

# PROPUESTA 25.N

## CUIDAR ES OTRA COSA

**CURSOS:** TODA LA PRIMARIA de 1º a 6º

**SESIONES:** 2 sesiones de ¾ de hora. Mejor continuas.

### MATERIAL:

- Cartas de la propuesta, facilitadas por el grupo feminista a cada nivel (primaria).
- Anexo de cada carta con su historia, facilitado por el grupo feminista a cada nivel (primaria), pinturas a elegir por el tutor/a del material de aula, ceras, de madera, témpera, etc...papel continuo grande para que se puedan distribuir por grupos de trabajo de aula o todo el grupo, a pautar por el tutor/tutora.
- Se recomienda utilizar de fondo música relajante o cualquier instrumento que se tenga como cuenco tibetano, cascabeles, llamador de hadas...
- Pared y chinchetas para exponer la producción en el pasillo más cercano al aula.

### OBJETIVO

- Conocer y experimentar que es "cuidar", tomando consciencia de los términos "**saber y elegir cuidarme y saber y elegir cuidar al otro/a**".
- Fortalecer la conciencia personal y ciudadana sobre los cuidados como eje central de nuestras vidas y sociedades.
- Cuestionar con la reflexión el modelo capitalista patriarcal que genera injusticias y desigualdad de género por la falta de corresponsabilidad en los cuidados. Con cuidados nos referimos a aquellas **actividades imprescindibles para al mantenimiento de la vida**, a la sostenibilidad social tanto en un plano físico como emocional, por ejemplo **atender, escuchar, gestionar el presupuesto del hogar, consolar, enseñar, asistir a las personas enfermas o dependientes, acompañar en la muerte, parir, criar, alimentar, cocinar, lavar, coser, sanar, reciclar, reutilizar**, generarredes de cuidados colectivos, asistir a manifestaciones o participar en actividades para mejorar los derechos humanos y la conservación del planeta, etc.
- Conseguir **integrar en nuestra vida** la necesidad de estos cuidados **desde edades tempranas** trabajándolos desde el colegio...

### DESARROLLO

**IMPORTANTE:** Se debe de plantear el desarrollo como una puesta en práctica de juego como experiencia lúdica, con un sentido consciente-reflexivo a través de la **visualización y relajación guiada y posteriormente la producción creativa.**

**1º PARTE:** Se **ELIGE** una o dos cartas de las proporcionadas y se lee la historia de dicha carta (la forma de elegir cartas y leer historias cada nivel o tutor/a decide: a través de votación a través de asamblea, a través de negociación...)

## **2º PARTE: VISUALIZACIÓN**

1. La maestra o maestro invita al grupo a cerrar los ojos, tomar una postura cómoda y respirar. Anuncia que se va a hacer un ejercicio de ojos cerrados y que hace falta un poco de tiempo para colocarse. Es importante dejar que el grupo tome el espacio suficiente para que los cuerpos no estén en contacto unos con otros y la postura sea cómoda (sentados/as tumbados/as boca arriba).
2. Primero se acompaña la colocación con la palabra, dando pautas para orientar la respiración ("imagínate que tu respiración llega hasta los pies y los llena de aire; poco a poco el aire sube por las piernas hasta las rodillas", y va subiendo hasta que el cuerpo entero se llene de aire).
3. Cuando se han relajado, propone una de las imágenes trabajadas a partir del cuento. Puede poner una misma imagen para todo el grupo o bien ofrecer que cada persona se sitúe en uno de los personajes del cuento.
4. Con la voz vamos situando al grupo en el centro de la escena que queremos investigar. "Imagínate que tú eres... Y estás...". No se trata de tener mucha información sobre el cuento, sino de ponerles en la situación y aportar preguntas:
  - - ¿Cómo es el sitio en el que estás? ¿Qué haya tu alrededor? -pausa-. ¿Cómo te sientes?
  - ¿Qué quieres hacer? -pausa-.
  - Allí donde estás, ves que se acerca alguien... ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■
  - ¿Quién es, cómo es? -pausa-. ¿Qué te dice?
  - **-pausa larga- Para ir terminado la visualización**
  - Esa criatura se despide; ves cómo se va marchando.
  - ¿Cómo te sientes con su marcha? -pausa-.
  - **Poco a poco abres los ojos y cuando se abren los ojos se hace la fórmula mágica.**

**3º PARTE: FORMULA MÁGICA:** todas/os a la vez, con las dos manos abiertas dan dos golpes suaves en el pecho al lado del **corazón**, diciendo "**Yo me cuido**"; después las manos se abren hacia fuera, y mirando a las **personas** que tiene a derecha e izquierda dicen: "**Yo te cuido**"; y con las manos una vez arriba y otra abajo (hacia el **cielo** y hacia la **tierra**) dicen: "**Yo lo cuido**".

- Esta fórmula se repite 3 veces.
- La maestra o maestro plantea al grupo preguntas:
  - **¿Quién me cuida a mí? ¿Cómo me cuidan?**
  - **¿Me gusta que me cuiden? ¿Cómo podemos cuidar? ¿A quién, o a qué?**
- Después, puede aclarar "**los cuidados son las cosas que hacemos para mantener la vida: cuidamos el cuerpo, el corazón, las relaciones y el mundo**").
- **El personaje que hemos trabajado ¿es un personaje que cuida, que descuida, o que necesita cuidado? ¿Qué cuidados da o recibe?**

**4º PARTE:** Damos un tiempo con el material de plástica, papel continuo y color en pequeño o gran grupo, para que cada cual proyecte de manera plástica lo que ha visualizado o sentido.

- En las obras resultantes pegaremos las fotografías.
- Las expondremos en los pasillos de arriba y abajo para que todo el alumnado de primaria se enriquezca de la experiencia, como lugar que podemos ver, mirar, interpretar... todos todas en nuestro cole.

## REFERENCIAS

**Esta propuesta es una adaptación.**

*La idea de este taller y las personas que lo desarrollan pertenecen InteRed y han sido realizadas desde un proceso colaborativo con profesorado, voluntariado y representantes de ONGD y financiado por la Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo. Para descargar e investigar más la propuesta y el material puedes usar el siguiente enlace*

<https://intered.org/es/recursos/cuidar-es-otra-historia>

*La guía didáctica se puede descargar en este enlace y se adjunta al final de esta ficha*

