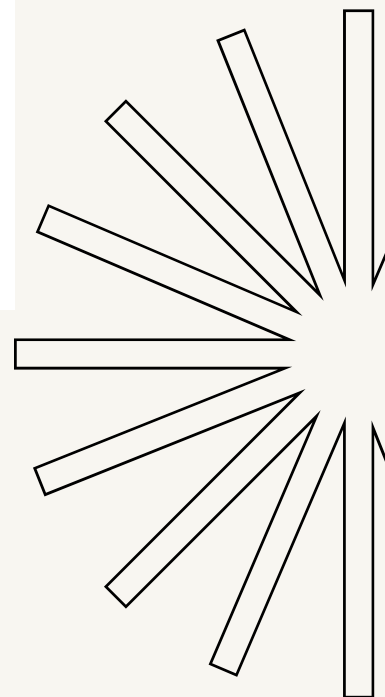




Co-funded by  
the European Union

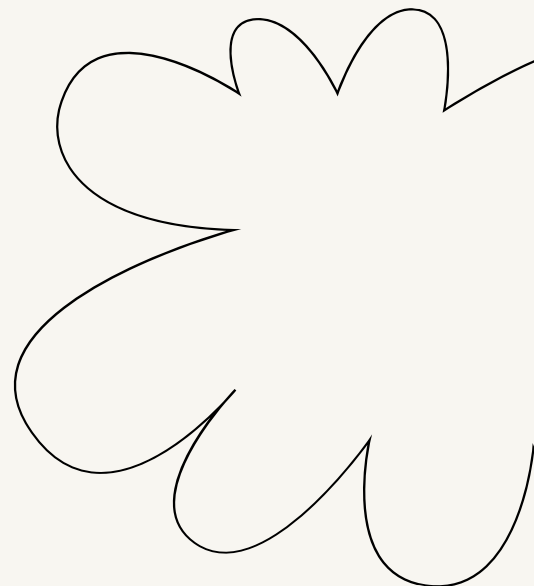


# Empowered Female Coaches of Basketball

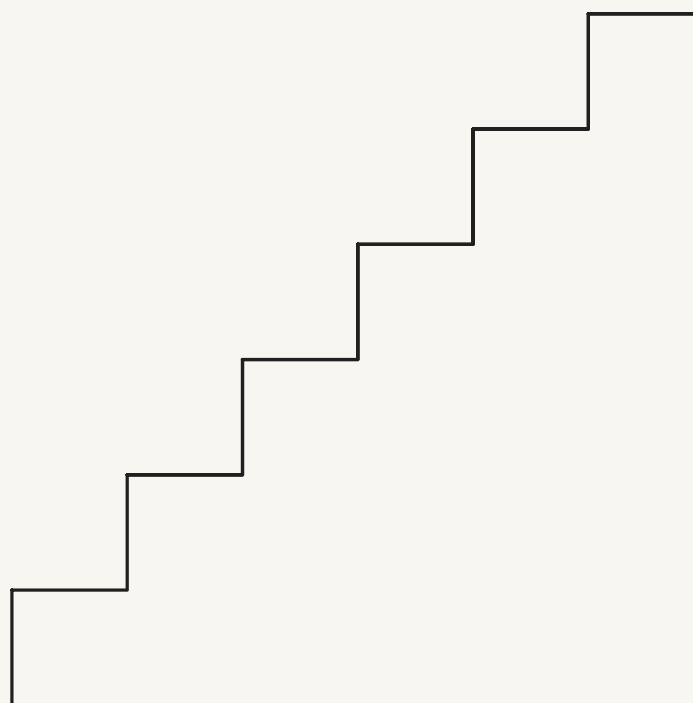
# Modulo di Allenamento

“Finanziato dall’Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agencia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili di tali opinioni.”

# Indice dei contenuti



- 03      Informazioni sul progetto
- 06      Il consorzio del progetto
- 11      Analisi della situazione
- 30      Le sessioni
- 75      Informazioni su Erasmus + Sport



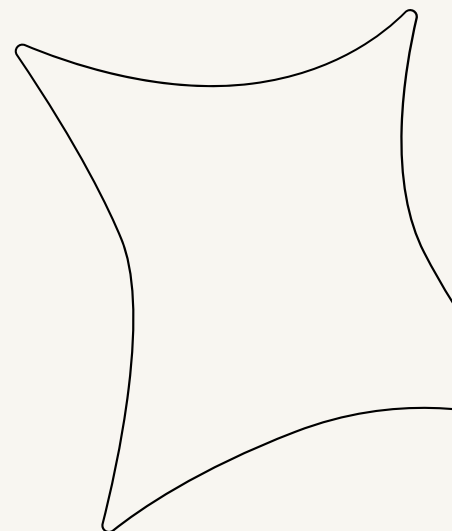
# Informazioni sul progetto

Il progetto "**Empowered Female Coaches of Basketball**" affronta la situazione degli attuali allenatori di pallacanestro femminile in Europa, dall'arruolamento alla partecipazione nella pallacanestro amatoriale e persino in quella professionistica. Questo progetto vuole rendere visibile la necessità di un dibattito e offrire una proposta di politiche per promuovere la partecipazione femminile in diverse posizioni di leadership nella pallacanestro, come la gestione della squadra. Nel 2017, uno studio dell'Organizzazione delle Nazioni Unite ha stimato che la popolazione mondiale totale è composta per il 50,5% da uomini e per il 49,5% da donne. Tuttavia, nello stesso anno, dei circa 210 allenatori (capi e assistenti) che facevano parte delle 30 franchigie NBA, solo lo 0,014% del totale era costituito da donne. L'NBA è una competizione maschile, ma nonostante questa ovvietà, nelle posizioni tecniche destinate al processo decisionale diretto (allenatori e assistenti), responsabilità in cui a prevalere sono la competenza e l'intelligenza, indipendentemente dal fatto che si sia uomini o donne, la presenza femminile era minima, testimoniale, di circostanza.

Il Consorzio del progetto "Empowered Female Coaches of Basketball" utilizza l'NBA come esempio perché è all'avanguardia nello sport maschile mondiale. Ha accettato di non poter progredire se non si integra con l'altro 50% della popolazione. La situazione non è diversa nelle competizioni femminili. Nella massima competizione di pallacanestro femminile, l'Eurolega Women organizzata dalla FIBA, si riscontra la stessa situazione. Nonostante sia una competizione femminile, composta da club professionistici di tutta Europa, il rapporto tra allenatori donne e allenatori uomini è minimo. Sono 20 le squadre che partecipano a questa competizione, ma solo 7 donne fanno parte dello staff di allenatori su un totale di 60. Di queste 7 donne, solo 3 sono titolari di un incarico di allenatore. Di queste 7 donne, solo 3 ricoprono il ruolo di capo allenatore. La proporzione è chiaramente quasi testimoniale.

Discutendo la questione con i partner del consorzio, sono stati identificati alcuni dei problemi:

- Necessità di maggiore promozione della figura dell'allenatore donna attraverso campagne di sensibilizzazione. La mancanza di modelli di ruolo non aiuta a incoraggiare le giocatrici a continuare la loro carriera cestistica.
- Scarsa predisposizione da parte dei club e anche delle federazioni a selezionare ragazze e donne per allenare le loro squadre.



- La necessità di accelerare il cambiamento di mentalità nel mondo dello sport che aiuti a raggiungere una reale parità di opportunità, non solo per quanto riguarda l'atleta ma anche nella gestione delle squadre.

Tuttavia, il problema principale è quello di affrontare il fatto che ancora oggi queste situazioni continuano a verificarsi e che i pochi cambiamenti che si vedono sono lenti e insufficienti. L'uguaglianza deve essere una delle priorità di ogni società moderna. Il progetto "Empowered Female Coaches of Basketball" è realizzato in collaborazione con Barcelona Sports Events dalla Spagna, Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) dalla Serbia, Associacao Desportiva Cultural e Social de Carvalhais dal Portogallo, Young Lions Gdansk Sports Academy dalla Polonia e A.S.D. DKB dall'Italia nel periodo 01.01.2023 - 31.12.2023.

**Obiettivo generale:** promuovere la cooperazione transnazionale nel campo della pallacanestro amatoriale per aumentare il numero di allenatori donne in Europa.

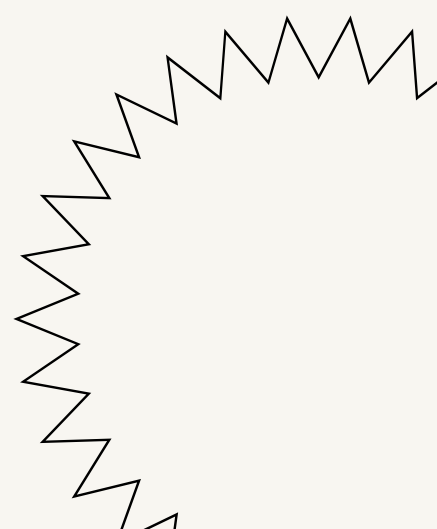
**Gli obiettivi del progetto sono:**

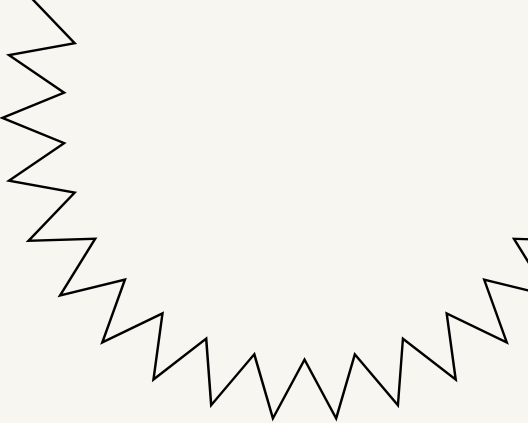
- Sviluppare una nuova metodologia per la formazione di allenatori di pallacanestro dilettanti.
- Fornire a giovani atlete, studentesse, dilettanti e giocatrici amatoriali le abilità e le competenze degli allenatori di pallacanestro nelle competizioni di pallacanestro amatoriali e professionali.
- Formare un'alleanza di allenatori donna di pallacanestro.

**Gruppi target:**

**1. Giocatrici attive.**

Le giovani giocatrici sono uno dei principali gruppi target di questo progetto. Un gran numero di giovani si allena a basket e ama questo sport. Per molte ragioni, che si tratti di infortuni, istruzione, problemi finanziari, mancanza di sostegno, ecc. molti giovani decidono di terminare la loro carriera cestistica appena iniziata. Dal momento che sono ancora innamorati della pallacanestro, il coaching rappresenta per loro un'opportunità per continuare a far parte di questo sport. Il progetto si rivolge ai giovani giocatori di pallacanestro offrendo loro opportunità di formazione supplementare. I partecipanti al progetto saranno dotati di una nuova visione, abilità e competenze per continuare la loro carriera nella pallacanestro sviluppando il ruolo di allenatore. Questo progetto non è rivolto esclusivamente ai giocatori professionisti, che a priori hanno maggiori possibilità di continuare la loro carriera come allenatori, al contrario, l'intera comunità di giocatori amatoriali e anche nella fase di formazione sono gli obiettivi principali per aumentare il numero di allenatori nel basket europeo.





## 2. **Ex-giocatrici**

Negli ultimi anni un gran numero di giocatrici ha ottenuto la licenza della federazione ed è stato costretto a lasciare la pallacanestro per vari motivi. Da un lato, le donne tendono a sentirsi maggiormente condizionate dagli obblighi familiari, soprattutto quando sono madri. Considerano questa responsabilità incompatibile con l'enorme quantità di tempo richiesta per allenare una squadra. Inoltre, è importante sottolineare che le ragazze non hanno modelli di riferimento come i ragazzi, come Nadal, Alonso, Ronaldo, Messi, Gasol. L'impatto dello sport femminile è molto limitato. I successi femminili a volte non vengono nemmeno menzionati dai media. È una questione dolorosa. Molte di loro seguono la pallacanestro con interesse, ma dall'esterno, questa metodologia mira a "recuperare" tutte le donne che sono state giocatrici di questo sport e ad offrire loro l'opportunità di farne nuovamente parte, svolgendo il ruolo di allenatrici.

## 3. **Tifosi della pallacanestro**

La pallacanestro è uno sport che ha molti fan, molti dei quali sono donne. Il loro legame con il nostro sport può essere avvenuto attraverso un familiare, un amico o i media. Attraverso questo progetto, si può dare un'opportunità ai tifosi che seguono la pallacanestro con interesse e che potrebbe diventare un'opportunità per loro. Infatti, una grande percentuale di allenatori maschi non ha attraversato la fase di giocatore, né ha avuto alcun contatto con la pallacanestro fino all'età in cui ha deciso di studiare per diventare allenatore. La popolarità della pallacanestro è così grande che molti la conoscono in età più avanzata e si integrano più tardi.

# Project consortium

## Barcel'hona Sports Events - Spagna

Barcel'hona Sports Events è un'organizzazione nata nel 2014 dedicata all'organizzazione di eventi sportivi. I soci fondatori, Francisco Caballero e José Antonio Nevado, hanno quasi 40 anni di esperienza nella pallacanestro insieme, prima come giocatori e poi come allenatori e direttori sportivi di alcuni club della zona di Barcellona. Questa esperienza nel mondo della pallacanestro fa sì che conoscano nei dettagli la comunità dei club della Catalogna, così come le competizioni catalane e spagnole. Durante tutto questo tempo abbiamo creato una rete di collaborazione con molti club e federazioni regionali in Spagna, che ha permesso loro di organizzare campi di allenamento e tornei con la partecipazione di club e federazioni nazionali di tutto il mondo. I loro gruppi target includono club e federazioni nazionali provenienti dall'Europa (Spagna, Scozia, Regno Unito, Finlandia, Danimarca, Norvegia, Islanda, Ungheria, Francia) e dal resto del mondo: Giappone, Stati Uniti e Australia. Tra i tornei di pallacanestro che organizzano, si segnalano il Torneig de Bàsquet Junior "Ciutat de L'Hospitalet", torneo U18 che è forse il più prestigioso e storico del panorama europeo (nel 2020 ha raggiunto la 41ª edizione); e il Torneo Internazionale Cadetti del CB Sant Josep de Badalona, di cui sono cofondatori. In occasione della Coppa del Mondo di pallacanestro tenutasi in Spagna nel 2014 sono stati coinvolti nell'organizzazione come responsabili della competizione per la sede di Barcellona al Palau Sant Jordi. L'organizzazione collabora anche con club e associazioni del settore della pallacanestro, come NBN23, un'associazione che si dedica alla digitalizzazione delle partite di pallacanestro attraverso scorecard digitali e che ha sviluppato la Swish APP, uno strumento tecnologico per il monitoraggio delle gare per giocatori, allenatori, tifosi, ecc. Collaborano inoltre con Basket Cantera TV, il più popolare canale internet con trasmissione in streaming in Spagna che raccoglie le principali competizioni di basket del programma giovanile in Spagna e in Europa. Questo canale ha il più grande database video di partite in Spagna. Entrambe le organizzazioni forniscono un servizio di consulenza e collaborano con loro nella commercializzazione dei loro prodotti. Data la loro esperienza nel basket, la maggior parte degli eventi che organizzano sono legati a questo sport, anche se hanno organizzato anche eventi sportivi di calcio, nuoto e pallamano.

## Contatti / Social media

Sito Web: [www.barcel-honasports.com](http://www.barcel-honasports.com)

Facebook: @BarcelhonaSports

Instagram: @barcelhonasports

E-mail: [fcaballero@barcel-honasports.com](mailto:fcaballero@barcel-honasports.com)

[janevado@barcel-honasports.com](mailto:janevado@barcel-honasports.com)

## **Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) – Serbia**

Club for Youth Empowerment 018 (KOM 018) è un'organizzazione non governativa senza scopo di lucro che ha come obiettivo lo sviluppo delle capacità dei giovani, l'attuazione di programmi di educazione tra pari, la promozione dei valori interculturali, della democrazia, dell'inclusione dei gruppi minoritari, dei diritti umani, nonché la partecipazione attiva dei giovani a tutti i livelli della vita sociale attraverso attività quali workshop, corsi di formazione, seminari, scambi giovanili, lezioni, conferenze a diversi livelli, con particolare attenzione al lavoro con i bambini e i giovani, alla promozione dei diritti umani e al sostegno della partecipazione attiva dei giovani. I principali donatori del Club for Youth Empowerment 018 sono: Commissione europea - programmi come "Erasmus Plus", "Europa per i cittadini", "Gioventù in azione", "Cooperazione transfrontaliera Bulgaria-Serbia", Consiglio d'Europa - Fondazione europea per la gioventù, Ambasciata di Norvegia, Ambasciata d'Olanda, Ambasciata degli Stati Uniti, Balkan Trust for Democracy, Missione OSCE in Serbia, Ministero della Gioventù e dello Sport, Ministero della Cultura, Ministero degli Affari Esteri, Città di Nis ecc. Il Club per l'Empowerment Giovanile 018 ha già realizzato oltre 150 progetti internazionali sostenuti da programmi della Commissione Europea, della Fondazione Europea per la Gioventù e di altri donatori rilevanti, per cui l'organizzazione ha esperienza e conoscenza per lo sviluppo di domande per progetti a livello internazionale e per l'attuazione degli stessi. KOM 018 utilizza lo sport e i giochi nel lavoro con i giovani, gli operatori giovanili, ma lavora anche molto con i club e le associazioni sportive di base. L'organizzazione è stata sostenuta da diversi programmi dell'UE, in particolare Erasmus + ed Erasmus + Sport. Il team di KOM 018 ha un alto livello di esperienza nell'implementazione di progetti internazionali ed europei per la promozione dell'inclusione sociale, la promozione di valori europei come la tolleranza, la comprensione e l'accettazione reciproca, il fair play, il lavoro di squadra, la lotta contro la discriminazione e gli stereotipi e i pregiudizi nei confronti delle persone con disabilità e dei gruppi di persone socialmente escluse, e nell'uso dello sport e dei giochi come metodo di lavoro con i giovani. Infine, l'organizzazione ha una importante esperienza nello sviluppo di nuove metodologie per gli operatori giovanili e sportivi.

