

**OBJETIVOS**

- Visibilizar los mensajes responsables de la presión estética y las consecuencias de estos en nuestra autopercepción y autoimagen.
- Concienciar sobre las diferencias que existen en estos mensajes, según sean para chicos o para chicas, evidenciando, sobre todo, las restricciones y el control ejercido sobre los cuerpos de las mujeres.
- Concienciar sobre el poder que mediante el control y regulación se ejerce sobre las mujeres a través de las exigencias estéticas.
- Visibilizar las contestaciones y las vivencias empoderadoras, diversas, que se llevan a cabo frente a las exigencias estéticas que genera el sistema de género.
- Reforzar estrategias y capacidades tanto individuales como colectivas, para reducir la presión y construir nuevos parámetros desde el respeto a la diversidad de cuerpos y estéticas.

**RECURSO  
AUDIOVISUAL****GUAPA  
(04:02 min)**

**Síntesis:** Una chica se está preparando, se está poniendo guapa para ir al encuentro de su novio. Pero cuando llega a la cita, a este no le gusta el aspecto que lleva y le hace un comentario que a ella no le hace gracia.

[Ver FICHA TÉCNICA TEMA 6](#)

[Ver VÍDEO GUAPA](#)

**MATERIALES Y  
SESIONES****SESIÓN 1 - Dinámica 1****MATERIALES:**

Proyector / Ordenador / Internet

Aula amplia para el debate en grupo / Pizarra

Plantilla Beldur Barik

Folios / Rotuladores

**DESARROLLO SESIÓN 1****DINÁMICA 1: Cánones de belleza. (30 min.)**

Empezaremos la dinámica con un debate abierto sobre las exigencias estéticas. Para ello, preguntaremos a toda la clase cómo definirían el siguiente concepto: "cánones de belleza". Anotaremos en la pizarra las aportaciones que realicen. Posteriormente, ofreceremos una definición sobre dicho concepto, remitiéndonos a la definición que ofrece Wikipedia sobre los cánones de belleza/estéticos.

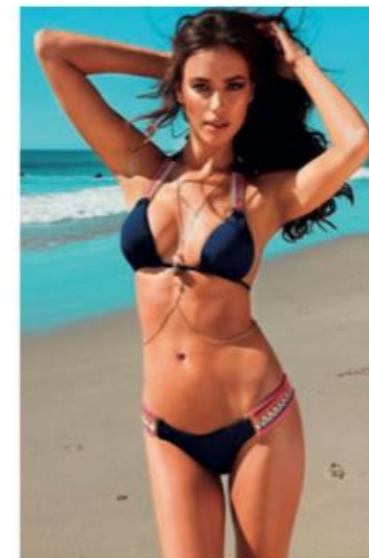
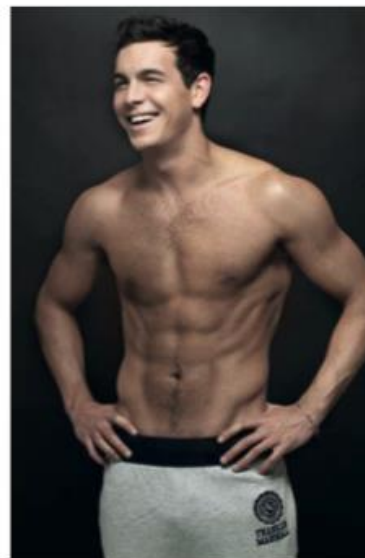
**DEFINICIÓN:** El canon de belleza es el conjunto de aquellas características que una sociedad considera convencionalmente como hermoso o atractivo, sea en una persona u objeto. Es históricamente variable y no es común a las diferentes culturas. [Wikipedia](#).

Para continuar con el debate se propone que analicemos y comparemos las dos imágenes que os mostramos a continuación:

*...¿Observamos que los cánones de belleza son diferentes para chicas y para chicos?*

*...¿Qué cuerpo se les pide que tengan a las chicas y qué cuerpo a los chicos?*

Observando las imágenes de arriba, cumplimentad la siguiente tabla:



ASPECTOS	CHICAS	CHICOS
Cuerpos: complexión, musculatura...		
Vello corporal		
Pelo		
Ropa		
Cara: expresiones, gestos...		
Altura		
Maquillaje		

...¿Qué pasa si no hacemos caso de esas normas?, ¿qué mensajes recibimos?, ¿quiénes transmiten esos mensajes? Nos fijaremos bien en este punto, porque la tendencia es externalizar la responsabilidad: no asumen que ellas y ellos mismos también ejercen presión sobre sus iguales. ¿Qué consecuencias nos generan esos mensajes?

...¿Qué pasa o cómo nos comportamos cada vez que un/a compañero/a de clase viene de forma diferente (bien por la ropa, el pelo...o algún complemento...)?, ¿nos reímos, lo comentamos, le vacilamos?

...¿Creéis que las chicas reciben más mensajes que los chicos respecto a su físico, que existen más exigencias?, ¿y cuáles son esas exigencias (chicas: sexys/ chicos: musculosos)?

[Ver FICHA PROFESORADO 2/2](#)

[Ver FICHAS ALUMNADO TEMA 6](#)

[Ver FICHA PROFUNDIZACIÓN TEMA 6](#)

### Preguntas para el debate:

...¿Creéis que está buena/o?

...¿Qué características son las que les hacen estar buenas o buenos?

...¿Son ideales alcanzables?, ¿cómo nos sentimos cuando no alcanzamos esas exigencias?

...¿Somos realmente libres de hacer lo que nos da la gana: de depilarnos o no, de vestir sin ir a la moda, de tener un cuerpo que no sea escultórico...? .

...¿Condiciona mi imagen con quién vaya a estar o a qué lugares vaya a acudir?

