

# Claves para analizar el mundo: derechos humanos y pensamiento crítico

Una propuesta didáctica para docentes  
que acompañan a jóvenes de 12 a 16 años

**Coordinación i revisió:**

Fundación Entreculturas - Fe y Alegría,  
Bosco Global i SED

**Autoría:**

Barabara Educació SCCL

**Maquetació:**

Manera Estudi

**Correcció:**

Olistis SCCL

Con la colaboración de la ACCD



*El contenido de esta propuesta didáctica es responsabilidad exclusiva de Entreculturas, Bosco Global y SED y no refleja necesariamente la opinión de la ACCD.*

# Índice



1. ¿Por qué os será útil esta guía?	4
2. Conceptos clave	6
3. Otros recursos para poner en práctica	10
4. Decálogo para el desarrollo de las actividades	11
5. Presentación de las actividades	12
6. Cuadro resumen de las actividades	13
<b>Bloque 1. Necesidades y deseos</b>	<b>14</b>
Nos conocemos. ¿Qué motivaciones y autopercepciones tenemos?	15
Actividad 1. Necesidad real o deseo	16
Ficha de actividad 1	17
Actividad 2. ¿El sistema nos crea las necesidades?	18
Ficha de actividad 2	20
<b>Bloque 2. Pensamientos, creencias y derechos humanos</b>	<b>21</b>
Qué pensamientos, creencias y opiniones tenemos sobre la realidad	22
Actividad 3. ¿Tenemos cubiertas las necesidades básicas?	23
Ficha de actividad 3	24
Actividad 4. Hagamos un repaso a la Declaración Universal de los Derechos Humanos	25
Ficha actividad 4 (opcional)	26
Actividad 5. ¿Somos libres y tenemos los mismos derechos?	27
<b>Bloque 3. Acción y transformación</b>	<b>29</b>
Seamos proactivos y proactivas para crear un mundo mejor	30
Actividad 6. ¿Qué tienen que ver los derechos humanos con mi vida?	31
Ficha actividad 6	33
Actividad 7. «Como muchos dicen rojo, yo también digo rojo»: ¿El mundo que queremos?	34
Actividad 8. Nos posicionamos: defendemos los derechos humanos	36
Ficha actividad 8. Opción 1.	38
Actividad 9. ¿Pueden los medios de comunicación ser aliados?	39
<b>Actividad de cierre del taller</b>	<b>40</b>

# 1. ¿Por qué os será útil esta guía?

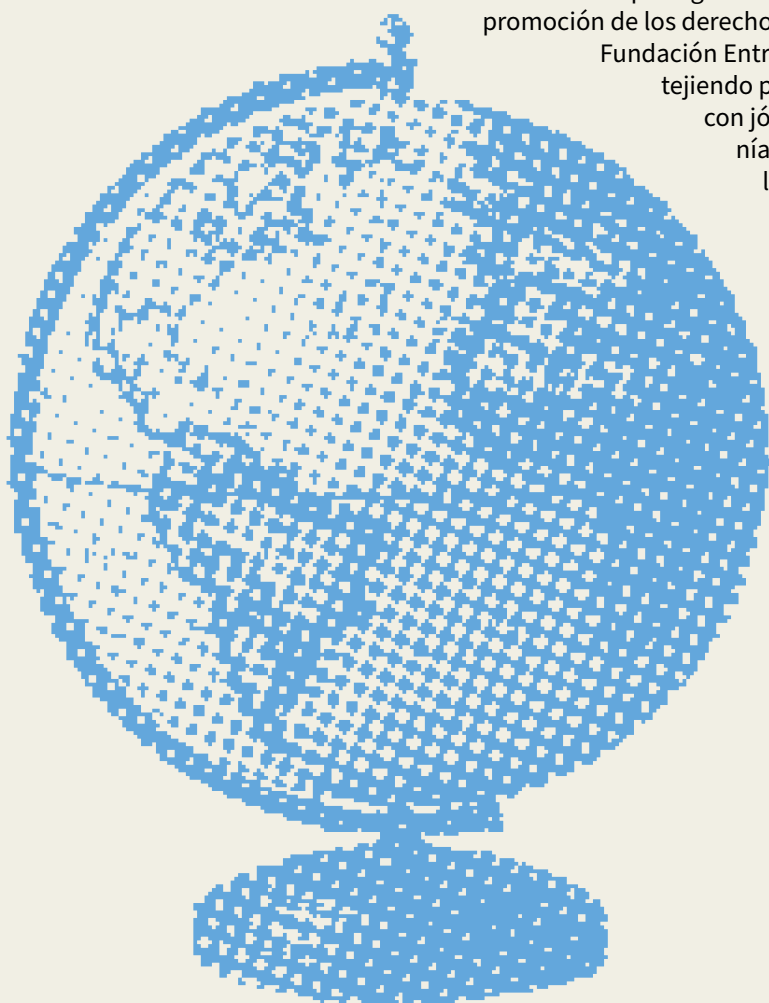
La guía didáctica que tenéis entre manos se enmarca en el paradigma de la educación para la justicia global como proceso educativo orientado a iniciar y fomentar la toma de conciencia sobre la interrelación entre las problemáticas globales y las locales. Partiendo de la idea de **ciudadanía global**, que señala la pertenencia a un único mundo, se pretende promover la conciencia sobre la oportunidad que todas las personas tienen de contribuir a la promoción de la justicia social y la equidad, la acción transformadora y la generación de alternativas.

Esta guía está dirigida a docentes de secundaria y educadoras que acompañan a jóvenes de entre 12 y 16 años. Forma parte del proyecto conjunto entre la Fundación Entreculturas y las ONGD Bosco Global y Solidaridad Educación y Desarrollo (SED ONGD).

El objetivo general es fomentar una juventud comprometida y crítica que se convierta en protagonista de la transformación social a través de la promoción de los derechos humanos y del pensamiento crítico. La

Fundación Entreculturas, en el proyecto «Rompiendo muros, tejiendo paz: pensamiento crítico y derechos humanos con jóvenes de Cataluña y Bolivia para una ciudadanía global activa», ha recibido una subvención de la Agencia Catalana de Cooperación al Desarrollo (ACCD).

Para el desarrollo didáctico se han utilizado, entre otros, documentación y materiales de las entidades que forman parte del proyecto.



---

## Objetivo didáctico del taller

Acercar a las y los adolescentes (12-16 años) al conocimiento de los derechos humanos con el fin de que puedan posicionarse ante la vulneración de estos a nivel global.

---

## Objetivos específicos

- Conocer la Declaración Universal de los Derechos Humanos.
  - Descubrir sus propios derechos y los de otras personas.
  - Detectar cómo se están vulnerando estos derechos humanos.
  - Reconocer los derechos humanos como universales e indivisibles.
- 

## Metodología

Partiremos de una metodología centrada en el desarrollo de capacidades vinculadas al pensamiento crítico:



### **Pensamiento crítico desde la emoción**

Capacidad para valorar las propias acciones y gestionar los propios sentimientos y deseos ante los retos actuales y los múltiples escenarios locales y globales.



### **Pensamiento crítico desde la narrativa mental**

Capacidad para analizar y comprender información de manera objetiva, respetar las necesidades, perspectivas y acciones de otras personas e incidir en la generación de nuevas narrativas inclusivas.



### **Pensamiento crítico para la acción**

Capacidad para fomentar la reflexión grupal con el fin de abordar desafíos y encontrar soluciones efectivas y cooperativas a problemáticas medioambientales, de igualdad e interculturales.

Asimismo, en el desarrollo de la guía se conectará con el decálogo de las entidades promotoras a la hora de impulsar cualquier tipo de actividad o acción.<sup>1</sup>

---

1 Ver *Decálogo para actividades: 10 elementos clave para alinear las dinámicas, acciones y actividades dirigidas a jóvenes con los principios de interculturalidad crítica y antirracismo. Interculturalidad crítica y antirracismo: abordando las migraciones y la diversidad con jóvenes*. Pág. 32.

## 2. Conceptos clave<sup>2</sup>

### 2.1 Dignidad

El comienzo de la Declaración Universal de los Derechos Humanos nos habla de dignidad, deberes, conciencia y fraternidad. Estas palabras nos ayudan a interpretar el espíritu del texto, redactado en un momento de gran conmoción tras la terrible experiencia que supuso la Segunda Guerra Mundial.

El primer artículo de la declaración resume los valores sobre los que se fundamentan los derechos humanos: la dignidad intrínseca de la persona, de la que emanan la libertad y la igualdad como derechos, así como el deber fundamental de la fraternidad.

Estos valores han estado presentes a lo largo de toda nuestra historia; nos acompañan desde el principio, como si estuvieran escritos en el corazón de la humanidad.

**La historia de los derechos humanos se escribe a medida que vamos tomando conciencia colectiva de nuestra naturaleza, es decir, de nuestra dignidad.**

### 2.2 Necesidades humanas básicas

Se han elaborado distintas teorías que definen y categorizan las necesidades humanas básicas. Todas coinciden en que son pocas. Es más: cualquiera podría enumerarlas con unas u otras palabras. Por ejemplo, es evidente que toda persona necesita salvaguardar su vida y su salud, así como integrarse en una comunidad humana; necesita que su identidad sea reconocida y respetada por los demás; disponer de medios de vida que le permitan subsistir; establecer vínculos afectivos íntimos; contar con tiempo de descanso y de ocio; tomar decisiones sobre sus proyectos vitales y ser tenida en cuenta en las decisiones colectivas de la comunidad en la que se integra; buscar libremente una respuesta a las cuestiones existenciales, trascendentes y espirituales, etc.

