

DE @MUYPROFE Y
@LAPIZARRALITERARIA

AMOR NO SOLO HAY UNO



AMOR NO SOLO HAY UNO

Queridos compañeros y compañeras del #claustrodeig:

Como ya sabéis, para nosotras viene siendo habitual el hecho de compartir materiales con vosotros de forma gratuita. Para nosotras es muy gratificante hacerlo y ver cómo vuestro alumnado disfruta de ellos igual que el nuestro. Es por ello que os queremos agradecer siempre el interés, el cariño y el entusiasmo que mostráis cada vez que compartimos algo con todos vosotros a través de nuestras cuentas educativas.

Como bien sabéis también, estos materiales pertenecen a Zaida López Alberola @lapizarraliteraria y a Coral @muyprofe. A pesar de que ya lo sabéis, simplemente recordaros que estos se encuentran bajo licencia Creative Commons.

Así pues, una vez descargado:



PUEDES:

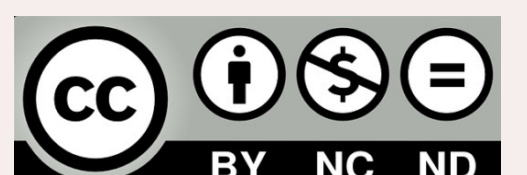
- Utilizar los recursos para uso personal
- Promocionar los recursos mencionando a @lapizarraliteraria y a @muyprofe.



NO PUEDES:

- Copiar, modificar o vender los materiales.
- Promocionar los recursos como si fueran tuyos.

Muchísimas gracias por valorar nuestro trabajo.
¡Seguimos compartiendo experiencias por
las redes! ¡Un fuerte abrazo a todos!



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





EL AMOR



El **amor** es, como ya expresó Voltaire hace unos cuantos siglos, "la más fuerte de las pasiones porque ataca al mismo tiempo a la cabeza, al cuerpo y al corazón". Durante siglos los seres humanos nos hemos pasado el tiempo hablando del amor como expertos en la materia, intentando comprenderlo, buscándolo e incluso compartiéndolo con nuestros seres queridos. Este es, sin lugar a dudas, uno de los motores de nuestras vidas.

Si nos detenemos en su etimología observaremos cómo esta palabra proviene del latín *amor*, *-oris*. A su vez, esta se emparenta con el verbo latino *amāre*, del que derivará nuestro verbo *amar*.

La más remota raíz de la palabra amor procede del indoeuropeo *am-*, que significa 'madre', y que también vendría a ser la raíz de palabras como amigo o amistad. Así, pues, la palabra amor desde su origen se relaciona con un conjunto de conceptos y significados asociados a la idea de afecto, cariño, apego o querencia, tanto desde un punto de vista amoroso (de pareja), como de amistad o amor familiar. De este modo, la palabra amor vendría a ser una síntesis nuestra idea de la afectividad, relacionada con las personas y cosas que amamos, deseamos o queremos.

Los antiguos griegos, sin embargo, tenían distintas palabras para referirse a estas formas de afecto que nosotros, hoy en día, resumimos en la palabra castellana amor. Conviene aquí señalar que es falsa la teoría de que la palabra amor en griego se componía del prefijo *a-*, que significaría 'sin', y el sustantivo *mor*, que se traduciría como 'muerte', dando como resultado la idea de que el amor es la ausencia de muerte, es decir, que es un sentimiento eterno.

A pesar de que en español solo tenemos una palabra para referirnos a esta realidad, somos conscientes de que el amor se manifiesta en nuestra vida de distintas maneras, es por ello que hablamos de distintos tipos de amores.

Con este dossier que hemos creado pretendemos que descubráis cada tipo de amor junto a vuestro alumnado a través de las actividades que os adjuntamos. ¡Esperamos que os gusten mucho, que las disfrutéis y que si las lleváis al aula nos etiquetéis a las dos: @muyprofe y @lapizarraliteraria!



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR ERÓTICO O PASIONAL



Uno de los amores por excelencia para los griegos era el amor erótico o pasional. Este proviene del nombre **Eros**, el cual se refiere al nombre del dios griego del amor y la fertilidad. Este tipo de amor a menudo se asocia con el romanticismo, relaciones físicas, pasión y deseo sexual.

A pesar de que actualmente nos encontramos en la "era de la información", los adolescentes en muchas ocasiones no son conocedores de todo lo que hay detrás de este "amor pasional" o de las relaciones afectivo-sexuales. Hechos como el fácil acceso a la pornografía o las letras de canciones sexualizadas y alejadas de la realidad dificultan la labor de establecer lazos sanos en términos de pasión y sexo.

Otro de los aspectos que influyen en esta desinformación es el hecho de considerar las relaciones sexuales como un aspecto todavía tabú. Hablar de ello en casa o en clase supone en muchos casos un motivo de vergüenza. Sin embargo, la importancia de abordar estos temas es fundamental, ya que puede prevenir el contagio de enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, relaciones sexuales no placenteras y disminución de la autoestima. Además, con ello estaremos contribuyendo al desarrollo de vínculos afectivos saludables y positivos.

Dada la importancia de este tipo de amor, os proponemos una actividad de debate en la que los alumnos y alumnas puedan expresarse sin tapujos y de un modo guiado.

Para llevarla a cabo, os adjuntamos a continuación una serie de tarjetas con mitos en torno al sexo y a las relaciones afectivas que pueden resultar confusas para los y las estudiantes. El objetivo es debatir en torno a ellas, conocer qué saben sobre estos aspectos y darles consejos para que tengan unas relaciones sexuales saludables y seguras. Y recuerda, aunque al principio pueda dar vergüenza, hablar de ello es fundamental.



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



El porno puede ayudarme a la hora de saber mantener relaciones sexuales.

Si tengo la menstruación y mantengo relaciones sexuales, no me puedo quedar embarazada.

Es obligatorio depilarse para evitar el mal olor de los genitales.

Si se tiene sexo en la primera noche las chicas son unas "facilonas" y los chicos unos "machotes".

Si te duchas y lavas el pelo durante la menstruación, esta se te corta.

La masturbación es dañina y perjudicial para la salud.

No puedes quedarte embarazada la primera vez que tienes relaciones sexuales.

Si el hombre no eyacula dentro no me puedo quedar embarazada. La "marcha atrás" es efectiva.

No me van a aceptar si pierdo la virginidad más tarde de los dieciséis años.

Los hombres siempre tienen más ganas de tener relaciones sexuales que las mujeres.

**Sin penetración no hay
relación sexual.**

**La eyaculación femenina
no existe.**

**No me puedo quedar
embarazada si tengo
relaciones sexuales en el
agua.**

**A mayor tamaño del pie,
mayor tamaño del pene.**

**Los preservativos
arruinan el sexo porque
impiden disfrutar del
placer.**

**No se pueden tener
relaciones sexuales
durante el embarazo.**

**El sexo durante la
menstruación es
antihigiénico.**

**El sexo anal está dirigido
únicamente para parejas
homosexuales.**

**El tamaño del pene
importa.**

**No tener orgasmos
durante la penetración es
un problema.**



AMOR POR LA NATURALEZA



Algunos filósofos griegos del tiempo de Platón emplearon el término **Agápe** para designar el amor universal, entendido como amor a la verdad o a la humanidad. No se trata, por tanto, de un amor pasional ni que busque el placer propio, sino que es el amor que se tiene a una persona, animal o naturaleza de un modo generoso y espiritual.

Por desgracia, este tipo de amor desinteresado y altruista está muy ausente en nuestros días. Si pensamos en nuestra naturaleza esta afirmación cobra pleno sentido: miles de especies en peligro de extinción, glaciares que se derriten, arrecifes que mueren, temperaturas en aumento, contaminaciones diarias...

Frente a estos hechos, es imprescindible que los jóvenes de hoy tomen plena conciencia de la deriva hacia la que nos dirigimos. Enseñarles a amar y cuidar su entorno es un deber y un contenido fundamental de nuestras asignaturas. Por ello, os proponemos dos actividades a través de las cuales acercar la naturaleza a los estudiantes.

La primera de ellas consiste en visionar el siguiente vídeo: <https://youtu.be/SPIheyuXCl8> y debatir acerca de su lema: "La naturaleza no necesita a las personas. Las personas necesitan a la naturaleza". Este vídeo nos permitirá pasar a la segunda parte de la actividad, la cual consiste en adoptar a un pingüino a través de la Campaña Antártica del Ejército de Tierra, de forma simbólica y gratuita. Tal y como se indica en la página web, "con esta iniciativa, se persigue fomentar el compromiso con el medio ambiente, permitiendo simbólicamente que el pingüino apadrinado consiga sobrevivir y cuidar a sus polluelos en la Antártida".

Solamente debéis acceder a la siguiente página https://ejercito.defensa.gob.es/noticias/2020/12/8251_apadrinar_pinguino.html y rellenar el formulario con los datos de los estudiantes. En unas horas recibirán un diploma en formato PDF con el nombre del padrino, su lugar de residencia, el nombre elegido para el pingüino y una foto del animal.





AMOR POR LA NATURALEZA



Aquí os dejamos dos ejemplos de los **diplomas**:

**El Oficial de Medio Ambiente de la
XXXV Campaña Antártica certifica**

Que el pingüino que aparece en la fotografía vive en la pingüinera de Punta Descubierta
y que ha sido apadrinado por **ZAIDA LÓPEZ ALBEROLA**
Residente en: **VALENCIA**

Le ha puesto el nombre de: **RIGOBERTO**

Que conste que con este apadrinamiento se compromete a esforzarse
todo lo posible en cuidar el planeta y así ayudar a su pingüino para
que el próximo verano austral y los siguientes pueda regresar a la
Isla Decepción, continuando así su ciclo de vida durante muchas
generaciones.

Isla Decepción a 06/02/2022

Número de Registro
846701

atades  **twitter**
@antarctica_et

**El Oficial de Medio Ambiente de la
XXXV Campaña Antártica certifica**

Que el pingüino que aparece en la fotografía vive en la pingüinera de Punta Descubierta
y que ha sido apadrinado por **CORAL**
Residente en: **VALENCIA**

Le ha puesto el nombre de: **RIGOBERTO**

Que conste que con este apadrinamiento se compromete a esforzarse
todo lo posible en cuidar el planeta y así ayudar a su pingüino para
que el próximo verano austral y los siguientes pueda regresar a la
Isla Decepción, continuando así su ciclo de vida durante muchas
generaciones.

Isla Decepción a 06/02/2022

Número de Registro
846843

atades  **twitter**
@antarctica_et





AMOR POR LA NATURALEZA



La segunda actividad es de escritura creativa y se centra en las odas. Una **oda** es un subgénero lírico cuya función primordial es ensalzar algo o a alguien. Dentro de los temas más característicos de la oda se encuentran aquellos de carácter religioso, cívico y amoroso; sin embargo, el poeta Pablo Neruda abrió las temáticas posibles a lo cotidiano, exaltando objetos y animales.

Basándonos en Pablo Neruda, la actividad que planteamos consiste en que los estudiantes relicen una oda a sus pingüinos. Como variante de la actividad también pueden realizarse odas a otros animales o elementos de la naturaleza. Os dejamos, por un lado el ejemplo de oda a los calcetines de Pablo Neruda y, por otro lado, nuestro propio modelo de oda a un pingüino.

Oda a los calcetines

*Violentos calcetines,
mis pies fueron dos pescados de lana,
dos largos tiburones
de azul ultramarino
atravesados por una trenza de oro,
dos gigantescos mirlos,
dos cañones;
mis pies fueron honrados de este modo
por estos celestiales calcetines.*

*Eran tan hermosos que por primera vez
mis pies me parecieron inaceptables,
como dos decrepitos bomberos,
bomberos indignos de aquel fuego bordado,
de aquellos luminosos calcetines.*



Pablo Neruda



AMOR POR LA NATURALEZA



Oda a los pingüinos

Animales bicolor,
de pecho blanco y cabeza negra,
brazos largos
y piernas cortas.

Pensabais que podíais volar,
pero vuestros brazos son para nadar.

Vuestro pico,
una caña que no cesa de pescar
y por ello los peces os temen a rabiar.

El hielo es vuestro hogar,
que poco a poco se derrite.
¿dónde os tendréis que mudar
cuando el hielo se convierta en agua?
En mi casa os podéis quedar.





AMOR INCONDICIONAL



Tal y como hemos mencionado en las anteriores páginas, para los griegos el **agápe** era sinónimo de amor puro e incondicional.

No obstante, si nos detenemos en el sentido o significado que tiene en la actualidad el término *ágape*, observaremos que este se utiliza para referirse al de "comida o banquete", en el cual predominan los alimentos de buena calidad.

Así pues, centrándonos en este significado y relacionándolo con el amor incondicional y la comida, os proponemos la siguiente actividad de escritura creativa para llevarla al aula con vuestro alumnado:

Imagina que quieres celebrar el amor incondicional con la persona que más quieres y la mejor forma para ello es invitándola a una cena romántica el día 14 de febrero. Pero no es una cena romántica cualquiera: es una cena romántica en la que cada plato rebosa de amor y está aderezado de mucha poesía.

Así pues, piensa cómo sería ese menú (primer plato, segundo plato, bebida, postre y café) que le prepararías a tu persona especial y cómo lo fusionarías con la poesía, de forma que al leerlo parezca un poema romántico.

Os adjuntamos a continuación la plantilla que podéis utilizar en el aula para crearlo. Asimismo, añadimos un ejemplo que nos hemos inventado y que podéis utilizar de modelo para enseñarle a vuestro alumnado cómo podrían diseñar su menú poético. Esperemos que paséis una velada muy agradable, amorosa y poética.

¡BUEN PROVECHO!



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



Menú Especial San Valentín

Aperitivos

Tostas de sentimiento ibérico con foie
Besos apasionados cargados de miel y mostaza
Corazón de carabineros

1r plato

Arrumacos de bacalao en tempura con caricias de
caramelo
Salmón a las finas miradas con sensual guarnición de
patatas a lo amada

Sorbete de la pasión
Afrodisíaca horchata con canela

2º plato

Costillar de cerdo con ardiente aroma de barbacoa
Solomillo de ternera con reducción de sentimiento y
maridado con pasión y amor a primera vista

Postres

Bocaditos de amor con queso crema y arándanos
Suspiros de enamorados sobre timbal de coco
Carnosos labios de chocolate rellenos de
frambuesa

Bebidas

Todo ello maridado con las mejores
pociones de amor vinícolas de la zona

Menú Especial San Valentín

Aperitivos

1r plato

2º plato

Postres

Bebidas

MUY
PROFE

@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR AFECTUOSO



Los griegos empleaban la palabra ***philia*** para referirse al amor afectuoso. Este es el que se produce entre amigos o iguales y consideraban que era superior a *eros* (amor erótico o pasional).

Si pensamos en la adolescencia, este tipo de amor cobra una importancia suprema. Las amistades durante esta época se convierten en el pilar fundamental: no solo ayudan a encontrar la identidad personal, sino que también son un punto de apoyo emocional imprescindible.

Lealtad, sinceridad y confianza son algunos de los valores que se aprenden de estas relaciones. Es precisamente en estos valores sobre los que se fundamenta la actividad que os proponemos para trabajar el amor afectuoso, la cual cuenta con dos fases: un coloquio previo a través del visionado de un vídeo y la realización de un mural colectivo a través de metáforas visuales. Además, le pondremos ritmo a la actividad con una lista de reproducción "muy amistosa".

Tal y como se explica en el vídeo sobre la amistad de BBVA (<https://youtu.be/gyPeUBQNrx0>), los griegos consideraban que había tres tipos de amistad: una movida por la diversión, otra por el interés y la amistad verdadera.

A través de un coloquio, pediremos al alumnado que explique qué es para ellos la amistad y cómo de importante la consideran. Asimismo, opinarán sobre los tres tipos de amistad propuestos por Aristóteles.



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR AFECTUOSO



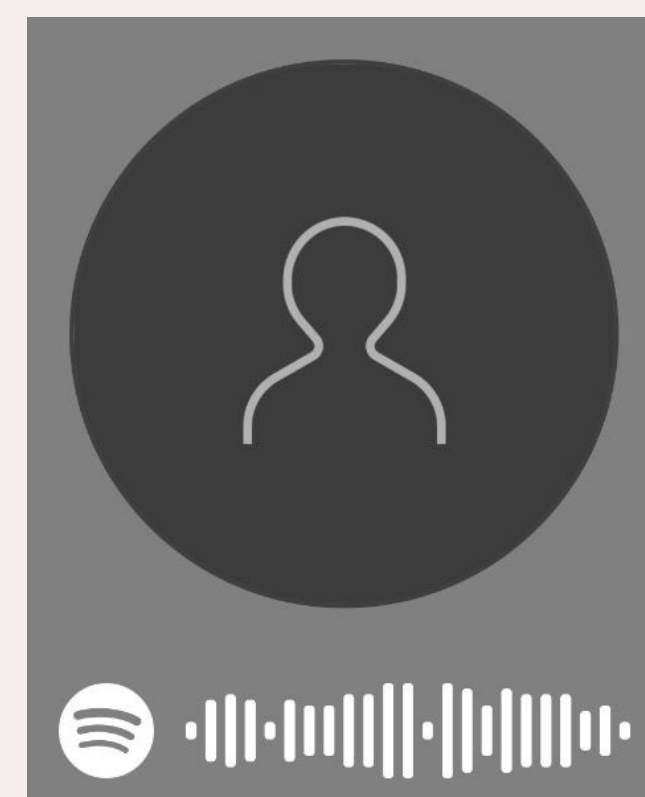
La segunda parte de la actividad es manual y consiste en hacer un mural colectivo mediante las metáforas visuales. Para ello, partiremos del poema Gacela de la amistad, de Carmen Díaz Margarit.

*La amistad es una ráfaga de peces luminosos,
y te arrastra
hacia un océano feliz de mariposas.*

*La amistad es un plañir de campanas
que invocan el aroma de los cuerpos
en un jardín amanecido de heliotropos.*

En este poema se utilizan las metáforas para expresar cómo es la amistad para la autora y se evocan imágenes que vuelan por la mente de los lectores cuando leen los versos. Precisamente, esta será la tarea que deberán hacer los alumnas y alumnos: expresar mediante metáforas e imágenes qué es para ellos la amistad, acompañando sus versos de una ilustración que haga referencia a lo dicho. Una vez realizada una metáfora ilustrada por estudiante, se recogerán y se pegarán una por una en el muro de la amistad. Cada vez que un alumno o alumna pegue su metáfora, explicará al resto del grupo por qué ha expresado la amistad de ese modo.

Finalmente, os adjuntamos un código de Spotify que os llevará a una lista de reproducción formada por canciones que hablan sobre los amigos y su importancia. Solamente tenéis que entrar en la aplicación, darle a buscar y apuntar con vuestra cámara a la imagen. Os animamos a que la escuchéis mientras los estudiantes realizan la actividad y que, de este modo, se inspiren a través de la música.





AMOR PROPIO



Los griegos creían que amarse a sí mismo era la clave para dar amor a los demás. Y para nosotras, también. Creemos firmemente que las personas que se odian a sí mismas tendrán menos amor para compartir que las que sí lo hacen y abrazan tanto sus virtudes como sus defectos. Esta **philautia** o amor propio no debe confundirse con el egoísmo o el narcisismo, pues no hablamos de vanidad ni de fanfarronería.

¿Crees que cada uno de tus alumnos se quiere a sí mismo? ¿Piensas que cada uno de ellos es consciente de sus virtudes y de sus defectos? Es complicado que esto suceda y más aún con las exigencias que la sociedad de hoy en día nos plantea: fotos trucadas en redes sociales, vidas enmascaradas para que parezcan ideales, retos inalcanzables... Cualquiera puede sentirse decepcionado consigo mismo si se compara con todo ello.

Así pues, a continuación os proponemos dos actividades para trabajar el amor propio en el aula con vuestros alumnos y, por qué no, también con vosotros mismos.

La primera actividad consistiría en lo siguiente: "Escribe una **carta en primera persona a ti mismo**. En ella puedes plasmar todas tus reflexiones acerca de tus virtudes. Puedes también incluir un pequeño agradecimiento de todas las cosas buenas que tienes (valores, acciones que realizas) y que se te olvida agradecerte. En dicha carta también puedes pedirte perdón y ser benévolo contigo mismo por todas aquellas veces en las que no te has querido o priorizado como se merece". Somos muy exigentes con nosotros mismos y creemos que esta es una buena actividad para reconocernos a cada uno de nosotros lo válidos, valiosos y queridos que somos. No debemos nunca olvidar que a lo largo de nuestra vida compartiremos experiencias con muchas personas, pero a quien más debemos amar es a nosotros mismos, con quien vamos a convivir de por vida.

Os adjuntamos, en primer lugar, un modelo de carta escrita por nosotras mismas que os serviría de modelo para enseñarla a vuestros alumnos. Podéis crear la vuestra propia a partir de la nuestra. En segundo lugar, os dejamos una plantilla de carta de amor propio para que la fotocopíéis y la entreguéis como modelo a vuestro alumnado.



