



PROYECTO TOTedu

PROFESORA: Rocío Arráez González

CENTRO: IES Mediterráneo (Torrevieja)



Día Internacional por la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres – Grupos interactivos: tipos de violencia contra las mujeres

Cursos participantes

La actividad se llevará a cabo en los grupos de 4º de ESO y Bachillerato.

Descripción general

Con motivo del 25 de noviembre, Día Internacional por la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, se desarrollará esta actividad educativa con el objetivo de sensibilizar al alumnado sobre los diferentes tipos de violencia contra las mujeres y fomentar la reflexión crítica, la prevención y la promoción de relaciones saludables basadas en la igualdad y el respeto. La actividad se llevará a cabo mediante cuatro grupos interactivos, en los que se trabajarán distintos tipos de violencia:

1. Violencia simbólica a través de la presión estética
2. Ciber-violencias
3. Violencia sexual
4. Violencia de género en la pareja

Cada grupo realizará dinámicas participativas diseñadas para favorecer la comprensión de conceptos clave, la identificación de conductas de riesgo y la reflexión sobre roles de género y relaciones afectivas saludables.

Necesidades detectadas

El alumnado requiere espacios de reflexión y educación emocional que les permitan:

- Identificar conductas y situaciones de violencia, tanto visibles como sutiles, en distintos ámbitos de su vida cotidiana.
- Desarrollar un pensamiento crítico frente a los mensajes de desigualdad, presión estética, relaciones de control y violencia sexual.
- Conocer herramientas y estrategias para prevenir, denunciar y actuar ante situaciones de violencia.
- Comprender cómo la educación y los roles de género influyen en la percepción, tolerancia y vivencia de la violencia.

Objetivos de la actividad

- Sensibilizar al alumnado sobre los diferentes tipos de violencia contra las mujeres, incluyendo violencia física, psicológica, sexual, simbólica y en el ámbito digital.
- Facilitar la identificación de señales de alerta en relaciones interpersonales y entornos digitales.
- Promover la reflexión sobre los efectos de los roles de género, la presión social y el mito del amor romántico en las relaciones afectivas.
- Fomentar la participación activa del alumnado en dinámicas de grupo para desarrollar habilidades de análisis crítico, diálogo y colaboración.
- Impulsar la educación en igualdad y la prevención de la violencia desde una perspectiva inclusiva y respetuosa.

Organización y desarrollo

La actividad se desarrollará mediante grupos interactivos, una metodología basada en el aprendizaje dialógico, reconocida por su eficacia educativa. Se desarrollará en 3 sesiones de tutoría:

Sesión 1	<ul style="list-style-type: none"> – Se presentará una presentación sobre los diferentes tipos de violencia contra las mujeres. – Se explicará el funcionamiento de los grupos interactivos. – Se dividirá la clase en 4 grupos heterogéneos para garantizar la participación equitativa y la mezcla de alumnado con distintos niveles, intereses y orígenes. <p>Enlace presentación: https://www.canva.com/design/DAG1-NYBV2M/mU-P5bsBLZTJkOKHHE7YJQ/view?utm_content=DAG1-NYBV2M&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=unique&utm_id=hcffd50b4e7</p>
Sesión 2	<ul style="list-style-type: none"> – Desarrollo de los grupos interactivos en el aula de usos múltiples. – Cada grupo trabajará un tipo de violencia: <ul style="list-style-type: none"> 1. Ciber-violencias 2. Violencia simbólica a través de la presión estética 3. Violencia sexual 4. Violencia de género en la pareja – La rotación por cada grupo será de aproximadamente 11-12 minutos, permitiendo que todo el alumnado participe en las cuatro dinámicas. – Cada grupo contará con un profesor voluntario que dinamizará la actividad, promoviendo el diálogo, la colaboración y la reflexión, sin necesidad de ser experto en el tema.
Sesión 3	<ul style="list-style-type: none"> – Evaluación de los grupos interactivos y de la adquisición de competencias mediante un formulario. – Se evaluará principalmente la competencia ciudadana y la competencia personal, social y de aprender a aprender, reflejando cómo el alumnado ha interiorizado los conceptos y reflexionado sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género. <p>Enlace cuestionario: https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=FBHdc33vx0CGaVadMufim9WxDqjH8_NPp-tyHyla08FUMU1QSIE0SU1CRVNXWDdIN0QzWkxJTU1UQy4u</p>

