

# 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

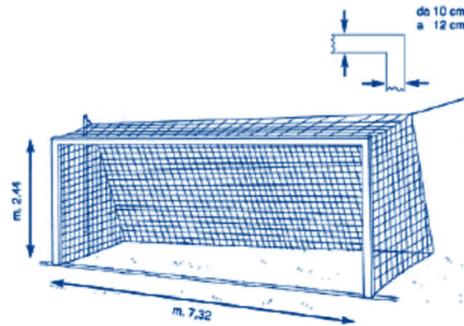
Nel 2015 le tesserate poco meno di **20.000**, ad oggi sono più di **30.000**



## 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

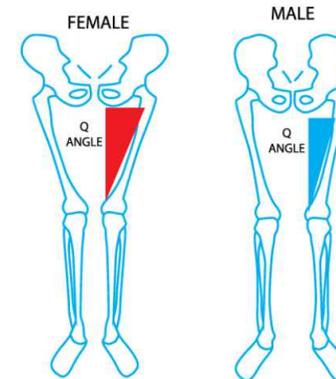
Minore capacità aerobica

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](mailto:lugli.alice96@gmail.com)