

ALGUNAS RAZONES PARA LA IGUALDAD DE GÉNERO en la práctica de la actividad física

En nuestra sociedad, por lo general, las niñas se comportan de manera menos activa que los niños porque muchas veces, de forma inconsciente, les enseñamos a ser así. Por eso, es importante que las animemos de forma especial a realizar cualquier tipo de actividad física.

Los beneficios de la práctica de la actividad física son iguales para ambos sexos

Anímelos por igual a realizar actividad física y valore sus aptitudes motrices sin diferencias de sexo

No hay actividades físicas o deportivas más propias de niños o de niñas

Acepte los deseos y las preferencias de sus hijas/os a la hora de escoger la actividad física o deportiva que más les guste

La cooperación en las tareas domésticas no es una tarea exclusiva de las chicas

Haga un reparto equitativo y justo de las tareas domésticas entre todos los miembros del hogar

A las chicas también se les puede regalar material deportivo

Facilite a las chicas el material o el equipamiento deportivo que necesitan para su práctica

El deporte femenino de élite y las deportistas relevantes con las que identificarse, también existen, aunque tengan poca proyección en los medios de comunicación social

Resalte con sus hijos/as los valores y el esfuerzo de las deportistas de élite y el diferente tratamiento que se hace en los medios de comunicación entre el deporte masculino y femenino

