Gil Pla-Campas (editor)

Inclusión de chicas jóvenes en el deporte

Rompiendo barreras



universidad

Octaedro

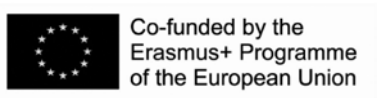
Inclusión de chicas jóvenes en el deporte

Rompiendo barreras

Financiación y agradecimientos

Este libro se ha financiado gracias al presupuesto destinado a la Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya por participar en el proyecto **SCOUT. Sport Clubs Opening Up To all girls' participation** (id. 101050767), del cual ha formado parte. Quien a su vez **SCOUT** ha sido cofinanciado por el programa de Large Cooperation Partnerships de ERASMUS+ Sport en la convocatoria 2021 (ERASMUS-SPORT-2021-SCP) de la European Education and Culture Executive Agency (EACEA) de la Unión Europea.





Este libro refleja los aprendizajes y el trabajo desarrollado durante la generación de los contenidos del proyecto, así como la experiencia vivida del proyecto por parte de uno de los clubes deportivos participantes. Todos los coautores del libro han estado participantes del proyecto y sus textos expresan únicamente las opiniones de estos. La publicación del libro ha sido aprobada por todos los participantes del proyecto.







Gil Pla-Campas (editor)

Inclusión de chicas jóvenes en el deporte

Rompiendo barreras

Octaedro

Colección Universidad
Título: *Inclusión de chicas jóvenes en el deporte. Rompiendo barreras*

Primera edición: diciembre de 2025

© Gil Pla-Campas (editor)

© De esta edición:
Ediciones OCTAEDRO, S.L.
C/ Bailén, 5 – 08010 Barcelona
Tel.: 93 246 40 02
octaedro@octaedro.com
www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-1079-206-7
Depósito legal: B 23973-2025

Maquetación: Fotocomposición gama, sl
Diseño y producción: Octaedro Editorial

Impresión: Ulzama

Impreso en España - *Printed in Spain*

Sumario

Introducción 9
Gil Pla-Campas

1. En la práctica deportiva federada femenina la inclusión también juega 17
Jesús Soldevila-Pérez; Eduard Comerma-Torras

2. La figura de responsable de inclusión y bienestar (RIB) en el deporte femenino 31
Montse Martín

3. La feminidad en el deporte federado 45
Anne-Laure Michel

4. El papel de las familias en el deporte femenino 59
Gil Pla-Campas; Joan Arumí-Prat

5. El aprendizaje cooperativo como estrategia para la inclusión de deportistas 73
Guillem Trabal; Joan Arumí-Prat; Gemma Torres-Cladera

6. Liderazgo positivo para chicas en el deporte 87
Carlos Prieto

7. Medios digitales para evaluar la inclusión de los clubes deportivos. Retos y oportunidades 99
Raymond Lagonigro; Gil Pla-Campas

8. La experiencia de romper barreras desde el club 115
Joan Carles Marín; Júlia Bolaño; Judit Soldevila

Introducción

Gil Pla-Campas

El sentido del libro

No hay lenguaje más metafórico que *romper barreras* para explicar muchas situaciones del deporte. Para quien lo vive directamente, las barreras pueden ser las vallas (explícitas) que la atleta salta o los sistemas defensivos que tan bien han planteado el equipo adversario. También pueden serlo las dificultades que, en un sentido metafórico, debe vencer cualquier otra deportista o un equipo. Desde el *muro* que sufren las maratonianas, a las jugadoras titulares de un equipo, que son una barrera para otras jugadoras, a las dificultades de superar cualquier lesión. Y, por último, podríamos identificar unas últimas barreras que son la que dotan de sentido la competición deportiva como, por ejemplo, el querer ganar, ser la primera o lograr un récord. Estas últimas son bien conocidas, y nos viene a la cabeza, por ejemplo, el increíble tiempo récord de la maratón femenina que ostenta Paula Radcliffe desde el 2003 con un tiempo de 2:15:25; los 21:34 en los 200 metros de atletismo de Florence Griffith-Joyner de los juegos de Seúl en 1988; los cinco títulos consecutivos en la Liga de Campeones Femenina de la UEFA del equipo femenino Olympique Lyonnais (2015-2020), u obtener el único y verdadero Grand Slam de tenis, que es ganar los cuatro grandes en el mismo año, de Steffi Graff en 1988 (además de haber conseguido, en el mismo año, el oro olímpico en Seúl). Ninguno de estos éxitos o hechos relevantes deportivos ha sido superado aún, y son barreras de tal magnitud que uno ve casi imposible superar.

