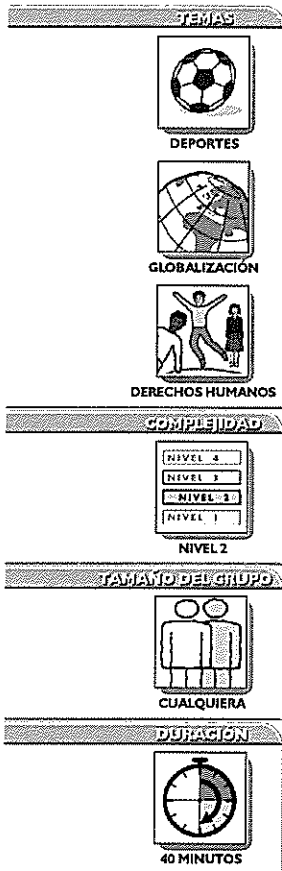


Sólo un minuto

Hablad durante "sólo un minuto", sin vacilar, sin repeticiones.



Temas	Deportes, Globalización, Derechos humanos
Complejidad	Nivel 2
Tamaño del grupo	Cualquiera
Duración	40 minutos
Perspectiva general	En esta actividad los participantes tienen que ser rápidos y creativos para hablar durante un minuto sobre la relación entre los deportes y los Derechos Humanos.
Derechos relacionados	Todos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Compartir conocimientos sobre deportes y Derechos Humanos ▪ Comprender cómo están unidos entre sí los Derechos Humanos y por qué son indivisibles ▪ Desarrollar la confianza en uno mismo para expresar las propias opiniones.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Declaraciones, una por participante ▪ Un sombrero ▪ Un reloj con cronómetro o con segundero
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Haz copias de la hoja de las declaraciones y recórtalas. ▪ Dobra las tiras de papel y colócalas dentro del sombrero.

Instrucciones

1. Pide a los participantes que se sienten formando un círculo.
2. Por turnos, pide a cada participante que introduzca la mano, sin mirar, en el sombrero y que saque una papeleta.
3. Los participantes tendrán cinco minutos para preparar un "discurso" de un minuto sobre la declaración que les ha tocado en la papeleta. Las reglas no permiten las vacilaciones ni las repeticiones.
4. En círculo, pide a cada persona que dé su "discurso".
5. Después de cada "discurso", podéis comentar el tema durante dos o tres minutos. Si los participantes tienen ganas de seguir debatiendo, toma nota del tema y diles que volveréis a él al final.
6. Cuando todo el mundo haya participado, retoma los temas que se hayan quedado pendientes.
7. Pasa a la reflexión y evaluación final.

Reflexión y evaluación final

Empieza comentando cómo ha ido la actividad y luego pasa a hablar de los temas tratados.

- ¿Ha sido difícil hablar sin parar durante un minuto sobre estos temas?



- ¿Cuáles han sido los temas más duros de argumentar y por qué?
- ¿Qué declaración ha sido la más controvertida y por qué?
- ¿Qué información ha sido la que más ha sorprendido a los participantes?

Fecha clave

7 de abril
Día Mundial de la Salud

Consejos prácticos para los facilitadores

Esta actividad trabaja a niveles muy diferentes y las cuestiones se pueden interpretar de muchas maneras. Es importante enfocarla desde el punto de vista de los jóvenes. Puedes aportar al debate elementos que les hagan reflexionar, pero sé consciente del peligro que supone dar la impresión de que estás esperando una "respuesta determinada".

Si crees que las declaraciones proporcionadas no interesan al grupo, escribe otras.

Anima a los participantes más reacios a participar. Proponles que hablen durante medio minuto o incluso veinte segundos, o diles que pueden hacer una prueba primero con algún compañero o que pueden hacer su "discurso" más tarde.

Variaciones

En grupos reducidos podéis hacer dos o más vueltas. Los participantes extraerán una papeleta por vuelta. Si estás trabajando con un grupo de más de quince personas, divídelo en dos subgrupos.

La técnica de extraer las declaraciones de un sombrero se puede adaptar a cualquier otro tema.

Sugerencias para el seguimiento

Si el grupo quiere seguir con el tema de los deportes y están animados, podéis hacer la actividad "Deportes para todos", en la página 220.

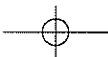
Si alguno de los otros temas ha despertado el interés de los participantes, dirígete al índice de actividades en la página 74 para buscar otras actividades sobre ese tema.