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA

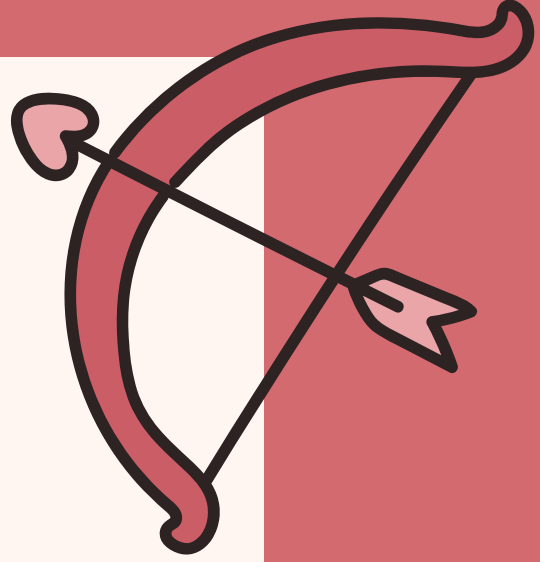




EL AMOR PROPIO
EMPIEZA POR TI



Yo, mí, me, conmigo



Querido tú, querida yo:

Son muchos los años que llevamos juntas en este camino llamado vida y durante todos este tiempo hemos luchado y trabajado muy duro para conseguir siempre todo aquello que tanto hemos soñado. A veces, las cosas no han salido como esperábamos y, lejos de sacar lo positivo, nos hemos enfocado de forma exagerada en lo negativo. Tanto, que hemos llegado a culparnos por no haber cumplido con nuestras estrictas expectativas. ¿Te has parado a pensar en todo lo bueno que tienes y que no valoras? Eres una persona increíble, llena de valores y con mucha pasión por lo que haces, muy especial, diferente y carismática. Es cierto que también tienes defectos (como todos), pero es eso justamente lo que nos hace a todos humanos y nos demuestra que somos reales y no perfectos.

Es justamente esa autoexigencia la que nos destruye, la que nos ahoga por dentro y la que no nos permite darnos cuenta de todo lo que de verdad importa.



Aquí te dejo una lista de todo aquello bueno que tienes en tu vida y que debes agradecer diariamente:



Cosas por las que agradezco...

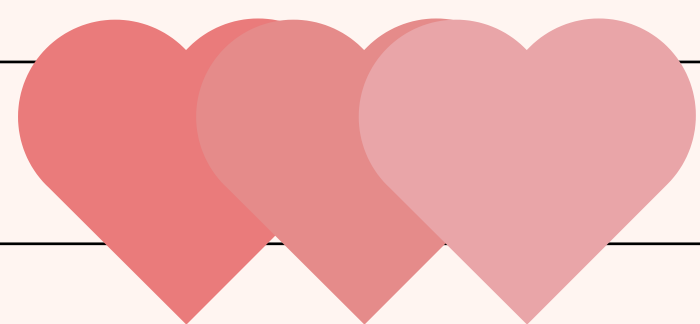
1. Tengo un maravilloso trabajo.
2. Mi familia me quiere como soy.
3. Puedo alimentarme bien diariamente.
4. Mis amigos me apoyan.
5. Tengo una casita donde cobijarme.
6. Disfruto de pequeños placeres de la vida: leer, tomar un café, pasear...

No te olvides que viniste a esta vida a ser feliz además de hacer felices a los demás. No eres perfecta ni pretendas serlo. Nadie te exige serlo.

14.02.2022

Ámate. Quiérete. Consuéntete. Y no te olvides de sonreír.
Estás preciosa cuando lo haces.

TE QUIERO



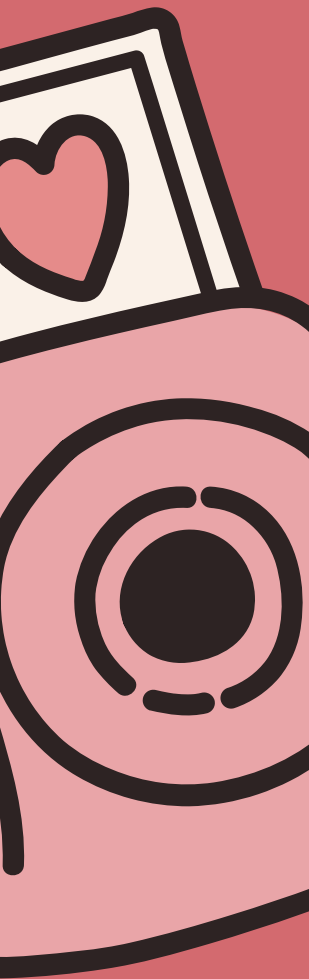
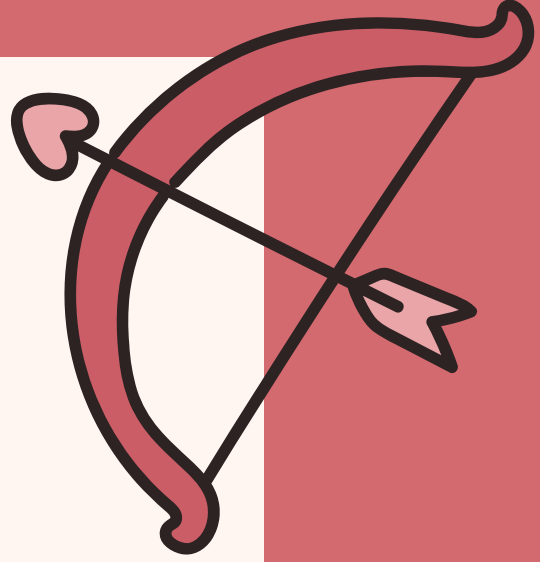
@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



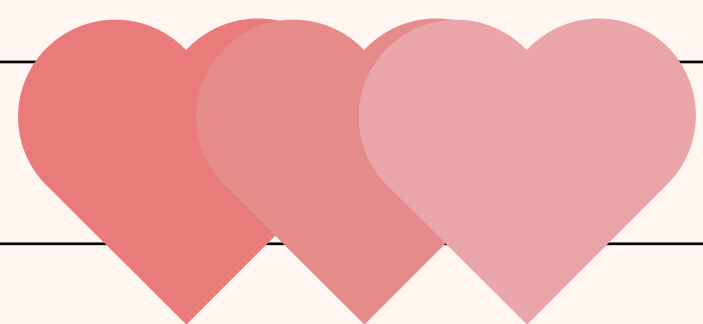
EL AMOR PROPIO
EMPIEZA POR TI



Yo, mí, me, conmigo



14.02.2022



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



AMOR PROPIO



La segunda actividad gira en torno al **mito de la media naranja**. ¿Lo conoces? Es uno de los mitos más antiguos y asentados en la sociedad. Existe la creencia de que hay una persona en el universo que te complementa y que se adapta totalmente a ti, haciendo que, juntos, estéis completos. Como bien dice la palabra: es un mito. NO es real. No es cierto ese pensamiento antiguo de que cada uno de nosotros debemos buscar a esa persona que sea nuestro espejo y que nos complete, de forma de juntando nuestras mitades formemos la naranja entera. Es falso pues nosotros mismos ya somos seres completos, naranjas completas. Hay, por tanto, que tener bien presente la idea de que el ser humano es imperfecto y debemos aceptar a las personas tal y como son realmente: con lo bueno y con lo malo. La teoría de la media naranja puede hacer que idealicemos a una persona, que elevemos su consideración y que la “adoremos”, sentimientos que construyen las bases de relaciones tóxicas que pueden llegar a ser muy dañinas.

Lo más curioso de todo es que esta idea que nos parece de nuestro siglo proviene de hace muchos años atrás. Esta idea de que somos seres incompletos sin nuestra media naranja viene de este fragmento del discurso de **Aristófanes en El Banquete de Platón**, escrito en el año 385–370 a. C (el cual te adjuntamos más abajo para trabajarlo con los alumnos en el aula).

Esta fue la primera vez que se intentó explicar el amor entre humanos, puesto que hasta entonces el amor solo se podía dar entre dioses. Pero lo sorprendente es que esta idea, que surgió hace más de 2000 años, se acogió con tanta fuerza que ha llegado prácticamente intacta hasta nuestros días, poniendo en el centro de las relaciones la dependencia como pilar base.

Romantizamos la idea de no ser seres completos, de necesitar a otro ser humano que nos complemente de modo que solo así podremos ser completamente felices; y ponemos todas nuestras esperanzas en esa supuesta persona pensando que cuando llegue a nuestras vidas todo será felicidad y regocijo. Así, de algún modo, justificamos la posibilidad de sentirnos mal o tener bajones cuando estamos solos.



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR PROPIO



MITO DE LA MEDIA NARANJA

En primer lugar, tres eran los sexos de los hombres, no dos, como ahora, masculino y femenino, sino que había, además, un tercero que participaba de estos dos, cuyo nombre sobrevive todavía, aunque él mismo ha desaparecido. El andrógino (hombre-mujer), en efecto, era entonces una sola cosa en cuanto a figura y nombre, que participaba de uno y otro sexo, masculino y femenino, pero que ahora no es sino un nombre que yace en la ignominia.

En segundo lugar, la forma de cada persona era totalmente redonda, con la espalda y los costados en forma de círculo. Tenía cuatro manos, el mismo número de pies que de manos y dos rostros perfectamente iguales sobre un cuello circular. y sobre estos dos rostros, situados en direcciones opuestas, una sola cabeza, y además cuatro orejas, dos órganos sexuales, y todo lo demás como uno puede imaginarse a tenor de lo dicho. Caminaba también recto, como ahora, en cualquiera de las dos direcciones que quisiera; pero cada vez que se lanzaba a correr velozmente, al igual que ahora los acróbatas dan volteretas circulares haciendo girar las piernas hasta la posición vertical, se movía en círculo rápidamente apoyándose en sus miembros, que entonces eran ocho. Eran tres los sexos y de estas características, porque lo masculino era originariamente descendiente del sol, lo femenino de la tierra, y lo que participaba de ambos de la luna porque también la luna participa de lo uno y de lo otro. Precisamente eran circulares ellos mismos y su marcha, por ser similares a sus progenitores. Eran también extraordinarios en fuerza y en vigor y tenían un inmenso orgullo, hasta el punto de que conspiraron contra los dioses. Y lo que dice Homero de Oto y Esfialtes se dice también de ellos: que intentaron subir hasta al cielo para atacar a los dioses. Entonces, Zeus y los demás dioses deliberaban sobre qué debían hacer con ellos y no encontraban solución. porque, ni podían matarlos y exterminar su linaje, fulminándolos con el rayo como a los gigantes, pues entonces se les habrían esfumado también los honores y sacrificios que recibían de parte de los hombres, ni podían permitirles tampoco seguir siendo insolentes.

Tras pensarlo detenidamente dijo, al fin, Zeus: «Me parece que tengo el medio de cómo podrían seguir existiendo los hombres y, a la vez, cesar de su desenfreno haciéndolos más débiles. Ahora mismo - dijo- los cortaré en dos mitades a cada uno



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR PROPIO



y de esta forma serán a la vez más débiles y más útiles para nosotros por ser más numerosos. Andarán rectos sobre dos piernas y si nos parece que todavía perduran en su insolencia y no quieren permanecer tranquilos, de nuevo, dijo, los cortaré en dos mitades, de modo que caminarán dando saltos sobre una sola pierna». Dicho esto, cortaba a cada individuo en dos mitades, como los que cortan las serbas y las ponen en conserva o como los que cortan los huevos con crines. Y al que iba cortando ordenaba a Apolo que volviera su rostro y la mitad de su cuello en dirección del corte, para que el hombre, al ver su propia división, se hiciera más moderado, ordenándole también curar lo demás. Entonces, Apolo volvía el rostro y, juntando la piel de todas partes en lo que ahora se llama vientre, como bolsas cerradas con cordel, la ataba haciendo un agujero en medio del vientre, lo que llaman precisamente ombligo. Alisó las otras arrugas en su mayoría y modeló también el pecho con un instrumento parecido al de los zapateros cuando alisan sobre la horma los pliegues de los cueros. Pero dejó unas pocas en torno al vientre mismo y al ombligo, para que fueran un recuerdo del antiguo estado.

Así pues, una vez que fue seccionada en dos la forma original, añorando cada uno su propia mitad se juntaba con ella y rodeándose con las manos y entrelazándose unos con otros, deseosos de unirse en una sola naturaleza, morían de hambre y de absoluta inacción, por no querer hacer nada separados unos de otros. Y cada vez que moría una de las mitades y quedaba la otra, la que quedaba buscaba otra y se enlazaba con ella, ya se tropezara con la mitad de una mujer entera, lo que ahora precisamente llamamos mujer, ya con la de un hombre, y así seguían muriendo. Compadeciéndose entonces Zeus, inventa otro recurso y traslada sus órganos genitales hacia la parte delantera, pues hasta entonces también éstos los tenían por fuera y engendraban y parían no los unos en los otros, sino en la tierra, como las cigarras. De esta forma, pues, cambió hacia la parte frontal sus órganos genitales y consiguió que mediante éstos tuviera lugar la generación en ellos mismos, a través de lo masculino en lo femenino, para que si en el abrazo se encontraba hombre con mujer, engendraran y siguiera existiendo la especie humana, pero, si se encontraba varón con varón, hubiera, al menos, satisfacción de su contacto, descansaran, volvieran a sus trabajos y se preocuparan de las demás cosas de la vida.

Desde hace tanto tiempo, pues, es el amor de los unos a los otros innato en los hombres y restaurador de la antigua naturaleza, que intenta hacer uno solo de dos y





AMOR PROPIO



sanar la naturaleza humana. Por tanto, cada uno de nosotros es un símbolo de hombre, al haber quedado seccionado en dos de uno solo, como los lenguados. Por esta razón, precisamente, cada uno está buscando siempre su propio símbolo. En consecuencia, cuantos hombres son sección de aquel ser de sexo común que entonces se llamaba andrógino son aficionados a las mujeres, y pertenece también a este género la mayoría de los adúlteros; y proceden también de él cuantas mujeres, a su vez, son aficionadas a los hombres y adúlteras. Pero cuantas mujeres son sección de mujer, no prestan mucha atención a los hombres, sino que están más inclinadas a las mujeres, y de este género proceden también las lesbianas. Cuantos, por el contrario, son sección de varón, persiguen a los varones y mientras son jóvenes, al ser rodajas de varón, aman a los hombres y se alegran de acostarse y abrazarse; éstos son los mejores de entre los jóvenes y adolescentes, ya que son los más viriles por naturaleza. Algunos dicen que son unos desvergonzados, pero se equivocan. Pues no hacen esto por desvergüenza, sino por audacia, hombría y masculinidad, abrazando lo que es similar a ellos.

Y una gran prueba de esto es que, llegados al término de su formación, los de tal naturaleza son los únicos que resultan valientes en los asuntos políticos. Y cuando ya son unos hombres, aman a los mancebos y no prestan atención por inclinación natural a los casamientos ni a la procreación de hijos, sino que son obligados por la ley, pues les basta vivir solteros todo el tiempo en mutua compañía. Por consiguiente, el que es de tal clase resulta, ciertamente, un amante de mancebos y un amigo del amante, ya que siempre se apega a lo que le está emparentado. Pero cuando se encuentran con aquella autentica mitad de si mismos tanto el pederasta como cualquier otro, quedan entonces maravillosamente impresionados por afecto, afinidad y amor, sin querer, por así decirlo, separarse unos de otros ni siquiera por un momento.

Éstos son los que permanecen unidos en mutua compañía a lo largo de toda su vida, y ni siquiera podrían decir qué desean conseguir realmente unos de otros. Pues a ninguno se le ocurriría pensar que ello fuera el contacto de las relaciones sexuales y que, precisamente por esto, el uno se alegra de estar en compañía del otro con tan gran empeño. antes bien, es evidente que el alma de cada uno desea otra cosa que no puede expresar, si bien adivina lo que quiere y lo insinúa enigmáticamente.





AMOR PROPIO



Y si mientras están acostados juntos se presentara Hefesto con sus instrumentos y les preguntara: «¿Qué es, realmente, lo que queréis, hombres, conseguir uno del otro?», y si al verlos perplejos volviera a preguntarles: «¿Acaso lo que deseáis es estar juntos lo más posible el uno del otro, de modo que ni de noche ni de día os separéis el uno del otro? Si realmente queréis esto, quiero fundiros y soldaros en uno solo, de suerte que siendo dos lleguéis a ser uno, y mientras viváis, como si fuerais uno sólo, viváis los dos en común y, cuando muráis, también allí en el Hades seáis uno en lugar de dos, muertos ambos a la vez. Mirad, pues, si deseáis esto y estaréis contentos si lo conseguís».

Al oír estas palabras, sabemos que ninguno se negaría ni daría a entender que desea otra cosa, sino que simplemente creería haber escuchado lo que, en realidad, anhelaba desde hacía tiempo: llegar a ser uno solo de dos, juntándose y fundiéndose con el amado. Pues la razón de esto es que nuestra antigua naturaleza era como se ha descrito y nosotros estábamos íntegros. Amor es, en consecuencia, el nombre para el deseo y la persecución de esa integridad. Antes, como digo, éramos uno, pero ahora por nuestra iniquidad, hemos sido separados por la divinidad, como los arcadios por los lacedemonios. Existe, pues, el temor de que, si no somos medidos respecto a los dioses, podamos ser partidos de nuevo en dos y andemos por ahí como los que están esculpidos en relieve en las estelas, serrados en dos por la nariz, convertidos en téseras. Ésta es la razón, precisamente, por la que todo hombre debe exhortar a ser piadosos con los dioses en todo, para evitar lo uno y conseguir lo otro, siendo Eros nuestro guía y caudillo.

Que nadie obre en su contra -y obra en su contra el que se enemista con los Dioses-, pues si somos sus amigos y estamos reconciliados con el Dios, descubriremos y nos encontraremos con nuestros propios amados, lo que ahora consiguen solo unos pocos. Y que no me interrumpa Erixímaco para burlarse de mi discurso diciendo que aludo a Pausanias y a Agatón, pues tal vez también ellos pertenezcan realmente a esta clase y sean ambos varones por naturaleza. Yo me estoy refiriendo a todos, hombres y mujeres, cuando digo que nuestra raza sólo podría llegar a ser plenamente feliz si lleváramos el amor a su culminación y cada uno encontrara el amado que le pertenece retornando a su antigua naturaleza. Y si esto es lo mejor, necesariamente también será lo mejor lo que, en las actuales circunstancias, se acerque más a esto, a saber, encontrar un amado que por naturaleza responda a



AMOR PROPIO



nuestras aspiraciones. Por consiguiente, si celebramos al dios causante de esto, celebraríamos con toda justicia a Eros, que en el momento actual nos procura los mayores beneficios por llevarnos a lo que nos es afín y nos proporciona para el futuro las mayores esperanzas de que, si mostramos piedad con los Dioses, nos hará dichosos y plenamente felices, tras restablecernos en nuestra antigua naturaleza y curarnos.

- Éste, Erixímaco, es -dijo- mi discurso sobre Eros, distinto, por cierto, al tuyo. No lo ridiculices, como te pedí, para que oigamos también que va a decir cada uno de los restantes o, más bien, cada uno de los otros dos, pues quedan Agatón y Sócrates.

El banquete, Platón (Historia, National Geographic).



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR PROPIO



A continuación, te proponemos una serie de actividades sobre cómo trabajar el amor propio a partir de este mito de la media naranja extraído de la obra de Platón *El banquete*.

1. Lee el texto detenidamente en clase y responde brevemente a las siguientes preguntas que se te plantean:

1.1. ¿Qué es un andrógino? Búscalo en el diccionario, investiga sobre su etimología y relacionalo con el término hermafrodita.

1.2. ¿Cuál es la solución que propone Zeus al problema de qué hacer con estos tres sexos?

1.3. ¿Qué sucedía cada vez que dos mitades se reencontraban? ¿Y en el momento en el que una de las dos moría?

1.4. ¿Piensas entonces que es real este mito de la media naranja? ¿Crees que los seres humanos estamos predestinados a encontrar a esa persona que congenie con nosotros a la perfección?

2. Tras la lectura del texto y la realización de esta pequeña comprensión lectora, os proponemos la siguiente actividad:

2.1. En la siguiente página te hemos adjuntado una plantilla con una serie de naranjas enteras. Deberás partirlas como las del ejemplo y entregar una sola mitad a cada alumno.

