

AUTORES ORIGINALES DE LOS CAPÍTULOS

INTRODUCTION: EUROPEAN HANDBOOK FOR GENDER EQUALITY, EQUITY,
INCLUSION IN SPORT: A PERSPECTIVE THROUGH THE ERASMUS + WOMENUP
PROJECT: AN OVERVIEW

Shirin Amin

Manager. Champions Factory International, Dublin, Ireland

Orlando Mbah

Researcher. Champions Factory International, Dublin, Ireland

CHAPTER 1: THE SOCIAL, MEDICAL, AND PSYCHOLOGICAL IMPORTANCE OF PERFORMING
PHYSICAL ACTIVITY FOR MEN AND WOMEN OF ALL AGES

Verter Tursi

Manager. UISP Unione Italiana Sport per Tutti, Pisa, Italy

CHAPTER 2: GOVERNANCE IN SPORTS ORGANIZATIONS: A GENDER APPROACH

Antonino Pereira

Senior Lecturer. Polytechnic Institute of Viseu, Viseu, Portugal

Francisco Mendes

Senior Lecturer. Polytechnic Institute of Viseu, Viseu, Portugal

Abel Figueiredo

Senior Lecturer. Polytechnic Institute of Viseu, Viseu, Portugal

CHAPTER 3: SPORT LEGISLATION AND POSSIBLE GENDER DISCRIMINATION
IN EUROPEAN COUNTRIES

Alexandra Bekiari

Senior Lecturer. UTH University of Thessaly, Thessaly, Greece

CHAPTER 4: DUAL CAREER OF A SPORTSWOMAN: PROBLEMS AND SUCCESSES

Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi

Senior Lecturer. Pamukkale University, Denizli, Türkiye

Özgür Mülazımoğlu Ballı

Senior Lecturer. Pamukkale University, Denizli, Türkiye

Yeliz İlgar Doğan

Senior Lecturer. Pamukkale University, Denizli, Türkiye

CHAPTER 5: GENDER DISCRIMINATION IN THE MEDIA

Shirin Amin

Manager. Champions Factory International, Dublin, Ireland

Orlando Mbah

Researcher. Champions Factory International, Dublin, Ireland

CHAPTER 6: EDUCATION, GENDER, AND SPORTS

Mario Albaladejo-Saura

Lecturer. UCAM, Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Lourdes Meroño

Senior Lecturer. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Cristina Ponce-Ramírez

Researcher. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Francisco Esparza-Ros

Senior Lecturer. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Raquel Vaquero-Cristóbal

Senior Lecturer. Universidad de Murcia, Murcia, Spain

CHAPTER 7: INTERSECTIONALITY IN SPORTS: EXPLORING THE IMPACT OF RACE, ETHNICITY, SEXUALITY, AND OTHER SOCIAL IDENTITIES ON PARTICIPATION AND EXPERIENCES IN SPORTS

Eratw Papavasiliou

Senior Lecturer. UTH University of Thessaly, Thessaly, Greece

Anna Boumpouzioti

Senior Lecturer. UTH University of Thessaly, Thessaly, Greece

CHAPTER 8: PHYSICAL ACTIVITY AND MENTAL HEALTH: EXAMINING THE LINKS BETWEEN EXERCISE, PHYSICAL ACTIVITY, AND MENTAL HEALTH OUTCOMES SUCH AS STRESS, ANXIETY, AND DEPRESSION

Adrián Mateo-Orcajada

Researcher. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Noelia González-Gálvez

Senior Lecturer. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Lucía Abenza-Cano

Senior Lecturer. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Alejandro Leiva-Arcas

Senior Lecturer. UCAM Universidad Católica San Antonio de Murcia, Murcia, Spain

Raquel Vaquero-Cristóbal

Senior Lecturer. Universidad de Murcia, Murcia, Spain

EUROPEAN HANDBOOK FOR GENDER EQUALITY, EQUITY, INCLUSION IN SPORT: A PERSPECTIVE THROUGH THE ERASMUS + WOMENUP PROJECT: APPENDICES

Orlando Mbah

Researcher. Champions Factory International, Dublin, Ireland

Capítulo 6

EDUCACIÓN, GÉNERO Y DEPORTE

INTRODUCCIÓN

La actividad física es beneficiosa a cualquier edad y es especialmente importante en edades de crecimiento porque influye en diferentes aspectos del desarrollo de la persona y en la promoción de la salud desde un punto de vista holístico, abordando la salud mental, social y física (O'Donovan et al., 2010; Peral-Suárez et al., 2020).

