



PERSPECTIVA DE GÈNERE

Normes d'aplicació durant els entrenaments i competicions

- ✓ Renovar els continguts i realitzar tots els entrenaments conjuntament, noies i nois.
- ✓ Vigilar el repartiment d'espais i materials. No permetre cap tipus de discriminació
- ✓ Assignar a les noies/dones rols de lideratge i altres activitats tradicionalment assignades al gènere masculí
- ✓ Utilitzar un llenguatge inclusiu i integrador. El que no s'anomena, no existeix
- ✓ Introduir nous referents esportius. Compensar els estereotips de l'esport de masses
- ✓ Emprar els agrupaments com a estratègia, generant diversitat i equilibrant la participació
- ✓ Potenciar totes les característiques positives dels vostres esportistes més enllà del gènere
- ✓ Recordar que cada persona és diferent. No homogeneïtzar els grups



PERSPECTIVA DE GÈNERE

Des de L'Hospitalet Atletisme es dona molta importància a la Perspectiva de gènere.

Incloure la PG a les nostres activitats implica que els coneixements sobre les dones, sobre les relacions de gènere, sobre els diferents tipus de masculinitats, i les contribucions de les dones, s'incorporin en la pràctica de totes les activitats, en el procés de la recerca de cada disciplina, i en els valors, símbols i maneres de fer quotidianes del monitoratge i entrenament.

Suposa, per tant, incloure una mirada de gènere que no és exclusiva de les dones, i que no es dirigeix únicament a les dones, sinó que contribueix a l'enfortiment del model democràtic. Un model en el qual la reivindicació d'unes relacions més justes beneficia homes i dones en tota la seva diversitat.

La incorporació de la PG suposa reescriure les regles del joc: d'una banda, transformar els mecanismes d'exclusió i discriminació més visibles i explícits; i d'una altra, reconèixer i eliminar els mecanismes que, sovint de manera inconscient i invisible, perpetuen la desigualtat de gènere, la visió androcèntrica i la reproducció dels estereotips des de totes les disciplines atlètiques.

IMPLICACIÓ EN LA TRANSFORMACIÓ DEL CLUB

COORDINACIÓ. Coordinar-se amb tot els professionals de diferents categories i assegurar així un treball transversal en PG.



SENSIBILITZACIÓ, FORMACIÓ I TRANSFERÈNCIA. Impulsar i participar en activitats de sensibilització, formació i transferència en perspectiva de gènere per a tots els membres del club (seminaris, cursos de formació, etc.). Col·laborar en la celebració de les jornades de sensibilització vinculades a la PG, com el Dia Internacional de la Dona (8 de març), o en altres dates rellevants, mitjançant activitats pròpies de l'àrea.

COMISSIÓ D'IGUALTAT. Donar suport a les propostes de la Comissió d'Igualtat integrada a la Junta Directiva i contribuir-hi.

DIGUES PROU. Actuar davant de les múltiples situacions de masclisme que es poden donar en la vida diària del club, des de les situacions més normalitzades fins a situacions d'assetjament sexual i/o violència (El club té aprovat un protocol específic de prevenció, detecció i abordatge de l'assetjament i abús sexual).

EL LLENGUATGE VISUAL

MÉS IMATGES. Incrementar la presència de dones en les imatges, a fi d'ampliar l'horitzó esportiu. Fomentar la presència d'imatges en què tant noies com nois siguin protagonistes de l'activitat, i suprimir la representació de les noies com a espectadores o en actitud passiva.

FORA ESTEREOTIPS. Evitar la representació estereotipada d'homes i dones en el tipus de pràctica esportiva que realitzen.



Diversificar les representacions d'homes i dones, i incorporar-hi imatges que incloguin persones de totes les edats, nivell esportiu, ètnia, condició física, amb capacitats diferents, etc.

ELIMINA LA SEXUALITZACIÓ. Eliminar la imatge sexualitzada de les dones, i també dels homes, en les fotografies o representacions gràfiques.

EL LLENGUATGE VERBAL I ESCRIT

LLENGUATGE INCLUSIU. Utilitzar un llenguatge inclusiu en l'expressió oral i escrita de l'activitat.

