

IL NUOVO

CALCIO

N. 136 - Gennaio 2004

Euro 4,20

Fabio Capello

La Roma gioca così

Settori giovanili

Come lavorano Treviso e Alto Adige

Arbitri

Quando fischiare il fuorigioco

Sommario 2003

Un anno di rubriche, articoli e servizi

Marco Di Vaio

INTERVISTE



MAZZARRI



DESCHAMPS

www.sportivi.it



*Grazie a questo spirito,
le ragazze che amano
il calcio riescono a praticare
il loro sport preferito.
C'è chi si allena da sola,
chi raggiunge la squadra
solo il sabato, poco prima
dell'inizio della partita.
Ma non importa.
La Divisione, da qualche
stagione, ha imposto
il patentino a tutti
gli allenatori della serie A
e, moltissime società,
ora hanno un
preparatore atletico.*

*Katia Serra**
Foto: Luciano Castelli

* giocatrice dell'ACF Bergamo
e della Nazionale. Laureata in Scienze
Motorie presso l'Università di Bologna
e Allenatore di Base.

Il calcio? Una passione immensa! È proprio questa la motivazione principale che spinge tante ragazze a rincorrere e tirare calci al pallone. Di certo ciò che dico potrà sembrare banale, ma se si conoscessero veramente a fondo tutte le difficoltà che una bambina prima e una donna poi incontra, si potrà capire appieno che quello per il rettangolo verde è realmente un amore senza confini. Gli sforzi di tutte le componenti per far ben figurare il movimento femminile sono numerosissimi, cosicché finalmente, dopo tanti anni, non ci si stupisce più vedendo correre sui campi ragazze determinate e battagliere, in lotta per la conquista del pallone da depositare in rete.

Gli esempi

Certo, la strada da percorrere è ancora lunga e tortuosa e, purtroppo l'aspetto culturale è una vera e propria montagna impervia da scalare. Per noi, nazioni come: Stati Uniti, Germania, Svezia e Norvegia, dovrebbero servire da stimolo per capire come nel Duemila, il giocare a calcio non deve essere più prerogativa solo degli uomini. Anche le ragazze hanno qualità fisiche, atletiche, tattiche e tecniche per meritare l'attenzione del

pubblico e farlo divertire. Come abbiamo fatto le nazioni citate in precedenza a creare una dimensione più che dignitosa per il calcio femminile, non è lo scopo principale dell'articolo. Il nostro interesse è focalizzato, invece, sulle difficoltà che le atlete incontrano quando decidono di giocare a pallone, seguendo l'istinto e una vocina che giunge dal più profondo del cuore.

Dove e con chi

Innanzitutto, dove e con chi giocare. Fortunatamente negli anni le modifiche regolamentari hanno fatto sì che, in mancanza di un settore giovanile femminile sviluppato in maniera capillare, le ragazze potessero giocare in squadre miste partecipando ai campionati e iniziando a prendere confidenza con la competizione. Soprattutto, questo è stato il modo per ricevere subito, l'addestramento necessario per arrivare, un domani, a giocare nel massimo campionato e sperare (perché no?) di indossare la casacca più bella e gloriosa che si possa appoggiare sulla pelle: quella azzurra della Nazionale. Per arrivare così in alto, però, bisogna formarsi in maniera adeguata.

La formazione

È troppo importante misurarsi con i propri coetanei e sottoporsi ad allenamenti specifici, sedute mirate. Per un settore



Le difficili Si superano

giovanile è essenziale seguire le corrette metodologie in base alle fasce d'età, prerogativa indispensabile per elevare la qualità della performance e, successivamente, fornire alla prima squadra atlete complete.

L'optimum, naturalmente, sarebbe riuscire, da parte delle società, a organizzare squadre giovanili totalmente di ragazze, superando in questo modo ogni sorta di barriera psicologica alla pratica del calcio. La Divisione sta lavorando affinché le società si avvicinino con interesse al settore giovanile e, infatti, le società di A e A2, devono avere una squadra Under 19. Soprattutto sono stati creati i campionati Allieve e Giovani Calciatrici, il torneo nazionale per Rappresentative regionali Under 15, punti fermi dai quali partire per allargare sempre più la base.

