

COEDUCACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA

Jesús Alberto Alonso Rueda

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, utilizamos el concepto de «coeducación» de forma muy distinta a la que se ha empleado tradicionalmente. El término, es mucho más amplio y más rico que la mera enseñanza mixta, en la cual, niños y niñas comparten aula, reciben la misma enseñanza, se someten a iguales exigencias y realizan idénticas evaluaciones, si bien ésta es un paso necesario.

La Coeducación exige una igualdad real de oportunidades académicas, profesionales y en general, sociales de manera que nadie, por razones de sexo, parta de una situación de desventaja o tenga más dificultades para alcanzar los mismos objetivos.

Es necesario propiciar la comunicación entre las personas de ambos sexos, basándose en el respeto mutuo, el diálogo, la cooperación, en la superación de sesgos sexistas, de lo masculino y lo femenino como categorías autoexcluyentes.

Como dice Marina Subirat Martori (1988), *«el término Coeducación no puede simplemente designar un tipo de educación en el que las niñas hayan sido incluidas en el modelo masculino, tal como se propuso inicialmente»*.

Coeducar es algo más que introducir nuevos contenidos o determinadas actividades. Supone un replanteamiento de la totalidad de los elementos implicados en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Gracias a la transversalidad con la que la Coeducación impregna todo el currículum, se puede y se debe, llevar a cabo un trabajo desde las diferentes áreas curriculares, cabe replantearse por tanto, como elemento implicado en el proceso de enseñanza-aprendizaje el de Educación Física.

El área de Educación Física, nos brinda la posibilidad de realizar un trabajo coeducativo muy significativo, pues desde la misma, se facilita la adquisición de actitudes y valores que favorecen la igualdad de género; la coeducación conlleva valores tales como la cooperación, respeto, ayuda, solidaridad, tolerancia, igualdad.

La Educación Física, además de este importante trabajo actitudinal, nos permite llevar a cabo una serie de aprendizajes instrumentales básicos de manera lúdica, es decir, a través del juego, nuestro principal recurso educativo, desarro-

laremos en el alumnado una serie de habilidades, entre ellas: las tareas domésticas, la prevención de la violencia, actividades físicas no sexistas...

2. MARCO LEGAL Y SOCIAL

La inclusión de la coeducación en el Sistema Educativo y por tanto, en la Educación Física, se apoya en una serie de argumentos legales y en diversas razones de tipo social. La «educación para la igualdad de género» se enmarca dentro de la normativa vigente que regula la igualdad de oportunidades:

- En el marco internacional, la ONU, en la que se reconoce «el derecho a la no discriminación».
- La Constitución de 1978, en sus artículos 14 y 9.2 prohíbe cualquier tipo de discriminación por razón de sexo.
- En Andalucía, el Estatuto de Autonomía, en su artículo 12.2, establece la obligación de la Administración de promocionar la efectiva igualdad del hombre y la mujer superando cualquier tipo de discriminación.
- Desde la LOGSE de 1990 se acentúa el principio de no discriminación por razón de sexo y se insiste en la necesidad de evitar que ésta sea transmitida en los centros escolares.
- En el Decreto 105/92, por el que se establece el currículo para la Comunidad Autónoma de Andalucía, se hacen diversas llamadas a la necesidad de la igualdad y no discriminación, apareciendo en los diferentes elementos curriculares (objetivos, contenidos, orientaciones metodológicas y criterios de evaluación), además dedica un apartado al Tema Transversal de la Coeducación.
- Diversas directrices de la Comunidad Europea instan a los gobiernos a implementar políticas tendentes al desarrollo de una igualdad real entre mujeres y hombres.
- A través del «I Plan de Igualdad entre Hombres y Mujeres en Educación» (2006) de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía, se pretende alcanzar una intervención coeducativa real.
- También desde la LOE, que próximamente entrará en vigor, se favorece una educación igualitaria.

Además de las razones legales, como vimos con anterioridad, existen unas de tipo social; pues no es extraño escuchar casi a diario, cómo otra persona más, otra mujer, ha sido agredida *psicológicamente* con insultos, vejaciones, amenazas...; *sexualmente* atacando su libertad, su integridad, anulando su capacidad de decisión, violándola... y *físicamente* atentando contra su seguridad, recibiendo algún golpe, palizas e incluso atacándola para acabar con su vida.

