

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΕΙΡΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ: ΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ ΜΙΛΟΥΝ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ ΤΟΥΣ

17 Φεβρουαρίου 2022



Καταπολεμώντας τα έμφυλα στερεότυπα στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής

Δρ. Κώστας Κωνσταντίνου

Περιεχόμενα

Εισαγωγή

Εννοιολογήσεις του Φύλου και του Σεξισμού

Ταυτότητες Φύλου και Φυσική Αγωγή (Φ.Α.)

Έμφυλη Ανισότητα στη Φ.Α.

Παιδαγωγικές Παρεμβάσεις και εισηγήσεις

Εισαγωγή

Ο σεξισμός σε διάφορους τομείς της πολιτικής, κοινωνικής, πολιτισμικής και οικονομικής ζωής αντικατοπτρίζονται και στον αθλητισμό (Lynch & Soukup, 2016).

Το σχολείο και συνεπώς το μάθημα της Φυσικής Αγωγής . δεν αποτελούν εξαίρεση.

ΠΟΙΟΣ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ/ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΣΤΗ Φ.Α.;

Όψεις του Φύλου

- Βιολογικό φύλο: ανατομικά, βιολογικά, γενετικά και ορμονικά χαρακτηριστικά (American Psychological Association, 2012).
- Κοινωνικό φύλο: κυρίαρχες κοινωνικές προσδοκίες για τους έμφυλους ρόλους (αρρενωπότητα, θηλυκότητα) (Cornell, 1995; Armstrong, 2006).
 - Ταυτότητα φύλου: το άτομο ανήκει στο αντρικό ή γυναικείο φύλο.
 - Επιτέλεση: μια παράσταση που επιτελείται καθημερινά και καθορίζουν την εμφάνιση, συμπεριφορά, γλώσσα Μαθαίνονται μέσω διαδικασιών κοινωνικοποίησης.
 - Παράγουν σχέσεις εξουσίας, δημιουργούν διακρίσεις και ανισότητες (Butler, 1990).

Σεξισμός

Κάθε έκφραση, πράξη, λέξη, εικόνα, χειρονομία που βασίζεται στην ιδέα ότι κάποια άτομα, πιο συχνά γυναίκες, είναι κατώτερα από άλλα, εξαιτίας του φύλου τους.

Παρακολουθήστε τα πιο κάτω αποσπάσματα και σχολιάστε τη θέση της γυναίκας στον αθλητισμό σήμερα και παλαιότερα.



<https://vimeo.com/315628551>

Η Δομνίτσα Λανίτου είναι η μοναδική Ελληνίδα αθλήτρια που έλαβε μέρος στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1936 και του 1948. Κατάγεται από τη Λεμεσό και άνοιξε το δρόμο για τον γυναικείο αθλητισμό στην Κύπρο και την Ελλάδα.



<https://www.youtube.com/watch?v=layoVXL5mnw>

Εθνική Ποδοσφαιρική Ομάδα Γυναικών Γερμανίας: βίντεο για το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Γυναικείου Ποδοσφαίρου που δίνει δυνατά μηνύματα για την ανάγκη της ισότητας και της καταπολέμησης του σεξισμού στον αθλητισμό

Σεξισμός στον αθλητισμό

- Μειωμένη η γυναικεία εκπροσώπηση στις αθλητικές ομοσπονδίες της Ε.Ε., η οποία φτάνει μόλις το 14%. (Pinna, 2020).
- Σεξιστική χρήση της γλώσσας στον αθλητικό σχολιασμό (Bachmann, 1998)
- Έμφαση στη σεξουαλικότητα των αθλητριών.
 - Στα Μ.Μ.Ε. η αθλήτρια συνδέεται με την οικογένεια, τα παιδιά και με την ιδιωτική ζωή της. Επίσης, τα μέσα δίνουν έμφαση στην εξωτερική εμφάνιση, την ελκυστικότητα, το ντύσιμο, την ηλικία της αθλήτριας, ενώ οι αθλητικές επιδόσεις μένουν στο παρασκήνιο (Dorer, 2007).
- Τα Μ.Μ.Ε. πλασιώνουν τους αθλητές δίνοντας έμφαση στην αρρενωπότητα. Στοιχεία όπως η σκληρότητα, η δύναμη, η αντοχή, η δυναμικότητα, ο αγώνας, ο ανταγωνισμός, ο ιδρώτας, η αγωνιστικότητα, η απόδοση συνοδεύουν τα σχόλια και τις φωτογραφίες στα Μέσα (Hartmann-Tews και Rulofs, 2003).