Metodología

La actividad se realizará mediante grupos interactivos, una metodología basada en el aprendizaje dialógico, reconocida por su eficacia educativa y utilizada habitualmente en Comunidades de Aprendizaje, aunque puede aplicarse en cualquier centro educativo.

Características de los grupos interactivos:

- El aula se organiza en **grupos heterogéneos**, mezclando alumnado con distintos niveles, intereses y orígenes. En este caso, se dividirá cada clase en 4 grupos, de manera que cada grupo trabaje un tipo de violencia:
- Cada grupo realiza una **actividad cooperativa**, fomentando que todos los alumnos participen por igual y se ayuden entre ellos. Para ello, los turnos de participación rotan alumno por alumno.
- Cada grupo cuenta con un profesor/a voluntario/a que dinamiza la actividad, promoviendo el diálogo, la colaboración y la reflexión, sin necesidad de ser experto en el tema.
- El alumnado rota por las distintas actividades, mientras el profesorado permanece en su mesa para guiar cada dinámica.

Esta metodología permite que el alumnado interactúe activamente, participe de manera equitativa y reflexione sobre los contenidos. Además, facilita la detección de conceptos clave, la identificación de conductas de riesgo y la discusión sobre roles de género y relaciones afectivas saludables, promoviendo un aprendizaje significativo y vivencial.

Recursos y personal implicado

- El **tutor o tutora** del grupo, encargado de la coordinación general durante la hora de tutoría.
- El **equipo de orientación**, que apoyará la preparación de materiales y la supervisión de las dinámicas.
- **Profesorado voluntario**, que dinamizará los grupos interactivos, guiando las actividades y facilitando la reflexión y el debate en torno a cada tipo de violencia.

Enlace carpeta con los materiales: [Material actividad TOTEDU 25N](#)

❖ Explicación de los grupos interactivos

Grupo interactivo 1. Violencia simbólica a través de la presión estética

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Identificar la presión estética como una forma de violencia simbólica que afecta especialmente a las mujeres.- Reflexionar sobre los cánones de belleza impuestos socialmente y cómo estos influyen en la autoestima y en la percepción del propio cuerpo.- Desarrollar una actitud crítica ante los mensajes que promueven modelos de belleza inalcanzables o perjudiciales para la salud.
Desarrollo	1. Clasificación de los cánones de belleza (5-6 min): Cada participante recibirá por turno un taco de tarjetas, en las que se describen diferentes cánones de belleza (por ejemplo: "piel sin arrugas", "labios voluminosos", "delgadez extrema", "cuerpo musculado", etc.). Cuando el taco llegue a cada persona, deberá coger la tarjeta que le haya tocado y colocarla en un panel, eligiendo si considera que ese canon está asociado socialmente a lo masculino