Por supuesto, todas estas razones, son más que suficientes para llevar a cabo una enseñanza igualitaria real, basándose en el respeto, en el diálogo, en la prevención, con la intención de poner freno a esta situación que tan cotidiana es, y que poco a poco va pareciendo «normal».

También es relevante la puesta en marcha de la coeducación en nuestras aulas para conseguir tareas más sencillas a corto plazo, como por ejemplo; el reparto de las tareas domésticas, la utilización de un lenguaje no sexista e identificación del mismo, la colaboración y respeto mutuo entre las personas de diferente sexo...

3. LA MUJER EN LA HISTORIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Lo físico, ha sido tradicionalmente exclusivo del hombre, mientras que lo espiritual, los sentimientos lo han sido de la mujer. A lo largo de la historia ha existido un dualismo cuerpo-alma, una separación innecesaria que se ha reflejado tanto en el hombre como en la mujer.

Sin poder llamarla todavía educación física, ya desde la prehistoria y edad antigua, la actividad física ha estado relegada al hombre, pues desarrollaba su masculinidad, virilidad, fuerza, violencia, agresividad... mientras que a la mujer se le han ido imponiendo otras cualidades más «femeninas», impropias de todo hombre, tales como el afecto, el cariño, la dulzura, la sumisión, pasividad, suavidad, el amor.

Se creía que si la mujer practicaba actividad física, desarrollaría esas cualidades asociadas al hombre, perdiendo así su feminidad y las características propias de ésta que la sociedad iba transmitiendo durante ese período de la historia. Es durante el período clásico, en Grecia y Roma, cuando las mujeres empiezan a realizar algún tipo de actividad físico-deportiva, en lugares específicos y en competiciones exclusivas para ellas. En los Juegos Olímpicos, celebrados en sus orígenes en Grecia, no podían participar las mujeres, sin embargo se organizaban otros similares solo para las mujeres. Tampoco les estaba permitida la asistencia a los eventos deportivos como público, eso «era cosa de hombres».

A finales del siglo XVIII y principios del XIX, aparecen en Europa los movimientos y escuelas gimnásticas (sueca, francesa, inglesa y alemana). En cada escuela aparecieron una serie de figuras destacadas. En la Escuela Alemana, fue Dalcroze, con su trabajo rítmico el que abrió un campo de desarrollo físico en el que la mujer participaba. También la Escuela Sueca, de P.H. Ling, con su gimnasia analítica amplió las posibilidades de participación de la mujer en la actividad física.

Durante el primer tercio del siglo XX, la Educación Física femenina se limitaba a la danza, el ritmo y la gimnasia, mientras que la Educación Física mascu-

lina se centraba en el modelo deportivo de la Escuela Inglesa de Thomas Arnold. En España, hasta la Ley General de Educación de 1970, la Educación Física de las mujeres se caracterizaba por la mejora de las funciones de madre y esposa, la preparación de la maternidad, el desarrollo estético, expresivo y artístico, siendo la propia Iglesia Católica quien decidía que ejercicios o actividades eran decentes y propias de una mujer.

Con la Ley General de Educación de 1970, aparece la escuela mixta, en la que niños y niñas conviven en las aulas y patios, sin embargo no se construye un modelo educativo adaptado a este cambio tan importante, sino que se escoge el masculino como único y universal, siendo las actividades lúdico-deportivas del modelo androcéntrico las que se imponen.

Hasta el momento actual, se ha ido trabajando y luchando por conseguir no solo una igualdad legal, que ya existe, sino también una igualdad real. La mujer ha ido avanzando en la sociedad y se ha integrado en el mundo de la Educación Física y el deporte. Sin embargo, todavía hoy, queda un largo camino por recorrer para conseguir esa igualdad real y podamos ver a mujeres pilotando motos de gran cilindrada, monoplazas de Fórmula 1, etcétera.

