



Facultat de les Illes Balears

# La igualtat de gènere a l'Educació Física

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

Carlos García Campins

**Grau d'Educació Primària**

Any acadèmic 2018-19

DNI de l'alumne: 43187759S

Treball tutelat per Pere Palou Sampol  
Departament d'Educació Física

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor	Tutor
	<b>Sí</b>	

Paraules clau: Igualtat, alumnat, gènere, esport, discriminació



## Agraïments

S'apropa el final de la carrera, allò que va començar sent un somni des de petit veig com a poc a poc va camí de convertir-se en una realitat.

Han estat 4 anys molt intensos en els quals hi ha hagut moments meravellosos i uns altres no tant, però m'han servit per a aprendre i valorar on estic.

Vull donar les gràcies a aquelles persones que han estat al meu costat donant-me suport, aconsellant-me i fent-me el camí més fàcil, des de l'ESO, passant per batxillerat i finalitzant en la universitat on he conegut a persones increïbles i, tal vegada, sense elles avui no estaria aquí.

Especialment, vull donar les gràcies a una professora que va ser un punt d'inflexió per a mi i es va convertir en el meu referent, el meu exemple a seguir. Estic parlant de la meva professora d'Història de 4t de l'ESO, de la qual, espero algun dia poder arribar a ser la meitat del que ha estat ella.

D'altra banda vull donar les gràcies als 3 col·legis en els quals m'han permès formar-me com a professor, per fer-me sentir sempre com un més dels seus, integrar-me al 100% i tractar-me amb l'afecte amb el qual m'han tractat. Donar gràcies també als meus tutors de pràctiques per ensenyar-me tots coses molt diferents però molt vàlides que sense dubte podré dur a terme.

Gràcies als més importants d'aquesta professió, als nins i nines pel seu amor incondicional cap a mi, per fer-me sentir orgullós d'ells i d'elles, perquè tots i cadascun d'ells van deixar un espai en el meu cor que romandrà per sempre.

Gràcies, especialment, al col·legi Són Pisà i Son Ferrer per permetre'm dur a terme aquesta recerca del meu TFG sobre la igualtat de gènere.

Gràcies a tu, Pere Palou, pel teu compromís, professionalitat i dedicació cap al meu treball. També agrair a Pedrona Serra la seva ajuda oferida en la recerca d'informació i documents per a realitzar la part teòrica d'aquest treball.

Finalment, com no, donar les gràcies a la meva família. No vull acabar sense abans dedicar-li aquest treball a unes persones tan especials i importants en la meva vida que fa uns anys es

van anar deixant en mí un gran buit però estic convençut que, des d'allà on estiguin, m'estaran veient i seguint tots els meus passos. Espero que puguin sentir-se orgulloses de mi.

## **Resum**

Aquest ha estat un tema sobre la desigualtat de gènere el qual, afecta a diversos àmbits de la nostra societat tals com l'educació, el treball o l'esport entre altres i com la dona ha estat maltractada al llarg dels anys i desprotegida davant les lleis estipulades.

D'altra banda s'ha analitzat la visió que tenen els nins i nines davant situacions masculistes que s'han produït anys enrere però que no cesen a dia d'avui, i les diferent perspectives que poden tenir els estudiants en funció del seu context sociocultural.

Per finalitzar, s'ha realitzat un anàlisi relacionant la part teòrica d'alguns dels autors mencionats al llarg del treball amb la part pràctica, és a dir, amb els resultats obtinguts als centres escolars.

## **Paraules Clau**

Igualtat, alumnat, gènere, esport, discriminació

## **Abstract**

This has been a motif on the inequality of genus which, affects at several spheres of our such society like the education, the work or the sport among others and like the woman has been abused along the years and unprotected in front of the laws stipulated.

On the other hand it has analysed the vision that have the children in front of male chauvinistic situations that have produced years back but that they do not finalise at day of today, and the different perspectives that can have the students at function of his social and cultural context.

To finalise, has realised an analysis relating the theoretic part of some of the authors nicknamed along the work with the practical part, that is to say, with the results obtained at the school centres

## **Keys words**

Equality, students, genus, sport, discrimination

# ÍNDEX

<b>1. Introducció.</b>	<b>5</b>
<b>2. Justificació i descripció.</b>	<b>6</b>
<b>3. Objectius.</b>	<b>7</b>
<b>4. Metodologia.</b>	<b>7</b>
<b>5. Marc teòric.</b>	<b>8</b>
5.1) Estereotips tradicionals de gènere en relació a l'esport.	8
5.2) La diferència salarial entre home i dona dins l'esport	10
5.3) L'activitat física.	12
5.4) El final del franquisme, un punt d'inflexió per a les dones dins l'àmbit esportiu.	16
5.5) Educació física amb l'inici de l'escola mixta.	19
5.6) La coeducació a l'Educació Física.	21
5.7) Perspectiva de gènere.	23
5.8) El professorat d'Educació Física	25
<b>6. Proposta d'intervenció i anàlisi dels resultats obtinguts.</b>	<b>26</b>
6.1 Resultats obtinguts de la fase 1.	31
6.2 Anàlisi específic dels resultats obtinguts al curs de 5è d'ambdós centres.	35
6.3 Resultats obtinguts de la fase 2: global	38
<b>7. Discussió.</b>	<b>40</b>
<b>8. Reflexió.</b>	<b>42</b>
<b>9. Referències bibliogràfiques.</b>	<b>44</b>
<b>10. Annexos.</b>	<b>46</b>

## **1. Introducció.**

El meu Treball Fi de Grau tracta sobre la desigualtat de gènere que hi ha hagut, i encara perdura, a la nostra societat i també al món de l'activitat física i l'esport.

Expondré una petita justificació sobre què ha estat allò que m'ha ajudat a decidir-me per triar aquest tema, què és el que m'agradaria assolir una vegada acabat aquest treball i la metodologia que utilitzaré per poder dur-ho a terme.

En quant a la part teòrica he volgut fer una cronologia sobre els diversos successos que han anat succeint al llarg dels anys a Espanya en relació a diferències entre homes i dones, i he anat d'allò més general fins a lo més específic.

He començat amb una recerca d'informació sobre els estereotips que hi ha quan una persona practica un esport determinat, llavors m'he anat ficant dins l'educació i com aquests problemes afecten a n'aquesta i quines han estat les conseqüències; començant per l'educació durant el franquisme i finalitzant per la coeducació que s'imparteix a les classes ordinàries d'avui en dia.

D'altra banda, he investigat sobre les persones LGBT (Lesbianes, gays, bisexuals i transexuals) i com els hi afecten els prejudicis de la gent a l'hora de practicar qualsevol mena d'activitat física.

Finalment, veurem quin és el rol que ha de portar un docent a les sessions d'Educació Física per tal d'aconseguir que tots els nins i nines puguin sentir-se integrades en el grup - classe.

La part pràctica tracta sobre un estudi a alumnes de 5è i 6è d'Educació Primària de dues escoles diferents amb uns nivells socials i econòmics totalment contraris, on tindran que contestar a una sèrie de preguntes, per llavors, poder fer l'anàlisi corresponent.

Aquest treball conclou amb una reflexió final sobre la feina realitzada durant aquests mesos.

## **2. Justificació i descripció.**

Allò que m'ha animat a decidir-me per la tria del meu TFG és veure, a través dels mitjans de comunicació, com la societat queda endarrerida en quant a valors com a éssers humans. Cada dia surten notícies noves sobre violència física o verbal cap a la dona per part de persones que no mereixen rebre el qualificatiu d'homes. Aquesta violència masclista la veim tant en la societat en general com en el món de l'esport en particular, sobretot en partits de futbol en el qual hi ha jugadores o àrbitres de sexe femení que són increpades per l'únic fet de ser dones. Per aquesta raó pretenc fer un petit homenatge cap a aquelles dones que han sofert vexacions i humiliacions al llarg de la seva vida i continuen lluitant per la igualtat de gènere.

L'escola té un paper primordial en aquesta lluita i a partir de l'educació, i de l'Educació Física en concret, s'ha de conscienciar als nins i a les nines que l'esport no entén de sexes i hem de viure amb la llibertat i la tranquil·litat de practicar l'esport que més ens agrada sense ser rebutjats o discriminats.

La desigualtat de gènere és un problema que ha succeït dins la societat durant molts d'anys i a dia d'avui encara existeix. Malgrat hi ha hagut una evolució considerable tant en l'àmbit de l'activitat física com en àmbits socioculturals gràcies a una lluita constant de la dona per tal d'aconseguir els mateixos drets que els homes i ser tractats d'igual a igual, és més que evident el llarg camí que ens queda per recórrer per tal d'obtenir una vertadera igualtat entre gèneres sense discriminacions ni prejudicis.

Actualment vivim en una societat aparentment desenvolupada i avançada, o això ens volen fer creure, però la realitat és que encara existeixen una sèrie d'estereotips en els quals el gènere masculí "domina" al femení i hi ha unes actituds masclistes més pròpies de l'Espanya dels anys 30 - 40 que no pas d'una Espanya moderna del segle XXI.

És per això que les escoles esdevenen un paper fonamental per a que l'evolució de la dona sigui creixent ja que els alumnes d'avui seràn la societat del demà. Els mestres també han de contribuir a n'aquesta igualtat i per tant han d'incloure la coeducació dins les seves pròpies sessions.

En quant a l'àmbit de l'Educació Física; és imprescindible per tal d'ensenyar a les nines a participar amb eficàcia en els jocs i esports típicament masculins i socialment més valorats, al

mateix temps que s'ha d'ensenyar als nins a jugar i participar en jocs i esports típicament femenins valorant els aspectes positius i educatius que contenen. Així doncs, hem de suprimir tota forma d'etiquetatge respecte allò que considerem "normal" per a nins o per a nines així com qualsevol judici de valor respecte comportaments que difereixen dels estereotips de gènere.

### **3. Objectius.**

Els objectius que es pretenen aconseguir amb aquest Treball Fi de Grau són, per una banda, investigar si l'entorn social, econòmic i cultural en el qual viu un nin o una nina interfereix en la seva opinió respecte a la igualtat de gènere. I d'altra banda es pretèn conscienciar a l'alumnat davant les accions masculistes que han anat succeïnt al llarg de la història i continúen present per a que adoptin una nova perspectiva de cara al futur basant-se en actituds de respecte i tolerància davant el gènere oposat.

### **4. Metodologia.**

Es realitzarà un estudi als alumnes de 3r cicle d'Educació Primària ja que considero que a n'aquesta edat l'alumnat ja ha adquirit una certa maduresa i amb els quals es poden tractar temes seriosos; la qual cosa amb alumnes més petits és una tasca molt més complicada.

Dit estudi es durà a terme dins dos centres educatius totalment diferents com són el Ceip Son Pisà i el CP Son Ferrer, el primer d'ells està dins un entorn econòmic i sociocultural baix i el segon dins un entorn econòmic i sociocultural mitjà - alt. D'aquesta manera podrem analitzar si l'entorn social en el qual viu l'alumnat influeix en la seva opinió respecte la igualtat de gènere i les diferències que hi podem trobar entre un i l'altre.

Les proves que es realitzaran a l'alumnat consta de dues fases:



La primera fase tracta sobre un qüestionari totalment individual i anònim ja que cerco la màxima sinceritat i transparència possible per poder dur a terme un estudi real i de qualitat, per tant no hauran de posar el seu nom, simplement omplir la graella amb una creu depenent de si es tracta d'un nin o d'una nina. Aquesta fase es realitzarà a tot l'alumnat de 5è i 6è.

És un qüestionari tancat amb 5 preguntes sobre la desigualtat de gènere on hauràn de respondre segons considerin que certes activitats van dirigides a homes o dones, o pel contrari, cap a ambdós sexes.

La segona fase ja és més específica i s'agafaran a 6 alumnes de cada centre (3 nins i 3 nines) amb característiques i personalitats diferents per aconseguir la màxima varietat possible i són de resposta oberta, per tant, l'alumnat es podrà expressar amb total llibertat i tenir una opinió crítica. Mostraré dues imatges als alumnes (anunci publicitari sobre la pràctica de l'esport en nins i nines al País Basc i un succès a una maratón de Boston), les quals hauràn de determinar si les consideren masculines o no i justificar la seva resposta. Finalitzarem aquesta fase amb un text que llegiràn els alumnes, la qual fou dita a l'Espanya franquista per part de la "*Secció Femnista*" i hauran d'expressar allò que li transmet la frase que han llegit i quina opinió li mereix al respecte.

