8 de marzo de 2026

ACTIVIDADES PARA A COEDUCACIÓN

Carme Moure Espiño

Asemblea de Mulleres do STEG

Asemblea de Mulleres

STEG

ÍNDICE

A autora 1

Agradecemento 2

Un metro cadrado da miña vida 3

E elas, quen veñen sendo? 4

A maleta violeta 5

O tendal poético das emocións 6

Eu coido, nós coidamos 6

Traballar a asertividade 8

Os camiños da memoria 8

Análise dos libros de texto 9

Todos os días son 8. Todos os meses son marzo 10

É romántico ou erromántico? 11

Historia dunha escaleira 12

Eu ben merezo unha rúa 13

Vitrinas literarias 13

Dámoslle a volta aos refráns? 14

Asemblea de Mulleres

Carme Moure Espiño é licenciada en Filoloxía Hispánica e en Filoloxía Galego-Portuguesa pola Universidade de Santiago de Compostela e exerce como profesora de ensino secundario e bacharelato. Ao longo da súa traxectoria profesional desenvolveu un firme compromiso coa coeducación e coa incorporación transversal da igualdade de xénero no sistema educativo galego.

Traballou a coeducación en distintos centros, impulsando prácticas pedagóxicas orientadas á eliminación de estereotipos e á construción de relacións igualitarias nas aulas. Formou parte do grupo encargado de deseñar os currículos das materias de libre configuración Igualdade de Xénero e Coeducación para o Século XXI, contribuíndo á creación de ferramentas educativas que promoven unha escola máis xusta, inclusiva e igualitaria.

No curso 2018-2019, no IES Xelmírez I de Santiago de Compostela, coordinou o inicio do proxecto Convivex1, integrado nun programa Erasmus. Esta experiencia centrouse no traballo das Tecnoloxías das Relacións, Información e Comunicación (TRIC), especialmente en relación co ciberacoso.

O labor dos equipos que coordinou foi recoñecido co I Premio Convivimos 2023, I Premio Tolerancia Cero fronte o Acoso 2024 e XII Premio Concepción Arenal 2025 , que poñen en valor o compromiso coa mellora do clima escolar, a prevención das violencias e a promoción dunha cultura de respecto e bo trato. A súa práctica docente combina rigor académico, sensibilidade social e unha clara orientación cara á formación integral do alumnado, entendendo a educación como unha ferramenta clave para avanzar cara á igualdade real entre mulleres e homes.

Asemblea de Mulleres

A Asemblea de Mulleres do STEG quere expresar o seu máis sincero agradecemento a Carme Moure Espiño pola xenerosidade e o compromiso demostrados ao compartir para a súa difusión o traballo desenvolvido en materia de coeducación a través das actividades propostas nas aulas.

A súa achega constitúe unha mostra clara de que a práctica educativa, cando se sustenta en principios feministas e de xustiza social, convértese nunha ferramenta transformadora ao servizo dunha escola pública galega máis igualitaria e crítica. As propostas que impulsa contribúen a visibilizar as desigualdades estruturais, a cuestionar os estereotipos de xénero e a promover relacións baseadas no respecto, no bo trato e na corresponsabilidade.

Desde a Asemblea de Mulleres valoramos especialmente a súa disposición para compartir recursos e experiencias, fortalecendo a rede de docentes comprometidas e comprometidos coa coeducación e coa defensa dos dereitos das mulleres. Por todo iso, expresámoslle o noso recoñecemento e agradecemento polo seu traballo constante e pola súa contribución á construción colectiva dunha educación ao servizo da igualdade real e efectiva.

Emma. G. Ferreiro

Secretaría da Asemblea de Mulleres do STEG

Asemblea de Mulleres

ACTIVIDADES PARA A COEDUCACÓN

1. UN METRO CADRADO DA MIÑA VIDA

Nivel: ESO

Obxectivos

- Favorecer o coñecemento mutuo e a cohesión grupal.
- Identificar estereotipos e marcas de xénero na construción da identidade.
- Desenvolver a expresión oral e a creatividade.

Competencias

- Competencia comunicativa.
- Competencia social e cidadá.
- Competencia persoal e emocional.

Desenvolvemento

Actividade de presentación e coñecemento que consiste en que cada persoa da clase, incluída a persoa docente, debe escoller aqueles obxectos que a definan e sirvan para unha presentación subxectiva. Logo, durante tres minutos, explican o seu M2 ante o resto de compañeiras e compañeiros; por tanto, a exposición pública implica un xeito de recoñecernos, coñecerse e amosarnos nos nosos gustos, soños e capacidades. Trabállase tamén a expresión oral, a creatividade na composición da foto, pero sobre todo, os vínculos emocionais que outorgan cohesión ao grupo desde un principio, poñendo en valor as diferenzas e particularidades de cadaquén.