**En la medida en que estas necesidades básicas sean satisfechas, la dignidad humana estará a salvo.** Los derechos humanos son el mecanismo social con el que contamos para proteger la dignidad. Por ello, de cada necesidad básica debe surgir un derecho.

Solo de esta manera podremos establecer los mecanismos jurídicos, políticos y sociales para asegurar la satisfacción de las necesidades básicas y, con ello, respetar y proteger la dignidad de las personas.

---

2 A partir de *Educación, motor de Derechos Humanos*. Fundación Entreculturas.

## 2.3 Teorías más influyentes sobre las necesidades humanas

- **Abraham Maslow, psicólogo (1975).** Establece cinco necesidades básicas entre las cuales existe una relación jerárquica, de modo que es prioritario satisfacer las primeras para poder satisfacer las siguientes. Las organiza en una pirámide con este orden, desde la base hasta la cúspide: fisiología, seguridad, afiliación, reconocimiento y autorrealización.
- **Manfred Max-Neef, economista (1986).** Establece una categorización sin jerarquías en la que todas las necesidades básicas tienen la misma importancia y deben satisfacerse de manera simultánea e interdependiente: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad.
- **Len Doyal e Ian Gough, economía política (1992).** Distinguen dos necesidades básicas: salud física y autonomía (entendida como la capacidad de iniciar acciones, proponerse planes de vida y utilizar los medios para llevarlos a cabo). Estas, a su vez, se completan con una serie de necesidades intermedias: alimentación nutritiva, vivienda protectora, entorno laboral no peligroso o medio ambiente no tóxico, atención adecuada de la salud, seguridad en la infancia, relaciones primarias significativas, seguridad física, seguridad económica, educación adecuada, parto seguro y atención neonatal.
- **Martha Nussbaum, filósofa (2002).** Sostiene que toda persona debería contar con una serie de capacidades centrales sin las cuales no sería posible el funcionamiento humano. Estas serían: vida (evitar una muerte prematura); salud corporal; integridad corporal; sentidos, imaginación y pensamiento (capacidad de sentir, imaginar, pensar y razonar); emociones (desarrollo emocional libre de temores o experiencias traumáticas); razón práctica (capacidad de planificar la propia vida y formular una concepción del bien); afiliación (vivir con los demás y hacia ellos y ser tratado con igual valor que otras personas); relación con otras especies (dimensión ecológica de la vida humana); juego (capacidad de disfrutar de actividades recreativas), y control sobre el propio entorno (participación política, propiedad y trabajo).

## 2.4 Necesidades, deseos, derechos e intereses

Las necesidades se refieren a cuestiones esenciales para la vida humana y pueden satisfacerse de diversas maneras. A diferencia de estas, los deseos son ilimitados y subjetivos. Son legítimos siempre que no supongan la vulneración de ningún derecho y se ajusten a la legalidad, pero no son necesidades, sino la percepción subjetiva de que aquello que deseamos puede cubrir alguna carencia o aumentar nuestro bienestar.

Por ejemplo, todas las personas tenemos la necesidad de disponer de un tiempo suficiente de descanso, ocio o recreación. Esta necesidad puede satisfacerse contando historias al anochecer alrededor del fuego o realizando un crucero durante las vacaciones.

Es legítimo que deseemos ir de crucero y que pongamos los medios para conseguirlo, siempre que estos no atenten contra los derechos de los demás y se ajusten a la legalidad. Sin embargo, no se trata de una necesidad ya que existen numerosas formas de procurarnos descanso y recreación. La confusión aparece cuando creemos que necesitamos aquello que, en realidad, solo deseamos.

Esta confusión tiene importantes repercusiones en una sociedad como la nuestra, cuya economía está basada en el consumo, puesto que este se incentiva cuando las personas deseamos o percibimos que necesitamos los bienes y servicios que el mercado pone a nuestra disposición.

## 2.5 Deberes, responsabilidades y obligaciones

Los derechos, a diferencia de los deseos y de los intereses, son exigibles. Generan obligaciones en las autoridades públicas (preservarlos, eliminar obstáculos, poner medios...), así como deberes y responsabilidades en la ciudadanía e incluso en el propio titular del derecho.

La fuerza de los derechos humanos debe ser no solo moral o ética, sino también jurídica. Es decir, la ley debe garantizar su cumplimiento, concretando las obligaciones, los deberes y las responsabilidades de cada agente implicado, así como prever las consecuencias de su incumplimiento, incluyendo las sanciones pertinentes.

Para que la fuerza moral de los derechos impulse, reclame y legitime su fuerza jurídica, es fundamental que las personas seamos conscientes no solo de nuestros derechos, sino también de nuestros deberes, obligaciones y responsabilidades. Es decir, sin el cumplimiento de los deberes, los derechos no se sostienen.

## 2.6 Pactos internacionales de derechos humanos

La humanidad ha avanzado mucho en la toma de conciencia sobre la dignidad de la persona, así como en el proceso de hacer efectivos los mecanismos para protegerla a través de los derechos humanos. Sin embargo, todavía queda mucho camino por recorrer. Nos encontramos en un proceso en el que algunos derechos han avanzado más que otros.

A nivel internacional, el contenido de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 se concretó posteriormente en los **pactos internacionales de derechos humanos (el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales)**, que entraron en vigor en 1976.

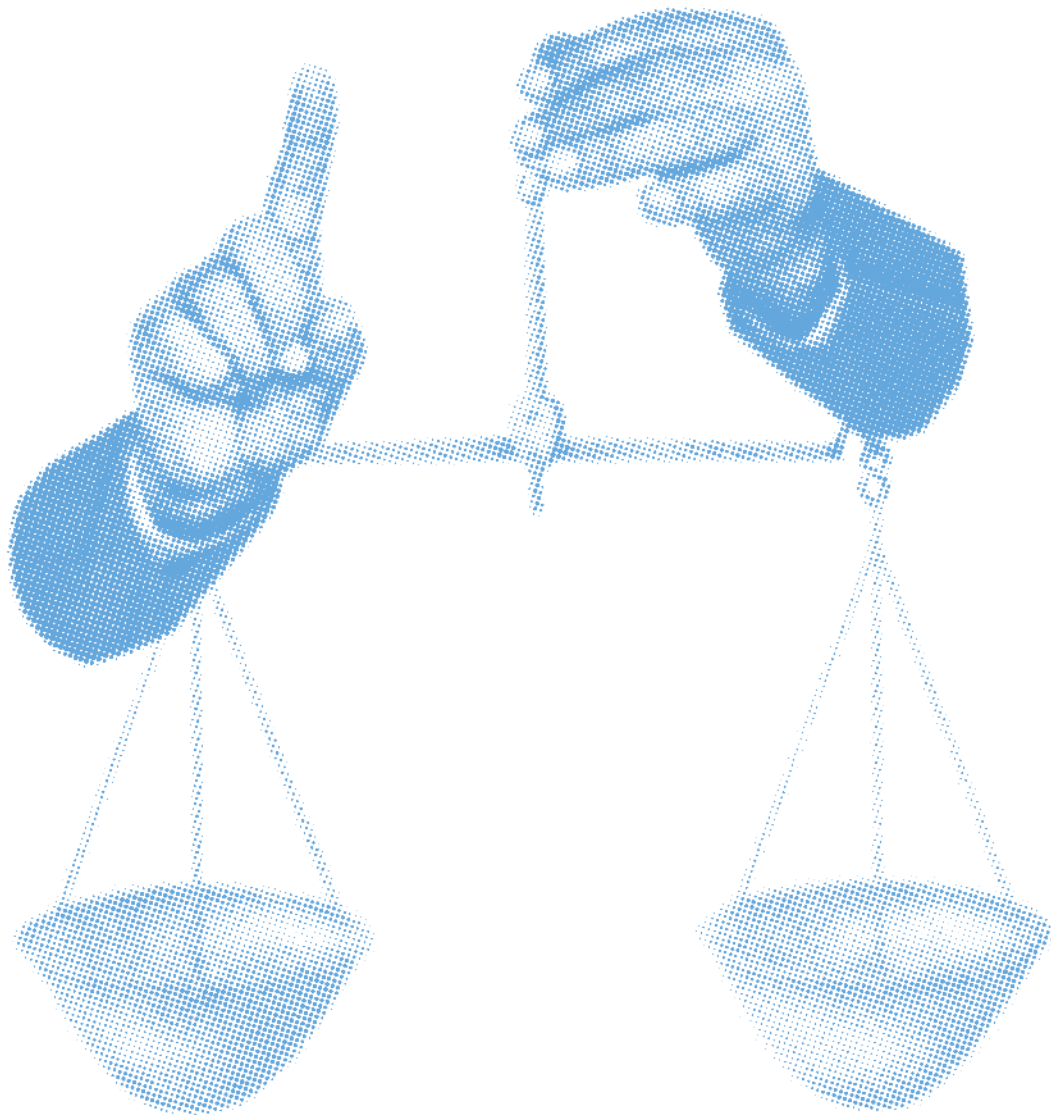
Estos pactos obligan a los Estados que los ratifican a incorporar lo establecido en sus legislaciones, fijando mecanismos para garantizar los derechos recogidos en ellos.