Pero el deporte, cuya esencia es la de superarse a uno mismo o al otro, no deja de mejorarse día a día y nos sorprende por su capacidad de avanzar aun cuando algo parece imposible. ¿Cuántas veces no hemos escuchado aquello de «este es un récord estratosférico»? Pues nos viene a la cabeza, por ejemplo, la barrera increíble que parecía imposible de superar de los siete oros del nadador Mark Spitz en las Olimpiadas de Múnich de 1972, con sus respectivos récords olímpicos, hasta que llegó Michael Phelps y sus ocho oros en Pekín 2012. O los 35 récords mundiales que superó Sergey Bubka en pértiga masculina alcanzando alturas inimaginables, hasta que llegó puntualmente Renaud Lavillenie para superar su récord, pero, especialmente, hasta que llegó Armand Duplantis para elevar de manera sistemática sus récords a un nivel superior. Efectivamente, si algo caracteriza el deporte es que los récords, en forma de barreras, están para ser superados y, a la luz de los hechos, no parece sensato pensar que ninguno de los récords actuales vaya a sobrevivir toda la vida.

De todos modos, si el deporte es tan relevante en la vida de las personas como la sociedad considera, las barreras verdaderamente importantes que debemos romper no son solo los títulos, marcas o récords, sino todas aquellas del deporte que son negativas para la sociedad. Porque si algo define a una buena sociedad es su capacidad de ofrecer oportunidades equitativas de desarrollo personal a todas las personas, y uno de los escenarios donde ese desafío se hace más evidente es, precisamente, en el deporte. Por su condición inherentemente competitiva y orientada a la selección, el deporte no ha sido precisamente un espacio universal de igualdad de oportunidades. Ciertamente, las mujeres, en primer lugar y desde el primer día, pero también ciertos estratos sociales o culturales de la sociedad han estado privados del acceso al deporte. Aun así, hay ejemplos como la atleta keniata Tegla Loroupe, que fue la primera mujer africana en ganar la maratón de Nueva York, y marcó el récord femenino de la carrera dos veces. O Ruth Riley, campeona de la WNBA y oro olímpico, que creció en una caravana con su familia y solo pudo estudiar gracias a una beca deportiva. Por estas experiencias, Tegla se ha convertido en portavoz mundial de la paz, los derechos de la mujer y la educación, y Ruth dedica su tiempo a proyectos sociales para que otras también puedan romper sus barreras. O, muy especialmente, tantos chicas y chicos, de cualquier barrio de cualquier

ciudad, que se apuntan al club deportivo del barrio, del pueblo, hacen amigos, conviven con ellos, aprenden, maduran como personas, respetan e integran sus normas (del reglamento del juego o del comportamiento de un deportista) y se hacen mayores con este bagaje. Todos estos son ejemplos representativos del potencial transformador del deporte y serán los que nos ocuparán en este libro.