Sin embargo, estudios recientes indican que, a nivel mundial, más del 80% de los escolares de 11 a 17 años no cumplen las recomendaciones de actividad física diaria (Guthold et al., 2020). Las causas que podrían provocar la disminución de la práctica deportiva y la disminución de la adherencia a hábitos saludables son de origen multifactorial (Mateo-Orcajada et al., 2023). Además, el ejercicio y la práctica deportiva suele ser diferente entre chicos y chicas, siendo menos frecuente e intensa en el caso de las chicas (Peral-Suárez et al., 2020). Esto podría deberse a que las mujeres tienden a tener como fuente social, tanto interna como externa, una menor percepción de competencia en la actividad física, cuestión relacionada con el hecho de que atributos que ayudan a aumentar la competencia en el deporte, como la velocidad y la fuerza, han sido frecuentemente asociados a estereotipos masculinos (Murillo et al., 2014). Además, existen factores personales relacionados con el género que determinan la participación deportiva (Klomsten et al., 2005). En este sentido, existen diversos estudios que destacan los estereotipos de género de los adolescentes como uno de los factores más influyentes a la hora de seleccionar la modalidad deportiva a practicar (Plaza et al., 2017). Estos estereotipos de género se integran desde la infancia y dan lugar a la concepción de que existen deportes masculinos y femeninos (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a).

En cuanto a las diferencias identificadas, y para reducir las desigualdades en el deporte, es necesario analizar sus orígenes. Sin embargo, como consecuencia de la creencia de que existen disciplinas deportivas porque sus características son eminentemente masculinas, la hegemonía masculina sigue presente en el deporte, aunque de forma más sutil (Fink, 2008). Sin embargo, en los últimos años se observa un cambio en esa tendencia, ya que la integración de la mujer en el deporte ha ido progresando a lo largo de las décadas. Este lento avance en la incorporación de la mujer al ámbito deportivo puede relacionarse con la igualdad social alcanzada (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a). Sin embargo, a pesar de los avances identificados, las mujeres encuentran más dificultades para ser aceptadas en el deporte, especialmente en puestos de liderazgo (Fowlie et al., 2021). Esto sigue afectando a todos los niveles, no sólo entre las deportistas, sino también en la composición de los cuerpos técnicos y directivos (Hoeber, 2008). Sin embargo, con el paso del tiempo y la evolución de la sociedad, se han ido superando las barreras a la participación de las mujeres en el deporte (Fowlie et al., 2021) y deportes que clásicamente se habían considerado masculinos ahora se consideran neutros (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a).

En la búsqueda de una verdadera igualdad de género en el deporte, la educación es una de las herramientas más influyentes que pueden utilizarse, apoyada por su promoción a través de leyes educativas. La UE ha creado normativas que citan la promoción de la igualdad y la equidad de género en el deporte. En diferentes países existen leyes específicas que apoyan la promoción de la igualdad y la equidad desde los centros educativos, mencionando la importancia de la educación para los jóvenes y la sociedad, ya que les permite desarrollar al máximo sus capacidades y construir su personalidad. Este marco legislativo también menciona en numerosas ocasiones la importancia de la igualdad de género a través de la coeducación y la promoción de la igualdad efectiva de mujeres y hombres en todas las etapas del aprendizaje. Sin embargo, los estereotipos de género siguen estando presentes, (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021b). Por lo tanto, deben abordarse las barreras a la participación en la actividad física y el deporte de los adolescentes (Fowlie et al., 2021) para que las organizaciones deportivas sean accesibles, cómodas y beneficiosas para hombres y mujeres en igualdad y equidad (Fink, 2008).

Por este motivo, el proyecto Women Up se ha creado para solventar la falta de conocimiento en materia de igualdad de género de los diferentes agentes sociales para poder cubrir los diferentes estereotipos de género que se dan en el deporte.

ANTECEDENTES CIENTÍFICOS

El deporte ha sido una herramienta ampliamente utilizada para tratar de mitigar las desigualdades en diferentes ámbitos de la sociedad (Schai-llée et al., 2019). En este sentido, la relación con el deporte, ya sea a través de la participación en eventos o actividades físico-deportivas, ha sido utilizada como elemento transformador y facilitador de la transmisión de valores (Bailey, 2005).