Contatti / Social media

Sito Web: [www.kom018.org.rs](http://www.kom018.org.rs)

Facebook: @KOM018

Instagram: @kom018.nis.serbia

E-mail: [kom018projects@gmail.com](mailto:kom018projects@gmail.com)



## **AADCS Carvalhais - Portogallo**

L'"Associazione sociale, culturale e sportiva di Carvalhais" (ADCS Carvalhais) è stata fondata nel 1991 e alcune delle attività più importanti di questa associazione sportiva locale nel corso degli anni sono state l'organizzazione e la partecipazione a tornei di calcio; più recentemente, la mountain bike e altri tipi di attività sportive hanno portato una nuova dinamica all'associazione. L'associazione lavora anche a stretto contatto con la comunità locale nell'organizzazione di feste e celebrazioni legate all'area rurale in cui ha sede. Oggi, la "Carvalhais Social, Cultural and Sport Association" è un'organizzazione giovane e dinamica con sede nel nord del Portogallo, ma con lo sguardo rivolto all'Europa e al resto del mondo.

Ha realizzato molti progetti sportivi Erasmus+ e ha una ricca esperienza in questo campo. In questo momento le nuove attività hanno un ampio spettro che va dall'escursionismo, al basket, al calcio per finire con gli eSport. L'Associazione collabora anche con gli stakeholder della regione che le danno supporto in molti dei nostri progetti e attività sportive. Recentemente ha implementato un progetto di pallacanestro nella propria associazione chiamato "Pari opportunità attraverso la cooperazione inclusiva nella pallacanestro" (EPIC -Basketball) ed è stato un grande successo. L'associazione ha un team piccolo ma con un'ottima conoscenza ed esperienza in molti sport diversi, perché la maggior parte delle persone che lavorano con l'associazione sono professionisti dello sport (insegnanti, allenatori e dirigenti sportivi).

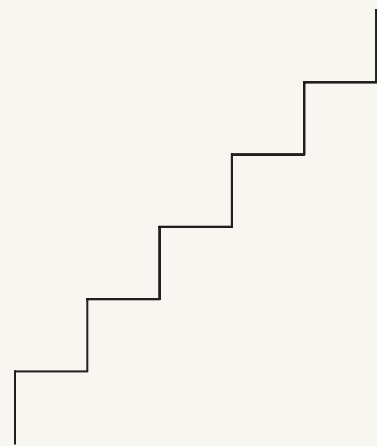
### **Contatti / Social Media**

Sito Web: <https://adcscarvalhais.pt>

Facebook: <https://www.facebook.com/adcscarvalhais2017>

Instagram: [https://www.instagram.com/adcs\\_carvalhais](https://www.instagram.com/adcs_carvalhais)

E-mail: [adcscarvalhais2017@gmail.com](mailto:adcscarvalhais2017@gmail.com)





## Sport Academy “Young Lions” – Polonia

Sport Academy "Young Lions" è una società di pallacanestro giovanile fondata nell'agosto 2012 con l'obiettivo di promuovere e sviluppare la cultura della crescita e di insegnare ai bambini e ai giovani lo spirito dello sport, basato su principi di fair-play, sana competizione e lavoro di squadra. Gli obiettivi chiave e fondamentali della nostra attività sono:

- L'aumento dell'attività fisica della società locale.
- Lo sviluppo dell'abitudine all'attività fisica tra i bambini e i giovani delle scuole locali.
- Lo sviluppo delle competenze dei bambini attraverso l'attività sportiva.
- Promozione di eventi di basket.

-

Attualmente l'accademia sviluppa e forma più di 100 bambini. Stanno iniziando a collaborare con le scuole materne locali con i bambini più piccoli, offrendo un programma di attività non a pagamento per bambini fino a 8 anni. Le attività principali del club sportivo sono organizzate intorno alla pallacanestro e alle competizioni ufficiali polacche di pallacanestro giovanile - gestiscono squadre fino alla categoria U15 (bambini dai 9 ai 15 anni). Tutti i bambini sono seguiti da istruttori/allenatori che li educano (sottolineando l'importanza dell'apprendimento a scuola) e sviluppano le abilità cestistiche e un approccio attivo e sano alla vita. Il club è determinato a offrire e svolgere un servizio di altissima qualità e completamente professionale ai giovani e alle loro famiglie. È un'organizzazione senza scopo di lucro guidata da consigli di amministrazione composti da volontari e appassionati di basket. La famiglia "Lion" è formata da giocatori (attuali ed ex) e dai loro genitori, da dipendenti del club, da volontari e da alcune persone giuridiche con la Città di Danzica e il Ministero dello Sport polacco come partner principali.

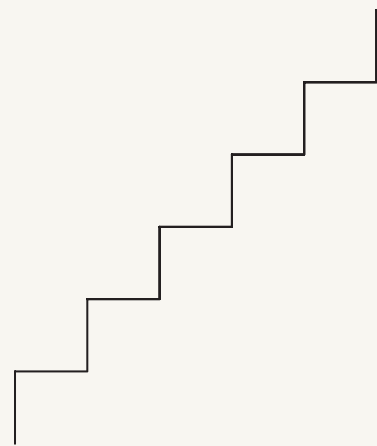
### Contatti / Social Media

Sito Web: <https://www.mlodelwy.pl/>

Facebook: @Szkola Koszykówki Młode Lwy Gdańsk

Instagram: @mlodelwy

E-mail: [bartoszteleszko@mlodelwy.pl](mailto:bartoszteleszko@mlodelwy.pl) / [mlodelwy@mlodelwy.pl](mailto:mlodelwy@mlodelwy.pl)



## **A.S.D. DKB – Italia**

A.S.D. DKB (Darwin Knew Basketball) opera sul territorio italiano con l'obiettivo di promuovere lo streetball 3x3. Un gruppo di 30 persone di età inferiore ai 35 anni si è consolidato nel corso di un decennio con l'obiettivo concreto di promuovere lo sport a ogni livello nel proprio territorio (in provincia di Piacenza, regione Emilia Romagna).

Gli eventi e le iniziative organizzate non sono a scopo di lucro, ma mirano all'inclusione, al divertimento e alla promozione di una vita attiva e sana da parte delle diverse fasce d'età. L'A.S.D. DKB negli anni ha consolidato un'importante esperienza nell'organizzazione di tornei ed eventi di basket 3x3 (14 anni). L'evento principale, il DKB 3x3, dopo anni di continua crescita, è oggi un livello riconosciuto dalla Federazione Italiana Pallacanestro come uno dei 5 Tornei Master di Streetball del circuito 3x3 Italia.

Oltre al torneo di streetball, l'A.S.D. DKB organizza eventi paralleli come lo Stramlòn, una manifestazione ludico-sportiva per tutte le associazioni e i gruppi di amici, anche non soci del territorio, per prevenire la sedentarietà e favorire uno stile di vita attivo attraverso attività ludiche e divertenti per bambini e adulti. DKB è anche l'organizzatore del DKB Dunk Contest, la più importante gara di schiacciate in Italia con ospiti internazionali provenienti da diversi continenti.

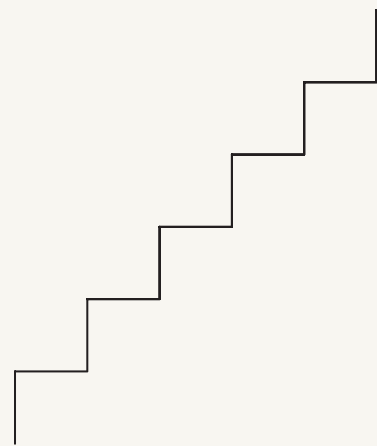
### Contatti / Social Media

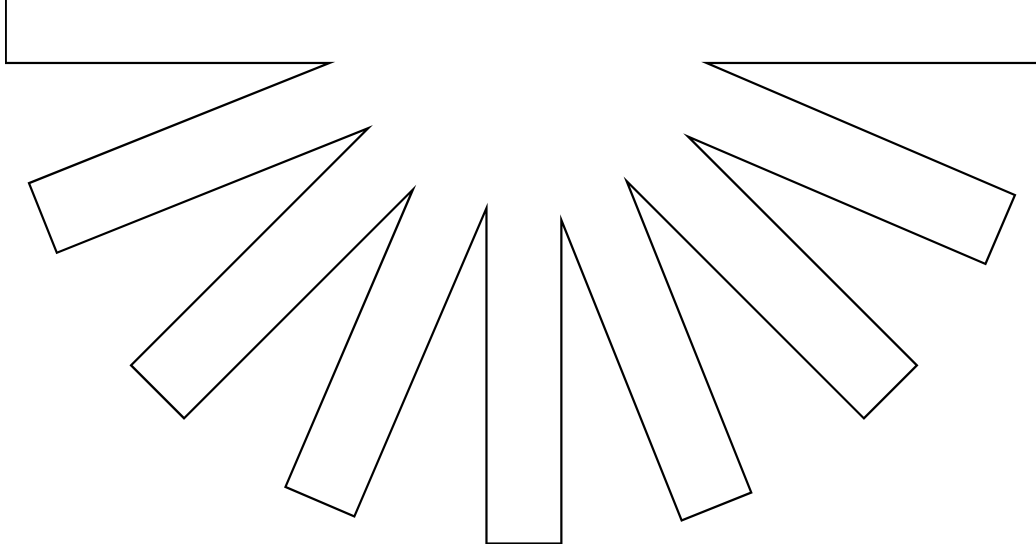
Sito Web: [www.dkb3x3.org](http://www.dkb3x3.org)

Facebook: DKB Darwin Knew Basketball

Instagram: @dkb3x3

E-mail: [amministrazione@dkb3x3.org](mailto:amministrazione@dkb3x3.org), [angela.adamoli@virgilio.it](mailto:angela.adamoli@virgilio.it)





**ANALISI DELLA  
SITUAZIONE**

# ANALISI DELLA SITUAZIONE – SPAGNA

L'obiettivo di questa analisi della situazione delle allenatrici di pallacanestro donne in Spagna è quello di mostrarci un'istantanea che ci mostri la realtà, conoscendo i numeri reali e mostrandoci la vera distanza che ancora esiste con la situazione degli allenatori uomini.

## CONTESTO

Licenze sportive in Spagna. Per fare conoscere meglio l'indagine, utilizzeremo diversi grafici che ci aiuteranno a capire la situazione attuale dell'incidenza della figura dell'allenatore donna in Spagna. Inizieremo con aspetti generali che ci permetteranno di conoscere il contesto attuale e che potrebbero darci indizi su dove andare per migliorare la situazione attuale e il suo impatto sul futuro della pallacanestro.

Con il primo grafico che riportiamo di seguito, ci faremo un'idea di cosa rappresenta la pallacanestro nel numero di licenze federali rispetto al resto degli sport federati in Spagna nel 2022. La Federazione spagnola (FEB) ha recuperato la seconda posizione nella classifica delle licenze federative nell'ultimo anno, dopo essere scesa al quinto posto nel 2021 a causa del boom degli sport all'aperto. Nella scorsa stagione, la FEB ha raggiunto 377.108 licenze, il 9,2% in più rispetto al 2021.

## Evoluzione anno su anno delle licenze sportive in Spagna

Discipline	2018	2019	2020	2021	2022
Athletics	85.401,00	78.098,00	70.759,00	85.539,00	92.466,00
Car Races	26.314,00	26.180,00	16.392,00	21.585,00	23.553,00
<b>Basketball</b>	<b>385.110,00</b>	<b>385.635,00</b>	<b>376.352,00</b>	<b>272.451,00</b>	<b>377.108,00</b>
Handball	99.185,00	100.368,00	90.336,00	92.539,00	98.861,00
Hunt	317.065,00	335.474,00	334.635,00	337.326,00	333.845,00
Cycling	75.680,00	74.768,00	75.638,00	77.972,00	74.675,00
Football	1.063.090,00	1.095.604,00	1.074.567,00	907.223,00	1.137.651,00
Golf	270.996,00	269.743,00	271.609,00	284.776,00	293.378,00
Horse Riding	50.781,00	52.405,00	61.976,00	72.987,00	68.770,00
Hockey	16.209,00	16.411,00	16.270,00	15.081,00	16.761,00
Judo	105.206,00	108.145,00	97.092,00	61.089,00	98.791,00
Karate	72.910,00	75.406,00	66.201,00	56.016,00	75.100,00
Mountain & Climbing	233.161,00	248.406,00	248.983,00	273.549,00	289.605,00
Swimming	67.918,00	69.483,00	67.399,00	65.454,00	66.775,00
<u>Pádel</u>	72.266,00	75.818,00	75.548,00	96.543,00	96.561,00
Skating	64.789,00	65.820,00	65.130,00	66.123,00	71.198,00
Rugby	35.682,00	37.782,00	37.750,00	32.333,00	38.461,00
Tennis	78.100,00	71.091,00	70.151,00	80.318,00	83.521,00
Volleyball	84.645,00	85.847,00	91.222,00	79.108,00	95.438,00

Nel 2021, grazie al boom della domanda di sport all'aria aperta a causa della pandemia, la Federazione Reale Spagnola di Golf e la Federazione Spagnola di Alpinismo e Arrampicata hanno superato la Federazione Spagnola di Pallacanestro per numero di tesserati. Anche se la FEB non ha recuperato i livelli pre-pandemia, è vicina al numero di licenze di federazione del 2019 e degli anni precedenti, collocando il numero di federazioni tra il 2018 e il 2020 oltre le 375.000 licenze nelle tre stagioni.

Il calcio ha continuato a essere il re degli sport, superando ancora una volta il milione di licenze federali nel 2022. Lo sport più praticato in Spagna ha registrato un aumento del 27,7% tra la scorsa stagione e quella precedente, portando le licenze a 1,1 milioni. Dei 4,10 milioni di licenze federali nel 2022, il 75,70% (2,93 milioni) è di sesso maschile, mentre il restante 24,20% (998.085) corrisponde a donne. Mai nella storia sportiva della Spagna le donne sono state così vicine al milione di licenze federali.

Basketball Club in Spagna. Dopo aver ottenuto una visione globale dello sport in Spagna e aver conosciuto la posizione che occupa la pallacanestro, ora ci concentreremo solo sul nostro sport. Il secondo grafico che vedremo illustra in dettaglio il numero di club in ogni comunità autonoma. La Spagna ha 19 federazioni regionali che si occupano di tutto ciò che riguarda la pallacanestro in termini di competizioni, licenze e promozione in ogni territorio.

Osserviamo che la pallacanestro ha una grande presenza sul territorio grazie alla rete associativa di club che raggiungono tutti gli angoli della Spagna. Un totale di 2.616 club sparsi in tutto il Paese.

## Numeri dei Club per Regione Spagnola

Region	Nº Clubs
Castilla y León	446
Cataluña	424
Comunidad Valenciana	325
Andalucía	235
País Vasco	198
Aragón	186
Comunidad de Madrid	166
Galicia	104
Castilla La Mancha	90
Canarias	87
Asturias	73
Islas Baleares	67
Región de Murcia	47
Extremadura	46
Cantabria	38
La Rioja	38
Navarra	34
Melilla	7
Ceuta	5

Licenze di Basketball in Spagna. Per quanto riguarda il numero di licenze, nel grafico successivo troviamo la classifica delle 5 comunità autonome con il maggior numero di licenze di pallacanestro (per entrambi i sessi). Le prime 5 comunità autonome raggiungono il 69% del numero totale di licenze sul territorio nazionale.

### Numero di Licenze per Regione

Region	2022
Madrid	79.455
Cataluña	74.947
Comunidad Valenciana	41.470
País Vasco	34.748
Andalucía	29.340
Resto	117.148

Il seguente grafico ci fornisce dati molto importanti, questa statistica mostra il numero di licenze sportive della Federazione spagnola di pallacanestro nel 2018 e nel 2022, per genere. Sia nel caso degli uomini che delle donne, il numero di licenze ha subito una continua diminuzione nei due anni affettati dalla pandemia.

### Numero di Licenze per Genere

Gender	2018	2019	2020	2021	2022
Men	247.106	252.708	245.813	173.968	246.464
Women	138.004	132.927	130.539	98.483	130.644
Total	385.110	385.635	376.352	272.451	377.108

Mancanza di visibilità e di modelli di riferimento. Una volta conosciuto il volume di club, licenze sportive e quanti di questi appartengono a donne, mostreremo di seguito due grafici che possono aiutarci a capire perché il numero di allenatori donne è ancora molto basso e ben al di sotto del numero di allenatori uomini. In questi casi vedremo che la mancanza di visibilità e il non sfruttare le opportunità di creare modelli di ruolo che stimolino e ispirino i giovani giocatori, possono essere alcune delle ragioni dell'attuale numero di allenatori donne.

Il primo grafico di questi due presenta la classifica delle partite di basket che hanno ottenuto il maggior numero di spettatori televisivi in Spagna fino al 2019. La finale della Coppa del Mondo di Cina 2019, giocata tra le squadre di Spagna e Argentina, ha ottenuto una media di 6.168.000 spettatori. circa 20.000 in più rispetto a quella ottenuta dalla finale di Eurobasket 2015, che ha opposto la Spagna alla Lituania.

## Le partite di basket più viste di sempre

Game	Year	Competition	Viewers	Screen Share
Spain vs Argentina	2019	World Cup in China	6.168.000	46,5 %
Spain vs Lithuania	2015	<u>Eurobasket</u>	6.148.000	44,5 %
Spain vs USA	2012	Olympic Games in London	5.400.000	44,9 %
Spain vs USA	2008	Olympic Games in Beijing	2.627.000	68,8 %

Se torniamo indietro al 2008, l'anno della quarta partita di basket più vista dagli spettatori spagnoli, il bilancio della squadra di basket femminile spagnola è stato un periodo di grandi successi sportivi:

- Eurobasket 2009 (Lettonia): Bronzo
- Coppa del Mondo 2010 (Repubblica Ceca): Bronzo
- Eurobasket 2013 (Francia): Oro
- Coppa del Mondo 2014 (Turchia): Argento
- Eurobasket 2015 (Ungheria): Bronzo
- Giochi Olimpici 2016 (Brasile): Argento
- Eurobasket 2017 (Repubblica Ceca): Oro
- Coppa del Mondo 2018 (Spagna): Bronzo
- Eurobasket 2019 (Serbia): Oro

Pertanto, la pallacanestro femminile, nonostante abbia ottenuto grandi successi sportivi nelle recenti competizioni internazionali, la copertura mediatica ottenuta è stata molto inferiore a quella ottenuta dalla squadra nazionale maschile.