4. ANÁLISIS DE LOS PREJUICIOS MÁS FRECUENTES FRENTE A LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA

A lo largo del tiempo, se han ido transmitiendo generación tras generación, una serie de mitos, prejuicios, sin ningún tipo de base empírica, que han hecho que en la actualidad, sigan reflejándose diferencias entre chicos y chicas en las clases de Educación Física, dificultando un desarrollo solidario, tolerante, respetuoso, cooperativo, en definitiva, coeducativo. Entre los prejuicios más frecuentes, podemos destacar los siguientes:

- «Los niños son mejores que las niñas en las actividades físicas porque son más fuertes».
- «Las niñas son más frágiles que los niños para los deportes».
- «Las niñas no se esfuerzan en las actividades físicas».
- «Las niñas son más torpes».
- «Los niños no discriminan a las niñas, ellas solas se salen de la actividad».
- «Los juegos que les gustan a las niñas no gustan a los niños».

Estos prejuicios no tienen solidez alguna, pues diferentes estudios así lo corroboran, sobre todo en edad escolar. Durante la etapa de Educación Primaria, son casi inexistentes las diferencias entre niños y niñas, si bien a partir de la pubertad empiezan a manifestarse algunas. A continuación se comentan los diferentes puntos anteriores.

Atendiendo al primer prejuicio, si que es cierto que existe una pequeña diferencia entre ambos sexos durante la infancia en lo que a fuerza se refiere, pues existe una mayor cantidad de testosterona en el hombre que influye en el desarrollo de la fuerza, si bien hasta la pubertad los niveles de testosterona en los niños y niñas son similares. Otro aspecto a tener en cuenta, es que el que un niño tenga más fuerza que una niña no debe determinar su realización en las clases de Educación Física, pues son muy pocas las actividades de fuerza que se realizan.

En lo que respecta al segundo prejuicio, tampoco tiene ninguna solidez, pues tanto los niños como las niñas tienen un sistema óseo-articular constituido por huesos que son los que determinan la fragilidad y salvo minúsculas diferencias son los mismos huesos en las niñas que los niños, siendo así ambos, igual de frágiles o de rígidos.

En cuanto al tercer prejuicio, la explicación la podemos relacionar con la «motivación». Tradicionalmente las actividades de la Educación Física han sido las que han motivado a los niños, no a las niñas. A las niñas no se les ha preguntado qué les gustaba o qué no les gustaba, simplemente se integraban en un modelo masculino. Se ha jugado al fútbol, a las carreras, a los juegos de fuerza, juegos tradicionales (caracterizados por una gran carga sexista) y se les ha preguntado a las niñas que si querían jugar, sin embargo, su papel ha sido nulo, pues apenas se ha contado con ellas en pues de hacerlo, se perdería la posibilidad de meter gol o ganar una carrera.

El cuarto prejuicio es del todo erróneo, pues lo cierto es que las chicas son menos torpes que los chicos, pues las cualidades asociadas a la torpeza o destreza son la coordinación y el equilibrio, siendo las chicas más coordinadas y equilibradas.

El quinto prejuicio está muy relacionado con el tercero, es decir, en la medida que no se les permite participar, no se les pasa la pelota, no se juega con ellas... pierden la motivación por la actividad, dejan de mostrar entusiasmo, abandonan la actividad e incluso se les «sanciona» a la hora de evaluar, pues realmente han participado poco.

En cuanto al último prejuicio, las actividades lúdicas que se han ido asociando al género femenino con el paso del tiempo, se han ido convirtiendo en actividades impensables para los chicos. Generalmente son actividades en las que la fuerza no está presente, si que hay una importante demanda de flexibilidad, cualidad científicamente demostrada, superior en la mujer que en hombre, también aspectos expresivos, de canto o baile. Cumplen perfectamente con los contenidos de la Educación Física, pero no se llevan a cabo, pues no se tienen en cuenta los intereses de las alumnas.

En conclusión, podemos decir que de este análisis, las diferencias entre hombres y mujeres, entre niños y niñas no tienen un origen sexual, sino más bien social.