Η περίπτωση της Allyson Felix

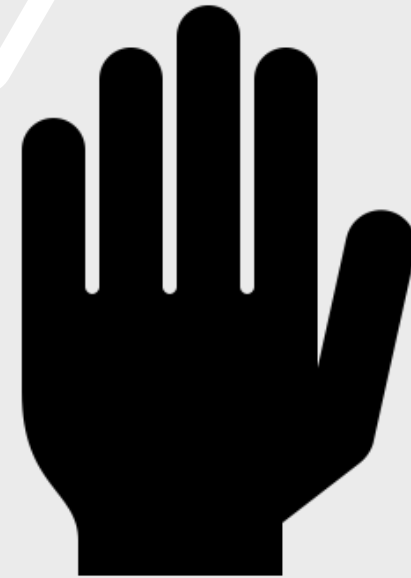
- Διέκοψε το συμβόλαιο της με τη Nike, επειδή η εταιρεία της το μείωσε κατά 70% λόγω εγκυμοσύνης.
- Διέψευσε ότι η εγκυμοσύνη αποτελεί «το θάνατο των αθλητριών».
- Στις 6/8/2021 η Άλισον Φίλιξ κατέκτησε το Χάλκινο μετάλλιο στον τελικό των 400μ. στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο με χρόνο 49.46 και την επομένη το χρυσό στα 4X400μ.
- Η Αμερικανίδα σπρίντερ έφτασε τα 11 ολυμπιακά μετάλλια και ξεπέρασε το ρεκόρ των δέκα που έχει κατακτήσει ο παλαιίμαχος αθλητής του Στίβου, Καρλ Λιούις!

Πηγή: www.cbssports.com

Εντοπίζονται άραγε αντίστοιχες
διακρίσεις εις βάρος των κοριτσιών
στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής;

Ας μιλήσουμε για την εμπειρία μας από μαθήματα Φ.Α.

Διαβάστε την δήλωση και σηκώστε χέρι, εάν το έχετε παρατηρήσει να συμβαίνει.



Ο/η εκπαιδευτικός
έδινε περισσότερη
σημασία στα αγόρια
που έπαιζαν
ποδόσφαιρο, παρά στα
κορίτσια που έπαιζαν
τα δικά τους παιχνίδια.



Πηγή: <https://images.app.goo.gl/4LHCyuVg9PxT9QoCA>

Ακούσατε συχνά τη φράση "τα αγόρια είναι στη φύση τους να παίζουν σκληρό παιχνίδι".



Πηγή:
<https://images.app.goo.gl/f3DBp25EMFUZtypV9>

Ακούσατε συχνά τη φράση:
«παίζεις σαν κορίτσι»
για να ταπεινώσει όσα αγόρια δε θεωρούνταν να είναι καλά στα αθλήματα.



Πηγή: <https://images.app.goo.gl/8Zu7dpf9F3v9ogyn7>

Τα κορίτσια
δέχονται
πειράγματα από
τα άλλα κορίτσια
λόγω του
βάρους τους



Πηγή: <https://images.app.goo.gl/tFy8yMciQ7c14RBQ8>

Τα
περισσότερα
παιχνίδια δεν
άρεσαν στα
κορίτσια.



Πηγή: <https://images.app.goo.gl/3A93m gg6ZzxUm8i9A>



ΌΛΑ τα αγόρια
είναι σωματικά πιο
δυνατά από ΟΛΑ τα
κορίτσια.

Πηγή: ©Julia Fishkin

Τα κορίτσια
είναι πιο
ευλύγιστα
από τα
αγόρια.



Πηγή: [VectorStock.com/35812949](https://www.vectorstock.com/35812949)

Δε διδάσκεται συχνά ο χορός στο σχολείο γιατί το μάθημα διδάσκεται από άνδρα δάσκαλο.



Η εμπειρία σας από το μάθημα της γυμναστικής στο σχολείο επηρέασε το πόσο γυμνάζεστε και αθλείστε στην ενήλικη σας ζωή.



Η εμπειρία σας από το μάθημα της γυμναστικής στο σχολείο καθόρισε τον τρόπο που διδάσκετε.



Πηγή:
<https://images.app.goo.gl/gzf1GWKs1mVCU3Lb8>

Ταυτότητες Φύλου στο σχολείο

Οι κυριότεροι χώροι που τα παιδιά διαμορφώνουν τον έμφυλο ρόλο και ταυτότητα είναι η **οικογένεια** και το **σχολείο**.