Seguidamente, pedirás a cada alumno que escriba en cada gajo una palabra que responda a las siguientes preguntas:

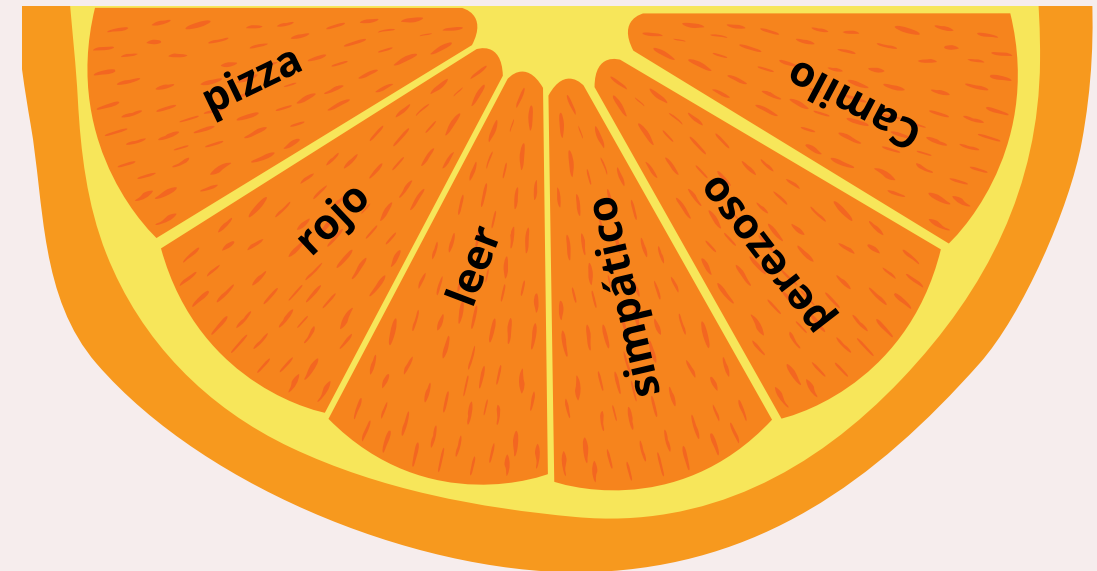
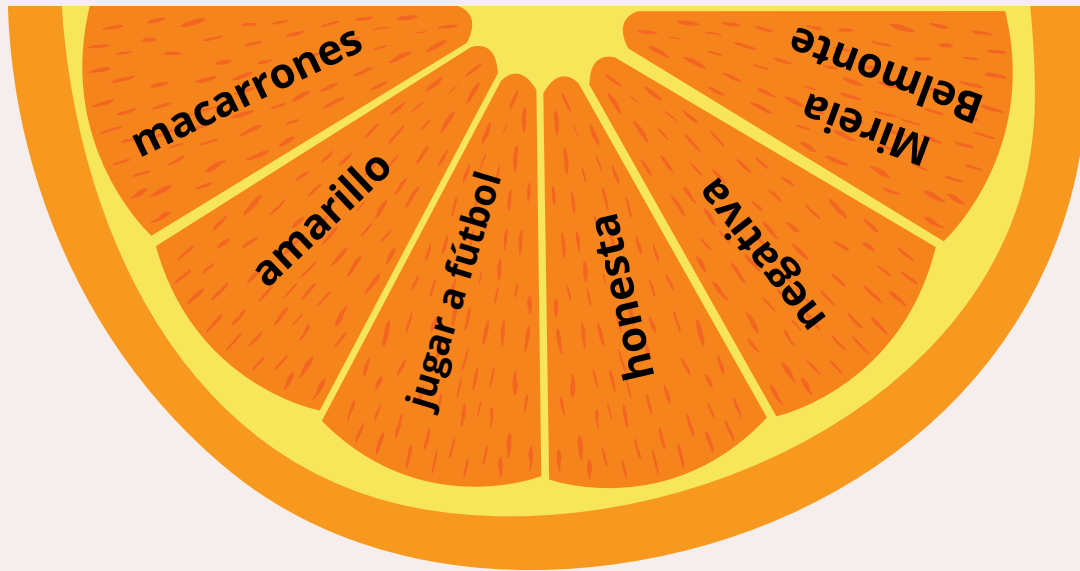
- ¿Cuál es tu comida favorita?
- ¿Cuál es el color que más te gusta?
- ¿Qué es lo que más te gusta hacer en tu tiempo libre?
- ¿Cuál es tu mayor virtud?
- ¿Cuál es tu peor defecto?
- ¿Quién es tu famoso favorito (cantante, pintor, actor, deportista, etc.)?



AMOR PROPIO



Aquí os dejamos un ejemplo de cómo sería la actividad:



Una vez que cada alumno ha escrito en cada gajo la respuesta a todas las preguntas, se les pide que durante 5/10 minutos paseen por su clase y busquen si sus respuestas al 100% coinciden con alguno de sus compañeros de clase. Si por problemas con la pandemia no puede realizarse de este modo, otra manera de hacerlo es hacer una puesta en común en gran grupo.

La idea es que el alumnado se dé cuenta de que puede que coincida en una o varias respuestas con sus compañeros, pero que será casi imposible que coincida al 100% con otra persona. Con esta actividad se pretende que el alumnado sea consciente de que no existen el mito de la media naranja, de que no debemos buscar a alguien que nos complemente, pues cada uno por sí mismo ya es una persona completa.

2.2. Una vez finalizada esta primera parte de la actividad, pasaremos a la segunda y última dentro del amor propio. Para ello usaremos la plantilla en la que aparecen la naranja dividida con una falsilla en el centro para realizar una tarea de escritura creativa. Os dejamos dos propuestas: por un lado, una para los cursos más bajos (primaria, 1º y 2º de ESO) y, por otro lado, otra para los cursos más altos (3º y 4º ESO y Bachillerato). No obstante, podéis modificarlas a vuestro gusto.



AMOR PROPIO



2.2.1. Por un lado, la actividad destinada a primaria y 1º/2ºESO consistiría en lo siguiente: "Cada alumno escribe dentro de la plantilla que se le entrega una redacción de 50/100 palabras en la que se describe a sí mismo utilizando cualidades positivas suyas". Os dejamos, como siempre, un ejemplo:



Mi nombre es Carlos aunque mis amigos me llaman "Lito". Es un apodo cariñoso, a la par que una abreviatura de mi propio nombre. Soy una persona sensible y amable. Me encanta pasar tiempo con mi familia, es por ello que soy familiar. Me gustan mucho las matemáticas, de ahí que se me pasen tan rápidas esas horas por la mañana en el instituto. Por las tardes juego a fútbol con un equipo de mi barrio. Soy muy competitivo (pero de forma sana) ya que soy un buen compañero en el equipo.

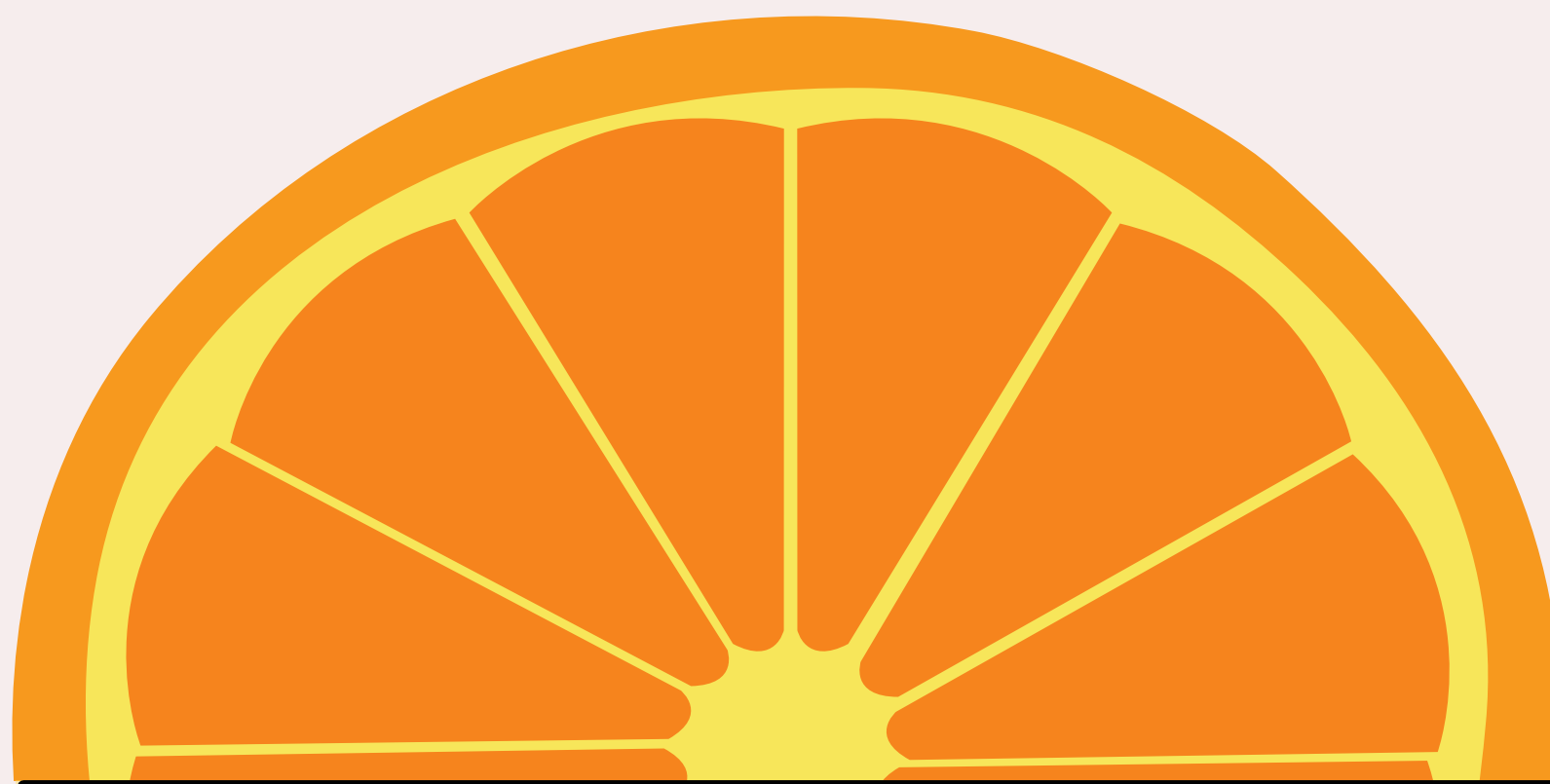




AMOR PROPIO



2.2.2. Por otro, la actividad destinada a 3º/4ºESO consistiría en lo siguiente: "Cada alumno escribe dentro de la plantilla que se le entrega un microrrelato inspirado en el amor propio". Os dejamos, como siempre, un ejemplo:



He (re)conocido a alguien. Hacía mucho que no nos hablábamos. Un muro nos había

mantenido distanciados durante meses. Nos hemos vuelto a observar, a abrazar.

Nos hemos perdonado y mimado. Nos hemos pedido perdón también.

Por habernos olvidado. Por no habernos cuidado. Hemos llorado y hemos sonreído.

Me he mirado al espejo y me he reconocido.

Me he dado cuenta de que no estaba

perdido. Simplemente me había olvidado.

