tant a casa com a la classe, si es té material variat per poder-los elaborar.

Una vegada elaborat el fanzine, es pot presentar a classe, fer-ne una exposició perquè tothom pugui veure la feina feta per la resta o fer-ne algunes còpies i repartir-les pel centre.

### **Material**

- Llibre "Moxie"
- Full de preguntes
- material per l'elaboració dels fanzines

## **Cor de cactus i altres formes d'estimar-Anna Manso**

### **Sinopsis**

Aquesta novel·la fresca, divertida i optimista parla d'amor, de relacions, de sexe, d'amistat i de parelles. Ens presenta una manera d'estimar-se sense culpes ni prejudicis, en llibertat. Sobretot, començant per estimar-nos a nosaltres mateixes. Cor de cactus i altres formes d'estimar és la història de la Lara, de 15 anys, que té les idees molt clares, i la seva colla d'amics i amigues.

### **Objectius**

- Treballar diversos eixos d'opressió
- Posar atenció en actituds pròpies i del nostre entorn que poden reproduir eixos de discriminació
- 

### **Descripció de l'activitat**

Per aquest llibre proposem, en primer lloc, i prèviament a llegir el llibre, fer un treball sobre diversos eixos de discriminació on, per grups busquin informació sobre cada un dels eixos i una notícia del diari d'una situació de discriminació en relació amb l'eix. Cada grup farà una presentació de 10 minuts a la classe per explicar l'eix a través de l'exemple.

Els eixos proposat són els següents\*:

- a. Masclisme
- b. Lgbtifòbia
- c. Racisme
- d. Xenofòbia
- e. Classime

\*No tots aquests eixos apareixen al llibre.

Seguidament, proposem que cada persona faci un diari personal en relació amb el que va passant a cada capítol, oferim un seguit de preguntes perquè serveixi de guió sobre quins aspectes cal que posin atenció, però no cal que es respongui pregunta per pregunta:

1. Quins dels eixos treballats creus que hi ha presents en les pàgines llegides?
2. Hi ha actituds o pensaments dels personatges que reproduïxen aquestes discriminacions? Quines?
3. Hi ha actituds o pensaments dels personatges que combaten aquestes discriminacions? Quines?
2. Creus que hi ha altres eixos de discriminació?
3. Quina és la teva opinió sobre el que has anotat que passa?
4. T'has trobat en alguna situació similar, havent patit o havent exercit algun tipus de discriminació o en relació amb alguna altra situació que aparegui al llibre?

Finalment, proposem que a classe puguem comentar les reflexions fetes, aquest exercici ens servirà per veure l'opinió de l'alumnat sobre alguns temes.

També és interessant que si alguna persona de la classe s'ha sentit identificada en alguna situació i vol explicar-ho, pugui compartir-ho.

### **Material**

- Llibre "Cor de cactus i altres formes d'estimar", un per alumne/a
- guió de preguntes

## Quart ESO

### **Dilluns ens estimaran- Najat El Hachmi**

Explica la història d'una jove que vol ser lliure i feliç. Les circumstàncies en què viu, però, són complicades. Un entorn opressiu, del qual no li serà fàcil sortir sense haver de pagar un preu molt alt, marca el seu present i potser el seu destí. Tot comença el dia que coneix una noia que l'enlluerna. Forma part de la seva mateixa comunitat, però la seva família viu la condició cultural sense els llasts ancestrals de la resta. Una història emotiva i reveladora sobre la importància que les dones siguin les protagonistes de les seves vides, per més que hagin d'afrontar condicionants d'origen, de classe social o de gènere. El relat del dur camí cap a la llibertat.

#### **Objectius**

- Generar espais d'escolta i de suport
- Posar consciència en diversos eixos de discriminació
- Reflexionar entorn de les vivències i experiències diverses entorn de les discriminacions.

