



¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

**Oztopoak gaindituz, markak hautsiz**  
**Superando obstáculos, rompiendo marcas**



**martxoak 8** Emakumeen Nazioarteko Eguna





# ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

## INTRODUCCION

Es de todos sabido que la historia la cuentan siempre los vencedores y que las mujeres hemos sido las vencidas en todas las batallas, no solo en las bélicas. Por ello es urgente contar la historia de nuevo, contarla tal y como ha transcurrido, dando a las mujeres la verdadera dimensión que merecen, sacándolas del silencio que las niega en los libros de historia y dándoles el protagonismo real que han tenido.

Los saberes hegemónicos, desde el discurso religioso hasta el científico, han conceptualizado a las mujeres como seres dependientes, sin capacidad para interpretar o significar el mundo, destinadas a vivir confinadas en el hogar, dedicadas al cuidado de la prole y despreocupadas de cualquier inquietud cultural o política entre otras.

Pero a pesar de este interés por reducirlas a la pasividad, lo cierto es que las mujeres desafiando las prescripciones de género patriarcales, desarrollaron sus actividades en diversos frentes, muchas veces a la sombra, detrás de una figura masculina o bajo seudónimo, accediendo al mundo del conocimiento y legando importantes obras de cultura, elaborando saberes femeninos basados en su propia experiencia de vida y recurriendo a otros saberes que les permitieron dar sentido a sus vidas y a su posición en el mundo.

Hoy sin embargo aunque las mujeres hablan por sí mismas y están en escena, no se las ve. Aunque sean pocas, las mujeres presiden instituciones, congresos, departamentos sociales, y aun y todo, no se las ve. Pintan, escriben, componen, dirigen orquestas, crean arte, participan en actividades y campeonatos deportivos y no se las ve.

Se silencian sus nombres o se les aparta del canon que es lo mismo que no ser. Porque si no se las nombra no son nada. La visibilidad de las mujeres está permitida siempre y cuando responda a los cánones que los hombres han creado.

Por todo ello es necesario pronunciar esos nombres y escribirlos para hacerlas visibles, para darles la vida que no tuvieron.

En unidades anteriores hemos trabajado la necesidad de la visibilización de las mujeres a través de la historia, literatura,...y en esta queremos reparar en las mujeres que se dedican y han destacado en el ámbito del deporte. Otro gran espacio masculinizado donde las mujeres apenas tienen presencia, ni como profesionales, ni como espectadoras, y el poco ganado a duras penas se reconoce.

Ibone Belaustegigoitia, Amaia Andrés, Igone Arribas, Ainhoa Artolazabal, Mirian Bravo, Cristina Castro, Maialen Chorraut, Paricia Elorza, Erdoitza Goikoetxea, Rita Maria Oraá, Eli Pinedo, Zuriñe Rodríguez, Joane Somarriba, Mainer Unda, Rocio Ybarra, Maite Zuñiga,... Todas estas mujeres han sido deportistas olímpicas, algunas ganadoras del oro en su especialidad y sus nombres apenas han tenido espacio en medios de comunicación especializados. Sacarlas a la luz es algo que de alguna manera se les debe a ellas y a nuestras alumnas porque carecen de referentes, también en este ámbito.



# ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

## PUNTO DE PARTIDA

Como punto de partida proponemos el cartel de STEILAS.

## OBJETIVO GENERAL

- Reflexionar sobre la presencia y el papel que juegan las mujeres en diferentes profesiones y actividades y en el deporte en particular, analizando su invisibilidad y las diferentes situaciones y estereotipos, para darse cuenta de su importancia para el desarrollo personal y social en general y de las mujeres en particular para la obtención y consecución de una igualdad real.

## OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Analizar diferentes profesiones, actividades y deportes para tomar conciencia de la presencia de las mujeres en los mismos.
- Reflexionar sobre la influencia de diferentes factores que condicionan dicha presencia.
- Analizar la influencia social y los diferentes estereotipos, analizando los pros y contras para lograr la igualdad entre hombres y mujeres.
- Analizar los obstáculos existentes para la igualdad efectiva de hombres y mujeres, para tomar conciencia de ellos y poder combatirlos.
- Darse cuenta de los logros y avances conseguidos hasta ahora valorándolos positivamente para evitar retrocesos.
- Promover de manera activa la autoestima de las alumnas y de los alumnos, potenciando su desarrollo psicosocial para que puedan tomar sus propias decisiones.
- Trabajar habilidades sociales (decir que sí/no, argumentar, pedir, expresar preferencias...), ofreciendo situaciones para ello, para aprender a vivir libres.

## COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia social y ciudadana
- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia para la autonomía e iniciativa personal
- Competencia en el tratamiento de la información y competencia digital.

## CONTENIDOS

- Diferentes deportes
- Visualización de diferentes películas y videos.
- Búsqueda selectiva de información.
- Desarrollo de procedimientos para llegar a acuerdos.
- Análisis de la contribución de mujeres y hombres en la sociedad en general y al deporte en particular.
- Sensibilización sobre la situación de las mujeres.
- Actitud para trabajar en grupo.
- Habilidades sociales
- Capacidad para actuar con criterio crítico.
- Roles atribuidos a las mujeres.
- Establecimiento de relaciones de igualdad.



## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### ACTIVIDADES

#### PRESENTACION Y MOTIVACION DEL TEMA:

##### Superando obstáculos.

#### INFANTIL, PRIMARIA Y SECUNDARIA

**Materiales:** Cartel de STEE-EILAS, pizarra.

**Tiempo:** Tres sesiones.

**Agrupamientos:** Individual, grupos pequeños, grupo grande.

#### Primera sesión: Obstáculos

##### Descripción:

1. El profesor o profesora presentará el cartel de STEE-EILAS al grupo y preguntará qué les sugiere. *(Como dinámica se puede utilizar la lluvia de ideas o nos podemos sentar en círculo e ir diciendo lo que se nos ocurre...)*
2. Recogerá las ideas principales haciendo hincapié en lo que más haya llamado la atención. *(que todas sean mujeres, que se reflejan diferentes profesiones, la carrera, los saltos, los obstáculos...)*
3. Para finalizar se centrará la atención en la carrera de obstáculos y lo que significa el cartel.
4. Se extraerán conclusiones:
  - ¿Qué simboliza la vallas?
  - ¿Y lo que está escrito en ellas?

*(Históricamente, el hecho de ser mujer ha condicionado las expectativas de futuro y las oportunidades de realización personal, laboral y social, haciendo que en muchas ocasiones la vida de muchas mujeres transcurra saltando obstáculos continuamente)*

- ¿Te has sentido alguna vez así, como en una carrera de obstáculos?

#### Segunda y tercera sesión: Superando obstáculos

##### Descripción:

1. El profesor o profesora volverá a poner el cartel de STEE-EILAS en un sitio visible y retomará las conclusiones de la sesión anterior.
2. Pedirá al alumnado que piense en la profesión o familia profesional que representa cada una de las mujeres del cartel.
3. Dividirá el grupo grande en 5 grupos y a pedirá a cada uno que recabe información sobre una familia profesional y la representación y papel que han jugado las mujeres en la misma. *(los ámbitos profesionales podrían ser: CIENCIAS: medicina, biología, física, tecnología... ARTES: cine, televisión, escritura, pintura, escultura...DEPORTES, LEYES; INGENIERIAS: arquitectura, construcción, electricidad, mantenimiento...)*
  - Información que tiene el grupo sobre el ámbito laboral
  - Número de personas que trabajan en estos ámbitos: hombres y mujeres
  - ¿En esta rama en qué año se accedió a la universidad por primera vez?, y ¿la primera mujer?
  - Mujeres y hombres representativas
  - ...



## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

4. Se escenificará delante del grupo y se extraerán conclusiones:

- ¿Ha sido fácil o difícil pensar la situación?, ¿por qué?
- ¿En que se han basado los y las protagonistas para tomar la decisión final?, ¿qué les ha influido? ¿cómo se han sentido?
- ¿Son acertadas las decisiones tomadas? ¿por qué?
- ¿Todas las personas tomaríamos la misma decisión en esas situaciones?, ¿qué nos influiría?, ¿cómo nos sentiríamos?
- ¿Alguna de las decisiones cambiaría si somos hombre o mujer? ¿por qué?
- ¿Y en función del país en el que vivimos?, ¿por qué?



# ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

## INFANTIL, PRIMARIA

### LOS DEPORTES Y SUS PROTAGONISTAS

**Materiales:** Papel continuo, ordenador, Internet, papel, lápiz, rotuladores, corcho.

**Tiempo:** Tres sesiones.

**Agrupamientos:** Grupo grande y parejas.

#### Primera Sesión:

##### Descripción:

1. Previamente a la actividad, el profesor o profesora habrá solicitado al alumnado que traigan de casa prensa deportiva.
2. Una vez recogidos los materiales. La profesora o profesor solicitará al alumnado que clasifique las noticias en dos grupos que se pincharán en el corcho. Las que tienen como protagonistas a deportistas chicos y las que tienen como protagonistas deportistas chicas.
3. Una vez realizada la clasificación. El profesor o profesora planteará un debate para reflexionar con las siguientes preguntas: ¿Hay más noticias deportivas sobre chicos o sobre chicas? ¿Por qué crees que es así? ¿Crees que hay deportes de chicas y de chicos, o todos los deportes son para todos?
4. En papel continuo recogeremos por escrito las diferentes opiniones que salgan y las guardaremos para volver a valorarlas al finalizar la unidad didáctica.

#### Segunda sesión:

##### Descripción:

1. Mediante una lluvia de ideas el profesor o profesora hará un listado en la pizarra de distintos deportes. Se agrupará al alumnado por parejas y mediante sorteo se adjudicarán dos deportes a cada pareja.
2. Cada pareja tendrá que buscar en Internet información sobre los deportes que le han tocado respondiendo a las siguientes preguntas:
  - ¿Es un deporte de equipo o individual?
  - ¿Lo practican hombres y mujeres? ¿Hay equipos femeninos y masculinos?
  - ¿Qué equipamiento y herramientas se necesitan?
  - El alumnado deberán buscar una foto o noticia del deporte en cuestión.
3. Con los datos recogidos cada pareja realizará dos fichas sobre los deportes que le correspondan.
4. Cada pareja expondrá los datos recogidos con el resto del alumnado y las fichas se colocarán en un mural de deportes expuesto en la pared o en el corcho.

#### Tercera sesión:

##### Descripción:

1. Con los nuevos datos que tenemos sobre diferentes deportes la profesora o profesor sentará al alumnado frente al mural realizado y se hará una puesta en común. Comentarán los deportes que practican o que les gustaría practicar. También se valorarán de nuevo las preguntas y opiniones que se recogieron al principio de la unidad didáctica para ver si se han modificado al conocer más sobre los deportes.  
*Se pueden utilizar y tomar como modelo los recursos y las entrevistas de los anexos I y III*
2. Para finalizar el profesor o profesora presentará la tabla del anexo II y pedirá al alumnado que saque sus propias conclusiones.



## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### SECUNDARIA

**Materiales:** Pizarra, Anexos I y II, Internet.

**Tiempo:** Dos o tres sesiones.

**Agrupamientos:** Gran grupo, pequeños grupos, individual.

*También se podrían utilizar las actividades propuestas para EI y EP adaptadas al grupo.*

#### Primera Sesión: Analizando las desigualdades

##### Descripción:

1. El profesor o profesora presentará al alumnado la imagen A del Anexo I (Carrera Behobia-SS) y preguntará qué os lo que destacarían de ella. A continuación presentará la imagen B (Lilaton) y pedirá que busquen las diferencias.
2. El profesorado conducirá el debate diciendo que la Behobia no es solo una carrera de hombres, pero que se ve a pocas mujeres. *(Por eso a veces hay que organizar eventos sólo para mujeres)*
3. Se pedirá al alumnado que busque información sobre otras carreras o eventos deportivos similares a la Lilaton que se organizan en otras partes del mundo.
4. La profesora o profesor hará hincapié en el valor lúdico de carreras como la Lilaton que dejan a un lado la competición para promover la igualdad: participantes en sillas de ruedas, personas mayores, con cochecitos de bebé, etc
5. Se extraerán conclusiones
  - ¿Cuál es el objetivo del deporte?
  - ¿Todos y todas tomamos parte en el deporte de la misma manera?
  - ¿Por qué pensáis que las mujeres hacemos menos deporte que los hombres?
  - ¿Los hombres y las mujeres practicamos los mismos deportes? ¿Se le da el mismo valor a los deportes practicados por hombres y a los practicados por mujeres?