Giocatrici spagnole in WNBA. Nel grafico seguente vedremo l'elenco delle giocatrici spagnole che hanno partecipato al miglior campionato del mondo, la WNBA. Il grafico indica il numero di stagioni giocate nel campionato americano. Nella terza colonna del grafico vediamo l'attuale lavoro delle giocatrici che hanno giocato nella WNBA. Solo 3 di loro sono rimaste legate al basket con incarichi di allenatore. La più nota o quella che ha avuto maggiore visibilità è stata Anna Montañana, un'allenatrice che ha trascorso diverse stagioni come assistente in una squadra del campionato ACB. È un peccato che non ci sia stato un numero maggiore di queste famose giocatrici che si sono dedicate all'attività di allenatore dopo la loro carriera di giocatrici professioniste.



## Giocatrici spagnole che hanno giocato in WNBA

Player	Nº of Seasons	Current Job
Sancho Lyttle	15	Businesswoman
Astou Ndour	6	Player
Amaya Valdemoro	3	TV Commentator
Anna Cruz	3	Player
Marta Xargay	2	Unknown
<b>Núria Martínez</b>	<b>2</b>	<b>Women's CBS Barça Coaching staff</b>
Leticia Romero	1	Player
<b>Anna Montañana</b>	<b>1</b>	<b>Professional Coach</b>
Elisa Aguilar	1	FEB President
Begoña García	1	Businesswoman
Marina Ferragut	1	Businesswoman
Betty Cebrián	1	FIBA European Development Projects
<b>Isa Sánchez</b>	<b>1</b>	<b>Women's National Team Coaching staff</b>
Maite Cazorla	1	Player
Marta Fernández	1	TV Commentator
Raquel Carrera	1	Player
Aina Ayuso	1	Player

## SITUAZIONE DELL'ALLENATORE PROFESSIONISTA/SEMIPROFESSIONISTA 2022/2023

DONNA

Passeremo in rassegna tutte le categorie professionistiche e semiprofessionistiche esistenti in Spagna. Vogliamo analizzare la presenza di allenatori di pallacanestro nei 3 campionati nazionali organizzati dalla Federazione spagnola di pallacanestro: Liga Femenina Endesa, Liga Femenina Challenge e Liga Femenina 2. Fonte: Federación Española de Baloncesto.

Il confronto della presenza tra allenatori uomini e donne è scoraggiante e mette in evidenza la grande disuguaglianza esistente:

Leghe FEB Totali

Total Teams	60
Female Coaches	9
Male Coaches	51
% Female Coaches	15 %

## LIGA FEMENINA ENDESA

	Club	Coach
1	Barça CBS	Male Coach
2	<u>Cadi La Seu</u>	Male Coach
3	<u>Casademont Zaragoza</u>	Male Coach
4	<u>Durán Maquinaria Ensino</u>	Male Coach
5	<u>Embutidos Pajariel Bembibre PDM</u>	Male Coach
6	<u>Hozono Global Jairis</u>	Male Coach
7	<b>IDK Euskotren</b>	<b>ARANZAZU MUGURUZA DOMÍNGUEZ</b>
8	<u>Innova-TSN Leganés</u>	Male Coach
9	<b>Kutxabank Araski</b>	<b>MADELEN URIETA GUTIERREZ</b>
10	<b>Lointek Gernika Bizkaia</b>	<b>ANNA MONTAÑANA GIMENO</b>
11	<u>Movistar Estudiantes</u>	Male Coach
12	<u>Perfumerías Avenida</u>	Male Coach
13	<b>Spar Girona</b>	<b>LAURA ANTOJA</b>
14	<u>Spar Gran Canaria</u>	Male Coach
15	Tenerife	Male Coach
16	Valencia BC	Male Coach

## Totali Liga Femenina Endesa

Female Coaches	4
Male Coaches	12
% Female Coaches	25 %

## LIGA FEMENINA CHALLENGE

	Club	Coach
1	<u>Al-Qázeres Extremadura</u>	Male Coach
2	Baxi Ferrol	Male Coach
3	CAB Estepona	Male Coach
4	<b>Celta Zorka Recalvi</b>	<b>CRISTINA CANTERO OSTOS</b>
5	<u>Joventut Badalona</u>	Male Coach
6	<u>Domusa Teknik ISB</u>	Male Coach
7	<b>La Cordá de Paterna NB</b>	<b>GLORIA ESTOPA CALVET</b>
8	Lima-Horta Barcelona	Male Coach
9	Melilla Sport	Male Coach
10	<b>Milar Córdoba Baloncesto</b>	<b>MIREIA CAPDEVILA</b>
11	<u>Oses Construcción Ardoi</u>	Male Coach
12	Picken Claret	Male Coach
13	<u>Recoletas Zamora</u>	Male Coach
14	Real Canoe	Male Coach
15	<u>Vantage Towers Alconbendas</u>	Male Coach
16	<u>Vega Lagunera Tenerife</u>	Male Coach

## Totali Liga Femenina Challenge

Female Coaches	3
Male Coaches	13
% Female Coaches	18,7 %

## LIGA FEMENINA 2

	Club	Coach
1	<u>Advisoria Boet Mataró</u>	Male Coach
2	<u>Anagón - El Olivar</u>	Male Coach
3	<u>Aranguren Multibasket</u>	Male Coach
4	Mallorca Sant Josep	Male Coach
5	BF León	Male Coach
6	Basket Almeda	Male Coach
7	<u>Bosonit Unibasket</u>	Male Coach
8	<b>CB Axil</b>	<b>MAITE MÉNDEZ FERNÁNDEZ</b>
9	<u>CB Aridane</u>	Male Coach
10	Elite Sport CB Lleida	Male Coach
11	<u>NBF Castelló</u>	Male Coach
12	<u>Baloncesto Sevilla Femenino</u>	Male Coach
13	GEIEG	Male Coach
14	<u>HGB Ausarta Barakaldo</u>	Male Coach
15	<u>Hierro Díaz Miralvalle</u>	Male Coach
16	UE Mataró	Male Coach
17	Costa de Almería	Male Coach
18	<u>CB Grup Barna</u>	Male Coach
19	<u>Magec Tías</u>	Male Coach
20	<u>Mariscos Antón Cortegada</u>	Male Coach
21	<u>Maristas Coruña</u>	Male Coach
22	<b>CBF Cerdanvola</b>	<b>PILI BILBAO</b>
23	Raca Granada	Male Coach
24	<u>Segle XXI</u>	Male Coach
25	<u>Femení Sant Adrià</u>	Male Coach
26	<u>Tirso Incentro</u>	Male Coach
27	<u>Unicaja Mijas</u>	Male Coach
28	<u>Unilever Viladecans BF</u>	Male Coach

## Totali Liga Femenina 2

Female Coaches	2
Male Coaches	26
% Female Coaches	7,1 %

## PRESENZA DELL'ALLENATORE DONNA NEL CAMPIONATO REGIONALE SPAGNOLO 2023

Analizzeremo ora la presenza di allenatori di pallacanestro donne nei campionati regionali spagnoli. Esamineremo le 19 squadre che hanno rappresentato tutte le regioni spagnole nelle categorie U12, U14 e U16, sia femminili che maschili.

Cominciamo con il campionato spagnolo U12 che si è svolto dall'1 al 5 aprile di quest'anno a Tarragona.

### U12

	Region	U12 Girls Competition - Coaches	U12 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 2 females AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
3	Cantabria	ALBA PUENTE LEÓN	Male Coach + 1 female AC
4	Navarra	Male Coach	Male Coach
5	Cataluña	LAURA TIERNO MARTÍ + 2 females AC	Male Coach
6	C. La Mancha	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
7	Murcia	VERÓNICA ALCARAZ FERRER	Male Coach
8	C. Valenciana	BELÉN GÓMEZ GIMENO + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	Male Coach	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach	Male Coach
11	Madrid	PAULA DOMÍNGUEZ ALONSO + 1 female AC	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	SEILA INES LABRA GARCÍA + 1 female AC	Male Coach
14	Extremadura	BEATRIZ ASPRELLA CHACÓN	Male Coach
15	Melilla	MÓNICA RODRÍGUEZ GARCÍA + 2 females AC	TRINIDAD BOTELLO LOZANO+ 1 female AC
16	País Vasco	Male Coach	Male Coach + 1 female AC
17	Islas Baleares	MARINA ALEMANY PÉREZ + 1 female AC	Male Coach + 1 female AC
18	C. Y León	CARLA IURKO VALETA + 1 female AC	Male Coach
19	Galicia	Male Coach + 1 female AC	Male Coach

Female Head Coaches	10/19
Female Assistant Coaches	14/38
% Female Head Coaches	52,6 %
% Female Assistant Coaches	38,8 %

Female Head Coaches	1/19
Female Assistant Coaches	4/38
% Female Head Coaches	5,2 %
% Female Assistant Coaches	10,5 %

Continuiamo con il campionato spagnolo U14 che si è tenuto dal 3 al 7 gennaio di quest'anno a Huelva.

## U14

	Region	U14 Girls Competition - Coaches	U14 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
3	Cantabria	<b>EVA BRAVO MIGUEL + 2 female AC</b>	Male Coach
4	Navarra	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
5	Cataluña	<b>LAURA DÍAZ BAYÓN+ 1 female AC</b>	Male Coach + 1 female AC
6	C. La Mancha	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
7	Murcia	<b>CRISTINA CAMPOY. MARTÍNEZ</b>	<b>LAURA FERNÁNDEZ CORBALÁN</b>
8	C. Valenciana	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	<b>VANESA PÉREZ HARRER</b>	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach	Male Coach
11	Madrid	Male Coach	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	Male Coach	Male Coach
14	Extremadura	Male Coach	Male Coach
15	Melilla	<b>TRINIDAD BOTELLO LOZANO + 1 female AC</b>	Male Coach
16	País Vasco	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
17	Islas Baleares	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
18	C. Y León	Male Coach	Male Coach
19	Galicia	Male Coach	Male Coach

Female Head Coaches	5/19
Female Assistant Coaches	11/38
% Female Head Coaches	26,3 %
% Female Assistant Coaches	28,9 %

Female Head Coaches	1/19
Female Assistant Coaches	1/38
% Female Head Coaches	5,2 %
% Female Assistant Coaches	2,6 %

Continuiamo con il campionato spagnolo U16 che si è tenuto dal 3 al 7 gennaio di quest'anno a Huelva.

## U16

	Region	U16 Girls Competition - Coaches	U16 Boys Competition - Coaches
1	Andalucía	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
2	Aragón	Male Coach	Male Coach
3	Cantabria	<b>ESTELA FERNÁNDEZ ARGÜELLO</b>	Male Coach
4	Navarra	Male Coach	Male Coach
5	Cataluña	<b>ALBA BONET BUQUERA + 1 female AC</b>	Male Coach + 1 female AC
6	C. La Mancha	<b>ANA BELÉN SÁNCHEZ GIL + 1 female AC</b>	Male Coach
7	Murcia	Male Coach	Male Coach
8	C. Valenciana	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
9	Islas Canarias	Male Coach	Male Coach
10	Ceuta	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
11	Madrid	<b>OLGA GONZÁLEZ GRANDE + 1 female AC</b>	Male Coach
12	La Rioja	Male Coach	Male Coach
13	Asturias	Male Coach	Male Coach
14	Extremadura	Male Coach	Male Coach
15	Melilla	<b>ESTELLA ALEMÁN CASTILLO</b>	Male Coach + 1 female AC
16	País Vasco	Male Coach + 1 female AC	Male Coach
17	Islas Baleares	<b>VERÓNICA ÁVILA FERNÁNDEZ+ 1 female AC</b>	Male Coach
18	C. Y León	Male Coach	Male Coach
19	Galicia	<b>NACARY ROJAS</b>	Male Coach

Female Head Coaches	7/19
Female Assistant Coaches	8/38
% Female Head Coaches	36,8 %
% Female Assistant Coaches	21 %

Female Head Coaches	0/19
Female Assistant Coaches	2/38
% Female Head Coaches	0 %
% Female Assistant Coaches	5,2 %

Fonte: Federación Española de Baloncesto. Competition guide.

## UN FUTURO OTTIMISTICO?

Il basket femminile ha ancora molto da migliorare. Non per mancanza di qualità, talento o divertimento, ma per mancanza di professionalità, che sta arrivando, ma non è sufficiente.

La Spagna ha giocato la sua prima partita internazionale di basket femminile il 16 giugno 1963. In altre parole, 60 anni fa. Sebbene la pallacanestro sia arrivata in Spagna contemporaneamente per gli uomini e per le donne, queste ultime hanno dovuto attendere per il loro debutto. La squadra di pallacanestro femminile spagnola ha giocato la sua prima partita, un'amichevole contro la Svizzera, 28 anni dopo la squadra maschile.

La pallacanestro femminile spagnola sta migliorando sempre di più, ha più visibilità grazie ai grandi club che la sostengono, come il Valencia Basket, il Zaragoza o l'Estudiantes, e che fungono da riferimento per altri club che non avevano nemmeno preso in considerazione l'idea di avere una squadra femminile.

L'estate scorsa è stata straordinaria per la pallacanestro spagnola, in tutte le categorie, maschili e femminili, dalla U14 alla senior, sono state ottenute medaglie e sono stati conquistati riconoscimenti nelle competizioni più importanti, e questo fa sì che le federazioni e i club scommettano su questo sport.

Per quanto riguarda l'aumento degli allenatori di pallacanestro donne, sembra che la dinamica sia positiva, sempre più troviamo giovani allenatrici che iniziano e soprattutto, cosa molto importante, si allenano. Lo dimostrano i dati dei corsi di formazione per allenatori di basket degli ultimi 2 anni.

Fonte: Consejo Superior de Deportes

### Corsi per Allenatori

Gender	2019	2020
Men	1605	1949
<b>Women</b>	<b>570</b>	<b>682</b>
Total	2175	2631

Il numero di allenatori uomini che vengono formati è ancora maggiore di quello delle allenatrici donne, come abbiamo già visto, la visibilità della pallacanestro maschile è ancora molto più alta di quella femminile. L'aspetto positivo è che il numero di donne che iniziano i corsi di formazione per allenatori sta aumentando, come dimostra l'incremento del 16,4% registrato tra il 2019 e il 2020.

La Federazione catalana di pallacanestro, il massimo organismo catalano che regola la pallacanestro nella regione, sta portando avanti un paio di iniziative che mirano a promuovere e migliorare le condizioni della pallacanestro femminile.



La prima a partire è stata il programma #DemanaCanvi sviluppato dalla Commissione Basket Femminile della FCBQ, #DemanaCanvi è una campagna di sensibilizzazione sulla necessità di cambiamento nello sport femminile e nella pallacanestro in particolare, con l'obiettivo di raggiungere i differenti agenti coinvolti nel mondo del basket.

La Federazione catalana di pallacanestro è presente anche in un progetto Erasmus + Sport con un obiettivo simile: Erasmus PROMISE.

Il progetto "PROMISE - Step forward for women in basketball" corrisponde al bando Erasmus+ Sport 2021-2027 e fa parte di Erasmus+, un'iniziativa che mira a sostenere la crescita sostenibile, la coesione sociale, l'occupazione di qualità. Inoltre, mira a promuovere l'innovazione e a rafforzare l'identità europea attraverso l'apprendimento permanente e lo sviluppo educativo, professionale e personale delle persone nel campo dell'istruzione, della formazione, della gioventù e dello sport sia all'interno che all'esterno dell'Europa.

Obiettivi del programma:

- Promuovere l'inclusione e la partecipazione delle ragazze e delle donne nella pallacanestro a tutti i livelli di responsabilità.
- Aumentare la consapevolezza e la coscienza in termini di genere.
- Responsabilizzare il collettivo femminile attraverso attività, formazione, incontri, campus per atlete, allenatori, collettivo arbitrale, direttive e staff delle federazioni.

Questo programma condotto dalla FCBQ si avvale della collaborazione e della partecipazione dei seguenti partner: Università Ramon Llull (Catalogna)

Federazione bulgara di pallacanestro

Federazione di pallacanestro della regione Nouvell-Aquitaine (Francia)

Federazione di pallacanestro dell'Irlanda

Federazione di pallacanestro del Kosovo Federazione di pallacanestro del Portogallo

Il programma è sostenuto anche dalla Federación Española de Baloncesto (FEB) e dalla Federazione Internazionale di Basket (FIBA).

# ANALISI DELLA SITUAZIONE – SERBIA

Da qualche tempo la scena sportiva femminile in Serbia sta ottenendo risultati eccezionali sulla scena internazionale. Questi risultati sono il frutto di un talento eccezionale, ma anche del carattere, della dedizione, della perseveranza e dell'etica del lavoro delle donne serbe. È innegabile che gli sport maschili e femminili ricevano un trattamento diverso. Storicamente, la giustificazione per i maggiori investimenti negli sport maschili è stata il maggiore interesse pubblico. La disparità è più che evidente, ma se la situazione viene valutata con precisione, può servire come ulteriore motivazione per chiunque voglia fare un cambiamento per ridurre almeno il divario esistente. La motivazione può essere trovata nel fatto che negli ultimi 30 anni le donne che hanno partecipato ai Giochi Olimpici hanno portato alla Serbia quasi lo stesso numero di medaglie degli uomini. Delle 15 medaglie vinte dalla Serbia a Pechino, Londra e Rio, sei sono state portate da donne (l'oro di Milica Mandić, l'argento di Ivana Maksimović e Tijana Bogdanović e il bronzo di Ivana Španović e della squadra di basket femminile). Delle nove medaglie conquistate ad Atlanta, Sydney e Atene, quattro sono state portate da donne (l'oro e il bronzo di Aleksandra Ivošev e due argenti di Jasna Šekarić).