Οικογένεια: Πρώτες εμπειρίες για τις σχέσεις μεταξύ των δυο φύλων καθώς επίσης για τους κοινωνικούς κανόνες που προσδιορίζουν τους έμφυλους ρόλους.

Σχολείο: Πρώτο θεσμικό ίδρυμα όπου τα παιδιά έρχονται σε επαφή με τις κοινωνικές αντιλήψεις για τις ταυτότητες φύλου, μέσα από την αλληλεπίδραση τους με άλλα συνομήλικα παιδιά και με τους ενήλικες-εκπαιδευτικούς (Getswicki & Bertrnand, 2011, Robson, 2012).

Ταυτότητες Φύλου στη Φυσική Αγωγή

Το μάθημα της Φυσικής Αγωγής συμβάλλει σε σημαντικό βαθμό στη διαμόρφωση της ταυτότητας φύλου του παιδιού (Kirk, 1998).

Η Φ.Α. μπορεί να αποτελέσει ένα χώρο μέσα από το οποίο διαδραματίζεται η “**σχολικοποίηση**” του σώματος (Lynch & Soukup, 2016).

ΜΥΘΟΙ Ή ΑΛΗΘΕΙΕΣ;

- Τα κορίτσια δεν ιδρώνουν.
- Πάλι χτυπήθηκαν στο παιχνίδι...έτσι είναι τα αγόρια.
- Πώς κλωτσάς την μπάλα έτσι...σαν την κορούα!
- Μα τι χερούι εν τούτο...ούτε κορούα να 'σουν.
- Καθαριότητα στοιχείο θηλυκότητας.
- Ανταγωνιστικότητα που μπορεί να φθάνει μέχρι και βία στοιχεία ηγεμονικής αρρενωπότητας.
- Αδυναμία ως χαρακτηριστικό των κοριτσιών. Τα αγόρια χρειάζονται να αποδεικνύουν συνεχώς την αρρενωπότητά τους, επιδεικνύοντας δύναμη, επιδεξιότητα και επιτυχία στους αγώνες.
- Μεγάλοι και δυνατοί μύες χαρακτηριστικό του ιδεατού άντρα.

ΜΥΘΟΙ Ή ΑΛΉΘΕΙΕΣ;

- Τα αγόρια να πάνε να παίξουν μπάλα...τα κορίτσια να ῥθουν να μάθουμε χορό.
- Κορίτσια προσέχετε τι τρώτε εάν θέλετε να έχετε σιλουέτα σαν τις μπαλαρίνες
- Τα αγόρια χρειάζονται πρωτεΐνη για να κτίσουν ένα δυνατό σώμα.
- Καλαισθησία στην κίνηση, το ενδιαφέρον για τον χορό αποτελούν σημαντικά χαρακτηριστικά για τα κορίτσια. Τα αγόρια ασχολούνται περισσότερο με αθλήματα έντονης σωματικής επαφής και σύγκρουσης.
- Λεπτό, λυγερό κορμί ως ιδεατό χαρακτηριστικό μιας γυναίκας.
- Ανάγκη για αύξηση του μυϊκού όγκου στα αγόρια, ενώ στα κορίτσια ο έλεγχος του βάρους.

ΜΥΘΟΙ Ή ΑΛΗΘΕΙΕΣ;

- Τα κορίτσια χορεύουν με χάρη.
- Τα αγόρια χορεύουν λεβέντικα.
- Καλαισθησία στη χορευτική κίνηση των κοριτσιών.
- Οι αντρικοί παραδοσιακοί χοροί. Οι αντρικοί χοροί είναι εύθυμοι και ζωηροί με καθίσματα και χτυπήματα, ενώ αντίθετα οι γυναικείοι χοροί είναι συνεσταλμένοι και ντροπαλοί.

Έμφυλη Ανισότητα στη Φυσική Αγωγή

Αναπαράγονται στερεοτυπικές αντιλήψεις στο μάθημα της Φ.Α.

Οι εκπαιδευτικοί έχουν διαφορετική συμπεριφορά και προσδοκίες προς τα παιδιά ανάλογα με το φύλο τους.

Ο διαχωρισμός των παιχνιδιών σε αγορίστικα και κοριτσίστικα αναπαράγει στερεότυπα για το τι μπορεί ή τι αρέσει στο κάθε φύλο (Joy, Zahavich & Kirk, 2011).

