

IL NUOVO

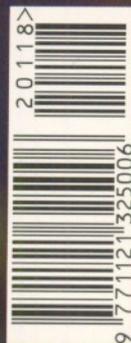
ALL'INTERNO: CALCIO A CINQUE E CALCIO FEMMINILE

# CALCIO

N.118 - Maggio 2002

4,20 Euro

● **CAMOLESE**  
**COME**  
**GESTISCO**  
**LA SQUADRA**



● **MONDIALI**  
**INGHILTERRA**  
**SPAGNA**  
**E GERMANIA**  
**A CACCIA**  
**DELLA FINALE**

# Totti facci sognare

● **ESORDIENTI**  
**UN MESE**  
**DI LAVORO**  
**DEL PARMA**

● **CLAUDIO**  
**GENTILE**  
**GRUPPO UNITO**  
**PER L'UNDER**  
**CAMPIONE**

[www.sportivi.it](http://www.sportivi.it)

Anno XII - Mensile - Editoriale Sport Italia S.r.l. Via Masaccio 12 - 20149 Milano  
Sped. in abb. post. 45% art. 2 comma 20/b legge 662/96 - Filiale di Milano



*Il calcio non è sport per soli uomini e lo dimostrano le cifre: 8.000 tesserate tra i 6 e i 16 anni, e ai tornei organizzati dal Settore Giovanile e Scolastico e dal Ministero della Pubblica Istruzione la partecipazione è veramente massiccia. Come comportarsi durante le sedute di allenamento.*

Massimo Tell

Foto: P. Genovesi

**Si ringrazia per la gentile collaborazione il prof. Stefano D'Ottavio, che ha redatto la ricerca "Il calcio e le bambine"**

**A**vete mai chiesto a dei bambini cosa li spinga a giocare a calcio? Vi diranno di tutto: che è il gioco che più li diverte, che è lo sport più bello del mondo o ancora perché è il modo migliore di trascorrere il pomeriggio con gli amici. Non mancherà certo chi vi risponde che vuole diventare un calciatore famoso o "soltanto" esordire in serie A. C'è anche chi molto semplicemente vi dirà: "Perché mi piace giocare a pallone".

Piccoli e grandi sogni, ma anche voglia di divertirsi, di giocare liberamente, di soddisfare le proprie esigenze, che non sono altro che richieste innate dell'individuo.

### Stessi sogni

*E una bambina come risponderebbe alla stessa domanda?*

Probabilmente vi ho preso un po' alla sprovvista. Forse a pochi passerebbe per la mente che una bambina possa avere le stesse esigenze, la stessa voglia di divertirsi, di giocare allo sport più bello del mondo. Forse non sognerà di diventare una calciatrice della Juventus o della Roma, però di certo anche lei sognerà di diventare famosa, di esordire in "serie A" e in Nazionale oppure giocherà semplicemente per divertirsi.

Proprio queste attese ci fanno pensare che probabilmente bisogna lavorare molto per il calcio femminile, affinché vengano superate le remore e le opposizioni che talvolta si incontrano in famiglia.

Soprattutto è necessario aiutare chi ha una profonda e sincera passione per il calcio.

È infatti dall'analisi di alcuni dati relativi alla partecipazione femminile alle attività organizzate nei diversi ambiti (federale e scolastico) che si deducono varie ipotesi (figura 1).

### Numeri importanti

Le statistiche relative al numero di tesserate che svolgono attività ufficiale con la Federcalcio, indicano la presenza di circa 8.000 tesserate dai 6 ai 16 anni;

le attività organizzate con il ministero della Pubblica Istruzione hanno evidenziato la partecipazione di un notevole numero di bambine appartenenti a scuole di ogni ordine e grado.

In particolare in "Stadi Aperti", che coinvolge unicamente gli istituti delle città (41) nelle quali sono presenti società professionistiche, si sono registrate circa 60.000 presenze.

Sulla base di questi dati numerici, ma anche da considerazioni emerse nello studio delle altre realtà nord-europee e nord-americane, è evidente che questa disciplina deve necessariamente coinvolgere la scuola come istituzione.

Per questo fine si stanno sviluppando molti progetti.



# ragazzina, che ti diverte

## Partecipazione bambine ad attività calcistiche

Bambine Tesserate FIGC 8.000 circa (6-16 anni)

Bambine partecipanti a Stadi Aperti 60.000 circa (9-16-anni)