Un cop finalitzades les proves, es durà a terme un anàlisi sobre els resultats obtinguts i es farà una comparativa gràfica entre ambdós centres.

## **5. Marc teòric.**

### **5.1) Estereotips tradicionals de gènere en relació a l'esport.**

El termini d'estereotip és, segons Suriá (2011), el conjunt de creences que es mantenen per un individu en relació amb un grup social.

Per comprendre els models tradicionals de gènere associats a l'esport, és necessari conèixer com s'han anat configurant al llarg de la història.

L'esport, en la seva vessant competitiva tradicional, té una trajectòria històrica que celebra la masculinitat hegemònica des dels seus orígens a l'Anglaterra dels segles XVIII i XIX. Aquest fet implica, d'una banda, que l'esport sigui un espai idoni per transmetre els valors tradicionalment masculins als homes, i de l'altra, que sigui un espai on originalment s'ha assignat a les dones un paper secundari. Aquest fet suposa, que des de sempre l'esport ha estat un mecanisme de reproducció dels models tradicionals de masculinitat, un àmbit on els homes podien "aprendre" a "ser homes" i en el que tot allò considerat femení tal com plorar o expressar els sentiments era rebutjat. D'altra banda, això ha suposat que les dones n'han estat excloses i sempre condicionades pels cànons femenins tradicionals en els quals s'havien d'encarregar de les feines domèstiques. (Soler, 2007)

Han passat 3 segles aproximadament, i els estereotips de gènere associats amb l'esport continuen molt presents a tots els nivells de la societat i en l'Educació Primària en particular. Es vincula als nins amb activitats que requereixen força, resistència, que són més actives, agressives o de risc mentre que les nines se'ls hi associa amb activitats d'expressió, elasticitat, flexibilitat i coordinació. (Blández, Fernandez & Sierra, 2007)

Si analitzem els factors de comportament que influeixen sobre els estereotips de gènere, observarem que els nins fan més quantitat d'activitat física que les nines, circumstància que es pot donar a l'oferta d'activitats tant en l'àmbit escolar com en l'extraescolar on predominen els esports "masculins". D'altra banda, les activitats físico - esportives associen a les nines amb activitats individuals davant les activitats en equip que fan els nins. (Blández, Fernandez & Sierra, 2007)

Soler (2007) assegura que les nines presenten grans dificultats per a practicar activitats considerades masculines i a l'inrevés, bé perquè se'ls hi tanca directament l'accés a elles o bé perquè es troben amb l'oposició de familiars i / o amics... Les nines o els nins que aconsegueixen vèncer aquestes barreres i practicar l'esport que desitgen, es troben llavors amb més obstacles com poden ser una sèrie de comentaris sexistes i despectius expressats per persones de l'entorn i han de superar un clima implícit de desaprovació i rebuig cap a la seva participació en aquest tipus d'activitat.

La consideració d'una activitat com a femenina o masculina té connotacions importants a l'hora d'atribuir la tendència sexual de qui practica una activitat o una altra. L'homosexualitat no és un tret físic visible de manera que, si no es divulga, només es pot deduir o sospitar a partir dels estereotips culturals associats a l'aparença i usos del cos. Aleshores, sortir dels canons tradicionals de feminitat o masculinitat, ja sigui per practicar activitats que s'associen a l'altre sexe o per l'aparença física, implica el qüestionament de la tendència sexual heterosexual. Per aquesta raó, l'esport se situa com a mediador entre models corporals i orientació sexual, naturalitzant i glorificant, fins i tot, la identitat heterosexual (Barbero, 2002).

## **5.2) La diferència salarial entre home i dona dins l'esport**

Uribarri (2018) va realitzar un article sobre la desigualtat existent entre ambdós gèneres. Afirmar que l'esport és un fidel reflex del que ocorre en la societat; malgrat els avenços que s'han fet en els darrers anys, les dades ens continuen revelant una realitat que està molt allunyada de la qual haurien de viure per la seva dedicació i els seus mèrits. A penes hi ha una dona, Serena Williams, entre els 100 esportistes internacionals amb més ingressos, segons l'última llista Forbes.

Posant l'exemple del tennis, la jugadora amb millor palmarés dels darrers anys i la que ha guanyat més premis ha generat uns ingressos de 27 milions de dolars, l'equivalent en el masculí, Roger Federer, genera més del doble amb 64 milions de dolars anuals. Aquesta gran diferència la podem veure pràcticament a tots els esports. Mendal (2018) registra una de les dades més impactants en el món de l'esport, concretament, el futbol. El darrer Mundial de Futbol femení disputat a Canadà va generar 12'1 milions d'euros en premis, en canvi, en el darrer Mundial de Rússia del futbol masculí el passat 2018 va generar 641 milions d'euros en premis. És a dir, 53 vegades més que el femení.

Uribarri (2018) indica quines són les possibles causes d'aquesta igualtat:

Un d'ells és el distint tracte econòmic a l'hora de distribuir les ganàncies de les competicions, a pesar d'algunes excepcions com Roland Garros o Wimbledon que sí paguen de manera

equitativa a masculins i femenins, en altres esports la diferència és abismal. En quant al golf, la diferència econòmica entre un guanyador masculí o femení supera el milió de dolars.

Un dels casos més sorprenents fou la selecció femenina de futbol dels Estats Units les quals generaven uns ingressos anuals de 20 milions de dolars, més que la selecció masculina, i malgrat això cobraven una quarta part del que guanyava el sector masculí; la qual cosa va provocar una gran rebel·lió on presentaren una demanda i el Senat d'Amèrica les hi va donar la raó i la Federació es va comprometre a eliminar la desigualtat salarial de gènere i tractar a tots els esportistes amb el mateix respecte i igualtat sense importar el sexe.

Una altra raó que dona Uribarri és la mínima inversió que reben les esportistes a nivell publicitari. Les marques publicitàries com Nike, Adidas, Asics o Fila entre altres aposten per aquells events en el quals aconseguiran més rendibilitat per a les seves inversions i per això es centren en aquells esdeveniments en els quals hi ha més audiència o popularitat d'un esportista. Prefereixen patrocinar a esportistes reconeguts a nivell mundial ja que tenen molt més seguidors i és més possible obtenir beneficis, que no pas a una altra esportista amb menys nom i per tant, menys marketing.

D'altra banda, Monasterios (2018) es centra en les diferències a nivell nacional on destaca grans moments de l'esport femení com la conquesta de Wimbledon per part de Garbiñe Muguruza o l'or europeu aconseguit per la selecció femenina de bàsquet. Moltes dones espanyoles pujaren al podium internacional aquests darrers anys mostrant la gran evolució competitiva de l'esport femení. Però darrera d'aquests èxits, s'amaga un sistema precari que perpetua la bretxa de gènere en equips i seleccions d'Espanya amb una gran desigualtat social i econòmica.

Salaries insignificants, contractes no regulats i una llei que no contempla la professionalitat de l'esport femení fomenten que tan sol el 22'3% de les llicències federades en Espanya siguin dones. Després de 28 anys en els quals la Llei d'Esports nega la professionalitat a les dones esportistes, es comencen a fer les primeres passes per a canviar-ho. Maria José López una advocada que participa en aquest canvi de llei afirma que *“és impensable que en el mateix àmbit laboral, els homes tinguin uns drets reconeguts i les dones no. Això és una falta de perspectiva de gènere i una carència en el desenvolupament normatiu respecte a la Llei d'Igualtat”*.

Tras la vaga feminista del 8M són més les dones que alçen la veu per reclamar els seus drets, i també són més les autoritats esportives que estan disposats a escoltar-les, un clar exemple seria la Real Federació Espanyola de Fútbol. No obstant això, les diferències salarials que hi ha suposen una gran diferència. Rosa Márquez, capitana de l'equip de futbol de la Selecció Espanyola de futbol sub-19 afirma que *“li dedicam molt de temps a allò que ens agrada tant com és el futbol, però som conscients que no podem viure d'això.”*

El salari que guanya una futbolista de primera divisió és de 700€, en canvi, en els masculins l'equip amb menys pressupost i el jugador que menys cobra son 13.000€.

### **5.3) L'activitat física.**

Els beneficis de l'activitat física i l'exercici per a la salut tant en homes com dones són irrefutables. L'evidència que avala la importància d'un estil de vida actiu ha crescut exponencialment i es considera que l'activitat física i l'exercici regular són mesures preventives primàries i secundàries eficaces per a més de 25 condicions cròniques mèdiques, incloses la malaltia cardiovascular i la mortalitat prematura. L'Organització Mundial de la Salut (OMS) considera que la inactivitat física és el quart factor de risc per a la mortalitat ja que causa, aproximadament, 3'2 milions de morts anuals. A més, les investigacions d'aquesta mateixa organització demostraren que, únicament, el 40% de la població femenina compleix amb les recomanacions mínimes de 150 minuts d'activitat física setmanal.

Segons González & Rivas (2018) les causes que poden dur a que una persona tengui un comportament inactiu les podem trobar en l'edat, el rol social, el suport social, nivell socioeconòmic, lloc de residència i l'accés a la recreació. Tots aquests condicionants es converteixen en un gran repte per als professionals de la salut i planificadors de programes que desitgen promoure l'activitat física en homes i dones.

- Conseqüències de la inactivitat física en dones:

Les dones que solen passar 16 o més hores del dia assegudes, presenten un 68% més probabilitats de desenvolupar malaltia cardiovascular que aquelles que van passar menys de 4 hores per dia; no obstant això si les dones aconsegueixen caminar 180 minuts a la setmana o realitzar 90 minuts d'exercici vigorós a la setmana, tenen 30 a 40% menor risc de desenvolupar cardiopatia isquèmica que les seves homòlogues sedentàries.

No només en cardiopatia isquèmica la baixa activitat física genera risc, sinó que les dones moderadament actives tenen un risc del 9% i 15% menor d'atac cerebrovascular isquèmic i hemorràgic respectivament que les sedentàries, i en cas de persones altament actives les reduccions són de 21 i 34% corresponentment.(González & Rivas, 2018)

També s'ha demostrat que dones que van informar menys de cinc hores d'activitat física d'intensitat moderada per setmana, presenten el doble de risc de càncer de còlon en comparació amb aquelles que superen aquest volum d'activitat física. (González & Rivas, 2018).

- Beneficis de l'activitat física:

Recerques demostren una reducció del 25% del risc mitjà de càncer de mama en dones físicament actives, efecte protector independent de l'estat menopàusic. Aquest efecte protector sembla estar mediat per la disminució massa grassa (font principal d'estrògens en la postmenopausia) i en alguns casos per l'alteració del cicle menstrual que es presenta en algunes dones actives amb baixa ingesta calòrica.

Altres mecanismes pels quals l'activitat física sembla tenir efecte en la iniciació i la progressió de la malaltia cardiovascular són l'optimització de la sensibilitat a la insulina i el control glucèmic per a prevenir la diabetis tipus 2; també causa disminució en les xifres de pressió arterial sistòlica i diastòlica, control en els nivells de lípids, així com millora de la

funció endotelial<sup>1</sup>, l'hemostàsia<sup>2</sup> i la resposta inflamatòria tal com ho va demostrar el *Women's Health Study*, en el qual es va evidenciar una reducció en la incidència del 59% en malaltia cardiovascular. (González & Rivas, 2018)

- Resposta fisiològica a l'exercici en la dona:

Les diferències femenines en la resposta fisiològica a l'exercici estan relacionades amb la grandària corporal, la composició corporal i endocrinologia reproductiva<sup>3</sup>; la capacitat aeròbica ( $VO_2 \cdot \text{máx}$ ) és del 15% al 30% menor en dones que en homes. Tres factors semblen contribuir en aquesta diferència tals com:

1. Les dones tenen menor volum de sang, menor quantitat de glòbuls vermells i menors nivells d'hemoglobina<sup>4</sup>, la qual cosa es tradueix en menor capacitat de transport d'oxigen de la sang.
2. Les dones tenen un cor de menor grandària i per tant menors volums sistòlics i majors freqüències cardíques per a una determinada despesa cardíaca.
3. Les característiques femenines en la composició corporal, donades per una grandària corporal més petit, major percentatge de teixit adipós i menor component muscular (l'àrea de secció transversal del múscul és aproximadament el 85% dels homes).