Tamén resultan ser os primeiros pasos coeducativos na aula, pois xeralmente hai marcas de xénero.

UN METRO CADRADO DO MEU MUNDO

Asemblea de Mulleres

2. E ELAS, QUEN VEÑEN SENDO?

Nivel: 1º–2º ESO

Datas clave: 9 novembro / 11 febreiro

Obxectivos

- Dar visibilidade ás mulleres científicas e inventoras.
- Analizar a falta de visibilización histórica das mulleres.
- Fomentar referentes femininos galegos.

Desenvolvemento

Aprovéitanse as efemérides dos días 9 de novembro, Día da Inventora e 11 de febreiro, Día Internacional da Muller e a Nena na Ciencia para recuperar aqueles nomes de mulleres inventoras ou destacadas nalgún ámbito científico. Procúrase que haxa galegas na listaxe.

Escóllese unha lista de vinte nomes, onde a maioría corresponda a mulleres. Péganse no encerado, pedíndolle despois ao alumnado que escolla dúas imaxes que pensen que corresponden a dúas persoas inventoras. Logo, pegan nelas cadanseu adhesivo. Eles, normalmente non quedan sen rótulo; elas, posiblemente si.

Logo toca a explicación e reflexión. Preséntase a cada unha das persoas das fotos.

A actividade remata coa escolla dunha muller a quen o alumnado lle escribirá unha carta.

3. A MALETA VIOLETA

Nivel: 3º ESO / 1º BAC

Obxectivos

- Coñecer escritoras e pensadoras feministas.
- Relacionar literatura e loita polos dereitos das mulleres.

Desenvolvemento

Rosalía de Castro era muller, escritora e en lingua galega, ademais de nai e esposa, nunha época na que calquera das tres primeiras circunstancias marcaban a biografía feminina.

Aproveitando o seu discurso literario feminista, preséntanse a outras literatas da súa época (galegas e doutras literaturas) así como a algunhas das mulleres que, na primeira e segunda onda feministas, loitaron para conseguir dereitos fundamentais.

Filomena Dato, Nicolasa Añón, Avelina Valladares, Francisca Herrera, Concepción Arenal, Emily Dickinson, George Sand, Olympe de Gouges, Mary Wollstonecraft, Frances Ellen Harper...son algúns dos nomes que o alumnado debe investigar e logo dálos a coñecer ao resto de compañeiras e compañeiros. Como facelo? Pois a través dunha maleta.

A maleta da escritora debe conter entre 5 e 10 obxectos (serven textos, libros, fotografías...) que ofrezan unha visión xeral da vida e obra da muller en cuestión, nunha exposición oral de 3-5 minutos. Como primeiro paso e modelo a seguir, realízase por parte da profesora unha exemplificación coa figura de Rosalía de Castro.

4. O TENDAL POÉTICO DAS EMOCIÓNS

Nivel: Todos

Obxectivos

- Identificar e nomear emocións.
- Desenvolver educación emocional con perspectiva de xénero.

Desenvolvemento

A idea é compoñer un tendal de emocións para coñecelas, nomealas e identificalas...

A actividade comeza cunha selección de 15-20 poemas (a escolma pódese adaptar á etapa literaria correspondente a cada franxa de idade) que se colgan, en folios de cores, nunha especie de tendal situado nun lado da clase. Do lado oposto da aula, pendúranse folios en branco co nomee a definición de distintas emocións (ata 30-40). Logo o alumnado, por grupos, vai emparellando os uns coas outras, e na posta en común, explica e argumenta o motivo da asociación.

Variante

Unha cara, unha emoción: Empregando en lugar de poemas, retratos diversos.

5. EU COIDO, NÓS COIDAMOS

Nivel: 1º–2º ESO

Obxectivos

- Reflexionar sobre corresponsabilidade e coidados.
- Visibilizar a carga mental feminina.

Desenvolvemento

Esta actividade está baseada no Reto Quincenal de Marian Moreno Llaneza que nós titulamos Eu coido, nós coidamos. En que consiste? Busca a reflexión a corresponsabilidade na realización das tarefas domésticas e, pola outra, na necesidade de expresar sentimentos de coidado e afecto.

A actividade compleméntase coa lectura pública dalgúns destes textos: Cocido familiar (Menú de enganos), de Manuel Núñez Singala, o poema Xan (Follas Novas) de Rosalía ou o poema Camaradas (Palabras brancas), de Elvira Riveiro.

A seguir, propónselle ao alumnado a realización de dúas tarefas cotiás:

- A primeira consiste na preparación dunha cea ou comida sinxela e económica, para compartir coa familia (pensar que se vai cociñar, o que permite reflexionar sobre a carga mental, cociñar, preparar a mesa, recoller ao finalizar).
- A segunda debe ser escollida entre distintas opcións (varrer, colgar a roupa, limpar o baño, facer as camas...)