La gran mayoría de los Estados han ratificado ambos pactos. No obstante, su desarrollo es muy desigual. A pesar de las diferencias entre países, puede afirmarse que, en general, los derechos civiles y políticos (también llamados de *primera generación*) cuentan con más garantías para hacerse efectivos que los derechos económicos, sociales y culturales (denominados de *segunda generación*).

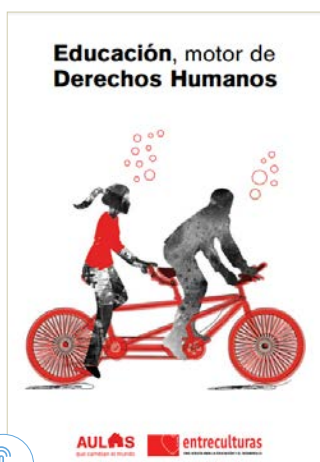
Por ejemplo, ante una detención ilegal que vulnera la libertad de movimiento, existen mecanismos jurídicos para evitarla lo antes posible y se prevén sanciones reclamables por vía judicial. Sin embargo, esto no sucede del mismo modo con el derecho a una vivienda digna o con el derecho al trabajo.

## 2.7 Declaración Universal de los Derechos Humanos

 [La Declaración Universal de los Derechos Humanos. Naciones Unidas](#)



# 3. Otros recursos para poner en práctica



## Educación, motor de derechos humanos

Basándose en la experiencia del programa Red Solidaria de Jóvenes y en la propuesta formativa «Remuévete. Actúa por la educación y los derechos humanos», se analizan los contenidos educativos que pueden abordarse y se ofrecen algunas orientaciones metodológicas.



## Pensamiento crítico ante los retos del siglo XXI

Propuesta metodológica para potenciar competencias de ciudadanía que favorezcan la participación crítica y protagonista de la juventud.

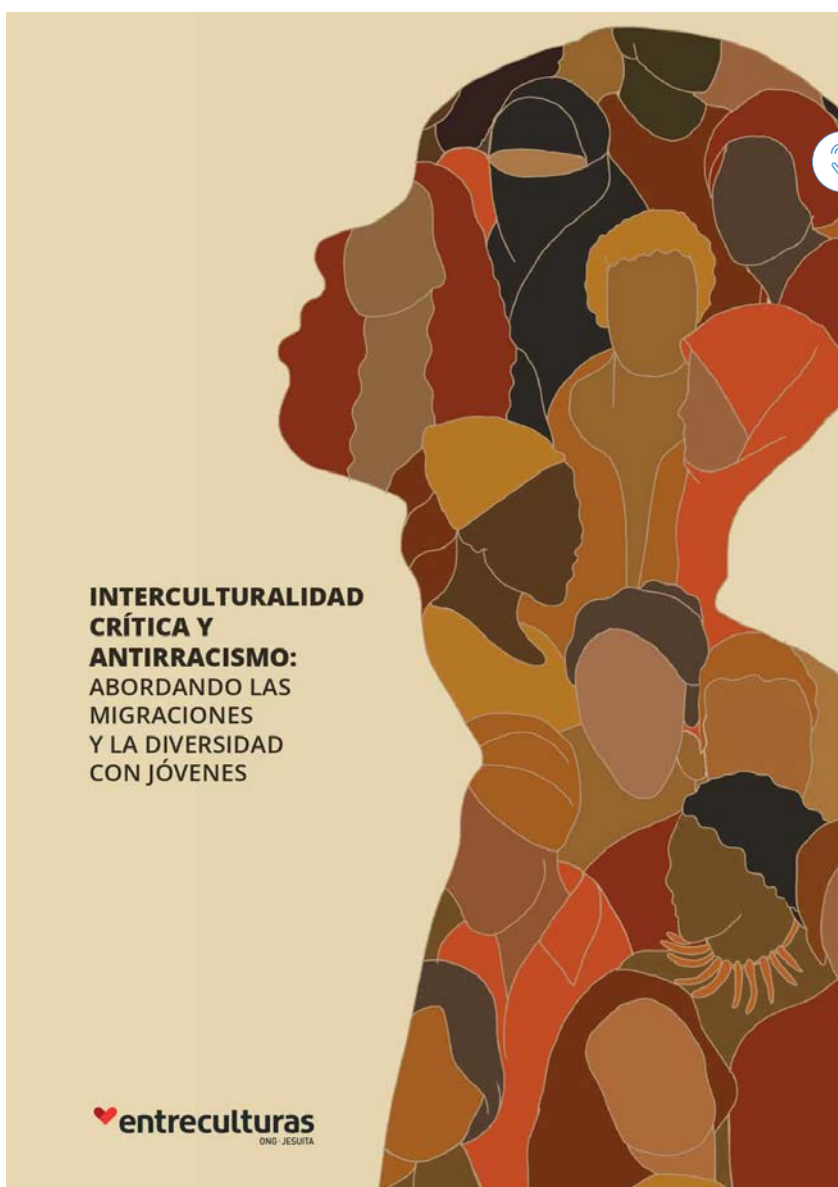


## Conecta tus derechos

«Construyendo ciudadanía global para la transformación social desde el enfoque de los derechos humanos y el aprendizaje basado en juegos (ABJ)» es un proyecto que, a través de la creación y prueba de juegos, buscaba fomentar una ciudadanía global, informada y solidaria que promueva la equidad, la protección global y la defensa de los derechos humanos en Aragón.

Este juego fue realizado gracias a la participación del alumnado de Salesianos Zaragoza.

# 4. Decálogo para el desarrollo de las actividades



Decálogo de verificación: elementos clave de una actividad o acción

*Decálogo de verificación: elementos clave de una actividad o acción*

Este decálogo pretende servir como una lista de verificación o checklist para diseñar nuestras intervenciones, asegurando que estén también alineadas con los principios de interculturalidad crítica y antirracismo..

# 5. Presentación de las actividades

Hemos organizado el taller en tres bloques siguiendo el marco metodológico que se indica a continuación:

- Emoción y autopercepción
- Análisis de la realidad: creencias y opiniones y análisis crítico para posicionarnos
- Generación de compromiso y acción

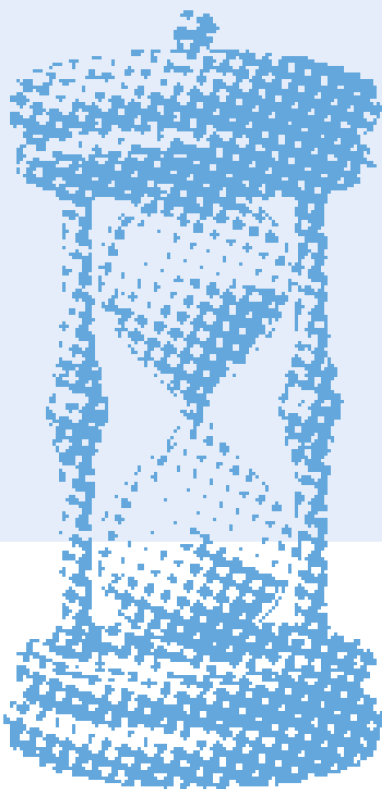
Cada bloque desarrolla una serie de actividades con una temporalización aproximada y una breve descripción de lo que se realizará en cada una. Al final se adjuntan las fichas de trabajo para el alumnado, cuando sea necesario, para desarrollarlas.

En cada actividad se incluyen también recomendaciones de contenido, orientaciones de adecuación a la edad y reflexiones dirigidas a las personas formadoras que pueden tenerse en cuenta durante el desarrollo de las actividades y la dinamización de los debates que puedan surgir.

Como educadores y educadoras especialistas, adaptaréis las diferentes actividades al grupo con el que vayáis a trabajar, ya sea en función de la edad, la motivación o el nivel formativo.

Esto significa que la inversión de tiempo propuesta puede variar y que, probablemente, tendréis que priorizar algunas y descartar otras.

De hecho, os ofrecemos un abanico de actividades que supera las cuatro horas iniciales previstas. La única recomendación que hacemos es que sigáis la lógica metodológica de los tres bloques: emoción y autopercepción individual y colectiva, análisis de la realidad y descubrimiento del compromiso colectivo y personal.