■ tesserate FIGC  
■ Stadi Aperti

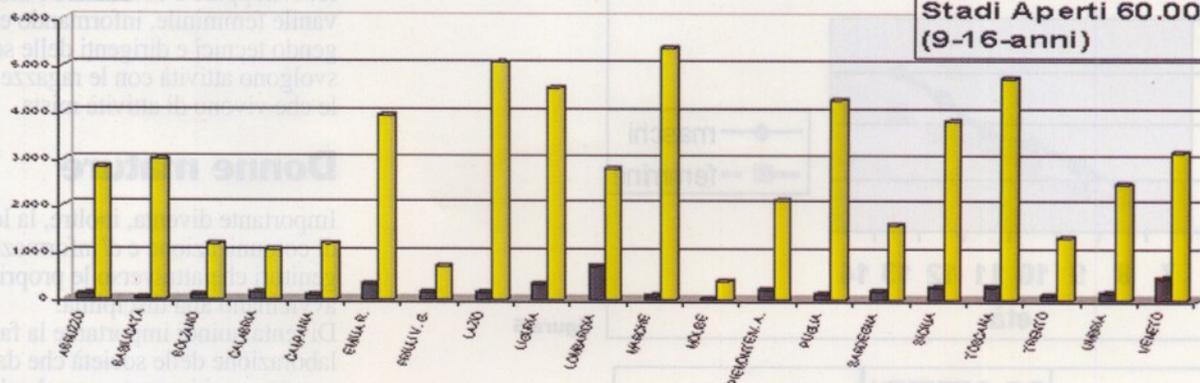


figura 1

Ormai da due stagioni il Settore Giovanile e Scolastico, consapevole dell'importanza che riveste l'attività femminile, ha organizzato una propria rete periferica specifica.