5. LA COEDUCACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA

La sociedad en la que nos encontramos, demanda al sector educativo, entre otros sectores, llevar a cabo una labor coeducativa en las aulas, en el centro y en conjunto de la comunidad educativa, implicando al alumnado, profesorado así como a las familias.

Se pretende ir más allá de la lograda igualdad legal, para conseguir una igualdad real entre niños y niñas desde la escuela. Para lo cual, se pone en marcha la Educación para la Igualdad, como tema transversal que desarrolle una serie de contenidos para tal fin. Para que el aprendizaje sea significativo, y no meramente memorístico, debe haber una continuidad en el tratamiento de los contenidos, una planificación de los mismos, un trabajo cooperativo desde las diferentes áreas.

El área de Educación Física, debido a sus características especiales que la distinguen del resto de áreas, como por ejemplo; que utiliza el cuerpo y movimiento como instrumentos educativos, el juego o bien que se desarrolla fuera del aula, posibilita la consecución de un variado repertorio de objetivos que favorecen la igualdad entre niños y niñas.

Dado que la coeducación son *valores y actitudes*, en la Educación Física es más sencillo que en el resto de áreas el trabajo de las mismas, pues es durante el juego, cuando se relacionan compañeros y compañeras, juegan unos con otros, colaboran, cooperan, se animan para conseguir metas comunes, respetan las normas que ellos y ellas han establecido de antemano dialogando... mientras que en el resto de áreas, este trabajo es algo más complejo.

Debemos aprovechar al máximo las ventajas que nos brinda la Educación Física, no solo para el trabajo actitudinal y de los valores de la persona, sino también para el desarrollo de la *autonomía y autoestima*, pues éstas mejoran en la medida que lo hace nuestra motricidad.

Desde el área, se contribuye al trabajo del espacio y la ocupación de espacios igualitaria, a los agrupamientos cooperativos mixtos, a la utilización de los materiales tradicionales de manera igualitaria y descubrimiento de materiales alternativos no sexistas, uso de un lenguaje no sexista, la prevención de la violencia de género mediante juegos cooperativos, el conocimiento del cuerpo, el trabajo de contenidos que tradicionalmente han sido considerados como «femeninos», como la expresión corporal, la danza o la flexibilidad, e incluso las tareas domésticas del hogar a través de amplio repertorio de actividades lúdicas.

6. ORIENTACIONES PARA EL TRABAJO COEDUCATIVO EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

En este apartado se analizarán diferentes aspectos presentes en el área de Educación Física para favorecer su uso igualitario. Entre ellos podemos destacar: el espacio, los grupos, el lenguaje y los materiales.

a) El espacio

Es uno de los principales factores de desigualdad en las clases de Educación Física e incluso en los períodos de recreo. Generalmente, los chicos tienden a ocupar las zonas principales, las zonas que presentan cualquier punto de interés, como pueden ser porterías o canastas, ocupando así las zonas centrales y sobre todo amplias, mientras que las chicas pasan a un espacio residual, o espacio libre en el que realizan las actividades que dicho espacio les permite. La ubicación y utilización de este espacio residual, generalmente periférico, limita su actividad motriz y con ello su desarrollo motor. Es por ello por lo que se deben diseñar estrategias y medidas de actuación para la utilización del espacio de manera equitativa. Pero, *¿qué estrategias podemos llevar a cabo?*

- Cuando se deje al alumnado la libre ocupación del espacio y se observe una utilización del mismo discriminatoria, se parará la clase y se pedirá al grupo que analice la situación y reflexione al respecto.
- Si persiste, no dejar al grupo la elección libre del espacio, sino designarlo y especificar bien el ámbito de acción de cada subgrupo.
- Que tanto los chicos como las chicas utilicen los espacios más y menos deseados por el grupo de manera rotativa.

b) Los grupos

En las diferentes sesiones de Educación Física, se lleva a cabo una organización de los alumnos y alumnas en gran grupo, subgrupos, tríos, parejas o individualmente. Salvo en el trabajo individual, en el resto de agrupamientos es frecuente la discriminación por género.