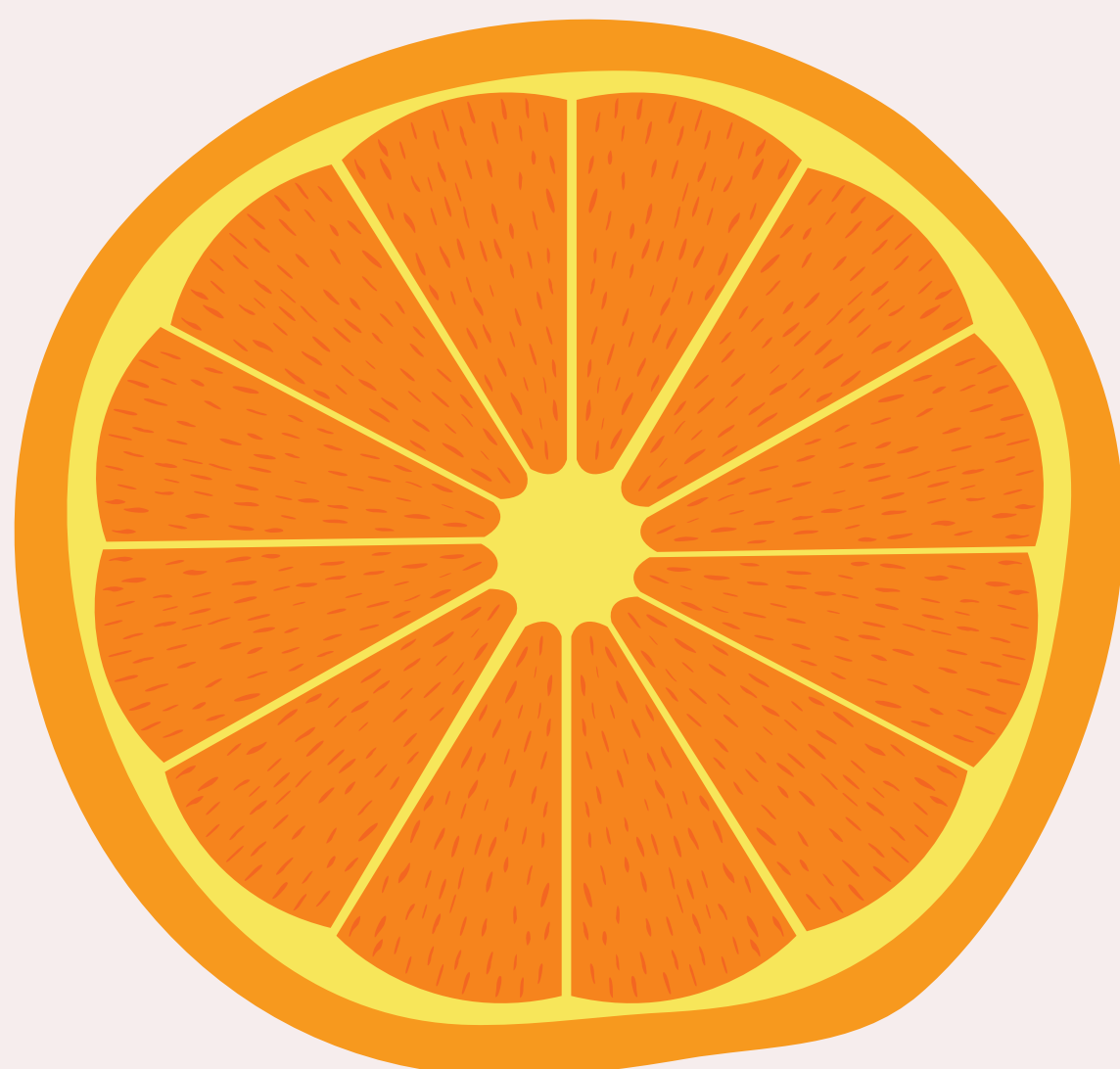
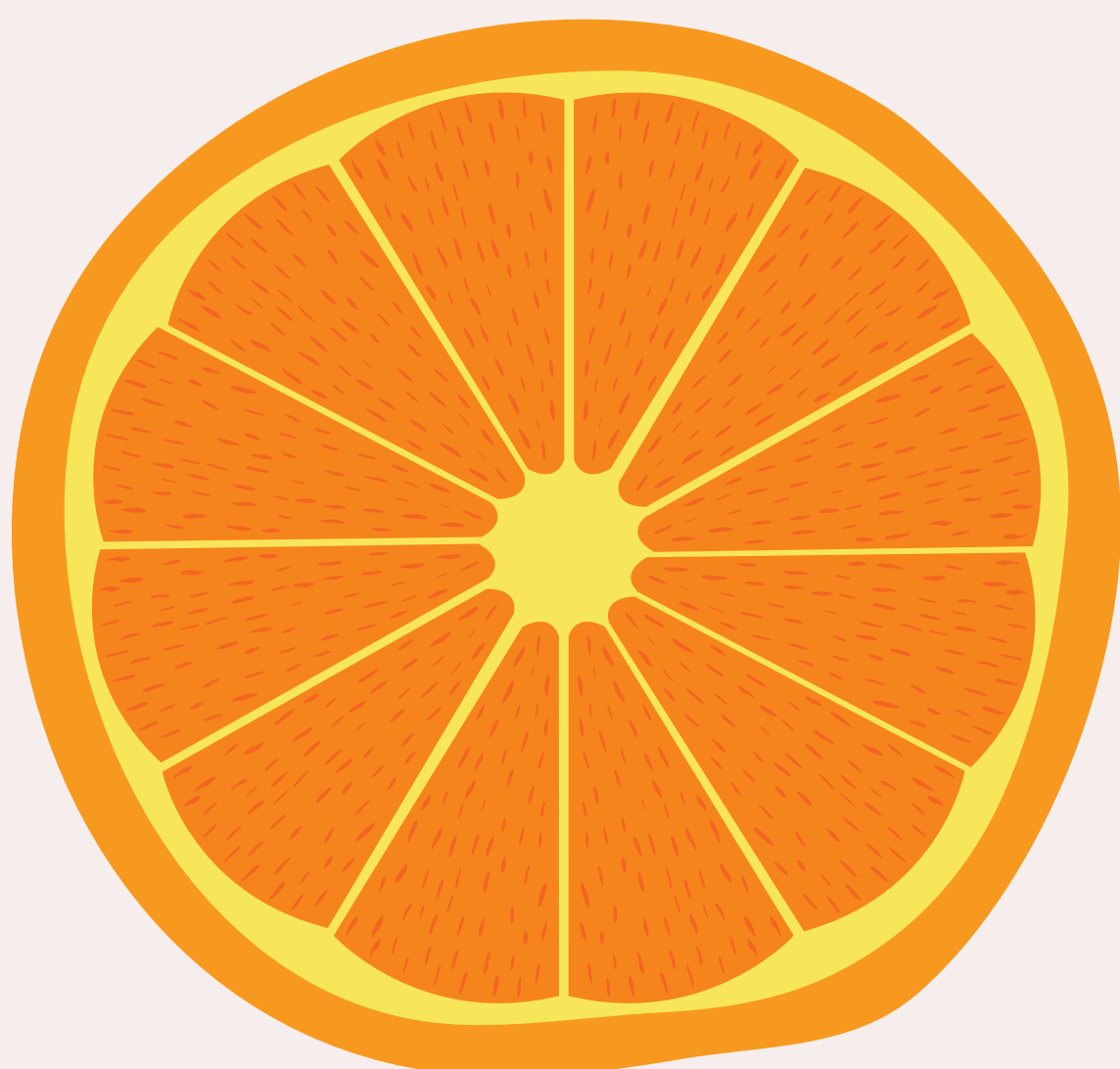
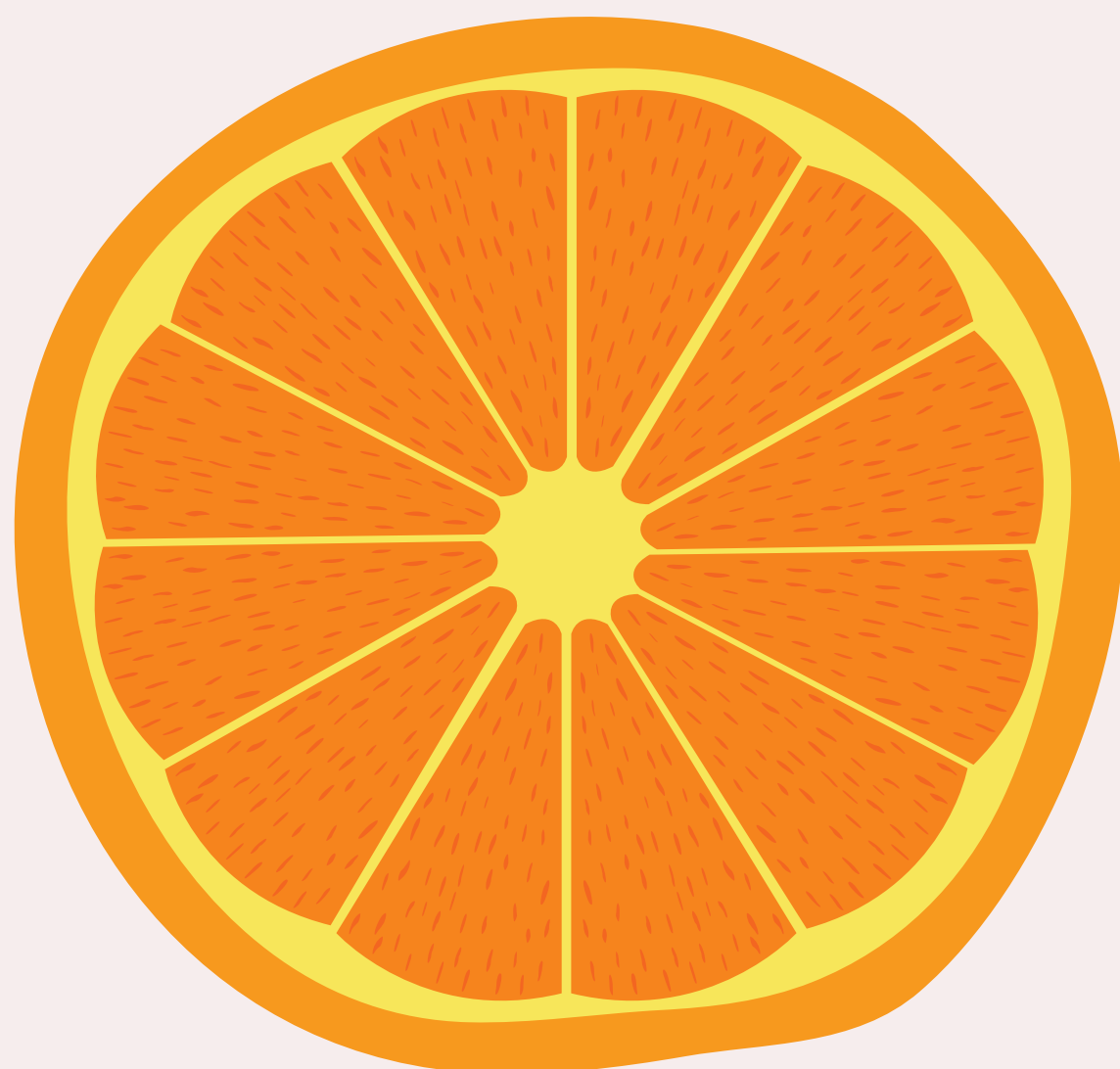
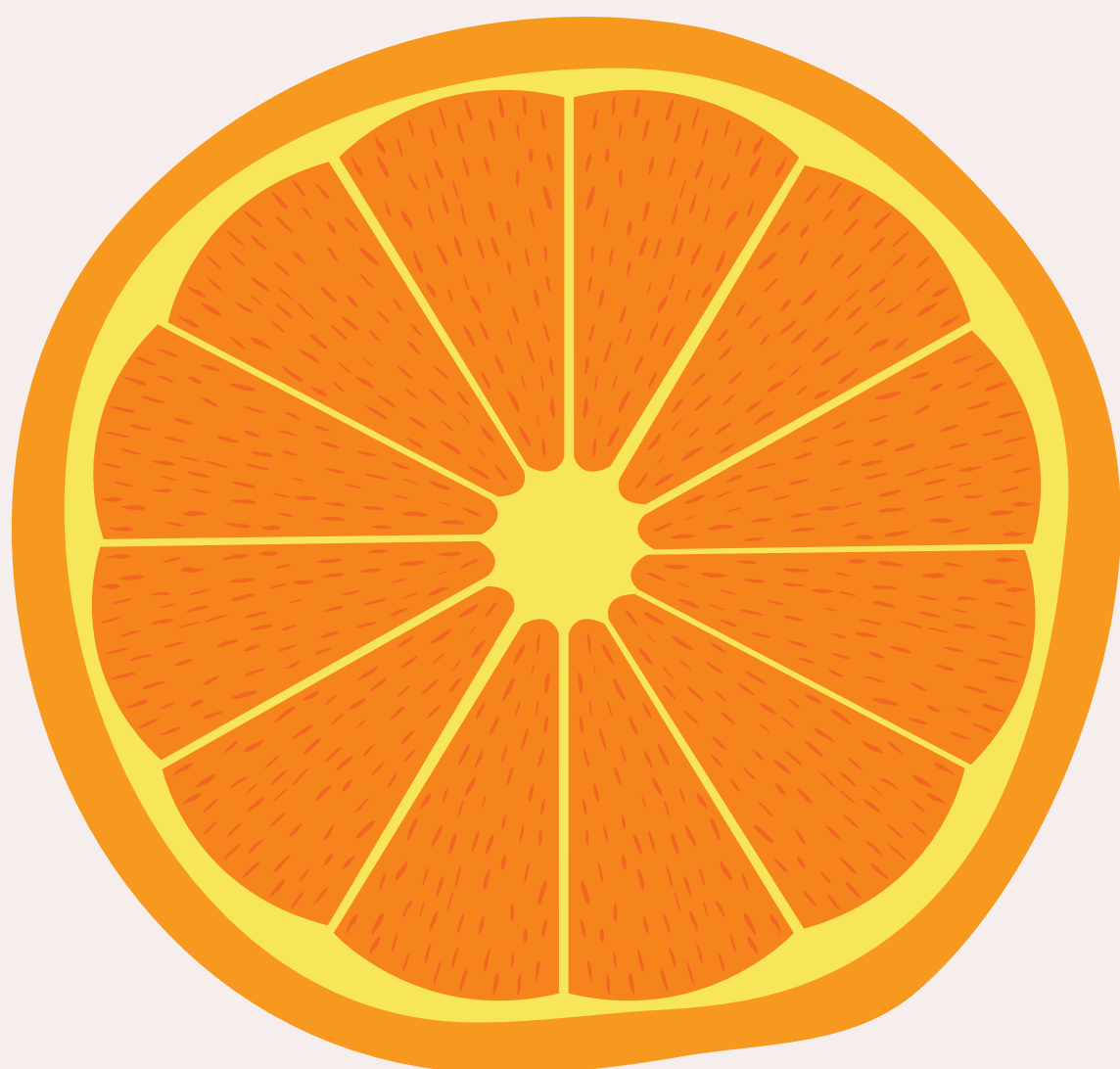
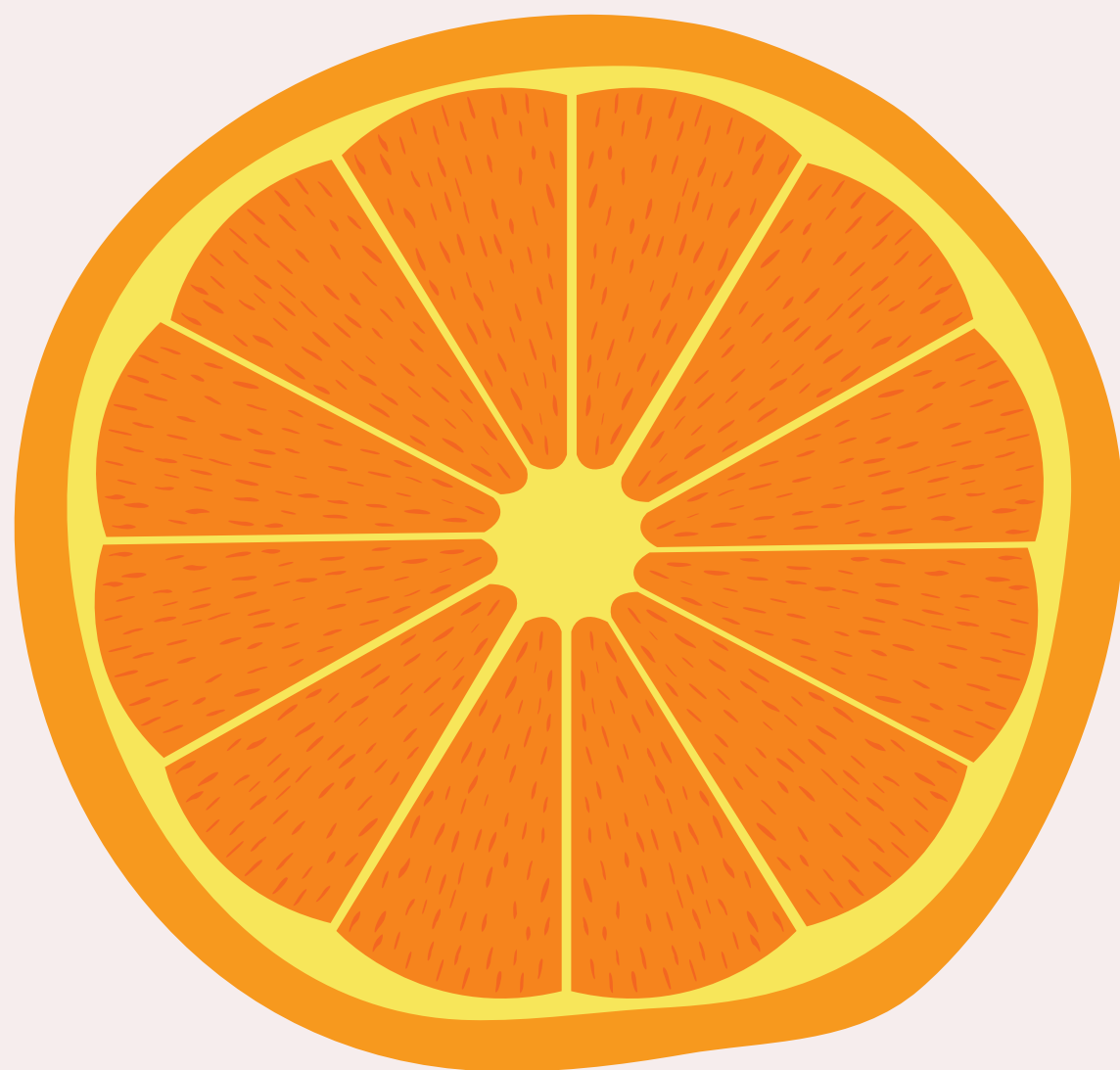
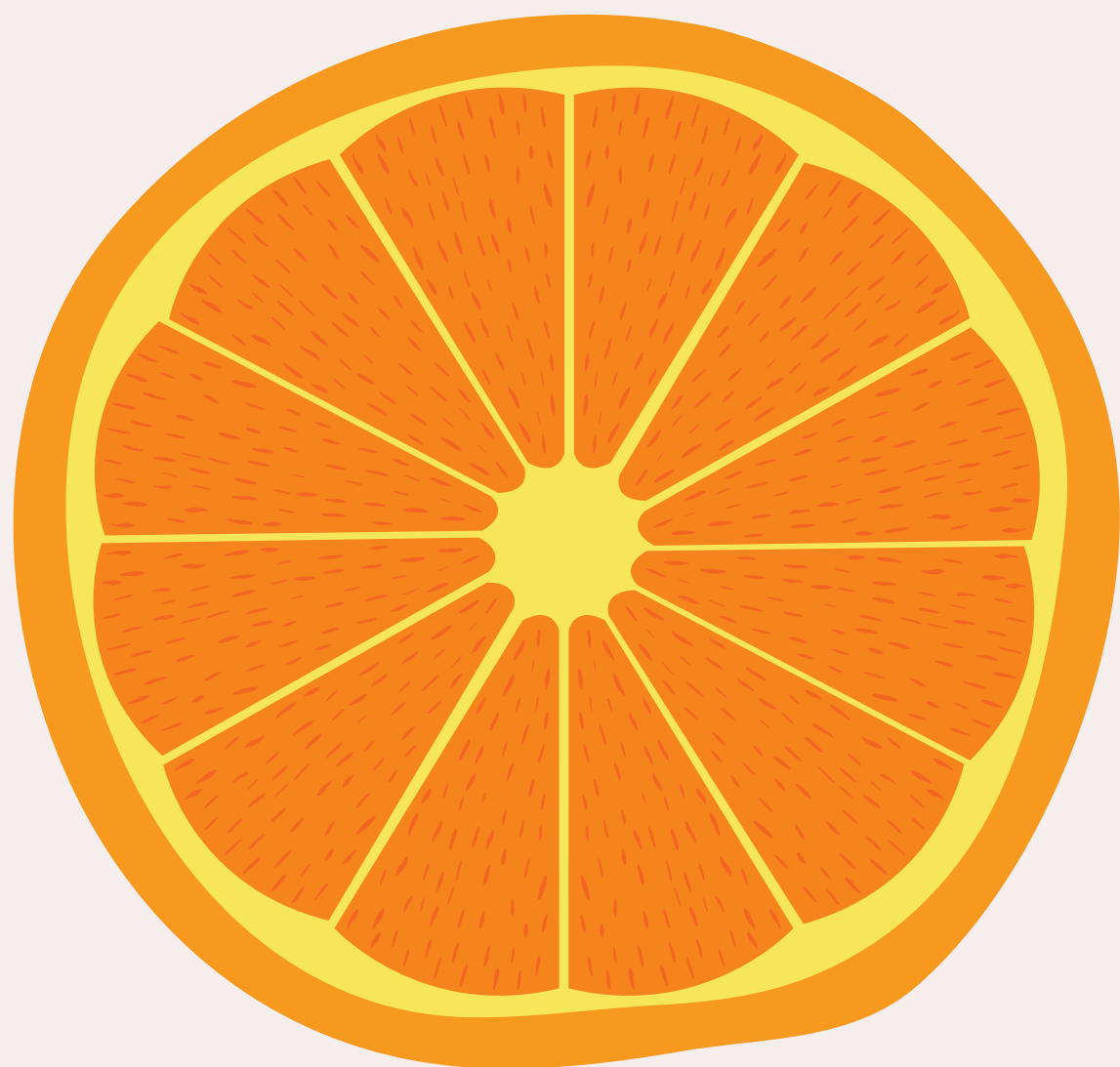




AMOR PROPIO



Aquí os compartimos la **PLANTILLA** de las naranjas para la primera parte de la actividad para el amor propio:

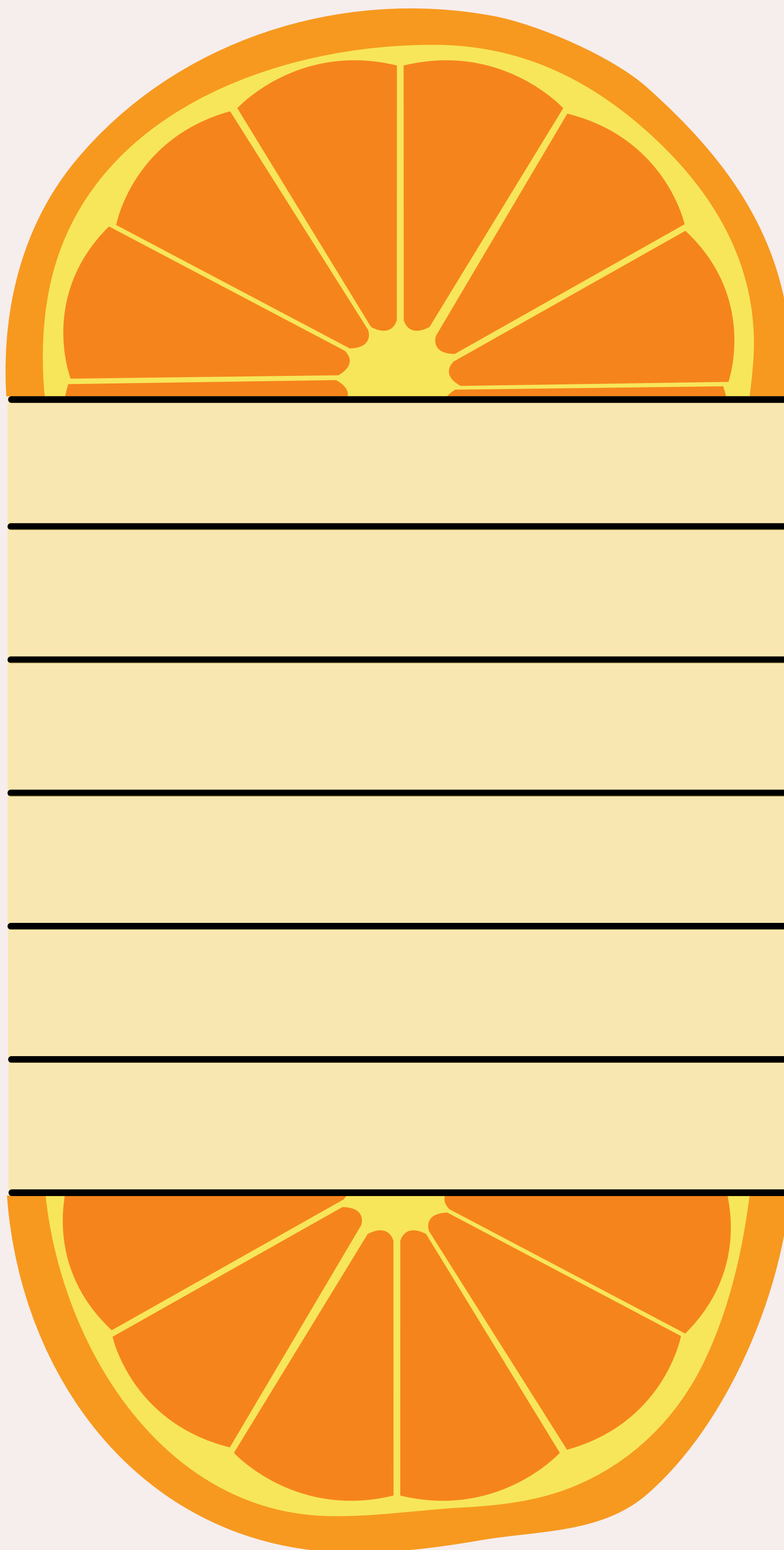




AMOR PROPIO



Aquí os compartimos la **PLANTILLA** de la media naranja para realizar la segunda parte de la actividad para el amor propio:





AMOR POR LA FAMILIA



Storge es el término con el que los griegos hablaban sobre el amor familiar. Este tipo de amor se parece mucho al *amor philia*, ya que en ambos no existe la atracción física o sexual, pero hay un fuerte vínculo, parentesco y familiaridad entre las personas.

Para trabajar este tipo de amor os planteamos la siguiente actividad:

1. En primer lugar, os proponemos la visualización del vídeo de la actuación de **Rigoberta Bandini** con su canción **¡Ay, mamá!** en el **Benidorm Fest** (el festival musical organizado por RTVE para elegir el artista y la canción que representarán a nuestro país en Eurovisión 2022).



Aquí os dejamos el enlace del mismo: https://www.youtube.com/watch?v=K_WqBxwAbJY

2. Después de su visualización realizaremos un breve análisis del mismo, así como de su letra a partir de las siguientes cuestiones propuestas:

2.1. ¿Cuál crees que es el **tema central** de la canción *¡Ay, mamá!*? ¿Qué crees que pretende transmitir Rigoberta con su canción?



AMOR POR LA FAMILIA



2.2. ¿Encuentras algunas **alusiones o referencias artísticas o cinematográficas** en dicha canción? (Podéis consultar este vídeo de Javi Hoyos <https://www.youtube.com/watch?v=p-qQY3ky34k> con toda esta información). (Si trabajáis con ellos este vídeo y esta pregunta, podéis omitir las siguientes pues son las preguntas desglosadas).

2.3. ¿Qué crees que quiere simbolizar la **imagen inicial** en la que aparece Rigoberta con gafas y con un velo que cubre su cara? ¿Esta imagen es habitual verla en la sociedad actual o es solo cosa del pasado?

2.4. ¿Qué significado crees que tiene ese grito de "**Escúchame**" y qué relación guarda con la temática de la canción?

2.5. En el vestido que lleva Rigoberta encontramos bordada a la **emperatriz del Tarot de Marsella**. Busca información sobre ella. ¿Quién fue? ¿Por qué Rigoberta ha decidido llevar ese vestido?

2.6. ¿Qué tipo de baile tiene lugar en el **minuto** de la canción? ¿Qué pretende reflejar este baile?

2.7. ¿Sabes a qué cuadro hace referencia la frase de la canción "**Sacando un pecho fuera al puro estilo Delacroix**"? ¿Qué significado tiene en la misma? Investiga sobre ello. / Otra forma de plantear la pregunta es mostrándoles el cuadro y formulándoles la cuestión de si conocen esta pintura, que de qué pintor es, si creen que guarda relación con la canción, cuál es su finalidad, etc.