# 6. Cuadro resumen de las actividades



Bloque	Actividad	Objetivo principal	Formato	Duración	Edades	Materiales
<b>Bloque 1: Necesidades y deseos</b>	1. Necesidad real o deseo	Autopercepción individual y grupal; identificar necesidades y deseos	Individual, pequeño grupo, debate colectivo	30 min	12-16	Ficha actividad 1
	2. ¿El sistema nos crea las necesidades?	Analizar cómo el consumo y las redes sociales generan deseos/«necesidades»	Individual, por parejas, debate colectivo	30 min	14-16	Ficha actividad 2
<b>Bloque 2: Pensamientos, creencias y derechos humanos</b>	3. ¿Tenemos las necesidades básicas cubiertas?	Reflexionar sobre la cobertura de necesidades según la pirámide de Maslow	Debate en pequeños grupos, observación de pirámide	30 min	12-16	Ficha actividad 3
	4. Repaso de la Declaración Universal de los Derechos Humanos	Conocer los derechos humanos y relacionarlos con la vida cotidiana	Juego, dinámica grupal	30 min	12-16	Juego descargable, ficha actividad 4 (opcional)
	5. ¿Somos libres y tenemos los mismos derechos?	Visualizar desigualdades y reflexionar sobre derechos y libertades	Barómetro de clase, dinámica grupal	45 min	14-16	Material para la persona formadora
<b>Bloque 3: Acción y transformación</b>	6. ¿Qué tienen que ver los derechos humanos con mi vida?	Relacionar acciones cotidianas con los derechos humanos	Dinámica grupal, relacional	30 min	12-16	Ficha actividad 6
	7. «Como muchos dicen rojo, yo también digo rojo»: ¿El mundo que queremos?	Analizar la presión del entorno y el conformismo	Vídeo + debate	45 min	14-16	Vídeo
	8. Nos posicionamos: defendemos los derechos humanos	Expresar valores y posicionamiento a través de música	Opción 1: canción (12-16) / Opción 2: rap (14-16)	60 min o más	12-16/14-16	Vídeo, ficha actividad 8
	9. ¿Pueden los medios de comunicación ser aliados?	Analizar medios, buscar noticias y reflexionar sobre derechos humanos	Construcción de mural, investigación colectiva	60 min o más	14-16	Material de investigación, mural, materiales de apoyo
<b>Cierre del taller</b>	Reflexión final: ¿Y nosotros qué podemos hacer?	Reconocer el potencial de acción personal y colectiva	Debate y reflexión grupal	15-20 min aprox.	12-16	Ninguno específico

Bloque 1

# Necesidades y deseos

BB1

# Nos conocemos. ¿Qué motivaciones y autopercepciones tenemos?

El primer bloque del taller tiene una función de acogida, conexión y apertura emocional. Se plantea como un espacio seguro donde los y las adolescentes pueden expresarse, escucharse y reconocerse en la diversidad del grupo. Antes de introducir los derechos humanos como marco normativo o conceptual, se parte de las vivencias personales para que el aprendizaje tenga raíces en la propia experiencia.

En esta fase se invita al grupo a reflexionar sobre sus propias necesidades, deseos y emociones poniendo en valor que todas las personas tenemos necesidades legítimas, pero que no siempre son iguales ni están igualmente cubiertas. El trabajo individual y en pequeños grupos permite tomar conciencia de la diversidad de realidades dentro del aula y empezar a desarrollar empatía hacia las demás personas.

Este bloque también introduce una primera mirada crítica sobre la construcción social de los deseos y el papel del consumo, ayudando a diferenciar entre aquello que es esencial para el bienestar y aquello que responde a presiones sociales, modas o expectativas externas. De esta manera, se empieza a establecer el vínculo entre necesidades humanas y derechos, entendiendo que los derechos humanos nacen precisamente para garantizar unas condiciones de vida dignas.

Más allá de los contenidos, este bloque es clave para generar un clima de confianza, fomentar el respeto mutuo y legitimar la expresión emocional, aspectos imprescindibles para abordar posteriormente temas sociales más complejos.

Durante este taller, además, las redes sociales están muy presentes, ya que forman parte del universo cotidiano de los y las adolescentes. Si hablamos de necesidades a esta edad, también hablamos de la de ser reconocidos y reconocidas, de ser aceptados y aceptadas. En este sentido, cabe preguntarse hasta qué punto el uso actual de las redes sociales puede poner en riesgo la autoestima de las personas jóvenes.

Según Jordi Nomen:<sup>3</sup>

*«Esto está provocando, por ejemplo, que los adolescentes calculen su valor en función del número de likes y de seguidores, lo que se ha denominado el yo cuantificado. Y esto es muy peligroso porque la autoestima de los chicos y chicas está descansando en algo que está fuera de su control, lo que les provoca angustia y ansiedad. Por no hablar de la fama, que hoy está desconectada del mérito y del esfuerzo y, además, mide el valor de las personas. Si tienes fama, tienes valor; si no tienes fama, no tienes valor. Y hablamos de una fama volátil, que desaparece rápidamente. Esto genera una enorme inseguridad y angustia.»*

3 El País (sección Madrid) del 24 de febrero de 2026, 05:30 CET. Jordi Nomen, profesor y autor: [“La autoestima de muchos adolescentes descansa en algo fuera de su control: los likes”](#)

## Actividad 1.

## Necesidad real o deseo

**Actividad de autopercepción individual y colectiva**

**Formato:** individual, pequeño grupo y debate colectivo

**Duración:** 30 min

**Tipo de actividad:** ejercicio escrito y compartido posteriormente

**Edades:** 12-16 años

**Desarrollo de la actividad:**

A través de un listado realizado primero de manera individual y luego colectiva, hablaremos de cómo nos sentimos y escucharemos a las demás personas.

Posteriormente, abriremos el debate a todo el grupo a partir de las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Todas las personas tenemos las mismas necesidades?
- ¿Qué pasa cuando no las tenemos cubiertas?
- ¿Cuál es la diferencia entre deseos y necesidades?
- ¿Qué necesidades consideramos más importantes?

**Recomendaciones:**

Recordar al alumnado que dialogue desde el respeto y la empatía. Es posible que no todas las personas compartan las mismas necesidades o deseos. Es importante valorar la opinión de las minorías, sobre todo desde el respeto y la escucha activa. El debate permitirá introducir la idea de «tener derecho a...», que servirá como preparación para actividades posteriores.

Respecto al valor que damos al pensamiento crítico, será necesario, aunque parezca elemental, distinguir entre pensamiento crítico y ser crítico. Los críticos suelen tener muy mala fama: en la política, en el fútbol, en el cine, en el teatro, etc. Muchas veces se considera críticos a quienes siempre ponen un pero señalando defectos o carencias. Esta es una visión muy limitada del pensamiento crítico. La palabra *crítico* debe situarse correctamente para no caer en este sesgo de negatividad.

La persona crítica es quien filtra los pensamientos, realiza una actividad mental que no podemos detener porque forma parte de un flujo continuo y da un salto cualitativo al pasar de un pensamiento ordinario y espontáneo a un pensamiento intencional, consciente, ordenado y reflexionado.

Como dice Irene de Puig, exdirectora del **Grupo IREF (Grupo de Innovación e Investigación para la Enseñanza de la Filosofía):**

«El pensamiento crítico se debe cultivar. Si no, tendemos a un pensamiento simple, espontáneo, sin filtro. Separar el grano de la paja, eso es el pensamiento crítico. ¿Qué significa esto? Significa detenerse, disponer de tiempo. Porque, si no, nos arrastra la inmediatez, que hoy día es un problema enorme tanto en la vida personal como en la colectiva.»

«Debemos convertir el concepto de pensamiento crítico en un concepto positivo y razonable, en un pensamiento humanizador. Pasar por la cabeza no es solo una respuesta visceral. Criticarnos podemos ser todas las personas; pasa alguien por la calle y piensas: «Yo no me vestiría así ni loca». Tendemos a ser criticados. Juzgamos con ligereza, nos cuesta mucho no juzgar.»

**Materiales necesarios**

- Ficha de actividad 1

## Ficha de actividad 1



Lista de mis necesidades	Lista de mis deseos

Pongamos en común los listados:

Necesidades compartidas	Necesidades no compartidas
Deseos compartidos	Deseos no compartidos

## Actividad 2.

## ¿El sistema nos crea las necesidades?

**Actividad de autopercepción individual y colectiva**

**Formato:** individual, en parejas y debate colectivo

**Duración:** 30 min

**Tipo de actividad:** ejercicio escrito y compartido posteriormente

**Edades:** 14-16 años

**Materiales necesarios**

- Ficha de actividad 2

**Desarrollo de la actividad:**  
**Se dispone de una ficha de trabajo.**

Esta actividad busca conectar con las dinámicas de generación de deseos y necesidades a través del consumo y las redes sociales. Por parejas, pensarán ejemplos de cosas, hechos o situaciones que hayan vivido y que encajen en esta regla mnemotécnica, primero de manera individual y luego para compartirlo en grupo.

<b>Moda (M):</b>	Necesidad de cambio, renovación y adquisición de productos actuales.
<b>Interés (I):</b>	Deseo de adquirir bienes duraderos o inversiones.
<b>Comodidad (C):</b>	Búsqueda de bienestar, tranquilidad y facilidad en la vida diaria.
<b>Afecto (A):</b>	Compras emocionales, como regalos o identificación con una marca.
<b>Seguridad (S):</b>	Necesidad de garantía, confianza y utilidad funcional.
<b>Orgullo (O):</b>	Satisfacción de necesidades de alto nivel, como prestigio, admiración y ostentación.

Una vez realizada la reflexión en parejas, se plantea al grupo:

- **¿Qué relación existe entre la necesidad real y el deseo?**
- **¿Compramos por necesidades reales o por deseos?**

**Recomendaciones:**

Se pueden ofrecer imágenes de productos o servicios para animar al alumnado a pensar en ejemplos propios: ropa, móviles, juegos, deportes, bebidas, comida, actividades, viajes...

Se puede explicar que **MICASO** es una regla mnemotécnica para recordar los distintos motivos que llevan a una persona a realizar o no una compra, ya sea de un producto o un servicio. MICASO son las siglas de **moda, interés, comodidad, afecto, seguridad y orgullo**.