	<p>o a lo femenino. Aunque la decisión es individual, se anima al grupo a ayudarse y comentar los casos dudosos, favoreciendo la reflexión compartida.</p> <p>Al finalizar, el panel mostrará que los cánones de belleza femeninos son mucho más numerosos que los masculinos, evidenciando la mayor presión estética que recae sobre las mujeres.</p> <p>2. Análisis de los cánones: naturales y saludables o artificiales y perjudiciales (3-4 min): Con el panel completo, el grupo observará los cánones y los analizará de forma conjunta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con un rotulador verde, rodearán los cánones que pueden alcanzarse de manera natural y saludable (por ejemplo: mantener una buena higiene, hacer ejercicio, cuidar la alimentación). • Con un rotulador rojo, marcarán aquellos cánones que solo pueden conseguirse mediante métodos artificiales o perjudiciales para la salud, como cirugías estéticas, filtros digitales, dietas extremas o uso de productos químicos. <p>Este paso permitirá visualizar cómo la mayoría de los cánones femeninos son más exigentes y menos saludables, reforzando la idea de desigualdad en la presión estética.</p> <p>3. Reflexión final guiada (3-4 min): La persona dinamizadora promoverá una breve puesta en común a partir de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién creéis que sufre más presión por cumplir con los cánones de belleza: las mujeres o los hombres? ¿Cómo afecta esa presión a la autoestima? • ¿Podéis mencionar ejemplos de cómo los medios de comunicación o las redes sociales refuerzan estos cánones? • Si mañana las mujeres se despertaran y decidieran que les gustan sus cuerpos tal y como son, ¿cuántas empresas creéis que quebrarían? ¿Pensáis que hay compañías que se benefician de nuestros complejos? • Cuando alguien se somete a operaciones o tratamientos para cumplir con estos cánones, ¿creéis que lo hace totalmente libre o existe una presión social detrás? <p>Esta reflexión busca que el alumnado reconozca cómo la presión estética es una forma de violencia simbólica que afecta especialmente a las mujeres, promoviendo la empatía, la conciencia crítica y la autoestima positiva.</p>
Duración	11-12 minutos

Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Taco de tarjetas con diferentes cánones de belleza: Tarjetas G.I.1-Presión estética.pdf - Goma adhesiva azul (Blu-Tack o similar) para fijar las tarjetas en el panel. - Panel para la clasificación (masculino/femenino). - Rotuladores de colores (verde y rojo). - Documento de apoyo para el dinamizador/a con ejemplos de cánones y guía para la reflexión final: Instrucciones G.I-1 Presión estética.pdf <p>Enlace carpeta con los materiales: G11 - Violencia simbólica a través de la presión estética</p>
-------------------	---

Grupo interactivo 2. Ciber-violencias	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer, identificar y prevenir las diferentes formas de ciber-violencia de género. - Reflexionar y desarrollar una mirada crítica sobre comportamientos y situaciones que pueden producirse en el entorno digital. - Promover el uso responsable y seguro de las redes sociales, fomentando la denuncia y el apoyo ante situaciones de violencia en línea.
Desarrollo	<p>1. Identificación de las ciber-violencias (3 min): El grupo recibirá un documento resumen con las definiciones de distintos tipos de ciber-violencias, como: <i>grooming</i>, <i>memes machistas</i>, <i>sextorsión</i>, <i>ghosting</i>, <i>negging</i>, <i>gaslighting</i>, <i>ciberstalking</i>, <i>porno venganza</i>, <i>haunting</i>, <i>curving</i>, <i>sexting</i>, <i>orbiting</i>, <i>doxxing</i>, <i>sexpredding</i>, <i>ciberflashing</i> (o <i>dick pic</i>), <i>slut shaming</i> y <i>deepnudes</i>. De forma conjunta, se comentarán brevemente algunos de estos conceptos para asegurar su comprensión.</p> <p>2. Juego del “Memory” de las ciber-violencias (6 min):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se colocan todas las cartas boca abajo sobre la mesa. - Por turnos, cada participante levantará dos cartas intentando formar parejas (concepto–definición). - Si no acierta, deberá volver a colocarlas boca abajo, tratando de recordar su posición. - Si acierta, conserva la pareja y realiza otro turno. - El juego continúa hasta que se descubran todas las parejas. Gana quien más parejas haya conseguido. <p>3. Clasificación de las ciber-violencias: actos delictivos y no delictivos (2 min): Con las tarjetas del memory ya descubiertas, el grupo deberá clasificarlas sobre la mesa en dos categorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Actos delictivos</u>: conductas tipificadas como delitos según la legislación actual.