Unha vez realizadas, deben recoller algún testemuño gráfico das mesmas, contestar a unha serie de preguntas sobre a actividade e, finalmente, expoñer a súa experiencia na clase durante uns minutos. As preguntas a responder poderían ser as seguintes:

•Cales foron as tarefas que realizaches?
•Que che dixeron cando lles comunicaches o que ías facer?
•Que dificultades tiveches?
•A quen preguntaches para resolvelas?
•Que aprendiches?
•Como te sentiches?
•Recolle a opinión da túa familia cando as fixeches
•Como se sentiron?
•Como te sentiches ti ao escoitar a túa familia?
•Inclúe a(s) receita(s) cociñadas, cos ingredientes e proceso de elaboración.

6. TRABALLAR A ASERTIVIDADE

Nivel: 1º–2º ESO

Obxectivos

- Identificar estilos comunicativos.
- Resolver conflitos desde a igualdade cunha linguaxe asertiva.

Desenvolvemento

Explícanse os elementos nun proceso de comunicación e os distintos estilos de comunicación. Por grupos, repártensedistintas escenas onde se presenta unha situación de discriminación de xénero ou violencia. O alumnado debe crear outra escena na que se xestione o conflito dunha maneira asertiva.

Dous exemplos: es un mozo e queres convencer a túa familia de que queres matricularte en ballet e non en balonmán.

O teu mozo pídeche que non vaias a clase de baile porque quere estar máis tempo contigo. Bailar é o que máis che gusta do mundo.

7. OS CAMIÑOS DA MEMORIA

Nivel: ESO

Obxectivos

- Recuperar memoria histórica feminina.
- Analizar cambios sociais en clave de xénero.

Desenvolvemento

Este é un traballo de investigaciónsobre a vida dunha muller do entorno familiar ou veciñal do alumnado. Se é posible, a alumna/o debe escoller unha das avoas ou tías avoas. Se non pode ser, ten a opción de investigar sobre calquera muller que coñeza, preferentemente de certa idade, para que poida contrastar a súa experiencia vital noutra época anterior á do século XXI.

O traballo consta das seguintes fases:

1. Toma de contacto coa persoa escollida; con educación e respecto, solicítase a súa colaboración no traballo. Explícaselle en que consiste e pídeselle permiso para entrevistala e fotografala (e se quere, gravar algunha pregunta), así como para que facilite algúns datos persoais mínimos.
2. Acórdase unha data para entrevista. É aconsellable gravala nun audio/vídeo de móbil, sempre que a persoa conceda permiso. De non ser así, con caderno e bolígrafo irase recollendo toda a información esencial.
3. Escóitase e revísase a entrevista. Ordénanse os datos, selecciónase a información máis interesante e redáctase de modo ordenado e coherente. A partir das historias aportadas, reflexiónase sobre a súa vida en comparación á actual, e extráense conclusións, sobre todo tendo en conta aspectos relacionados coa igualdade de xénero.
4. Por último, ordénase e revísase o traballo, para entregarllo á profesora. Engadirase ao final unha valoración da entrevista: que aprendemos, que descubrimos, que destacamos, sobre todo en relación ao tema da igualdade de xénero. Arredor de 10-15 liñas (poden ser máis).

Ao final de curso, o alumnado recibirá un marcapáxinas co título da actividade e un camiño que une a foto da muller que entrevistou coa súa.

Asemblea de Mulleres

8. ANÁLISE DOS LIBROS DE TEXTO

Nivel: 3º–4º ESO

Obxectivos

- Detectar androcentrismo curricular.
- Deseñar unha unidade alternativa coeducativa.

Desenvolvemento

Por parellas, o alumnado debe analizar un libro de texto cos lentes coeducativos (imaxes, linguaxe, presenza das mulleres nos distintos ámbitos) realizar un diagnóstico e deseñar unha unidade desde unha perspectiva coeducativa. Este traballo presentarano na aula.

9. TODOS OS DÍAS SON 8. TODOS OS MESES SON MARZO

Nivel: Todos

Obxectivos

- Integrar o feminismo transversalmente.
- Traballar efemérides cun enfoque crítico e feminista.

Asemblea de Mulleres

Desenvolvemento

Escoller un día significativo do mes e atravesar a práctica educativa co feminismo en todos os niveis educativos e tinxilos de morado nalgún momento do curso.

