

Twincon: deporte coeducativo e inclusivo.

Twincon: coeducative and inclusive sport.

González-Coto, V.A.,¹ Hernández-Beltrán, V.,¹ García-Espino, N.,² & Gamonales, J.M.^{1,3}

1. Universidad de Extremadura, España. 2. Consejería de Educación y empleo, Junta de Extremadura, Badajoz, España. 3. Universidad Francisco de Vitoria, España.

Resumen: Las sesiones de Educación Física presentan grandes beneficios tales como: la prevención de enfermedades, mejora de la salud física y psicológica, fomento de hábitos y estilos saludables o transmisión de valores. Además, uno de los valores más importantes a difundir y aprender es la inclusión. Por tanto, la Educación Física es una herramienta fundamental para ello, puesto que mediante el juego y el deporte se puede llegar a una Educación Física Inclusiva. Los deportes alternativos son un recurso que recoge todo lo expresado anteriormente, y su aplicación en las sesiones de Educación Física se hace necesaria y práctica. Por ello, este documento da a conocer un nuevo deporte alternativo, el *Twincon*, creado para desarrollar la motivación, participación, cooperación, coeducación, cohesión grupal e inclusión

Palabras clave: Valores; educación física; inclusión; deporte alternativo; Twincon.

Abstract: Physical Education sessions present great benefits such as: disease prevention, improvement of physical and psychological health, promotion of healthy habits and styles or transmission of values. Also, one of the most important values to spread and learn is inclusion. Therefore, Physical Education is a fundamental tool for this, since through games and sports an inclusive Physical Education can be achieved. Alternative sports are a resource that collects everything expressed above, and their application in Physical Education sessions is necessary and practical. Therefore, this document discloses a new alternative sport, the *Twincon*, created to develop motivation, participation, cooperation, coeducation, group cohesion and inclusion.

Key Words: Values; physical education; inclusion; alternative sport; Twincon.