A menudo, a la hora de organizar grupos o equipos para diferentes actividades, ya sean competitivas o no, cuando se pide al alumnado que se formen un número determinado de equipos, dejándoles libertad para hacerlo, nos encontramos con que se agrupan por afinidad, por niveles de ejecución o porque nadie les quiere en su equipo y forman uno propio.

Cuando las actividades son competitivas, los chicos no eligen a las chicas en sus equipos porque «son muy torpes» y cuando lo hacen es porque ya no quedan más chicos. Si son las chicas las que hacen los equipos, también eligen primero a los chicos, porque solo con ellos van a ganar.

Cuando las actividades no son competitivas, los chicos no se agrupan con las chicas por el miedo al ridículo, a las risas del resto de compañeros, pues de agruparse con alguna niña significaría que ésta es su «novia» y eso es muy humillante. Si es la chica la que hace los grupos, tampoco quiere a ningún chico por el mismo motivo.

Mucho peor es cuando en alguna actividad, como por ejemplo «la cadena en parejas mixtas», se pide que se agrupen por parejas mixtas y cogidos de la mano, con la mano sobre el hombro o cogidos por la cintura, entonces llega la negación total del grupo a participar en la actividad, se miran los unos y otras a ver lo que dice el resto del grupo, dicen que no juegan, hasta que una persona se le ocurre decir que no pasa nada, que no es tan malo, que es más divertido que estarse sentado... y poco a poco van empezando a comprender y asimilar que el contacto con una persona del sexo contrario es muy agradable e incluso divertido. Algunas de las estrategias que podemos emplear en el área son las que siguen:

- Formación de los grupos al azar mediante retahílas o juegos de sorteo.
- En la formación de equipos por parte del alumnado, establecer como norma que no se pueden elegir dos chicos o dos chicas seguidas, sino alternando chico-chica...
- Alternar los roles de liderazgo, de elección de los equipos, arbitraje en los juegos... entre chicos y chicas en cada sesión.
- Realizar actividades en las que el grupo de alumnas aventaja al de alumnos.
- Designar a chicos para ejemplificar ejercicios tradicionalmente «femenino» (expresión corporal, ritmo, saltar la comba, flexibilidad, equilibrio...) y a chicas para ejemplificar actividades «masculinas».

c) El lenguaje

Diferentes estudios a nivel educativo y en el ámbito de la Educación Física demuestran que existe una discriminación de la mujer en la utilización del lenguaje. Son numerosos los términos excluyentes para las niñas y las expresiones peyorativas entre el propio profesorado, lo que hace que se transmita al alumnado desigualdades en lo que a género se refiere.

A diario escuchamos al profesorado dirigirse al grupo clase como «niños», lo que hace que se vaya silenciando a las chicas y que vayan asumiendo una menor atención por parte del maestro o la maestra, acabando éstas, en una menor participación.

Cuando aparece en clase algún incidente, como por ejemplo una caída, a los chicos se les suele decir alguna expresión como «levántate y no llores grandullón,

tú eres muy fuerte, los hombres no lloran...», transmitiendo los valores considerados masculinos como la fuerza, la no existencia de sentimientos, sin embargo, si la caída se produce en una niña las expresiones cambian: «venga guapa, levanta, estás bien, si te duele siéntate y descansa, anda échate un poquito de agüita», transmitiendo ahora los valores considerados femeninos como la delicadeza, la dulzura, la fragilidad, utilizando incluso diminutivos para dirigirnos a la chica. En otras ocasiones, cuando queremos sancionar verbalmente a algún chico, utilizamos aspectos femeninos en nuestras expresiones: «no llores como una nena», «corres como las nenazas», sin embargo, si lo que queremos es reforzar o motivar cualquier acción, utilizamos aspectos masculinos: «vamos machote», «venga campeón», «échale huevos», etcétera.