¿Cuáles son, pues, las barreras a las que nos enfrentamos en este libro? Pues la primera de ellas, y que persiste en muchas comunidades deportivas, es la del género. ¿Por qué? Porque no hay ninguna duda que el acceso, el reconocimiento, la visibilidad y las condiciones de práctica siguen siendo desiguales entre mujeres y hombres. Porque las trayectorias deportivas femeninas todavía deben luchar contra estereotipos, falta de recursos, infantilización o, simplemente, indiferencia de toda la comunidad. Y romper esta barrera no es solo una cuestión de igualdad y justicia, sino también una oportunidad para que el deporte sea mejor para la sociedad, en definitiva, más equitativo y participativo para las personas. Pero más allá del género, hay toda una capa de población que debe *saltar*, *superar*, *esquivar* o *romper* otro tipo de barreras (que en la mayoría de los casos se superpone con la de género) que tienen que ver con el origen social, la situación económica, el color de la piel, la religión, la discapacidad o la orientación sexual, entre otras. Barreras que no siempre se ven, pero que condicionan profundamente quién puede participar y que, posteriormente, pueden determinar cómo y hasta dónde puede llegar esta persona en el deporte.

Por todo ello, los que formamos parte de la comunidad deportiva tenemos que aceptar que, a pesar de su potencial transformador, el deporte no ha sido históricamente un espacio de igualdad de oportunidades. Y tenemos que trabajar para cambiar esta situación. El deporte tiene que mejorar y lo debe hacer en diversos frentes. Empezando por la mejora del acceso, el reconocimiento y la visibilización del deporte femenino, hasta la generación de oportunidades para aquellos colectivos que, por estrato social, color de piel o religión, están privados del acceso y desarrollo en él. Romper estas barreras no es solo una cuestión de justicia, sino la oportunidad para ampliar el horizonte del deporte, enriquecerlo con nuevas voces y hacerlo más fiel a los valores que dice defender.

Así pues, la supresión de estas barreras metafóricas es, en el fondo, la expresión de una sociedad más justa, ya que refleja el acceso real de toda su comunidad a una de las actividades sociales, que como hemos explicado, más significativas y vividas con mayor intensidad por nuestra sociedad, como es el deporte. Es por todas estas razones que este libro se define –y quiere convertirse– como un motor de entrenamiento, de formación y de transformación para clubes deportivos, cuerpos técnicos, directivos y familias sensibilizados con estas barreras o, simplemente, interesados en hacer de su club una comunidad más accesible. Porque el objetivo último es que el deporte se convierta en un espacio social de igualdad de oportunidades y de crecimiento personal, especialmente para aquellas personas que deben superar barreras más altas que el resto.

Un proyecto que lo motiva

Con este punto de partida, el presente libro nace con la voluntad de diseminar los aprendizajes realizados en el diseño, implementación y evaluación de un proyecto Erasmus+ Sport Large Partnership en el que todos los coautores del libro hemos participado. Este proyecto se denominó Sport Clubs Opening Up To all girls' participation (SCOUT) y duró dos años y medio (2023-2025). Como el nombre apunta, los proyectos Erasmus+ Sport Large Partnership tienen como objetivo generar redes de colaboración entre instituciones del ámbito deportivo para que diseñen e implementen actividades conjuntas para promover el deporte y hacer frente a algunas de las amenazas a las que el deporte se enfrenta. De las diversas amenazas que esta convocatoria de subvenciones tiene como prioridad, SCOUT se imaginó para estimular la tolerancia y sensibilidad hacia la inclusión social a través del deporte, con un foco específico hacia el deporte femenino.

Este proyecto estuvo formado por un consorcio de cinco instituciones. Tres clubes deportivos de voleibol europeos: la Associació Esportiva Carles Vallbona (Granollers, España), que, a su vez, fue el líder del consorcio; la Scuola di Pallavolo Anderlini (Módena, Italia), y el Vandœuvre Nancy VB (Nancy, Francia). Además, participaron la ONG deportiva Athletes Inspire Children (Wetzlar, Alemania) y un equipo de investigadores de la

Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya, que ha promovido y liderado este libro. Como su nombre sugiere, la misión principal del proyecto fue la de transformar (del *opening* en inglés, en un sentido de cambio orientado a la apertura) clubes deportivos en lugares sensibles y accesibles a la feminidad y vulnerabilidad social. Para ello se diseñó un plan de actuación en el que, tras una diagnosis inicial de los clubes, los clubes activaran un plan de prospección, captación y retención de chicas con riesgo de exclusión del deporte y de la sociedad.

