

Dinámica

Campaña 8M: Día Internacional de la mujer Video de sensibilización: 'En voz alta'

Objetivos

- Reflexionar sobre el papel de las mujeres referentes en la sociedad.
- Identificar valores y actitudes inspiradoras en las mujeres del video.
- Fomentar la autoestima entre las y los participantes.
- Promover la igualdad de género y el respeto hacia las mujeres.

Materiales

- Papel y bolígrafos para cada participante.
- Tarjetas o post-it.
- Pizarra o papelógrafo.
- Marcadores.

Duración

60 minutos (aproximadamente).

8 Marzo 2025



Desarrollo de la actividad

INTRODUCCIÓN

Breve reflexión inicial: Pregunta al grupo qué les ha parecido el video y qué emociones o ideas les ha generado.

Explica que la actividad consistirá en identificar qué mujeres les han inspirado en sus vidas y cómo pueden aplicar esos valores en sus propias vidas.

ACTIVIDAD PRINCIPAL: "CONSTRUYENDO REFERENTES"

1. Identificación de valores

Pide a las y los participantes que piensen en las mujeres que aparecieron en el video y que escriban en un papel:

¿Qué valores o cualidades destacan de esas mujeres? (Por ejemplo: valentía, constancia, solidaridad, hacer lo que te gusta, etc.).

¿Qué acciones o logros de esas mujeres les han impactado más?

Comparte algunas respuestas en grupo y anótalas en la pizarra.

2. Tu inspiración

Entrega a cada participante una tarjeta o post-it y pídeles que escriban:

Una meta que les gustaría alcanzar en su vida y qué valor de los mostrados en el vídeo puede ser útil para lograrlo.

Si se sienten cómodos, pueden compartir sus metas con el grupo.

3. Mural

Crea un mural en la pared o en un papelógrafo con el título: "Mujeres que inspiran".

Pide a las y los participantes que peguen sus tarjetas o post-it en el mural.

Juntos podéis leer algunas de las metas y valores escritos, y reflexionar sobre cómo pueden apoyarse mutuamente para alcanzarlos o dónde buscar apoyos.

CIERRE: COMPROMISOS

Reflexión final:

Pregunta al grupo: ¿qué barreras creen que pueden encontrarse las mujeres por el hecho de ser mujeres a la hora de conseguir sus metas?

Anima a las y los participantes a pensar en pequeñas acciones diarias que les ayuden a crecer y a superar obstáculos en igualdad.

Compromiso simbólico:

Pide a cada participante que escriba en un papel una acción concreta que se comprometan a realizar durante la próxima semana para trabajar en su aspiración o para apoyar a otras chicas de su entorno.

Pueden guardar este papel como recordatorio personal o colocarlo en un espacio visible del centro.

Notas adicionales:

Adapta la dinámica según las edades y necesidades específicas de las y los participantes.

Fomenta un ambiente seguro y respetuoso, donde todas las opiniones sean valoradas.