	<ul style="list-style-type: none"> • Conductas no delictivas: acciones que, aunque no constituyan delito, suponen formas de violencia o discriminación digital. <p>El profesorado dinamizador del grupo interactivo dispondrá de un documento de referencia para orientar la clasificación y guiar el breve debate final sobre la importancia de reconocer y actuar ante ambas formas de violencia.</p>
Duración	11-12 minutos
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Documento con definiciones de conceptos sobre ciber-violencias. - Cartas del memory (concepto–definición): Tarjetas G.I.2-Ciber-violencia.pdf - Documento de apoyo para el profesorado (con clasificación orientativa de actos delictivos y no delictivos): Instrucciones G.I-2 Ciber-violencia.pdf <p>Enlace carpeta con los materiales: GI2 - Ciber-violencia</p>

Grupo interactivo 3. Violencia sexual

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer las señales que diferencian una relación sexual deseada y segura de una que es no deseada o peligrosa. - Comprender que el consentimiento no siempre garantiza el deseo y que puede estar condicionado por la presión, el miedo o la manipulación. - Fomentar el respeto hacia los límites propios y ajenos, promoviendo relaciones afectivas y sexuales basadas en la igualdad, el deseo mutuo y la libertad personal.
Desarrollo	<p>1. Clasificación de situaciones: relaciones deseadas y seguras o no deseadas y peligrosas (7-8 min): El grupo recibirá un taco de tarjetas con la descripción de diferentes situaciones relacionadas con relaciones sexuales o afectivas. Algunos ejemplos podrían ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Hablan sobre lo que les gusta, les apetece o les incomoda.” • “La otra persona está tensa, nerviosa o incómoda.” <p>Cada participante, por turno, tomará una tarjeta y deberá colocarla en un panel común, clasificándola en una de las dos columnas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relación sexual deseada y segura. • Relación sexual no deseada y peligrosa. <p>Aunque la decisión es individual, se fomentará la colaboración y el diálogo entre los miembros del grupo para debatir los casos más complejos y llegar a un consenso.</p>

	<p>Este ejercicio busca ayudar al alumnado a identificar señales de respeto y cuidado mutuo frente a actitudes que implican coacción, presión o ausencia de deseo real.</p> <p>2. Reflexión final guiada (3 -4 min): Una vez completado el panel, la persona dinamizadora guiará una breve reflexión grupal a partir de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Tener pareja implica que una persona deba mantener relaciones sexuales siempre que la otra lo desee? • ¿Existe una edad en la que se considere que una persona “debe” empezar a tener relaciones sexuales? • ¿La libertad sexual consiste en mantener muchas relaciones o en poder decir “no” y que esa decisión se respete sin presión ni consecuencias negativas? • ¿De qué manera los amigos, las redes sociales o la presión del grupo pueden influir en que una persona acceda a mantener relaciones sexuales que realmente no desea? <p>El objetivo de esta reflexión es visibilizar cómo la violencia sexual puede estar presente incluso en contextos donde aparentemente hay consentimiento, promoviendo una educación sexual basada en el deseo, el respeto y la autonomía personal.</p>
Duración	11-12 minutos
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Taco de tarjetas con diferentes situaciones relacionadas con relaciones sexuales: Tarjetas G.I.3-Violencia sexual.pdf - Panel para la clasificación (relación deseada y segura / relación no deseada y peligrosa). - Goma adhesiva azul (Blu-Tack o similar) para fijar las tarjetas en el panel. - Documento de apoyo para el dinamizador/a con la clasificación orientativa de las tarjetas y pautas para guiar la reflexión final: Instrucciones G.I.3-Violencia sexual.pdf - Fuente: Situaciones adaptadas del libro “Eso no es sexo”, de Marina Marroquí. <p>Enlace carpeta con los materiales: GI3 - Violencia sexual</p>