Infatti, ciascun Comitato Regionale del

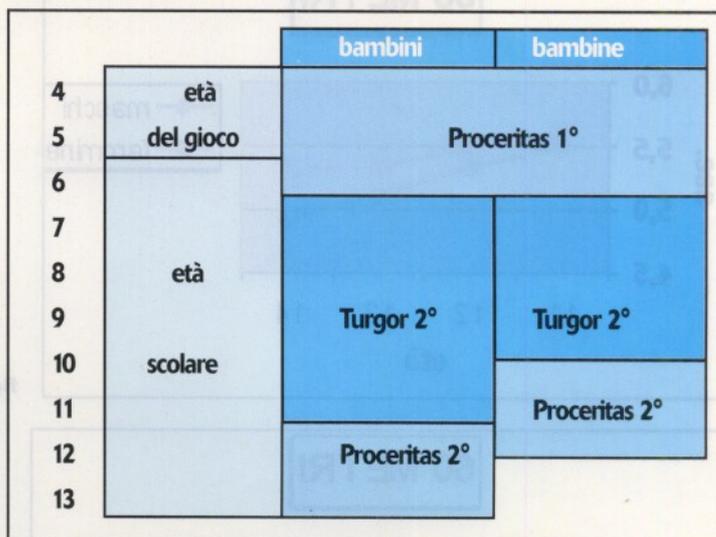


figura 2

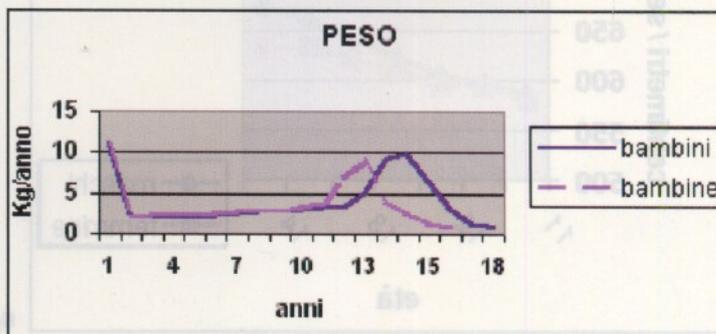


figura 3

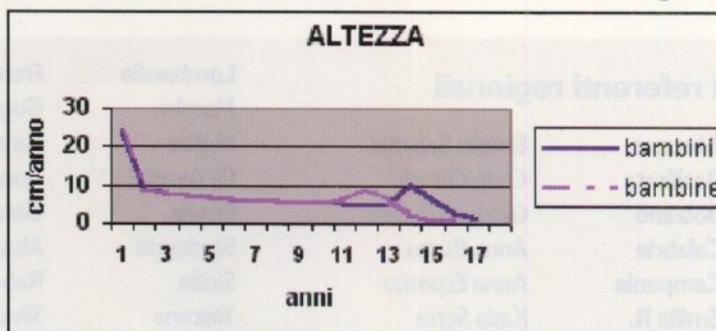


figura 4

# gioca rti

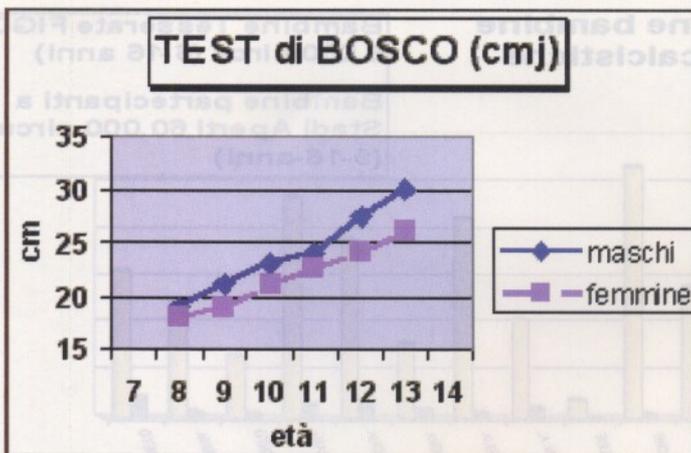


figura 5

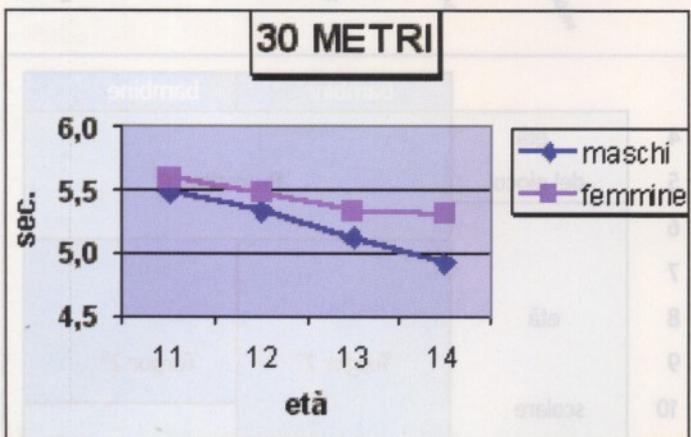


figura 6

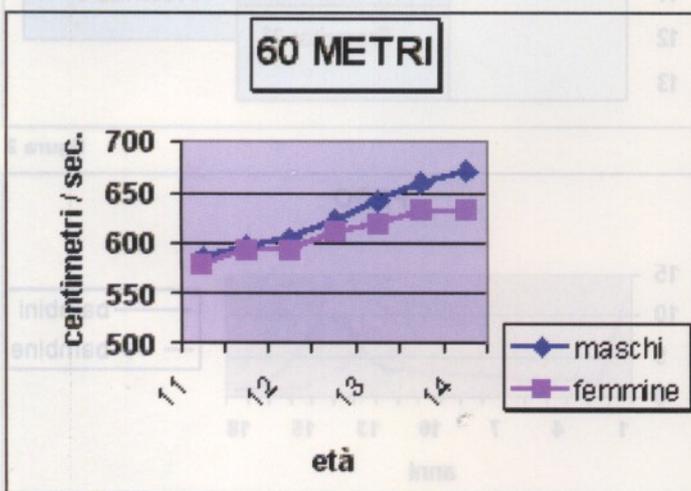


figura 7

Settore Giovanile e Scolastico ha nominato un proprio referente (vedi riquadro in basso) che ha il compito di promuovere, sviluppare e coordinare l'attività giovanile femminile, informando e coinvolgendo tecnici e dirigenti delle società che svolgono attività con le ragazze e di quelle che vivono di attività mista.

## Donne mature

Importante diventa, inoltre, la loro opera di comunicazione e d'informazione ai genitori che attraverso le proprie figlie si avvicinano alla disciplina.

Diventa quindi importante la fattiva collaborazione delle società che da sempre seguono e si impegnano nel calcio femminile. Sono, infatti, molte le ragazze e le donne che si avvicinano al calcio in età superiore alle fasce del settore giovanile, basti pensare a signorine e signore che ogni domenica seguono il calcio in tivù o allo stadio o alle numerose donne dello spettacolo che vediamo sullo schermo in trasmissioni dedicate alla "pedata".

È opportuno quindi informare e promuovere l'attività. Per questo il referente regionale si avvale della collaborazione dei responsabili tecnici dell'attività di base, dei referenti giovanili del calcio a cinque, dei delegati dell'attività femminile della Lega Nazionale Dilettanti e in modo particolare dei delegati dell'attività scolastica.

## La centralità scolastica

È evidente che al centro dei progetti per lo sviluppo e la promozione di questa disciplina deve esserci la scuola. È così anche quest'anno il Settore Giovanile e Scolastico organizza il torneo Giovani Calciatrici, riservato alle tesserate per società affiliate alla Figg nate dall'1/1/88 al 31/12/90 e, per la prima volta in assoluto, alle scuole secondarie di primo grado, per le quali è concessa la deroga per le bambine nate nel secondo semestre dell'87 (cioè in ritardo nel percorso scolastico).

Alle prime 100 squadre è stata garantita la gratuità dell'attività, compresi trasporti e tesseramenti. Il torneo nella fase regionale potrà essere giocato a 7, 9 o 11 a discrezione di ciascun comitato. Tuttavia la fase nazionale verrà disputata in partite 7 contro 7 su campo ridotto.

Questo torneo sarà seguito da "Bravo Bravissimo Club", legato a una nota trasmissione televisiva, che consentirà di offrire massima visibilità all'attività femminile. Verranno riprese alcune gare, tra cui le finali nazionali che si svolgeranno a Gardaland il 24 e 25 maggio.