Les diferències entre gènere posterior a exercici cardiovascular i de força, estan donades que els homes semblen augmentar la taxa metabòlica en repòs i les dones no, però elles tenen protecció contra el mal muscular induït per l'exercici probablement per efecte estrogènic i per una resposta inflamatòria atenuada en l'exercici. (González & Rivas, 2018)

---

<sup>1</sup> és un teixit que recobreix la zona interna de tots els vasos sanguinis, inclòs el cor, on es diu endocardi, permet l'intercanvi de nutrients i deixalles. Les seves cèl·lules consumeixen gran quantitat d'energia a causa del seu actiu metabolisme.

<sup>2</sup> detenció d'una hemorràgia mitjançant els mecanismes fisiològics de l'organisme o per mitjà de procediments manuals, químics, instrumentals o quirúrgics.

<sup>3</sup> Són aquelles persones, les quals tenen problemes de fertilitat.

<sup>4</sup> Consisteix a captar l'oxigen dels alvèols pulmonars i comunicar-lo als teixits, i a prendre el diòxid de carboni d'aquests i transportar-lo de nou als pulmons per a expulsar-ho.

- La dona i l'esport d'alt rendiment:

En les últimes quatre dècades la participació femenina en esports d'alt rendiment ha augmentat significativament i en conseqüència a la major participació ha vingut presentant-se un augment en lesions i síndromes relacionades amb l'esport. Una d'aquestes condicions és la triada de l'atleta, espectre clínic caracteritzat per un trastorn energètic alimentari, disfunció menstrual i alteració en la densitat mineral òssia.

En lo relacionat amb les lesions esportives, la taxa és similar a la dels homes i solen ser més específiques de l'esport que del gènere; no obstant això, la lesió del lligament creuat anterior és sorprenentment més comú entre les dones que en els homes. Dades clíniques diluciden la seva causalitat per factors biomecànics i anatòmics, com a pelvis més ampla, que associat a factors neuromusculars (menor força en isquiotibials) i factors hormonals (laxitud secundària al factor estrogènic) faciliten la presentació de lesions en el lligament creuat anterior. Asseguren els autors que es requereixen campanyes educatives en esportistes d'elit i afeccionades, que ajudin la prevenció d'aquesta lesió. (González & Rivas, 2018)

- La dona, l'embaràs i l'activitat física.

L'embaràs és un esdeveniment que canvia la vida de moltes dones; és un moment propici per al canvi i l'adopció d'estils de vida saludables com deixar de fumar, assumir una dieta saludable o començar exercici rutinari, més si es coneixen els beneficis potencials tant per a la salut de la mare com per al fetus. Sempre ha existit la preocupació teòrica que l'exercici pot tenir un impacte negatiu en el desenvolupament del fetus en termes d'hemodinàmica<sup>5</sup>; no obstant això, múltiples estudis reporten que el flux sanguini del fetus no s'altera significativament per l'activitat física moderada i en el seu lloc es demostra un augment en el volum vascular total, la superfície capil·lar i la densitat parenquimàtica<sup>6</sup> de les placentes de les dones que van a realitzar exercici durant tot l'embaràs.

---

<sup>5</sup> És aquella part de la biofísica que s'encarrega de l'estudi de la dinàmica de la sang a l'interior de les estructures sanguínies com a artèries, venes, i capil·lars.

<sup>6</sup> És el tamany dels sins d'una dona



L'exercici durant l'embaràs també contribueix a nivells de glucosa significativament més baixos. En proves de tolerància a la glucosa realitzades en les setmanes 24 a 28, es va demostrar que dones diagnosticades amb diabetis gestacional que van realitzar exercici són menys propenses a requerir insulina durant la resta del seu embaràs, controlen el pes matern en l'embaràs i es disminueix el risc de nounats grans per a l'edat gestacional.

En quant a la hipertensió, és menys probable en les dones físicament actives abans i després de l'embaràs. (González & Rivas, 2018)

- Quantitat òptima d'activitat física:

Múltiples comunitats científiques solen centrar-se en els beneficis que porta per a la salut el realitzar 150 minuts per setmana. Aquest lílindar sol ser utilitzat amb finalitats de vigilància epidemiològica per a separar participants actius de no actius. Cal destacar que recents revisions han demostrat que 15 minuts per dia d'activitat física, confereixen una reducció d'aproximadament 14% del risc per a la mortalitat per totes les causes i per cada 15 minuts addicionals amb un màxim de 100 minuts al dia s'aconsegueix una reducció de risc del 4% addicional per a totes les causes de mortalitat i un 1% per a mortalitat per càncer total.

Activitat física, com caminar de 30 a 60 minuts al dia en la majoria dels dies de la setmana, millora ràpidament la capacitat cardiorrespiratòria i té efectes positius en els factors de risc cardiovascular tals com hipertensió, hiperglucèmia<sup>7</sup> i dislipèmia<sup>8</sup>. (González & Rivas, 2018)

#### **5.4) El final del franquisme, un punt d'inflexió per a les dones dins l'àmbit esportiu.**

La mort del general Franco al novembre del 1975, va marcar l'inici de la transició política cap a un règim democràtic on la lluita per la igualtat entre sexes es va convertir en un aspecte central de debat públic. Després de la llarga etapa de la dictadura, es plantejaven nous horitzons de gènere i de transformació social que amb l'aprovació de la Constitució de 1978

---

<sup>7</sup> Augment anormal de la quantitat de glucosa que hi ha en la sang.

<sup>8</sup> És tracta d'una alteració del metabolisme dels lípids.

consagrà el principi d'igualtat entre homes i dones on es prohibia la discriminació per raó de sexe entre altres.

Tal i com afirma Pujades (2011), durant tot aquest procés, la participació de les dones en el món de l'esport fou un aspecte rellevant en la construcció d'una societat més igualitària que s'anava normalitzant en àmbits tradicionalment sota control masculí. La importància de la pràctica esportiva en les societats avançades dels països occidentals entre els anys seixanta i setanta, atorgava un protagonisme renovat a l'esport des d'una perspectiva de gènere. Així doncs, si a Occident la incorporació de les dones a l'esport havia contribuït històricament a la seva inclusió en la societat del benestar; havia de ser un tema cabdal en el procés de construcció d'una societat democràtica al nostre país.

L'increment de la pràctica esportiva de les dones i l'assoliment de cotes de visibilitat de l'esport femení no assolides mai abans, han estat elements centrals d'un període determinant en el llarg camí transcorregut vers la recuperació de la llibertat i la igualtat.

Les primeres reivindicacions de gènere tingueren lloc a Barcelona on cal destacar la celebració de les Primeres Jornades Catalanes de la Dona al maig de 1976 convocades per la Comissió Catalana d'Organitzacions no Governamentals i es convertiren en un esforç per coordinar la lluita dels grups de dones i del moviment feminista del país, que des de feia ja alguns anys, treballaven en la clandestinitat o en situació de grans dificultats en l'etapa final del franquisme. Plantejaven la desaparició dels rols tradicionals de gènere i la supressió de la discriminació en els terrenys de l'esport, el qual, s'havia de considerar com un dret ciutadà que podia incidir en el benestar físic i psicològic de les persones independentment del sexe. (Pujades, 2011).

La denúncia sobre els obstacles a la pràctica esportiva que afectava principalment al sector femení fou recurrent entre els partits d'esquerres i progressistes durant els primers anys de la transició. Criticaven l'ús de l'esport com a factor de control, distracció i sublimació de l'esforç per part de l'Estat, elements que reproduïen l'estructura classista del capitalisme; denunciaven la manca d'una política de promoció esportiva que s'iniciés en les escoles i que estenguí els beneficis de l'esport a totes les edats i a tota la població i reclamaven la necessitat de superar els factors de discriminació social des de les edats escolars. Les

campanyes i mobilitzacions de grups com la Coordinadora d'Organitzacions Feministes ajudaren a estendre els valors del discurs a favor de la igualtat entre homes i dones.

Assegura Pujades (2011) que durant les dècades de 1970 i 1980, la pràctica esportiva de les dones augmentà d'una manera molt rellevant. L'any 1974 el 12'8% de les dones feien esport mentre que ja al 1990 aquest percentatge ja arribava al 30%. La incidència de les renovades administracions locals en aquesta evolució positiva de la pràctica esportiva fou molt important ja que van actuar com a autèntics motors en la divulgació de l'activitat física entre la ciutadania. Aquest augment tan significatiu trencava amb els estereotips de gènere que la dictadura havia mantingut i impulsat, i formaven part d'una cultura evidentment patriarcal.

L'increment de la visibilitat de les dones en la societat va millorar l'accés a un tipus de pràctica esportiva tradicionalment masculinitzada, va permetre un acostament més gran per part del sistema esportiu a les necessitats i gustos de les dones.

Un dels antecedents històrics més rellevants que es recorda de la participació femenina dins l'esport fou la Cursa Popular de Barcelona al 1980 on dels 25.000 atletes participants, 6.000 eren dones, una xifra inèdita en els anys de la transició. La tendència a l'alça de les dones practicants es va mantenir en els anys previs i posteriors a la celebració dels Jocs Olímpics de Barcelona 1992 alhora que disminuïa la diferència entre homes i dones. La pràctica esportiva de les dones es concentrava en activitats com la natació, gimnàsia o atletisme la qual cosa ja perfila unes actituds diferenciades respecte dels homes practicants.

No obstant, Pujades (2011) informa que en el terreny de la competició, la incorporació de les dones presentava una progressió menys notable on es continuaven mantenint les dificultats de les dones per incorporar-se a l'esport competitiu; la qual cosa plantejava la necessitat de seguir treballant en l'impuls de la inclusió femenina en aquest àmbit.

A la dècada dels 70 la incorporació de dones esportistes a l'alt rendiment s'havia anat fent visible lentament en algunes modalitats tals com la natació, la gimnàsia, l'esqui o l'atletisme encara que amb evidents obstacles en un context d'hegemonia masculina. Aquestes

mancances eren òbvies per la manca de suport públic com pel predomini d'una estructura sociocultural encara desfavorable al protagonisme públic de les dones.

Algunes disciplines que començaren a incorporar la pràctica femenina fou el futbol, però amb grans dificultats ja que estava entre l'oblit institucional, l'escassísim ressò periodístic i la sàtira sexista.

D'ençà l'any 1975 el canvi de rumb social i polític possibilità una nova visió de l'esport femení de competició que també es començà a notar en la seva difusió pública. En l'atletisme, per exemple, fou molt important el paper pioner de Carme Valero que va ser la primera atleta que prenia part en unes olimpíades i s'iniciaria l'autèntica revelació d'una nova generació de l'atletisme. Tenint en compte el pobre punt de partida durant els anys de la dictadura, Valero va encarnar un canvi que llavors fou seguit per altres atletes.

Entre 1976 i 1992 la progressió de dones olímpiques en diferents disciplines com la natació, atletisme o gimnàsia com s'ha comentat abans, ara s'incorporaven altres esports tals com voleibol, hoquei, esgrima, tennis, handbol, bàsquet, judo, vela i tennis de taula; aquestes noves incorporacions foren positives i evidenciaven un procés de creixement qualitatiu i quantitatiu. El camí que s'havia pres en els anys de transició política i que culminava amb la celebració olímpica de 1992 havia marcat l'inici d'una transformació lenta i complexa en el món de la competició on es posava de manifest la necessitat d'obrir noves dreceres cap a la igualtat entre homes i dones en un país que ja no tornaria a ser com abans de 1975. (Pujades, 2011)

### **5.5) Educació física amb l'inici de l'escola mixta.**

A partir de la Llei General d'Educació de 1970 es va establir l'escola mixta. Aquest model implica la coexistència d'ambdós sexes en un mateix centre educatiu per tal de rebre, teòricament, un tracte d'igualtat tant pel que fa al currículum com al tracte pedagògic. En aquest sentit, l'educació mixta ha comportat la igualtat formal i aparentment han desaparegut les estructures discriminatòries. (Soler, 2007).

Abans de l'arribada de l'escola mixta, el sistema educatiu que hi havia a Espanya era molt discriminatori, on tant per llei com per ideologia les dones no estaven destinades als estudis, i el seu pas per les institucions educatives s'havia de limitar a l'aprenentatge que proporcionava una escola segregada, que impartia un currículum especial pensat en l'aprenentatge de les tasques domèstiques.