A Seul e Barcellona, sei medaglie su 15 sono state vinte da donne (oro, argento e bronzo da Jasna Šekarić, argento dalla squadra di basket femminile e bronzo da Aranka Binder e dalla coppia Fazlić-Perkućin). L'intera società ha interesse a progredire, valorizzando le persone che lavorano sodo, capaci e di talento. Attualmente sono in corso sforzi per ridurre al minimo la discriminazione basata sul genere per l'avanzamento di carriera. Sebbene il raggiungimento dell'uguaglianza professionale e lavorativa tra uomini e donne possa sembrare ancora un obiettivo lontano, si sta sempre più riconoscendo che è raggiungibile. Tuttavia, la disuguaglianza economica tra i generi persiste, rendendo le donne più suscettibili all'insicurezza economica e alle sue ripercussioni rispetto agli uomini. L'enfasi sulla parità di retribuzione, sulle identiche condizioni di lavoro e sullo stesso status sociale a parità di mansioni resta cruciale per avanzare verso la completa uguaglianza di genere nello sport contemporaneo e anche in altre aree sociali. Le iniziative in corso stanno lavorando per affrontare questi problemi, ma sono necessari sforzi continui da parte di tutte le parti coinvolte per garantire che le donne ricevano un trattamento equo e opportunità sia in ambito professionale che economico. L'analisi dei ricavi delle società sportive evidenzia uno squilibrio finanziario tra club maschili e femminili.

L'analisi dei ricavi delle società sportive evidenzia uno squilibrio finanziario tra club maschili e femminili. Secondo i dati dell'Agenzia per i Registri delle Imprese (APR), nel 2019 i ricavi di tutti i club femminili di pallacanestro, pallavolo e pallamano in Serbia ammontavano a quasi quanto il contratto di uno dei giocatori di pallacanestro più pagati della Stella Rossa di Belgrado, che è di soli 5.430.000 euro per 68 club.

Un esempio positivo di assistenza statale è l'Istituto per lo sport femminile, fondato dall'allenatrice della nazionale di pallacanestro femminile, Marina Maljković. Secondo Jelena Pavićević dell'Istituto, con il sostegno finanziario del Ministero, negli ultimi tre anni questa organizzazione ha organizzato scuole sportive gratuite per le bambine delle scuole elementari, che coprono 14 sport in più di 20 località in tutta la Serbia. Pavićević ha sottolineato che durante lo scorso anno, 3.000 bambine hanno partecipato al loro programma, che considerano il loro più grande successo. Secondo la ricerca 2021 dell'Istituto, il 65% delle ragazze ha iniziato a praticare sport per la prima volta grazie a queste scuole.

La Serbia ha registrato un successo significativo nella pallacanestro femminile, sia a livello nazionale che internazionale. La squadra nazionale femminile ha ottenuto risultati lodevoli, facendosi apprezzare per le sue capacità e la sua competitività. I club di pallacanestro femminile contribuiscono allo sviluppo di questo sport a livello di base, promuovendo giovani talenti. Tuttavia, il pieno potenziale della pallacanestro femminile può ancora affrontare sfide in termini di risorse, visibilità e opportunità. In Serbia ci sono allenatori di pallacanestro donne importanti, come Marina Maljković, che hanno dato un contributo sostanziale a questo sport, ma si tratta di un esempio raro. È allenatrice della nazionale serba dal 2011 e fino ad oggi è riuscita a portare alla Serbia una medaglia di bronzo alle Olimpiadi del 2016 a Rio de Janeiro, oltre a una medaglia di bronzo all'EuroBasket Women del 2019 e due medaglie d'oro all'EuroBasket Women del 2015 e del 2021.

Alcuni dei problemi e delle sfide per raggiungere l'uguaglianza possono essere riscontrati nella sottorappresentazione delle donne nei principali organi decisionali. Purtroppo, l'Associazione degli allenatori di pallacanestro della Serbia si trova ad affrontare una disparità di genere nel suo consiglio direttivo, con nessun membro femminile che attualmente ricopre posizioni. Inoltre, all'interno della Federazione nazionale di pallacanestro in Serbia, su 13 membri, solo tre sono donne. Questo squilibrio di genere nella leadership della federazione nazionale solleva preoccupazioni circa l'equa rappresentazione delle donne in ruoli influenti all'interno della struttura di governo della pallacanestro; lo stesso si può dire per l'assenza di donne tra i delegati registrati per l'Assemblea, che indica una mancanza di partecipazione e rappresentanza femminile nei processi decisionali e nelle discussioni ai massimi livelli. Purtroppo, le informazioni e i dati statistici sul numero di allenatori donna registrati non esistono o non sono resi pubblici, quindi è difficile determinare la quota di allenatori donna registrati nei registri nazionali ed è difficile monitorare i cambiamenti e i progressi nella pallacanestro e nello sport in generale.

La rappresentazione delle donne nella pallacanestro nei media serbi è un aspetto cruciale per promuovere la parità di genere in questo sport. Tuttavia, i risultati sportivi delle donne ricevono meno copertura mediatica in televisione, sulla stampa e sui siti web rispetto alle notizie relative agli atleti maschi. La rappresentazione delle atlete nei media si concentra spesso sugli attributi fisici e, quando le donne si dedicano al ruolo di allenatore, incontrano difficoltà in un ambiente prevalentemente maschile. Nonostante l'aumento della partecipazione e del successo delle donne nello sport, esiste ancora un'evidente percezione androcentrica nel mondo dello sport, riflessa e perpetuata da discorsi conservatori.

I media tendono a concentrarsi maggiormente sui successi e i fallimenti maschili, lasciando le donne nello sport sottorappresentate e i loro problemi spesso trascurati. È necessario impegnarsi per sfidare questi stereotipi, incoraggiare una rappresentazione mediatica paritaria e sostenere le donne nello sport a tutti i livelli.

## ANALISI DELLA SITUAZIONE – PORTOGALLO

Il numero di allenatori di pallacanestro donne in Portogallo, nel 2021, era di 467 su 2171 allenatori iscritti alla Federazione portoghese di pallacanestro. Ciò significa che il 21,5% degli allenatori di pallacanestro portoghesi sono donne.

In tutto il sistema sportivo portoghese il numero di allenatori donne nel 2021 rappresenta solo il 15% del numero totale di allenatori legalmente registrati in tutte le Federazioni.

# ANALISI DELLA SITUAZIONE – POLONIA

L'analisi del numero di donne che ricoprono il ruolo di allenatori di pallacanestro in Polonia indica una limitata rappresentanza del genere femminile in questo ruolo. Nonostante i progressi sociali e l'uguaglianza di genere, le donne costituiscono una minoranza tra gli allenatori di pallacanestro del Paese, come dimostrano le informazioni allegate della Polish Basketball Association. Il numero limitato di donne che ricoprono ruoli di allenatore può derivare da vari fattori, come gli stereotipi tradizionali di genere, la mancanza di modelli di ruolo e di sostegno per le donne in questo campo e le potenziali barriere strutturali.

Vale la pena notare che la bassa percentuale di allenatori di pallacanestro donne può avere un impatto sullo sviluppo del talento sportivo delle ragazze e ostacolare la creazione di modelli di ruolo stimolanti per le giovani appassionati di basket. Per aumentare la rappresentanza femminile nei ruoli di allenatore, potrebbe essere necessario implementare misure di sostegno allo sviluppo delle donne nell'ambiente degli allenatori, come programmi di formazione, mentorship o campagne di promozione dell'uguaglianza di genere nello sport.

Le organizzazioni sportive, sia a livello nazionale che internazionale, riconoscono la necessità di migliorare l'equilibrio di genere nei ruoli di coaching. Di conseguenza, varie iniziative, tra cui programmi di formazione, mentorship e campagne che promuovono la parità di genere nello sport, sono state intraprese per incoraggiare più donne a impegnarsi nell'aspetto di coaching del basket.

Qui di seguito, potete trovare una tabella preparata da Ms. Barbara Milewska, Assistente al Consiglio della Polish Basketball Association, che mostra il numero di giocatori maschili e femminili, nonché il numero di allenatori maschili e femminili registrati con la Polish Basketball Association.

Specification		Numbers of people			
		together	female	male	
Coaches	1	1063	162	901	
Players	All (7-12)	6	16776	5822	10954
	seniors	7	3165	610	2555
	Juniors «18	8	1193	346	847
	junior	9	2088	701	1387
	cadets	10	4068	1591	2477
	youth	11	4420	1844	2576
	kids	12	1842	730	1112

La tabella illustra chiaramente la significativa disparità in questo aspetto. Solo 162 donne rappresentano appena il 15% degli allenatori di pallacanestro in Polonia. Anche tra i giocatori c'è una predominanza di uomini, con una distribuzione tra il 17% e l'83% in questo campo.

Dalla tabella precedente si può dedurre che il numero di allenatori di pallacanestro donne può essere direttamente correlato al numero di giocatrici che partecipano attivamente a questa disciplina. È possibile che il basso numero di allenatori donna rifletta il numero limitato di donne che giocano a basket a vari livelli di competizione. Con la crescita dell'interesse e della partecipazione delle donne alla pallacanestro, si può prevedere che aumenterà anche il numero di donne coinvolte nello sviluppo dei talenti come allenatori.

Questa tendenza può derivare da vari fattori, come l'evoluzione dei tradizionali ruoli di genere nello sport, dove le donne stanno diventando sempre più parte attiva nella pallacanestro. La maggiore presenza di donne tra i giocatori può, a sua volta, stimolare l'interesse delle donne per l'aspetto di coaching di questo settore, portando a una rappresentanza di genere più equilibrata tra gli allenatori di pallacanestro nel lungo termine.

Sostenere lo sviluppo delle donne nella pallacanestro, sia come giocatrici che come allenatrici, può contribuire alla creazione di un ambiente sportivo più equilibrato, in cui tutti, indipendentemente dal sesso, abbiano l'opportunità di perseguire le proprie passioni e i propri talenti.

## Situation analysis - Italy

In Italia il numero di allenatori donne è piuttosto preoccupante. Esistono 6 livelli di allenatore:

- allievo allenatore
- allenatore di base
- istruttore giovanile
- Allenatore
- Allenatore nazionale
- Allenatore meritevole

Il quinto livello dà la possibilità di allenare tutte le squadre di divisione e tutte le squadre nazionali. Ci sono circa 10 mila allenatori regolarmente registrati. Solo l'8% sono donne. Il 3% di questi sono allenatori nazionali.

In 13 squadre di serie A c'è 1 capo allenatore donna e 6 assistenti allenatori.

In 28 squadre di serie A2 c'è 1 capo allenatore donna e 6 assistenti.



I presidenti non si fidano delle allenatrici. Gli uomini non si fidano delle donne allenatrici. Purtroppo questa è la realtà.

La Federazione Italiana Pallacanestro sta cercando di fare qualcosa. Qualcosa di simile alle "quote rosa". In ogni nazionale femminile c'è una donna, ma solo come secondo assistente. Nessuna donna come capo allenatore di una nazionale. Nessuna donna nello staff della nazionale maschile. Solo una volta una donna, Angela Adamoli, è stata capo allenatore di una nazionale maggiore. Per 7 anni ha allenato la squadra italiana 3x3. Nel 2018 la sua squadra ha vinto la Coppa del Mondo 3x3 a Manila.

L'unica medaglia d'oro mondiale nella storia della Federazione Italiana Pallacanestro.

Non basta dare potere alle allenatrici donne.

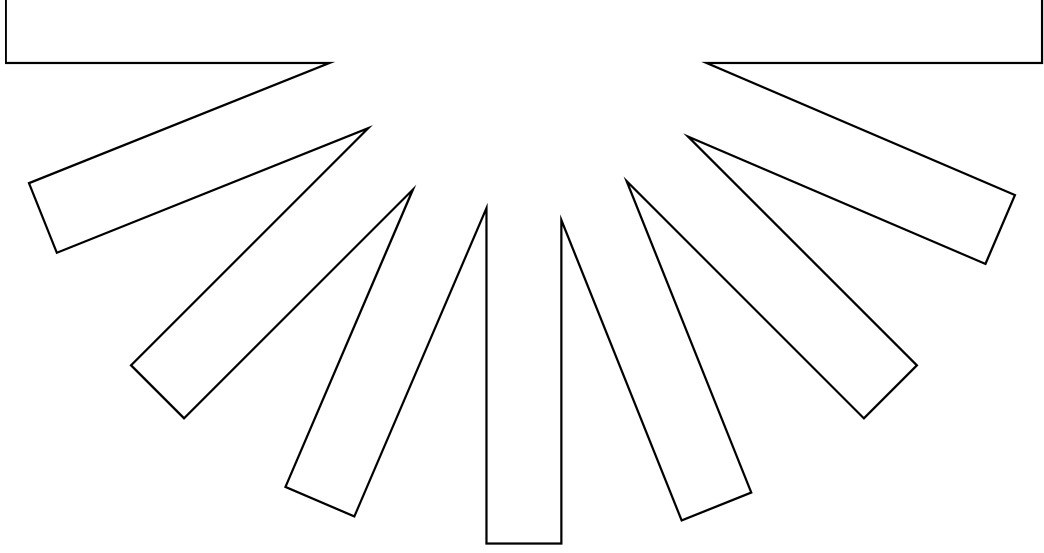
All'inizio del 2023 la Federazione Italiana (FIP) insieme al Comitato Nazionale Allenatori (CNA) ha avviato un progetto per coinvolgere le allenatrici, chiamato "Liberati". 13 donne, ex giocatrici o allenatrici, 12 sessioni online (32 ore) e 3 sessioni in presenza (36 ore). Facevano parte dello staff 4 tutor uomini e un supervisore donna. Il progetto è iniziato nel marzo 2023 e si è concluso nel giugno 2023. Al termine del progetto, i migliori 3 allenatori sono stati invitati a un ritiro della nazionale giovanile. È auspicabile che ci sia una continuità di questo progetto, migliorandolo.

## 2023 WNBA FINALS

Questa foto rappresenta una goccia nell'oceano.







# **SESSIONI**

# Contesto sociale per le allenatrici di pallacanestro donne

## I. Introduzione

### A. L'importanza della comprensione del contesto sociale per le allenatrici nello sport.

Comprendere il contesto sociale delle allenatrici nello sport è fondamentale per promuovere l'uguaglianza di genere, rompere gli stereotipi, creare ambienti inclusivi, responsabilizzare le atlete e le allenatrici, affrontare l'abbandono dello sport, migliorare le capacità di comunicazione e di leadership, promuovere la diversità e la rappresentanza e sostenere la crescita personale e professionale. Consente alle allenatrici di affrontare le sfide uniche che possono incontrare e di contribuire a un cambiamento positivo nel settore sportivo.



## II. Analisi della Situazione

### A1. Historical perspective: evolution of women participation in sports

Se analizziamo solo la partecipazione delle donne alle Olimpiadi moderne, vedremo che ci è voluto molto tempo prima che le donne fossero accettate in tutte le competizioni sportive del programma olimpico.

I Giochi Olimpici sono diventati il più grande evento sportivo di genere al mondo. Tuttavia, non è sempre stato così. Le donne atlete parteciparono per la prima volta ai Giochi Olimpici di Parigi nel 1900, quattro anni dopo i primi Giochi Olimpici dell'era moderna ad Atene (1896). Nonostante le reticenze di Pierre de Coubertin, 22 donne su un totale di 997 atleti gareggiarono in cinque sport: tennis, vela, croquet, equitazione e golf, anche se solo il golf e il tennis avevano eventi riservati alle donne. Da allora la partecipazione femminile è aumentata costantemente: le donne rappresentano oltre il 48% dei partecipanti ai Giochi Olimpici di Tokyo 2020 (5.457 donne su 11.420 atleti), rispetto al 23% dei Giochi di Los Angeles 1984 e a poco più del 13% dei Giochi di Tokyo 1964. Negli ultimi 20 anni, il CIO ha anche aumentato il numero di eventi femminili nel programma olimpico, in collaborazione con le Federazioni internazionali e i Comitati organizzatori. Con l'aggiunta del pugilato femminile, i Giochi Olimpici di Londra del 2012 sono stati i primi in cui le donne hanno potuto gareggiare in tutti gli sport del programma olimpico. Alle Olimpiadi di Tokyo 2020 il numero di atlete era pari al 48%, ma il numero di allenatori donne era solo del 13%, tuttavia il numero di allenatori donne è aumentato del 2% rispetto alle Olimpiadi di Rio del 2016.



## A2. Le donne nel Basketball

La pallacanestro femminile ha fatto molta strada dai suoi umili inizi nel 1892. Può essere sorprendente scoprire che le donne hanno iniziato a giocare a basket meno di un anno dopo l'invenzione del gioco. Allenate da Senda Berenson Abbott, le donne iniziarono a giocare a basket per la prima volta allo Smith College.

Ma i tradizionali corsetti dell'epoca rendevano difficile il gioco. Il dottor Edward Morton Schaeffer esortò la società ad abbandonare il corsetto, definendolo un "artificio che rovina la figura e la salute". È interessante notare che agli inizi della pallacanestro le donne accettavano e si impegnavano nel gioco più facilmente degli uomini, forse a causa dell'adattamento delle regole e delle linee guida create da Senda Berenson per rendere il gioco meno fisico. D'altra parte, gli uomini avevano già una grande tradizione nella partecipazione a giochi di squadra come il calcio, il baseball o l'hockey su ghiaccio. Quando gli sport moderni cominciarono a svilupparsi alla fine del XIX secolo, le donne incontrarono notevoli barriere nella partecipazione agli sport in generale. Erano spesso escluse dalle attività sportive tradizionali a causa delle preoccupazioni sulle loro capacità fisiche e delle aspettative sociali sulla femminilità. Tuttavia, in questo periodo sono sorti alcuni club e organizzazioni sportive femminili, che hanno favorito maggiori opportunità di partecipazione ad attività come il tennis, il croquet e il golf. La società, all'epoca, imponeva quali fossero gli sport per le donne e quelli per gli uomini.

Negli Stati Uniti, l'approvazione del Titolo IX nel 1972 ha avuto un impatto trasformativo sullo sport femminile. Questa legislazione proibiva la discriminazione basata sul sesso nelle istituzioni educative finanziate a livello federale, compresi i programmi atletici (tutti gli sport). Di conseguenza, le opportunità per le donne di partecipare agli sport a livello scolastico e universitario sono aumentate in modo significativo, portando a un miglioramento delle strutture, delle borse di studio e dei programmi competitivi.



### A3. I primi coach donna di Basketball

Allenate da **Senda Berenson Abbott**, le donne iniziarono a giocare a basket per la prima volta allo Smith College nel 1892.



**Lidia Alexeeva** ha conquistato il suo posto sulla scena mondiale durante i Giochi Olimpici del 1976 a Montreal, in Canada. La nazionale sovietica arrivò direttamente alla medaglia d'oro del torneo di pallacanestro vincendo le partite con una media di oltre 31 punti a partita.