Ταυτότητες Φύλου και Φυσική Αγωγή

Τέτοιες πεποιθήσεις αναπαράγουν τις κυρίαρχες έμφυλες αντιλήψεις γύρω από τη Φ.Α. και διαμορφώνουν τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε την έννοια του σώματος.

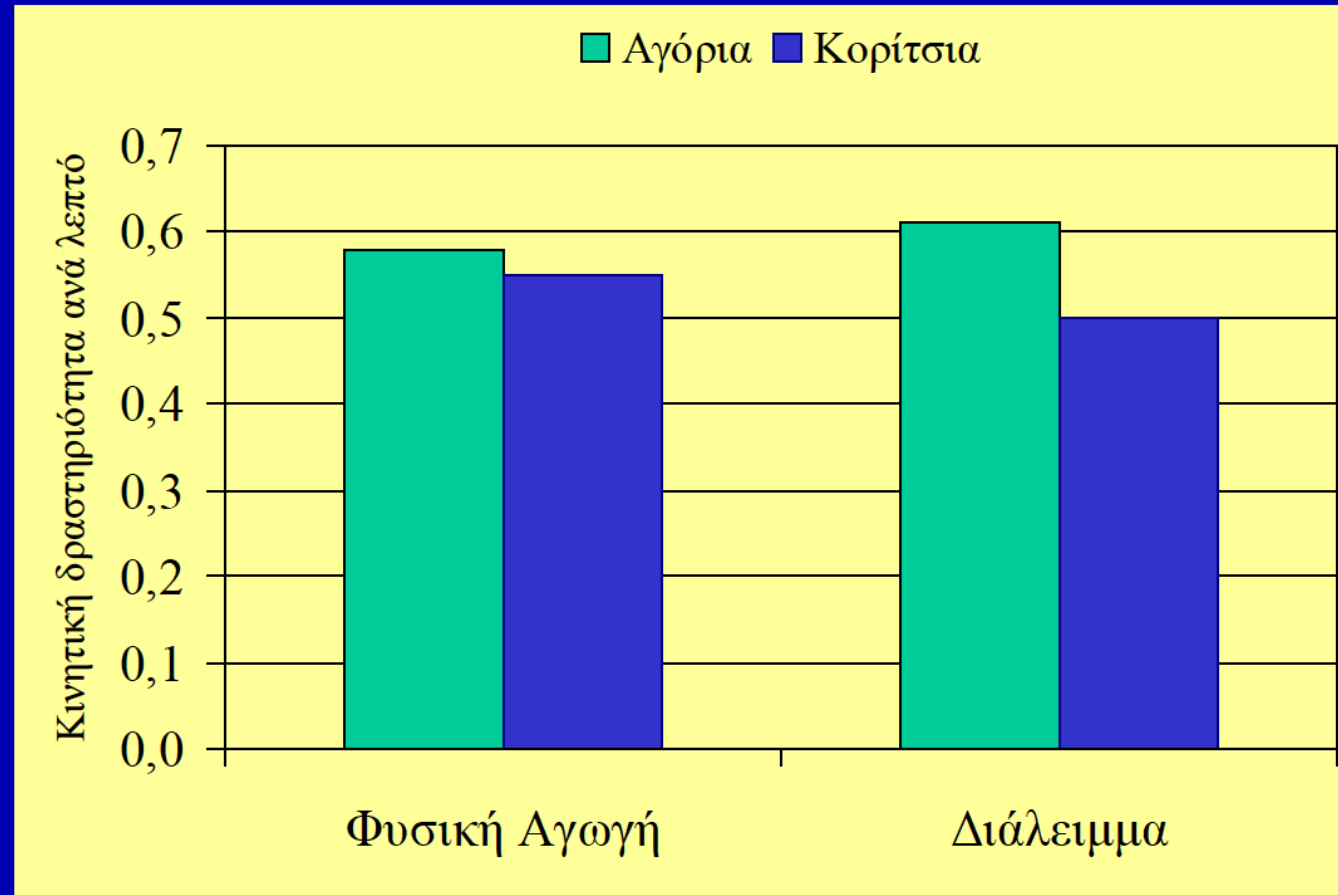
Για παράδειγμα, σώματα που χαρακτηρίζονται από μυϊκή δύναμη προσλαμβάνονται ως αρρενωπά, ενώ σώματα που χαρακτηρίζονται από λεπτότητα, ευλυγισία, ως θηλυπρεπή. Το πρόβλημα με αυτό είναι ότι περιορίζει τα παιδιά να εκφραστούν ελεύθερα με το σώμα τους (Landi, 2017).