### I referenti regionali

**Abruzzo** — Emidio Sabatini  
**Basilicata** — Carlo Ottavio  
**Bolzano** — Giorgio Giuliani  
**Calabria** — Anna Russo  
**Campania** — Anna Esposito  
**Emilia R.** — Katia Serra  
**Friuli V.G.** — Franco Facchin  
**Lazio** — Teresa Cartolari  
**Liguria** — Primo Salsi

**Lombardia**  
**Marche**  
**Molise**  
**Piemonte**  
**Puglia**  
**Sardegna**  
**Sicilia**  
**Toscana**  
**Trento**  
**Umbria**  
**Veneto**

Francesca Albini  
 Guglielmo Muzzi  
 Carmela Mastromonaco  
 Anna Maria Pioletti  
 Grazia Corigliano  
 Alessandro Piras  
 Roberto Russo  
 Silvia Corsi  
 Michela Grazi  
 Stefano Moricciani  
 Anna Rosa Sigalotti



figura 8

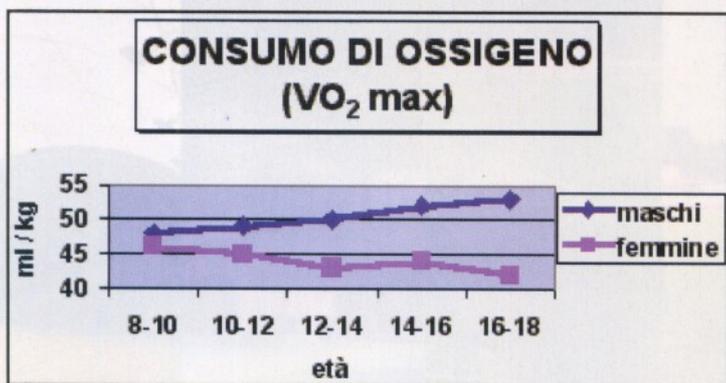
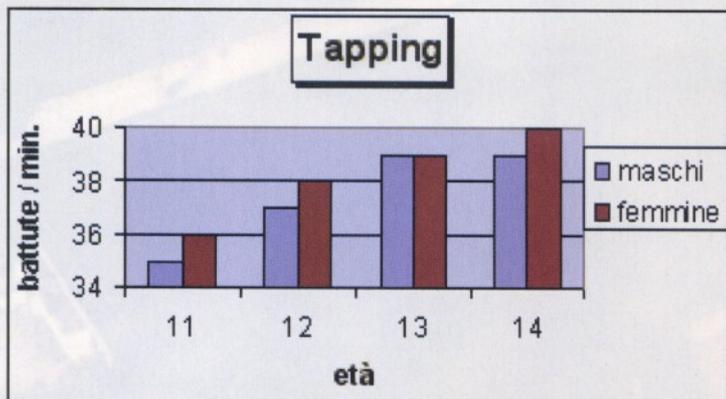


figura 9

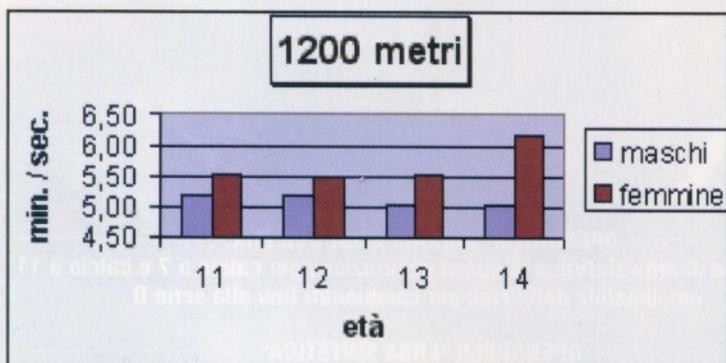


figura 10

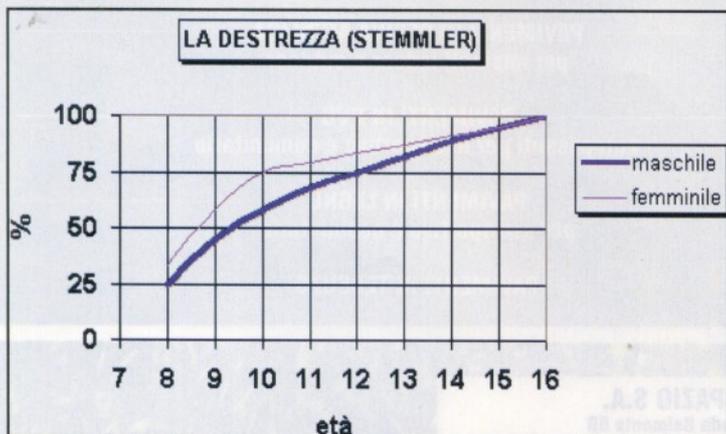


figura 11

## Il Centro Pilota

La Scuola è proposta nei progetti anche quale possibile Centro Pilota Femminile. Ogni Comitato Regionale del Settore Giovanile e Scolastico, infatti, nomina ogni anno uno o più Centri Pilota (uno per l'attività di base e uno per l'attività femminile, più altri), che hanno il chiaro obiettivo di essere il riferimento per attività sperimentali, corsi di aggiornamento...

Compito principale dei Centri Pilota Femminili sarà quello di diventare un punto di riferimento per l'accoglienza delle bambine, ma anche un esempio per l'attuazione dei progetti suggeriti dalla Federazione Italiana Giuoco Calcio per lo sviluppo dell'attività femminile. Per questo si è suggerita l'ipotesi che la nomina di Centro Pilota Femminile possa essere attribuita a un istituto scolastico particolarmente sensibile alla partecipazione delle ragazze (Scuola Pilota).