#### Segunda Sesión: ¿Mismo valor para todos y todas?

##### Descripción:

1. El profesor o profesora pedirá al alumnado que nombre deportistas famosos, primero hombres y luego mujeres. (Quedará patente que conocemos a más hombres que a mujeres)
2. El profesorado comentará que en ocasiones las mujeres no pueden dedicarse profesionalmente al deporte debido a que no reciben un sueldo, como ejemplo se utilizará la parte 2 del Anexo I (Bera Bera). Se comparará con el fútbol.
3. A continuación repartirá el grupo-clase en 4 grupos, cada uno elegirá una deportista famosa y elaborará una pequeña presentación sobre su carrera profesional.

*Como modelo se puede utilizar el video mencionado en la parte 3 del Anexo I, el caso de Kathin Switzer, la primera mujer que tomó parte en un maratón y cómo los hombres intentaron echarla.*

4. Para finalizar el profesor o profesora presentará la tabla del anexo III y pedirá al alumnado que saque sus propias conclusiones

#### Tercera Sesión: Entrevistas a mujeres deportistas

##### Descripción:

1. El profesorado leerá o repartirá las entrevistas del Anexo II y las comparará con las conclusiones extraídas en las anteriores sesiones. ¿Son parecidas?
2. Pedirá al alumnado que haga entrevistas parecidas a mujeres deportistas que conozcan.





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### EVALUACIÓN

La primera actividad que realizaremos con el cartel de la unidad nos servirá de evaluación inicial sobre el conocimiento que tiene el alumnado sobre la participación de la mujer en diferentes ámbitos laborales y deportivos. Lo que nos facilitará el averiguar en qué aspectos del tema incidir más.

Mientras se realiza la unidad se hará una evaluación continua, utilizando la observación directa y sistemática tanto en las intervenciones del alumnado en los debates y puestas en común, como en los procesos de búsqueda y elaboración de materiales.

Al terminar la unidad didáctica, se valorará el trabajo individual y colectivo de los alumnos y alumnas siguiendo los criterios marcados.

Al final de cada actividad se hará la evaluación de la misma, valorando qué ha funcionado y qué no, el espacio, los tiempos, la motivación, los agrupamientos... Esto lo utilizaremos como medida de reajuste y adaptación del proceso de desarrollo de la unidad.

#### Criterios de evaluación:

- Analiza críticamente la realidad.
- Va tomando conciencia de los cambios sociales.
- Se da cuenta de la importancia de la igualdad de hombres y mujeres.
- Comprende la influencia social para conseguir avances o retrocesos en igualdad.
- Comprende la importancia que han tenido los diferentes movimientos de mujeres en el desarrollo social.
- Ha tomado parte en las actividades.
- Ha visto el tema de manera crítica.
- En el transcurso de la unidad ha ido cambiando sus creencias iniciales.
- Ha actuado con respeto ante las opiniones de los demás.

**Técnicas de evaluación:** Observación

#### Instrumentos de evaluación:

- Seguimiento diario del profesorado.
- Historia de cada alumno y alumna. En ellas se recogerán tanto las valoraciones de su trabajo, como una selección de las tareas más significativas de cada uno/a y las aportaciones orales durante todo el proceso de la unidad.
- Trabajos realizados.

**Evaluación del alumnado:** Guión para el diálogo:

- Qué es lo que más y lo que menos les ha gustado y por qué
- Qué han aprendido y descubierto.
- Qué les ha llamado más la atención.
- Qué cambiarían del proceso.



## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### RECURSOS

- Proyecto "Itxaso": Estudio de las causas de abandono de la práctica deportiva en las jóvenes de 12 a 18 años y propuestas de intervención. KIROLARTE, Gipuzkoako foru aldundia