ΈΜΦΥΛΗ ΑΝΙΣΌΤΗΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΙΚΉ ΑΓΩΓΉ

Παρατηρήστε την πιο κάτω γραφική παράσταση και σχολιάστε τη διαφορά μεταξύ αγοριών και κοριτσιών ως προς το βαθμό ενασχόλησής τους με τη φυσική άσκηση.

Πού οφείλεται η διαφορά αυτή;

Κινητική δραστηριότητα στη φυσική αγωγή και στο διάλειμμα (Sarkin & συν. 1997, p. 102)



Το ποσοστό των αγοριών εφηβικής ηλικίας που συμμετέχουν σε εξωσχολικό αθλητισμό, είναι σχεδόν διπλάσιο από το ποσοστό των κοριτσιών (Ραφαίου et al., 2000)

Σε όλες τις ηλικίες, το ποσοστό των αγοριών που επιλέγουν μπάσκετ, ποδόσφαιρο και τάε κβο ντο είναι πολύ μεγαλύτερο απ' αυτό των κοριτσιών

Το ποσοστό των κοριτσιών που επιλέγουν ενόργανη, ρυθμική γυμναστική και βόλλεϋ είναι μεγαλύτερο απ' αυτό των αγοριών

Δεν υπάρχουν διαφορές στο στίβο, κολύμβηση, τένις και χειροσφαίριση (Μιχαλοπούλου, 2005).

Η κυριαρχία των αγοριών στα παιχνίδια

Κυριάρχησε η αντίληψη ότι τα αγόρια έχουν περισσότερες ικανότητες, επειδή είναι σωματικά πιο δυνατά, πιο γρήγορα.

Οι εκπαιδευτικοί αλλά και τα ίδια τα παιδιά τείνουν να αποδεχθούν ότι οι διαφορές αυτές οφείλονται σε βιολογικούς παράγοντες (Eccles and Barber 1999; Eccles 2009; Wigfield et al. 1997).

Η αρρενωπότητα έχει συνδεθεί με τον ανταγωνιστικό παιχνίδι.

Τα αγόρια νιώθουν την ανάγκη να αποδείξουν την αρρενωπότητα τους κερδίζοντας ένα παιχνίδι, με οποιοδήποτε μέσο κι αν χρειαστεί. Σημασία έχει για αυτούς μόνο η νίκη.

Ο ανταγωνιστικός χαρακτήρας που προσδίδεται στα παιχνίδια αποτελεί αποτρεπτικό παράγοντα για ορισμένα παιδιά να συμμετάσχουν σε αυτά.

Τοξική Αρρενωπότητα

Τα αγόρια τείνουν να πιστεύουν ότι τα «βιολογικά χαρακτηριστικά του φύλου τους» νομιμοποιεί την επιθετικότητα και την ανταγωνιστικότητά τους στα παιχνίδια (Shields et al. 2007; Tucker and Parks 2001).

Πιστεύουν ότι αναμένεται από αυτούς να αντέξουν τον πόνο και ότι θα χρησιμοποιήσουν οποιοδήποτε μέσο για να νικήσουν.

Η νίκη στο παιχνίδι επιφέρει την επιβεβαίωση της αρρενωπότητας τους -η αρρενωπότητα σε συνεχής αμφισβήτηση (Clarke, 2003).

Περιθωριοποίηση παιδιών

Τα αρρενωπά κορίτσια έχουν καλύτερες επιδόσεις σε αθλήματα (Guillet et al., 2000).

Τα θηλυπρεπή κορίτσια αποφεύγουν περισσότερο τα αθλήματα επαφής και προτιμούν περισσότερο ατομικές δραστηριότητες, και ειδικά αυτές που μεσολαβεί χώρος μεταξύ των αντιπάλων, ή που έχουν κάποιο στοιχείο αισθητικής (Joy, Zahavich & Kirk, 2011).