## Le iniziative

Quest'anno ha preso il via il torneo Allieve, riservato alle ragazze nate dall'1/1/86 al 31/12/87, con la possibilità di usufruire di 3 fuori quota nate dall'85. Anche per questo torneo è prevista una fase nazionale, con la finale che si disputerà l'8 giugno prima di Italia-Islanda, gara valida per le qualificazioni ai Mondiali del 2003.

Le iniziative del Settore Giovanile e Scolastico non finiscono qui. Come ogni anno è organizzato il torneo Under 14 per Rappresentative Regionali, riservato alle ragazze nate dall'1/1/88 al 31/12/90, che prevede un percorso diverso rispetto al

passato: le giocatrici sono chiamate in causa più volte durante l'anno e non nell'unica fase nazionale.

Ma attenzione, c'è un'altra novità, il Torneo Under 16 per Rappresentative Regionali riservato alle ragazze nate dall'1/1/86 al 31/12/87. Il percorso previsto è uguale a quello concepito per le Rappresentative Under 14.

A tal proposito, proprio in riferimento ai progetti che nell'immediato futuro si avvieranno, le selezioni delle calciatrici che formeranno le due Rappresentative Regionali, oltre che nelle attività federali, potranno avvenire anche attraverso le competizioni scolastiche organizzate in collaborazione con il Ministero della pubblica istruzione.

## Accanto ai coetanei

Le bambine che giocano a calcio non sono solamente quelle che partecipano alle attività del Torneo Giovani Calciatrici o nel Torneo Allieve. C'è un notevole numero di giovani che prendono parte alle attività nelle categorie Piccoli Amici, Pulcini ed Esordienti. Molte volte le ragazzine giocano insieme ai coetanei nelle attività miste o in squadre composte da sole bambine che affrontano i maschietti. Nulla di strano. Infatti, da alcune ricerche è emerso che le giovani hanno, fino all'età di dodici anni, la possibilità di incrementare alcune capacità coordinative ancor più dei maschietti. Questo fa supporre che, vista la relazione che vede l'apprendimento delle abilità tecniche come una essenziale correlazione tra lo sviluppo delle capacità senso-percettive e delle capacità coordinative, le bambine siano potenzialmente migliori dei maschi.

Per favorire questo processo culturale e di integrazione, esiste una vasta gamma di possibili attività per le bambine: dal 5 contro 5 previsto per il primo anno Pulcini (nati nel '93, possono però partecipare anche le giovanissime del '92 o del '91) al 7 contro 7 per la categoria Pulcini o al 9 contro 9 per l'ultimo anno Pulcini, all'11 contro 11 su campo regolamentare o ridotto per la categoria Esordienti.

Tra l'altro, proprio per tutelare le eventuali difficoltà di inserimento delle ragazzine nelle squadre miste, il Settore Giovanile e Scolastico concede deroghe per le bambine che abbiano un anno in più rispetto alla fascia d'età prevista per le diverse categorie.

Ci sono comunque altre attività che vedono protagoniste le bambine sole oppure con i maschietti: sono quelle organizzate in ambito scolastico come Stradacalcando, Scuola e Calcio in Stadi Aperti e i Giochi Sportivi Studenteschi.