Sin embargo, en lo que se refiere al género, tradicionalmente se han observado diferencias de oportunidades y tasas de participación entre hombres y mujeres. Cabe señalar que el concepto de género, desde un enfoque sociológico, se refiere al conjunto de comportamientos o actitudes desarrollados y atribuibles a individuos masculinos o femeninos, enmarcados en un contexto social determinado, que ha sido utilizado para clasificarlos, conformando estereotipos de género y siendo en numerosas ocasiones el origen de las diferencias entre hombres y mujeres (Herdt, 1996). Estos estereotipos de género son construcciones sociales sobre las expectativas de comportamiento de hombres y mujeres en diferentes ámbitos de la vida. Históricamente, el marco de socialización relacionado con el deporte, al que se le atribuyen valores como el éxito o el protagonismo, ha sido eminentemente androcéntrico, contribuyendo a que los diferentes participantes en entornos educativo-deportivos perpetúen y justifiquen estereotipos desde edades tempranas (Díez-Mintegui, 2003).

Esta consideración masculina del deporte y los valores que transmitía hicieron que, hasta principios y mediados del siglo XX, no se incluyera regularmente a las mujeres en las actividades y competiciones deportivas (Pfister, 2010). A modo de ejemplo, aunque los Juegos Olímpicos modernos comenzaron en 1896, no fue hasta la edición de 1928 cuando se permitió a las mujeres participar en diversas disciplinas. Años más tarde, cabe destacar la relevancia de la Declaración de Brighton, en la que, con el apoyo del Comité Olímpico Internacional, se firmó un acuerdo para promover políticas de fomento de la participación de las mujeres en actividades físicas y deportivas y garantizar la igualdad de oportunidades (Declaración de Brighton, 1994). La declaración, que fue asumida por numerosas instituciones de varios países, sentó las bases para la creación de programas e iniciativas que continúan en la actualidad.

A pesar de todo, algunos estudios afirman que a partir de la adolescencia, menos mujeres que hombres participan en actividades deportivas y que las mujeres abandonan el deporte en mayor medida (Isorna-

Folgar et al., 2022). Algunos autores han señalado que las diferencias en los motivos para practicar deporte durante la adolescencia podrían ser uno de los factores que explican estas diferencias. Así, estudios previos han señalado que los varones que practican deportes recreativos muestran una mayor satisfacción por el sentimiento de competición y relación con los demás que las mujeres (Moreno-Murcia et al., 2011). Por otro lado, otras investigaciones han mostrado que la percepción de competencia de las chicas en las clases de educación física puede estar influida por los estereotipos de género asociados al deporte, ya que mostraban una menor percepción de competencia que los chicos cuando los contenidos trabajados eran considerados tradicionalmente masculinos (Muriillo et al., 2008). Investigaciones recientes muestran que el ejercicio físico se asocia a menor conducta depresiva y mayor satisfacción corporal en los chicos, pero con diferencias significativas respecto a las chicas, en las que se observó mayor conducta depresiva e insatisfacción corporal a pesar del ejercicio (Gómez-Baya et al., 2019).

La presencia y transmisión de estereotipos de género en el deporte ha sido identificada como una de las principales causas de las diferencias en la participación de hombres y mujeres, especialmente los transmitidos durante la infancia y la adolescencia, constituyendo una de las principales barreras a superar (Taboas-Pais & Rey-Cao, 2012). En este sentido, en el ámbito educativo se han realizado numerosas investigaciones sobre los diferentes agentes implicados para identificar las principales líneas de acción.

En las últimas décadas, las mujeres adolescentes han estado expuestas a un mayor riesgo de inactividad física y conductas sedentarias, ya que la práctica deportiva durante la adolescencia ha sido menor en las mujeres. Las investigaciones previas sobre las razones de las diferencias en la participación deportiva de adolescentes varones y mujeres han arrojado conclusiones ambiguas e inciertas ya que los resultados son diversos e incluyen factores personales, familiares, ambientales y motivacionales (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a). Sin embargo, cabe señalar que los estereotipos de género de los adolescentes parecen ser uno de los factores más influyentes en la práctica deportiva y que el entorno más cercano a los adolescentes, formado por padres, madres, familias, hermanos, amigos y profesores/entrenadores y los medios de comunicación, parecen estar relacionados con los estereotipos de género (Boiché et al., 2014; Deaner et al., 2016). En los adolescentes, investigaciones científicas anteriores han sugerido que los estereotipos de género presentes en algunos