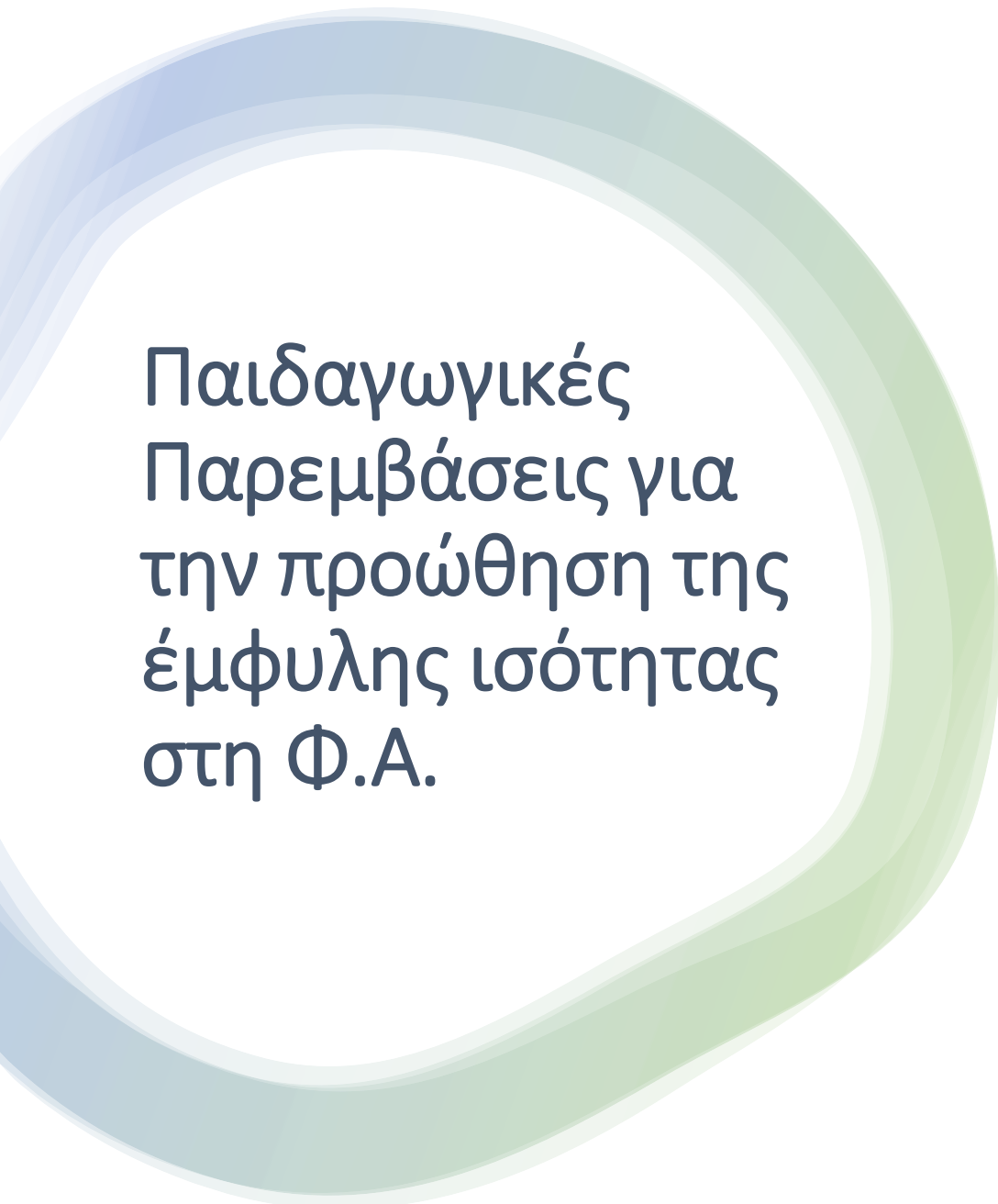
Αυτό δεν βάζει μόνο τα κορίτσια στο περιθώριο αλλά και αγόρια που δεν ταυτίζονται το πρότυπο που επιβάλλει η ηγεμονική αρρενωπότητα (Carcamo, Moreno & Barrio, 2020).

Αρνητική Στάση ως προς την άθληση και τη φυσική άσκηση

Τα παιδιά δεν μπορούν να εκφραστούν με το σώμα τους ελεύθερα. Περιορίζονται στα στενά πλαίσια που καθορίζουν οι έμφυλες κοινωνικές νόρμες (Bargas, 2020).

Δημιουργούνται έμφυλες ανισότητες, καθώς όλα τα παιδιά δεν έχουν την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε όλα τα παιχνίδια και δραστηριότητες της Φ.Α.

Τα παιδιά που αποκλείονται διαμορφώνουν αρνητική στάση ως προς την άθληση και μειωμένο ενδιαφέρον για τη φυσική άσκηση με αρνητικές συνέπειες για τη υγεία τους μακροχρόνια (Carcamo, Moreno & Barrio, 2020).



