SESIÓN 1 · 3º Y 4º ESO

TUTORÍA

«¿Cuánto vales? Hablemos de dignidad»

Ficha	Detalle
Fase	Motivación: ¿qué sabemos?
Duración	50 minutos
Pasaje de Rey	6, las tres dimensiones de la dignidad
Evidencia	Primera definición propia, tabla de experiencia personal y registro de observación. 3º: 4.1.1 de Educación en Valores Cívicos y Éticos y T.1.1 de Tutoría. 4º: T.1.1 de Tutoría
Materiales	• Pizarra digital con el vídeoclip de «Mi dignidad» (Manuel Carrasco); cartulina grande, rotuladores y post-its de colores • Tabla de experiencia personal y las siete situaciones del instituto, impresas o proyectadas • Rúbrica del producto final (Anexo III) y tarjeta de apoyo con las tres dimensiones • Hoja o documento compartido para el diario de equipo • Protocolo de acoso del centro, revisado con orientación
Objetivo	Que el alumnado exprese qué entiende por dignidad, la reconozca en situaciones de su vida cotidiana y conozca el reto y la rúbrica

ANTES DE LA SESIÓN

- Escribir DIGNIDAD en la pizarra (o proyectarlo) y tener cartulina grande y rotuladores.
- Imprimir la tabla de experiencia personal (columnas: piensa en, qué ocurrió, cómo me hizo sentir, qué tuvo de especial; filas: familia, instituto, amigos, alguien importante para mí).
- Imprimir o proyectar las siete situaciones del instituto: grupo de mensajería que se ríe de un compañero y comparte su foto, alumna que quiere hacer un deporte y le dicen que «es de chicos», alumno al que se ríen de su ropa por tener dificultades económicas, presión de amigos para hacer algo contra su voluntad, alguien imitado para que todos se rían de un error, persona apartada de un grupo porque «es rara», difusión de un secreto o información personal sin permiso.
- Preparar el vídeoclip de la canción «Mi dignidad» de Manuel Carrasco para la pizarra digital, post-its de colores y la rúbrica del producto final impresa.
- Preparar una tarjeta de apoyo con la explicación de las tres dimensiones en lenguaje adolescente (ver minuto 22).
- Revisar con el departamento de orientación el protocolo del centro por si surge una situación de acoso (ver recuadro final).

- Preparar el diario de equipo (una hoja o documento compartido) que acompañará a cada equipo hasta la sesión 10.

DESARROLLO POR MOMENTOS

Min.	Momento	Qué hace el docente	Qué hace el alumnado	Agrupamiento
0-5	1. ¿Qué palabra te viene a la cabeza?	Pregunta: «cuando oyes la palabra dignidad, ¿qué te viene a la cabeza?» y anota en la pizarra lo que dicen (respeto, valor, libertad, orgullo, igualdad, derechos, ser uno mismo, no humillar, justicia, autoestima). Lanza una o dos preguntas sin resolverlas: ¿dignidad es lo mismo que autoestima?, ¿hacer lo que me place me acerca o me aleja de la dignidad? Avisa de que hoy no se da la definición: se construye entre todos	Dicen palabras sueltas, sin juzgar las de los demás	Gran grupo
5-12	2. La dignidad en la historia	Plantea: «a lo largo de la historia, ha habido personas y colectivos a quienes se ha tratado como si valieran menos; ¿qué ejemplos se os ocurren?». Si se atascan, ofrece pistas: esclavitud, apartheid, mujeres sin derechos, persecución por orientación sexual, personas con discapacidad, explotación infantil, personas refugiadas, tortura. Cierra con la pregunta clave: ¿qué tienen en común todas estas situaciones?	En grupos de 3-4 eligen un ejemplo de historia, cine, noticias o conocimientos previos y lo comparten; el portavoz dice qué tienen en común (humillar, discriminar, considerar inferior, quitar derechos, usar a las personas, impedir elegir)	Grupos de 3-4, luego gran grupo
12-17	3. ¿Y aquí, en el instituto?	Reparte tres de las siete situaciones por grupo (o las proyecta). Pregunta: ¿qué parte de la dignidad de esa persona se está poniendo en juego? Insiste en que no es solo si está bien o mal, y en que no todo daño a la dignidad es una agresión física, como recuerda el texto de Rey: la dignidad exige respetar la integridad física y moral	Leen la situación, la comentan y comparten una conclusión con la clase	Grupos de 3-4
17-22	4. ¿Qué es para ti la dignidad?	Pide completar individualmente: «para mí, una persona vive con dignidad cuando…» y «una persona pierde o ve atacada su dignidad cuando…». Después, pareja y mini-definición común. Recoge las definiciones (evidencia diagnóstica)	Escriben, comparten por parejas y leen algunas en voz alta	Individual, parejas
22-32	5. Las tres caras de la dignidad	Presenta las tres dimensiones del texto de Rey con la tarjeta de apoyo (ver recuadro). Tras cada una, hace una pregunta de contraste y pide un ejemplo al alumnado. Cierra: os habéis acercado mucho a una idea que lleva siglos intentando definirse	Escuchan, enlazan las tres dimensiones con sus frases del minuto 17-22 y señalan en cuál encaja la suya	Gran grupo
32-40	6. Una experiencia personal: cuando alguien me hizo sentir que importaba	Explica que es voluntaria y que no tiene que ser algo extraordinario: una conversación, una mirada, alguien que confió en ti, que te defendió o que se acordó de algo importante. Reparte la tabla; circula sin leer lo escrito salvo que lo ofrezcan	Completan la tabla individualmente; quien quiera comparte una fila	Individual