Des del moment en el qual la dona comença a tenir accés a escoles i universitats frequentades per homes, les dones no tan sols demostraren la seva capacitat per estudiar sinó que ràpidament van superar als homes en nivell educatiu, promedi de nota, èxit escolar i rapidesa en la culminació d'estudis superiors. Així doncs, l'escola mixta ha estat un element sumament important en l'avenç educatiu de les dones i les ha permès arribar als nivells educatius dels homes i fins i tot superar-los. (Subirats, 2012).

No obstant, aquests canvis no s'han acabat d'implantar dins l'Educació Física ja que amb l'escola mixta i la influència de l'esport modern, la dona encara continúa tenint dificultats per la igualtat de tracte pedagògic en l'àmbit d'Educació Física.

De fet, la seva incorporació ha suposat l'assimilació del model educatiu masculí per lo que implica la inhibició de qualitats físiques, habilitats i capacitats motrius més motivants per a la dona que no haurien de ser rebutjades. Així doncs, si lo distintiu de l'esport és la lluita, competitivitat, dominació, protagonisme i agressivitat entre altres trets socialment atribuïts a l'home, no és estrany que a la dona se li hagi exclòs d'ell durant tant d'anys.

La clara distinció d'adjectius que se'ls hi atribueix tant a l'home (alt i fort) com a la dona (suau i delicada) significa un reforç social més poderós per a l'home que per a la dona. Per tant, si no volem una Educació Física únicament reproductora dels rols dominants, s'ha d'optar per pensar en altres més comprensius, els objectius dels quals es deriven de les funcions que el cos i el moviment humà té en el desenvolupament de la personalitat: promoció de la salut, adaptació al medi físic, millora de la condició biològica, desenvolupament d'habilitats motrius, estètica corporal i funcions lúdiques - expressives; a més de l'adquisició de la disciplina i el rendiment corporal a través de les pràctiques físiques sense oblidar les funcions de coneixement i control del propi cos.

La dona a través d'una Educació Física basada en plantejaments que tracten d'evitar el sexisme, podran aprendre a triar situacions i la manera en la que ho volen fer sense haver de

someter-se a la tirania de la moda o estereotips culturals. La dona no ha d'adaptar-se a les condicions de l'home sinó que s'ha d'aconseguir una pràctica esportiva on es puguin integrar tant els valors considerats masculins com els femenins. Per tant, les activitats que es duguin a terme s'han de plantejar no tan sols en terminis d'eficiència i resultats, sinó sobretot en terminis de vivència humana tant individual com social. (Àlvarez, G., López, C. et.al. 1990)

## **5.6) La coeducació a l'Educació Física.**

- Què entenem per coeducar?

Doncs, segons Asins (1999) significa educar contra els prejudicis, aprendre d'un mateix i del sexe oposat, no conformar-se ni tan sols amb conèixer de forma teòrica o dur a la pràctica hàbits, comportaments o actituds no sexistes; sinó que es tracta de prendre consciència i sensibilització davant la igualtat de drets i oportunitats entre homes i dones perquè, en definitiva, tots som iguals. Soler (2007) afegeix que no es qüestió de desprestigiar els valors masculins, sinó d'incorporar aquells que han estat assignats al model femení i treballar-los en nins i nines.

Cremades (1995) assenyala que la coeducació es tracta d'eliminar el predomini d'un gènere sobre l'altre.

Aplicant els principis descrits anteriorment i dur-los cap a l'Educació Física el mateix Asins (1999) afirma que la coeducació dins aquesta es fonamenta en dos aspectes primordials; per una banda proposar un currículum equilibrat que impliqui no acceptar el model masculí com a universal i d'altra banda desenvolupar totes les qualitats individuals amb independència del sexe, fet que requereix corregir els estereotips sexistes.

Per tant, és necessari revalorar les pràctiques físiques per tal d'incorporar a tot l'alumnat, dedicar-hi el temps suficient pel procés d'ensenyament - aprenentatge i valorar-ne tant els aspectes motors com els vivencials; és a dir, valorar el model femení com fins ara s'ha valorat el masculí. Cal introduir continguts propis de la cultura esportiva femenina i arribar a esborrar les etiquetes ja establertes.

- Com s'aconsegueix coeducar a les sessions d'Educació Física?

Segons Baena i Ruiz (2009) s'han d'integrar activitats i situacions que interessin i motivin per igual tant a nines com a nins, tenint cura de la selecció i ús del material per a que sigui equitatiu per tal d'evitar l'ús exclusiu d'un gènere determinat. Hem d'introduir, a més, una sèrie d'activitats físiques que puguin permetre uns nivells d'execució similars entre nins i nines sense grans diferències i valorar més l'esforç, l'equilibri o el benestar físic que la força o velocitat.

D'altra banda, s'ha de procurar augmentar el nivell d'informació sobre les capacitats físiques i la seva evolució durant les sessions d'Educació Física posant l'accent en que la millora d'aquestes qualitats no va en funció del sexe sinó de l'esforç individual i de les pròpies característiques de cadascun.

A més, afegixen que les activitats durant el procés d'ensenyament - aprenentatge han de tenir diferents nivells de dificultat per així adaptar-se a les característiques individuals abastant continguts conceptuals i procedimentals, fomentant les actituds no sexistes. A més tant nins com nines han de tenir una certa capacitat de decisió; d'aquesta manera, resulta interessant i motivador proposar activitats col·laboratives per damunt les competitives, les exploratives per damunt les destreses tècniques i les neutrals per damunt de les masculines o femenines.

Contreras (2007) parla de l'organització per grups a les sessions; la qual, quan es fan per parelles, trios o subgrups és molt freqüent la discriminació per gènere. Moltes vegades a l'hora d'organitzar grups o equips per a determinades activitats ja siguin competitives o no, quan es demana a l'alumnat que formin un número determinat d'equips donant llibertat per a crear-ho ens trobem que la gran majoria d'agrupacions són per qüestions d'afinitat, nivells d'execució o per interessos de guanyar.

Quan es tracta d'activitats purament competitives els nins no solen triar a nines i quan ho fan, és perquè ja no queden més nins per escollir. Però si són les nines les quals han de fer equips també trien primer als nins perquè consideren que amb ells tenen més opcions de guanyar. D'altra banda, quan les activitats no són de caràcter competitiu, els nins no s'agrupen amb nines per por al ridícul o a les burles del company i a l'inrevés succeeix el mateix.

D'aquesta manera és el propi Contreras (2007) el qual assigna una sèrie d'estratègies que puguin fomentar la coeducació dins l'Educació Física tals com:

- La formació de grups al atzar i mixtos.
- Si fan tria d'equips, establir com a regla que no es poden triar a dos nins o dues nines de manera consecutiva sinó que ha d'alternar nin - nina
- Alternança de rols de lideratge i d'elecció d'equips entre nins i nines en cada sessió.
- Assignar a nins per exemplificar exercicis tradicionalment femenins, i a les nines per exemplificar activitats tradicionalment masculines.

### **5.7) Perspectiva de gènere.**

L'homofòbia fou el terme que va utilitzar el psicòleg estatunidense George Weinberg a l'any 1965 per assignar l'hostilitat d'homes i dones cap a les persones homosexuals.

El col·lectiu de minories sexuals com són lesbianes, gays, transgènere i bisexuals (LGTB) han sofert gran discriminacions als llarg de les dècades i a dia d'avui es continua lluitant per tal de suprimir-les. La realitat diu que són un grup claríssimament assenyalat i repudiat en diversos contextos de la nostra societat, específicament, en el món de l'esport i l'activitat física fet que provoca que hagin de romandre invisibilitzats o amagats.

Tal com diu Piedra (2013) l'Educació Física és una de les àrees que més feina queda per fer ja que trobem un clima molt hostil cap a l'homosexualitat a l'escola. L'esport ha estat, històricament, un lloc de dominació masculina tradicionalment reservat per a un únic col·lectiu, els homes que compleixen amb els requisits de masculinitat hegemònica com pot ser l'heterosexualitat, desenvolupament físic o la poca afectivitat i en conseqüència, el rebuig de l'homosexualitat en la pràctica esportiva.

A més, afegeix que si bé el tema de l'homosexualitat a l'Educació Física és un tema poc tractat per la comunitat acadèmica, existeixen altres col·lectius igualment discriminats per la seva identitat sexual però són menys estudiats tal com la transexualitat, on es reconeix que la ignorància al voltant de la transexualitat produeix prejudicis contra aquest col·lectiu a nivell institucional i individual.



D'altra banda, sortir-se dels cànons establerts com a masculins o femenins pel patriarcat suposa la identificació de l'individu com a homosexual. Per això es fa necessari despertar l'esperit crític dins l'àmbit de l'activitat física per tal d'aconseguir un canvi en la cultura esportiva fent-la així més equitativa i respectuosa amb les diversitats.

Tras l'estudi realitzat per Piedra, Rodríguez, Ries i Ramírez (2013) a 245 alumnes de la Universitat de Sevilla afirmen que els comportaments heterosexistes i homofòbics entre alumnes durant les sessions d'Educació Física continúen molt present. Critiquen que tots els canvis legislatius produïts a Espanya als darrers anys en matèria d'igualtat no van acompanyats d'un canvi de mentalitat entre els individus en matèria d'orientació sexual. La falta d'implicació de les autoritats polítiques per fer complir la legislació així com la falta d'interès d'una part del professorat provoquen la ralentització en la consecució dels canvis que es pretenen per la legislació. En conseqüència, classifiquen els diferents tipus de comportaments que hi podem trobar a les sessions d'Educació Física:

- *Comportament heterosexista:* Fa referència a aquell comportament que assumeix que tot l'alumnat és heterosexual. Es fan una sèrie d'afirmacions on es dona per suposat que tots viuen en una família tradicional o que tenen una parella del sexe oposat o es fan distincions entre activitats segons el gènere.
- *Comportament homofòbic:* És un comportament que va dirigit a l'alumnat gay o lesbiana, i també a aquelles persones que defensen aquest col·lectiu. Tal actitud és manifesta amb violència física i/o psicològica.
- *Comportament inclusiu:* És aquell comportament el qual inclou a tot l'alumnat amb independència de la seva orientació sexual i sense dubte, és aquell que s'ha de treballar dins les escoles.

## 5.8) El professorat d'Educació Física

El/la professor/a, a més d'actuar com a transmissor de coneixements, juga també un paper important i específic en la producció, reproducció i transmissió de missatges culturals. L'actitud del professorat és bàsica en la reproducció o eliminació dels estereotips de gènere (Bonal, 1997).

El professorat d'Educació Física, com agent implicat dins l'educació de l'alumnat, té la responsabilitat d'actuar dins l'educació cap a la igualtat acceptant així la seva responsabilitat com a agent educatiu, ha de treballar en la igualtat d'oportunitats desaprenent allò que ells o elles van aprendre amb el gran objectiu de confrontar les seves pròpies creences i prejudicis amb l'actuació com a docent (Talbot 1993)

No obstant, encara hi trobem un "*currículum ocult*" dins l'assignatura que tal com ho defineix Carrillo (2009) fa referència als coneixements, destreses, valors, actituds i normes que s'adquireixen en el procés d'ensenyament - aprenentatge i en totes les interaccions que es donen quotidianament dins l'aula; però que no arriben a explicitar-se com a metes educatives dins el currículum explícit sinó que és de caràcter invisible.

Tot i que no hi ha mètodes o estils d'ensenyament discriminatoris ni neutres per si mateixos, un mètode d'ensenyament centrat en la instrucció directa i l'ensenyança massiva que oblida les diferències individuals, podria semblar que no suposa cap discriminació. Fruit d'aquest model, sovint sentim mestres que afirmen, amb convicció, que no fan cap diferència entre nenes i nens. Però aquesta "igualtat", en realitat, pot generar situacions de discriminació, ja que es confon igualtat amb uniformitat. En canvi, els mètodes individualitzats si bé impliquen un tractament diferenciat, són més susceptibles de proporcionar un aprenentatge menys discriminatori en centrar-se en les característiques específiques de l'alumnat. (Soler, 2007)

Sparkes (1996) afirma que es crea una gran contradicció entre allò que diu i allò que fa el professorat, i la seva inseguretats per transformar de manera radical alguns aspectes de la vida escolar. Aquesta certa inseguretats el que crea és un disseny d'estratègies amb la intenció de promoure la igualtat d'oportunitats però llavors no es du a terme un vertader canvi dins la programació de l'àrea o un canvi en les seves pròpies creences. Molts professors i professores

pensen que han canviat la seva metodologia en favor de la igualtat de gènere a les sessions però realment el que es fa és un adornament superficial amb innovacions ambigües on no queden gens clars ni els objectius ni el paper que ha de jugar tant el professorat com l'alumnat.