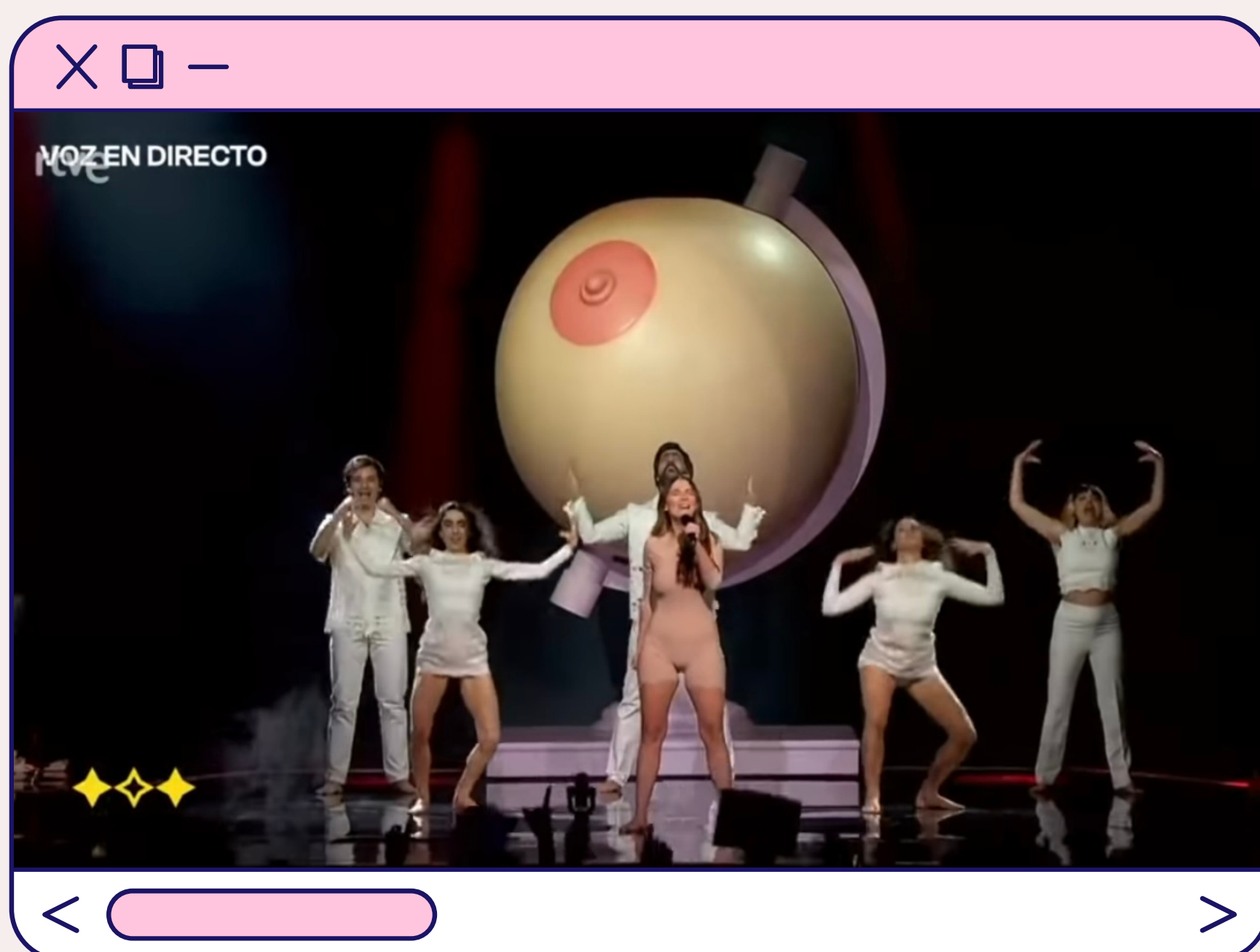


AMOR POR LA FAMILIA



2.8. En el minuto cuando Rigoberta se tumba en mitad del escenario aparecen una serie de imágenes: **una mama, una mamá, un embarazo, el universo**, etc. ¿Qué relación crees que guardan todas estas imágenes entre sí y qué crees que pretenden mostrar?

2.9. Al final del vídeo aparece **un pecho, una mama, una teta**. ¿Sabrías decirme en qué película aparece? ¿Qué se pretende reivindicar con el **espectáculo** siguiente de los tops que muestran tanto hombres como mujeres?



3. Tal como hemos podido comprobar tras el análisis del vídeo y de la letra de Rigoberta Bandini hay una **frase** que llama mucho la atención y es con la que pretendemos reflexionar sobre este tipo de amor: el amor storgue, el amor por la familia. La frase es la siguiente: "**No sé porque dan tanto miedo nuestras tetas. Sin ellas no habría humanidad ni habría belleza. Lo sabes bien**".

Hemos elegido sin duda esta frase ya que refleja el sentido, la esencia, la finalidad de la canción *¡Ay, mamá!* de Rigoberta Bandini: "Realizar un homenaje a todas las madres del mundo al mismo tiempo que reivindicar la libertad de amamantar en público".



AMOR POR LA FAMILIA



3.1. Así pues, partiendo de esta frase le pediremos a nuestro alumnado que **reflexione** sobre la misma y que comparta con su compañero (en parejas) su reflexión.

3.2. A continuación, les pediremos que en esas mismas parejas realicen una búsqueda en el diccionario de los siguientes términos: **mama, mamá, mamar, amamantar** y **lactancia**; y que anoten el significado de cada uno de ellos en sus cuadernos. Seguidamente, les pediremos que observen y expliquen cuál es la relación que tienen todas estas palabras entre sí.

3.3. Tras ello, podemos explicar brevemente qué es la lactancia materna o incluso pasarles un power point sobre ello. Os adjuntamos un enlace que puede servirnos:

<https://cuidateplus.marca.com/familia/bebe/diccionario/lactancia-materna.html>

3.4. Una vez comentada qué es la lactancia materna así como los otros tipos de lactancia, nos centraremos en la polémica de la **lactancia materna**. Les ofreceremos los siguientes **enlaces de Internet*** (si es que disponemos de conexión y salas con ordenadores en el centro) para trabajar dicha polémica. Puesto que ambas somos conscientes de estos problemas: que nuestros centros no disponen de una buena conexión inalámbrica, que tampoco tenemos opciones para utilizar los ordenadores, que no disponemos de *tablets* para todo el alumnado de una clase, que no podemos dejar que utilicen sus propios dispositivos móviles en el aula (entre muchos otros) os proponemos otras soluciones. La primera de ellas es que imprimáis los artículos de esos enlaces y los traigáis a clase fotocopiados. También podéis pedirle a los alumnos que busquen en Internet información sobre dicha polémica y la traigan (bien impresa bien copiada en sus libretas) al aula. Como prefiráis.





AMOR POR LA FAMILIA



La idea es que lean esos textos y se den cuenta de cómo es tratada una actividad tan natural como es la de amamantar en público. Para ello, podemos pedirles:

- Que creen distintos argumentos a favor y en contra de la lactancia materna. Para ello podéis utilizar las **tarjetas argumentativas** de **@lapizarraliteraria**.
- Reconocer estos tipos de argumentos.
- Crear un pequeño debate dividiendo la clase en dos grupos.



Enlaces de Internet sobre la polémica de la lactancia materna

1. Expulsan a una mujer de un restaurante por amamantar a su bebé:
https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2021-09-22/expulsan-mujer-dar-pecho-bebe-restaurante_3293758/
2. Una mujer es abofeteada por dar el pecho a su bebé en público:
<https://www.20minutos.es/noticia/4701906/0/una-mujer-es-abofeteada-por-dar-el-pecho-a-su-bebe-en-publico/>
3. Una aerolínea holandesa pide a una madre que se cubra para amamantar en un vuelo:
https://elpais.com/sociedad/2019/07/18/actualidad/1563456740_698926.html
4. «Estaba dando el pecho a mi bebé y el socorrista de la piscina me pidió que me fuera a los vestuarios»:
<https://www.lavozdegalicia.es/noticia/sociedad/2021/10/15/dando-pecho-bebe-socorrista-piscina-me-pidio-me-fuera-vestuarios/00031634309977602846280.htm>





AMOR POR LA FAMILIA



Aquí os dejamos la letra de la canción de *¡Ay, mamá!* de Rigoberta Bandini:

¡Ay, mamá!

*Tú que has sangrado tantos meses de tu vida.
Perdóname antes de empezar.
Soy engreída y lo sabes bien.
A ti que tienes siempre caldo en la nevera.
Tú que podrías acabar con tantas guerras.*

¡Escúchame!

*Mamá, mamá, mamá.
Paremos la ciudad.
Sacando un pecho fuera al puro estilo Delacroix.
Mamá, mamá, mamá.*

*Por tantas mamamama... mamá.
Todas las mamamama... mamá.*

*Tú que amarraste bien tu cuerpo a mi cabeza.
Con ganas de llorar, pero con fortaleza.*

¡Escúchame!

*Mamá, mamá, mamá.
Paremos la ciudad.
Sacando un pecho fuera al puro estilo Delacroix.
Mamá, mamá, mamá.*

*Por tantas mamamama... mamá.
Todas las mamamama... mamá.*

*No sé por qué dan tanto miedo nuestras tetas.
Sin ellas no habría humanidad ni habría belleza.*

*Y lo sabes bien
¡Escúchame!*



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR ETERNO



Para los griegos, existía también otro tipo de amor: el ***pragma***. Este tipo de amor es considerado como un amor maduro, pragmático y realista que perdura a través del tiempo (de ahí su título: amor eterno) y que es común en amistades o personas que llevan compartiendo varios años juntos de vida en pareja. Aunque es un tipo de amor ideal, es uno de los más complicados que existe porque necesita de compromiso de ambas partes. Implica paciencia, tolerancia y entendimiento. No obstante, creemos que es el tipo de amor que anhelamos todos y que nos gustaría tener en nuestra vida.

Para trabajar este amor eterno os planteamos dos actividades, las cuales podréis elegir en función del curso al que destinéis la actividad. La primera de ellas está orientada a cursos a partir de 3º ESO:

1. En primer lugar, leeremos el siguiente poema de Quevedo:

Amor constante, más allá de la muerte

*Cerrar podrá mis ojos la postrera sombra
que me llevaré el blanco día,
y podrá desatar esta alma mía
hora a su afán ansioso lisonjera;*

*mas no, de esotra parte, en la ribera,
dejará la memoria, en donde ardía:
nadar sabe mi llama la agua fría,
y perder el respeto a ley severa.*

*Alma a quien todo un dios prisión ha sido,
venas que humor a tanto fuego han dado,
médulas que han gloriosamente ardido,
su cuerpo dejará, no su cuidado,
serán ceniza, mas tendrá sentido,
polvo serán, mas polvo enamorado.*

Francisco de Quevedo



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR ETERNO



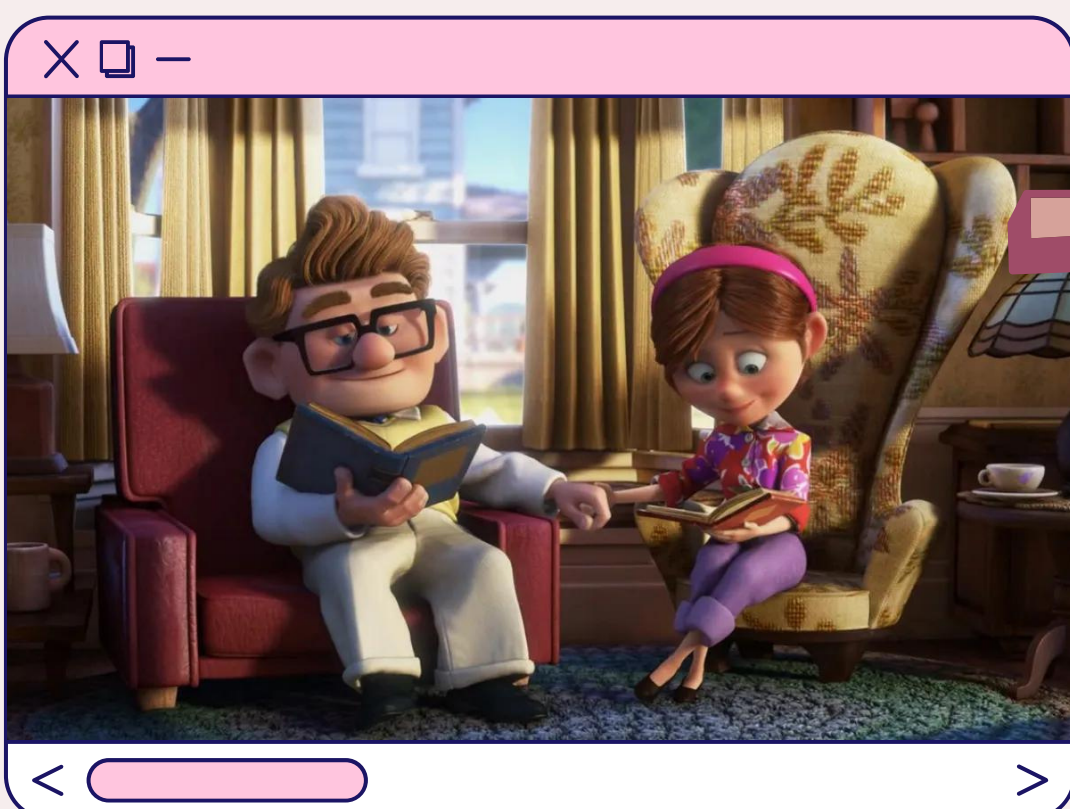
2. A continuación, intentaremos enunciar cuál es su **tema**.

3. Una vez lo hayamos enunciado, intentaremos hacer una **lluvia de ideas** sobre qué películas, canciones o libros conocen en los que aparezca este tipo de amor (el que pervive más allá de la muerte). Nosotros podemos ayudarlos si vemos que no tienen muchas ideas (aunque es imposible, ¡saben un montón!). Nosotras os dejamos algunos ejemplos: fragmentos del libro de *Días sin ti* de Elvira Sastre, las canciones de *Si tú no estás aquí* (Rosana) y *El cielo de los perros* (Dani Martín), la película de *Coco* o la película de *Up*, entre otros muchos ejemplos.



Fragmento de la película **Coco** que nos recuerda que las personas solo mueren cuando dejamos de recordarlas.

<https://youtu.be/a9kXJKS9VJI>



La historia de Carl y Ellie de la película **Up!** es un claro ejemplo de un amor que va más allá de la muerte.

<https://youtu.be/aFvJ-dSQPb8>



La canción **Si tú no estás aquí** de Rosana es un ejemplo de ese amor que perdura y nos negamos a que acabe.

<https://youtu.be/XlFOpw8tG7Y>



AMOR ETERNO



4. Tras ver los vídeos y escuchar las canciones, se formará un coloquio guiado por las siguientes cuestiones:

- En la antigua Grecia se creía que en la inmortalidad del alma. Cuando el alma abandonaba el cuerpo, viajaba hasta un lugar en el inframundo gobernado por Hades, en el que se separaba a los espíritus justos de los injustos, mientras que el cuerpo se quedaba en la tierra y era enterrado o incinerado **¿Qué pensáis al respecto? ¿Creéis que las almas viven más allá de la muerte?**
- Si avanzamos un poco más en el tiempo, nos encontramos con autores romanos como Ovidio. En su obra las *Metamorfosis* se recoge el mito de Apolo y Dafne. EL dios Apolo se rió un día de Eros, más conocido como Cupido. Este, al sentirse humillado por el arrogante dios, decidió darle una lección. Cuando Apolo se encontraba en el bosque cazando, vio a lo lejos una hermosa joven llamada Dafne, que en realidad era una ninfa. Eros decidió aprovechar el momento y disparó dos flechas. La que disparó a Apolo era de oro, lo que producía un apasionado amor. Sin embargo, a Dafne le disparó una flecha de plomo, cuyo efecto era exactamente el contrario, sentir odio y repulsión hacia el dios que se había enamorado de ella. Apolo entonces decidió perseguir a Dafne allá donde fuera hasta conseguir su amor, pero Dafne, bajo los efectos de la flecha de plomo, huía como podía de él. Al llegar al río Peneo, Dafne, cansada de tanta huida y justo cuando ya Apolo lograba alcanzarla, pidió ayuda a su padre, que no era otro que el dios del río. Este, teniendo compasión por su hija, decidió hacer lo único que podía salvarla: la convirtió en un árbol, el laurel. Cuando Apolo al fin la alcanzaba, vio cómo su amada se convertía en un árbol. Apolo prometió entonces que ella sería su árbol, el que le representara siempre. De esa manera, sus hojas de laurel adornarían su cabeza. **¿Pensáis que existe el amor infinito? ¿Creéis que se puede amar a alguien que ya no está y no olvidarle?**
- Pensemos ahora en los vídeos que hemos visto sobre Coco y Up! **¿Habéis experimentado alguna vez la sensación de echar de menos a algún familiar o mascota que ya no está? En caso afirmativo, ¿cómo os sentís al respecto? ¿Pensáis que está siempre con vosotros?**
- La canción de Rosana nos habla de un amor que no quiere que termine, ya , según dice "No puedo estar sin ti". **¿Pensáis que las personas necesitamos a otras para continuar adelante?**



AMOR ETERNO



La segunda actividad está destinada a cursos inferiores, como Primaria o el primer ciclo de la ESO. Estos son los pasos a seguir:

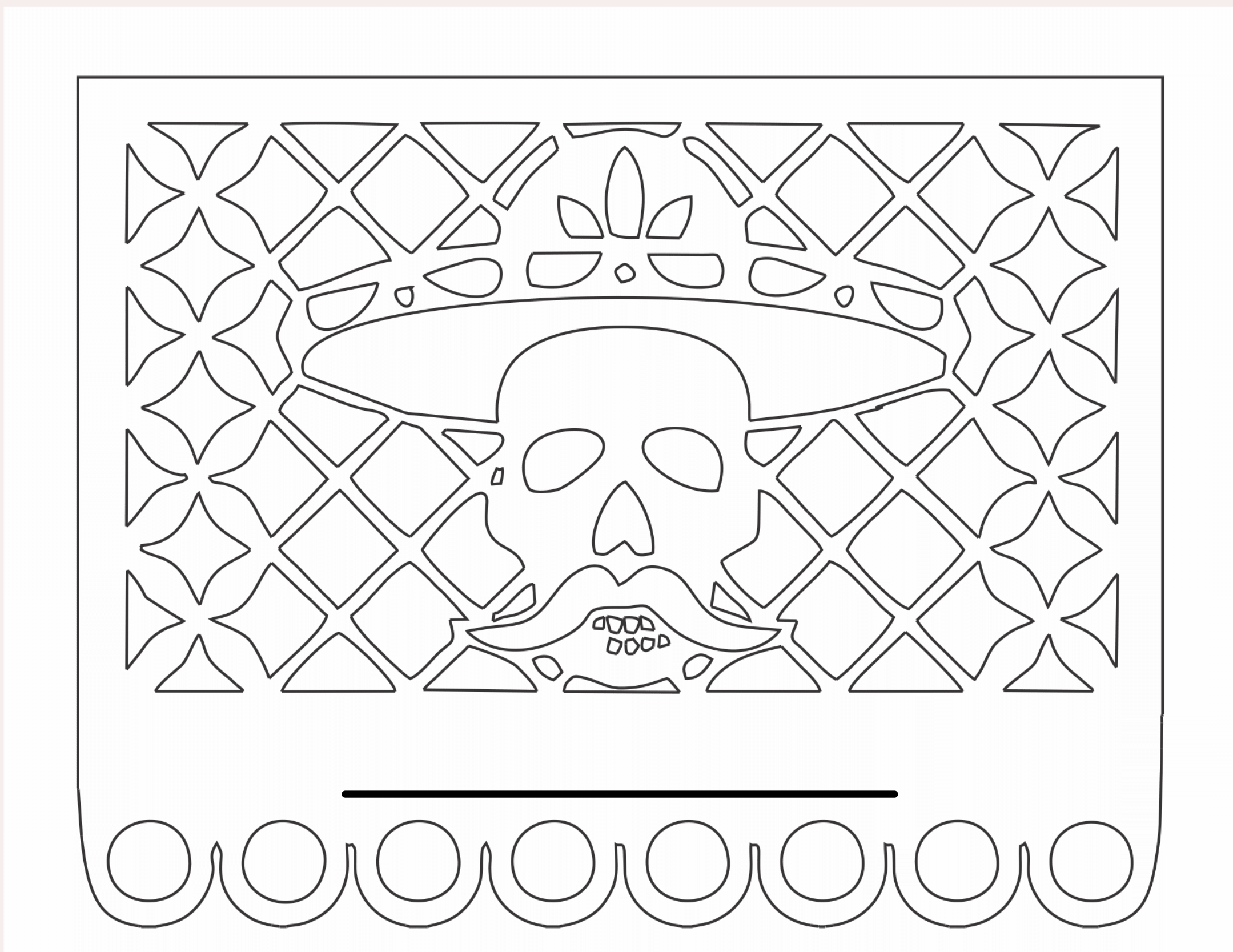
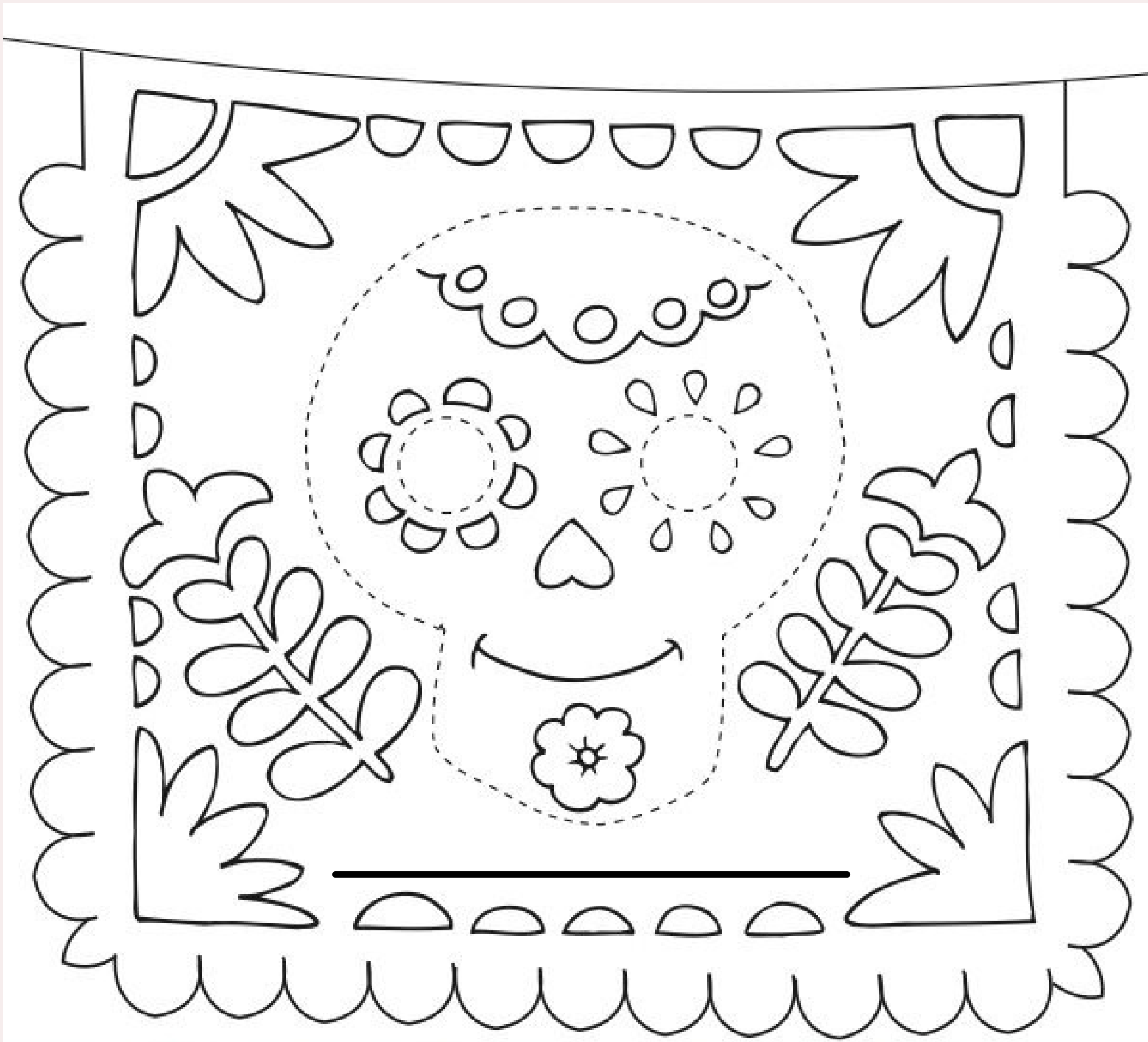
1. En primer lugar, comenzaremos con el visionado del fragmento de la película de Coco y compartiremos experiencias a través de las siguientes preguntas: **En el fragmento hemos visto cómo Miguel consigue que Mamá Coco recuerde a su padre a través de la música. ¿Vosotros y vosotras tenéis canciones que os recuerden a alguien? ¿A quién? ¿Cómo os sentís al escucharlas?**