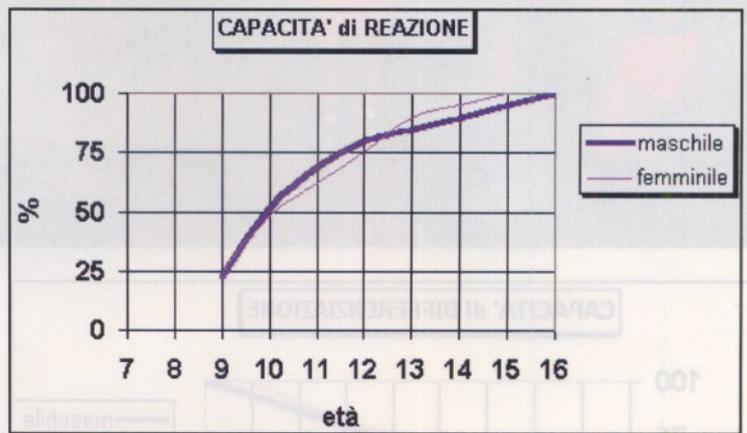


figura 12

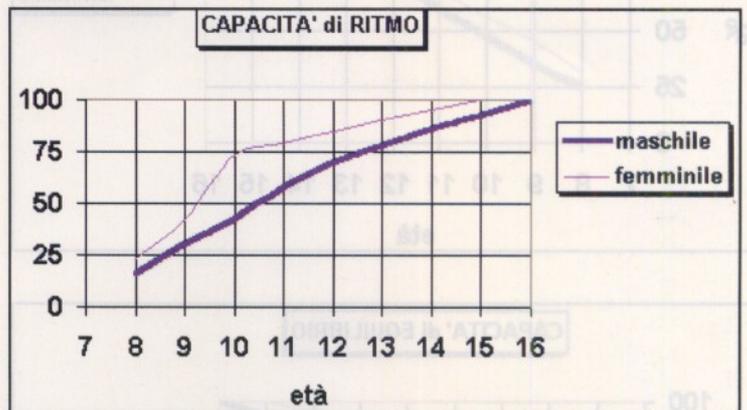


figura 13



figura 14

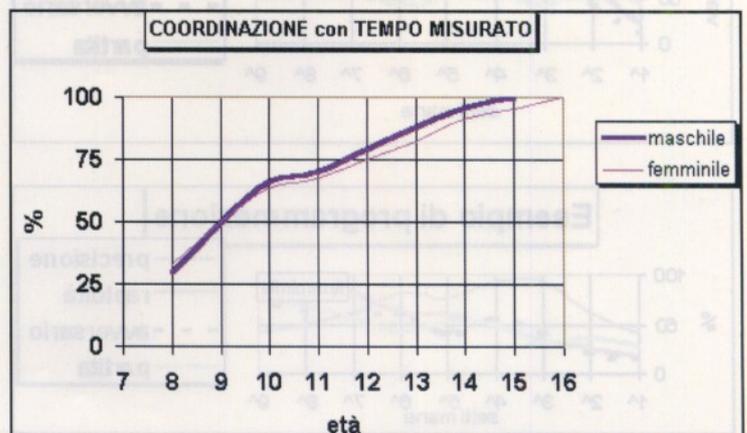


figura 15



## Consigli utili

Dopo questa grande panoramica sul calcio giovanile femminile ecco alcuni suggerimenti.

Attraverso le convezioni che le società possono stipulare con le scuole di ogni ordine e grado, relativamente al progetto "Sport per Tutti" e alle normative riguardanti l'autonomia scolastica, in particolare per il progetto integrato tra scuola e territorio per la continuità didattica orizzontale tra scuola e società calcistiche, i tecnici e gli insegnanti possono concordare un programma comune per favorire l'avviamento al calcio degli alunni e delle alunne dell'istituto scolastico coinvolto.

Una programmazione attenta, favorirà l'avvicinamento concreto a questo sport da parte delle bambine e delle ragazze. È chiaro che la società dovrà essere pronta ad accogliere le giovani calciatrici che verranno a iscriversi, senza tuttavia porsi particolari problemi: anche le bambine hanno voglia di giocare!

## Il calcio e le bambine

Come già detto, fra le finalità perseguite dal Settore Giovanile e Scolastico riveste particolare importanza lo sviluppo e la promozione tecnico-didattica e culturale delle attività giovanili calcistiche femminili.

Per questo nel '99/00 Stefano D'Ottavio, allora responsabile tecnico nazionale dell'attività di base, con la collaborazione del suo staff ha effettuato una ricerca sulle caratteristiche peculiari delle bambine rapportate al calcio, costruendo un vero e proprio vademecum. L'informativa costituisce un valido supporto tecnico-didattico per le scuole di calcio che svolgono attività anche con le bambine. Nel progetto sono indicati: il profilo a confronto con quello del maschietto coetaneo, una didattica da seguire con giochi e attività a seconda degli obiettivi da raggiungere, i relativi metodi da utilizzare, oltre ad altri aspetti come la valutazione.

Una corretta proposta motoria in età infantile e giovanile non può prescindere dalla adeguata conoscenza delle caratteristiche fisiologiche dell'accrescimento, che offre supporto scientifico ai principi psico-pedagogici e metodologici, sia nel momento di fissare obiettivi, contenuti, mezzi e metodi sia quando è necessario imporre limiti per definire al meglio le metodologie più idonee di intervento didattico.

Nel suo complesso, l'accrescimento e lo sviluppo fisico si svolgono in maniera continua, dalla nascita all'età adulta, ma non uniforme (figura 2) e una certa dif-