Així doncs, es duen a terme una sèrie d'estratègies a assolir per part del professorat d'Educació Física en favor d'un tracte d'igualtat entre nins i nines elaborat per l'informe FAROS

NO	SÍ
Comentarís i gests que puguin considerar-se assetjament i resultin ofensives.	Evitar relacions ofensives entre nins i nines.
Crear obsessió per la imatge corporal i el pes	Advertir a les famílies o a altres professionals especialitzats de qualsevol conducta que denoti trastorns alimentaris.
Permetre situacions de menyspreu i pressió	Afavorir el respecte i la tolerància entre nins i nines.
Promoure creences tals com <i>“les nenes no en saben”</i> o <i>“els nois són més bons”</i> .	Corregir expressions tals com <i>“els nins són brutos”</i> o <i>“les nines no volen”</i>
Permetre interrupcions constants i comentaris sense haver demanat permís	Garantir que tant nins com nines puguin parlar: establir ordres d'intervenció i evitar interrupcions.
Ignorar les situacions de conflicte entre companys i companyes	Intervenir en casos de pressió excessiva entre companys i companyes.
Utilitzar únicament un gènere, normalment el masculí, per dirigir-se a tot el grup - classe.	Dirigir-se a l'alumnat en ambdòs gèneres: <i>“Nins i nines veniu aquí.”</i>

## 6. Proposta d'intervenció i anàlisi dels resultats obtinguts.

### - **Enfocament de la investigació.**

La següent investigació que es durà a terme serà per analitzar la comparativa sobre la igualtat de gènere entre dos centres mitjançant uns qüestionaris individuals que hauran de contestar els alumnes. Tenen una part oberta en la qual l'alumnat podrà respondre de manera lliure i l'altra tancat on li proporcionarem una sèrie de respostes per les quals ell o ella haurà de triar les que considera més adient.

La característica fonamental d'aquests qüestionaris és comprovar si l'entorn social i cultural de l'alumnat influeix en la seva perspectiva crítica sobre les desigualtats de gènere, a més de veure si són els propis infants que des de petits ja fan classificacions entre home i dona en funció de l'esport o el joc; o per contra, consideren tots els esports aplicables a qualsevol gènere.

### - **Mostra de la població.**

Aquests qüestionaris s'han realitzat a alumnes de 5è i 6è d'Educació Primària, amb edats compreses entre els 10, 11 i 12 anys de les escoles de Son Pisà ubicat a una barriada de Palma anomenada Son Dameto i a Son Ferrer, municipi que pertany a Calvià.

### - **Mètode.**

El qüestionari és un instrument molt utilitzat per a la recerca d'informació i obtenció de dades, dissenyat per a poder quantificar i universalitzar la informació i estandarditzar el procediment de l'entrevista. La seva finalitat és obtenir la comparabilitat de la informació per llavors dur a terme l'anàlisi corresponent. (Arribas, 2004).

### - **Diseny.**

El qüestionari ha estat dissenyat per Cristian Díaz-Pinés. "*Diagnòstic sobre la realitat en els centres en matèria d'igualtat*". Igualtat entre homes i dones dins l'educació. Xerez, Espanya.

La proposta d'intervenció tindrà 3 fases:

Primera fase:

Qüestionari que haurà de contestar l'alumnat:

**1. Dels següents jocs que apareixen; assenyala aquells als qual pot jugar un nin i als quals pot jugar una nina.**

- A) Policíes i lladres.    B) Botar la comba    C) Futbol    D) Camions  
E) Indis    F) Fer menjars    G) A pepes    H) A disfressar-se

**2. En la següent llista de paraules col·loca amb una H (Home) o amb una D (Dona) o ambdues, segons consideris que assigna a cada gènere.**

- A) Ternura    B) Valentia    C) Por  
D) Debilitat    E) Dependència.    F) Força

**3. Dels següents objectes, assenyala quin regalaries al teu germà de 8 anys i quin a la teva germana de 7 anys.**

Pilota - Puzzle - Bicicleta - Capsa de música - Pepes - Tren - Cotxet de nadons

**4. Asigna un esport a les persones següents:**

Joan de 15 anys: .....

Maria de 13 anys: .....

**5. Coloca una H, una D o ambdues al costat de cada una de les següents professions, segons correspongui a un gènere o a l'altra.**

- A) Direcció d'empreses    B) Periodisme    C) Advocacia  
D) Personal de neteja    E) Medicina    F) Hosteleria  
G) Ingenieria    H) Mestre    I) Mestre d'Educació Física

### Segona fase:

Fer un anàlisi dels resultats obtinguts i, llavors, fer una comparativa entre ambdós centres per comprovar si hi ha similituds o per contra, trobem moltes diferències l'una respecta a l'altra. Haurà dues taules comparative; la primera serà a nivell global de tot l'alumnat enquestat tant d'una escola com de l'altra. I la segona taula serà més específica ja que únicament serà dedicada a un curs concret de cada centre per veure si trobem les mateixes diferències o hi ha canvis significatius.

### Tercera fase:

En aquesta ocasió, realitzarem una petita entrevista a 6 alumnes de cada centre (3 nins i 3 nines). Els hi posarem les següents imatges i ells contestaràn:

#### - IMATGE 1:

La següent imatge tracta sobre un anunci amb l'intenció de promoure l'esport en els infants al País Basc on queda evident que els nins haurien de jugar a esports tals com el futbol i en canvi, les nines, haurien de practicar el ballet.



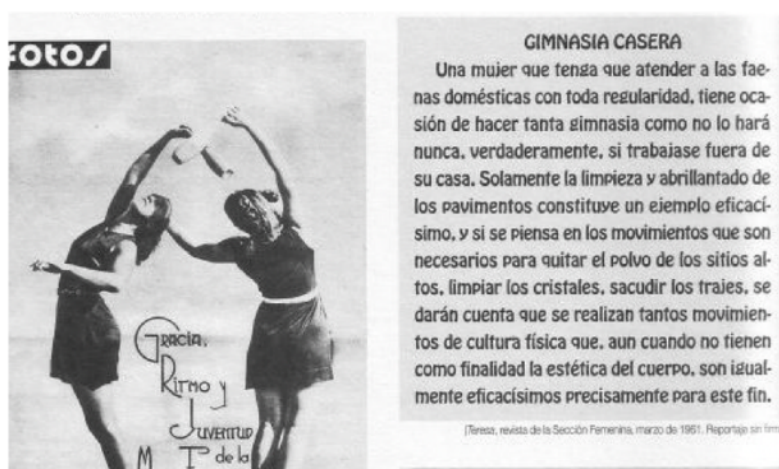
- IMATGE 2:

Aquesta imatge és de l'any 1967 a on en una maratón de Boston intenten expulsar a una corredora, Kathrine Switzer, per l'únic fet de ser dona.



- IMATGE 3:

Per finalitzar, es llegirà a l'alumnat un petit fragment sobre una comparació que es fa per part de la "Secció femenina" als anys de la dictadura franquista on afirmen que les dones no necessiten fer gimnàsia ja que és equivalent a fer net la casa i realitzar tasques domèstiques.

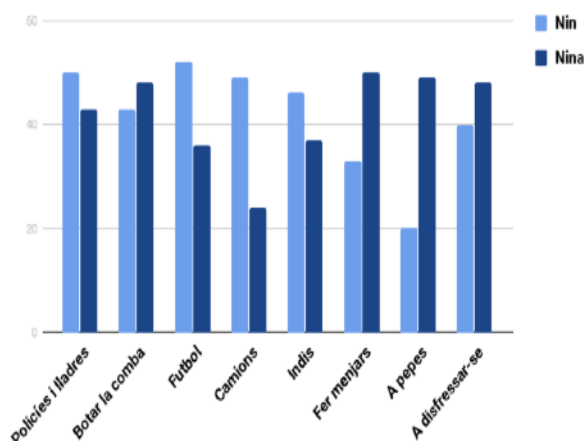


Finalment s'analitzaran les diverses respostes que han donat els alumnes

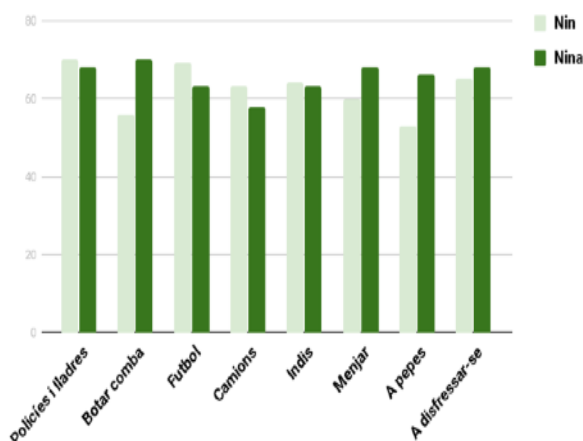
## 6.1 Resultats obtinguts de la fase 1.

### Qüestionari: Pregunta 1

- Alumnat Son Pisa



- Alumnat Son Ferrer



A la pregunta sobre quins jocs són més apropiats per nins i quins per nines, podem observar com en el centre Son Pisà hi ha una clara distinció, veiem com el futbol, camions o indis hi ha una certa majoria en nins, en canvi, a jocs com les pepes, fer menjar o disfressar-se hi ha un percentatge més alt en nines. Fan una petita, i tal vegada inconscient, separació sobre allò que és més comú en un sexe i en l'altre.

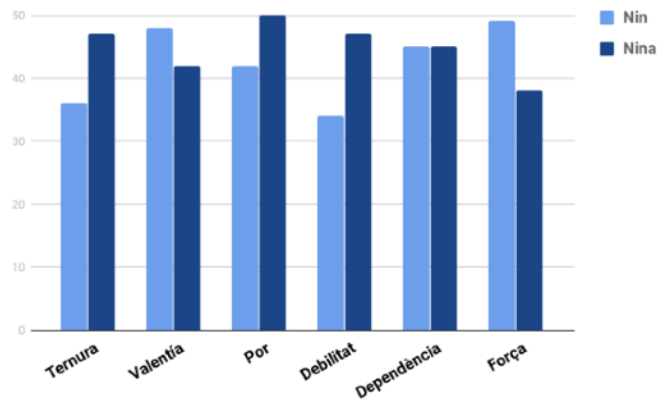
En canvi, al Son Ferrer sorprèn moltíssim la igualtat que hi ha en quasi tots els jocs, ja que les diferències entre un sexe i l'altre són mínimes en comparació amb les de Son Pisà.

Tal i com afirma Vélez, els nins i les nines, tradicionalment, experimenten i adquireixen conductes masculines o femenines segons el sexe, mitjançant el joc. Reben l'aprovació social quan realitzen activitats pròpies del seu sexe i es corregeixen les seves preferències quan no coincideixen amb els estereotips tradicionals. L'infant interioritza progressivament les normes de conducta pròpies del seu gènere per a poder actuar d'acord amb elles. Prenen com a referència els models de l'entorn relacionats amb el sexe (pare, mare, germà, germana, amigats o personatges de televisió). És a dir, els estereotips sexuals tradicionals es transfereixen a les noves generacions socials i culturals. Ho podem apreciar, especialment, a l'escola Son Pisà on l'alumnat tendeix a jugar segons els seu gènere.