- 23 de setembro - Día Internacional contra a explotación sexual e a trata de mulleres.
- Outubro - Días das Escritoras/Día da Saída do armario
- 25 de novembro - Día Internacional da Eliminación da Violencia contra as Mulleres.
- 1 de decembro - Día Interncional da SIDA
- 27 de xaneiro - Día Internacional de Conmemoración das Vítimas do Holocausto
- 11 de febreiro - Día Internacional da Muller e a Nena na Ciencia
- 8 de marzo – Día Internacional da Muller.
- 14 de abril - Día da República.
- 17 de maio – Día das Letras Galegas / Día Internacional contra a homofobia, transfobia e bifobia
- 28 de xuño - Día Internacional do orgullo LGTBIQ+

10. É ROMÁNTICO OU ERROMÁNTICO?

Nivel: 3º ESO

Obxectivos

- Analizar mitos do amor romántico.
- Desenvolver pensamento crítico.

Desenvolvemento

A explicación das cantigas de amor galego-portuguesas, a súa orixe na cançó provenzal e a teoría do amor cortés, constitúen unha oportunidade para traballar algúns dos mitos do amor romántico e reflexionar sobre como as persoas aprenden a amar.

Preséntanse nesta actividade algúns dos mitos do amor romántico (amor heterosexual, paixón eterna, media laranxa, entrega total, amor como sufrimento, celos como expresión do amor...) e trátase de analizalos cunha posta en común.

11. HISTORIA DUNHA ESCALEIRA

Nivel: 3º ESO / 1º BAC

Obxectivos

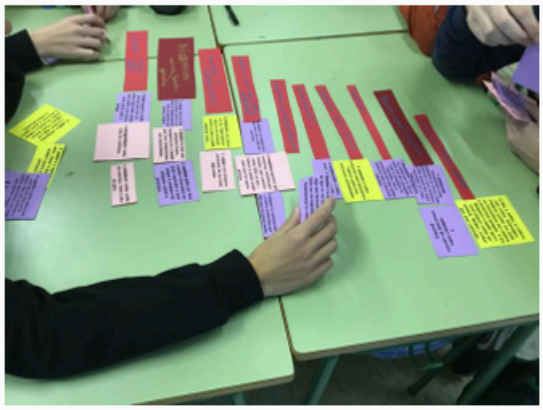
- Identificar a escaleira da violencia.
- Construír alternativas de bo trato.

Desenvolvemento

Cando no tema do Rexurdimento se dá estudo á figura de Eduardo Pondal, analízase a violencia sexual nalgún dos seus poemas incluídos en Queixumes dos pinos (Pilleina antres os pinos soa; Mulleres, quen vos oia).

Logo, repártense os chanzos desordenados da escaleira da violencia machista, de Carmen Ruiz Repullo para que o alumnado, por grupos, compoña a escaleira. Xunto con eles, entregamos unha caixa con tarxetas que conteñen por unha cara o nome dunha emoción e, pola outra, a súa definición. Trátase de que constrúan a escaleira e lle asignen a cada banzo, unha ou dúas emocións.

Logo, crean unha Escaleira do bo trato.



12. EU BEN MEREZO UNHA RÚA

Nivel: 3º–4º ESO / BAC

Obxectivos

- Visibilizar mulleres no espazo público.
- Desenvolver competencia dixital.

Desenvolvemento

Consiste en buscar as rúas adicadas a mulleres, investigar sobre as vidas destas, seleccionar a información e realizar un pequeno vídeo, onde o alumnado debe presentalas.

A segunda parte consiste en crear un rueiro alternativo para a denominación de futuras rúas.

13. VITRINAS LITERARIAS

Nivel: 3º–4º ESO

Obxectivos

- Difundir obra de escritoras.
- Desenvolver expresión artística.

Desenvolvemento

Escoller obras escritas por escritoras e compoñer unha vitrina literaria, combinando frases da obra con fotos e obxectos que son significativos na historia.

14. DÁMOSLLE A VOLTA AOS REFRÁNS?

Nivel: 3º–4º ESO

Obxectivos

- Analizar discurso misóxino no refraneiro.
- Reformular en clave igualitaria.

Desenvolvemento

Que recolle o refraneiro sobre as mulleres? Estes son algún exemplos:

-A besta e a muller, que a preste quen quixer
-A boa muller, nin ha de ouvir, nin ha de ver
-Á burra e á muller, a paus hainas que tanguer
-Á muller brava, darlle corda larga
-A muller, caseira, e non paroleira.
-Por ben que fale a muller, calada está mellor.
-Á muller e á galiña, tórcelle o pescozo verás como queda mansiña
-A muller e a galiña, na casa con día
-Á muller e ó can, o pan nunha man e noutra o pau.
-A muller ha de falar cando a galiña queira mexar.
-As mulleres e as uvas: ás boas pisalas e as malas colgalas.
-que o home propón e deus dispón, a muller o descompón.
-A muller e a ovella, antes da noite na cortella
-A muller e a sartén, na cociña están ben

- **NON "Por ben que fale a muller, calada está mellor"**
- **SI "Canto mellor fale a muller, mellor futuro ha ter"**

Asemblea
de Mulleres