#### **Descripció de l'activitat**

A tenir en compte: prèviament a l'inici de l'activitat és important que valorem si hi ha persones a l'aula que es poden veure identificades amb algun dels eixos i pensar en com ho atendrem. Si no es veu clar, es pot parlar directament amb la persona preguntant quin paper vol tenir, cal respectar sempre el rol que aquesta persona vulgui adoptar.

També és rellevant tenir en compte que la narració del llibre és una experiència concreta, com qualsevol llibre, i hem d'evitar generalitzacions que puguin alimentar el racisme o la xenofòbia. En cas que es donin, es pot donar l'espai per parlar-ne o buscar recursos per aprofundir-hi.

#### **Activitat**

Per aquest llibre proposem, en primer lloc, i prèviament a llegir el llibre, fer un treball sobre diversos eixos de discriminació, on per grups busquin informació sobre cada un dels eixos i

una notícia del diari d'una situació de discriminació en relació amb l'eix. Cada grup farà una presentació de 10 minuts a la classe per explicar l'eix a través de l'exemple.

Els eixos proposats són els següents:

- a. Masclisme
- b. Pressió estètica
- c. Islamofòbia
- d. Racisme
- e. Xenofòbia
- f. Classime

Una vegada comencem el llibre, proposem anar parant cada dos o tres capítols i utilitzar la dinàmica del cercle de paraula per parlar sobre els diferents temes que van sorgint.

La dinàmica del cercle de paraula la trobareu descrita en aquest [document de la Generalitat](#).

Cada cercle pot tenir dues o tres rondes, us deixem una proposta de preguntes, però serà interessant que pugui ser el mateix grup que pensi què li ve de gust explorar.

- Què us han generat els capítols llegits?
- Heu viscut alguna situació similar a les que apareixen als llibres, sigui com a persona aliena, sigui en primera persona? Com us va sentir?
- Creus que la classe es dona algun dels tipus de discriminació o dinàmica similar?
- Què creus que podries fer tu perquè no passi?
- Què demanaries al grup que fes perquè no continuï passant?

És possible que surtin temes que vagin més enllà que els descrits a l'inici, com pot ser la relació amb família, processos migratoris, autopercepció, assetjament escolar...

La importància dels cercles de paraula és generar un espai de confiança i seguretat i generar noves dinàmiques d'escolta i entesa entre l'alumnat.

### **Material**

- Llibre "Dilluns ens estimaran"
- Objecte de paraula pel cercle

## Bibliografia complementària

### Secundària

- Boluda, A. (2017). Res a amagar. Tabarca Llibres.*
- Casquet, N (2019) Mala Mujer. Lunweg.*
- Callao, C i De Prada, C. (2021) Encantada de conoerme. Zenith.*
- Climent, M. (2021). No hi havia a València... Sembra Llibres.*
- Dolera, L. (2020). Morder la manzana. Booket.*
- Joy, S. (2019) La paraula més sexi és sí. L'altra editorial*
- Ngozi, C. (2019) Querida Ijeawele. Como educat en el feminismo. Literatura Random House*
- Oseman, A. (2020). Heartstopper 2 : la meva persona favorita (L. Delgado Picó, Trans.). fanbooks.*
- Oseman, A. (2020). Heartstopper 3: Un pas endavant (L. Delgado Picó, Trans.). fanbooks.*
- Oseman, A. (2021). Heartstopper 4. Més que paraules (L. Delgado, Trans.). fanbooks.*
- Pérez, M., Baldi, P. i Gómez, R. (2012) Sex-Crets: Els secrets d'un aprenentatge. Octaedro*
- Satrapi, M. (2000) Persepolis. Reservoir books*
- Springora, V. (2020) El consentimiento. Lumen*
- Torrón, M. i Torrón C. (2022) El teu cos mola. Montena.*
- Vendetta, L. (2018) ¿Qué pacha mama?. Lumen*
- Villanueva, M. (2021) Semidèntics. Angle editorial*

## Annex



## FITXA 1- MINIDIARI DE LA TEVA ADOLESCÈNCIA (LA REGLA MOLA)

extret del llibre "La regla mola, si saps com funciona" d'Anna Salvia Ribera i Cristina Torrón Villalta

En aquest darrer capítol et proposo fer un mini diari de la teva adolescència. Aquest diari et serveix perquè apuntis els canvis que viuràs durant tota aquesta etapa. Així sabràs a tota hora en quin moment d'aquesta meravellosa transformació et trobes i entendràs què et passa.