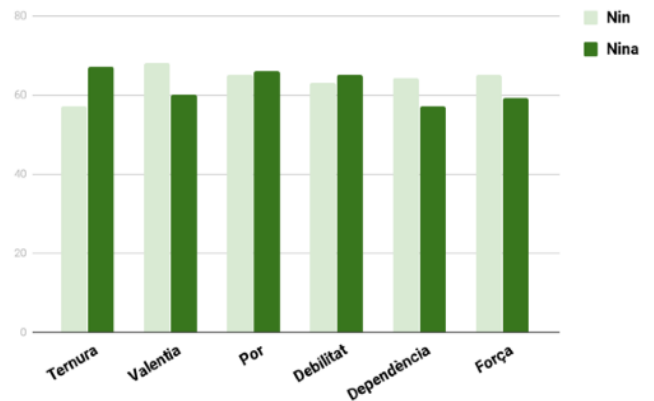


### Qüestionari: Pregunta 2

- Alumnat Son Pisà



- Alumnat Son Ferrer

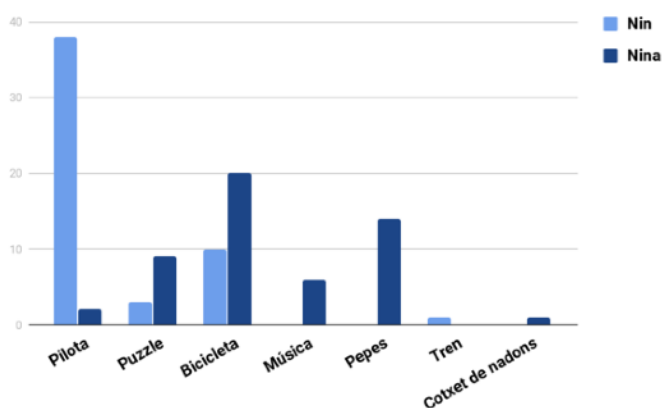


En aquesta següent gràfica passa molt semblant a l'anterior, els alumnes de Son Pisà califiquen a les nines amb adjectius més vulnerables com la por, debilitat o ternura. En canvi els trets de més fortalesa com poden ser la valentia o la força va associat als nins.

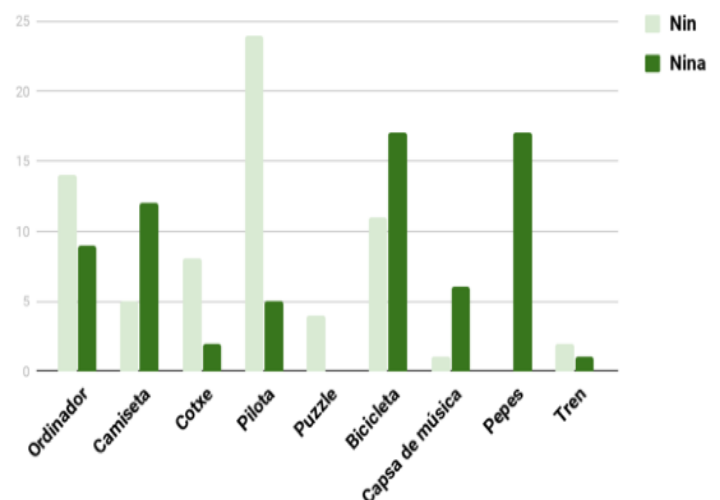
Una vegada més, l'alumnat de Son Ferrer exemplifica aquesta igualtat que es treballa al centre ja que tots els adjectius tenen unes diferències mínimes entre elles, però sí és cert que hi trobem la ternura com un tret un poc més característic de la nina i la valentia en el cas dels nins.

### Qüestionari: Pregunta 3

- Alumne Son Pisà



- Alumne Son Ferrer



En la juguina que havien de regalar a un nin i a una nina, per part de l'alumnat de Son Pisà es pot veure un objecte clar; la pilota. La gran majoria ha optat per aquesta elecció i en menor mesura puzzles o bicicletes; en canvi, per les nines, la pilota té un valor molt escàs i predomina la bicicleta i les pepes.

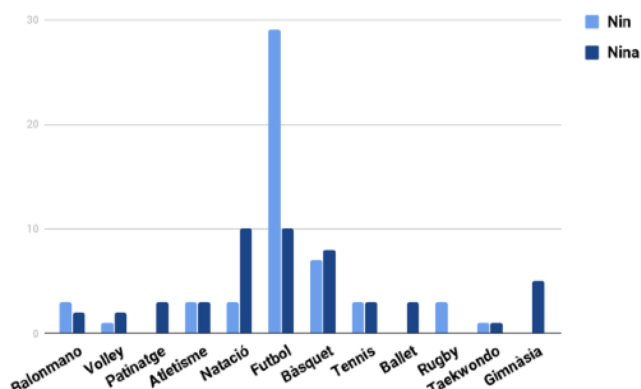
A Son Ferrer els resultats són en una part molt similars ja que tant en nins com en nines destaquen les mateixes juguines; pels nins la pilota i per les nines la bicicleta o pepes. Allò que em crida més l'atenció és la gran variabilitat que hi ha, degut a que malgrat predomina la pilota hi ha altres objectes amb valors alts com poden ser l'ordinador o el cotxe, la qual cosa, ni tan sols s'ha tingut en compte per part de l'alumnat de Son Pisà.

A les nines passa una cosa similar amb l'ordinador i també amb una camiseta, les quals, no han estas mencionades en el primer gràfic.

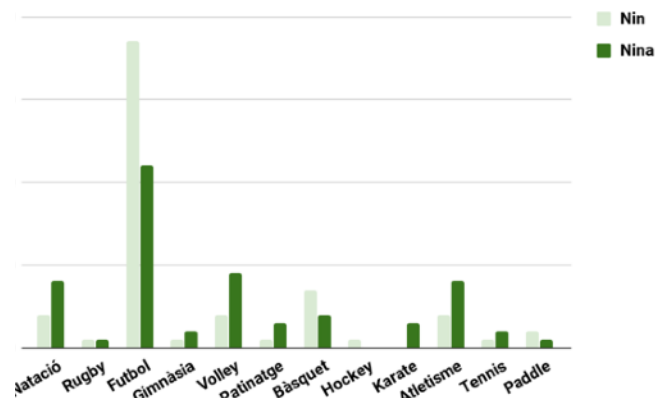
Segons Puerta y González (2013); els mitjans de comunicació, mitjançant anuncis i programes, transmeten informació dels papers propis de cada sexe, que els nins i nines van assimilant de forma inconscient, arribant a integrar-les en els seus comportaments com a una cosa natural, i més encara quan els missatges televisius coincideixen amb allò que observen en pares, mares i altres persones que els envolten.

#### ***Qüestionari: Pregunta 4***

- Alumne Son Pisà



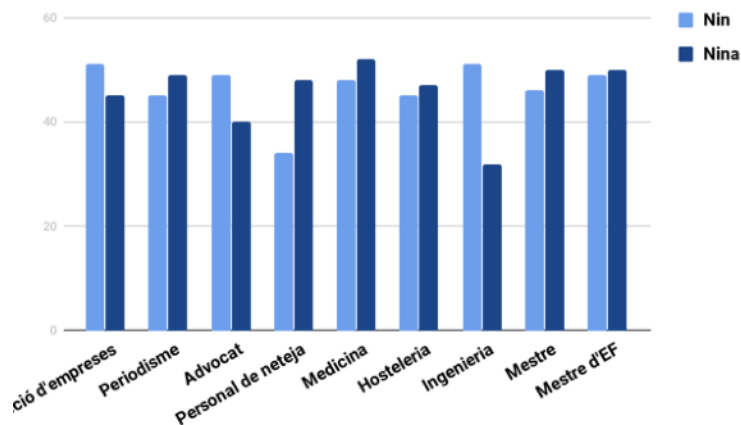
- Alumne Son Ferrer



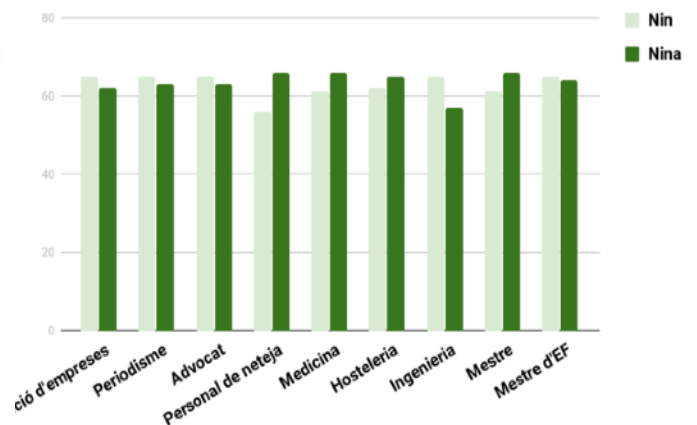
En aquesta ocasió la resposta era lliure ja que l'alumnat podia triar quin esport considerava més addient, on ha hagut una majoria absoluta en ambdós centres; el futbol guanya per golejada; el més sorprenent de tot és que tant per nins com per nines ha estat l'esport més seleccionat per l'alumnat. Això ens fa veure el gran auge del futbol femení que hi ha dins la nostra societat i com, poc a poc, es va obrint pas en un esport molt masculinitzat al llarg de la història.

### Qüestionari: Pregunta 5

- Alumne Son Pisà



- Alumne Son Ferrer



Respecte als oficis, en aquest cas a les dues escoles podem apreciar una significativa igualtat; la única diferència més destacada prové del centre de Son Pisà on hi ha dos oficis que es diferencien un poc de la resta, en el cas dels nins vendria a ser la ingenieria i en cas de les nines el personal de neteja.

Tal i com afirma Robles (2011) malgrat els avenços que hi ha hagut a l'ocupació en quant a la igualtat entre homes i dones continúen existint una sèrie de desigualtats on les dones ocupen una posició de desavantatge:

- Més dones que homes en atur
- Més dificultats de la dona per accedir a una ocupació remunerada
- Abandonament del mercat de feina

- Jornades reduïdes

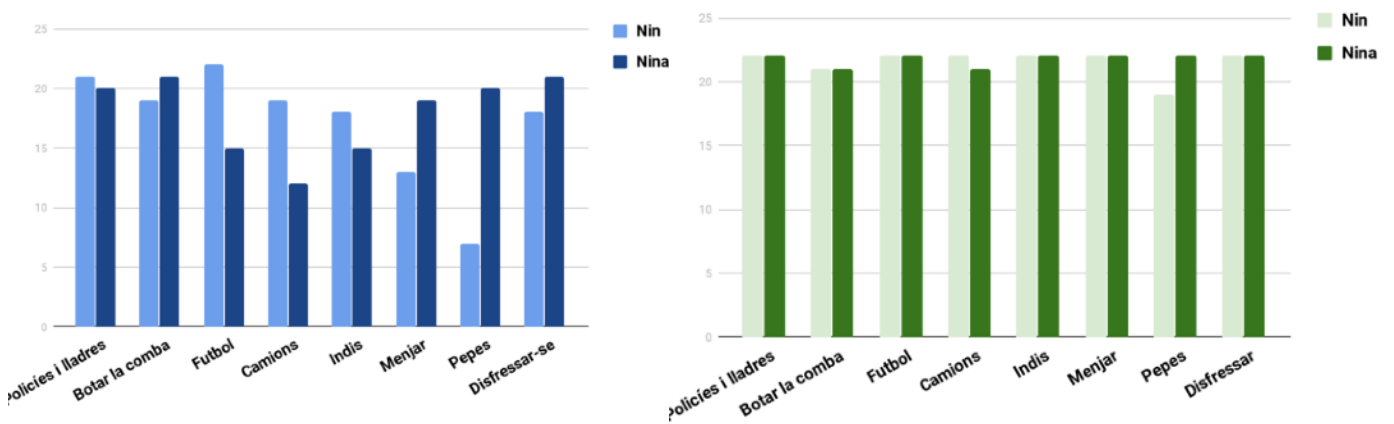
L'ocupació encara està marcada pels estereotips sexistes ja que les dones fan feina a llocs que, per tradició o costum, s'han considerat per a elles (neteja, infermeria, hosteleria...) i als homes aquells que es consideren per a ells (advocat, ingenieria, construcció...). Els llocs de "menor prestigi" estan ocupats per les dones i una de les discriminacions destacades és el sou que reben, ja que és inferior al dels homes (Robles, 2011).

En aquest aspecte es va pronunciar el tennista Rafel Nadal (2019) el qual, tras una pregunta d'una periodista sobre la bretxa salarial en el tennis segons el gènere, va contestar el següent: *"els homes i les dones hem de ser iguals, amb els mateixos drets. Qui guanyi més o qui guanyi menys és un aspecte en el món laboral que segons l'ofici, en determinats llocs guanyarà més diners un home i en altres guanyarà més una dona. El que hem d'intentar aconseguir és que s'ha de guanyar més diners o menys en funció de la qualitat de la teva feina o per tot allò que ets capaç de generar; tot lo altre és hipocresia"*.