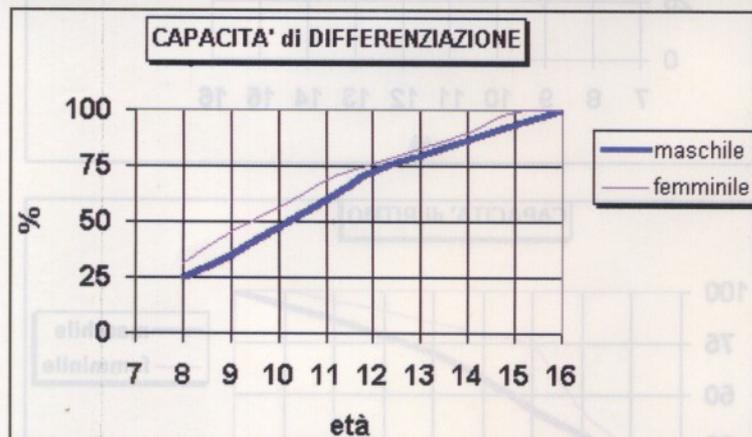


figura 16



figura 17

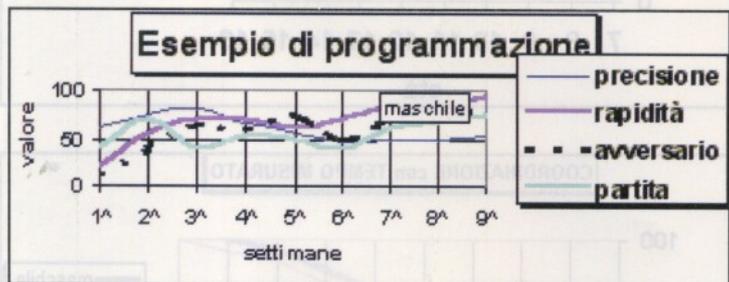


figura 18

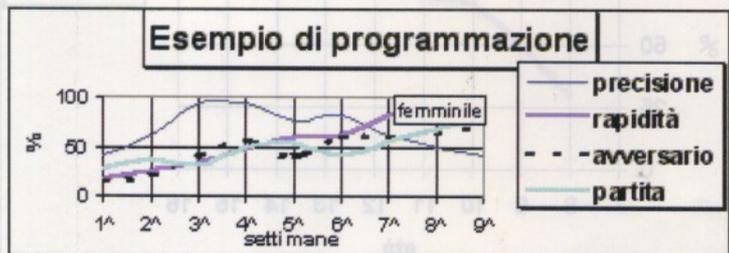


figura 19

## PROGRAMMA DIDATTICO

Contenuti	Precisione	Rapidità	Avversario	Partita	Test
<p><b>1<sup>a</sup>-2<sup>a</sup>-3<sup>a</sup> settimana</b></p> <p>Obiettivi generali: arricchire e consolidare il bagaglio di esperienze motorie; strutturazione delle abilità tecniche; controllo e organizzazione del proprio corpo nello spazio; sviluppo capacità senso-percettive.</p> <p>Obiettivi specifici: sviluppo delle capacità di differenziazione, equilibrio, orientamento e ritmo in rapporto all'attrezzo palla.</p>	<p>Circuito motorio Giochi di contatto La margherita Le bocce Vince chi rischia Circuito a stazioni Alfabeto Labirinto e labirinto di colori (guida)</p>	<p>Ruba palla Ruba palla con tiro Porta la palla a casa</p>	<p>La frontiera La frontiera con tiro</p>	<p>2 contro 2</p>	<p>Test d'entrata: prevedere prima dello svolgimento del programma l'esecuzione di tutti i test di riferimento</p>
<p><b>4<sup>a</sup>-5<sup>a</sup>-6<sup>a</sup> settimana</b></p> <p>Obiettivi generali: arricchire e consolidare il bagaglio di esperienze motorie; maggior controllo motorio delle capacità coordinative; sviluppo delle abilità tecniche; favorire la collaborazione.</p> <p>Obiettivi specifici: incremento delle capacità di differenziazione, equilibrio, orientamento e ritmo in rapporto all'attrezzo palla e ai compagni; sviluppo abilità di controllo in forma rapida.</p>	<p>Gara di rigori Gioca e segna Passaggio e ricezione nel quadrato</p>	<p>Porta la palla a casa con variante Labirinto di colori (in guida) Corri e tira</p>	<p>La frontiera nella zona 2 contro 1+ portiere (difensore su una linea/successivamente nello spazio) il gioco delle tane (riposo)</p>	<p>3 contro 3 4 contro 4 - 4 porte Tutti dentro</p>	<p>Al termine della 4<sup>o</sup> settimana: test di Precisione e di rapidità</p>
<p><b>7<sup>a</sup>-8<sup>a</sup>-9<sup>a</sup> settimana</b></p> <p>Obiettivi generali: maggior controllo motorio delle capacità coordinative in relazione allo spazio a disposizione e all'avversario; adattamento funzionale e formazione creativa delle abilità tecniche; sviluppo percezione visiva in relazione allo spazio, ai compagni e all'avversario.</p> <p>Obiettivi specifici: adattamento delle capacità di differenziazione, equilibrio, orientamento e ritmo in relazione ai compagni e agli avversari; incremento delle abilità di controllo in forma rapida.</p>	<p>Passaggio e ricezione nella zona Passaggio e ricezione nelle quattro porte</p>	<p>Labirinto di colori (passaggio) Corri e tira (con portiere)</p>	<p>Il gioco delle tane (passaggio) Quadrato di smarcamento Sei bravo a giocare in superiorità numerica</p>	<p>4 contro 4 - 4 porte 5 contro 5 Palla al capitano</p>	<p>Al termine della nona settimana eseguire i test di Rapidità e con avversario</p>

**Il programma didattico esposto, vuole essere soltanto un esempio di come dovrebbe essere strutturata l'attività. Sarà opportuno modificare, ampliare e adattare i contenuti delle unità didattiche, al fine di rendere le esercitazioni proposte idonee al grado di maturazione motoria e cognitiva delle ragazze a cui queste vengono indirizzate.**

ferenziazione esiste tra i due sessi (figure 3 e 4).

Dalle suddette figure si può già dedurre che bambini e bambine fino a 10 anni possono svolgere lo stesso tipo di attività fisica, ma a partire dal decimo anno si dovrà tenere conto di alcune modificazioni prima in uno e poi nell'altro sesso.

### Le differenze

Non sono solo le evidenti modificazioni del peso e della statura a doverci far riflettere, perché sono importanti soprattutto le qualità fisiche (forza, velocità e resistenza).

La forza e la velocità, strettamente correlate tra loro, hanno un maggior incremen-

to tra gli 11 e i 12 anni (figure 5, 6, 7 e 8); mentre riguardo alla capacità di resistenza già a partire dal decimo anno si possono notare differenze marcate (figure 9 e 10).