Min.	Momento	Qué hace el docente	Qué hace el alumnado	Agrupamiento
40-47	7. Reto final y cierre: ¿qué quiero que se note?	En la cartulina o pizarra: «EN NUESTRA CLASE QUEREMOS QUE NADIE…» (los alumnos lo completan: sea humillado, tenga miedo de ser quien es, sea excluido, sea ridiculizado, tenga que fingir para encajar) y «QUEREMOS QUE TODOS…» (puedan ser ellos mismos, se sientan respetados, puedan equivocarse, sean escuchados, tengan un lugar). Después pone la canción «Mi dignidad» (unos 4 minutos) y pide quedarse con una palabra, frase o idea. No se analiza la canción	Completan las frases en voz alta; escuchan la canción; escriben una palabra en un post-it	Gran grupo
47-50	8. Presentación del reto	Pega los post-its alrededor de la palabra DIGNIDAD. Presenta el reto: un vídeo de dos minutos para un concurso de escuelas. Explica que la Tutoría acompañará todo el proceso y muestra la rúbrica. Avisa de que cada materia va a leer el mismo texto de un catedrático, Fernando Rey, desde una mirada distinta. Entrega la primera hoja con el texto y el diario de equipo	Preguntan dudas, guardan la rúbrica y la tabla personal en su portfolio	Gran grupo

GUION DE LA EXPLICACIÓN DE LAS TRES DIMENSIONES (MINUTO 22)

- **Vivir como quiero:** tengo derecho a construir mi propia vida: elegir qué estudiar, tener mis aficiones, expresar mis ideas, elegir a mis amistades, construir mi identidad y decidir qué quiero hacer con mi futuro, respetando también los derechos de los demás. No significa hacer lo que me dé la gana. Pregunta de contraste: ¿en qué se diferencia elegir de hacer lo que me da la gana?
- **Vivir bien:** necesito unas condiciones mínimas para vivir dignamente. No depende de tener dinero, una casa enorme o ropa de marca, pero sí existen condiciones básicas: alimentación, vivienda, educación, salud, seguridad. Pregunta de contraste: ¿podemos decir que alguien es realmente libre si no tiene cubiertas sus necesidades básicas?
- **Vivir sin humillaciones:** nadie tiene derecho a hacerme sentir que valgo menos: no ser humillado, ridiculizado, maltratado o utilizado como objeto de burla (acoso, ciberacoso, insultos, comentarios sobre el cuerpo, difundir imágenes, excluir deliberadamente). Pregunta de contraste: ¿cuántas veces hacemos algo que no parece tan grave pero hace que otra persona se sienta menos?

GESTIÓN DE LO PERSONAL Y DEL POSIBLE ACOSO

- Las situaciones del instituto son hipotéticas; no se nombra a compañeros reales. Si alguien las reconoce como propias, se recoge después en privado.
- Ofrecer siempre una vía alternativa: quien no quiera escribir la experiencia puede dibujarla, escribir sobre una persona de una película o pasar una fila.
- Si aparece una situación de acoso real, se escucha sin interrogar delante del grupo, se agradece la confianza y se comunica al equipo de convivencia según el protocolo del centro.
- Antes de hacer pública cualquier frase de la tabla, el alumnado debe estar de acuerdo.

Producto y evaluación: definición propia (evaluación inicial), tabla de experiencia personal (3º: 4.1.1 de Educación en Valores Cívicos y Éticos) y observación del clima del grupo con una escala de tres niveles: participa, participa con apoyo, no participa.

VARIANTES

- Si faltan 10 minutos: quitar el momento 2 (historia) y pasar directamente a las situaciones del instituto.
- Si sobra tiempo: invitar a que dos o tres alumnos lean su fila de la tabla, o hacer un círculo de palabras finales.
- Para alumnado con dificultades de lectura: leer en voz alta las situaciones y ofrecer imagen o pictograma para cada dimensión.