Grupo interactivo 4. Violencia de género en la pareja

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar conductas que forman parte de la violencia de género dentro de una relación de pareja. - Reconocer que la violencia de género no aparece de forma repentina, sino que se desarrolla de manera progresiva a través de diferentes grados o “escalones de la violencia”.
------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - Comprender cómo la educación y los roles de género influyen en la manera en que chicos y chicas viven, perciben y reaccionan ante la violencia en sus relaciones. - Fomentar la reflexión sobre cómo detectar señales tempranas de control, manipulación o maltrato en las relaciones afectivas
Desarrollo	<p>1. Identificación y ordenación de conductas (7-8 min): El grupo recibirá un taco de tarjetas con distintas conductas que representan situaciones de violencia de género en la pareja, inspiradas en el termómetro de la violencia de Marina Marroquí. Ejemplos de tarjetas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Revisa el móvil de su pareja o le pide sus contraseñas.” • “Insulta o humilla para hacer sentir inferior a la otra persona.” <p>Entre todas las personas del grupo deberán ordenar las tarjetas en una escala, desde la conducta que consideren menos grave hasta la que consideren más grave.</p> <p>El objetivo es que comprendan cómo la violencia puede comenzar con actitudes aparentemente “pequeñas” o normalizadas, que poco a poco aumentan en gravedad hasta llegar a formas de maltrato psicológico o físico. Esta dinámica permite visualizar el proceso de escalada de la violencia, promoviendo la detección precoz y la prevención de relaciones abusivas.</p> <p>2. Reflexión sobre la diferencia de género (3 - 4 min): Una vez ordenadas las tarjetas, la persona dinamizadora conducirá una reflexión grupal a partir de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “¿Las chicas también pueden ejercer violencia sobre los chicos?” <p>El grupo probablemente responderá que sí, y es importante confirmar que efectivamente las chicas también pueden ejercer comportamientos violentos. Sin embargo, se explicará que la diferencia radica en la educación y los roles de género:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los chicos, al haber sido educados en la independencia emocional y en el rechazo a mostrar vulnerabilidad, suelen detener la relación o abandonarla antes de seguir subiendo escalones de la violencia. - En cambio, las chicas, educadas en el mito del amor romántico, tienden a justificar el comportamiento del chico, pensar que “él cambiará”, que “ella puede ayudarlo” o que “sin él no puede vivir”. <p>Esta diferencia hace que las chicas suban más escalones del termómetro de la violencia y permanezcan más tiempo en relaciones dañinas.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • “¿Por qué algunas chicas se permiten estas conductas de violencia, no abandonan la relación y siguen subiendo escalones de maltrato?” <p>Para explicarlo, se utilizará la metáfora de la rana en la olla: Si se mete una rana en agua hirviendo, saltaría inmediatamente y escaparía. Pero si el agua se calienta muy lentamente, la rana se adapta sin percibir el peligro hasta que ya es demasiado tarde.</p> <p>En las relaciones de maltrato ocurre algo similar: el maltrato no aparece de golpe. La persona que ejerce violencia mezcla conductas negativas con momentos de atención, cariño o halagos, lo que genera dependencia emocional y hace que la víctima tolere conductas que en otras circunstancias rechazaría. Al principio, todo parece “normal” o incluso agradable, pero poco a poco las conductas violentas se vuelven más frecuentes y graves. Cuando la víctima finalmente se da cuenta de que algo va mal, ya está atrapada emocionalmente, confundida por los momentos de afecto y con dificultad para “saltar de la olla”.</p> <p>Es importante recalcar que esto no es culpa de la víctima. La tolerancia a estas conductas es el resultado de un proceso gradual, manipulación emocional y dependencia, no de elección consciente.</p>
Duración	11-12 minutos
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> - Taco de tarjetas con diferentes conductas basadas en el termómetro de la violencia de Marina Marroquí: Tarjetas escalones de la violencia.pdf - Documento de apoyo para el dinamizador/a con el orden orientativo de las conductas y pautas para guiar la reflexión final, basadas en la historia de Pepa y Pepe de Carmen Ruiz Repullo: Instrucciones G.I.4-Violencia de género.pdf <p>Enlace carpeta con los materiales: GI4 - Violencia de género en la pareja</p>