2. En segundo lugar, reproduciremos el fragmento de Up! y hablaremos sobre las siguientes cuestiones: **En Up! nos cuentan la historia de amor entre Carl y Ellie, una relación que va más allá de la muerte. ¿Habéis experimentado alguna vez la sensación de echar de menos a algún familiar o mascota que ya no está? En caso afirmativo, ¿cómo os sentís al respecto? ¿Pensáis que está siempre con vosotros?**

3. Finalmente, todas estas cuestiones nos llevarán a la actividad final: la creación de **nuestra guirnalda de papel picado mexicana**. Para introducir esta última tarea podemos hablar sobre la concepción de la muerte en México, país de Miguel, el protagonista de Coco. El día de muertos es una fiesta popular en la que prevalece el recuerdo sobre el olvido. Por tanto, para los mexicanos este día no es motivo de tristeza, sino una fecha alegre porque estamos recordando a los seres queridos. Son días que se llenan de color, fiesta y tradición en familia. Uno de los elementos más destacados es el altar que se acostumbra a poner en cada casa. En él se recogen fotos de familiares ya fallecidos, flores, comida, velas y calveras, entre otros. Además, se cuelgan de las paredes guirnalda de papel picado de colores. Estas banderas que conforman las guirnalda se elaboran cortando escenas o motivos ornamentales en papel de seda. Los agujeros que resultan representa el aire, uno de los cuatro elementos que debe estar presente en cualquier ofrenda. **Nuestra labor conjunta es crear la guirnalda de la clase con la que homenajearemos a familiares, mascotas o personas que ya no estén presentes entre nosotros, pero sí son recordados. Para ello, os adjuntamos unas plantillas de papel picado que los alumnos y alumnas deberán colorear, dedicar a alguien y recortar. Cuando estén todas listas, pasaremos un hilo y colgaremos la guirnalda en clase.**

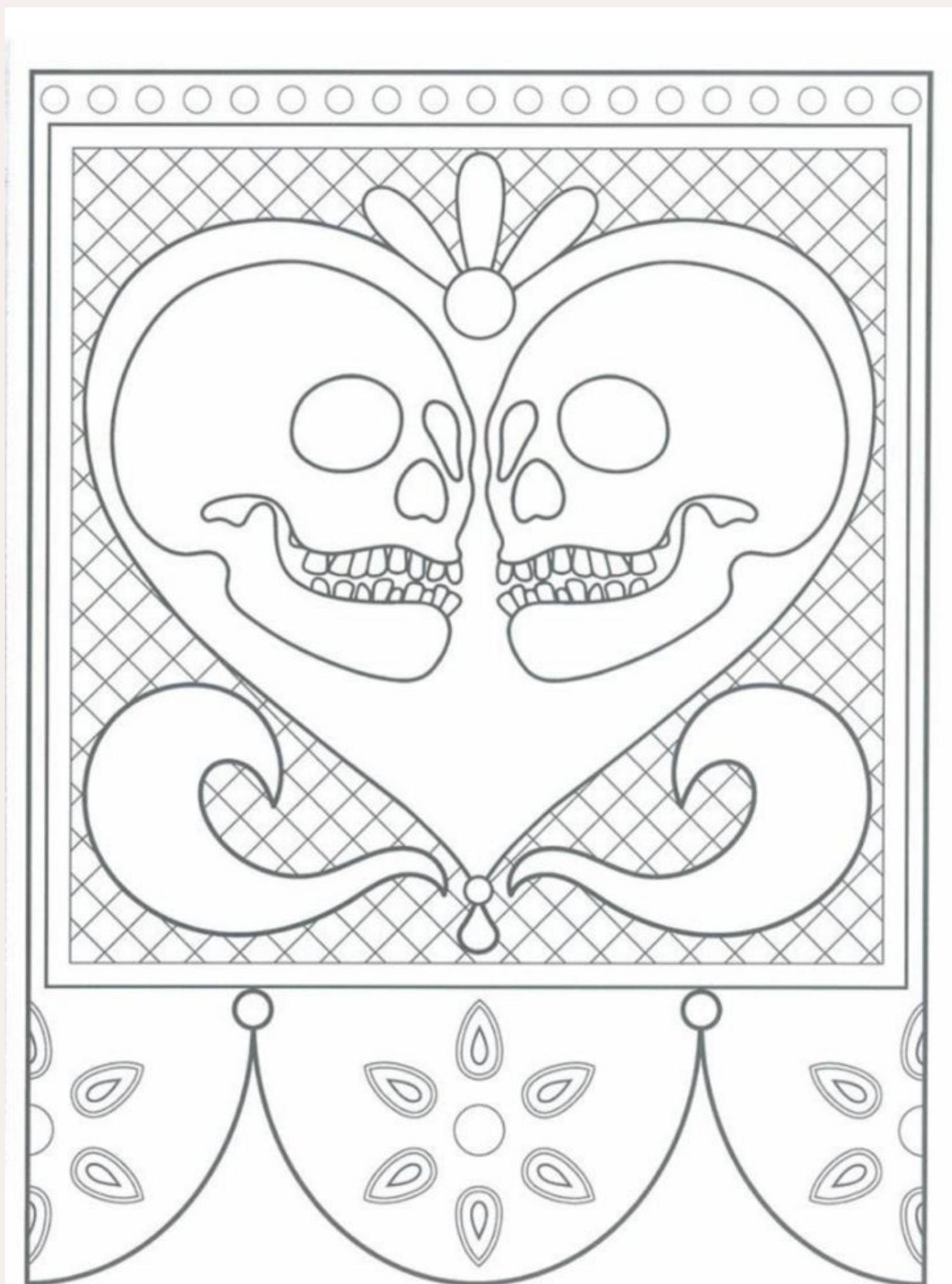
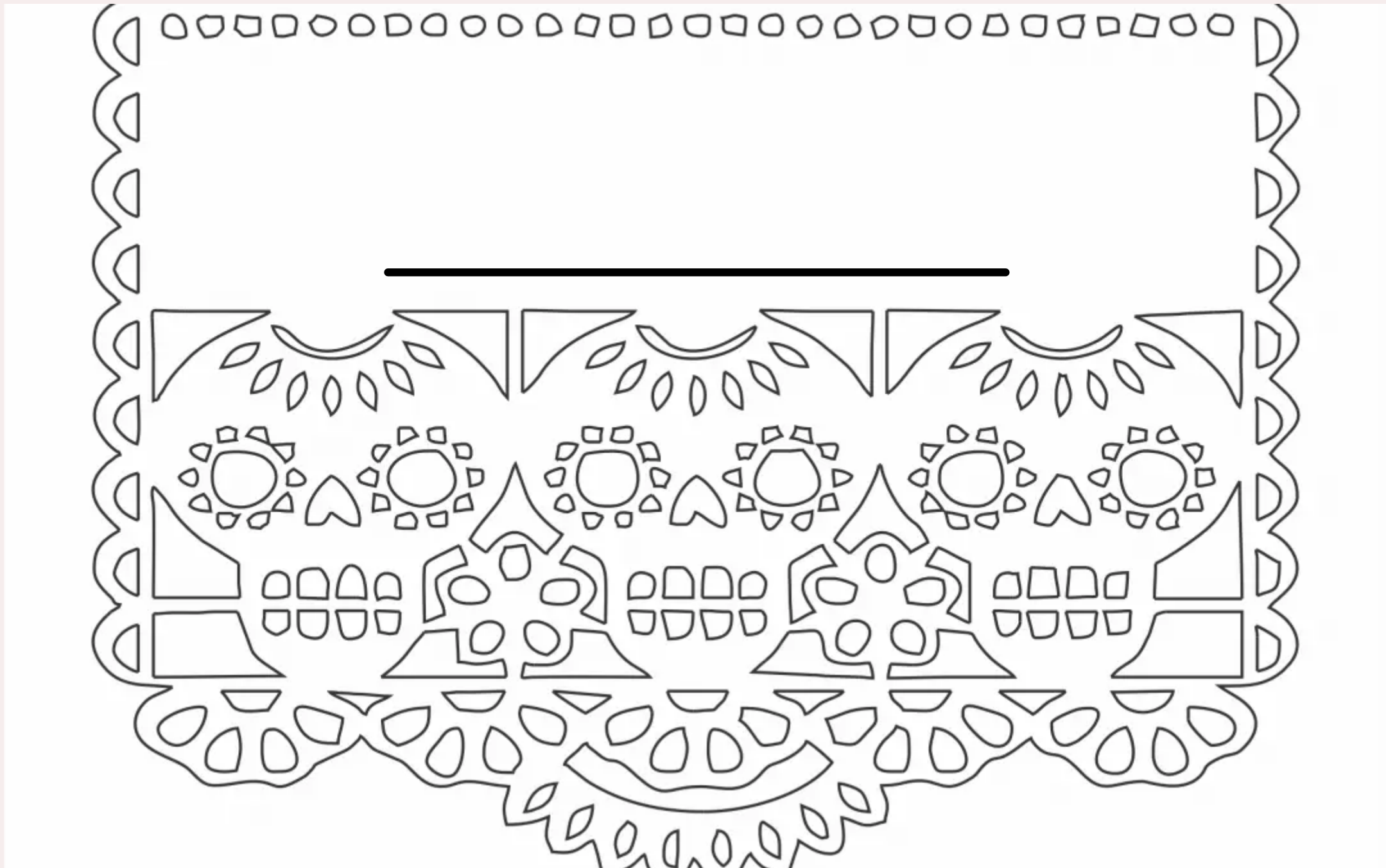


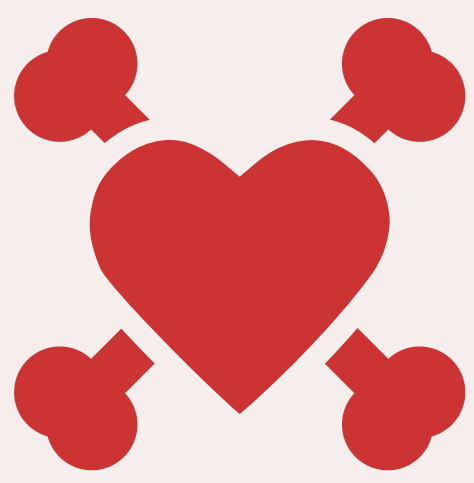
AMOR ETERNO



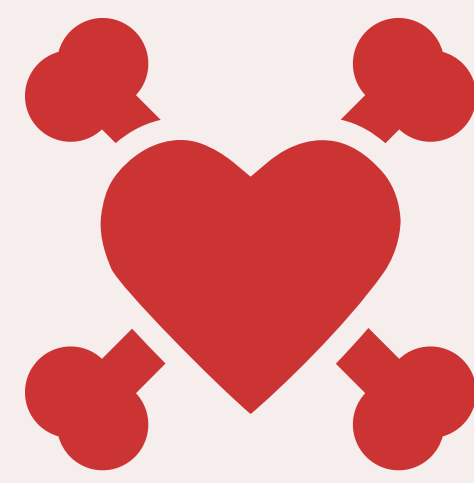


AMOR ETERNO





AMOR OBSESIVO



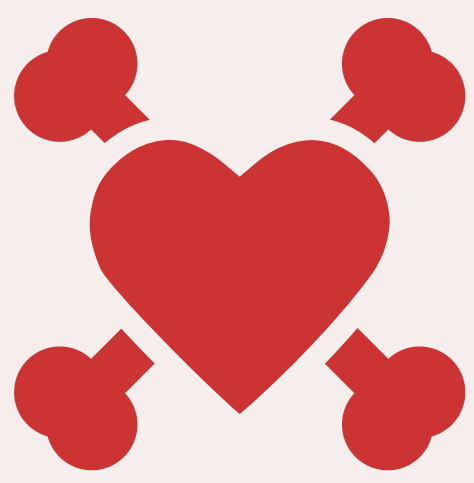
Mania era la palabra con la que los griegos nombraban al amor obsesivo. Se trata de una clase de amor que te puede llevar a la locura, a los celos, el enojo y la ira. Si pensamos en nuestra época, podemos proponer como sinónimo de este tipo de amor las relaciones tóxicas.

Desgraciadamente, estas son muy habituales entre los adolescentes y en muchos casos se confunde la toxicidad con el exceso de amor. ¿Cuántas veces hemos escuchado eso de "me controla porque me quiere mucho y tiene miedo de perderme"? ¿Y cuántas veces hemos visto parejas de "contigo ni sin ti"?

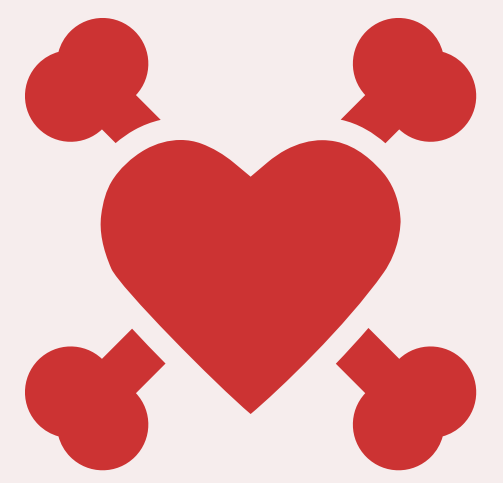
Desde los centros tenemos una labor fundamental en la detección de este tipo de amor y su tratamiento. Por ello, os proponemos una actividad oral en la que los alumnos y alumnas deben clasificar actitudes positivas y negativas en una balanza. Con ella no solo podrán comprobar si ellos y ellas o gente de su entorno están en una relación tóxica, sino que también aprenderán qué actitudes no deben tolerar.

¿Cómo podemos abordar la actividad? ¡A continuación os proponemos una manera sencilla y divertida!

1. En primer lugar, dividiremos a los alumnos en grupos de cuatro.
2. Seguidamente, repartiremos de la lista de actitudes positivas y negativas, así como también les repartiremos las tarjetas verdes y rojas y la ficha de la balanza.
3. A continuación, les pedimos que en sus grupos-base clasifiquen cada una de esas actitudes según sean para ellos *red flags* (negativas) o *green flags* (positivas). Para eso tienen las tarjetas de colores. Deberán escribir a qué color pertenece cada una de ellas y colocarlas en la balanza.



AMOR OBSESIVO



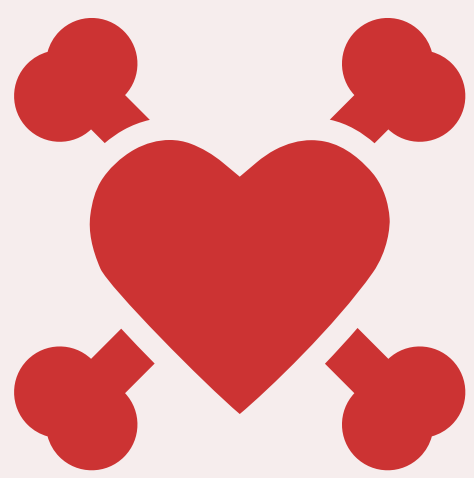
4. Deberán además argumentar el porqué de su decisión y anotarlo en su libreta.

5. Una vez cada grupo-base haya terminado de clasificar estas actitudes realizaremos una puesta en común en grupos de expertos. ¿Cómo lo haremos? A cada alumno de cada grupo-base se le repartirá un número del 1 al 4. De esta forma, durante 5-10 minutos todos los números 1 de cada grupo-base se reunirán y así con el resto de números (los 2 con los 2, los 3 con los 3 y los 4 con los 4). Una vez finalizado ese tiempo de puesta en común, volverán al grupo-base y comentarán lo sucedido. Puede que haya habido cambios en las decisiones tomadas en sus grupos-base o no.

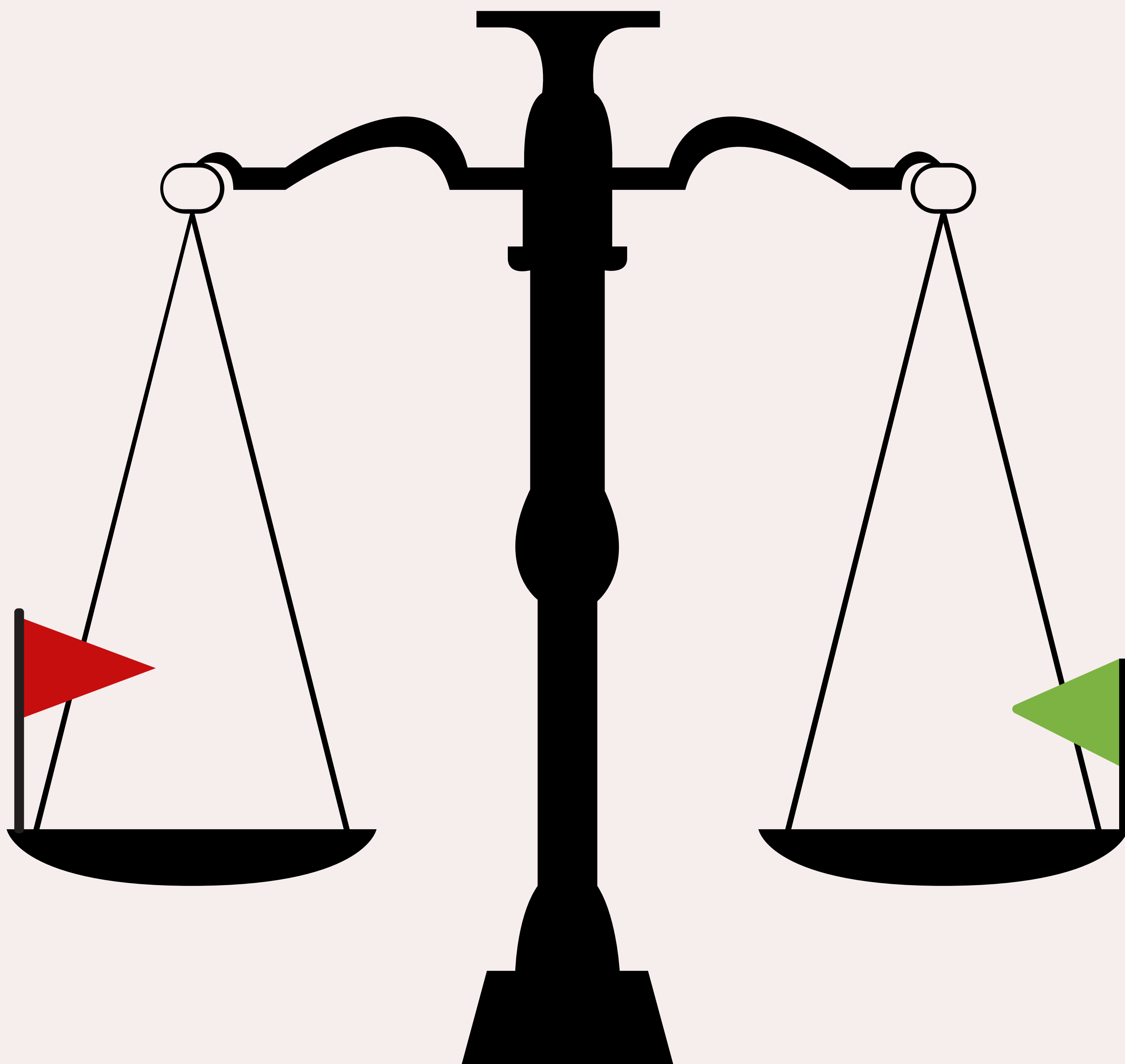
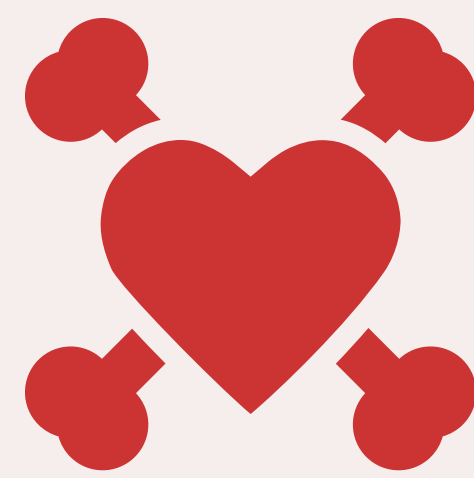
6. Tras esto, lo pondremos en común en gran grupo. Ahora es el momento de entre todos ver cómo van clasificándose las actitudes según sean positivas o negativas. Este es el momento para ir comentando cada una de ellas y que vayan expresando sus opiniones (de forma ordenada). Podemos incluso pedir que el portavoz de cada grupo-base transmita esos argumentos al resto de la clase.