Come allenarsi

Il settore giovanile è il pilastro fondamentale per creare giocatrici e dare continuità, ma, per noi ragazze, è giusto ricordare le difficoltà alle quali si va incontro oggi per giocare ad alto livello. Dove allenarsi? È un problema serio. Sono numerose le giocatrici che si devono accollare chilometri e chilometri di strada per raggiungere la località nella quale svolgere la seduta, nella maggior parte dei casi dopo una giornata intensa di lavoro. L'alternativa? Molte atlete si allenano per proprio conto, vicino a casa, aggregandosi a squadre maschili o avvalendosi della collaborazione di tecnici e preparatori atletici di fiducia, così da raggiungere il club di appartenenza solamente nella serata precedente l'incontro o nella mattinata stessa della gara. Si può anche optare per un'esperienza a tempo pieno, stabilendosi nella città in cui si gioca. Ciò significa allontanarsi dalla famiglia, dagli affetti, lasciare il lavoro e rendersi così disponibili ad affrontare un'avventura ricca di incognite, la cui unica garanzia è rappresentata dalla possibilità di realizzare il proprio sogno: giocare a calcio, contro tutto e tutti.



Le strutture

Altro punto fondamentale sono le strutture di allenamento. Non sempre idonee, perché nell'assegnazione dei campi, spesso, le società maschili hanno il diritto di precedenza nella scelta di impianti e orari. Il paragone con l'estero non può reggere il confronto, ci sono nazioni nelle quali sono stati creati addirittura stadi riservati al solo calcio femminile. Da qui ci si ricollega al fattore culturale menzionato all'inizio dell'articolo.

Lo staff

Altro aspetto, quello dello staff tecnico. La presenza di allenatori con l'obbligo del patentino ha elevato la qualità delle

proposte di allenamento portando giovanmente a tutte le ragazze che militano nei campionati maggiori. Partendo da qui, c'è la possibilità di apportare un'ulteriore miglioria: si dovrebbero organizzare corsi o aggiornamenti obbligatori sulle tematiche del calcio femminile. L'argomento principale? Come gestire un gruppo di ragazze. Ancora utopistico, ma giustamente da tenere presente, l'obbligo del patentino per chi allena nel settore giovanile.

Altra figura che negli anni ha assunto un ruolo fondamentale è quella del preparatore atletico, la cui presenza ha portato risultati più che lusinghieri. Fondamentale, per il miglioramento della performance fisica, anche attraverso l'obiettivo di sviluppare allenamenti differenziati per ruolo, il preparatore è imprescindibile per il rispetto e la gestione della fisiologia femminile.

Pur essendo ormai presente nella maggior parte delle squadre, la non obbligatorietà lascia spazio a diverse interpretazioni sul ruolo. È inutile sottolineare l'importanza nei settori giovanili...

Come curarsi

Infine, noi ragazze, avvertiamo la necessità di avvalerci di centri medici e fisioterapici con esperienza nel trattamento degli sportivi, prerogativa purtroppo solo delle società più organizzate.

Da quest'analisi si può facilmente desumere che non è facile, per una ragazza, sentirsi "calciatrici" a trentosessanta gradi. Sicuramente il passaggio al professionismo consentirebbe alle ragazze che aspirano a diventare tali, di investire tutte le energie e i mezzi a propria disposizione per trasformare la passione in un lavoro vero e proprio, e non a essere costrette a giocare per puro divertimento. C'è moltissimo da lavorare, ma tutte le componenti (Fige, divisione e Aic) devono perseguire questo obiettivo. La volontà e l'ottimismo generale dovrebbero essere il motore per tagliare questo traguardo... ♦



Katia Serra

Ità? no!