#### Patios y espacios de juego:

- [elgoiberdin.wordpress.com](http://elgoiberdin.wordpress.com) Distribución de los espacios de juego desde el punto de vista de género
- <http://urbesforall.com/category/patios-escolares-eskola-patioak/>. Los patios de la escuela
- [http://www.academia.edu/6467293/ikastetxeetako\\_Jolastokien\\_Erabilera\\_Genero\\_Ikuspegitik\\_eta\\_Eskuhar-tzerako\\_Irizpide\\_Gida\\_III\\_ERANSKINA\\_-MEMORIA\\_-1\\_15\\_Los\\_patios\\_de\\_la\\_escuela](http://www.academia.edu/6467293/ikastetxeetako_Jolastokien_Erabilera_Genero_Ikuspegitik_eta_Eskuhar-tzerako_Irizpide_Gida_III_ERANSKINA_-MEMORIA_-1_15_Los_patios_de_la_escuela)
- <https://mendaronguraso.wordpress.com/tag/el-patio-de-la-ikastola/>
- El recreo igualitario: Guía de recursos sobre coeducación y espacios. Ayuntamiento de Hernani: [http://www.hernani.eus/es/ficheros/9\\_11451es.pdf](http://www.hernani.eus/es/ficheros/9_11451es.pdf)
- Diagnostico sobre el sexismo en el juego y el deporte: <http://www.sortzen.org/sortzen-EUS/htm/formacion-sortzen-bilbao/sexismoa-kirolean-diagnosia-sortzen-consultoria.pdf>

#### Deporte y Coeducación:

- La coeducación en el deporte en edad escolar: Begoña Llorente Pastor: [http://www.mujierydeporte.org/documentos/docs/ca\\_CoeducacionDeporte\\_2002.pdf](http://www.mujierydeporte.org/documentos/docs/ca_CoeducacionDeporte_2002.pdf)

#### Películas:

- "Quiero ser como Beckham" Gurinder Chadha

#### Noticias:

- [http://www.elconfidencial.com/deportes/otros-deportes/2014-07-09/un-top-y-una-braga-la-norma-que-desata-la-ira-de-las-jugadoras-de-balonmano-playa\\_158981/](http://www.elconfidencial.com/deportes/otros-deportes/2014-07-09/un-top-y-una-braga-la-norma-que-desata-la-ira-de-las-jugadoras-de-balonmano-playa_158981/)
- <http://m.20minutos.es/deportes/noticia/alejandra-quereda-oro-mundial-gimnasia-ritmica-ma-zas-2251427/0/>

#### Otros:

- [http://www.ehu.es/es/web/berdintasuna-direccionparalaigualdad/egoeraren-txostena/-/asset\\_publisher/nnM3/content/mujeres-y-hombres-en-la-upv-ehu-ano-2011?redirect=http%3A%2F%2Fwww.ehu.es%2Fes%2Fweb%2Fberdintasuna-direccionparalaigualdad%2Fegoeraren-txostena%3Fp\\_id%3D101\\_INSTANCE\\_nnM3%26p\\_p\\_lifecycle%3D0%26p\\_p\\_state%3Dnormal%26p\\_p\\_mode%3Dview%26p\\_p\\_col\\_id%3Dcolumn-2%26p\\_p\\_col\\_count%3D1](http://www.ehu.es/es/web/berdintasuna-direccionparalaigualdad/egoeraren-txostena/-/asset_publisher/nnM3/content/mujeres-y-hombres-en-la-upv-ehu-ano-2011?redirect=http%3A%2F%2Fwww.ehu.es%2Fes%2Fweb%2Fberdintasuna-direccionparalaigualdad%2Fegoeraren-txostena%3Fp_id%3D101_INSTANCE_nnM3%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_count%3D1) UPV evolución del número de mujeres y hombres





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!



### ANEXO I

1.



IMAGEN A



IMAGEN B

2. “El equipo de balonmano a rechazado jugar la competición continental debido a que no puede asumir los gastos que causa dicha competición.”  
<http://www.eitb.eus/es/deportes/videos/detalle/2321684/bera-bera-renuncia-jugar-liga-campeones>
3. <http://instinto-deportivo.blogspot.com.es/2014/05/kathrine-switzer-primera-mujer-en.html>



## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### ANEXO II



**Aitziber Ibarbia 37 años.** Vive en Zizurkil es corredora de montaña de la Selección de Euskadi. Entrena a un grupo de mujeres del pueblo que se inician en las carreras.

1. ¿Cómo elegiste este deporte?

De pequeña hice atletismo, hasta los 15 años o así. Cuando lo dejé empecé a probar con otros deportes, bicicleta, empecé a hacer triatlón, pero lo de la natación no me iba mucho y lo dejé. Entre el grupo que andábamos en triatlón había mucha afición a la montaña y todo el tiempo libre lo dedicábamos a ir al monte, los fines de semana al Pirineo, estuvimos en los Andes, en el Himalaya en la cordillera del Karakorum y subimos el Gashetbrum III. Aunque lo de los “ochomiles” con uno como experiencia me bastó.