Omple els espais en blanc explicant els canvis que experimentes i posa-hi la data cada vegada que comencis a escriure.

### ELS PRIMERS CANVIS

#### Els pits

1. Apareix el botó mamari.

Pit dret	Pit esquerre
----------	--------------

2. Comença a créixer la resta del pit.

Pit dret	Pit esquerre
----------	--------------

#### El pèl

1. Pubis

Pèl vellutat i llarg
----------------------



Pèl fosc i arrissat

2. Aixelles

3. Cames i braços

4. Altres

Canvis als cabells

Primers granets i barbs

L'arrodoniment



L'estirada

L'olor corporal

Els organs sexuals

*enganxa aquí una foto de quan  
vas experimentar els primers canvis*

## **EL PRIMER FLUIX VAGINAL**

Apareix flux de porta tancada

Apareix flux de porta oberta

Apareix flux rosat, vermell o marró esporàdicament

Com són les noves sensacions que perceps al baix ventre?

Com t'agradaria celebrar la menarquia?



### **LA PRIMERA REGLA**

Com ha estat la menarquia?

Com ho has celebrat?

*enganxa aquí una foto de quan  
et va venir la menarquia*

*enganxa aquí una foto de  
la celebració de la menarquia*



## **ELS PRIMERS ANYS CÍCLICS**

Els pits

El pèl

Els cabells i la pell

L'arrodoniment

L'estirada

Els òrgans sexuals

Com estan canviant les emocions?

I la teva manera de pensar?

I la relació amb la teva família?

I amb les amigues i els amics?

I les coses que t'agrada fer?

I el desig i l'enamorament?

*Enganxa aquí una foto d'uns quants  
anys després de la menarquia*

## **FITXA 2- MINIDIARI DE LA TEVA ADOLESCÈNCIA (EL SEMEN MOLA)**

*extret del llibre "El semen mola, pero necesitas saber cómo funciona" d'Anna Salvia Ribera i Cristina Torrón Villalta*

En aquest darrer capítol et proposo fer un mini diari de la teva adolescència. Aquest diari et serveix perquè apuntis els canvis que viuràs durant tota l'adolescència. Així sabràs en tot moment en quin punt d'aquesta meravellosa transformació et trobes i entendràs què et passa.

Omple els espais en blanc explicant els canvis que estàs experimentant i posa-hi la data cada vegada que comencis a escriure.

### **ELS PRIMERS CANVIS**

Els testicles

L'escrot





El penis

El pit

El pèl

1. Pubis

Pèl vellutat i llarg

Pèl fosc i arrissat

2. Aixelles

3. Cara

4. Cames, braços, mans i peus

5. Altres



Canvis als cabells

Primers granets i barbs

La veu i la nou

La forma del cos

L'estirada

L'olor corporal



*enganxa aquí una foto de quan  
vas experimentar els primers canvis*

### **LA PRIMERA EJACULACIÓ**

Com a sigut la teva espermarquia?

Com ho has celebrat?

*enganxa aquí una foto de quan  
et va venir l'espermarquia*



*enganxa aquí una foto de  
la celebració de l'espermarquia*

### **ELS PRIMERS ANYS FÈRTILS**

Els pèl

Els cabells i la pell

La forma del cos



L'estirada

La veu i la nou

Els òrgans sexuals

El líquid preseminal

Com estan canviant les teves emocions?

I la teva manera de pensar?



I la relació amb la teva família?

I amb les teves amigues i els amics?

I les coses que t'agrada fer?

I el desig i l'enamorament?

*Enganxa aquí una foto d'uns quants  
anys després de l'espermarquia*

