

Promozione delle ragazze nello sport: Un calcio diverso

Per motivare le ragazze a giocare a calcio, i docenti devono fare leva sui loro interessi e le loro necessità offrendo situazioni di apprendimento attrattive. In questo modo, le ragazze sviluppano piacere al gioco del calcio e si interessano a questa disciplina sportiva come fenomeno societario e tema importante della cultura sportiva moderna.

Attualmente in Svizzera 26 000 ragazze e donne giocano a calcio in una società. Il numero di calciatrici iscritte in una società è dunque quasi raddoppiato negli ultimi dieci anni. Il calcio ha pertanto sostituito la pallavolo, il gioco di squadra più popolare tra le ragazze. Nel 2015 la squadra nazionale svizzera femminile ha partecipato per la prima volta al campionato mondiale della FIFA.

Questo successo ha portato alle luci della ribalta alcune giocatrici della squadra nazionale e la loro allenatrice che sono state intervistate in quanto esperte sia prima che durante i mondiali in Canada. Fino a questa prima qualifica delle rossocrociate per un girone finale del mondiale, la televisione svizzera non aveva mai trasmesso una partita della squadra femminile nazionale dal vivo (Meier 2004; Meier & Hürlimann, 2012).



Disegno: Jocelyne Rickli

Gli eventi di portata mondiale di questo tipo possono essere sfruttati per rendere partecipi le ragazze all'interessante mondo del calcio femminile permettendo loro di trovare un accesso individuale a questo sport, per esempio tramite dei modelli da seguire. Grazie al mondiale e alla sua ampia copertura nei media, alcune eccellenti calciatrici svizzere come Ramona Bachmann (v. riquadro) e Lara Dickenmann sono ora note anche a un pubblico più vasto.

Esercizi

- [Noi e il calcio – Brainstorming](#) (pdf)
- [Segnare come Ramona Bachmann](#) pdf)

Superare i pregiudizi

Gli studi di didattica specializzata (ad es. Giessing, 2004; Trieschmann, 2004) concordano: le ragazze preferiscono giocare a calcio a scuola se lo possono fare tra di loro. Una partita in gruppi di sole ragazze non permette però a tutte le giocatrici di vivere le stesse esperienze. Occorre differenziare tra principianti, avanzate ed esperte (Kugelmann & Sinning, 2004).

Nell'ottica della pedagogia sportiva e dalla parità delle ragazze (Frohn, 2004; Wurzel, 2004), le allieve devono

poter fare delle esperienze che permettano loro di ampliare l'immagine della loro identità femminile oltre le proiezioni comuni e così dare spazio allo sviluppo di potenziali nascosti o trascurati. Oltre alla competenza nel gioco e al piacere di giocare a calcio, le allieve devono poter scoprire e imparare a usare diverse risorse positive per lo sviluppo di un'identità consapevole.

I processi di apprendimento di questo tipo possono essere avviati e implementati in diversi modi nell'educazione fisica a scuola ma anche in altre situazioni, come ad esempio durante le settimane sportive o nelle offerte di sport e movimento extrascolastiche. (Kugelmann & Weigelt, 2006).

Entusiasmare le ragazze per il calcio

In base a questi obiettivi di pedagogia sportiva, il processo di trasmissione dovrebbe riallacciarsi il più possibile agli interessi e alle necessità delle ragazze offrendo situazioni di apprendimento attrattive. Le offerte e le forme di esercizi aiutano le ragazze a sviluppare il piacere di disputare delle partite di calcio, a interessarsi alla disciplina, a interessarsene come fenomeno societario e tema importante della cultura sportiva moderna, a creare e a mantenere un legame duraturo con la disciplina, a diventare forti e consapevoli di loro stesse sviluppando un'immagine positiva del proprio fisico (Kugelmann & Weigelt-Schlesinger, 2009).

In questo contesto, è possibile anche tematizzare le formule usate nella lingua comune come «calciatrice donna». Perché non si parla anche di tennista donna e sciatrice donna? Mentre nello sci e nel tennis la doppia forma femminile pare abbastanza assurda, si usa ancora con una certa frequenza nel calcio (Meier, 2005).

Mettere in scena il calcio

Un tema centrale per l'attuazione delle lezioni seguenti consiste nel rinunciare alla suddivisione classica delle unità di allenamento in riscaldamento, parte principale e parte (o partita) finale. Si raccomanda di sviluppare determinati temi, come per esempio «Segnare come Ramona Bachmann» (v. riquadro sotto), come un processo di apprendimento simile a una pièce teatrale.

Il tema può essere suddiviso nelle seguenti tappe:

- mettere in scena
- arrivare al dunque
- riflettere sul tema
- variare e approfondire
- aprire gli orizzonti, una nuova prospettiva che va oltre la lezione

Esplorare il calcio con testa, cuore, mano e piede

Le lezioni presentate qui di seguito contengono idee e suggerimenti per lezioni o parti di lezioni. Sono adatte per avvicinare il tema calcio alle ragazze in modo variato, da una prospettiva ampia, adeguata in modo situativo con sfide multiple. Il principio dei suggerimenti seguenti consiste nella possibilità per le allieve di esplorare il mondo del calcio con «testa, cuore, mano e piede». Si può così integrare le seguenti idee a piacimento nell'insegnamento o nell'allenamento, fintanto che corrispondono al rispettivo tema (o possono essere adeguate al tema).

La scelta delle idee nella pratica segue il principio dell'orientamento alle ragazze, in quanto da una parte ci si riallaccia all'esperienza delle giocatrici, dall'altra si cerca però anche di trasmettere nuove competenze (ad es.

conoscenze sul calcio, predisposizione positiva verso lo sport e/o capacità calcistiche). Ci si può aspettare dell'entusiasmo carico di aspettative per entrambe le lezioni, perché le ragazze sperano di vivere esperienze positive e momenti interessanti.

Tirare in porta, se lo si apprende correttamente, richiede di essere sicure dei propri mezzi e contribuisce così a formare un'atmosfera positiva e carica di motivazione. Si tratta però soprattutto, in quanto parte del pensiero di gioco «segnare reti ed evitare agli avversari di segnare» (Balz & Dietrich, 1996), di un gioco in cui si fanno scelte decisive.

Chi è Ramona Bachmann?

Ramona Bachmann (classe 1990) è una calciatrice della squadra nazionale svizzera. Attualmente, l'attaccante gioca in Germania per il VfL Wolfsburg.

Nella sua carriera ha giocato con successo in Svizzera, USA e Svezia. Nel 2016, Bachmann è stata la prima svizzera a essere nominata per il premio della FIFA «Calciatrice dell'anno».

Fonte: [Yvonne Weigelt-Schlesinger, Marianne Meier](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP