

IL RUOLO DEL PORTIERE NEL CALCIO FEMMINILE



LUGLI ALICE

04\04\2025



creato con WPS Office

EVOLUZIONE DEL CALCIO FEMMINILE



Le «*Signore del Kerr*»
1917

Dopo la seconda
guerra mondiale
nascono le prime
squadre in Scozia e
Francia

Nel 1960 nascono le
prime leghe nazionali
e gli incontri
internazionali



EVOLUZIONE DEL CALCIO FEMMINILE IN ITALIA



Nel 1930 Nasce il *Gruppo Calcistico* a Milano



Nel 1946 nasce la *Triestina*



Nel 1968 nasce la F.I.C.F *Federazione Italiana Calcio Femminile* con il primo campionato a 10 squadre



Nel 1986 ingresso nella F.I.G.C



Dalla stagione 2018\2019 serie A e serie B sono organizzate direttamente dalla F.I.G.C



Dal 1 luglio 2022 la serie A femminile è diventata **professionistica**

NUMERI CALCIO FEMMINILE IN ITALIA

CAMPIONATI:

SERIE A : 10 squadre (PRO)

SERIE B: 16 squadre (DIVISIONE DI SERIE B)

SERIE C: 3 gironi interregionale (LND)

ECCELLENZA: (LND)

PROMOZIONE: (LND)

13° posto del FIFA/Coca-Cola Women's World Ranking

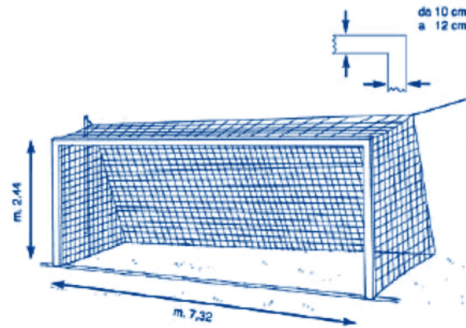
Nel 2015 le tesserate poco meno di **20.000**, ad oggi sono più di **30.000**



PORTIERE UOMO E PORTIERE DONNA



- Stesso sport
- Stesse regole
- Stesse dimensioni del campo
- Stesso pallone
- **Interpreti biologicamente diversi**



TECNICA

Nessuna differenza
nell'interpretazione
dei gesti tecnici



Nessuna differenza
nell'insegnamento dei
gesti



GESTI TECNICI



TATTICA

Nessuna differenza nell'interpretazione dei concetti tattici.
Si predilige sempre più un posizionamento propositivo.

Peculiarità:

- Sviluppo fase offensiva attraverso il possesso palla
- Tendenza alla costruzione dal basso
- Azioni offensive maggiormente sviluppate a ridosso dell'area di rigore con maggiore incidenza di gol dall'interno dell'area di rigore.
- Meno frequenti tiri dalla distanza.



POSIZIONAMENTO



OCCASIONI DA GOL IN AREA DI RIGORE



STRUTTURA FISICA

ASPETTI ANTROPOMETRICI



Altezza media:

- Portieri serie A ~ 190 cm

il più alto è MILINKOVIC-SAVIC (202 cm), il più basso SOMMER (183 cm)

- Portieri serie A donne ~ 175 cm

la più alta è DORIS BACIC (185 cm), la più bassa AMANDA TAMPIERI (168 cm)

STRUTTURA FISICA

ASPETTI BIOLOGICI

Minor produzione di testosterone in favore di maggior produzione di progesterone ed estrogeni.

Minore massa muscolare e minor capacità di esprimere forza e velocità

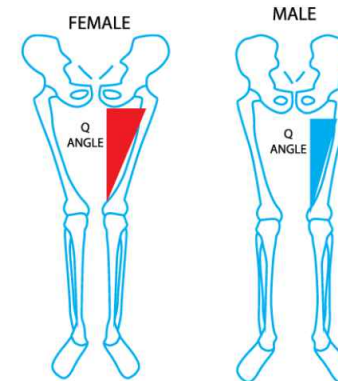
Minore capacità aerobica

Maggiore equilibrio e coordinazione

Maggiore lassità legamentosa e di connettivo

Centro di gravità più basso

Angolo Q



PSICOLOGICO:

- Maggiore impegno e dedizione al lavoro —————> Capacità di sacrificio
- Maggiori capacità attentive
- Volontà di migliorarsi
- Sapere il perché si fa una cosa —————> Curiosità
- Elevato senso di responsabilità —————> Lavoro sull'accettazione dell'errore
- Forma diversa di relazione con l'adp



Ricerca di graduale empatia con l'ADP



ADP NEL FEMMINILE



- Deve sapere di calcio
- Deve insegnare a leggere i momenti e le partite
- Deve dare risposte (non serve urlare)
- Deve essere credibile in ciò che dice e in ciò che propone
- Deve essere chiaro e trasparente
- Deve essere un motivatore positivo
- Deve saper riconoscere i momenti e saperli gestire
- Creare legame di condivisione
- Essere disposto al confronto



**GRAZIE
PER L'ATTENZIONE**



Lugli Alice

Laurea in scienze motorie

Uefa B

Uefa GKB

Mail:

lugli.alice96@gmail.com