Este plan de prospección, captación y retención de chicas con riesgo de exclusión del deporte y de la sociedad giró alrededor de dos actuaciones centrales. La primera actuación fue la de generar un triangular de competiciones deportivas en cada uno de los países del proyecto. Cada año, las chicas de los clubes viajaron a uno de los otros dos para realizar un torneo. El interés de la actividad consistió en ofrecer la oportunidad a chicas vulnerables de participar en eventos transculturales internacionales. Con ello, se reforzaba la presencia positiva de estas chicas en los clubes y se dotaba de experiencias formativas para el deporte que fácilmente quedaban excluidas de estos eventos. Mediante esta actividad, las deportistas convivían con iguales, a su vez diversas, de otros países, y los cuerpos técnicos y directivos de los clubes se encontraban para intercambiar experiencias sobre la inclusión de chicas vulnerables en el deporte.

La segunda gran actuación consistió en formar a los clubes deportivos para ser sensibles a la feminidad y accesibles a la vulnerabilidad social. Para ello, y como hemos indicado, se realizó una diagnosis de los clubes que identificó los grandes temas que debía contener la formación posterior. Hasta ahí no hay nada especialmente significativo en la idea, pero hubo, a nuestros ojos, dos innovaciones que hicieron del proyecto algo especial. El primer elemento especial fue su enfoque. El diseño de la formación implicó todo un proceso de análisis de lo que es la vulnerabilidad y, por lo tanto y de acuerdo con los modelos de interpretación actuales el proyecto, la toma de un enfoque interseccional. La segunda innovación estuvo en el formato de diseño de la formación, ya que se diseñó un Massive Open Online Course (MOOC) para formar a los clubes. Esto facilitaba el acceso a las personas que se formarían, y permitía dotar de flexibilidad a los clubes para formarse en aquello que fuera más importante para ellos.

Su contenido

Con relación al contenido del libro, este se ha organizado de manera similar a la que se diseñó el MOOC para los cuerpos técnicos y directivos de los clubes deportivos del proyecto. Concretamente, cada capítulo del libro contiene uno de los seminarios formativos que dan una perspectiva suficientemente amplia para comprender qué frentes debe abordar un club para que pueda formarse, para transformarse y potenciar su capacidad para reducir la dificultad de las barreras que las chicas encuentran para practicar deporte. En la misma línea de la intención del proyecto, que quiere romper barreras y, por lo tanto, debe ser accesible a las personas, el libro ha estado escrito con una mirada aplicada y pedagógica. En primer lugar, el texto se aleja de los libros de corte académico, y, por lo tanto, hemos procurado escribir el libro con un lenguaje accesible y cercano al lector. De este modo, los ejemplos, experiencias personales y la terminología deportiva son el sustento específico de cada texto. Por otro lado, los autores se han esforzado para ser didácticos, ya que cada capítulo describe explícitamente qué quiere enseñar, en forma de objetivos, y mediante qué temas aborda estas voluntades, en forma de contenidos. Además, siguiendo la estela del diseño de los seminarios temáticos del MOOC, cada capítulo termina con propuestas de intervención para que los clubes puedan implementar desde el momento mismo de la lectura.

El primero de los capítulos aborda el fenómeno de la diversidad en la práctica deportiva y tiene una función esencial que es la de contextualizar la cuestión de la diversidad. Lo hace en coherencia con la inherente diversidad de la sociedad actual y de cómo esta se representa, y debería de representarse, en los propios clubes deportivos. Este capítulo, pues, permite establecer el marco de referencia en el que se basa el conjunto del libro y sensibiliza la mirada ante el deporte del lector hacia lugares donde la presencia, la participación y el desarrollo individual de la deportista sean el prisma para evaluar la calidad de un proyecto deportivo de club. Efectivamente, sí, ¡la inclusión también juega en el deporte! El segundo capítulo muestra una de las aportaciones centrales del proyecto, el diseño e implementación de una figura gestora en los clubes deportivos, que hemos nombrado *responsable de inclusión y bienestar* (RIB), que tenga la misión de

promover una cultura deportiva inclusiva en el marco del deporte competitivo. Del mismo modo que los clubes disponen de preparadores físicos de referencia, un psicólogo o un fisioterapeuta con soporte a su actividad del día a día, ¿por qué los clubes no incorporamos una figura que apoye a la inclusión?