También como preparación para la alta montaña solíamos hacer marchas reguladas y de allí me entró el gusanillo de hacer carreras de montaña. Y en ello estoy.

2. A parte de tus entrenamientos, entrenas un grupo de mujeres en el pueblo. ¿Cómo surgió esa idea?

En Zizurkil no tenemos polideportivo, y la oferta es escasa. Estaba claro que entre las chicas había un vacío importante. Desde el ayuntamiento me propusieron hacer algo y como idea surgió crear de alguna manera la afición a correr. Pusimos como cita los viernes a la tarde e hicimos la convocatoria. Tuvo una gran acogida.

Al principio se apuntaron 40 mujeres, pero luego ya sabes, el trabajo, la casa... siguen 15, de entre 35 y 45 años y 4 chicas de 15-16 que antes hacían atletismo. Hacemos estiramientos, corremos unos 7Km y luego volvemos a estirar. Cuando hace muy malo hacemos gimnasia y ejercicios para trabajar la fuerza. Al principio no tenían con quién empezar a hacer algo o les deba vergüenza salir solas a correr. Como objetivo nos pusimos normalizar esa situación y lo hemos cumplido, hoy por hoy algunas de esas mujeres han empezado a correr por su cuenta y este año incluso hemos participado en la San Silvestre.

3. Tienes un hijo y una hija, cómo te las arreglas para sacar tiempo para todo, trabajar y entrenar?

Cuando nacieron dejé las carreras y más tarde, cuando eran más pequeños entrenaba en casa. Ahora me arreglo bien porque trabajo por las tardes y por la mañana saco tiempo para entrenar.

4. ¿Te has encontrado trabas en el camino, cuáles?, tu familia, amistades te ha apoyado?

Viviendo aquí es fácil. Más que trabas, soledad en la época de estudiante. (Aunque trabajo en otra cosa, estudié arquitectura). Los 20-22 años fueron duros, pero todos los días sacaba media hora para entrenar.

5. Este deporte es bastante nuevo y mayoritariamente lo practican los hombres. Crees que es especialmente duro para las mujeres?, por qué?, cuál ha sido tu experiencia a ese nivel?, Cómo te han tratado tus compañeros hombres? Y tus compañeras mujeres?

Sí, seremos solamente un 5% de mujeres. Es un deporte duro, pero es cuestión de marcar un ritmo y eso se lo pone cada uno. En mi opinión lo más difícil es animarse, meterse en la cabeza que cualquiera puede hacerlo. Pero es cierto que de 25km para arriba en las carreras de 200 hombres estaremos 5 mujeres.

No es más duro que otros deportes o más duro que correr en el asfalto y ahí ya se ven muchas mujeres. Aquí hace falta más fuerza, pero cuando las cuestas son muy empinadas se va andando.

En este deporte no hay mucha discriminación. En la selección de Euskadi estamos 5 hombres y 4 mujeres, aunque varía algo según la carrera nos movemos ahí. Y por ejemplo, los premios son iguales, si hay 5 premios para hombres, hay 5 premios para mujeres de la misma cantidad de dinero. Es en este tema del dinero donde solemos tener problemas con los hombres. Ha sucedido solo participar 5 mujeres y las 5 tener premio, pero bueno nosotras no tenemos la culpa, no está en nuestra mano el número de mujeres que participa en las pruebas.

En el monte cuando vamos corriendo nos animan mucho y los comentarios que recibimos en las redes sociales son muy positivos.





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

6. Si hubieras sido un hombre, ¿hubiera sido diferente tu trayectoria?

Si, hubiera sido futbolista, seguro. De pequeña siempre andaba con los chicos jugando al futbol. Llegó un momento que con 12-13 años en casa no me dejaban porque era la única chica. Entonces no había equipos de chicas, sólo existía el Añorga..