Παιδαγωγικές
Παρεμβάσεις για
την προώθηση της
έμφυλης ισότητας
στη Φ.Α.

Μελετήστε τα ακόλουθα
σενάρια και συζητήστε
πώς μπορεί ο/η
εκπαιδευτικός να
παρέμβει έτσι ώστε να
εξασφαλιστεί η έμφυλη
ισότητα στη Φ.Α.

Σενάριο 1

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να εξασκηθούν στην πάσα ποδοσφαίρου σε ζευγάρια.

Τα ζευγάρια ορίζονται από τον ίδιο τον εκπαιδευτικό και αποτελούνται από ένα αγόρι και ένα κορίτσι.

Ένα από τα αγόρια της μιας ομάδας, αντιδρά και δεν θέλει να συμμετάσχει επειδή θεωρεί ότι το να εξασκείται με κορίτσι τον περιορίζει. Προτιμά να εξασκηθεί με ένα άλλο αγόρι, που είναι ισοδύναμο, γιατί έτσι πιστεύει έχει περισσότερο ενδιαφέρον και νόημα η άσκηση.

Σενάριο 2

Παιδιά της Στ' τάξης καλούνται να κάνουν γυμναστικές ασκήσεις σε μικτές ομάδες αγοριών και κοριτσιών.

Οι ασκήσεις γίνονται από όλα τα παιδιά στο βαθμό που το καθένα μπορεί.

Όταν τα παιδιά καλούνται να κάνουν ασκήσεις με εκτάσεις του κορμού, τα κορίτσια μουσουλμανικής καταγωγής αρνούνται να συμμετάσχουν.

Ο/η εκπαιδευτικός ρωτά να μάθει τι συμβαίνει. Του/της εξηγούν ότι δεν τους αρέσουν αυτές οι ασκήσεις.

Την επόμενη μέρα ο πατέρας τους ζητά να απέχουν τα κορίτσια του από το μάθημα της Φ.Α.

Σενάριο 3

Τα παιδιά είναι χωρισμένα σε ομάδες ανάλογα με το φύλο.

Αφού έγινε εξάσκηση βασικών δεξιοτήτων χειροσφαίρισης, τα παιδιά καλούνται να παίξουν ένα προσαρμοσμένο παιχνίδι χειροσφαίρισης (τους ζητείται να κάνουν δυο πάσες σε διαφορετικούς παίχτες/παίχτριες προτού προσπαθήσουν να βάλουν τέρμα).

Τα κορίτσια παίζουν ξεχωριστά από τα αγόρια το δικό τους αγώνα.

Τα αγόρια παίρνουν περισσότερες οδηγίες και κριτικές παρατηρήσεις.

Ο εκπαιδευτικός επαινεί τα κορίτσια για την προσπάθεια, ενώ τα αγόρια για την απόδοση.

Τα αγόρια καταλήγουν να τσακωθούν. Γίνονται συνεχώς παραβιάσεις των κανόνων. Το παιχνίδι διακόπτεται συνεχώς. Καταλήγουν να αποκλειστούν οι παίχτες που συνεχώς παραβίαζαν τους κανόνες και έπαιζαν επιθετικά.

Τα κορίτσια παίζουν το δικό τους παιχνίδι αλλά χωρίς επίβλεψη. Όλη η προσοχή του/της εκπαιδευτικού είναι στα αγόρια.

Σενάριο 4

Τα παιδιά αφήνονται να επιλέξουν το παιχνίδι που θέλουν να παίξουν.

Τα περισσότερα αγόρια επιλέγουν ποδόσφαιρο, άλλα καλαθόσφαιρα.

Ορισμένα κορίτσια παίζουν τένις, άλλα κάποια παραδοσιακά παιχνίδια όπως «Μήλο», «σχοινάκι».

Ένα κορίτσι ζητά εάν μπορεί να παίξει με τα αγόρια ποδόσφαιρο, ο/η εκπαιδευτικός του το επιτρέπει. Γίνεται αμέσως αποδεκτό από την ομάδα.

Ένα αγόρι καταλήγει να μένει μόνο του, χωρίς να θέλει να συμμετάσχει σε καμιά δραστηριότητα. Δεν συμμετάσχει επειδή δεν του αρέσει ούτε το ποδόσφαιρο, ούτε η καλαθόσφαιρα και νιώθει άβολα να παίξει ως το μόνο αγόρι με τα κορίτσια.

