

Índice de contenidos

1. Introducción	5
1.1. Justificación del manual	5
1.2. Objetivos generales	5
1.3. A quién va dirigido	6
2. Claves para una lectura de género en el ámbito deportivo	7
2.1. ¿Qué es la perspectiva de género?	7
2.2. Estereotipos de género en el deporte	7
2.3. Masculinización y feminización de disciplinas	8
2.4. Cuerpos legitimados y cuerpos excluidos	9
3. Gimnasia y género: historia, discurso y prácticas	10
3.1. Evolución histórica de la gimnasia y el género	10
3.2. Construcción cultural de la “gimnasia femenina”	10
3.3. Invisibilización de los hombres en la gimnasia expresiva	11
3.4. Propuestas coeducativas	11
4. Luchas y masculinidades: desafiando lo normativo	13
4.1. Origen y valores asociados a los deportes de lucha	13
4.2. El imaginario del “guerrero”: fuerza, dominio, agresividad	13
4.3. Invisibilización de mujeres y disidencias	14
4.4. Juegos luchados como herramienta de inclusión	14
5. El cuerpo en disputa: análisis desde lo psicomotor y lo social	16
5.1. Control, expresividad y contacto físico	16
5.2. La percepción del cuerpo propio y ajeno según el género	16
5.3. Miedo al juicio y a la exposición corporal	17
5.4. Análisis desde lo psicomotor y lo social	18
6. Propuestas metodológicas inclusivas	19
6.1. Cómo incorporar la perspectiva de género en clase	19
6.2. Lenguaje inclusivo y no sexista	19
6.3. Agrupamientos y gestión del contacto físico	20
6.4. Atención a la diversidad y corporalidades no normativas	21
6.5. Síntesis y recomendaciones finales	22
7. Diseño de tareas y sesiones coeducativas	23
7.1. Ejemplos de tareas y adaptaciones concretas (gimnasia y lucha)	23
► Tarea 1. Secuencia gimnástica expresiva en pareja	23

▶ Tarea 2. Lucha cooperativa de control y desequilibrio	24
▶ Tarea 3. Proyecto de “Gimnasia para Todos” (Gymnastics for All)	25
7.2. Criterios para la evaluación sin sesgos.....	26
7.3. Actividades reflexivas para el alumnado.....	26
▶ Diario de experiencia corporal.....	26
▶ Carta a mi yo docente.....	26
▶ Mapa corporal crítico.....	27
▶ Diseño colectivo de una sesión coeducativa	27
7.4. Conclusión del capítulo	27
8. Conclusión	28
Anexo	29
Cuestionario de autoevaluación crítica del futuro docente	29
Bibliografía	32
Webs de consulta	34