La ripetizione delle Olimpiadi di Mosca del 1980 rafforzò la sua reputazione di allenatrice tra le più importanti della pallacanestro. Il record ineccepibile di Alexeeva nelle competizioni internazionali comprendeva la prima medaglia d'oro in assoluto nella pallacanestro femminile olimpica e dieci primi posti nei campionati europei. Alexeeva, allenatrice della nazionale sovietica per vent'anni, ha inaugurato la prima dinastia del basket femminile a livello internazionale. Le sue squadre hanno vinto venti medaglie d'oro in competizioni internazionali, tra cui quattro primi posti ai campionati mondiali femminili FIBA. Alexeeva e le sue squadre erano anni luce avanti rispetto al resto del mondo nel basket femminile.





Nella sua carriera di allenatrice dell'Università del Tennessee, **Pat Summitt** ha creato un'eredità di successi e integrità senza precedenti nel basket femminile. Nominata Naismith Coach of the Century, Summitt ha portato le "Lady Vols" a partecipare alla postseason in ogni stagione, comprese 22 Final Four (quattro AIAW) e 13 partite per il titolo, con 8 vittorie di titoli NCAA. Guidando le Lady Vols ai titoli nazionali nel 1987 e nel 1989, è stata nominata per tre volte allenatrice dell'anno della SEC. Ha dominato gli anni '90 con quattro campionati NCAA e ha condotto le "Lady Vols" a un perfetto record di 39-0 nel 1998. In totale, ha allenato l'Università del Tennessee a 14 titoli di regular season della Southeast Conference e a tredici titoli del torneo della SEC. Nel 2009 Summitt ha raggiunto il singolare traguardo delle 1000 vittorie, completando la stagione con 1005, diventando così l'allenatrice più vincente nella storia della NCAA; con l'Università del Tennessee ha ottenuto 1098 vittorie e 208 sconfitte (.841). Summitt ha anche allenato le squadre statunitensi a vincere medaglie d'oro alle Olimpiadi e ai Giochi Panamericani.



Dopo essersi ritirata dal gioco nella WNBA e a livello internazionale, **Becky Hammon** è passata all'attività di allenatrice e nel 2014 è stata assunta come assistente allenatore dei San Antonio Spurs, diventando il primo assistente allenatore donna a tempo pieno nella storia della NBA. Da allora, ha continuato a prosperare nel suo ruolo ed è stata ampiamente elogiata per le sue conoscenze, l'etica del lavoro e la capacità di entrare in contatto con i giocatori.

Becky Hammon è entrata nella storia quando, nel 2015, è diventata la prima donna capo-allenatore nella Summer League dell'NBA. Aver guidato i San Antonio Spurs al campionato della Summer League di Las Vegas ha reso l'esperienza ancora più dolce. Nel dicembre 2021, Hammon è stata nominata capo allenatore delle Las Vegas Aces nella WNBA. Sotto la sua guida, le Aces si sono imposte nelle finali WNBA del 2022, diventando così la prima allenatrice esordiente a vincere il campionato WNBA.



Maria Planas è stata una vera pioniera del basket femminile spagnolo e fino ad oggi, rimane l'unica allenatrice donna nella lunga e ricca storia delle squadre nazionali più importanti della sua nazione. È stata in prima linea nelle squadre spagnole tra il 1978 e il 1985.





La Serbia ha registrato un successo significativo nella pallacanestro femminile, sia a livello nazionale che internazionale. La squadra nazionale femminile ha ottenuto risultati lodevoli, facendosi apprezzare per le sue capacità e la sua competitività.

In Serbia ci sono importanti allenatori di basket femminile, come **Marina Maljković**, che hanno dato un contributo sostanziale a questo sport. È allenatrice della nazionale serba dal 2011 e fino ad oggi è riuscita a portare alla Serbia una medaglia di bronzo alle Olimpiadi del 2016 a Rio de Janeiro, oltre a una medaglia di bronzo all'EuroBasket Women del 2019 e due medaglie d'oro all'EuroBasket Women del 2015 e del 2021.



Dal Portogallo, l'allenatrice **Mariyana Kostourkova** è la principale allenatrice di pallacanestro femminile del Paese, ha allenato per molti anni le squadre nazionali giovanili di pallacanestro ed è la figura chiave del successo delle squadre nazionali giovanili. Molte delle sue giocatrici sono state reclutate dalle università NCAA degli Stati Uniti d'America. È originaria della Bulgaria ed ex giocatrice del CSKA Sofia.

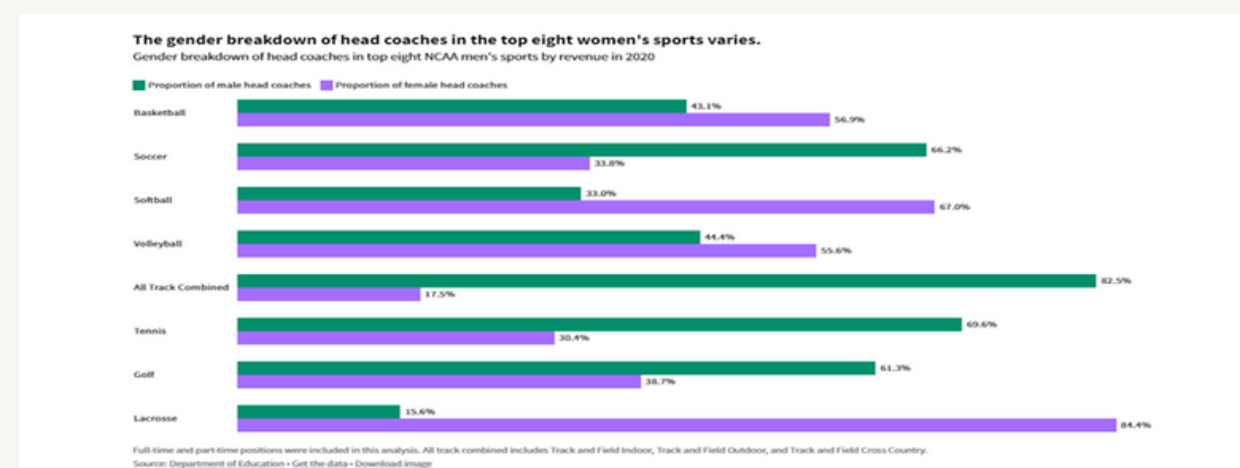
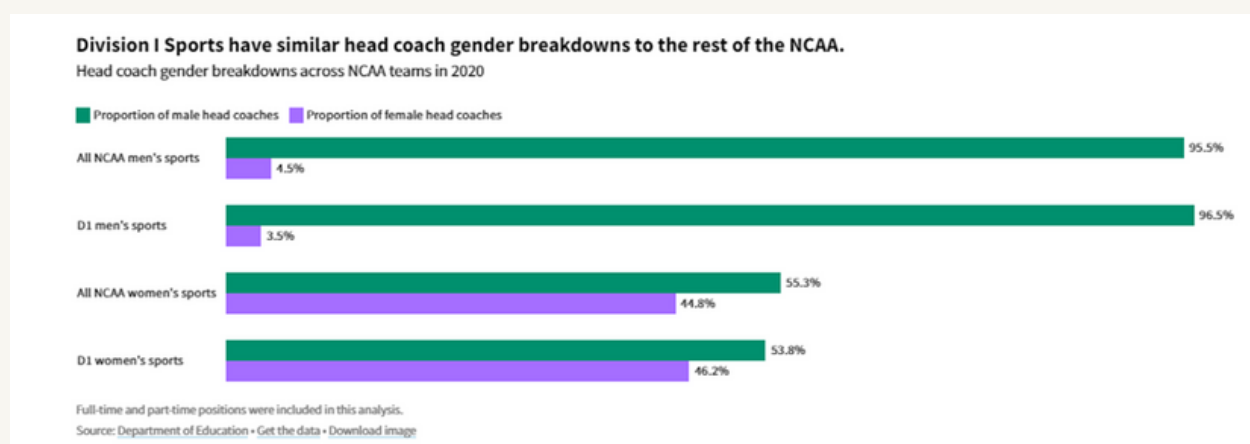


Come breve sintesi di questa prospettiva storica, possiamo dire che la pallacanestro ha accolto fin dall'inizio non solo le giocatrici ma anche le allenatrici, l'eredità del lavoro sviluppato da Senda Berenson Abbott allo Smith College ha aperto le porte allo sviluppo del gioco femminile, prima in Nord America e poi in tutto il mondo. Molte allenatrici in tutto il mondo hanno sviluppato grandi programmi e squadre di successo nella pallacanestro femminile e maschile di tutte le età.

La pallacanestro ha le sue tradizioni, i suoi valori e la sua cultura ed è sempre stato uno sport che ha cercato di dare opportunità a tutti, tanto è vero che la pallacanestro è sempre stata all'avanguardia rispetto agli altri sport e alla società stessa, non solo rompendo stereotipi come la razza, ma anche promuovendo l'uguaglianza di genere e l'inclusione delle persone con disabilità. Nelle questioni sociali più rilevanti della società moderna il basket è sempre stato un passo avanti.

## B.Panorama attuale

### Statistiche su allenatori femminili in Basket NCAA



## WNBA

Dall'inizio della lega, nel 1997, ci sono stati 82 Head Coaches, con 42 donne, che rappresentano il 51% degli Head Coaches.

Nella stagione 2021, la WNBA ha avuto 5 allenatori donna tra le 12 squadre (42%).

## FIBA

Nell'ultima Coppa del Mondo FIBA femminile del 2022, su 12 squadre nazionali solo 5 avevano donne come allenatori capo (41,6%). Nella Coppa del Mondo FIBA maschile del 2019 il numero di donne che hanno allenato una squadra nazionale maschile è stato pari a zero, il 100% dei capi allenatori erano uomini.

### **C. Cosa si sta facendo attualmente per ridurre il divario?**

Il Comitato Olimpico Internazionale (CIO) è impegnato ad affrontare la sfida e a sostenere le parti interessate del Movimento Olimpico per trovare percorsi che permettano a un maggior numero di donne di raggiungere i più alti livelli di coaching. Aumentare la visibilità degli allenatori d'élite che hanno infranto queste barriere e che sono modelli di riferimento per un maggior numero di donne che vogliono seguire il loro esempio è di per sé un obiettivo.

La percentuale di allenatori d'élite donne ai Giochi olimpici, cresciuta lentamente da una base bassa, si è aggirata intorno al 10% nell'ultimo decennio.

La sfida inizia già a livello di base, con un numero minore di ragazze e donne che scelgono di assumere ruoli di allenatore. Questo purtroppo rafforza il divario di genere, perché se un club sportivo ha solo allenatori uomini, le ragazze non vedono la possibilità di diventare allenatori come un'opzione. Una carriera da allenatore consiste in genere in 10-12 anni di esperienza a livello nazionale nelle competizioni regionali prima di raggiungere il livello olimpico. Questo spiega in parte perché il processo per diventare allenatore è molto più lento di quello per diventare un atleta d'élite.

Il CIO si è impegnato a creare percorsi per le allenatrici, dalla base fino al livello d'élite. Il programma WISH (Women in Sport High-performance pathway) è un elemento chiave della sua risposta. Questo programma quadriennale, finanziato da Olympic Solidarity, mira a preparare oltre 100 donne ad allenare a livelli d'élite entro il 2024.

In rappresentanza di 17 sport e 53 Paesi, le 97 allenatrici che si sono iscritte al programma fino ad oggi sono state selezionate per il corso dalle rispettive Federazioni Internazionali (FI) e Comitati Olimpici Nazionali (CNO) sulla base dei loro risultati individuali, del loro potenziale e delle loro ambizioni.

Il programma è stato concepito per aiutare le allenatrici a sviluppare le loro capacità di leadership, la loro fiducia e la loro carriera. Anche il mentoring è una parte molto importante del programma. Le allenatrici beneficiano di un tutoraggio individuale sulla leadership e di un sostegno continuo da parte di un mentore specifico per lo sport. Questi consigli di esperti e il feedback sulle sfide della vita reale possono essere preziosi per qualsiasi allenatore, per non parlare di una donna che cerca di dare il meglio di sé in un ambiente dominato dagli uomini.

Il CIO, spinto dalla sua visione di costruire un mondo migliore attraverso lo sport, considera l'uguaglianza di genere un elemento imprescindibile per ogni organizzazione e ogni Paese. Nell'ottobre dello scorso anno, il Presidente del CIO Thomas Bach ha dichiarato alle parti interessate del Movimento Olimpico che tutte le organizzazioni sportive - compreso il CIO - hanno la responsabilità di promuovere la parità di genere, la diversità e l'inclusione. "Nessuna organizzazione o Paese può permettersi di lasciare indietro le competenze del 50% della popolazione", ha dichiarato all'epoca. L'obiettivo per le Olimpiadi di Parigi 2024 è aumentare il numero di allenatori donne e raggiungere il 50% di partecipanti donne tra gli atleti.

Il Consiglio d'Europa (COE) ha sviluppato alcune raccomandazioni politiche per garantire un coaching equilibrato e sensibile alle differenze di genere nello sport europeo:

- Identificare le barriere che le donne e le ragazze, comprese quelle appartenenti a gruppi svantaggiati, devono affrontare per quanto riguarda l'accesso e la partecipazione a tutti i livelli e campi dello sport, comprese le posizioni di allenatore.
- Individuare i modelli di ruolo femminili nel coaching e coinvolgerli nella promozione della parità tra donne e uomini nello sport.
- Creare procedure e pratiche di reclutamento, selezione, nomina ed elezione trasparenti e sensibili al genere per aumentare il numero di donne che partecipano a tutti i livelli delle organizzazioni sportive, compreso il coaching.
- Adottare politiche che consentano un equilibrio tra vita privata e familiare e carriera sportiva, con particolare attenzione agli allenatori.
- Garantire che le statistiche relative alla partecipazione e alla rappresentanza individuale in tutti i settori e a tutti i livelli delle organizzazioni, compreso il coaching, siano disaggregate per sesso e pubblicate e diffuse regolarmente.
- Promuovere iniziative di sensibilizzazione e/o formazione sull'uguaglianza di genere, sull'integrazione della dimensione di genere e sulle diverse esigenze di coloro che sono coinvolti nello sport per fornire al personale, agli allenatori, agli atleti, ai dirigenti sportivi e ai responsabili delle decisioni a tutti i livelli gli strumenti e le competenze necessarie per attuare l'integrazione della dimensione di genere e l'uguaglianza di genere nell'organizzazione.

INel 2014 la Commissione europea ha presentato la Proposta di azioni strategiche 2014 - 2020 per l'uguaglianza di genere nello sport. In questo documento gli obiettivi per il 2020 si concentrano chiaramente sull'importanza delle pari opportunità per le donne di ottenere un ruolo o un lavoro come istruttore o allenatore dell'attività sportiva di loro scelta. "Il settore sportivo potrebbe aumentare le competenze e le conoscenze delle donne, rendendole più occupabili nello sport e nel mercato del lavoro in generale. In questo modo, il settore potrebbe anche beneficiare di un maggior numero di allenatori donne, dato che in generale c'è una carenza di allenatori. Un maggior numero di allenatori donna potrebbe anche portare a un maggior numero di donne fisicamente attive nello sport. Per preferenze personali, tradizioni culturali o credenze religiose, alcune donne si sentono più a loro agio con le allenatrici donne".

Alcune delle azioni proposte sono state

- Tutti gli organi di governo dello sport nazionali e internazionali devono sostenere, sviluppare e
- politiche che facilitino l'attività di coaching da parte delle donne, tra cui:
  - Progetti e campagne di reclutamento per gruppi specifici di donne basati su profili di segmentazione del mercato in un ambiente (anche virtuale) in cui le candidate donne siano frequenti. Questi dovrebbero essere accompagnati da misure, come borse di studio, che facilitino la formazione delle donne come allenatrici.
  - Percorsi educativi di coaching adattati per le giocatrici della prima squadra e per le atlete d'élite, che riconoscano le esperienze di apprendimento informale di queste (ex) giocatrici e organizzino, ove opportuno, corsi per allenatori "solo donne" come meccanismo per coinvolgere, responsabilizzare e aumentare le competenze tecniche delle allenatrici.
  - Reclutamento di un maggior numero di educatrici a tutti i livelli di formazione degli allenatori.
  - Programma di premiazione per gli allenatori donne a tutti i livelli e/o accettazione attiva delle candidature di allenatori donne nei programmi di premiazione annuali. Ambienti favorevoli alle famiglie e offerta di assistenza ai bambini durante i corsi di formazione per allenatori, le sessioni di coaching e le competizioni.
  - In relazione all'equilibrio di genere tra allenatori uomini e donne in tutte le squadre nazionali, la Commissione europea raccomanda agli organi di governo dello sport europeo e internazionale di:
    - prendere in considerazione la possibilità di impiegare uno staff di allenatori misto, maschile e femminile, quando hanno più allenatori (di squadra) nazionali.



- Istituire misure di reclutamento per spingere le donne a frequentare il più alto livello di formazione per allenatori nel loro sport e garantire che le allenatrici di livello elitario abbiano l'opportunità di allenare e di acquisire l'esperienza di allenare atleti di alto livello, durante e dopo aver terminato la loro formazione attraverso apprendistati e posizioni di tirocinio.
- Sviluppare meccanismi, tra cui programmi di tutoraggio e una rete di allenatori donne d'élite a livello nazionale ed europeo, per garantire alle allenatrici donne d'élite l'accesso a una formazione e a un sostegno specializzati.
- Utilizzare le allenatrici d'élite di successo come modelli nel reclutamento degli allenatori e nel materiale didattico.