7. Una opción más realista y que puede demostrar hacia qué lado se inclina la balanza es una vez terminado el apartado 6, es empezar de cero otra vez y en gran grupo pedir a los alumnos si han experimentado en primera persona (o en personas de su alrededor) esas actitudes. Esto reflejará si ellos han estado en contacto más veces con actitudes negativas en el amor o, por contra, positivas.

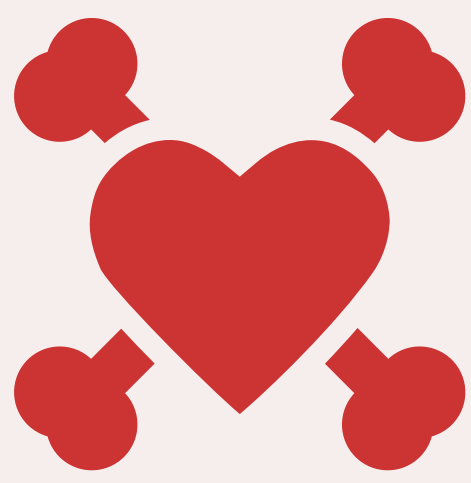
También podemos proponer esta actividad en pequeños grupos. Así pues, los alumnos en cada uno de sus grupos-base irán leyendo cada situación y, con total libertad, irán comentando si ellos mismos o alguno de sus familiares o amigos las han vivido (esas situaciones). Las irán clasificando según el color y descartarán aquellas que no han vivido. Esto les permitirá ver hacia qué lado se inclina la balanza.



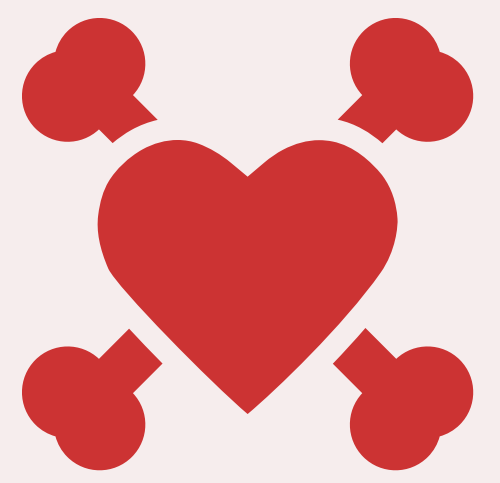
AMOR OBSESIVO



Clasifica las situaciones de la página siguiente en esta balanza según sean red flags o green flags. ¿Hacia dónde se orienta tu balanza?



AMOR OBSESIVO



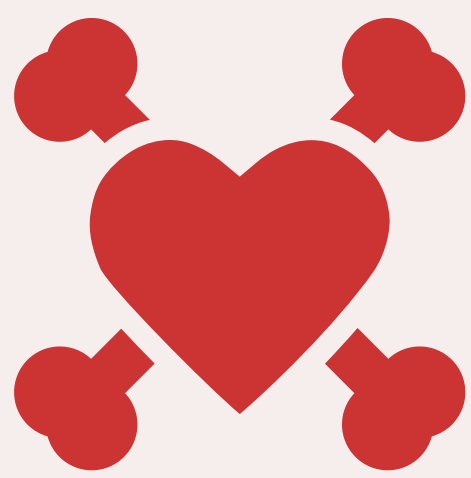
¿Cómo clasificarías cada una de estas situaciones que te presentamos: red flag o green flag?

1. Borja insulta a su novia Teresa por haberse arreglado y maquillado esa noche. Considera que eso lo hace para agradar a otros hombres (**red flag**).
2. Pedro sabe que su novia Lucía es una mujer inteligente y muy profesional en su trabajo. la admira mucho y le encanta reconocérselo. (**green flag**).
3. Juan y Lucía han discutido por algo que les ha molestado. A pesar de su enfado, se han sentado a hablar las cosas y han intentado solucionarlo. Tras esa charla se han sentido mejor y han aprendido de ese error (**green flag**).
4. El novio de Laura le prohíbe salir con sus amigas porque según él son una mala influencia para ella (**red flag**).
5. Hace unos meses Rocío y Mateo empezaron a salir. Él no ha parado de insistirle a Rocío en vivir juntos. Ella no lo tenía del todo claro, pero ha aceptado para no decepcionarlo (**red flag**).
6. Carmen está harta de que su pareja no le responda a las llamadas cuando está en el trabajo. Hoy al llegar a casa han discutido y ella lo ha amenazado y chantajeado (**red flag**).
7. A Paula le encanta bailar. Su pareja Arturo es feliz viendo cómo ella disfruta de una de sus grandes pasiones (**green flag**).
8. Leyre llega tarde a la cita con su novio Pedro. Este, enfadada por haberle hecho esperar, le rompe el móvil en un ataque de ira (**red flag**).
9. Ana no confía en su pareja le revisa el móvil diariamente para tener controlado todos sus movimientos (**red flag**).

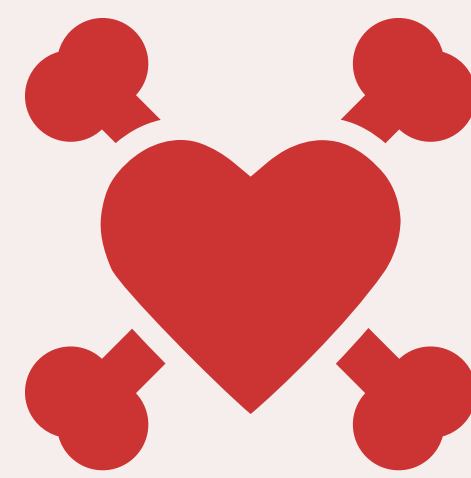


@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA





AMOR OBSESIVO



10. A pesar de que Jorge no verá a Lucas hasta la tarde le manda un mensaje a media mañana para ver cómo está (**green flag**).

11. Lucía tiene que justificar constantemente sus acciones cada vez que no está con su pareja para que esta no se enfade (**red flag**).

12. Andrés confía plenamente en su pareja y ella en él, nunca se cuestionan con quién salen o hablan pues saben que se dicen siempre la verdad (**green flag**).

13. Marcos controla todo el tiempo lo que come su novia Julia y le insiste en que se ponga a dieta por su bien, para que luego no se queje por esos quilitos de más que tiene (**red flag**).

14. Olivia se siente en paz y habla de sus sentimientos sin miedo con Héctor pues sabe que él la va a apoyar en todas sus decisiones (**green flag**).

15. A Alicia le apetece ir al cine y se lo comenta a su pareja, pero a esta no le apetece. Alicia no se enfada y le pregunta a una de sus amigas si la acompañan. Comprende que su pareja no tiene por qué hacer lo que a ella le apetezca siempre (**green flag**).

16. Israel revisa su teléfono y ve que tiene una llamada perdida de su novio. Le devuelve la llamada una hora después. Juan al recibirla no se enfada pues sabe que estaba con su familia y estaba prestándoles atención (**green flag**).

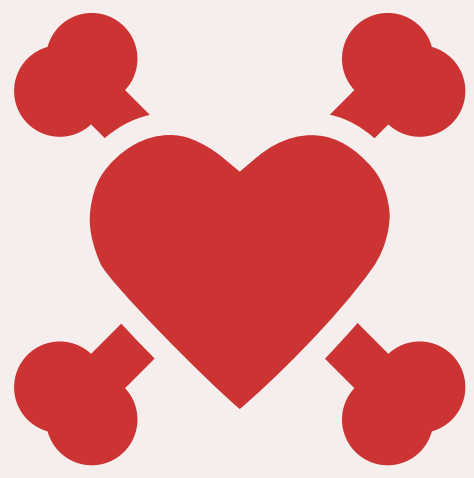
17. Pablo se ha sentido molesto por algo que su novia Pilar ha hecho. En vez de gritarle, entiende que quizás ella no lo ha hecho conscientemente y se lo hace saber (**green flag**).

18. Luis compara constantemente a su novia Natalia con su antigua ex (Nayara) y le exige que cambie algunas de sus conductas y se comporte como ella (**red flag**).

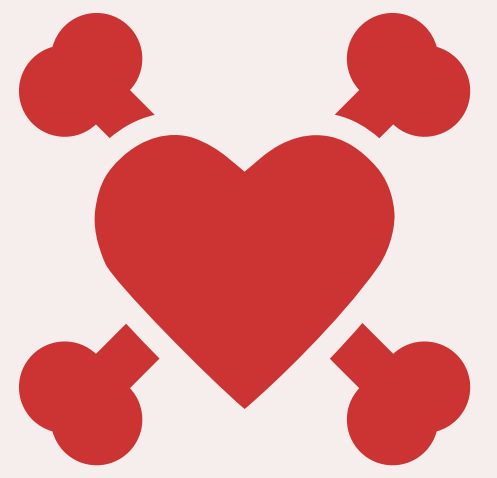


@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



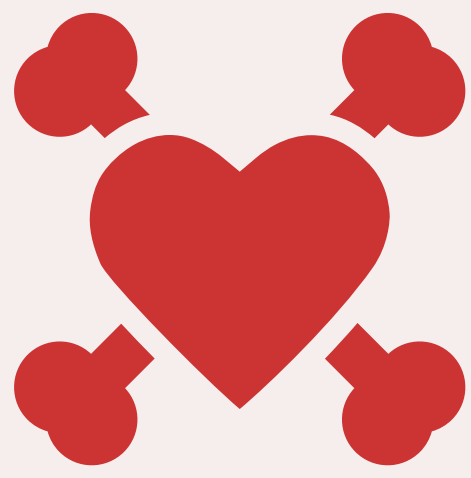


AMOR OBSESIVO

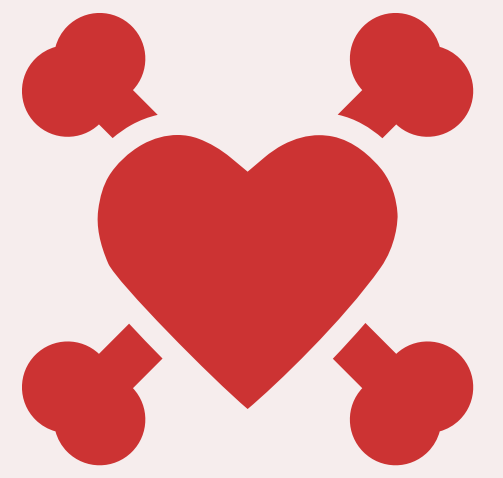


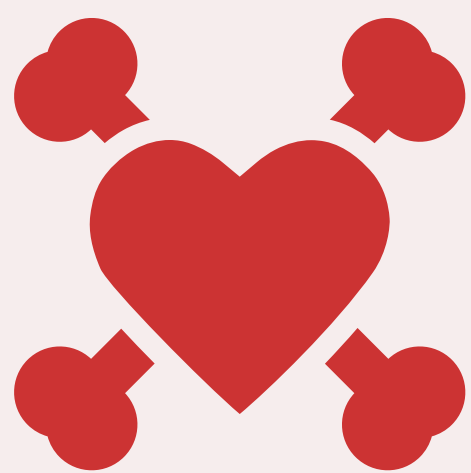
19. Antonio y Lourdes acaban de conocerse. Se gustan y quieren seguir viéndose. Se sientan a hablar y comentan cuáles son los límites y expectativas que esperan con esa relación (**green flag**).

20. Laura miente a su novio para poder salir con sus amigas para evitar que él se ponga celoso. Siempre le pone la excusa de que visita a su madre (**red flag**).

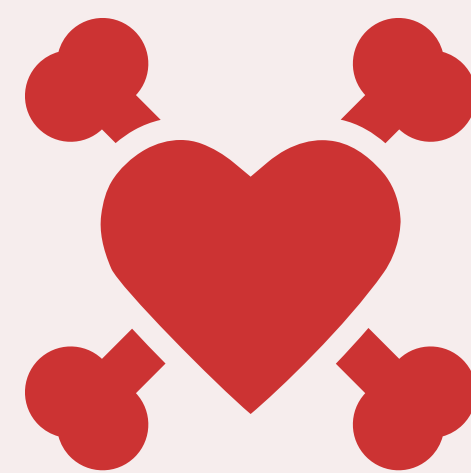


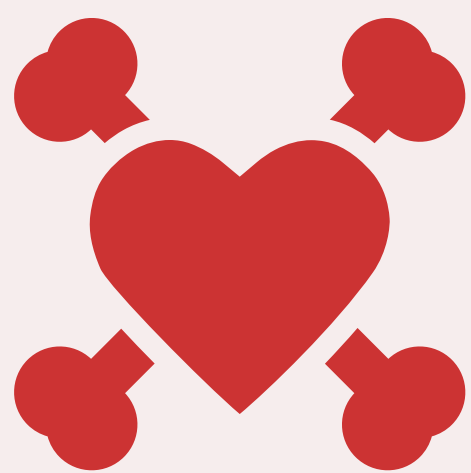
AMOR OBSESIVO



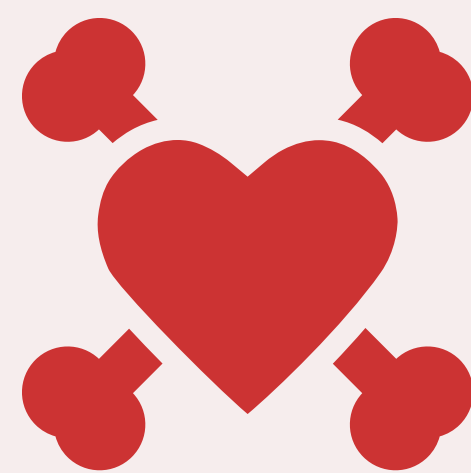


AMOR OBSESIVO





AMOR OBSESIVO



Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

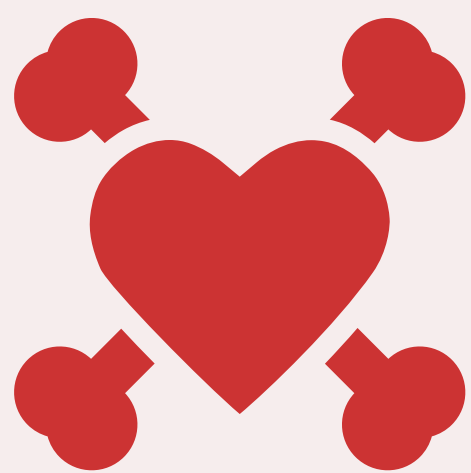
Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

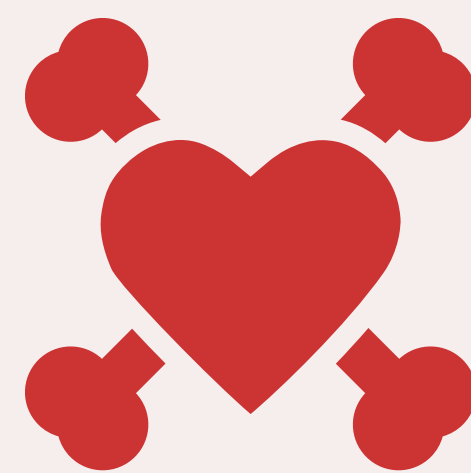
Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.



AMOR OBSESIVO



Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

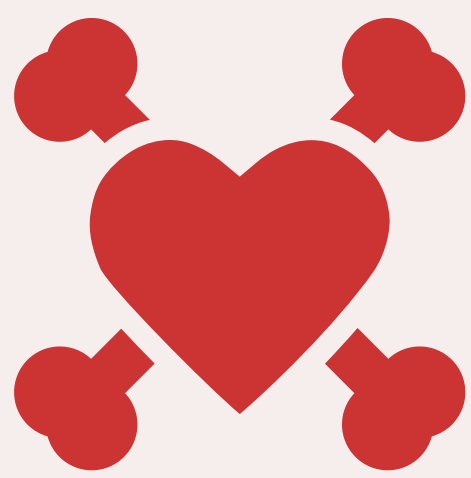
Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

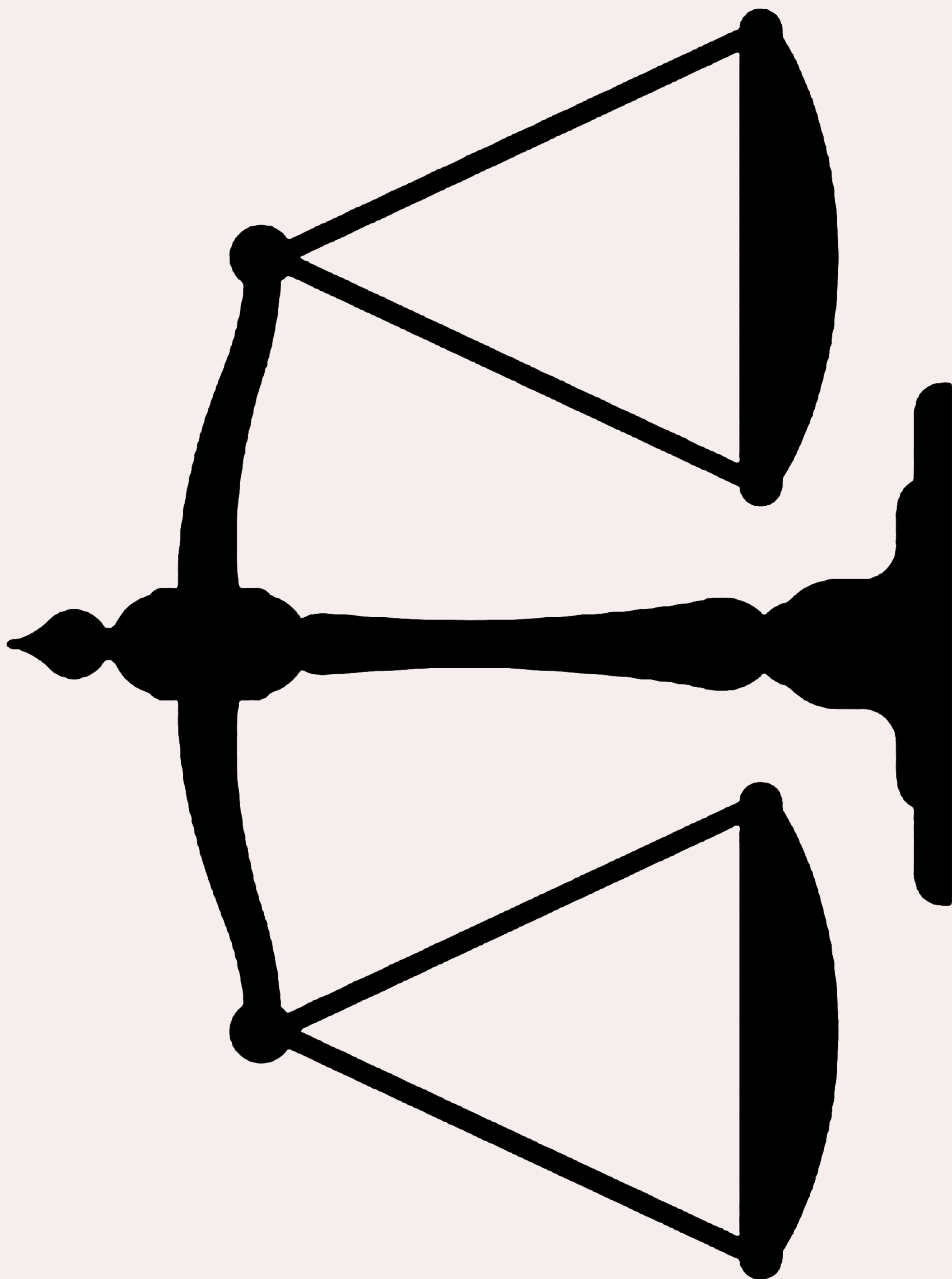
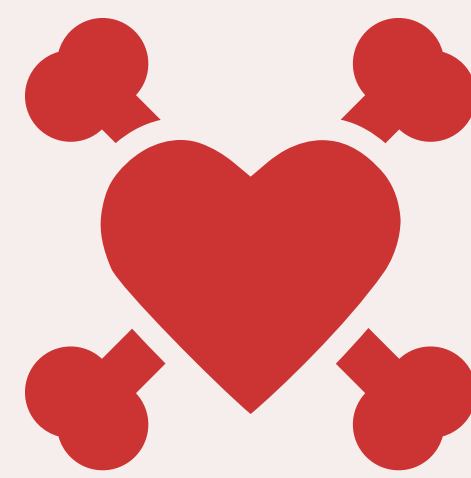
Empty green box for notes.