Los profesionales de la Educación Física, debemos tener en cuenta una serie de aspectos que nos hagan reflexionar y cambiar nuestro lenguaje sexista:

- ¿Utilizamos frases o expresiones que valoran positivamente los atributos masculinos y negativamente los femeninos?
- ¿Utilizamos diminutivos o apelativos referentes al aspecto físico (guapa, bonita...) para dirigirnos a las chicas y apelativos referentes a la fuerza o valentía para referirnos a los chicos (grandullón, machote...)?
- ¿A quién responsabilizas con mayor frecuencia (reparto de material, hacer los equipos...), a las chicas o a los chicos?

d) Los materiales

La Educación Física cuenta con unos materiales específicos que aportan una motivación extra al área. Cuanto más rico y variado sea el material, más motivación inicial habrá en las sesiones por parte del grupo, sin embargo, el material también se ha «etiquetado» tradicionalmente como masculino y femenino. Así, materiales como los balones deportivos suelen identificarse como masculinos, mientras que las cuerdas, los aros y cintas, propias de las corrientes gimnásticas, se identifican como femeninos. Tal es así, que los chicos son reacios a la utilización de estos materiales propios de las chicas; su uso implica una pérdida de su masculinidad y hombría.

Por otra parte, cuando las chicas pretenden participar con materiales considerados masculinos, es frecuente escuchar expresiones como «maestro/a, este no me deja jugar», «maestro/a, este me ha quitado el balón de fútbol».

Para evitar todo este tipo de situaciones de índole discriminatoria, podemos aplicar una serie de estrategias en nuestras sesiones de Educación Física, como por ejemplo:

- Realizar rotaciones para el reparto del material de clase, de manera que cada día se encargue una persona distinta. Para elegir a las perso-

nas responsables se puede utilizar el orden de lista o bien el azar mediante sorteo.

- Utilizar gran variedad de material por parte del alumnado, tanto el considerado masculino como femenino.
- Reflexionar sobre la etiqueta de «masculino» o «femenino» a un determinado material y valorar el material en función del desarrollo de las capacidades motrices y no por vinculación a uno u otro sexo.
- Que los chicos experimenten y descubran las máximas posibilidades de utilización de los materiales considerados femeninos y las chicas con los materiales considerados masculinos.
- Utilizar materiales alternativos que no presentan carga sexista, tales como los freesbys, indiakas, palas, bates, mazaballs, sticks, paracaídas, balones gigantes, lacrosse, etcétera.
- Que el alumnado construya material alternativo: discos voladores, pelotas comenta, bolas malabares, etcétera.

7. PROPUESTA DE ACTIVIDADES COEDUCATIVAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

¿Es posible realizar actividades específicas de coeducación a la vez que desarrollamos los contenidos de Educación Física? La respuesta es sí.

A la vez que trabajamos los contenidos del área, tales como las habilidades y destrezas básicas, el juego, la expresión corporal o el acondicionamiento físico básico, podemos enseñar al alumnado otras habilidades y destrezas muy significativas en la vida cotidiana; por ejemplo tareas de barrer, fregar, limpiar... para poder participar activamente en la vida familiar y favorecer la convivencia en esta.

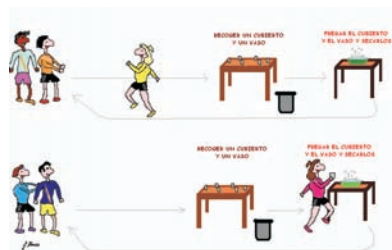
Mientras enseñamos *el cómo* se realiza cada tarea, sensibilizamos y hacemos reflexionar al grupo sobre la importancia de la colaboración, y lo poco que cuesta si entre todos y todas ponemos un poco de nuestra parte. A continuación se muestran una serie de propuestas lúdicas para desarrollar durante las sesiones de Educación Física:

TAREAS DOMÉSTICAS

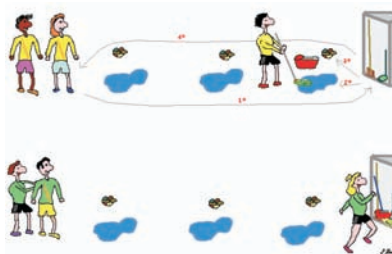
- «*Juegos dramáticos*»: Se hacen grupos para representar una situación que tradicionalmente ha hecho la mujer, como visitar al maestro/a y llevar al hospital a sus hijos/as. A cada grupo se le da una situación, por ejemplo; hablar con el tutor de las malas notas, con el médico... Los grupos tienen un tiempo para prepararlo y representarlo.