La Commissione Europea ha inoltre raccomandato di includere nella formazione degli allenatori conoscenze basate sull'evidenza in materia di genere e uguaglianza di genere. Tutti gli allenatori nello sport dovrebbero essere consapevoli e rispettosi delle differenze di genere e della diversità dei partecipanti, con l'obiettivo di creare un ambiente sportivo attivo e stimolante, che allo stesso tempo sia sicuro e protetto. Devono imparare che l'uguaglianza di genere non è sinonimo di uguaglianza né di affermazione degli uomini, del loro stile di vita e delle loro condizioni come la norma. Le differenze biologiche tra uomini e donne non possono essere utilizzate per negare alle atlete l'accesso allo sport e a regimi di allenamento specifici, come storicamente è avvenuto. Gli allenatori devono comprendere che il genere è una definizione di femminilità e mascolinità specifica di una cultura e che quindi varia nei diversi Paesi, nel tempo e nello spazio, portando donne e uomini a vivere vite diverse e a sviluppare valori diversi. L'inclusione dell'uguaglianza di genere nella formazione e nell'addestramento dei coach è essenziale, in quanto i coach dovrebbero sviluppare e adottare diversi stili di coaching per adattarsi alle persone che stanno allenando, rispondendo alle loro esigenze a livello personale. Sia gli allenatori uomini che quelli donne devono essere consapevoli della varietà di genere tra uomini/ragazzi e donne/ragazze e tra uomini e donne. Ciò può contribuire ad aumentare la permanenza delle ragazze nello sport e ad affrontare il problema del calo delle ragazze che praticano sport dopo la scuola.

La Commissione Europea raccomanda quanto segue a tutti gli organi di governo dello sport nazionali, europei e internazionali:

- Avviare e sostenere una ricerca che identifichi le situazioni che promuovono e contrastano l'uguaglianza e la parità di trattamento nel coaching e nella formazione degli allenatori. Questo dovrebbe includere i requisiti, le condizioni e le caratteristiche specifiche di genere per le donne e gli uomini come allenatori professionisti e volontari.
- Sviluppare moduli sull'uguaglianza di genere e materiali didattici che tengano conto delle esigenze o dei requisiti specifici degli allenatori donne e uomini e del coaching di ragazze/donne e ragazzi/uomini.

# Nome della Sessione: Contesto Sociale

**Tema:** Prospettiva storica e panorama attuale

**Tempo:** 60 minuti

**Panoramica:** Quando gli sport moderni iniziarono a svilupparsi alla fine del XIX secolo, le donne incontrarono notevoli ostacoli alla partecipazione agli sport in generale. Erano spesso escluse dalle attività sportive tradizionali a causa delle preoccupazioni sulle loro capacità fisiche e delle aspettative sociali sulla femminilità. Tuttavia, in questo periodo sono sorti alcuni club e organizzazioni sportive femminili, che hanno favorito maggiori opportunità di partecipazione ad attività come il tennis, il croquet e il golf. La società, all'epoca, imponeva quali fossero gli sport per le donne e quelli per gli uomini. La pallacanestro, fin dall'inizio, ha accettato non solo le giocatrici ma anche le allenatrici. Molte allenatrici in tutto il mondo hanno sviluppato programmi vincenti e squadre di grande successo nella pallacanestro femminile e maschile di tutte le età. L'attuale divario tra il numero di allenatori uomini e donne è dovuto alla storia stessa dello sport moderno e al rapporto tra sport e società.

## **Obiettivi:**

- Capire l'origine dello sport moderno
- Capire la società del XIX secolo
- Capire l'origine della pallacanestro
- Comprendere la relazione tra la storia e l'attuale panorama della pallacanestro
- Comprendere la situazione attuale e le iniziative per ridurre il gap

## **Materiali:**

Computer, PowerPoint con foto della partecipazione femminile agli sport di un tempo.

Dimensione del gruppo: Nessun limite

## **Preparazione:**

È importante capire la storia ed essere in grado di collegare i punti tra l'evoluzione dello sport e l'evoluzione della società, perché non si può parlare di questo argomento in base ai valori della società attuale. Lo sport moderno inizia con la rivoluzione industriale e con la nascita della "società del tempo libero". I facilitatori devono apprendere i fatti e le informazioni dal "Contesto sociale" (pag. 31-42). I facilitatori devono preparare la presentazione con le foto presentate nel corso della lezione.



## Istruzioni:

### Variante 1:

L'animatore deve parlare di tutti i dati rilevanti presentati nella parte "Contesto sociale" di questo manuale (da pagina 31 a 42). Questa sessione si svolge sotto forma di lezione. L'animatore può occasionalmente porre domande prima di dare le informazioni ai partecipanti. Un esempio:

- Chi è stata la prima allenatrice donna della storia? (Risposta: Senda Berenson Abbott)

- Quando le donne hanno iniziato a giocare a basket? (Risposta: Nel 1892)

- Qual è il nome della famosa allenatrice sovietica che ha vinto venti medaglie d'oro in competizioni internazionali, tra cui quattro primi posti ai campionati mondiali femminili FIBA? (Risposta: Lidia Alexeeva)

- Indicare il nome dell'allenatrice più conosciuta in Spagna / Serbia / Portogallo (Risposta: Spagna - Maria Planas, Serbia - Marina Maljković, Portogallo - Mariyana Kostourkova)

- Qual è il più grande evento sportivo di genere al mondo? (Risposta: i Giochi olimpici)

- Quando/dove le atlete hanno partecipato per la prima volta ai giochi olimpici? (Risposta: Le atlete hanno partecipato per la prima volta ai Giochi olimpici a Parigi nel 1900)

- Quante donne parteciparono ai primi Giochi olimpici che permisero alle donne di gareggiare? (Risposta: 22 donne su un totale di 997 atleti hanno gareggiato in cinque sport: tennis, vela, croquet, equitazione e golf).

- Quali furono gli sport in cui le donne gareggiarono ai Giochi olimpici del 1900 a Parigi? (Risposta: cinque sport: tennis, vela, croquet, equitazione e golf)

- Qual è stata la percentuale di atlete donne alle Olimpiadi di Tokyo 2020? (Risposta: la percentuale di atlete era del 48%)

- Qual è stata la percentuale di allenatori donna alle Olimpiadi di Tokyo 2020? (Risposta: la percentuale di allenatori donna era solo del 13%)

- Quante allenatrici donne c'erano nell'ultima Coppa del Mondo FIBA femminile del 2022? (Risposta: in 12 squadre nazionali solo 5 avevano donne come capo allenatore (41,6%)).

- Quanti allenatori donna c'erano nell'ultima Coppa del Mondo FIBA maschile del 2019? (Risposta: il numero di donne che hanno allenato una squadra nazionale maschile è stato pari a zero, il 100% dei capi allenatori erano uomini).

- Indicare almeno 3 istituzioni e organizzazioni internazionali che lavorano per ridurre il divario di genere nello sport (Risposta: Comitato Olimpico Internazionale, Consiglio d'Europa, Commissione Europea).

- Quale documento ha presentato la Commissione europea nel 2014 per ridurre il divario di genere? (Risposta: la Proposta di azioni strategiche 2014 - 2020 per l'uguaglianza di genere nello sport)

**Variante 2:** Nel caso in cui i facilitatori vogliano evitare la classica lezione frontale, la parte "Contesto sociale" di questo manuale può essere presentata tramite quiz. I facilitatori devono prepararsi in anticipo. Dovranno selezionare 12 domande tra quelle proposte:

- Chi è stata la prima allenatrice donna della storia? (Risposta: Senda Berenson Abbott)
- Quando le donne hanno iniziato a giocare a basket? (Risposta: Nel 1892)
- Qual è il nome della famosa allenatrice sovietica che ha vinto venti medaglie d'oro in competizioni internazionali, tra cui quattro primi posti ai campionati mondiali femminili FIBA? (Risposta: Lidia Alexeeva)
- Indicare il nome dell'allenatrice più conosciuta in Spagna / Serbia / Portogallo (Risposta: Spagna - Maria Planas, Serbia - Marina Maljković, Portogallo - Mariyana Kostourkova)
- Qual è il più grande evento sportivo di genere al mondo? (Risposta: i Giochi olimpici)
- Quando/dove le atlete hanno partecipato per la prima volta ai giochi olimpici? (Risposta: Le atlete hanno partecipato per la prima volta ai Giochi olimpici a Parigi nel 1900)
- Quante donne parteciparono ai primi Giochi olimpici che permisero alle donne di gareggiare? (Risposta: 22 donne su un totale di 997 atleti hanno gareggiato in cinque sport: tennis, vela, croquet, equitazione e golf).
- Quali furono gli sport in cui le donne gareggiarono ai Giochi olimpici del 1900 a Parigi? (Risposta: cinque sport: tennis, vela, croquet, equitazione e golf)
- Qual è stata la percentuale di atlete donne alle Olimpiadi di Tokyo 2020? (Risposta: la percentuale di atlete era del 48%)
- Qual è stata la percentuale di allenatori donna alle Olimpiadi di Tokyo 2020? (Risposta: la percentuale di allenatori donna era solo del 13%)
- Quante allenatrici donne c'erano nell'ultima Coppa del Mondo FIBA femminile del 2022? (Risposta: in 12 squadre nazionali solo 5 avevano donne come capo allenatore (41,6%)).
- Quanti allenatori donna c'erano nell'ultima Coppa del Mondo FIBA maschile del 2019? (Risposta: il numero di donne che hanno allenato una squadra nazionale maschile è stato pari a zero, il 100% dei capi allenatori erano uomini).
- Indicare almeno 3 istituzioni e organizzazioni internazionali che lavorano per ridurre il divario di genere nello sport (Risposta: Comitato Olimpico Internazionale, Consiglio d'Europa, Commissione Europea).
- Quale documento ha presentato la Commissione europea nel 2014 per ridurre il divario di genere? (Risposta: la Proposta di azioni strategiche 2014 - 2020 per l'uguaglianza di genere nello sport)

Dovrebbero usare applicazioni come **Mentimeter** (<https://www.mentimeter.com/>) o **Kahoot** (<https://kahoot.com/>) per creare un quiz.

I facilitatori devono dividere il gruppo in 4 sottogruppi che si sfideranno tra loro attraverso il quiz Metimeter o Kahoot. Il gruppo n. 1 apre la prima domanda. Hanno 10-15 secondi per decidere la risposta. Se indovinano la risposta, ottengono 1 punto; in caso contrario, la domanda passa al gruppo n. 2, che ha la possibilità di rispondere e così via. Quando la prima domanda viene risolta correttamente, la seconda domanda viene aperta dal gruppo 2, poi la terza dal gruppo 3 e così via fino alla fine. Ogni volta che il gruppo risponde correttamente alla domanda, i facilitatori colgono l'occasione per fornire ulteriori informazioni dalla parte "Contesto sociale", relative a quella particolare domanda. In questo modo, i partecipanti otterranno diverse informazioni in questo campo.

### **Debriefing e valutazione:**

Dopo la lezione o il quiz, la valutazione dovrebbe essere fatta verbalmente con i partecipanti per discutere tutto ciò che hanno imparato e perché questo argomento è utile e importante per loro. Le domande per il debriefing possono essere:

- Come vi siete sentiti durante questa attività?
- Che cosa avete imparato?
- Qual è stata l'informazione più sorprendente che avete appreso?
- Qual è stata l'informazione più importante che avete appreso?
- Come sosterreste ulteriormente la riduzione del divario di genere nello sport?

### **Conclusione che può essere utilizzata dagli istruttori:**

La strada è stata lunga e ci vorrà ancora un po' di tempo prima di avere le stesse opportunità di coaching per le donne e gli uomini nello sport, ma la verità è che attualmente siamo molto più avanti rispetto al passato. Possiamo dire che la pallacanestro ha accettato fin dall'inizio non solo le giocatrici ma anche le allenatrici, l'eredità del lavoro sviluppato da Senda Berenson Abbott allo Smith College ha aperto le porte allo sviluppo del gioco femminile, prima in Nord America e poi in tutto il mondo. Molte allenatrici in tutto il mondo hanno sviluppato programmi vincenti e squadre di grande successo nella pallacanestro femminile e maschile di tutte le età. La pallacanestro ha le sue tradizioni, i suoi valori e la sua cultura ed è sempre stata uno sport che ha cercato di dare opportunità a tutti; possiamo dire che la pallacanestro è sempre stata all'avanguardia rispetto agli altri sport e alla società stessa, non solo rompendo gli stereotipi come la razza, ma anche promuovendo l'uguaglianza di genere e l'inclusione per tutti. Nelle questioni sociali più rilevanti della società moderna, il basket è sempre stato un passo avanti.

Le organizzazioni politiche internazionali, le organizzazioni governative nazionali e tutti i tipi di organi di governo dello sport hanno avuto un ruolo e un impatto importanti sull'attuale tendenza a ridurre il divario tra allenatori uomini e donne e a raggiungere la parità di genere nello sport e nel coaching sportivo. Siamo nella giusta direzione e il nostro progetto Erasmus+ Sport "Empowered Female Coaches of Basketball" è un ottimo esempio dei passi che si stanno compiendo in Europa.

### **Suggerimenti per l'istruttore:**

- Gli istruttori devono decidere quale variante vogliono usare quando lavorano con il gruppo e prepararsi per questo. In ogni caso, i facilitatori devono conoscere molto bene la parte "Contesto sociale".
- Nel caso in cui le sessioni siano più lunghe e i facilitatori abbiano più tempo a disposizione, possono combinare due varianti: prima fanno la variante 1 e poi usano la variante 2 per verificare ciò che i partecipanti hanno ricordato dalla lezione.

# Sessione: Allenamento tecnico e tattico

## **Allenare i bambini (6-12 anni):**

Comprendere le abilità fondamentali: Un allenatore che lavora con i bambini deve conoscere bene le abilità di base della pallacanestro, tra cui il palleggio, il tiro e il passaggio. Deve essere in grado di insegnare queste abilità in modo efficace ai giovani giocatori.

Enfasi sul divertimento e sull'apprendimento: Allenare i bambini significa creare un ambiente positivo e divertente in cui possano imparare e divertirsi. Gli allenatori devono conoscere i metodi di insegnamento e le esercitazioni adatti all'età per rendere le sessioni coinvolgenti.

Istruzione tattica di base: Pur concentrandosi sulle abilità individuali, l'allenatore deve introdurre concetti tattici di base come il lavoro di squadra, il posizionamento e i principi difensivi di base.

## **Allenare i giovani (13-18 anni):**

Sviluppo avanzato delle abilità: Gli allenatori che lavorano con i giovani devono essere esperti nel perfezionamento delle abilità cestistiche. Questo include l'insegnamento di tecniche avanzate di palleggio, tiro preciso e strategie difensive.

Comprensione tattica: Un allenatore deve possedere una solida conoscenza delle tattiche e delle strategie della pallacanestro, compresi gli schemi offensivi, gli schemi difensivi e il gioco di transizione. Deve essere in grado di trasmettere questi concetti ai giocatori in modo efficace.

Sviluppo del giocatore: Gli allenatori di giovani devono avere la capacità di identificare e coltivare il potenziale dei singoli giocatori, adattando i programmi di allenamento ai loro punti di forza e di debolezza.

## **Allenare gli adulti (18+ anni):**

Conoscenze tattiche di alto livello: Gli allenatori che lavorano con giocatori adulti devono avere conoscenze tattiche avanzate, tra cui set offensivi complessi, strategie difensive e processi decisionali situazionali.

Ottimizzazione delle abilità: Devono essere esperti nella messa a punto delle abilità dei giocatori, aiutandoli a raggiungere il loro massimo rendimento. Ciò include l'affinamento della meccanica di tiro, l'efficienza del dribbling e l'abilità difensiva.

Gestione della squadra: Gli allenatori adulti devono essere abili nel gestire le dinamiche di squadra, motivare i giocatori e promuovere un ambiente di squadra coeso. Devono essere abili nel prendere decisioni critiche in partita.

Analisi del gioco: Gli allenatori devono possedere la capacità di analizzare i filmati delle partite, studiare gli avversari ed elaborare piani di gioco adatti ai punti di forza e di debolezza della squadra e degli avversari.

### **Esempio di sessione per i più giovani:**

Piano pratico per futuri allenatori che lavorano con giovani di 9 e 10 anni:

**Obiettivo:** Creare un ambiente di apprendimento positivo e solidale in cui i giovani giocatori possano sviluppare le loro abilità cestistiche e la loro passione per il gioco.

**Durata della sessione:** 60 minuti

**Partecipanti:** 15-30 persone

**Materiale necessario:** coni/barriere x15, palloni x15-30, canestro

### **Riscaldamento (10 minuti):**

1. Giochi di riscaldamento divertenti: Iniziare la sessione con attività di riscaldamento divertenti che prevedono corsa, salti ed esercizi di movimento per coinvolgere ed emozionare i giocatori.
2. Cerchio dei dribbling: Formare un cerchio e far esercitare i giocatori a palleggiare con entrambe le mani mentre si muovono intorno al cerchio.

### **Abilità tecniche (20 minuti):**

1. Fondamentali di tiro: Insegnare la tecnica di base del tiro, concentrandosi sul posizionamento corretto delle mani e sul passaggio. Chiedere ai giocatori di fare coppia e di esercitarsi a tirare da una breve distanza.
2. Passaggio e ricezione: dimostrare e spiegare le diverse tecniche di passaggio (passaggio di petto, passaggio a rimbalzo, passaggio dall'alto). Dividere i giocatori in coppie e farli esercitare a passare e prendere avanti e indietro.
3. Posizione difensiva e gioco di gambe: Mostrare ai giocatori la corretta posizione difensiva e il gioco di gambe. Farli esercitare a scivolare e a muoversi per stare davanti al compagno.

### **Comprensione tattica (15 minuti):**

1. Concetti offensivi e difensivi: Introdurre le formazioni offensive di base, come un semplice 2 contro 2, e insegnare ai giocatori a muoversi senza palla. Inoltre, introdurre i principi difensivi di base, come ad esempio rimanere tra il giocatore e il canestro.
2. Lavoro di squadra e comunicazione: Sottolineare l'importanza del lavoro di squadra e della comunicazione in campo. Fate in modo che i giocatori si esercitino a chiamare le scelte o gli scambi durante le esercitazioni.

### **Abilità psicologiche (15 minuti):**

1. Rinforzo positivo: Incoraggiare e lodare i giocatori per i loro sforzi e miglioramenti durante la sessione. Offrire un feedback costruttivo per aiutarli a capire cosa possono migliorare.
2. Affrontare la frustrazione: Affrontare i momenti di frustrazione e di fallimento durante le esercitazioni. Insegnare ai giocatori che sbagliare fa parte del processo di apprendimento e incoraggiarli a continuare a provare.
3. Costruire la fiducia in se stessi: Eseguire esercizi di rafforzamento della fiducia, ad esempio chiedendo ai giocatori di dimostrare a turno un'abilità, in modo che si sentano sicuri di fronte al gruppo.
4. Ascolto attivo: Creare uno spazio sicuro in cui i giocatori possano esprimere i loro pensieri e sentimenti sulla partita o sulla sessione di allenamento. Siate attenti e comprensivi nei confronti delle loro esigenze.

