

## **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.