VISIBILITZAR HOMES I DONES. Anomenar nois i noies durant les explicacions per visibilitzar els dos col·lectius i evitar el pensament androcèntric.

INTERACCIONS. Adreçar-se tant als nois com a les noies: preguntes, feedbacks, correccions, etc.

FORA DIMINUTIUS I SUPERLATIUS. Evitar l'ús de diminutius i superlatius, així com frases estereotipades.

REFERENTS FEMENINS

MATERIALS GRÀFICS. Vetllar perquè als materials gràfics (presentacions, fotografies, articles de notícies, representacions



gràfiques de figures humanes), hi hagi referents femenins d'èxit, tot procurant evitar situacions estereotipades.

EXEMPLES D'ÈXIT. Donar a conèixer atletes de totes les àrees i dones esportistes en totes les modalitats i nivells amb les quals es puguin sentir identificades.

EXEMPLES D'APODERAMENT. Proporcionar exemples al llarg de la història de dones i moviments socials que han trencat estereotips i s'han revelat davant de la desigualtat, com a esportistes, entrenadores o directives.

EXEMPLES A L'ENTRENAMENT. Escollir noies com a exemple positiu per fer les tasques en les activitats amb components motrius.

EL MÈTODE DE TREBALL I LA DINÀMICA DEL GRUP

CLIMA. Crear un clima de respecte, col·laboració i reflexió mitjançant estratègies didàctiques que garanteixin la participació de les atletes en totes les activitats i que en fomentin l'apoderament.

LIDERATGE I COOPERACIÓ. Establir estratègies perquè tothom pugui desenvolupar rols de lideratge i cooperació. Impulsar els estils d'aprenentatge cooperatius en què tot l'alumnat assoleixi l'objectiu plantejat sense generar situacions de superioritat.



RELACIONS SOCIALS I EMOCIONS. Tractar també les relacions socials i les emocions que es produeixen durant els aprenentatges.

TOTHOM INCLÒS. Vetllar perquè els diversos nivells d'habilitat motriu i condició física no generin discriminació per elitisme motriu, i procurar dissenyar tasques que es puguin realitzar des de tots els nivells. Observar els nivells de participació dels nois i noies i, en cas que hi hagi alumnes amb menys implicació, tant des d'un punt de vista quantitatiu com qualitatiu, modificar l'estructura i el tipus de tasca per afavorir-ne la inclusió i procurar que no es donin situacions de ridiculització o pressió excessiva en cas d'errada.

RESPECTE I VALORACIÓ. Prevenir i intervenir en casos de pressió i ridiculització del grup classe. Vetllar que el procés d'ensenyament-aprenentatge es produeixi en un entorn basat en el respecte i la valoració del company i la companya.

LLEGUATGE RESPECTUÓS. Corregir el llenguatge ofensiu o estereotipat entre els nois i noies, i promoure la reflexió sobre l'ús sexista del llenguatge.

LA CRÍTICA I LA PREVENCIÓ DAVANT LA IDEALITZACIÓ DEL COS

SALUT INTEGRAL. Promoure un concepte de salut integral que trenqui la visió reduccionista de la salut vinculada a una determinada imatge corporal idealitzada.



DIMENSIÓ PSICOLÒGICA I SOCIAL. Reforçar les activitats i dinàmiques per afavorir, junt amb la condició física, la dimensió psicològica (autoestima, autoconeixement, etc.) i la dimensió social (assertivitat, interaccions positives, etc.) de l'activitat física orientada a la salut.

PREVENCIÓ DEL SALUTISME. Proporcionar eines per fer una lectura crítica d'aquella cultura professional de l'activitat física i l'esport que reforça el salutisme i uns canons estètics idealitzats d'home i dona segons els patrons culturals dels i les joves occidentals.

LECTURA CRÍTICA. Analitzar críticament el paper de la publicitat i els mitjans de comunicació en la imposició de models corporals masculins i femenins idealitzats, així com l'ús del cos femení com a cos "objecte".

TRASTORNS ALIMENTARIS. Observar possibles indicis de trastorns de comportament alimentari entre el col·lectiu d'atletes i treballar conjuntament amb les famílies en cas que es doni alguna situació d'anomalia.