

1. Introducción

1.1. Justificación del manual

La inclusión de la perspectiva de género en la formación universitaria no es una opción, sino una necesidad ineludible si se pretende construir una práctica docente justa, crítica y coherente con los principios de equidad e inclusión que sustentan el sistema educativo actual. En el contexto de la actividad física y el deporte, esta necesidad adquiere especial relevancia, dada la profunda carga simbólica, cultural y normativa que históricamente han sostenido las prácticas corporales.

La gimnasia y los deportes de lucha constituyen dos ámbitos paradigmáticos en cuanto a la construcción y reproducción de estereotipos de género. Mientras que la gimnasia ha sido tradicionalmente asociada a la feminidad, la delicadeza y la expresividad, las luchas corporales se han vinculado a la masculinidad, la fuerza y la agresividad. Esta polarización no solo limita la participación plena de todas las personas en ambas disciplinas, sino que condiciona los enfoques pedagógicos, las expectativas del profesorado y la percepción del propio alumnado.

Este manual surge como respuesta a la necesidad de dotar al estudiantado del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de herramientas conceptuales, metodológicas y reflexivas que le permitan **analizar críticamente** los discursos, prácticas y estructuras que atraviesan la enseñanza de la gimnasia y las luchas corporales, y **proponer alternativas coeducativas, inclusivas y contextualizadas**. Se trata, por tanto, de un material que no busca reemplazar los contenidos técnicos o didácticos de la asignatura, sino **complementarlos desde una mirada crítica y transformadora**, con el fin último de formar profesionales más conscientes, comprometidos y capaces de generar entornos motrices libres de discriminación y estigmas de género.

1.2. Objetivos generales

Este manual se plantea como una herramienta pedagógica de carácter transversal, orientada a contribuir a la formación integral del futuro profesional de la actividad física y el deporte. Sus objetivos generales son los siguientes:

- Ofrecer un marco de comprensión teórica sobre la perspectiva de género aplicada a la enseñanza de la gimnasia y los deportes de lucha.
- Identificar y problematizar los estereotipos, discursos y prácticas que reproducen desigualdades de género en estos contextos motrices.
- Proponer estrategias metodológicas, didácticas y evaluativas que promuevan una enseñanza inclusiva, crítica y coeducativa.

- Favorecer la autoevaluación del propio posicionamiento docente en relación con el género, el cuerpo, el contacto físico y la diversidad.
- Potenciar el diseño de intervenciones pedagógicas sensibles a las múltiples realidades del alumnado, respetando sus identidades, trayectorias y necesidades.

1.3. A quién va dirigido

Este manual está dirigido principalmente al **alumnado del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**, en particular a quienes cursan asignaturas vinculadas a los deportes individuales, como **Deportes Individuales II: Gimnasia y Deportes de Lucha**. Asimismo, puede resultar útil para:

- Profesorado universitario interesado en incorporar la perspectiva de género en la docencia de contenidos motrices.
- Docentes en formación inicial o permanente que busquen estrategias para desarrollar prácticas educativas más equitativas e inclusivas.
- Investigadores y profesionales del ámbito de la educación física y el deporte preocupados por la justicia social, la equidad y la diversidad en sus contextos de intervención.