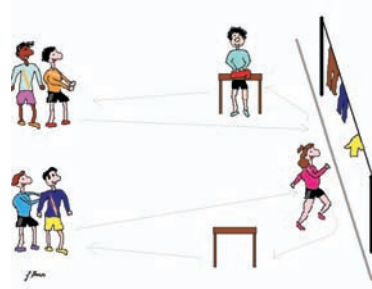
- «*Don Limpio, el Rápido*»: una carrera de relevos para recoger y fregar los cubiertos. Junto a cada mesa hay un barreño con agua, jabón y un estropajo. A la señal, salen de uno en uno, cogen su cubierto y su vaso y lo friegan, lo secan con un paño y lo dejan boca abajo, dan el relevo a la siguiente persona del equipo y así hasta el final. La última persona de cada equipo, además hará un nudo a la bolsa de basura de su equipo y la llevará al contenedor. Gana el equipo que acabe antes, haciendo correctamente las tareas.



- «*El recorrido basurilla*»: carrera de relevos. Cada equipo tiene un recorrido, en el que hay un montón de basura y un charco por miembro del equipo, en este caso 6 montones de basura y 6 charcos. La 1ª persona sale, coge los materiales de su despensa, recoge un montón de basura con la escoba y recogedor, limpia un charco con la fregona, deja los materiales en su despensa y vuelve a dar el relevo a la 2ª persona de su equipo, así sucesivamente. Gana el equipo que hace antes sus tareas.



- «*Dobla que te dobla*»: carrera de relevos. Hay que doblar la prenda que cojamos del tendedero que hay en la parte final de la pista y que utilizamos en la actividad anterior. Sale la 1ª persona, coge una prenda, la lleva a la mesa, la dobla y la deja en la caja de las prendas dobladas de su equipo; vuelve para dar el relevo a la 2ª. Se repite el proceso hasta que termina la última persona del equipo.



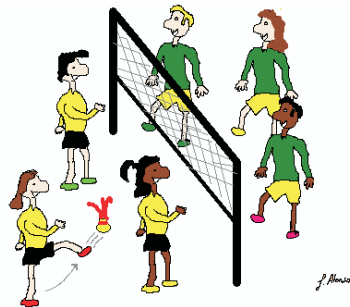
- «*La plancha*»: durante la parte de *vuelta a la calma* de la sesión, se hace una explicación sobre el planchado de pantalones y camisetas, una demostración y se piden voluntarios/as para practicar con alguna prenda.



Para trabajar en la «*Campaña del juego y juguete no sexista*», se pueden practicar una serie de actividades alternativas con materiales lúdicos no sexistas, por ejemplo, las indiakas, freesbys, mazaball, sticks, etcétera. A continuación se muestran algunas propuestas de juegos con materiales no sexistas:

JUEGOS Y JUGUETES NO SEXISTAS

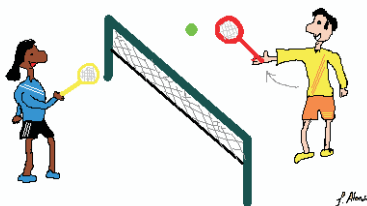
- «*Indiaka*». Se hacen dos equipos, uno contra otro. Hay que sobrepasar la indiaka por encima de la red. Es muy similar al voleibol. Cada equipo puede dar 3 toques en como máximo en cada jugada. Se pueden utilizar todas las partes del cuerpo para el golpeo.



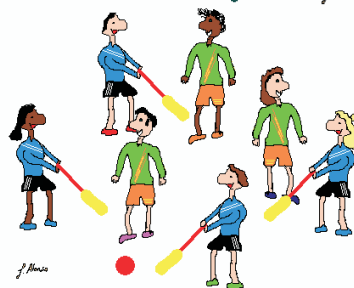
- «*Los freesby bolos*». Es el mismo juego de los bolos pero utilizando como medio para impactar en el bolo un freesby. Los bolos serán botellas rellenas como material reutilizable (agua, arena, papel...).