Los siguientes cuatro capítulos abordan las barreras del deporte desde diversos puntos del ecosistema deportivo. El tercer capítulo aborda los estereotipos de género, las normas y la construcción sociales de la feminidad como una barrera que dificulta la participación de las chicas en el deporte competitivo. A través de la aproximación del capítulo, el lector descubrirá, con una contundente sensibilidad, la dificultad que tiene la mujer para entrar en el deporte y permanecer en él, y aprenderá posibles acciones para transformar su propio club. En el cuarto capítulo, el lector comprenderá el impacto de las familias en la presencia, participación y desarrollo de chicas deportistas y conocerá cómo formar a las familias para que estas sean parte activa de la promoción de una cultura deportiva inclusiva en el marco del deporte competitivo. Las oportunidades para que las chicas vulnerables hagan deporte y permanezcan en él no es una cuestión individual o de club, sino también del entorno familiar más cercano que empuja o dificulta la retención en el deporte. En el quinto y sexto capítulos, el lector entenderá cómo se puede promover la presencia, la participación y el desarrollo individual desde la mirada del entrenador, lo cual ayuda a identificar los grandes ecosistemas que participan de la retención del deportista: el club, la familia y, finalmente, el cuerpo técnico y sus compañeras de equipo. Concretamente, en el capítulo cinco se muestran las posibilidades que ofrece la mirada cooperativa en la educación como motor para promover contextos deportivos más inclusivos, que permitirá no solo abordar las formas de entrenamiento, sino también incorporar a las otras compañeras de equipo al papel de soporte. Mientras que en el capítulo sexto, el lector descubrirá la importancia de un liderazgo positivo desde el rol de entrenador y qué estrategias de liderazgo pueden implementarse para potenciar la inclusión de las deportistas.

Para cerrar el libro, se presentan dos capítulos que no formaron parte del MOOC propiamente, como se podrá ver, pero que nacen del proyecto SCOUT y que sirven al objetivo del libro de romper barreras en favor del deporte femenino y de las personas

más vulnerables. El séptimo capítulo muestra el proceso de ideación, desarrollo e implementación de una aplicación para la recopilación de datos orientados a la vida social e inclusión en el deporte tal y como había sido definida en el proyecto. Este capítulo busca despertar interés digital por un ámbito del deporte aún poco explorado. Finalmente, el último capítulo del libro tiene por objetivo mostrar la experiencia de participación en el proyecto de unos de los clubes deportivos. Lo que el lector observará rápidamente es cómo narran los propios autores sus propias dificultades y cómo las vencieron para, como dicen los mismos autores, conseguir que lo más valioso del proyecto no hayan sido «ni los trofeos ni las victorias, sino los cambios que vimos en nuestras jugadoras» que demostraban cómo el club era cada día más sensible a la inclusión mediante el deporte femenino.

Ya, para cerrar, romper barreras (las barreras que explicamos en este libro) en el deporte no es solo una cuestión de justicia, sino una invitación a imaginar un futuro mejor, más sensible a la diversidad inherente al mundo, en definitiva, más sensible, más humano. Cada club, con sus directivos, cada cuerpo técnico y cada familia, tiene en sus manos la posibilidad de transformar el deporte desde dentro, haciendo de él un espacio donde todas las chicas –vengan de donde vengan, tengas las dificultades que tengan– puedan encontrar las oportunidades para participar y desarrollarse en el deporte. No sabemos si romperemos las barreras, como otras deportistas han roto récords impensables en su momento, pero al menos intentarlo es el camino para conseguirlo. Este libro quiere ser ese impulso, una herramienta para el cambio, un estímulo para la reflexión y una guía práctica para construir, desde lo cotidiano, un deporte para todos. Los aprendizajes realizados en más de dos años de trabajo se condensan aquí, en este libro.