Ejemplos:

**Motivación de compra por moda.**

Muchas veces compramos algo porque está de moda. Es una motivación prioritaria en sectores como los regalos, la automoción o la telefonía móvil. La compra por moda nace del deseo de estar a la última, de ser la persona más moderna del grupo social, superando otros aspectos como el precio, la marca, las funciones o la garantía.

**Motivación de compra por interés.**

En tiempos de crisis, este es uno de los principales motivadores. La persona compradora opta por lo más barato o económico. La cantidad ahorrada es la motivación fundamental, por encima de la marca, la garantía o la profesionalidad de las personas vendedoras.

**Motivación de compra por comodidad.**

Muchos productos se venden principalmente por el bienestar, la tranquilidad, el confort o la facilidad en su uso. También entran factores de proximidad o la voluntad de no asumir riesgos.

**Motivación de compra por afecto.**

Las personas fieles a una marca compran por identificación emocional con ella, con sus valores o filosofía, por encima de otros factores como el precio o la proximidad.

**Motivación de compra por seguridad.**

La seguridad es un buen motivador. Un ejemplo es la campaña de **El Corte Inglés** «Si no queda satisfecho, le devolvemos su dinero» y su política de aceptar devoluciones y cambios. Bajo esta motivación se incluyen otros factores como utilidad, instinto de conservación, durabilidad, veracidad y garantía.

**Motivación de compra por orgullo.**

Responde a la necesidad de ostentación, vanidad, prestigio, lujo o posición social, es decir, el deseo de ser más que otra persona. Adquirir estos productos o servicios es una forma de destacar y alcanzar la cúspide de la pirámide de Maslow: la autorrealización.

## Ficha de actividad 2



<p><b>Moda (M):</b> necesidad de cambio, renovación y de adquirir productos actuales.</p>	<p><b>Interés (I):</b> deseo de adquirir bienes duraderos o realizar inversiones.</p>	<p><b>Comodidad (C):</b> búsqueda de bienestar, tranquilidad y facilidad en la vida diaria.</p>
<p><b>Afecto (A):</b> compras emocionales, como regalos o identificación con una marca.</p>	<p><b>Seguridad (S):</b> necesidad de garantía, confianza y utilidad funcional.</p>	<p><b>Orgullo (O):</b> satisfacción de necesidades de alto nivel, como prestigio, admiración y ostentación.</p>

Bloque 2

# Pensa- mientos, creencias y derechos humanos



# Qué pensamientos, creencias y opiniones tenemos sobre la realidad

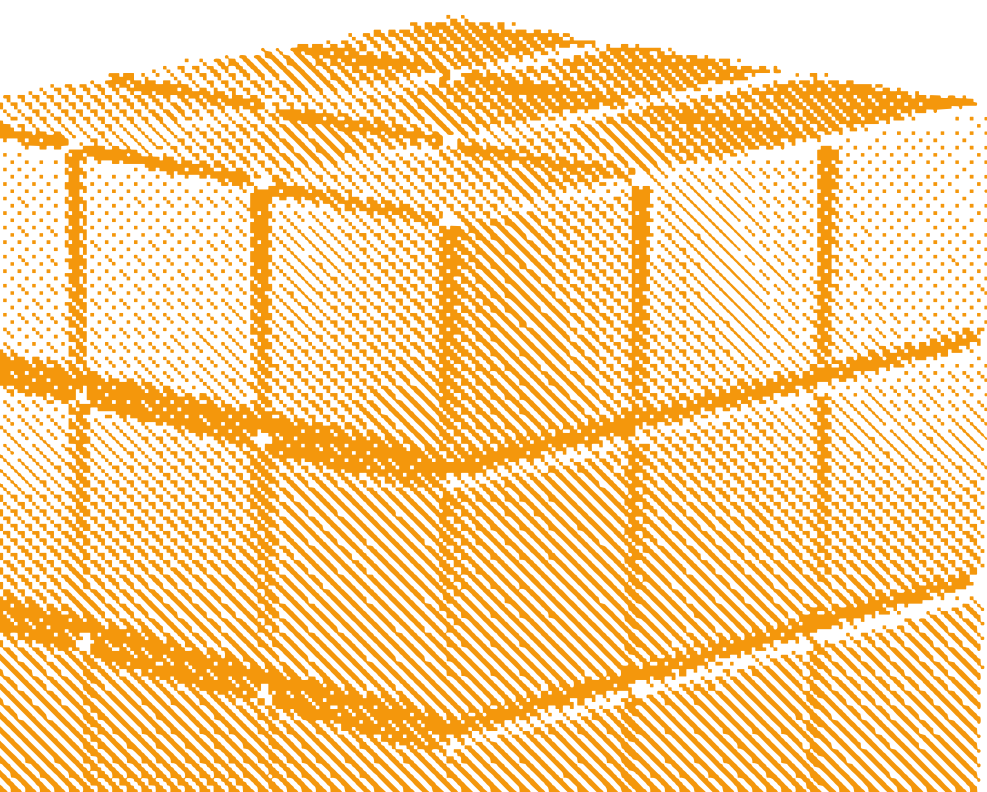
El segundo bloque constituye el núcleo reflexivo y conceptual del taller. Aquí se da el paso de la vivencia personal a la comprensión social y global de los derechos humanos. El objetivo es que las personas adolescentes comprendan qué son los derechos humanos, por qué existen y por qué —a pesar de ser universales— no siempre se cumplen.

A través de dinámicas de análisis y debate, el grupo explora cómo las necesidades humanas se relacionan con los derechos y cómo factores sociales, económicos, políticos o culturales pueden condicionar su acceso. La clasificación de las necesidades, los juegos sobre derechos humanos y las dinámicas de rol permiten visualizar desigualdades, privilegios y situaciones de vulneración de derechos de manera vivencial y comprensible.

Este bloque promueve el pensamiento crítico, ayudando a las personas adolescentes a cuestionar ideas preconcebidas, contrastar realidades y entender que las circunstancias de vida no dependen únicamente de decisiones individuales, sino también de contextos estructurales. Se trabaja especialmente la empatía, el respeto por la diversidad de realidades y la capacidad de analizar situaciones desde múltiples perspectivas.

Es importante que la facilitación acompañe emocionalmente el proceso, ya que pueden surgir situaciones personales o temas sensibles. El objetivo no es generar culpa, sino conciencia y comprensión de la complejidad del mundo.

Este bloque permite consolidar la idea de que los derechos humanos son universales e indivisibles, pero que su garantía requiere voluntad social y política, así como ciudadanía crítica.



## Actividad 3.

# ¿Tenemos cubiertas las necesidades básicas?

**Actividad de análisis, informativa y socioafectiva (fomento de la empatía y el respeto)**

**Formato:** debate en pequeños grupos

**Duración:** 30 min

**Tipo de actividad:** observación de la pirámide y debate

**Edades:** 12-16 años

**Desarrollo de la actividad:**  
**Se dispone de una ficha de trabajo.**

Debate en pequeños grupos. Podemos clasificar las necesidades y deseos detectados según la pirámide de Maslow (ver la ficha de actividad). Posteriormente, abriremos el debate: ¿Qué tenemos cubierto y qué no? ¿Todas las personas tienen cubiertas sus necesidades?

Opcional: se pueden utilizar fotografías para clasificar su contenido en función de si corresponden a necesidades fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento o de autorrealización. También se les puede pedir que busquen imágenes y las clasifiquen según la pirámide.

**Recomendaciones:**

Se puede usar la siguiente explicación para hablar de los cinco niveles de la pirámide de Maslow:

---

## Materiales necesarios

- Ficha de actividad 3

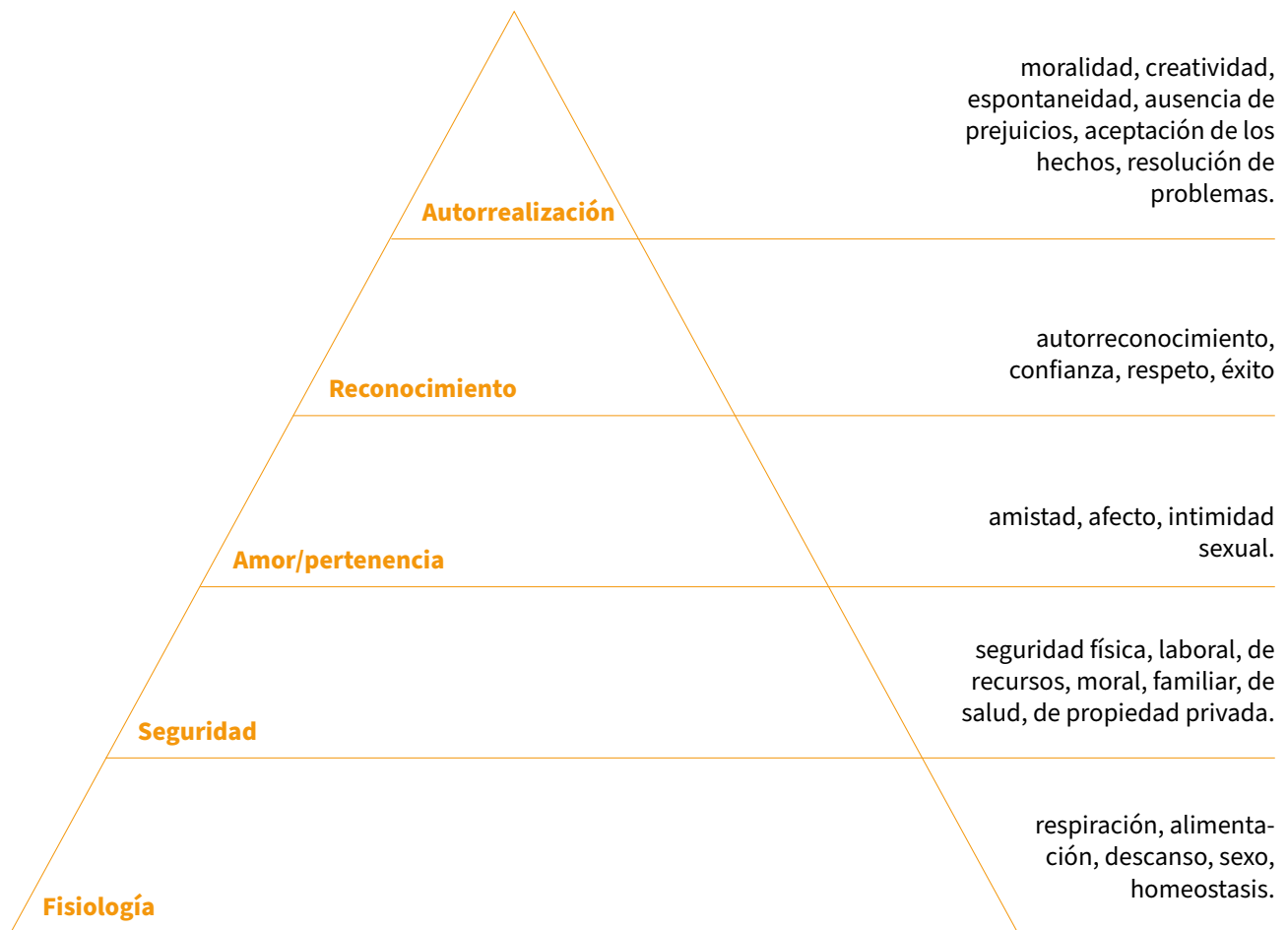
- **Necesidades básicas o fisiológicas (biológicas):** son la base de la pirámide y sobre este nivel se construye el resto. La necesidad más básica es la supervivencia física y es la primera que motiva nuestro comportamiento. Estas necesidades son inherentes a toda persona (respirar, vestirse, alimentarse, descansar, sexo, etc.). Cubren todo lo relacionado con el ser humano para poder sobrevivir.
- **Necesidades de seguridad:** Se refieren a todo aquello que nos hace sentir seguros para mantener un orden y seguridad en la vida y poder vivir sin miedo. Es decir, seguridad física (salud), tener dinero (trabajo), necesidad de vivienda... Se satisfacen una vez cubiertas las necesidades biológicas.
- **Necesidades sociales (amor y pertenencia):** una vez cubiertas las necesidades anteriores, el tercer nivel se relaciona con las necesidades sociales, que implican sentimientos de pertenencia. Es decir, sentirse integradas en la sociedad a través de relaciones interpersonales y afectivas: amistades, pareja, familia, ser parte de un grupo, recibir y dar afecto, etc.
- **Necesidades de autoestima o reconocimiento:** están relacionadas con la confianza y la reputación. Maslow las clasificó en dos categorías: la autoestima —independencia, confianza en una misma, dignidad, logros, etc.— y la reputación o respeto, que precede a la autoestima.
- **Necesidades de autorrealización:** nivel más alto, que solo puede satisfacerse una vez alcanzadas todas las demás. En esta etapa, la persona busca su crecimiento personal y desarrollar todo su potencial para alcanzar su éxito. Son personas conscientes de sí mismas y preocupadas también por las opiniones de los demás (moralidad, creatividad, éxito...).

## Ficha de actividad 3



Observa esta pirámide y anota aquí qué necesidades tienes cubiertas y cuáles no.

Coméntalo con el resto del grupo y averigua si todas las personas en el mundo también las tienen cubiertas.



## Actividad 4.

# Hagamos un repaso a la Declaración Universal de los Derechos Humanos

**Actividad de análisis, informativa y socioafectiva (fomento de la empatía y el respeto)**

**Formato:** juego (material descargable)

**Duración:** 30 min

**Tipo de actividad:** dinámica grupal

**Edades:** 12-16 años

---

### Materiales necesarios

- Juego descargable para imprimir
- Ficha actividad 4 (opcional)

### Desarrollo de la actividad:



A través de un juego, nos acercaremos a los derechos humanos en el marco de la declaración universal con Conecta tus derechos:

*Ve al juego →*

Existen dos modalidades para jugar: una para todo el grupo, en la que se relaciona el título de los derechos con su breve descripción, y otra en parejas, para hacer asociaciones. Será necesario descargar el material y repartir las cartas. Hay 30 cartas que describen derechos y 30 cartas con ilustraciones correspondientes a cada derecho.

Para finalizar, es interesante destacar que la DUDHE (2007) recoge, además de derechos universales, **los deberes universales**, como el deber de respetar los derechos humanos y de luchar contra el hambre y la pobreza extrema.

Pregunta guía: ¿De qué hablamos cuando mencionamos el deber de respetar los derechos humanos?

### Recomendaciones:

Para alumnado más mayor se pueden usar los siguientes enlaces para leer los diferentes derechos recogidos en la declaración universal:

[Castellano](#)

[Catalán](#)

Si ya se ha trabajado el tema y se quiere profundizar, se puede repartir la Ficha 4, que explica las cuatro generaciones de los derechos humanos, asignando una generación a cada grupo para que luego se la expliquen al resto de compañeras y compañeros.

## Ficha actividad 4 (opcional)



### Las cuatro generaciones de derechos humanos

#### Derechos humanos de primera generación

Los derechos humanos de primera generación, también conocidos como *derechos civiles y políticos*, son los históricamente más antiguos, ya que algunos de ellos fueron recogidos a finales del siglo XVIII en la Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano (1789) y en la Carta de Derechos de los Estados Unidos (1791).

Estos derechos buscan garantizar la libertad individual y la participación de todas las personas en igualdad en la vida civil y política, protegiéndonos de los abusos de poder por parte del Estado, las instituciones y los conciudadanos.

### Las cuatro generaciones de derechos humanos

#### Derechos humanos de segunda generación

Los derechos humanos de segunda generación, también denominados por su naturaleza derechos económicos, sociales y culturales, surgen después de la Primera Guerra Mundial y buscan garantizar unas condiciones de vida dignas y de calidad que permitan el libre desarrollo de todas las personas. En la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), estos derechos se recogen entre los artículos 22 y 27, estableciendo que todas las personas tienen derecho a la seguridad social, al trabajo y la libre elección de empleo, a un salario digno, justo y suficiente, a sindicarse, a disfrutar de tiempo para descanso y ocio, a disfrutar de un nivel de vida adecuado que garantice salud y bienestar, a participar y disfrutar de la cultura y el progreso científico de la sociedad y a acceder a una educación elemental gratuita y obligatoria que fomente su pleno desarrollo, contribuya al respeto de los derechos humanos, la comprensión, la tolerancia, la amistad entre las personas y al mantenimiento de la paz.

### Las cuatro generaciones de derechos humanos

#### Derechos humanos de tercera generación

Según ACNUR (2017), estos derechos son los siguientes: el derecho al desarrollo sostenible, el derecho a la autodeterminación de los pueblos, el derecho a la paz, el derecho a la protección de los datos personales, el derecho al patrimonio común de la humanidad y el derecho a disfrutar de un medio ambiente sano, limpio y sostenible.

### Las cuatro generaciones de derechos humanos

#### Derechos humanos emergentes o de cuarta generación

Esta declaración se concreta en nueve artículos que reconocen el derecho de todas las personas a vivir en condiciones de dignidad, incluyendo el derecho al trabajo, a la salud, a la educación, a la seguridad, a la integridad personal y a una muerte digna (artículo 1), el derecho a la paz, destacando la importancia de garantizar un sistema social basado en valores de paz y solidaridad (artículo 2), el derecho a habitar el planeta y al medio ambiente (artículo 3), el derecho a la igualdad plena y efectiva entre todas las personas, que se concreta en la igualdad de oportunidades y la protección de colectivos en situación de riesgo (artículo 4), el derecho a una democracia plural, paritaria, participativa, solidaria y garantista (artículos 5 a 9) y otros derechos vinculados incluyen: interculturalidad, movilidad universal, vivienda, residencia, desarrollo y democracia universal, entre otros

## Actividad 5.

# ¿Somos libres y tenemos los mismos derechos?

## Actividad de análisis, informativa y socioafectiva (fomento de la empatía y el respeto)

**Formato:** variante del barómetro de clase

**Duración:** 45 min

**Tipo de actividad:** dinámica grupal

**Edades:** 14-16 años

### Materiales necesarios

- Material para la persona formadora

### Desarrollo de la actividad:

Esta dinámica funciona como un termómetro en el espacio. Todas las personas partirán de un mismo punto de salida, situado en la mitad de la sala, y, en función de lo que se vaya anunciando, se dará un paso adelante o un paso atrás.

Recomendable a partir de 14 años.

