



# Las chicas en el deporte: Buenas prácticas

Esta guía presenta una serie de estudios de casos, centrados en programas e iniciativas cuyo objetivo es aumentar la participación de las chicas en el deporte y la actividad física. Cada programa es único en su género, pero cada uno da vida a algunos de los 10 elementos (señalados en negrita a continuación) que se presentaron en la guía anterior: **(Re)introducir a las chicas en el deporte y la actividad física**".

A continuación se incluye una selección de los estudios de casos presentados:

- 1. This Girl Can<sup>TM</sup>**  
una campaña británica que pretende normalizar el hecho de que las mujeres sean físicamente activas. Utiliza modelos de conducta y fomenta la concienciación sobre los problemas de la imagen corporal centralizando imágenes de mujeres que participan en diversas actividades físicas.
- 2. PowerPlay<sup>TM</sup>**  
una familia de programas con sede en Nueva York que se centra en la participación deportiva y el liderazgo de las niñas. PowerPlay ofrece una gama de actividades y proporciona un alto apoyo mediante la formación de las niñas como líderes para inspirar a la próxima generación.
- 3. UEFA Disney Playmakers<sup>TM</sup>**  
un programa que ofrece una introducción divertida y segura al fútbol. Las sesiones son solo para niñas y se centran en las habilidades de movimiento fundamentales, por lo que fomentan la competencia y ofrecen un entorno no competitivo.
- 4. Her Time to Play<sup>TM</sup>**  
una comunidad de la NBA que ofrece a los clubes de baloncesto acceso a herramientas, planes de entrenamiento y apoyo para entrenadoras y árbitros. La asociación con la Asociación Nacional de Baloncesto (NBA) y la Asociación Nacional de Baloncesto Femenino (WNBA) garantiza que se utilicen modelos femeninos fuertes.
- 5. Coaching Her**  
un programa educativo en línea para todos los entrenadores que trabajan con chicas, cuyo objetivo es ayudar a más entrenadores a comprender las necesidades de sus participantes femeninas.
- 6. Weetabix Wildcats<sup>TM</sup>**  
un programa de fútbol no competitivo para niñas de 5 a 11 años, dirigido a las que nunca han jugado y quieren probar el deporte por primera vez. Una de las principales áreas de interés de estas sesiones es el desarrollo de amistades y vínculos sociales, así como el desarrollo de habilidades de movimiento fundamentales y, por lo tanto, de la competencia percibida.



Funded by  
the European Union