❖ Seguimiento y evaluación

Instrucciones para la evaluación de la Competencia Ciudadana (CC)

- **Finalidad:** evaluar el grado de adquisición de la competencia ciudadana por parte del alumnado tras la participación en la actividad “25N – Grupos interactivos: tipos de violencia contra las mujeres”, a través de un cuestionario que integra conocimientos, valores y actitudes trabajados en los cuatro grupos interactivos.

- **Estructura del cuestionario:** el cuestionario consta de 19 ítems distribuidos en 5 bloques, cada uno asociado a distintos descriptores de la competencia ciudadana:

Enlace cuestionario:

https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=FBHdc33vx0CGaVadMufim9WxDqjH8_NPp-tyHyla08FUMU1QSIE0SU1CRVNXWDdlN0QzWkxJTU1UQy4u

Bloque	Contenido trabajado	Descriptor operativo relacionado con la CC
1. Identidad, empatía y respeto	Violencia simbólica / presión estética	CC1
2. Ciudadanía digital y prevención	Ciber-violencias	CC2
3. Consentimiento, autonomía y respeto mutuo	Violencia sexual	CC3
4. Violencia de género en la pareja	Relaciones saludables y prevención	CC2 + CC3
5. Compromiso ético y acción ciudadana	Reflexión final y actitudes personales	CC1, CC2, CC3

Cada pregunta tiene una única respuesta correcta.

- Preguntas 1–18 → 4 puntos cada una.
- Pregunta 19 (autoevaluación personal) → de 1 a 4 puntos, según la opción elegida.

Puntuación máxima total: 76 puntos.

- **Conversión de la puntuación en niveles de competencia ciudadana**

Puntuación total	Nivel de adquisición	Descripción del desempeño
68 – 76 ptos	Alto (Excelente)	Demuestra una comprensión profunda de las distintas formas de violencia. Muestra compromiso activo con la igualdad, empatía y coherencia con los valores democráticos.
55 – 67 ptos	Medio (Adecuado)	Reconoce las formas de violencia y desigualdad, mostrando respeto y empatía. Su reflexión y compromiso son positivos, aunque aún pueden consolidarse.
38 – 54 ptos	Básico (En proceso)	Identifica algunas situaciones de violencia y muestra sensibilidad hacia la igualdad, pero con cierta falta de claridad o profundidad en sus respuestas.
0 – 37 ptos	Inicial (Insuficiente)	Presenta comprensión limitada del tema o justifica actitudes poco adecuadas. Muestra escaso desarrollo de empatía o pensamiento crítico.

- **Cálculo de la nota final (de 0 a 10):** para reflejar la adquisición de la competencia en formato numérico:

$$\text{Nota final (0 – 10)} = \frac{\text{Puntuación obtenida}}{7,6}$$

Ejemplos:

70 puntos → $70 / 7,6 = 9,2$ → Nivel alto.

60 puntos → $60 / 7,6 = 7,9$ → Nivel medio.

42 puntos → $42 / 7,6 = 5,5$ → Nivel básico.

- **Interpretación pedagógica:** El cuestionario permite valorar tres dimensiones de la competencia ciudadana:
 1. **Saber** → Comprensión de conceptos como presión estética, consentimiento o ciberacoso.
 2. **Saber ser** → Empatía, respeto y compromiso con la igualdad y los derechos humanos.
 3. **Saber convivir** → Participación responsable y actitudes democráticas en el entorno social y digital.