deportes pueden influir en quién participa en un deporte y en cómo lo ven los demás (Alley et al., 2005). Esto ha llevado a los chicos a participar en deportes tradicionalmente considerados masculinos, como los caracterizados por la fuerza y la velocidad, y a las chicas a participar en deportes femeninos, como los caracterizados por la flexibilidad y la estética (Klomster et al., 2005; Peral-Suárez et al., 2020). El miedo a ser juzgadas y la percepción de diferencias en las posibilidades de práctica entre chicos y chicas son algunas de las razones que llevan a muchas adolescentes a no practicar actividad física, aunque disfruten con ella (Cowley et al., 2021). A continuación se presenta un gráfico, adaptado de la investigación realizada por Mateo-Orcajada, Abenza-Cano et al. (2021b), que muestra el efecto de los estereotipos de género en una muestra de chicos y chicas de un centro de secundaria (Figura 8).

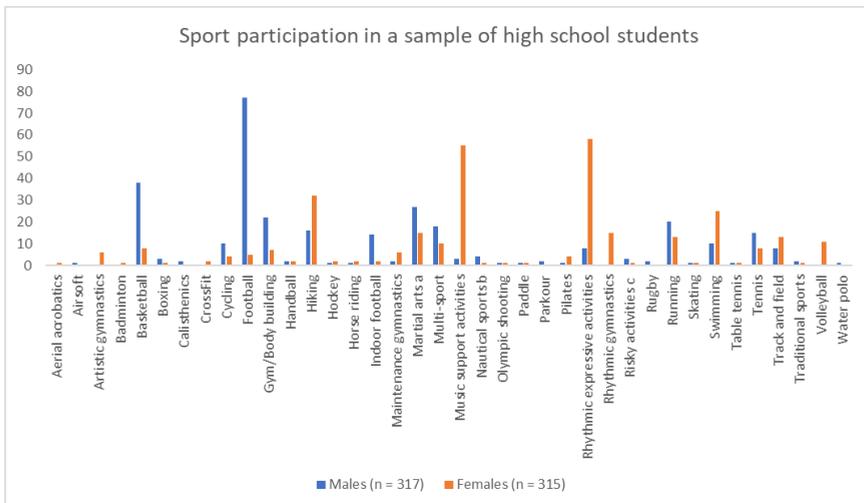


Figura 8: Diferentes índices de participación deportiva en una muestra de adolescentes en función del sexo

Adaptado de Mateo-Orcajada, Abenza-Cano et al., 2021b

En algunos casos, el origen de estos estereotipos interiorizados por los alumnos proviene de las concepciones que profesores y entrenadores tienen del ejercicio físico y de la asignatura de Educación Física. Un estudio reciente analizó los estereotipos de género presentes tanto en entrenadores como en profesores de Educación Física, evaluando las diferencias por profesión, sexo y edad (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a). Utilizó un cuestionario para evaluar cinco dimensiones relacionadas con los estereotipos de género en el deporte: diferencias asociadas al género y su relación con la actividad física; deporte y género;

estereotipos sobre la actividad física asociados al género; creencias sobre la actividad física y género; clases de educación física y género. La primera dimensión se refiere a las diferencias en los intereses y posibilidades de participación en actividades físicas entre niños y niñas; la segunda dimensión indica las diferencias en las barreras y dificultades que encuentran hombres y mujeres en la práctica deportiva; la tercera dimensión presenta los estereotipos de género comúnmente relacionados con el ámbito deportivo; la cuarta dimensión incluye afirmaciones sobre las diferencias presentes en las posibilidades de desarrollo físico y técnico de niños y niñas; y la quinta dimensión se refiere a las diferencias en la participación de niños y niñas en las clases de educación física (Grandavera et al., 2018). Se encontró que las profesoras o entrenadoras tenían la percepción de que las clases de educación física siguen siendo estereotipadas; las profesoras consideraban que el ámbito deportivo tiene estereotipos que favorecen la práctica deportiva de los niños y dificultan la de las niñas, mientras que los profesores opinaban que existen diferencias en las posibilidades de desarrollo físico de niños y niñas (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a). Además, los profesores y formadores de mayor edad y con más años de experiencia tienen más estereotipos de género. Por tanto, parece evidente que formadores y profesores presentan estereotipos de género, pero consideran que la transmisión de estos estereotipos a los adolescentes se produce en otros ámbitos alejados de su desempeño laboral (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a).