### Recomendaciones:

Para reforzar la reflexión, se puede realizar con los ojos tapados mientras se escuchan los enunciados. Cuando finalice, se abrirán los ojos y se observará cómo ha quedado la distribución del grupo.

Si es necesario, se pueden añadir o modificar algunas afirmaciones en función del conocimiento del grupo. Esto hará que la dinámica sea más vivencial.

### Material para la persona formadora:

#### Se leerán en voz alta los siguientes enunciados en un clima de silencio y concentración:

Si en tu casa hay agua y electricidad todo el día, da un paso adelante.

Si tu familia pudo decidir y elegir la educación que querían para ti, da un paso adelante.

Si cuando dices el lugar o país donde naciste te miran mal, da un paso atrás.

Si en tu casa podéis comprar los medicamentos que necesitáis cuando enfermáis, da un paso adelante.

Si, caminando por la calle, has tenido miedo de sufrir acoso sexual, da un paso atrás.

Si en tu casa hay más de 50 libros, da un paso adelante.

Si te da miedo la reacción de la gente ante tu orientación sexual, da un paso atrás.

Si la lengua que hablas habitualmente está mal vista, da un paso atrás.

Si nunca te han diagnosticado una discapacidad física o mental, da un paso adelante.

Si has recibido comentarios despectivos sobre tu religión, da un paso atrás.

Si has recibido comentarios sexuales molestos en las redes sociales, da un paso atrás.

Si conoces plenamente tus derechos y deberes como persona, da un paso adelante.

Si tu familia alguna vez ha tenido dificultades económicas para pagar el alquiler de la vivienda, da un paso atrás.

Si alguna vez se han reído de tu peso o de tu apariencia física, da un paso atrás.

Si crees que tu nombre o tu apellido pueden ser un impedimento cuando seas mayor y busques trabajo, da un paso atrás.

Si han cuestionado que practiques un deporte determinado por el hecho de ser chico o chica, da un paso atrás.

Si tienes que mantener tu horario habitual cuando celebras fiestas religiosas importantes, da un paso atrás.

Si crees que pueden hacerte comentarios despectivos en la calle por tu forma de vestir, da un paso atrás.

**En silencio, observamos cómo hemos quedado distribuidos por el espacio.**

**A continuación, abriremos un espacio de preguntas generadoras:**

- ¿Cómo os habéis sentido?
- ¿Quién se ha quedado atrás? ¿Quién ha avanzado?
- ¿Qué relación tiene esta dinámica con los derechos que hemos estado comentando?
- ¿Pensáis que habéis sido sinceros o sinceras? ¿Por qué?

Bloque 3

# Acción y transformación



# Seamos proactivos y proactivas para crear un mundo mejor

El tercer bloque se centra en la dimensión transformadora del taller. Después de haber conectado con sus propias necesidades y de haber analizado la realidad social, se invita a las personas adolescentes a reflexionar sobre cuál es su papel en la defensa de los derechos humanos.

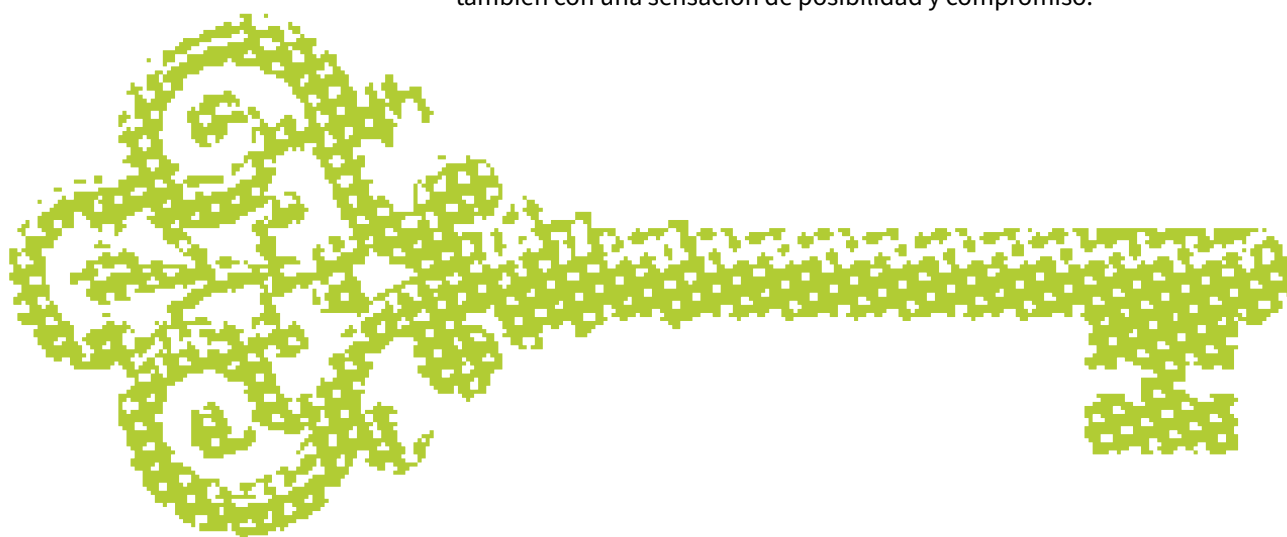
Aquí se pone el énfasis en la capacidad de agencia: entender que, aunque no puedan cambiarlo todo, sí pueden influir en su entorno. Se trabaja la relación entre derechos humanos y vida cotidiana, mostrando que muchas acciones diarias —como expresarse libremente, relacionarse, moverse con seguridad o mostrar la propia identidad— están directamente vinculadas a los derechos humanos.

También se reflexiona sobre la presión del grupo, los medios y las redes sociales, ayudando a las personas adolescentes a identificar situaciones en las que pueden actuar por inercia o por miedo a la diferencia. Este trabajo busca reforzar la autonomía de pensamiento y la coherencia entre valores y acciones.

Las propuestas creativas, como la música, el rap, el pódcast o el mural, permiten canalizar los aprendizajes de manera expresiva y participativa. Además de reforzar los contenidos, estas actividades generan un sentimiento de pertenencia e implicación.

El mensaje final que se quiere transmitir es que defender los derechos humanos no es solo tarea de activistas o instituciones, sino una responsabilidad compartida que se concreta en las decisiones cotidianas, en la manera de relacionarse con las demás personas y en la capacidad de posicionarse ante las injusticias.

Este cierre ayuda al grupo a salir del taller con una mirada más crítica, pero también con una sensación de posibilidad y compromiso.



## Actividad 6.

# ¿Qué tienen que ver los derechos humanos con mi vida?

**Actividad de acción, de posicionamiento y para romper creencias****Formato:** actividad relacional**Duración:** 30 min**Tipo de actividad:** dinámica grupal**Edades:** 12-16 años**Desarrollo de la actividad:**  
**Se dispone de una ficha de trabajo.**

Se presentarán diferentes acciones de su vida cotidiana y deberán relacionarlas con los distintos derechos humanos. Para ello, se pueden utilizar los recursos empleados en actividades anteriores, como:

*«Conecta tus derechos»**Ve al juego →*

---

**Materiales necesarios**

- Ficha actividad 6

Declaración Universal de los Derechos Humanos:

<https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>

## Propuesta de resolución:

Si tienes en casa agua y electricidad todo el día	<i>Derecho a un nivel de vida adecuado (Art. 25)</i>
Si tu familia pudo decidir y elegir libremente la educación que querían para ti	<i>Derecho a la educación (Art. 26)</i>
Si te sientes discriminada por el lugar donde naciste	<i>Derecho a la igualdad y no discriminación (Art. 2)</i>
Si en casa podéis comprar los medicamentos que necesitáis	<i>Derecho a la salud y a un nivel de vida adecuado (Art. 25)</i>
Si, caminando por la calle, has tenido miedo de ser acosada sexualmente	<i>Derecho a la seguridad personal (Art. 3)</i>
Si en tu casa hay más de 50 libros	<i>Derecho a la educación y al acceso a la cultura (Arts. 26 y 27)</i>
Si te da miedo la reacción de tu entorno ante tu orientación sexual	<i>Derecho a la igualdad y no discriminación (Art. 2)</i>
Si la lengua que hablas habitualmente está mal vista	<i>Derecho a la igualdad y no discriminación (Art. 2)</i>
Si te han hecho comentarios despectivos sobre tu religión	<i>Derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y religión (Art. 18)</i>
Si te han hecho comentarios despectivos por tu color de piel	<i>Derecho a la igualdad y no discriminación (Art. 2)</i>
Si te han hecho comentarios sexuales molestos en las redes sociales	<i>Derecho a la seguridad y la dignidad personal (Arts. 3 y 12)</i>
Si conoces plenamente tus derechos y deberes como persona	<i>Derecho a la información y a la participación ciudadana (Art. 21)</i>
Si tu familia alguna vez tuvo dificultades económicas para pagar el alquiler	<i>Derecho a un nivel de vida adecuado (Art. 25)</i>
Si alguna vez se han reído de tu peso o de tu apariencia física	<i>Derecho a la igualdad y la dignidad personal (Arts. 1 y 2)</i>
Si te han cuestionado que practiques un deporte determinado por ser chico o chica	<i>Derecho a la igualdad y no discriminación (Art. 2)</i>
Si crees que pueden hacerte comentarios despectivos en la calle por tu forma de vestir	<i>Derecho a la libertad de expresión y no discriminación (Arts. 19 y 2)</i>