7. Si pudieras, volverías a elegir este deporte?

Si pudiera hoy por hoy sería futbolista. Todavía nos picamos con los chicos y jugamos al futbol en el frontón. Desgraciadamente en el futbol las cosas no han cambiado demasiado. Yo llevo el deporte escolar en la escuela y los chicos no dejan jugar a las chicas y si lo hacen no les pasan el balón. Yo llevo atletismo y ahí si hay más chicas.

8. Te gustaría este deporte para tus hijos, hijas o chicas que empiezan? ¿Qué les dirías?

Si. En principio les diría que hagan deporte, que prueben de todo y que luego intenten en el que les gusta. Aquí en Zizurkil utilizamos mucho el frontón, que prueben la pala, el rocódromo, ir al monte... Se pueden hacer infinidad de planes, planes estupendos en grupo.

9. ¿Qué aportaciones o cambios harías a tu deporte y su entorno... para que mejorara su proyección social o la igualdad de oportunidades que se dan en el mismo?

Más que en el deporte que practico yo, en general, desde pequeños es indispensable la ayuda de las instituciones. Tenemos que transmitir el mensaje de que todos y todas tenemos las mismas oportunidades, hay que trabajar las costumbres. Hasta los 12-13 años las chicas hacen deporte pero luego lo dejan. En esas edades tenemos que incidir.

Por otro lado, las chicas no le ven al deporte un futuro profesional. Habría que ofrecerles muchas más salidas.

Hay que trabajar el deporte como filosofía, como salud, como actividad de grupo... Por otro lado hay que revisar las instalaciones con las que contamos. Los chicos con el futbol ocupan todo el espacio y ahí en general, las chicas no son aceptadas. Desde la escuela y desde el pueblo hay que promover otro tipo de actividades, hay un montón de cosas que se pueden hacer, yincanas, patines...





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### ANEXO II



**Myriam Elorza:** Componente del equipo de **soka-tira** de Ibarra. También participa en **giza froga**. 33 años.

La **Soka tira** es un deporte rural. Es un deporte que pone a dos equipos uno contra otro en una prueba de fuerza. Cada equipo está compuesto por 4 u 8 participantes.

Existen diferentes pruebas en función del peso que se calcula sumando el peso de los o las miembros del equipo.

CHICOS : 4x4: 320kg y 300kg; 8x8: 680kg – 640kg – 600kg y 560kg

CHICAS: 4x4: 260kg; 8x8: 540kg y 500kg

En invierno se compite en un suelo de goma y en verano en un prado. Entre 1900 y 1920 fue deporte olímpico en categoría de hombres.

**Giza proba** es un deporte rural. El equipo en un tiempo limitado tiene que recorrer la mayor distancia posible arrastrando una pesada piedra denominada probarri. Se participa individualmente o en equipo y para arrastrar la piedra cada miembro del equipo se coloca un arnés sujeto mediante una cadena a un cinturón que sujeta la piedra.

1. ¿Cómo empezaste en estos deportes?

El comienzo fue de manera casual. En el verano del 2009 en fiestas, las chicas de Ibarra nos hicieron una apuesta a las de Tolosa a la Sokatira. Aceptamos la apuesta y empezamos a entrenar. Como no teníamos ninguna experiencia, entrenábamos todas juntas. Y luego seguimos.

En 2010 para participar en el campeonato mundial en el equipo de Navarra les hacían falta dos chicas. A pesar de llevar poco tiempo entrenando nuestro entrenador nos animó a participar. Nos eligieron a dos y trajimos dos medallas.

En Giza Proba empezamos más tarde, probamos, nos gustó y ahí seguimos. Los entrenamientos los hacemos por nuestra cuenta. Más o menos estamos las mismas que en Sokatira.

El año pasado estuvimos con la Sokatira en Irlanda y conseguimos la medalla de plata, los chicos la de bronce.

2. ¿Te has encontrado trabas en el camino, cuáles?, tu familia, amistades te han apoyado?

Durante mucho tiempo, nadie veía a las mujeres en este tipo de deportes. Hoy en día es diferente, desde la Federación, desde la diputación, facilitan la participación, por ejemplo si no estamos 8 mujeres para formar equipo, nos permiten competir siendo solo 6 y así se pueden sacar adelante las competiciones.





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

La familia me pregunta por qué no hago algo más “light”, pero yo aquí me siento a gusto, así que...