Empty green box for notes.

Empty green box for notes.



AMOR OBSESIVO



@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



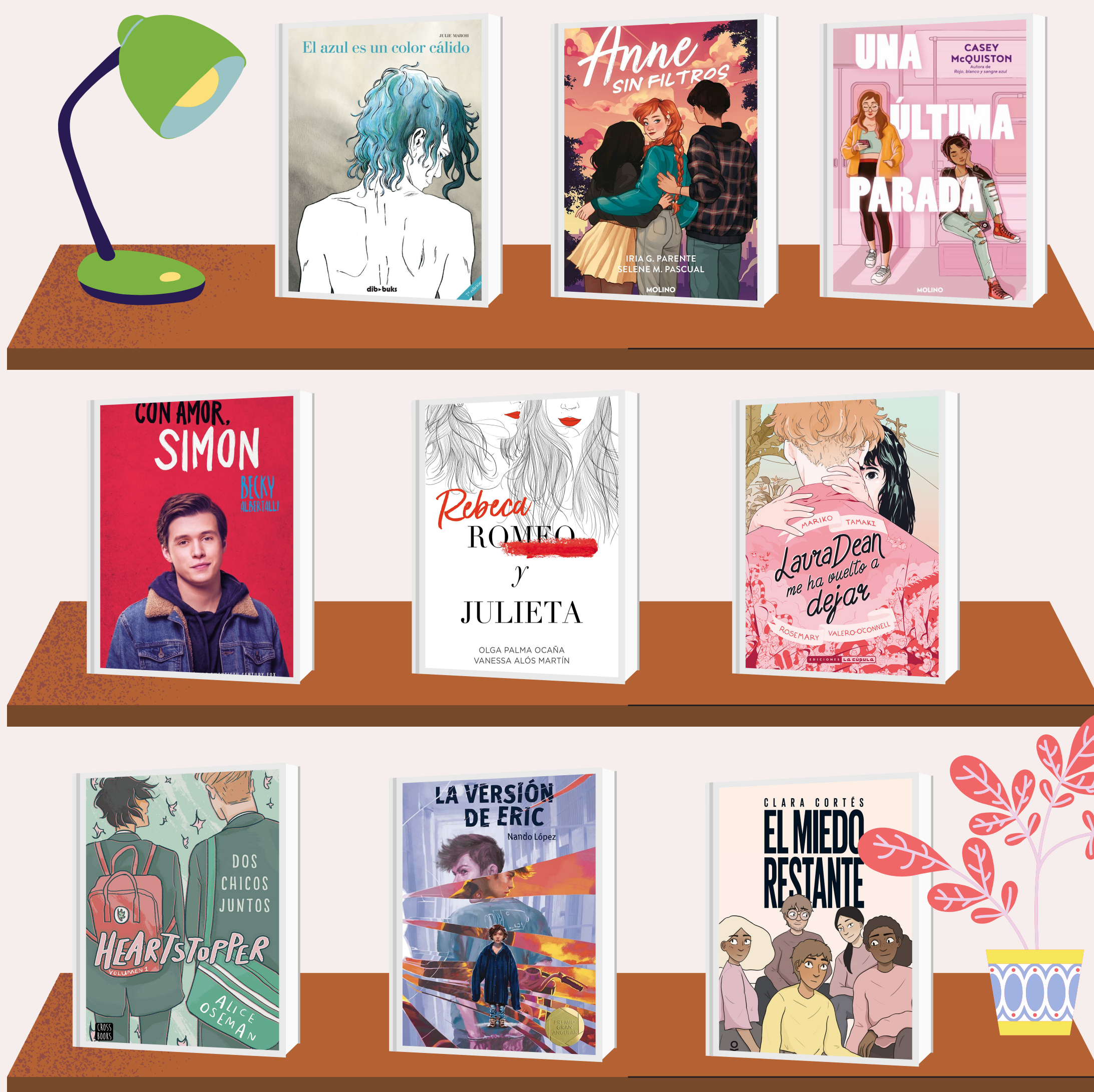


AMOR LIBRE



El último de los amores que incluimos en el cuadernito es el amor libre. A pesar de que este no tenía una palabra específica en la Antigua Grecia, era una práctica habitual en la época, ya que las relaciones homosexuales estaban a la orden del día y se producían con total normalidad. Este hecho contrasta con la actualidad, momento en el que a diario se producen agresiones homófobas, insultos, vejaciones y todo tipo de actos violentos contra el colectivo LGTBI.

Debido a esta situación tan alarmante que vivimos consideramos que este tipo de amor no solo debe trabajarse un día en nuestras aulas, sino que ha de ser un tema transversal a todas las asignaturas y niveles. Por este motivo, en las próximas páginas recogemos recursos para llevar el amor libre a las aulas en cualquier momento. Entre estos recursos encontraréis libros, vídeos, canciones y una actividad manual y colectiva a través de la papiroflexia. Esperamos que disfrutéis de todos ellos y, sobre todo, del amor.





AMOR LIBRE

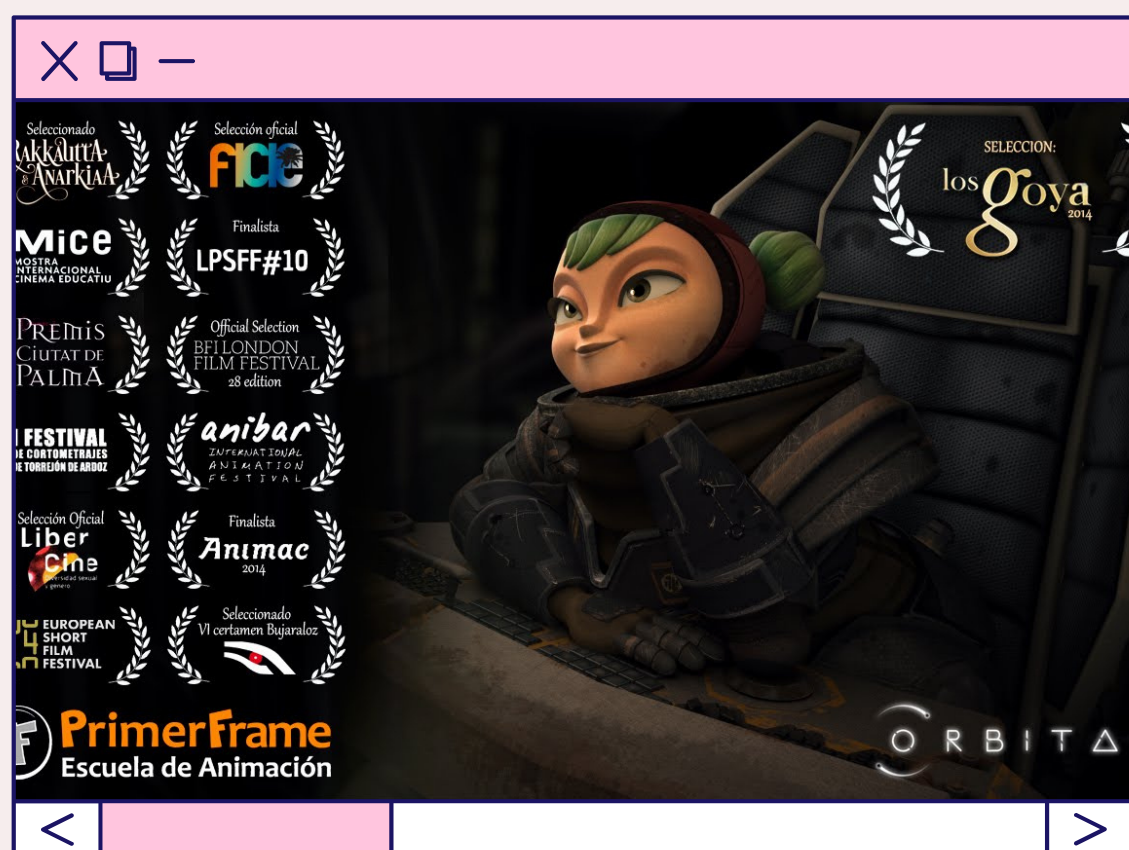


CANCIONES



1. A quién le importa (Fangoria)
2. Mujer contra mujer (Mecano)
3. Born this way (Lady Gaga)
4. I will survive (Gloria Gaynor)
5. María o Juan (Loriela Ter-Veen)
6. Same love (Macklemore & Ryan Lewis ft. Mary Lambert)
7. Intenta respetar (Carlos Baute)
8. Beautiful (Christina Aguilera)
9. You need to calm down (Taylor Swift)
10. Todos me miran (Gloria Trevi)

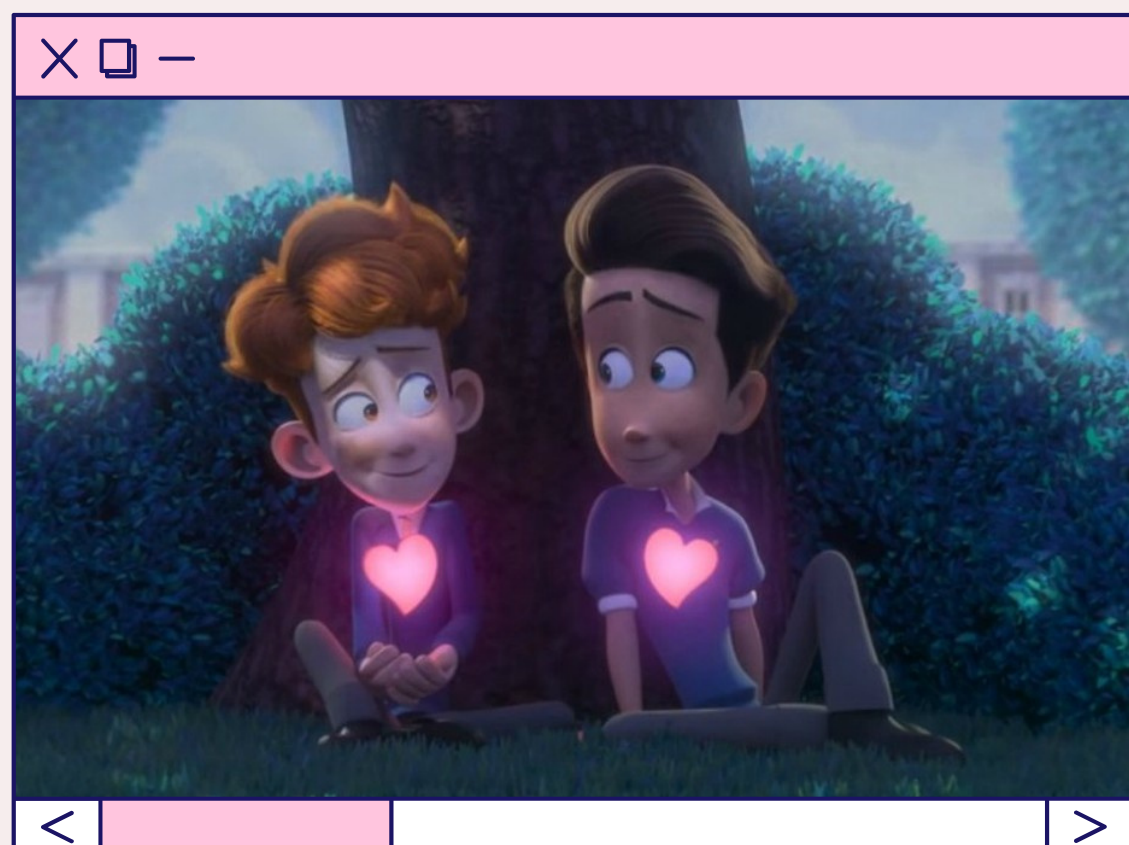
Órbitas



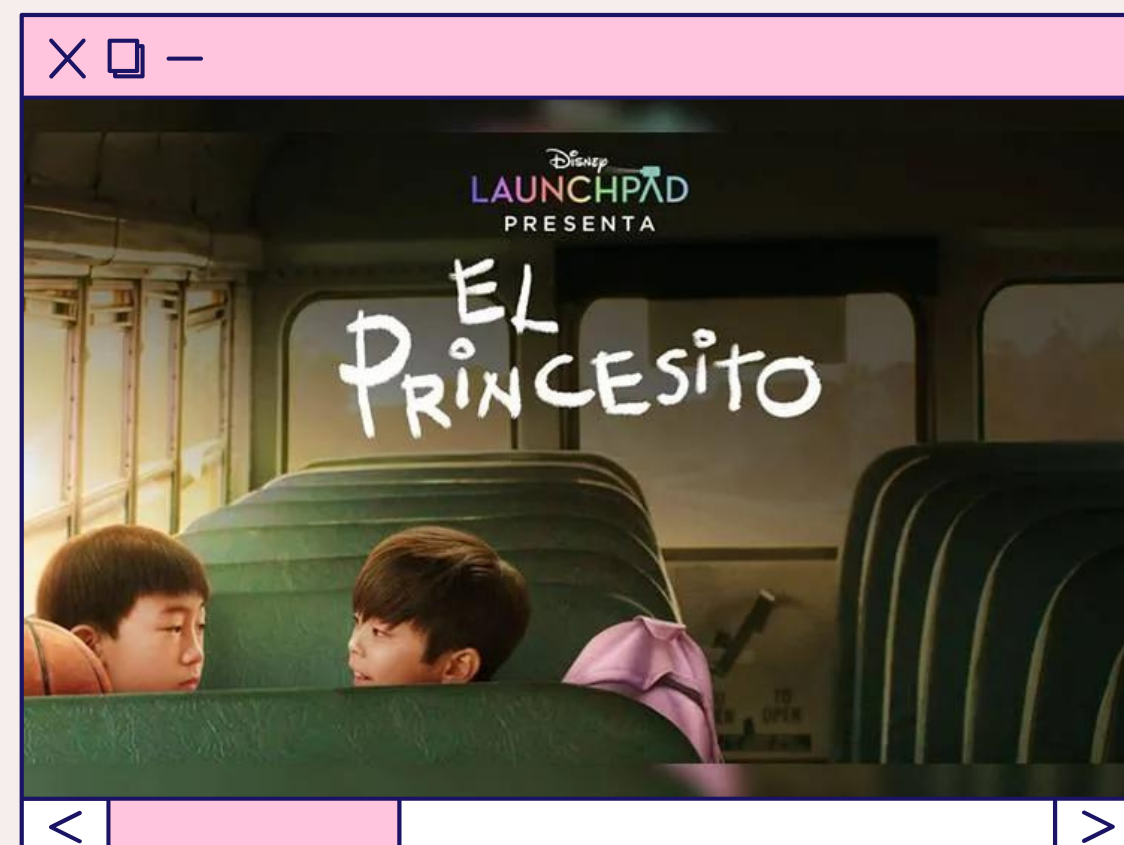
Historia colectivo LGTBI+



In a heartbeat



Tráiler El princesito



MUY
PROFE

@MUYPROFE Y @LAPIZARRALITERARIA



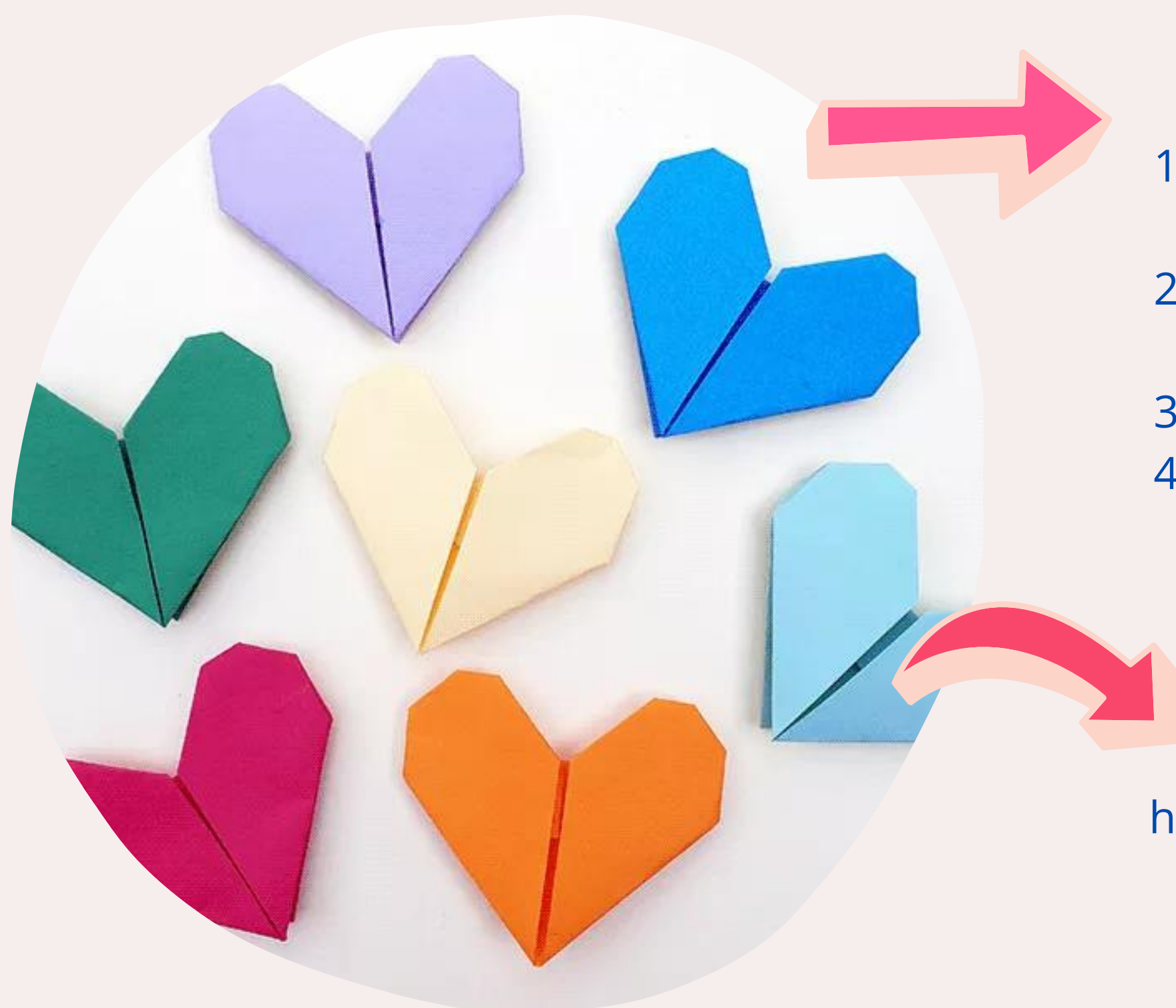


AMOR LIBRE



Todo este material nos permite empapar a los alumnos y alumnas de amor libre, tolerante y, sobre todo, diverso. La actividad final que proponemos se apoya en la papiroflexia y consiste en llenar nuestros techos o paredes de corazones de colores con mensajes de respeto y aceptación hacia todo tipo de relaciones.

A continuación os dejamos un tutorial sobre cómo hacer los corazones, una lista de materiales y ejemplos de citas.



MATERIALES

1. Hojas de papel de colores de 20x20 cm.
2. Rotuladores para el mensaje.
3. Hilo y tijeras para colgarlos.
4. Perforadora para atravesar el hilo.

TUTORIAL

<https://www.youtube.com/watch?v=4wcghCcFXM8>

No se trata de ser todos iguales, sino de aprender a respetar las diferencias.

El amor SIEMPRE gana.

Sé libre de amar a quien quieras y siéntete orgulloso de ser quien eres.

No tengas miedo de mostrar tus verdaderos colores.

Y RECUERDA: EL AMOR NO TIENE GÉNERO.