Ideas para la acción

Seleccionad uno de los temas para tratarlo y decidid el siguiente paso de la acción. Desarrollad un proyecto para seguir trabajando sobre el tema elegido. Uniros a alguna organización local que esté trabajando este campo. Utiliza este proyecto como una oportunidad de aprender y ayuda a los participantes a reflexionar sobre las habilidades de trabajo en grupo y las competencias de acción que han adquirido.

Información adicional

"Cómo se juega: la contribución del deporte a la promoción de los Derechos Humanos", Conferencia en Sydney del 1 al 3 de septiembre de 1999:
www.hrca.org.au/#sport_and_human_rights.



MATERIAL DE APOYO**Declaraciones**

<p>Deporte y Derechos Humanos en general</p> <p>¿Crees que Ronaldo es un buen representante de la "Fuerza para el Cambio: Campaña mundial contra el SIDA con gente joven?"</p>	<p>Deporte y medio ambiente</p> <p>Los campos de golf suelen ser criticados a menudo por no respetar tanto a las personas como al medio ambiente ya que a menudo se crean en tierras utilizadas por los lugareños para el cultivo o como bosques. Además, su mantenimiento requiere mucha agua, herbicidas y pesticidas. ¿Convierte este argumento al golf en un asunto de Derechos Humanos?</p>
<p>Deporte y Derechos Humanos en general</p> <p>Los atletas internacionales tienen que seguir un código de conducta. Aquellos que incumplen el código, por ejemplo, utilizando el acontecimiento deportivo para realizar una declaración política son penalizados. ¿Se trata de una negación del derecho personal a la libertad de expresión?</p>	<p>Deporte e igualdad de género</p> <p>Algunas personas dicen que hay pocas mujeres entre los mejores entrenadores y las personalidades del deporte debido a la discriminación de la mujer. ¿Estas de acuerdo? Si es así, ¿qué se puede hacer para evitarlo?</p>
<p>Deporte y Derechos Humanos en general</p> <p>La policía tiene el poder de impedir que los seguidores de fútbol de quienes sospechen que pueden provocar disturbios viajen a otros países para ver partidos. ¿Es una negación legítima de su derecho de movimiento y de asociación?</p>	<p>Deporte y globalización</p> <p>Las zapatillas de deporte así como muchos otros accesorios deportivos se fabrican a un coste muy bajo gracias a la explotación en Europa del Este y en Asia. Los trabajadores no quieren perder sus puestos de trabajo por lo que no quieren hacer huelgas. ¿Qué podemos hacer nosotros, como consumidores, para no contribuir en esta explotación?</p>
<p>Deporte e hijos</p> <p>¿Qué dirías tú a padres y entrenadores ambiciosos que obligan a sus hijos a entrenar durante horas interminables? ¿Quién debería tener derecho a decidir sobre la salud de los niños y sobre su tiempo libre?</p>	<p>Deporte y seguridad humana</p> <p>China tiene un expediente pobre en cuanto a Derechos Humanos. ¿Debería haber sido elegida para albergar los Juegos Olímpicos de 2008?</p>
<p>Deporte y ciudadanía</p> <p>Muchas personas nacen en un país, pero luego crean su hogar y se convierten en ciudadanos en un segundo país. Aún así, siguen apoyando al equipo nacional de su país de nacimiento y no al del segundo país. ¿A qué selección deberían apoyar?</p>	<p>Deporte y salud</p> <p>¿Qué se puede hacer localmente para combatir el uso de las drogas en los deportes?</p>
<p>Deporte y discriminación</p> <p>¿Hasta qué punto los Juegos Paralímpicos rompen con los prejuicios contra los minusválidos?</p>	<p>Deporte y medios de comunicación</p> <p>¿Crees que las cadenas de televisión tienen el derecho de comprar la cobertura exclusiva de un acontecimiento deportivo?</p>
<p>Deporte y discriminación</p> <p>¿Crees que es necesario comprobar el sexo de los atletas para asegurar una competición justa o crees que constituye una grave violación de la dignidad humana y del derecho a la privacidad?</p>	<p>Deporte y paz</p> <p>¿Hasta qué punto los deportes competitivos promueven la cooperación y la comprensión entre las personas?</p>
<p>Deporte y educación</p> <p>¿Crees que el deporte debe ser una materia obligatoria a lo largo de toda la escolarización?</p>	<p>Deporte y pobreza</p> <p>¿Crees que los políticos de tu país utilizan el deporte, o los acontecimientos deportivos, para entretener y distraer a la gente de los asuntos políticos y económicos?</p>
<p>Deporte y derechos sociales</p> <p>¿Crees que los deportistas profesionales deberían tener derechos similares a los de otros trabajadores como, por ejemplo, el derecho a formar sindicatos o el derecho a no ser despedidos injustamente?</p>	<p>Deporte y pobreza</p> <p>En muchos países, el deporte, pero sobre todo el fútbol, ofrece a las personas la posibilidad de salir de la pobreza. ¿Los países pobres deberían, por tanto, hacer más hincapié en el fútbol?</p>