## 6.2 Anàlisi específic dels resultats obtinguts al curs de 5è d'ambdós centres.

### - Pregunta 1

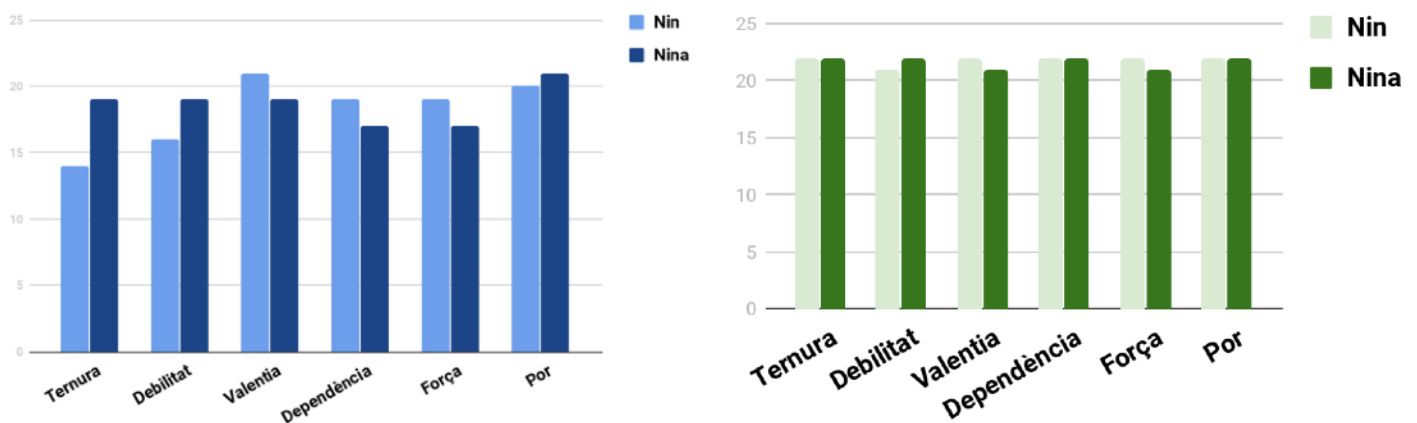
A n'aquesta gràfica podem observar com hi



ha una sèrie d'alternatives de gènere en quant als jocs assignats per nins i per nines, podem veure com consideren el futbol, camions o indis més apropiats per nins; i les pepes o fer menjar ho relacionen amb nines. Existeix una gran varietat ja que existeixen jocs que els classifiquen en funció del gènere.

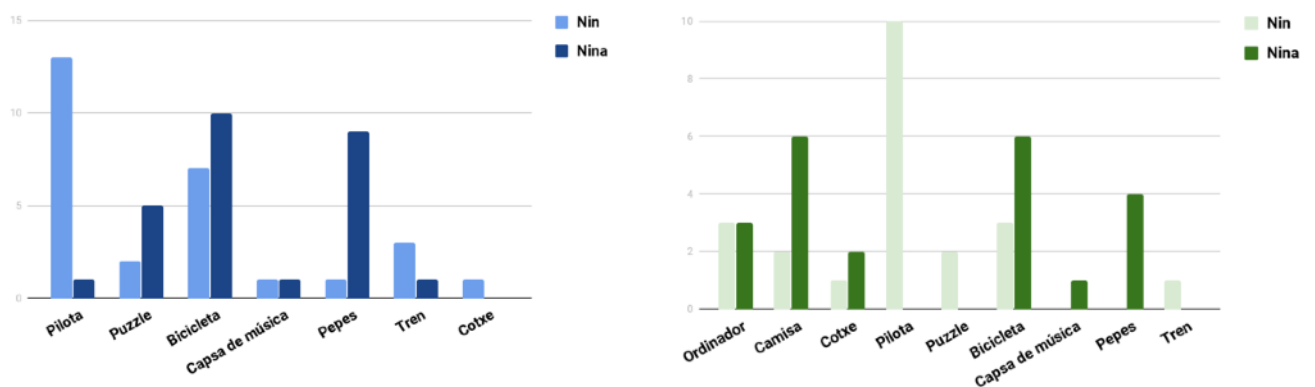
Tot el contrari passa a l'escola Son Ferrer ja que l'alumnat manté la igualtat mostrada a les gràfiques anteriors; per tant no trobam diferenciacions notòries entre un sexe i l'altre. Queda evidenciat com, consideren que tots els jocs són igual tant per un nin com per una nina.

### - Pregunta 2



En aquesta ocasió, respecte als adjectius, hi ha hagut més igualtat ja que no es veu una clara diferència entre ambdós cursos; únicament destaca un poc més que la ternura és un tret característic més apropiat per a nines segons l'alumnat de Son Pisà.

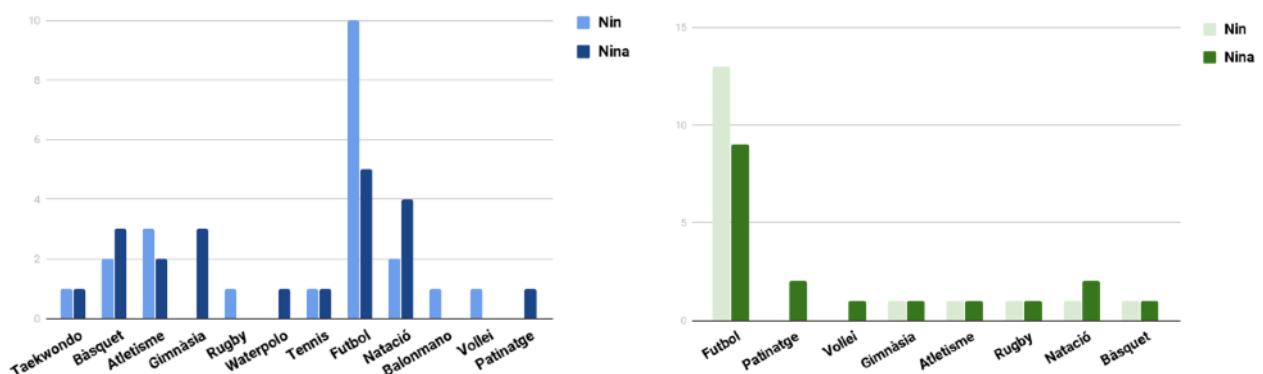
### - Pregunta 3



Podem veure com ambdós centres tenen una idea molt clara i segura sobre què haurien de regalar a un nin; i es tracta d'una pilota. Ha estat el resultat més evident, no obstant això, és curiós que en els dos centres sigui la bicicleta el segon objecte que regalarien a un nin. Finalment, una camisa o un ordinador son altres variants contemplades per l'alumnat de Son Ferrer i per contra, no han estat valorades pels alumnes de Son Pisà.

En quant a les nines, els resultats són similars perquè la bicicleta ha estat triada per la majoria com l'objecte a regalar seguidament per pepes (al centre de Son Pisà) i de una camisa (al centre de Son Ferrer). Resulta interessant veure com alumnes de Son Ferrer tenen en compte l'opció d'un ordinador tant per a nins com per a nines, en canvi, al centre de Son Pisà aquesta possibilitat no s'ha plantejat a cap alumne.

#### - Pregunta 4

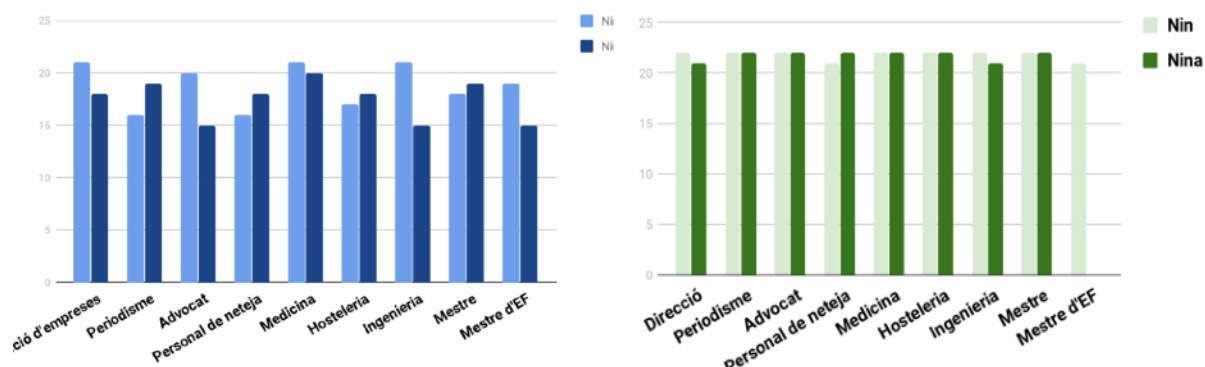


El futbol continuà sent l'esport més valorat per tots els nins i nines dels dos centres; però molt curiós que no tan sols sigui el més votat únicament per nins sinó que també aquí hi ha coincidència en les nines ja que els dos centres ho han considerat així. Al centre de Son Pisà hi ha hagut més varietat a l'hora de triar un esport on la natació i la gimnàsia rítmica destaca per les nines i el rugby o atletisme en nins.

#### - Pregunta 5

En quant als oficis, es pot veure una gran igualtat entre nins i nines en la gran majoria de feines. Però en el cas de Son Pisà, sí podem apreciar una lleugera superioritat en la ingenieria,

advocacia o mestres d'Educació Física en favor dels nins.



### 6.3 Resultats obtinguts de la fase 2: global

#### IMATGE 1:

- Resposta alumnat Son Pisà:

**Nin:** No estic d'acord amb aquest anunci perquè tots som iguals.

**Nina:** No hi ha dret a fer això ja que no hi ha un esport al qual puguin jugar els nins i als que puguin jugar les nines:

- Resposta alumnat Son Ferrer:

**Nin:** No m'agrada aquesta imatge. Per què els nins no poden fer ballet i les nines jugar a futbol? L'actor que fa Spiderman a la pel·lícula, fa ballet i conec a nines que fan futbol. De fet, a la meua categoria hi ha una lliga de nines. És per això que trob bastant greu aquest anunci.

**Nina:** Ho veig masculista, a la nostra classe tenim moltes nines que les encanta el futbol, i tenen el mateix dret a practicar-ho.

## IMATGE 2:

- Resposta alumnat Son Pisà:

**Nin:** Ho veig malament perquè no tenen el dret a decidir qui pot participar i qui no. No poden despreciar a una dona pel fet de ser dona sinó que han de ser tractades igual.

**Nina:** Em pareix molt malament que la volguessin treure de la maratón perquè, per exemple, jo sóc molt ràpida o encara que sigui lenta, si jo vull córrer una maratón no té perquè solament ser d'homes ni treure'm fora. Tenc dues cames per córrer al igual que els homes.

- Resposta alumnat Son Ferrer:

**Nin:** No és just. Cadascun té llibertat per fer allò que li doni la gana; si vol córrer ho ha de fer. Segur que a n'aquells homes no els agradaria gens que els treguessin fóra d'una competició.

**Nina:** No perquè que sigui dona no significa que no pugui córrer la maratón. Jo faig atletisme i tenc els mateixos drets que els nins.

## IMATGE 3:

- Resposta alumnat Son Pisà:

**Nin:** No m'agrada aquesta comparació perquè no té res a veure fer gimnàsia amb fer net per casa. Tant homes com dones poden fer les dues coses.

**Nina:** A les dones ens representen com a les persones per fer net i mantenir la casa bé, en canvi l'home és el fort de la família. Aquest concepte em pareix malament perquè jo puc ser més forta que un nin i pel fet de ser dona no hem de classificar les tasques de cadascun. Sinó que hi ha d'haver igualtat.

- Resposta alumnat Son Ferrer:

**Nin:** És un comentari masculista. Per què han de fer net les dones i no els homes? Tots hem de col·laborar amb les tasques de casa.



**Nina:** Em pareix malament que fer les tasques domèstiques sigui paregut a la gimnàsia perquè no sempre han de fer net les dones. Fer net no es igual a la gimnàsia.

A l'hora de fer l'entrevista als nins i nines, he optat per realitzar les qüestions primer al sexe masculí ja que d'aquesta manera es descartaria per complet la influència d'una nina a les respostes dels nins, i així, garantir la subjectivitat de cada alumnat i contestar tal i com pensen de debò.

La conclusió que puc treure d'aquestes respostes obtingudes és que m'ha sorprès la unanimitat en totes i cadascuna de les preguntes que s'han realitzat. Tots i totes estaven d'acord en que es tractava d'una sèrie d'imatges i text inapropiats i masculistes, poc adequats dins la societat actual en la qual vivim.