Esta percepción de los profesores puede estar basada en datos previos, que han demostrado que los padres tienen una fuerte influencia en las primeras etapas de la vida y en la adolescencia sobre los hábitos y creencias de sus hijos (Isorna-Folgar et al., 2022). En relación con esto, estudios previos han analizado la influencia de los estereotipos de género y el nivel de práctica deportiva de los padres en la práctica deportiva de sus hijos (Mateo-Orcajada, Abenza-Cano, et al., 2021a). El estudio, realizado por Mateo-Orcajada, Abenza-Cano et al. (2021a), muestra que los estereotipos de género de las madres influyen en el nivel de práctica deportiva de los adolescentes, pero no sus estereotipos de género, siendo las chicas más influenciadas que los chicos por los estereotipos de sus padres. Esto podría atribuirse a que las propuestas de sensibilización sobre la igualdad en el deporte que se han desarrollado en los últimos años están provocando cambios en la percepción de los estereotipos de gé-

nero en el deporte (Balish et al., 2016; Norman, 2016), lo que anima a seguir investigando sobre estrategias para reducir la brecha entre hombres y mujeres en el deporte.

Sin embargo, en la actualidad se están llevando a cabo intervenciones en el ámbito educativo, concretamente en Educación Física, para mitigar el efecto de los estereotipos en la práctica deportiva y en las actitudes del alumnado. La revisión sistemática realizada por Guerrero & Guerrero-Puerta (2023), en la que incluyen diferentes estudios que analizan estrategias de intervención basadas en diseños experimentales o cuasi-experimentales, así como diferentes instrumentos como rúbricas, cuestionarios o registro manual de datos, pone de manifiesto las nuevas tendencias para reducir la presencia de estereotipos de género en el ámbito educativo. Se ha demostrado que las intervenciones basadas en la mejora de la eficacia y los beneficios percibidos de la actividad física para las chicas, los contenidos de educación física no tradicionales y un clima de aula orientado a la tarea y no al ego, contribuyen a promover la equidad y la igualdad en la práctica del alumnado (Gerrero & Guerrero-Puerta, 2023).

INFORMACIÓN TÉCNICA

En el ámbito de la investigación sobre el efecto de los estereotipos de género en padres, entrenadores y profesores, y cómo afecta a la participación deportiva y a los estereotipos de la población infantil y adolescente, se suele utilizar el cuestionario como instrumento de recogida de información. Esta herramienta permite muestrear una población amplia en un periodo relativamente corto. La investigación en el campo de los estereotipos de género y su relación con la educación y la práctica deportiva suele abordarse desde las metodologías propias de las ciencias sociales. En este sentido, a la hora de analizar casos de forma cuantitativa, el cuestionario validado es una de las herramientas que mayor impacto ha mostrado en este campo de conocimiento. Sin embargo, no es la única herramienta utilizada, ya que la complejidad del tema a abordar requiere también del uso de metodologías cualitativas para la investigación. Así, muchos de los instrumentos utilizados, como las rúbricas, las entrevistas o las notas de campo, se enmarcan dentro del paradigma cualitativo. Cabe destacar que, en muchas ocasiones, los instrumentos utilizados en este tipo de investigaciones emplean una combinación de herramientas cuantitativas y cualitativas para abordar de la forma más completa posi-

ble la realidad a la que se enfrentan, diseñando en ocasiones estas herramientas Ad Hoc para su uso en casos concretos a evaluar (Gerrero & Guerrero-Puerta, 2023).

En el caso de la investigación presentada en el apartado anterior, la herramienta que se utilizó fue el cuestionario "Creencias y estereotipos de género hacia la actividad física y el deporte (CEGAFD)", desarrollado por Granda-Vera et al., (2018). Este instrumento cuenta con cinco categorías, entre las que se encuentran a) género y su relación con la actividad física; b) deporte y género; c) estereotipos sobre la actividad física asociados al género; d) creencias sobre la actividad física y género; e) clases de educación física y género. La categoría a) se compone de siete afirmaciones, las categorías b), d) y e) se componen de cuatro afirmaciones y la categoría c) se compone de cinco afirmaciones. La respuesta a este cuestionario es una escala de Likert, en la que la puntuación de 1 significa "completamente en desacuerdo" y 4 "completamente de acuerdo". El valor α de Cronbach fue de 0,899 y el análisis factorial confirmatorio mostró resultados muy satisfactorios ($\chi^2/df=4,47$, RMSEA=0,059, CFI=0,95; GFI=0,92; RMR=0,064), lo que lo convierte en un instrumento potencialmente útil en este tipo de estudios.