Índice

Introducción 9
El sentido del libro 9
Un proyecto que lo motiva 12
Su contenido 14

1. En la práctica deportiva federada femenina la inclusión también juega 17
Introducción 17
Objetivos 18
Contenidos 18
El deporte como derecho 19
Marcos de referencia para el análisis y desarrollo de clubes inclusivos 20
Acción #1 24
Descubriendo barreras 24
Acción #2 26
Construyendo el sentido de pertenencia 26
Referencias 29

2. La figura de responsable de inclusión y bienestar (RIB) en el deporte femenino 31
Introducción 31
Objetivos 32
Contenidos 32
Rol, características y responsabilidades del o la RIB en nuestro club 33

Promoción de la inclusión y el bienestar de las jugadoras en nuestro club 36
Apoyo y evaluación del proceso de inclusión de las jugadoras recientemente incorporadas 38
Conclusiones 39
Acción #1 40
Reuniones periódicas formales e informales con las familias de las jugadoras vulnerables, así como con los y las entrenadoras de referencia 40
Acción #2 41
Seguimiento del proceso de adaptación e inclusión de las jugadoras vulnerables 41
Acción #3 42
Convertirse en mentor/a de jugadoras vulnerables 42
Referencias 43

3. La feminidad en el deporte federado 45
Introducción 45
Objetivos 46
Contenido 47
¿Cómo podemos avanzar con acierto? Retos clave para mejorar la experiencia de las chicas en el deporte 47
1. Estereotipos 47
2. Falta de apoyo 47
3. Entornos hostiles o inseguros 48
4. Los desafíos específicos de la pubertad 48
5. Impacto del lenguaje y expectativas 48
6. Diversidad en las motivaciones 49
7. Equilibrar competición y disfrute 49
Las barreras específicas de la feminidad en el deporte federado 49
Factores clave. Lo que más importa a las chicas adolescentes 50
1. Sentido de pertenencia: formar parte de algo más grande 51
2. Confianza: creer en su valor propio 51
3. Disfrute: encontrar alegría y recompensa en el deporte 52
4. Apoyo: sentirse respaldadas y comprendidas 52
5. Equilibrio: gestionar las prioridades de la adolescencia 53
Conclusión: un compromiso colectivo 53

Acción #1 54
Crear entornos seguros y apoyo en la pubertad 54
Acción #2 56
Fomentar el sentido de pertenencia 56
Acción #3 57
Inspirar con referentes femeninos y fortalecer el apoyo familiar 57
Referencias 58

4. El papel de las familias en el deporte femenino 59
Introducción 59
Contenidos 60
La importancia de la parentalidad en el deporte para un desarrollo positivo juvenil 60
La educación parental en el deporte 61
Acción #1 64
Reuniones periódicas con las familias 64
Acción #2 67
Mentoría a las familias 67
Acción #3 69
Mercadillo de pulgas 69
Referencias 70

5. El aprendizaje cooperativo como estrategia para la inclusión de deportistas 73
Introducción 73
Objetivos 74
Contenidos 74
¿Qué es el aprendizaje cooperativo? 74
Condiciones básicas del aprendizaje cooperativo 76
Implementación del aprendizaje cooperativo 78
Los ámbitos del aprendizaje cooperativo en la planificación deportiva 79
Ámbito A: la cohesión del equipo 79
Ámbito B: el trabajo en equipo como recurso 80
Ámbito C: el trabajo en equipo como contenido 80
Conclusiones 81
Ejemplos prácticos de estructuras cooperativas para el cuerpo técnico 81
Acción #1 82
Técnica 1-2-4 (ámbito B) 82

Acción #2 83
Adaptación del puzle de Aronson (ámbito B) 83
Acción #3 84
Coevaluaciones (ámbito C) 84
Referencias 86