### **Cool Down (5 minuti):**

1. Stretching: guidare i giocatori in una routine di stretching delicato per raffreddare i muscoli e prevenire gli infortuni.
2. Riflessione: Riunire i giocatori in cerchio e chiedere loro di condividere una cosa che hanno apprezzato o imparato durante l'allenamento.

### **Chiusura (5 minuti):**

1. Rafforzare il comportamento positivo: Applaudire i giocatori per gli sforzi e l'atteggiamento positivo dimostrato durante l'allenamento.
2. Comunicare i prossimi eventi: Condividete informazioni sulle prossime partite, sui tornei o su ulteriori opportunità di allenamento.

**Nota:** ricordate che lavorare con ragazzi di 9 e 10 anni richiede pazienza e flessibilità. Mantenete le sessioni di allenamento divertenti, coinvolgenti e adatte all'età. Date sempre la priorità al benessere e allo sviluppo dei giocatori, sia dentro che fuori dal campo. Migliorare continuamente le proprie capacità di allenatore partecipando a seminari pertinenti e chiedendo il feedback di allenatori esperti.



# Session: Motivazione – perchè essere Coach?

**Panorama:** Le donne amano il basket. Conoscono il gioco.

Hanno molti e diversi punti di vista.

Sanno che lavorare sui piccoli dettagli fa una grande differenza. Sono appassionate.

Sono resistenti.

Sono tenaci ed empatici allo stesso tempo. Sono leader coraggiosi e naturali.

Sono consapevoli dell'importanza dello spirito di squadra. Sono abituati a fare sacrifici per raggiungere gli obiettivi.

SÌ, DECISAMENTE!

Abbiamo bisogno di più allenatori donne nel basket.

## Session 1: Role model

Qualcuno che ci ha creduto davvero

Angela Adamoli 3x3 World Cup Champion 2018



**TEMPO:** 45 minuti, 15 partecipanti;

**OBIETTIVI:**

- per sostenere la motivazione personale
- per aumentare la fiducia in se stessi
- per incoraggiare a sognare in grande

**ISTRUZIONI:**

La Role Model ha una palla da basket in mano.

Il suo discorso deve essere un viaggio attraverso le esperienze personali per dare un esempio concreto dei passi, delle difficoltà, dei fallimenti e dei successi per diventare un allenatore. La role model deve spiegare come e quando ha conosciuto il mondo del basket. Quando e come è nata la passione. Chi e cosa è stato importante per accrescerla.

Quando e perché ha iniziato a vedersi come allenatore. Parlando degli ostacoli e delle difficoltà incontrate durante il percorso (solitudine, precarietà, lontananza dalla famiglia e dalle persone care, equilibrio vita-lavoro, problemi economici e divario di genere), la role model deve menzionare gli stereotipi e le discriminazioni che ha dovuto affrontare e chi e cosa l'ha aiutata a combatterli; è importante sottolineare quali tipi di abilità personali hanno aiutato la role model a raggiungere gli obiettivi. Infine, è necessario spiegare quanto sia fondamentale la sorellanza. L'alleanza tra donne è il punto di partenza per dare potere alle allenatrici.

Durante il discorso, la role model passa la palla alle partecipanti per creare empatia e ponti. La stessa cosa avviene durante il question time. Chi riceve la palla deve alzarsi in piedi dicendo il proprio nome.

**MATERIALI**

CV della Role model

Palla da Basket

Uno schermo per mostrare i momenti salienti e i video durante il discorso.

**SUGGERIMENTI PER L'ISTRUTTORE:** Questa sessione deve svolgersi in una stanza luminosa, dove tutti abbiano il loro spazio, seduti comodamente, in posizione circolare. Il modello di ruolo deve stare in piedi. Deve conoscere le tecniche verbali e non verbali. Non ci sono ostacoli tra lei e i partecipanti. L'uso dell'ironia potrebbe essere un'opportunità per mantenere bassa la pressione.

**MATERIALE PER L'ISTRUTTORE:** i punti di forza personali, le foto, gli oggetti importanti (medaglie, trofei, scarpe, uniformi).

# SESSIONE: SOLUZIONE INDIVIDUALE DEI PROBLEMI

**Tempo:** 60 minuti

**Dimensioni del gruppo:** 15 partecipanti.

## **OBIETTIVI:**

per sostenere la motivazione personale  
per aumentare la fiducia in se stessi  
per incoraggiare a sognare in grande  
per essere in grado di risolvere i problemi

## **ISTRUZIONI:**

Attraverso semplici giochi accendere la luce su una persona per migliorare la fiducia in se stessi. L'obiettivo di questa sessione è aiutare a trovare una soluzione rapida e chiara attraverso le proprie conoscenze. Quando possibile, sarebbe importante la presenza di uno psicologo dello sport che osservi ogni partecipante per dare consigli per essere più sicuri di sé.

All'inizio della sessione ogni partecipante fa una breve presentazione individuale raccontando le esperienze di basket passate e spiegando gli obiettivi futuri.

Per questo motivo vogliamo incoraggiare i partecipanti a conoscersi.

L'istruttore deve mostrare 24 buste: ogni busta deve essere sigillata e contenere una parola di basket. Ognuno deve prendere la propria busta



L'istruttore chiama o estrae dall'elenco dei partecipanti il primo nome. Il prescelto legge e mostra la sua parola al gruppo. In 2 minuti deve creare un discorso logico sul significato di questa parola (ad esempio: "time out"... quanti time out ci sono in una partita; chi lo chiama; quando lo chiama; quanto dura...). L'oratore deve parlare usando una lavagna, se necessario. Il facilitatore deve aiutare e spingere l'aspirante allenatore a parlare ad alta voce, senza fretta, con il giusto linguaggio del corpo e usando le parole appropriate. Al termine dei 2 minuti, si apre la discussione e gli altri partecipanti possono aggiungere qualcosa. Quando la prima discussione è terminata, il facilitatore sceglie un'altra persona per ripetere lo stesso gioco analizzando parole diverse. L'istruttore deve sempre tenere conto del tempo per dare spazio a più persone. Il tempo rimanente è destinato alle domande e alla discussione. L'istruttore deve dire ai partecipanti di tenere la busta sigillata per le sessioni successive. Potranno aprirla solo quando l'istruttore la richiederà.

### **MATERIALI:**

Pennarelli e lavagna da basket.  
Penne, fogli e buste.  
Pallacanestro.

**PREPARAZIONE:** l'istruttore deve preparare 24 buste singole sigillate inserendo all'interno parole riguardanti le regole tecniche e tattiche del gioco. Qui c'è un elenco di 24 parole. È facoltà dell'istruttore aggiungere altre parole.

**SUGGERIMENTI PER L'ISTRUTTORE :** Questa sessione deve svolgersi in una stanza luminosa, dove tutti abbiano il loro spazio, seduti comodamente, in posizione circolare. Gli istruttori devono conoscere nome, cognome e storia di ogni partecipante per poterlo aiutare e sostenere se necessario. La presenza di uno psicologo dello sport sarebbe un valore aggiunto molto importante.

**MATERIALE PER L'ISTRUTTORE:** paper, pens, markers, envelopes, fiba rules to be ready for every situation.

# HANDOUT 1

24  
SECONDI

14  
SECONDI

8  
SECONDI

5  
SECONDI

3  
SECONDI

TIRI  
LIBERI

PASSI

PRESSING

RIMBALZI

LAY UP

HESITATION

JUMP  
SHOOT

CROSSOVER

EUROSTEP

JUMP  
BALL

PERSONAL  
FOUL

BONUS

OVER  
TIME

FLOPPING

REBOUND

INBOUND

NO  
CHARGE  
AREA

ARBITRO

DIFESA



# SESSIONE: RISOLUZIONE DEI PROBLEMI DI GRUPPO - SORELLANZA

**Tempo:** 60 minuti

**Dimensioni del gruppo:** 15 partecipanti

## **OBIETTIVI:**

- sostenere la motivazione personale
- aumentare la fiducia in se stessi
- incoraggiare a sognare in grande
- essere in grado di risolvere i problemi
- migliorare il lavoro di squadra
- rafforzare la sorellanza

## **ISTRUZIONI:**

Si tratta dello stesso gioco della sessione 2. Questa volta lavoriamo in gruppi di 3. Attraverso il lavoro di squadra vogliamo sottolineare l'importanza di aiutarsi e sostenersi a vicenda. Vogliamo migliorare la nostra fiducia in noi stessi attraverso il rispetto e l'apprezzamento degli altri.

I partecipanti devono assicurarsi di tenere in mano la busta sigillata personale della sessione precedente.

Il facilitatore crea 5 gruppi di 3 persone e ogni gruppo sceglie il nome della squadra e il capitano. Il capitano dice il nome della sua squadra al facilitatore. Quando il facilitatore ha tutti i nomi, chiama o sorteggia il primo. Ogni persona del gruppo apre la propria busta della sessione precedente e legge la parola. Il gruppo ha 1 minuto per preparare un discorso logico di 3 minuti mescolando le tre parole. Possono decidere se parlare solo una persona o se parlare tutti. Al termine dei 3 minuti, il tempo di discussione è aperto e gli altri partecipanti possono aggiungere qualcosa. Quando la discussione è finita, il facilitatore chiama un altro gruppo.

Se c'è uno psicologo dello sport, questo è il momento del suo punto di vista.

Alla fine di questa sessione il facilitatore dà dei compiti a casa: ogni partecipante sceglie un argomento e prepara una piccola clinica. Avrà 6 minuti per presentarlo durante la sessione successiva.

## **MATERIALI:**

Pennarelli e lavagna da basket, penne e fogli, pallacanestro, buste, regole FIBA per essere pronti ad ogni situazione.

## **SUGGERIMENTI PER L'ISTRUTTORE**

Questa sessione può essere tenuta in una stanza luminosa. I facilitatori devono conoscere il nome, il cognome e la storia di tutti i partecipanti per poterli aiutare e sostenere se necessario. Devono memorizzare i nomi dei gruppi.



# Sessione: Sii te stessa

SESSIONE IV & V & VI :

**Tempo:** 60 minuti

**Dimensioni del gruppo:** 15 partecipanti

## **OBIETTIVI:**

- **per sostenere la motivazione personale**
- **per aumentare la fiducia in se stessi**
- **per incoraggiare a sognare in grande**
- **per essere in grado di risolvere i problemi**
- **per formare competenze di public speaking**

**ISTRUZIONI:** Questo è il termine del modulo. Ci auguriamo che i partecipanti siano più sicuri di sé. Tutti devono essere pronti a parlare al pubblico. Ogni partecipante ha preparato il proprio discorso a casa. Questo è il momento di mostrare la propria personalità. Tutti, dopo tutte le sessioni precedenti, devono conoscere le altre 14 persone. Ogni persona è unica ed è importante che venga riconosciuta dagli altri.

Il facilitatore chiama o estrae il primo nome. Il facilitatore chiederà a un volontario tra i partecipanti di alzarsi in piedi per dire qualcosa di noto sulla persona che è stata estratta, per sostenere e dare forza. Tutti devono essere pronti a parlare di tutti. Non viene deciso uno schema a priori. Quando il primo ha finito di parlare, il facilitatore chiama o sorteggia il secondo. La sessione termina quando 5 partecipanti hanno parlato. Non c'è tempo per la discussione. Solo applausi. Gli altri 10 partecipanti parleranno nelle sessioni successive.

## **MATERIALI**

Marcatori e tabellone da basket

Pallacanestro

**SUGGERIMENTI PER L'ISTRUTTORE:** Questa sessione deve svolgersi nel campo da basket. Il facilitatore deve conoscere nome, cognome e storia di ogni partecipante per poterlo aiutare e sostenere se necessario. Deve dare alcuni consigli ai relatori: parlare ad alta voce, usare parole semplici, parlare di qualcosa che si conosce veramente, cambiare il ritmo della voce per sottolineare l'importanza del momento, aprire le spalle, non incrociare mai le braccia, cercare gli occhi degli altri, sorridere quando si può.

# SESSIONE 1: "IL LEADER GIUSTO"

**TEMA:** "Diverse tipologie di leadership"

**TEMPO:** 60 minuti

## **Allocazione del Tempo:**

- Gioco introduttivo per i partecipanti..... 5 minuti
- Leadership brainstorming..... 10 minuti
- Presentazione delle 3 tipologie di leadership.....10 minuti
- Role Play.....20 minuti
- Debriefing.....10 minuti
- Chiusura..... 5 minuti

**VISIONE:** Sviluppare una metodologia educativa non formale per migliorare le capacità di leadership.

## **OBIETTIVI:**

- I partecipanti imparano i 3 tipi di leadership in materia di comunicazione, comportamento e prestazioni sportive come allenatori.
- I partecipanti impareranno ad affrontare situazioni di gioco reali e il comportamento dei giocatori adattandosi alle diverse dinamiche che si verificheranno grazie a esercizi di gioco di ruolo.
- Per incoraggiare gli allenatori a prestare maggiore attenzione e ad allenarsi per raggiungere la loro leadership ideale per la gestione della squadra.

## **MATERIALI:**

Per preparare l'area di riunione, è necessaria un'aula o una sala riunioni di grandi dimensioni per accogliere un gruppo di circa 20 persone. Ognuno di loro deve avere una sedia e un tavolo per poter scrivere o usare un computer portatile. Per la seconda parte della sessione, è necessario preparare uno spazio aperto (separando i tavoli se lo spazio della classe non è abbastanza grande) per svolgere i giochi di ruolo corrispondenti.

Allestimento:

- 1 proiettore
- 1 schermo o grande parete bianca
- 1 computer portatile per il facilitatore

**DIMENSIONI DEL GRUPPO:** 20 persone.

**PREPARAZIONE:** Per implementare questa metodologia in modo efficace, i facilitatori devono seguire le seguenti fasi di preparazione:

- Il facilitatore deve avere una buona comprensione del contenuto da comunicare, della filosofia della leadership e dei 3 diversi tipi su cui si basa il suo lavoro con i giocatori, e di come impostare e svolgere l'attività di gioco di ruolo per ottenere il massimo apprendimento dai partecipanti.
- L'entusiasmo del facilitatore sarà decisivo per motivare e ispirare i partecipanti. I facilitatori devono prepararsi mentalmente alla sessione e cercare di trovare le parole e i gesti che incoraggino i partecipanti.
- Preparare i materiali di lavoro necessari.

## **ISTRUZIONI:**

### **STEP 1:** Gioco di introduzione per i partecipanti (5 minuti)

Introduzione per spiegare la sessione: Stabilite l'ordine del giorno e comunicate le aspettative per la sessione.

Esempio di Script:

"...Iniziamo a presentarci con un piccolo gioco divertente in questa sessione. Poi vorremmo sapere qual è la vostra idea su come dovrebbe essere una buona leadership, e vorremmo che ognuno spiegasse cosa significa guidare bene una squadra. Poi parleremo dei 3 tipi di leadership che toccheremo in questa sessione e li metteremo in pratica con dei giochi di ruolo; infine, trarremo delle conclusioni su ciò che abbiamo lavorato..."

Gioco iniziale per i partecipanti: Le dinamiche del gioco

"Ci presenteremo tutti con un gioco che consiste nel dire 3 cose su di noi. 2 di queste devono essere vere e 1 deve essere una bugia. Il resto dei partecipanti deve scoprire quale delle 3 cose che abbiamo detto su di noi non è vera, Avete capito? Per esempio, comincerò io: primo, sono un avvocato, secondo, mi piace la cucina libanese e terzo, non ho la patente di guida..."

"...Dopo aver lavorato sui giochi di ruolo delle situazioni di gioco, dedicheremo un po' di tempo per risolvere i dubbi e rispondere alle domande che potreste avere sui contenuti lavorati..."

Suggerimenti per l'istruttore

- È importante concentrarsi sulla creazione di un ambiente rilassato che incoraggi i partecipanti a partecipare e a esprimere la propria opinione. Rompete il ghiaccio!

## **STEP 2:** Leadership brainstorming (10 minuti)

Introduzione per spiegare la sessione: I partecipanti devono spiegare brevemente quali tipi di leadership conoscono e sviluppare la loro idea. È importante distribuire bene il tempo di ciascun partecipante in modo che tutti possano parlare. Ogni partecipante deve dare una risposta chiara su quale sia il tipo di leadership con cui si identifica maggiormente o che sta portando avanti.

Esempio di Script:

"...Nei prossimi 10 minuti vogliamo sapere quali qualità apprezzate in un leader, cosa pensate che un leader debba avere per ottenere il massimo dal suo team. Siamo 20 persone e vorremmo ascoltare tutti, quindi vi chiediamo di essere concisi in modo che tutti abbiano il tempo di parlare...".

Suggerimenti per l'istruttore

- Dobbiamo incoraggiare la partecipazione di tutti, quindi dobbiamo controllare l'intervento di ciascuno.

## **STEP 3:** Presentazione di 3 tipologie di leadership (10 minuti)

Introduzione per spiegare la sessione: L'obiettivo di questa sezione della sessione è spiegare in modo chiaro e dettagliato i 3 tipi di leadership che identifichiamo come esistenti nella gestione dei team.

- *Leadership autoritaria.*

Il formatore determina tutte le azioni da seguire (esercizi, compiti, regole, ecc.). Personalizza le critiche ricevute e, di norma, non le accetta.

I giocatori sono un mezzo per raggiungere gli obiettivi.

- *Leadership "laissez fer".*

L'allenatore non cerca di regolare o disciplinare l'andamento del gruppo. Il leader fornisce le informazioni richieste ed è un semplice osservatore. Concede al gruppo un'assoluta libertà di decisione.

- *Leadership democratica.*

Il leader progetta i passi generali verso l'obiettivo e, quando richiede assistenza tecnica o di altro tipo, suggerisce le possibili alternative che possono essere scelte. I membri del gruppo hanno potere decisionale su alcuni compiti, precedentemente definiti dal leader.

Tutti i leader tendono a seguire uno di questi tre tipi di leadership, anche se nessuno ha la ricetta magica per stabilire quale sia il tipo di leadership migliore. Riteniamo che i tre tipi di leadership possano essere portati avanti nello stesso gruppo, a seconda del momento della stagione in cui ci troviamo, del tempo che il leader ha trascorso con il gruppo e delle caratteristiche del gruppo (è diversa una squadra di minibasket da una senior, o una squadra di formazione da una squadra professionistica). In questo modo, un leader può scegliere uno dei tre stili di leadership, a seconda della circostanza in cui si trova e che gli permette di adattarsi meglio alla situazione in cui si trova.