Por otro lado, otro de los instrumentos más utilizados ha sido School Doing Gender/Teachers (SDG/t) (Piedra et al., 2014). Utiliza una escala tipo Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo) para evaluar tres dimensiones con 10 ítems cada una: Sociocultural, Personal y Relacional. Este cuestionario ha obtenido un α de Cronbach de 0,92, lo que le confiere una buena fiabilidad.

Sin embargo, a pesar de contar con instrumentos válidos y fiables para analizar la situación de los estereotipos de género en relación con el deporte y la educación para orientar la acción educativa, se han identificado algunas limitaciones de la presente investigación y, por tanto, oportunidades para futuras líneas de investigación. Cabe destacar que el número de hombres y mujeres fue bastante dispar dentro de la muestra, lo cual es similar a lo encontrado en investigaciones anteriores, indicando que hay menos mujeres entrenadoras/profesoras que hombres entrenadores/profesores, probablemente debido al reducido número de mentores previos para chicas en el ámbito deportivo, así como a la dificultad para conciliar la vida laboral y familiar, generando un entorno laboral con mayor participación masculina (Mateo-Orcajada et al., 2022). Por ello, futuras líneas de investigación deberían abordar esta cuestión, utilizando los mismos cuestionarios, para poder comparar los resultados e indagar

más en el efecto de los estereotipos de género en la educación física y el deporte base. No obstante, los resultados obtenidos hasta el momento, demuestran que es necesario un mayor compromiso con la igualdad de género en la educación física, para garantizar que los estudiantes de todos los géneros puedan participar y beneficiarse de este aspecto fundamental de la educación.

Sin embargo, cabe destacar estudios recientes que han realizado intervenciones exitosas para reducir los estereotipos de género en las clases de educación física. Entre las estrategias seguidas por investigadores y profesores de educación física, se ha observado que las adaptaciones en las reglas deportivas tradicionales son efectivas para reducir los estereotipos de género del alumnado (Rodríguez & Miraflores, 2018). Por otro lado, también se ha observado que cuando el profesorado propone actividades neutras y mixtas, tiene una mayor capacidad para transmitir valores relacionados con la cooperación y el liderazgo compartido entre chicos y chicas en el deporte (Gil & Etxebeste, 2019). Este tipo de intervenciones, junto con las estrategias y contenidos recogidos en el apartado de antecedentes científicos, constituyen algunas de las líneas de acción actuales en el ámbito educativo-deportivo en materia de educación para la igualdad y la equidad. Además, en el siguiente apartado se abordarán algunos de los aspectos pedagógicos más relevantes en relación con la implementación de programas para reducir los estereotipos de género en el deporte y la educación.

ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS

En todo el mundo, según numerosos estudios recientes, es necesario actuar e investigar con una perspectiva de género, siendo actualmente una tendencia líder para los profesionales e investigadores de la educación (Vergés et al., 2021). Inicialmente, enraizado en las ideas de los principales enfoques teóricos sobre el desarrollo del género, Butler (1990) propuso el término "pedagogía flexible de género". Se trata de un concepto que entiende el género como un "artificio que flota libremente". Es decir, si a los alumnos se les ofrecen opciones rígidas, es más probable que adopten creencias de género tradicionales. Mientras que si las opciones que se les ofrecen son variadas y flexibles, será más probable que acepten y desarrollen roles de género flexibles (Bartini, 2006). En consecuencia, alineado a lo anterior se encuentra la importancia de considerar una pedagogía que promueva la equidad de género en la educación (Warin & Adriana, 2017), siendo el deporte una herramienta para promover la inclusión a través del diseño de ambientes activos de aprendizaje.

Cuando se implementan intervenciones basadas en la "pedagogía flexible de género", se espera que los diferentes contenidos del deporte y la educación física sean abordados eliminando el sesgo de los estereotipos de género, formando así estudiantes, tanto niños, como niñas, que vean satisfechas sus necesidades psicológicas básicas a través de la práctica de actividades deportivas, así como la formación de un autoconcepto positivo de sí mismos en relación a sus capacidades (Gerrero & Gerrero-Puerta, 2023). Por ello, para analizar estos objetivos de aprendizaje y desarrollo del alumnado se suelen utilizar instrumentos de medida como los descritos en el apartado "Información Técnica", en el que se describen algunos de los instrumentos cuantitativos utilizados para conocer las percepciones sobre los estereotipos de género, así como otros instrumentos cualitativos que permiten ampliar la riqueza de la información recogida. No obstante, cabe destacar que la evaluación del proceso de aprendizaje debe estar contextualizada, por lo que puede ser necesario diseñar instrumentos que mezclen ítems utilizados previamente con apartados elaborados ad hoc para el grupo con el que se está trabajando.