Las amistades, alucinan, eso nos pasa a todas, conocer a alguien nuevo, vernos la pinta, pues vestidas de calle, arregladitas, maquilladas y no esperan para nada que hagamos estos deportes. Esperan chicas grandes y gordas, y no es así. Por ese lado la imagen que tienen estos deportes está muy estereotipada, cuando nos conocen nadie en la primera impresión se cree que seamos capaces de hacer cosas así.

3. Tradicionalmente estos deportes los han practicado los hombres, Crees que son especialmente duros para las mujeres?, por qué?, cuál ha sido tu experiencia a ese nivel?, Cómo te han tratado tus compañeros hombres? Y tus compañeras mujeres?

Tanto la Sokatira como la Giza Proba son deportes duros. En la Sokatira las manos sufren mucho sobre todo en las competiciones y la Giza Proba es muy física. Muchas mujeres los dejan cuando son madres, ya sabes, la casa, el tiempo... lo de alrededor no ayuda mucho... En Bizkaia hay un equipo en el que la mayoría son madres, pero sus compañeros también hacen Sokatira y así es más fácil.

Yo nunca me he sentido mal, pero entiendo que en otros deportes no es igual. De todas formas yo empecé de mayor y tenía claros mis criterios.

4. Si hubieras sido un hombre, ¿hubiera sido diferente tu trayectoria?  
Lo tienen mucho más fácil que nosotras, hay más equipos, no tienen problema para completarlos... Nosotras éramos doce y ahora somos siete, en Giza Proba una 10. .
5. Si pudieras, volverías a elegir estos deportes?  
Sí, sin duda
6. ¿Qué dirías a mujeres que no conocen estos deportes o chicas que están ahora empezando?  
Y o les animaría a probar. Muchas veces los deportes son también cuestión de modas y ahora entre las niñas lo que se lleva es la gimnasia rítmica o el ballet. El entorno en que vives es fundamental y en mi opinión las jóvenes de hoy en día no tienen muchas ganas de sufrir. Pero todo es cuestión de animarse. .
7. ¿Qué aportaciones o cambios harías a estos deportes y su entorno... para que mejorara su proyección social o la igualdad de oportunidades que se dan en el mismo?

Como he comentado antes, yo no veo demasiada diferencia entre hombres y mujeres, incluso a veces desde las federaciones recibimos más ayuda que los hombres. Quizás este tipo de deportes habría que impulsarlos algo más, desde la escuela, los polideportivos... la oferta de deporte rural es mínima. En los medios de comunicación no tienen ningún eco, de lo único que se habla es de fútbol.





## ¡Superando obstáculos, rompiendo marcas!

### ANEXO III

#### LONDRES 2012. MEDALLAS GANADAS POR ESPAÑA



Nombre	Deporte	Competición	Fecha
--------	---------	-------------	-------

#### Oro

Joel González	Bonilla Taekwondo	-58 kg	8 de agosto
Marina Alabau	Vela	RS:X	7 de agosto
Támara Echegoyen			
Ángela Pumariega	Vela	Elliott 6m	11 de agosto
Sofía Toro			

#### Plata

Equipo masculino	Baloncesto	Torneo masculino 1	2 de agosto
Mireia Belmonte	Natación	200 m mariposa	1 de agosto
Mireia Belmonte	Natación	800 m libre	3 de agosto
Ona Carbonell			
Andrea Fuentes	Natación sincronizada	Dueto	7 de agosto
David Cal	Piragüismo	C-1 1000 m	8 de agosto
Saúl Craviotto	Piragüismo	K-1 200 m	11 de agosto
Brigitte Yagüe	Taekwondo	-49 kg	8 de agosto
Nicolás García Hemme	Taekwondo	-80 kg	10 de agosto
Javier Gómez	Noya	Triatlón Individual	7 de agosto
Equipo femenino	Waterpolo	Torneo femenino	9 de agosto

#### Bronce

Equipo femenino	Balonmano	Torneo femenino	11 de agosto
Maidier Unda	Lucha libre	72 kg 9	de agosto
Ona Carbonell			
Andrea Fuentes			
Clara Basiana			
Alba Cabello			
Margalida Crespí	Natación sincronizada	Equipo	10 de agosto
Thais Henríquez			
Paula Klamburg			
Irene Montrucchio			
Laia Pons Natación			
Maialen Chourraut	Piragüismo en eslalon	K-1	2 de agosto