## Ficha actividad 6



Utiliza las siguientes afirmaciones y relaciona cada una de ellas con uno de los derechos humanos:

Si tienes en casa agua y electricidad todo el día	
Si tu familia pudo decidir y elegir libremente la educación que querían para ti	
Si te sientes discriminada por el lugar donde naciste	
Si en casa podéis comprar los medicamentos que necesitáis	
Si, caminando por la calle, has tenido miedo de ser acosada sexualmente	
Si en tu casa hay más de 50 libros	
Si te da miedo la reacción de tu entorno ante tu orientación sexual	
Si la lengua que hablas habitualmente está mal vista	
Si te han hecho comentarios despectivos sobre tu religión	
Si te han hecho comentarios despectivos por tu color de piel	
Si te han hecho comentarios sexuales molestos en las redes sociales	
Si conoces plenamente tus derechos y deberes como persona	
Si tu familia alguna vez tuvo dificultades económicas para pagar el alquiler	
Si alguna vez se han reído de tu peso o de tu apariencia física	
Si te han cuestionado que practiques un deporte determinado por ser chico o chica	
Si crees que pueden hacerte comentarios despectivos en la calle por tu forma de vestir	

## Actividad 7.

## «Como muchos dicen rojo, yo también digo rojo»: ¿El mundo que queremos?

**Actividad de acción, de posicionamiento y para romper creencias****Formato:** vídeo y debate**Duración:** 45 min**Tipo de actividad:** dinámica grupal**Edades:** 14-16 años**Materiales necesarios**

- Vídeo

**Desarrollo de la actividad:**

Veremos el siguiente vídeo:

Serie de TV3. *Merlí. Sapere Aude.*

El objetivo es que salgan de su zona de confort para analizar qué ocurre cuando, por la presión del entorno, hacemos o decimos cosas que no compartimos.

Preguntas generadoras:

- Piensa en situaciones en las que te haya pasado que la presión del entorno (redes sociales, medios, instituto) haga que opines o hagas lo mismo que los demás aunque no estés de acuerdo.
- ¿Estamos de acuerdo con la afirmación «Este es el mundo que queremos»?
- ¿Qué opinamos de la frase que dice la profesora al final: «El ser humano es el único ser que necesita un amo para vivir»?

**Recomendaciones:**

Una investigación de la UPF y la UOC revela que las personas adolescentes son más conscientes de los efectos negativos de las redes sociales de lo que podría parecer. Se trata del primer estudio cuantitativo sobre **el impacto de TikTok e Instagram** en adolescentes de 12 a 18 años.

Los encuestados han puntuado del 1 al 5 el efecto de estas plataformas en distintos aspectos de su vida social. Los ítems mejor valorados son la capacidad de organización colectiva (3,52), la pertenencia grupal (3,51) y la posibilidad de expresarse tal como son (3,48). En cambio, lo peor valorado es el bienestar psicológico (3,06), siendo el efecto más negativo en las chicas (2,99) que en los chicos (3,13).

Según Mònika Jiménez, profesora del grado de Publicidad y Relaciones Públicas y coautora del estudio, «las chicas ven claramente cómo los contenidos de moda y belleza que reciben ejercen una presión muy fuerte sobre su autoestima».

Una cuarta parte de la población catalana se informa de la actualidad a través de TikTok y el porcentaje aumenta en jóvenes: casi un **64 %** de personas de **16 a 24 años** se ponen al día mediante esta red.

Los **roles tradicionales de género** se perpetúan en los contenidos de TikTok: los chicos ven más videojuegos, humor y deportes y ellas más belleza, dietas y moda. Esta personalización se interpreta como positiva, aunque las chicas sean conscientes de que afecta su **salud mental**.

Se puede hablar de una **generación marcada por el consumo de TikTok**, según **Anna Carulla**, consultora en comunicación política, y **Mònika Jiménez**: «TikTok ofrece inmediatez y un flujo brutal de información constante. No necesitan seguir a nadie para recibir la información que quieren ver».



## Actividad 8.

# Nos posicionamos: defendemos los derechos humanos

Esta actividad se vincula con el mundo de la música y requiere más tiempo del establecido en el taller. Dependiendo del nivel y la motivación del grupo, se presentan dos opciones:

- **Opción 1:** más sencilla, a partir de 12 años.
- **Opción 2:** más compleja, a partir de 14 años.

## Opción 1. Trabajamos una canción, la cantamos y la grabamos

### Actividad de acción, de posicionamiento y para romper creencias

**Formato:** escuchar la canción y reproducirla

**Duración:** 60 min en adelante

**Tipo de actividad:** dinámica grupal

**Edades:** 12-16 años

### Desarrollo de la actividad:

Se trabaja una canción, se canta y se graba. Se dispone de la ficha con la letra de la canción *Los derechos humanos, tu mejor instrumento*.

Canción sobre los derechos humanos de la infancia, de la BSO de la película de animación *El extraordinario viaje de Lucius Dumb*, dirigida por Maite Ruiz de Austri y producida por Iñigo Silva. Autores: Mili Biscaí y Pedro Calero.



«Los derechos humanos, tu mejor instrumento»

### Materiales necesarios

- Vídeo
- Ficha actividad 8 (opción 1)

## Opción 2. Escribimos un rap

### Actividad de acción, de posicionamiento y para romper creencias

**Formato:** escribir en grupo la letra de un rap

**Duración:** 60 min en adelante

**Tipo de actividad:** dinámica grupal

**Edades:** 14-16 años

### Materiales necesarios

- Vídeo de ejemplo
- Ficha actividad 8. Opción 1.

### Desarrollo de la actividad:

Recomendable a partir de 14 años. Si hay alguna persona especialista en música, puede ayudar en la redacción del rap y adaptarlo a ritmos y melodía.

Ejemplo:



*Rap por los derechos humanos, IE Lloret de Mar, DENIP, 2022.*

Se escribió de manera colaborativa y se grabó en grupo.

Recursos para escribir un rap:

- [Cómo escribir una canción de rap: La guía completa para principiantes](#)
- [Consejos sobre cómo escribir rap](#)
- [Aprende a escribir y componer una canción de rap como un profesional desde cero](#)

## Ficha actividad 8. Opción 1.



Ooh  
Ooh  
Queríamos hallar el instrumento perfecto,  
el error era pensar que era tan solo un objeto.  
Mira dentro de ti para encontrar el secreto:  
los derechos humanos, tu mejor instrumento.  
Todos nacemos libres para soñar  
y construir un mundo lleno de igualdad.  
Para que nadie sufra debemos luchar,  
pues todos somos uno en realidad.

Ooh  
Ooh  
La fantasía se torna verdad  
cuando los niños pueden jugar.  
Ese es el puente para pasar  
a la orilla de la risa y la felicidad.  
Pero hay niños que no tienen a sus papás,  
viven en el olvido de esta sociedad,  
trabajan noche y día hasta no poder más.  
Debemos protegerlos.  
Piensa que la vida nos une,  
caminamos bajo el mismo sol.  
Hay algo que aprender:  
yo soy tú y tú eres yo.

Ooh  
Ooh  
Nunca me juzgues por no ser como tú,  
por mi color o mi forma de hablar.  
Abre tu mente y mira más allá,  
pues todos somos iguales en lo esencial.  
Ser niño es un tesoro que hay que cuidar,  
en él está el futuro que un día vendrá.  
Tan lleno de belleza y fragilidad,  
es siempre lo primero que hay que salvar.

Ooh  
Ooh  
Todos tenemos derecho a aprender  
para alcanzar lo que queremos ser.  
Los libros son aviones de papel  
para conocer el mundo y poder crecer.  
¡Piensa! Es tu derecho a tener un nombre,  
eres de carne y hueso, no una cifra,  
un ser humano que crece y desde la humanidad se hace más fuerte.  
Eres alguien, no algo;  
eres un nombre, no un número.  
Camina sin cadenas y busca tu identidad  
porque siempre serás único.  
Piensa que la vida nos une,  
caminamos bajo el mismo sol.  
Hay algo que aprender:  
yo soy tú y tú eres yo.

Ooh  
Ooh

## Actividad 9.

# ¿Pueden los medios de comunicación ser aliados?

**Actividad de acción, de posicionamiento y para romper creencias****Formato:** construcción de mural**Duración:** 60 min en adelante**Tipo de actividad:** búsqueda de información y construcción colectiva**Edades:** 14-16 años**Desarrollo de la actividad:**

Construir un mural con la información encontrada y comentarlo en grupo. Buscar noticias donde se vulneren los derechos humanos y otras donde se defiendan o promuevan. La actividad combina creatividad plástica con un ejercicio de investigación y denuncia.

Momentos de la actividad:

- Investigación de noticias que denuncien la vulneración de derechos humanos.
- Investigación de iniciativas que defiendan o promuevan los derechos humanos.



# Actividad de cierre del taller

Y, como punto final, se plantea la pregunta:

## **¿Y nosotros qué podemos hacer?**

De este modo, comenzamos a reconocernos como agentes de cambio, tomando conciencia del potencial transformador que tenemos como personas y colectivos y dando valor a las pequeñas acciones que pueden convertirse en el germen de una transformación global.



# Claves para analizar el mundo: derechos humanos y pensamiento crítico

Una propuesta didáctica para docentes  
que acompañan a jóvenes de 12 a 16 años