De acuerdo con los marcos educativos actuales (Kirk, 2013), existe una falta de investigación en educación física y deporte sobre enfoques pedagógicos y estrategias para promover la equidad de género en el deporte. En efecto, a través de los modelos pedagógicos se esperan enfoques metodológicos para optimizar el aprendizaje de los estudiantes en las escuelas promoviendo ambientes de aprendizaje inclusivos y equitativos (González-Víllora et al., 2019). En esta línea, las investigaciones dan cuenta de los beneficios que los modelos pedagógicos ofrecen sobre la inclusión social y la equidad de género en la enseñanza deportiva (Metzler, 2011). Modelos pedagógicos que, a su vez, presentan características clave de diseño que pueden promover altos niveles de motivación autónoma tanto en chicos como en chicas (Farias et al., 2017; Sevil et al., 2016). Por ejemplo, Gil-Arias et al. (2021) siguiendo el abanico de modelos pedagógicos como alternativas al modelo instruccional directo propuesto por Metzler (2011), desarrollaron una intervención basada en los modelos Teaching Games for Understanding (TGfU) y Sport Education (SE). Estos modelos educativos no tradicionales se basan en la enseñanza cooperativa y la resolución de problemas, y han demostrado mejorar diversas variables psicológicas en el entorno educativo (Gil-Arias et al., 2021). En el caso del modelo TGfU, se pretende desarrollar el proceso de enseñanza-aprendizaje de los alumnos a través de conceptos extraídos del deporte, sin estar necesariamente contextualizados en ninguna disciplina deportiva tradicional, lo que abre la puerta a la utilización de

materiales, organizaciones y tareas no estereotipadas (Gil-Arias et al., 2021). El modelo SE se basa en ofrecer a los alumnos auténticas experiencias deportivas en el entorno de la Educación Física, a través de la organización de unidades didácticas y contenidos en "temporadas deportivas", trabajando de forma cooperativa en pequeños grupos en los que todos tienen un papel que desempeñar, lo que fomenta la autonomía y mejora el autoconcepto de los participantes (Siedentop et al., 2011).

Los resultados confirmaron que, a pesar de la existencia de estereotipos sociales en términos de actividad física, ambos modelos promovieron un entorno de aprendizaje de apoyo a la autonomía, inclusivo y equitativo en el que todos los estudiantes, independientemente de su género, tienen oportunidades para aumentar su compromiso, disfrute e interacciones sociales dentro de las clases de educación física. Asimismo, autores como Casey y Quennerstedt (2020), examinaron cómo el Aprendizaje Cooperativo (AC), modelo basado en cinco elementos (Interdependencia positiva; Interacción cara a cara promovida; Responsabilidad individual; Habilidades interpersonales y de grupos pequeños; y Procesamiento grupal), puede mejorar la educación y la inclusión social de los jóvenes. En resumen, resultados que confirmaron el uso de estos modelos puede aportar hacia un proceso abierto donde una diversidad de estudiantes transforma y están siendo transformados unos por otros (Casey & Quennerstedt, 2020; González-Víllora et al., 2019).

Además del uso de estrategias de enseñanza-aprendizaje no tradicionales y cooperativas, incluyendo algunas actividades específicas que pueden ser utilizadas de forma transversal independientemente del modelo pedagógico elegido, los docentes y formadores pueden encontrar el fomento de la reflexión por parte de los alumnos al final de las sesiones o unidades (Pelegrín et al., 2012), o la inclusión de contenidos alternativos, no estereotipados, con el fin de promover el desarrollo de los alumnos (Gerreo & Gerrero-Puerta 2023).

Además de los modelos y estrategias presentados en este apartado, se ha observado cómo la formación del profesorado encargado de implementar estas estrategias juega un papel fundamental en la transmisión de valores de igualdad y equidad al alumnado. Al profundizar en las necesidades formativas de los futuros docentes, se ha puesto de manifiesto que las actividades y materiales dirigidos a sensibilizarles sobre la necesidad de trabajar activamente la inclusión de género, la igualdad y la equidad en sus clases tienen una capacidad transformadora de su práctica docente. (Gerrero & Gerrero-Puerta, 2023). Por ello, cursos de formación

en esta materia, libros de texto o investigaciones de lectura como las diversas presentadas en este capítulo pueden ser valiosos materiales de apoyo para la formación de docentes y formadores.