6. Liderazgo positivo para chicas en el deporte 87
Introducción 87
Objetivos. Vayamos por partes 87
El deporte como escuela 88
En busca del entrenador perfecto 91
La inteligencia emocional y sus cuatro pilares 93
1. Autoconciencia 93
2. Autogestión 93
3. Conciencia social 93
4. Gestión de las relaciones 94
Los estilos de liderazgo 94
1. Liderazgo visionario 94
2. Liderazgo de *coaching* 95
3. Liderazgo afiliativo 95
4. Liderazgo democrático 95
5. Liderazgo que marca el ritmo 95
6. Liderazgo de mando 96
Conclusión. Un legado que trasciende la cancha 96
Acción #1 97
Mood Meter (medidor de estado de ánimo) 97
Referencias 98

7. Medios digitales para evaluar la inclusión de los clubes deportivos. Retos y oportunidades 99
Introducción 99
Objetivos 100
Contenidos 100
Plataformas digitales en el deporte 100
Diseño 102
Contenido de la *app* 104
Dimensión 1. Estructura apropiada 105
Dimensión 2. Integración de esfuerzos familiares, escolares y comunitarios 105
Dimensión 3. Normas sociales positivas 105
Dimensión 4. Oportunidades de pertenecer 106

Dimensión 5. Oportunidades para el desarrollo de habilidades . . . 106
Dimensión 6. Oportunidades para marcar la diferencia . . . 106
Dimensión 7. Relaciones de apoyo . . . 106
Dimensión 8. Seguridad física y psicológica . . . 106
Dimensión 1. Participación de las familias en los deportes . . . 107
Dimensión 2. Seguridad física y psicológica . . . 107
Dimensión 1. Aspectos académicos . . . 108
Dimensión 2. Aspectos culturales . . . 108
Dimensión 3. Aspectos familiares . . . 108
Dimensión 4. Aspectos personales . . . 108
Dimensión 5. Aspectos sociales . . . 109
Implementación y uso . . . 109
Conclusiones . . . 112
Referencias . . . 113

8. La experiencia de romper barreras desde el club . . . 115
Introducción . . . 115
El inicio del viaje: descubriendo barreras invisibles . . . 115
Trazando un camino inclusivo: primeros pasos y aprendizajes . . . 116
Superando desafíos: el rol inesperado del responsable de inclusión y bienestar . . . 116
Momentos de transformación: historias que nos cambiaron . . . 117
Reflexiones finales: lecciones que nos llevamos . . . 117
Recomendaciones para otros clubes . . . 118

Inclusión de chicas jóvenes en el deporte

Rompiendo barreras

Inclusión de chicas jóvenes en el deporte. Rompiendo barreras es una guía práctica que busca promover la participación de chicas vulnerables y con riesgo de ser excluidas del deporte competitivo. A pesar de su título –y contrariamente a lo que el lector podría imaginar–, este libro no nace de la falsa dicotomía entre competición e inclusión, sino de las innumerables experiencias que muestran al deporte como una auténtica escuela de vida y un motor de desarrollo social que ha marcado positivamente a muchas personas.

A lo largo de ocho capítulos, el lector encontrará algunas nociones conceptuales que sirven de base para comprender las grandes ideas de inclusión y diversidad, pero sobre todo hallará propuestas educativas que invitan a los clubes deportivos a transformarse en espacios seguros de participación y de desarrollo, tanto personal como colectivo. Lejos de la teoría abstracta, cada capítulo propone acciones sencillas y fácilmente implementables que pueden aplicarse de inmediato en los clubes. Este libro es, por tanto, una invitación a la acción al servicio de todas las personas que forman parte de un club, equipos técnicos, directivos, educadores y familias; para hacer del deporte un lugar equitativo y generador de oportunidades para todas.

Porque cada chica de más que accede al deporte y se siente parte de él es una victoria para todo el club… y para toda la sociedad.

Si desea más información o adquirir el libro diríjase a:

www.octaedro.com



ISBN 978-84-1079-206-7

Octaedro

universidad