Στο παρελθόν δοκίμασε να παίξει με τα αγόρια, αλλά είδε ότι κανένας δεν το ήθελε στην ομάδα του, γιατί τον θεωρούσαν αδύναμο και αργό. Ήταν πάντα ο τελευταίος που επιλεγόταν να παίξει.

Του αρέσει το «Μήλο» και είναι πολύ καλός στο σχοινάκι αλλά όταν δοκίμασε να παίξει, έγινε το περίγελο της τάξης.



Ζητήματα προς προβληματισμό

Θα πρέπει να διαχωρίζονται τα κορίτσια από τα αγόρια έτσι ώστε να συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες προσαρμοσμένες στις ανάγκες του φύλου τους;

Τι γίνεται όταν λόγω θρησκευτικών πεποιθήσεων, είναι δύσκολο τα κορίτσια να συμμετάσχουν με τα αγόρια;

Το να χωρίζεις αγόρια-κορίτσια στις διάφορες δραστηριότητες από τη μια αποτρέπει να κυριαρχούν τα αγόρια στα παιχνίδια, αλλά από την άλλη πιθανόν να ενδυναμώνεις κάποια στερεότυπα.

Οι Clarks και Nutt (1999) εισηγούνται μια **εναλλακτική προσέγγιση**.

Τα παιχνίδια πρέπει να είναι **προσαρμοσμένα** ώστε να μπορούν όλα τα παιδιά να παίξουν ανεξαρτήτου φύλου και ικανοτήτων.

Εισηγούνται ότι δεν πρέπει να γίνονται ξεχωριστά παιχνίδια για αγόρια και κορίτσια, αλλά να δίνεται έμφαση σε **ουδέτερα ως προς το φύλο δραστηριότητες**.

Πρέπει να δίνονται επιλογές ώστε τα παιδιά να συμμετάσχουν σε **ασκήσεις και παιχνίδια που νιώθουν άνετα**.

Εισηγήσεις προς ένα μάθημα Φ.Α. για όλες και όλους

- Γνώση των στερεότυπων σε σχέση με το φύλο (και αποφυγή τους).
- Διατήρηση ενός κλίματος στο οποίο να δίνεται σημασία στη προσωπική προσπάθεια και βελτίωση.
- Καλλιέργεια της ευγενής άμιλλας.
- Συναγωνισμός και όχι ανταγωνισμός.
- Προσαρμοσμένα παιχνίδια. Για παράδειγμα στην καλαθόσφαιρα ή στο ποδόσφαιρο, οι ομάδες να είναι μεικτές. Να ζητείται στην άμυνα να γίνεται κορίτσι με κορίτσι και αγόρι με αγόρι, ενώ οι πάσες να γίνονται αγόρι-κορίτσι.
- Παρουσίαση αθλητών και αθλητριών που διαγωνίζονται σε τομείς που στερεοτυπικά δεν θεωρούνται κατάλληλοι για το φύλο τους.
- Χρήση γλώσσας που να μην είναι σεξιστική, μη χρήση στερεότυπων του φύλου.

Καταληκτικά

- Τα αναλυτικά προγράμματα Φ.Α. θα πρέπει να καταρτιστούν έτσι ώστε αντί να αναπαράγουν τις στερεοτυπικές αυτές αντιλήψεις, να αποτελούν πλατφόρμα ώστε να αποδομούνται ανδροκεντρικές και ομοφοβικές αντιλήψεις.
- Ίσες ευκαιρίες στην πρόσβαση, στη συμμετοχή και στη μάθηση.
- Όλες και όλοι να μπορούν να επωφελούνται μέσα από την άθληση.
- Δίκαιη και ισότιμη διανομή ευκαιριών και μέσων στην άθληση γενικότερα.
- Χωρίς έμφυλες διακρίσεις ανάμεσα σε μαθητές-μαθήτριες, προπονητές-προπονήτριες, δασκάλες και δασκάλους Φ.Α.
- Όταν καμιά και κανένας δεν αναγκάζεται να προσαρμοστεί σε ένα αθλητικό πρόγραμμα σχεδιασμένο για ένα φύλο διαφορετικό από το δικό του/της.
- Δυνατότητα επανακαθορισμού της μέσα από μια δυναμική σχέση με το ευρύτερο πολιτικό, κοινωνικό και πολιτιστικό συγκείμενο (Theodoulides, 2003).