Per quanto concerne l'apprendimento motorio, alcune ricerche hanno ipotizzato l'esistenza di momenti biologici più favorevoli per lo sviluppo di determinate ca-



pacità. Il periodo migliore nel quale si nota un incremento esponenziale delle capacità coordinative va dai 7 ai 12 anni. Ciò deve far riflettere attentamente riguardo alla pianificazione didattica da applicare in questo periodo evolutivo. Bisognerà, perciò, ricorrere a metodologie di lavoro che favoriscano lo sviluppo generale della motricità, proponendo esperienze di tipo multilaterale e polivalente.

Da quanto si evince dai grafici riferiti alle capacità coordinative (figure 11, 12, 13, 14, 15, 16 e 17) l'evoluzione generale è diversa per i due sessi, con maggiore predisposizione per le femmine fino all'età di 14-16 anni.

In particolare, mentre per le capacità di orientamento spaziale, di reazione, di differenziazione e coordinazione con tempo misurato, le curve mostrano un andamento simile; le capacità di ritmo, equilibrio e destrezza evolvono in maniera differente. Queste ultime, infatti, sono raggiunte prima dalle bambine che dai coetanei maschietti. Ne consegue che il programma didattico per le ragazze, evidenzierà un andamento completamente diverso per le capacità di tipo coordinativo e situazionale, data la maggiore predisposizione all'apprendimento delle abilità motorie.

## L'aspetto condizionale

L'aspetto condizionale, nelle diverse età e tra i sessi, può essere spiegato da:

- maturazione dell'apparato osteo-articolare;
- maturazione del sistema neuro-muscolare;
- produzione di ormoni steroidi (principalmente testosterone);
- caratteristiche volitive, motivazionali e caratteriali;
- stimoli sociali che spingono i maschi a svolgere più attività fisica.

Ne conseguono i grafici relativi alle programmazioni delle attività settimanali delle due categorie (figure 18 e 19).

Inizialmente, nelle ragazze si evidenzia una particolare accentuazione delle attività di precisione, mentre nei ragazzi, più stimolati a svolgere attività fisica e alla continua ricerca del confronto agonistico, sono marcatamente maggiori la rapidità e le situazioni di partita. Successivamente, queste ultime avranno sempre più spazio a discapito della precisione, che dovrà comunque essere considerate nell'ambito dell'unità didattica, dovendo assicurare agli allievi e alle allieve stimoli adeguati per lo sviluppo delle loro capacità psicomotorie.

## Programmi didattici

I programmi didattici tenderanno a uniformarsi con il naturale sviluppo psicologico e con la graduale crescita fisica

e tecnica delle bambine.

Il programma didattico indica i principali obiettivi che gli istruttori dovranno realizzare, suggerendo le condizioni migliori per arricchire il repertorio motorio e ampliare il più possibile la base cognitiva delle bambine, nel rispetto delle caratteristiche dello sviluppo individuale. Al fine di centrare gli obiettivi generali, si dovranno utilizzare programmi didattici minimi e specifici che consentiranno di raggiungere, per gradi, abilità motorie più elevate senza dimenticare le tappe intermedie. Bisognerà perciò ricorrere a metodologie di lavoro che favoriscano lo sviluppo generale dalla motricità, ampliando la base delle possibilità, proponendo esperienze di tipo polisportivo a valenza multifunzionale. Decisivi sono perciò il genere, la quantità e la qualità dell'attività svolta. Saranno, inoltre, individuati opportuni momenti di verifica e di valutazione, attraverso l'osservazione sistematica del comportamento motorio delle allieve. Tutta l'attività si dovrà praticare attraverso esercitazioni in forma ludica, variata, polivalente e con la partecipazione contemporanea di tutte le ragazze.

## Le varie forme

Per forma ludica si intende l'espressione del gioco come momento di organizzazione con poche e semplici regole, mentre la gara va intesa come momento vissuto in chiave educativa per indirizzare le bambine verso un'accettazione non drammatica della sconfitta e non trionfalistica della vittoria.

Con forma variata, intendiamo lo svolgimento di una molteplicità e variabilità di situazioni che consentono all'allieva di partecipare in modo del tutto personale, secondo il proprio sviluppo motorio, a tutte le proposte formulate dall'istruttore che sono caratterizzate da una certa flessibilità delle regole che, ogni qual volta si ritiene opportuno, devono essere adeguate agli obiettivi educativi e didattici che ci si prefigge, senza per questo stravolgere il significato finale del lavoro effettuato. Per forma polivalente, invece, si intende l'effettuazione di una qualsiasi attività motoria con palloni, palle di diversa forma, peso e dimensione, senza alterare il valore del messaggio motorio ed evitare in questo modo il rischio di una specializzazione precoce e di uno sviluppo unilaterale.

Per forma partecipata, si intende uno svolgimento personale e attivo a tante situazioni ludiche, vissute in forma variata ed espresse in modo polivalente.

Una volta analizzate le forme per uno svolgimento didattico, i metodi applicativi potranno essere molteplici: induttivo, deduttivo, imitativo, intuitivo, verbale, misto. ♦