- «*Las palas*». Nos colocamos por parejas, un miembro de la misma en una mitad, y el otro en la otra mitad, separados por una goma elástica. Se hace un partidillo de tenis por parejas. También se puede hacer con dos equipos.



- «*El mareo*». Se hacen dos equipos. Uno con las mazas y el otro sin ellas. Se trata de dar el mayor número de pases con las mazas sin que la quite el equipo contrario con el pie.



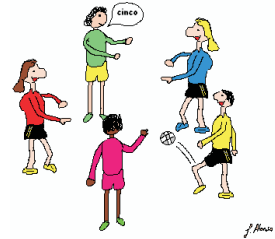
- «*El gol*». Por parejas mixtas, se hacen dos filas, estando una persona en una fila y la otra en la fila de enfrente. Tendrán un stick y una bola. Hay que salir e ir hacia la portería pasándose la bola para llegar y golpear a puerta. Cuando la hagan, vuelven al final de las filas y dan los sticks a la siguiente pareja.



También podemos contribuir a la «*prevención de la violencia de género*». Para ello son muy prácticos los juegos cooperativos, en los que chicos y chicas se ayudan y cooperan para la consecución de metas comunes.

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

- «*Los toques*». Consiste dar el mayor número de toques seguidos, entre todos los miembros del grupo, sin se caiga la pelota. Para ello utilizamos todas las partes del cuerpo, excepto los brazos y manos (pie, muslo, rodilla, cabeza, pecho...). Deben tocar alternativamente chico-chica-...



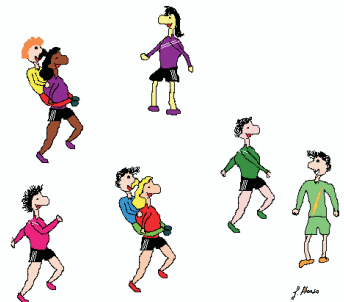
- «*Transporte del globo*». Todo el grupo se desplaza libremente por el espacio al son de la música. Cuando se corta la música, buscamos una pareja rápidamente (mixta) para transportar un globo con la parte del cuerpo indicada: mano, hombro, cara, cuello, pecho, glúteo, cadera, abdomen, piernas...



- «*La cadena por parejas*»: es un juego de pilla-pilla, en el que todo el grupo va por parejas (mixtas) cogidos de la mano. Una de las parejas se queda para pillar al resto. Cuando pillan a alguna, ésta se unirá, formando una cadena cada vez mayor.



- «*A salvo a caballo*»: se queda una persona que intenta pillar a cualquiera. Para que no te pillen puedes subirte «a caballito» de un compañero/a que se ofrezca cuando te vea en apuros. Mientras estás a caballito, no se pueden mover ni el caballo ni el jinete. Una vez que se va el peligro, bajas del caballo y sigues jugando.



Como vemos, se pueden llevar a cabo una gran variedad de actividades lúdicas en el área de Educación Física a la vez que contribuimos a la consecución de una igualdad real entre niños y niñas en educación y en definitiva, en la vida cotidiana.

8. BIBLIOGRAFÍA

- BENILDE VÁZQUEZ (1990): «*Guía para una Educación Física no sexista*». Ministerio de Educación y Ciencia.
- FOX, E (1990): «*Reflexiones sobre género y ciencia*». Edita Alfons el Magnánim. Valencia.
- SUBIRATS, M; BRULLET, C. (1988): «*Rosa y Azul, la transmisión de los géneros en la escuela mixta*». Ministerio de Cultura.
- VÁZQUEZ, B (1992): «*La socialización de las niñas y la motivación para el deporte*». Edita Congreso AEISAD. Burriana (Castellón).
- VV.AA (1990): «*Mujer y deporte*». Edita Ayuntamiento de Barcelona. Barcelona.
- VV.AA (2000): «*Guía de deporte y salud*». Edita Ayuntamiento de Dos Hermanas. Sevilla.
- VV.AA (2005): «*Aprender a cuidar y cuidarnos*». Edita Octaedro. Barcelona.
- VV.AA: *I Plan de Igualdad entre hombres y mujeres en educación*. Junta de Andalucía. Málaga.
- VV.AA: *Materiales curriculares* de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.