He procurat fer una variació en quant a la personalitat de l'alumnat i també de diverses procedències per conèixer com pensen alumnes d'altres cultures tals com l'asiàtica, africana o sudamericana; i el que puc afirmar és que tots els nins i nines independentment del sexe, cultura o personalitat pensen que la desigualtat de gènere tant en la societat com dins l'esport és un problema greu i que totes les persones estan capacitades per dur a terme les activitats que considerin sense discriminar pel fet de ser un home o una dona.

## **7. Discussió.**

Al començament del treball, els autors Blández, Fernández & Sierra afirmaven que es vincula als nins amb activitats físicoesportives que requereixen força, resistència, compromís motor alt, agressivitat o suponen un cert risc mentre que a les nines se les hi vincula amb activitats que requereixen elasticitat, flexibilitat o coordinació com la gimnàsia rítmica o ballet entre altres. A més, els mateixos autors també asseguren que hi ha més quantitat d'activitat física de nins que de nines, circumstància que es pot donar a l'oferta d'activitats tant en l'àmbit escolar com en l'extraescolar on predominen els esports "masculins". D'altra banda, les activitats físicoesportives associen a les nines amb activitats individuals davant les activitats en equip que fan els nins.

Tras haver fet un anàlisi comparatiu entre dos centres, es pot veure com tal afirmació es compleix sobretot a l'escola de Son Pisà perquè la gran majoria de l'alumnat associa alguns

adjectius tals com la valentia o la força amb els nins. I en quant als esports; la natació o la gimnàsia són els aspectes més valorats en nines ja que requereixen flexibilitat i elasticitat així com afirmen els autors, i per part dels nins, apareix el futbol com a esport principal acompanyat d'altres com el rugby que tan sols és considerat en nins. No obstant, resulta sorprenent que el taekwondo, el qual és un esport de força, sigui igualitari tant en nins com en nines.

D'altra banda, en el centre de Son Ferrer, tal afirmació no és tan evident i no la podem verificar perquè hi trobem una igualtat abismal en tots els aspectes gràcies al gran treball cooperatiu i igualitari que es duu a terme dins l'escola amb projectes que es duen a terme anualment des de l'Ajuntament de Calvià i és innegable la gran sensibilització que hi ha . No veim una desigualtat tan clara com si es pot veure a l'altre centre; la gimnàsia i el rugby són dos esports que els consideren igual en ambdós gèneres però sí és cert que el patinatge únicament queda referenciat en nines. D'aquesta manera podem observar que les conclusions que s'extreuen els autors tan sols la podem verificar en el centre de Son Pisà i no en Son Ferrer.

Finalment, la visió d'una nova escola innovadora que hi ha a Son Ferrer és la línia que han de seguir la resta de centres; si això es compleix podem dir que els actes masculistes que hi ha a la societat actual, cada vegada s'aniran reduint gràcies a la concienciació que es fa des de les escoles on s'ensenya a nins i nines que tothom pot jugar sense fixar-se amb el gènere.

## 8. Reflexió.

Penso que amb aquest treball he après molt i he sabut coses que abans desconeixia, per tant ha estat molt profitós per jo.

Per una banda és digne d'admirar la valentia de les dones en voler practicar un esport sabent el gran rebuig que es pot ocasionar, el qual, mai entendre per què hi ha persones que veuen malament que una dona pugui fer qualsevol activitat esportiva. No puc trobar cap sentit ni lògica per entendre-ho.

Per què un home sí i una dona no? Per què els homes tenim avantatges i les dones desavantatges? Per què els homes han de guanyar més diners que les dones?

Considero que com a societat moderna i avançada que volem ser, hem de començar a veure les coses amb una altra perspectiva, la igualtat no ha de ser únicament de paraula sinó que s'ha d'aplicar a tots els àmbits; i això comença per les famílies i continua a les escoles. Els centres educatius han de lluitar i perseguir una educació basada en la igualtat, llibertat i el respecte. Hem d'intentar actuar amb naturalitat i no veure amb ulls estranys que una nina jugui a futbol i un nin amb pepes.

Amb aquest treball m'he adonat de la importància que té basar l'educació en la igualtat de gènere ja que això es treballa molt a una escola en la qual vaig fer els qüestionaris a l'alumnat (Son Ferrer) i els resultats són una evidència de la lluita que s'està fent, la qual és espectacular i la resta de centres han de seguir aquesta línia. Al centre Son Pisà no es treballa tant aquesta igualtat i als qüestionaris podem veure com hi ha una mica més de diferenciació entre un sexe i un altre.

Afegir també que segons allò que he pogut comprovar i verificar, els nins i les nines no neixen masculistes sinó que és una cosa que es va assimilant o aprenent amb el pas dels anys en funció d'allò que veus i allò que t'inculquen. Els dibuixos animats envien missatges subliminals que els infants adopten en el qual la gran majoria de vegades es veu al personatge femení amb unes condicions diferents a la del masculí on la dona és sempre la que fa les tasques domèstiques mentre que l'home s'encarrega de dur els diners a casa. Ho podem veure amb les sèries infantils tals com Los Simpson, Pare de família o Schin Schan on els tres homes (Homer, Peter Griffin i Hiroshi) fan feina fora de casa i les tres dones ( Marge, Lois i

Misae) queden a casa a cuidar dels infants, fer net, el dinar, etc... Aquestes actituds són assimilades pels infants i creixen amb aquesta idea, és per això, que s'ha de fer molta feina per tal de canviar d'actitud. Dit canvi s'inicia a la infantesa, per llavors aconseguir tenir unes persones adultes respectuoses.

Vull finalitzar aquest Treball de Fi de Grau amb aquesta frase de Marie Curie la qual, fou la persona que va donar visibilitat a la figura femenina dins la societat gràcies a ser la primera dona científica en aconseguir un Premi Nobel a més de ser la primera catedràtica de la Universitat de París: *“Mai he cregut que per ser dona hagi de tenir tractes especials, de creuer-lo estaria reconeguent que sóc inferior als homes i jo, no sóc inferior a cap d'ells.”*

## 9. Referències bibliogràfiques.

- Aguilar, J. (2008). La coeducación desde la Educación Física.
- Alvarez, G. et.al. (1990). Guia para una Educación Física no sexista.
- Arribas, M. (2004). Diseño y validación de cuestionarios. *Matronas profesión*, 5(17), 23-29.
- Asins, C. (1999). Educar, ¿contra qué?
- Baena, A., & Ruiz, P. (2009). Tratamiento educativo de la coeducación y la igualdad de sexos en el contexto escolar y en especial en educación física.
- Barbero, José Ignacio (2002). La orientación sexual en el currículum de educación física: ¿Naturalización de la heterosexualidad?
- Blández, et.al (2007). Estereotips de gènere, activitat física i escola.
- Bonal (1997) de Piedra, J.; García-Pérez, et.al.(2014). Actitudes del profesorado hacia la igualdad.
- Carrillo, B.(2009). Importancia del curriculum oculto.
- Contreras, S. (2007). Las mujeres en mágina.
- Cremades, M. A. (1991). Materiales para coeducar.
- Díaz, C. (S.F). *Diagnóstico sobre la realidad en los centros en materia de igualdad*. Igualdad entre hombres y mujeres. Centro del profesorado de Jerez
- Ferrer, E. (Coord.) (2018) Salud y deporte en femenino. La importancia de mantenerse activa desde la infancia.
- González, N. & Rivas, A. (2018). Actividad física y ejercicio en la mujer. *No1. Pages 125-131. Volume 25*.
- Martínez, C. & Vélez, M.. (s.f.). Estereotipo de género en el juego y el ocio.
- Mendal, H. (2018). Brecha salarial en el deporte: El abismo que separa a hombres y mujeres.
- Monasterios, P. (2018). Brecha salarial en el deporte. *Mujeres y deporte*.
- Pelegrín A., León J., et al (2012). Programa para el desarrollo de actitudes de igualdad de género en clases de Educación Física en escolares. *Facultat de Educació UNED*. Pág 271 - 292
- Piedra, J.(2016). Escala de actitudes hacia la diversidad sexual en el deporte.
- Piedra, J., Rodríguez, A., et.al. (2013). Homofobia, heterosexismo y Educación Física.
- Puerta, S. & González E. (2012). Reproducción de los estereotipos de género en Educación a través de los juegos y los juguetes.
- Pujades, X. (2011). Les dones i l'esport.
- Robles, M. (2011). Profesiones sin género.
- Rodríguez L. & Miraflores E. (2017). Propuesta de igualdad de género en Educación Física. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*. Pág 293 - 297
- Subirats, M. (2016). De los dispositivos selectivos en la educación: el caso del sexismo. No1: Págs. 22-36.

Suriá, R. (2011). Estereotips i prejudicis. *Psicologia social*.

Soler, S. (2008). Les relacions de gènere en l'Educació Física a l'escola primària.

Sparkes, Andrew C. (1996). Reflexiones sobre las posibilidades y los problemas del proceso de cambio en la Educación Física

Talbot, M. (1993). A gendered physical education:

Uribarri, R. (2018). Las brechas que ahogan al deporte femenino.

## 10. Annexos.

- Exemple dels qüestionaris realitzats per l'alumnat de Son Pisà.

Posa una creu al quadrat segons sigui un nin o una nina.

NIN

NINA

**QÜESTIONARI**

1. Dels següents jocs que hi apareixen, assenyalats amb un cercle aquells als quals pot jugar un nin, i amb un quadrat aquells als qual pot jugar una nina.

A) Polícies i lladres.       B) Botar la combe       C) Futbol

D) Camions       E) Indis       F) Fer menjars

G) A papes       H) A disfressar-se.

2. En la següent llista de paraules col·loca amb una H (Home) o amb una D (Dona) o ambdues, segons consideris que assigna a cada gènere.

H D A) Ternura      H D B) Valentia      D C) Por

D D) Debilitat      H D E) Dependència      H F) Força

3. Dels següents objectes, quin regalaries a un nin de 8 anys? I quin regalaries a una nina de 8 anys?

Posa només un regal per a cadascun. Col·loca una H (Home) o una D (Dona) just davall de l'objecte que regalaries.

Pilota - Puzzle - Bicicleta - Capsa de música - Papes - Tren - Cotxet de nadons

H      D

4. Assigna un esport a les persones següents:

Joan de 15 anys: ... Tennis .....

Maria de 13 anys: ... Basquet .....

5. Col·loca una H, una D o ambdues al costat de cada una de les següents professions, segons correspongui a un gènere o a l'altra.

H D A) Direcció d'empreses      H D B) Periodisme      H C) Advocacia

H D D) Personal de neteja      H D E) Medicina      D F) Hosteleria

H G) Ingenieria      D H) Mestre d'escola      D I) Mestre d'educació Física

- Exemple dels qüestionaris realitzats per l'alumnat de Son Ferrer.

Posa una creu al quadrat segons sigui un nin o una nina.

NIN

NINA

**QÜESTIONARI**

1. Dels següents jocs que hi apareixen, assenyalats amb un cercle aquells als quals pot jugar un nin, i amb un quadrat aquells als qual pot jugar una nina.

A) Polícies i lladres.       B) Botar la combe       C) Futbol

D) Camions       E) Indis       F) Fer menjars

G) A papes       H) A disfressar-se.

2. En la següent llista de paraules col·loca amb una H (Home) o amb una D (Dona) o ambdues, segons consideris que assigna a cada gènere.

H D A) Ternura      H D B) Valentia      H D C) Por

H D D) Debilitat      H D E) Dependència      H D F) Força

3. Dels següents objectes, quin regalaries a un nin de 8 anys? I quin regalaries a una nina de 9 anys?

Posa només un regal per a cadascun. Col·loca una H (Home) o una D (Dona) just davall de l'objecte que regalaries.

H      D

Pilota - Puzzle - Bicicleta - Capsa de música - Papes - Tren - Cotxet de nadons

4. Assigna un esport a les persones següents:

Joan de 15 anys: ... Futbol .....

Maria de 13 anys: ... Basquet .....

5. Col·loca una H, una D o ambdues al costat de cada una de les següents professions, segons correspongui a un gènere o a l'altra.

H D A) Direcció d'empreses      H D B) Periodisme      H D C) Advocacia

H D D) Personal de neteja      H D E) Medicina      H D F) Hosteleria

H D G) Ingenieria      H D H) Mestre d'escola      H D I) Mestre d'educació Física