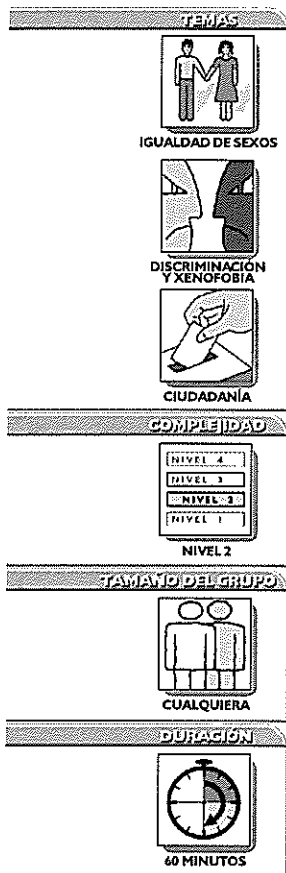
Heroínas y héroes

Si los leones hablaran, los cazadores nunca serían héroes

Temas	Igualdad de sexos, Discriminación y Xenofobia, Ciudadanía
Complejidad	Nivel 2
Tamaño del grupo	Cualquiera
Duración	60 minutos
Perspectiva general	Esta actividad consta de trabajo individual y por grupos, de reflexión y de debate sobre: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Heroínas y héroes como símbolos de socialización y de cultura ▪ Imágenes estereotipadas de heroínas y héroes.
Derechos relacionados	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Igualdad de derechos y de dignidad ▪ El derecho a las libertades sin distinción de género
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre cómo se enseña la historia y resaltar las diferentes perspectivas de un mismo acontecimiento y sus héroes y heroínas. ▪ Analizar críticamente sobre el significado de los héroes y heroínas que actúan como modelos y cómo las raíces de los estereotipos de género se asientan en nuestra historia, cultura y vida diaria.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Papel y bolígrafos. (Uno azul y otro rojo por participante; opcional, pero recomendable) ▪ Un bloc de papel de grandes dimensiones (tamaño pizarra) y rotuladores.

Instrucciones

1. Los participantes tienen cinco minutos para pensar cuál es la heroína o el héroe nacional (actual o de la historia) que más admiran.
2. Reparte las hojas y los bolígrafos y diles que dibujen dos columnas. En la primera columna tienen que escribir (con el bolígrafo rojo) los nombres de tres o cuatro heroínas y una breve descripción de quiénes son y qué han hecho por el país. En la parte inferior de la hoja tienen que escribir palabras clave que describan los rasgos personales de las heroínas.
3. Repite el mismo proceso (utilizando el bolígrafo azul) para tres o cuatro héroes. Esta información tiene que ir en la segunda columna.
4. Pide a los participantes que formen grupos reducidos de entre cinco y siete personas y compartan sus heroínas y héroes. Ahora deben llegar a un consenso y quedarse con las cuatro heroínas y cuatro héroes más admirados.
5. Reagrupa de nuevo a todos los participantes y escribe en el bloc de papel grande los nombres de todas las heroínas y héroes en dos columnas. Añade las palabras clave que describen las características personales.
6. Debate la lista de características y el uso de heroínas y héroes como modelos a imitar, así como si constituyen estereotipos de género. Luego pasa a la reflexión y evaluación final.





La siguiente tabla es un ejemplo de lo que un grupo en Ucrania hizo en el segundo paso:

Heroínas	Héroes
La princesa Olha, primera persona cristiana en Kyiv Rus (antiguo nombre de Ucrania)	El príncipe Volodymir Kyiv Rus (antiguo nombre de Ucrania) fue bautizado
Mujer joven, Roksalana, capturada por los turcos. Vivió en el harem de khan. Utilizó su posición para influir en la política.	Hetman Mazepa, luchador por la independencia
La poeta Lesya Ukrainka escribió sobre la identidad Ucraniana y la emancipación de la mujer	El poeta Shevchenko glorificó la libertad
Fuerte astuta blanda femenina poderosa bella	fuerte poderoso valiente coraje firme tenaz

Reflexión y evaluación final

Empieza repasando la actividad y lo que cada uno ha aprendido sobre los héroes y heroínas en los que han trabajado. Luego pasa a hablar sobre los estereotipos en general y sobre cómo influyen en la percepción y en las acciones de la gente.