El desarrollo de este proyecto apoya el diseño y la aplicación de entornos de aprendizaje basados en principios pedagógicos que contribuyan a la integración de la mujer en el deporte de acuerdo con las relaciones de género y las perspectivas de futuro. Dado el creciente papel de los enfoques para el aprendizaje en las políticas educativas y en los nuevos planes de estudios de educación física, abogamos por el diseño y la aplicación de pedagogías de integración en los programas de educación física y deporte.

CONCLUSIONES

En conclusión, la actividad física desempeña un papel fundamental en la promoción de la salud, especialmente en la infancia. Es beneficiosa a cualquier edad, pero tiene una importancia significativa durante el crecimiento y el desarrollo, ya que aborda el bienestar mental, social y físico.

Los estudios mundiales indican que una gran mayoría de los escolares de 11 a 17 años no cumple las recomendaciones de actividad física diaria, lo que pone de manifiesto un problema generalizado. Sin embargo, existe una disparidad de género en la participación en el ejercicio y el deporte, ya que las mujeres están menos comprometidas y participan en actividades menos intensas que los hombres. En esta diferencia pueden influir factores sociales internos y externos, estereotipos de género y percepciones de competencia.

Aunque la integración de la mujer en el deporte ha progresado a lo largo de los años, como se puso de relieve en los antecedentes científicos, siguen existiendo retos, especialmente en los puestos de liderazgo de las organizaciones deportivas. Así, los estereotipos de género persisten en el deporte, afectando a la participación en la actividad física y creando barreras para los adolescentes. Entrenadores, profesores y padres desempeñan un papel importante en la transmisión de estos estereotipos, pero se han observado cambios en las percepciones sociales. Las barreras a la participación de las mujeres en el deporte, incluidos los estereotipos de género, deben abordarse para lograr una verdadera igualdad de género en el deporte, y para ello, la evaluación y la valoración son un factor clave, siendo algunos de los instrumentos más utilizados analizados en la parte de Información técnica del capítulo. En este contexto, en lo que respecta a la orientación pedagógica, la educación desempeña

un papel crucial en la promoción de la igualdad de género en el deporte y se han establecido leyes y reglamentos para apoyar la igualdad y la equidad de género en el deporte, destacando la importancia de la educación en la formación de actitudes y comportamientos. En general, es necesario un mayor compromiso con la igualdad de género en la educación física y el deporte para crear entornos inclusivos y accesibles que beneficien tanto a hombres como a mujeres, aunque existen pruebas que demuestran los beneficios de las intervenciones de Educación Física basadas en la equidad y la igualdad en la práctica de los alumnos.

El proyecto Women-Up pretende abordar la falta de conocimiento en materia de igualdad de género entre los distintos agentes sociales implicados en el deporte, con el objetivo de cuestionar y superar los estereotipos de género. Más concretamente, este proyecto pretende abordar la disparidad de género en la participación deportiva, en particular la infrarrepresentación de las mujeres entrenadoras y profesoras. Se deben realizar esfuerzos por promover la igualdad de género en la educación física y el deporte de base para garantizar la igualdad de oportunidades a todos los estudiantes.

En general, la promoción de la igualdad de género en la educación deportiva requiere un enfoque polifacético que aborde el acceso, la inclusividad y los prejuicios. En concreto, este capítulo incluye una orientación pedagógica con estrategias para promover la equidad de género en la educación deportiva; y estudios de casos de iniciativas exitosas de equidad de género en la educación deportiva.

Como conclusión, cabe señalar que, a pesar de la importancia de esta cuestión en los diferentes ámbitos sociales, en el contexto educativo en relación con el deporte, todavía es necesario investigar mucho sobre las intervenciones para reducir las diferencias de género. Así, en futuras líneas de investigación, se deberían realizar proyectos en las diferentes etapas educativas, con metodologías didácticas no tradicionales, con el objetivo de reducir la transmisión de valores estereotipados en el deporte y promover la equidad e igualdad de prácticas y oportunidades en el contexto deportivo-educativo. Por otro lado, también debería investigarse el uso de la formación específica de género, basada en cursos y la generación de materiales como manuales, para educadores, profesores y entrenadores, dada su importancia en la transmisión de conocimientos y en el diseño de contextos de enseñanza y aprendizaje.