- ¿Qué tipo de gente son las heroínas y los héroes? (¿Gente común, reyes, etc.?) ¿Qué han hecho? (¿Luchar, escribir poemas, etc.?) ¿Dónde habían oído hablar sobre ellos los participantes?
- ¿En qué se parecen y en qué se diferencian las dos listas de características?
- ¿Qué valores correspondían a las heroínas y a los héroes? ¿Se trataba de los mismos valores para ambos o había diferencias?
- ¿Qué entienden los participantes por la palabra "estereotipo"? ¿Cuánta verdad contienen los estereotipos? ¿Los estereotipos son siempre negativos?
- ¿Tú personalmente, y la sociedad en general, tenéis estereotipos y expectativas para hombres y mujeres?
- ¿Se sienten limitados los participantes por estas expectativas? ¿En qué medida?
- ¿La lista de características refleja los rasgos que muchos considerarían como características nacionales?
- ¿Hasta qué punto las barreras sociales y culturales son el resultado de una forma de pensar estereotipada?
- ¿De qué manera sufre la gente la negación de sus Derechos Humanos por culpa de los estereotipos de género?
- Las expectativas estereotipadas suelen actuar como barreras para hombres y mujeres y limitan sus elecciones y opciones en la vida. ¿Qué tipo de barreras de género han experimentado los participantes? ¿En casa, en la escuela, en lugares de ocio, en el trabajo, etc.?
- ¿Qué pueden hacer los participantes respecto a estas barreras? ¿Pueden identificar estrategias para romper con estas normas y valores culturales relacionados con la masculinidad y la feminidad?





Fechas clave Consejos prácticos para los facilitadores

- 8 de marzo**
Día Internacional de la mujer
- 3 de noviembre**
Día mundial del hombre
- Esta es una actividad muy interesante para hacer en un ambiente multicultural ya que el elemento cultural puede ser más evidente.
- En el quinto paso de las instrucciones deberías aceptar todas las contribuciones de los grupos y escribirlas en el bloc. Si alguien propone características como "femenina" o "masculino", acéptalas de momento y luego vuelve sobre ellas durante la evaluación para debatir el significado de estas palabras.

Variaciones

Cuando trabajes con participantes bastante jóvenes, puedes centrarte en heroínas y héroes sacados de tebeos, películas, estrellas de cine, deportistas, cantantes, etc. Puedes empezar la sesión leyendo tebeos y más tarde reflexionando sobre las características de los personajes. Si no, puedes poner pósters de cantantes o deportistas y pedir a los participantes que les escriban globitos o hagan dibujos. Si propones la pregunta "¿quiénes son tus heroínas y héroes?" de manera totalmente abierta, puede que te encuentres sorpresas interesantes para un debate fructífero.

Sugerencias para el seguimiento

Si el grupo quiere saber más sobre heroínas y héroes de los Derechos Humanos, realiza la actividad "Luchadores por los derechos" en la página 136.

Ideas para la acción

Haz una promesa personal en la que te comprometas a ser más consciente de los estereotipos en tu vida diaria, sobretodo de aquellos que pueden conducir al prejuicio, por parte de otros e (inadvertidamente!), por tu parte.

Información adicional

Un *estereotipo* es una generalización en la que las características de una parte de un conjunto se extienden a la totalidad. Por ejemplo, a los italianos les encanta la ópera, los rusos aman el ballet, los jóvenes que van vestidos de cuero negro y tienen motos son peligrosos y las personas que son negras vienen de África.

Puede haber confusión sobre las palabras sexo y género. Sexo se refiere a las diferencias biológicas entre los hombres y las mujeres, las cuales son universales y no cambian. Género se refiere a los atributos sociales que se aprenden o se adquieren durante la socialización como miembro de una comunidad determinada.

El *género*, por lo tanto, se refiere a los atributos, roles, actividades, responsabilidades y necesidades socialmente determinadas que están relacionados con ser hombre (masculino) y mujer (femenino) en una sociedad determinada en un momento determinado, y como miembro de una comunidad específica dentro de esa sociedad.

Fuente: Programa de Desarrollo de las Naciones Unidas (PNUD), el género en el programa de desarrollo, paquete de aprendizaje e información, programa de la corriente principal de género y puntos de entrada en el proyecto. Enero, 2001