Una buona definizione di leadership è:

"Far fare ai giocatori quello che vogliamo e fargli credere di averlo fatto da soli".

#### **STEP 4: Role Play (20 minutes)**

Introduzione per spiegare la sessione: Per lavorare sulle situazioni abituali con il team in termini di comunicazione, proponiamo di realizzare dei giochi di ruolo in cui simuleremo queste situazioni. Questi giochi di ruolo saranno divisi in tre blocchi: Leadership autoritaria, Leadership Laisser fer e Leadership democratica. In ognuno di questi blocchi lavoreremo sulle situazioni che si verificano tra giocatori e allenatori, in cui si verificano comunicazione e interazione.

Per lavorare su queste situazioni con i giochi di ruolo, faremo un primo semplice esempio, in modo che il gruppo dei partecipanti alla sessione capisca su cosa stiamo per lavorare. Una situazione semplice come una mancanza di rispetto tra giocatori o una mancanza di impegno nell'esecuzione di un esercizio in campo può essere utile ai partecipanti per prendere confidenza con l'esercizio che svolgeranno in seguito. Una volta svolto il primo esempio con 2/3 volontari, faremo gruppi di 2/3 in modo che tutti possano lavorare sui contenuti. Negli ultimi 5 minuti di questa sezione, il facilitatore sceglierà 2 gruppi per rappresentare una situazione di squadra interessante per gli altri. Qui, come facilitatori, possiamo scegliere il gruppo in base a come si è comportato durante l'esercizio o scegliere il contenuto che è stato più interessante o complicato da applicare.

Esempio di Script:

"...Lavoreremo sulle situazioni che possono verificarsi nelle dinamiche di gruppo o di squadra e nelle quali possiamo essere coinvolti come allenatori. Lo faremo attraverso giochi di ruolo e parteciperemo tutti, mettendoci nei panni del giocatore, dell'allenatore e, naturalmente, dell'arbitro se ci troviamo in una situazione di gioco. È molto importante capire e immedesimarsi in tutti gli attori coinvolti in una squadra o in una partita."

"...Abbiamo distribuito le situazioni in cui utilizzeremo uno dei tipi di leadership che abbiamo imparato in 3 parti o momenti, queste situazioni possono essere in una partita o in una sessione di allenamento, nello spogliatoio o in qualche altra situazione in cui la squadra rappresenta il proprio club. Ognuna di esse ha circostanze e obiettivi diversi che dovremmo cercare di raggiungere utilizzando queste abilità di leadership".

Gioco di ruolo 1:

Inizieremo con uno abbastanza comune: uno dei partecipanti interpreterà il ruolo di un giocatore che pensa di aver subito un fallo e che l'arbitro non l'ha chiamato. Il giocatore si arrabbia e protesta con l'arbitro.

Gioco di ruolo 2:

Mentre i giocatori fanno la doccia negli spogliatoi, giocando tra loro, rompono l'attrezzatura dell'impianto sportivo. L'allenatore vuole scoprire cosa è successo e chi è il responsabile. I giocatori si rifiutano di denunciare i responsabili.

Gioco di ruolo 3:

Durante l'allenamento, due giocatori della squadra litigano e l'allenamento viene interrotto.

Gioco di ruolo 4:

Durante l'allenamento, le prestazioni della squadra non sono quelle attese, soprattutto da parte dei 3 giocatori con un ruolo più importante.

Gioco di ruolo 5:

Durante un viaggio di squadra, ci sono giocatori che mancano ripetutamente di puntualità.

In questi 5 esempi dovremmo utilizzare i 3 tipi di leadership per vedere quale si adatta meglio e quale è quello con cui i partecipanti si sentono più a loro agio.

Suggerimenti per l'Istruttore

Il facilitatore può chiedere ai partecipanti se vogliono proporre altre situazioni su cui lavorare attraverso il role-play (gioco di ruolo).



## **STEP 5:** Debriefing e valutazione (10 minuti)

Durante questa fase di debriefing, il facilitatore deve cercare di far riflettere i partecipanti su ciò che hanno lavorato durante i giochi di ruolo.

"...Cosa fareste in una situazione di conflitto per le proteste di un giocatore?..".

"...Cosa dovremmo fare di fronte a proteste ripetute?..".

"...Quale pensate sia l'area su cui dovrete lavorare di più? Ascoltare? Empatizzare? Spiegare?..".

### Suggerimenti per l'Istruttore

- Il ruolo del facilitatore non è quello di dare le risposte a queste domande, ma di incoraggiare i partecipanti a trovare le risposte da soli; in questo modo il facilitatore verificherà se il partecipante ha appreso il contenuto spiegato.
- Formulare le domande in modo aperto, costringendo i tirocinanti a pensare alla loro opinione invece di dire solo sì o no.
- Cercate di coinvolgere il maggior numero possibile di partecipanti; a volte è necessario invitare un partecipante più silenzioso a esprimere un parere.

## **STEP 6:** Conclusione (5 minuti)

Riassumi al termine della lezione.

"...Potete dirmi che cosa ritenete più importante da ricordare di questa sessione?..".

Infine, chiedete ai partecipanti di dire una parola che descriva la loro impressione della sessione. Anche il facilitatore deve preparare una parola e contribuire alla fine.

# SESSIONE 2: "RELAZIONI DI BASKET"

**TEMA:** "Relazioni"

**TEMPO:** 60 minuti

## **Distribuzione del tempo:**

- Gioco di introduzione dei partecipanti..... 5 minuti
- Esercizio di Relationships brainstorming ..... 10 minuti
- Presentazione della Relationships content.....10 minuti
- Role Play.....20 minuti
- Debriefing.....10 minuti
- Conclusione..... 5 minuti

**OVERVIEW:** Sviluppare una metodologia educativa non formale per migliorare le capacità di comunicazione.

## **OBIETTIVI:**

- L'obiettivo di questa sessione è creare una guida che accompagni le allenatrici di pallacanestro femminile nel loro sviluppo come allenatrici.
- Le partecipanti impareranno ad affrontare situazioni reali di interazione tra i diversi attori della nostra attività quotidiana di allenatori grazie a esercizi di gioco di ruolo.
- Incoraggiare gli allenatori a prestare maggiore attenzione e ad allenarsi per raggiungere le loro capacità di comunicazione ideali per l'ambiente della pallacanestro.

## **MATERIALI:**

Per preparare l'area di riunione, è necessaria un'aula o una sala riunioni di grandi dimensioni per accogliere un gruppo di circa 20 persone. Ognuno di loro deve avere una sedia e un tavolo per poter scrivere o usare un computer portatile. Per la seconda parte della sessione, è necessario preparare uno spazio aperto (separando i tavoli se lo spazio della classe non è abbastanza grande) per svolgere i giochi di ruolo corrispondenti.

Allestimento:

- 1 proiettore
- 1 schermo o grande parete bianca
- 1 computer portatile per l'animatore
- 4 fogli grandi

**DIMENSIONI DEL GRUPPO:** 20 persone.

## **PREPARAZIONE:**

Per implementare questa metodologia in modo efficace, i facilitatori devono seguire le seguenti fasi di preparazione:

- L'animatore deve avere una buona comprensione del contenuto da comunicare, avere familiarità con le situazioni che si verificano con i 4 attori principali della nostra attività come allenatori, e come impostare e svolgere l'attività di gioco di ruolo per ottenere il massimo apprendimento dai partecipanti.
- L'entusiasmo dell'animatore sarà decisivo per motivare e ispirare i partecipanti. Gli animatori devono prepararsi mentalmente alla sessione e cercare di trovare le parole e i gesti che incoraggino i partecipanti.
- Preparare i materiali di lavoro necessari.

## **ISTRUZIONI:**

### **STEP 1:** Gioco introduttivo per i partecipanti (5 minuti)

Spiegazione introduttiva: Fissa l'agenda giornaliera e raccogli le aspettative per la sessione.

Esempio di script:

".. Iniziamo presentandoci con un piccolo gioco divertente in questa sessione. Successivamente, vorremmo che ogni partecipante contribuisse con la propria opinione ed esperienza come allenatore nel rapporto con giocatori, genitori, dirigenti e arbitri, per fare questo svolgeremo un esercizio di brainstorming di gruppo. Successivamente, presenteremo il contenuto di questa importantissima sezione, sviluppando il rapporto con ciascuno dei 4 attori che abbiamo stabilito e li metteremo in pratica con giochi di ruolo, e infine, trarremo conclusioni su ciò su cui abbiamo lavorato.."

Gioco introduttivo per i partecipanti: Le dinamiche del gioco

".. Ci presenteremo tutti con un gioco che consiste nel dire 3 cose su di noi. 2 di esse devono essere vere e 1 deve essere una bugia. Il resto dei partecipanti deve scoprire quale delle 3 cose che abbiamo detto di noi stessi non è vera, hai capito? Ad esempio, inizierò, in primo luogo, sono un avvocato, in secondo luogo, mi piace la cucina libanese e in terzo luogo, non ho la patente di guida..."

È importante concentrarsi sulla creazione di un ambiente rilassato che incoraggi i partecipanti a voler partecipare e dare la propria opinione. Rompi il ghiaccio!

## **STEP 2:** Esercizio di brainstorming sulle relazioni (10 minuti)

Spiegazione introduttiva: I partecipanti prenderanno parte a un esercizio di brainstorming in cui l'obiettivo principale è quello di catturare gli aspetti più importanti e rilevanti del suo rapporto con i giocatori, i genitori, il consiglio di amministrazione/direttore sportivo e gli arbitri.

Per svolgere questo esercizio avremo bisogno di 4 grandi fogli di carta in modo che i partecipanti possano scrivere i punti più importanti del loro rapporto con i 4 attori precedentemente menzionati.

Esempio di Script:

".. Nei prossimi 10 minuti, vogliamo che tutti i partecipanti scrivano sui fogli distribuiti nella stanza ciò che pensano sia più importante nel nostro rapporto con ciascuno dei seguenti attori: giocatori, genitori, consiglio direttivo/direttore sportivo e arbitri, persone o posizioni che incontriamo nella nostra vita quotidiana di allenatori. Siamo 20 persone e vogliamo che tutti voi partecipiate e contribuiate con il vostro punto di vista..."

Suggerimenti per l'animatore:

- Dobbiamo incoraggiare la partecipazione di tutti, quindi dovremmo assicurarci che ognuno contribuisca con le proprie idee e le metta sui fogli.

## **STEP 3:** Presentazione del contenuto Relazioni (10 minuti)

Spiegazione introduttiva: L'obiettivo di questa sezione della sessione è quello di spiegare in modo chiaro e dettagliato tutto ciò che riguarda il rapporto che manterremo con tutti gli attori esistenti.

Divideremo l'argomento in 4 aspetti molto importanti per lo sviluppo dell'allenatore di basket, in base alla sua relazione con i 4 gruppi principali di persone con cui interagirà nello svolgimento delle sue attività di allenatore di basket:

1. GIOCATORI.
2. PADRI/MADRI.
3. DIRIGENTI DELLA SOCIETA' / DIRETTORI SPORTIVI
4. ARBITRI.

## 1)GIOCATORI.

È il gruppo più importante, in quanto sarà quello con cui trascorrerai più tempo e con il quale gli allenatori avranno più interazioni. L'obiettivo principale che un allenatore di basket deve avere è quello di **DARE UN ESEMPIO** a tutti i suoi giocatori. Questo è un concetto molto generale, ma è molto importante per il formatore per raggiungere l'obiettivo principale di qualsiasi direttore di gruppi umani: diventare il **LEADER** del gruppo. L'idea principale di **DARE L' ESEMPIO**, e che in tutte le azioni e comunicazioni svolte dal coach segua l'idea di essere un esempio di comportamento e atteggiamento.

Questo è un modo di agire molto complicato, quindi è molto importante che l'allenatore sia pienamente consapevole di fare sempre da esempio ai suoi giocatori, fino a quando non riesce ad acquisire l'abitudine di dare l'esempio in tutte le sue azioni e comportamenti. Un altro aspetto importante di un allenatore di pallacanestro è l'assegnazione dei ruoli ai suoi giocatori. Si tratta di assegnare funzioni e responsabilità ai propri giocatori con l'obiettivo di diventare una **SQUADRA**.

L'assegnazione dei ruoli, precedentemente creata di riflesso per ogni giocatore, deve essere comunicata a ciascun giocatore, nonché compresa e accettata da ciascuno dei giocatori. È auspicabile che l'assegnazione dei ruoli sia flessibile, poiché sia i giocatori che la squadra si evolvono durante la stagione. Una buona assegnazione dei ruoli permetterà a ciascuno dei giocatori di diventare un tassello importante per la squadra, che aggiunge e contribuisce alla costruzione della squadra, nei limiti delle proprie possibilità.

L'obiettivo è quello di realizzare la **CREAZIONE DI UNA SQUADRA**, forse la funzione più difficile di un allenatore di basket.

Con la **CREAZIONE DI UNA SQUADRA**, intendiamo che tutti i membri della squadra vadano nella stessa direzione, che tutti si sommino e contribuiscano al raggiungimento degli obiettivi della squadra, guidati dall'allenatore. Questo è un lavoro molto difficile, poiché il giocatore di basket è egoista per natura, e si realizza con la costanza e la continuità nel tempo dell'allenatrice, e del suo staff tecnico, in tutte le loro azioni e attività con la squadra nella gestione di 12 ego diversi.

Arrivare a **CREARE UNA SQUADRA** può richiedere mesi, nel migliore dei casi, e anche più di una stagione, quindi l'allenatore deve rimanere paziente ed essere costante nelle sue azioni. Per questo, i due aspetti sopra citati sono di vitale importanza:

- **DARE L'ESEMPIO** in tutte le loro azioni, fondamentale per la **CREAZIONE DI UNA SQUADRA**.

- **ASSEGNARE I RUOLI**, in modo riflessivo, a ciascuno dei giocatori, in base alle caratteristiche di ciascun giocatore, per garantire che ogni giocatore aggiunga e contribuisca alla squadra, nei limiti delle proprie possibilità, e che la somma di tutti gli sforzi dei giocatori vada nella stessa direzione: il raggiungimento degli obiettivi del gruppo.

Phil Jackson, allenatore dei Chicago Bulls, 6 volte campioni NBA, tra le altre squadre, leggeva spesso il seguente passaggio da "Il secondo libro della giungla" di Rudyard Kipling alla squadra di Michael Jordan:

"Questa è la Legge della Giungla,  
antico e vero come il cielo;  
e il lupo che lo mantiene prospererà,  
e il lupo che lo rompe deve morire.  
Come la vite che cinge il tronco dell'albero,  
la legge lavora avanti e indietro,  
poiché la forza del branco è il lupo,  
e la forza del lupo è il branco".

Aiuterà anche la **CREAZIONE DI UNA SQUADRA** per trasmettere ai giocatori valori come il **RISPETTO, LA SOLIDARIETÀ, LA DISCIPLINA** e la **CULTURA DELLO SFORZO**.

La **COMUNICAZIONE** è un altro fattore chiave per un allenatore di basket. Più è chiaro e conciso, più sarà efficace.

**ILLINGUAGGIO DEL CORPO** è molto importante e aiuterà la comunicazione generale. Un allenatore appoggiato al supporto di un canestro o che guarda il cellulare mentre la squadra si allena è molto dannoso, poiché l'**ESEMPIO** che sta dando è completamente l'opposto di quello di cui abbiamo discusso all'inizio.

**L'EMPATIA** è fondamentale per ottenere una buona comunicazione con i giocatori e con lo Staff Tecnico.

La **CORREZIONE** è un fattore molto importante per un allenatore di basket, poiché un altro dei suoi obiettivi principali è quello di far migliorare i suoi giocatori il più possibile nei limiti delle sue possibilità. Si parla molto di "allenatori di squadra" e di "allenatori di giocatori", spesso separando entrambi i concetti, quando in realtà possono verificarsi nello stesso allenatore.

Nella **CORREZIONE** bisogna trovare l'equilibrio: se viene applicata in eccesso, il giocatore può diventare saturo e persino frustrato; Se non viene applicata, il giocatore può eseguire un movimento nel modo sbagliato molte volte, acquisendo una cattiva abitudine che è molto difficile da sradicare in seguito.

Infine, evidenzieremo 3 aspetti che possono aiutare l'allenatore di basket nello sviluppo delle sue funzioni:

- **L'IMMAGINE**: è molto importante andare ad allenarsi in abbigliamento sportivo, per continuare a **DARE UN ESEMPIO**. C'è un detto molto usato tra gli allenatori e i direttori tecnici: "Non solo devi essere un buon allenatore, devi anche sembrarlo". Conosciamo tutti un allenatore che sembra un buon allenatore e in realtà non lo è.

- **EDUCARE ALLA COMPETIZIONE:** si tratta di insegnare, educare i giocatori dal punto di vista della competizione. L'allenamento e la competizione non sono separati, né dovrebbero essere in contrasto. In un team di formazione, l'educazione e l'insegnamento devono essere una priorità, senza dimenticare la competizione. In una squadra professionistica o d'élite, la competizione è una priorità, ma senza escludere l'allenamento dei giocatori, poiché non ci sono giocatori professionisti o d'élite che fanno tutto.
- Creare alcune **REGOLE DI COMPORTAMENTO**, aiuteranno a raggiungere l'obiettivo principale di un allenatore di basket: **CREAZIONE DI UNA SQUADRA.**

## 2) PADRI / MADRI.

Questo gruppo ha la sua ragion d'essere nelle squadre di formazione. Oggi, i genitori hanno sempre più influenza sulle squadre di basket. Il rapporto con i genitori deve essere fluido e continuo nel tempo, ma è anche molto importante mantenere una certa **DISTANZA** per evitare violazioni della fiducia da parte dei genitori, poiché sempre più cercano di influenzare il lavoro di un coach.

È conveniente tenere una riunione all'inizio della stagione per spiegare gli obiettivi del gruppo e incoraggiarli a conoscersi.

Creare un gruppo WhatsApp facilita la comunicazione degli aspetti più oggettivi: rimanere per una partita, informazioni su attività straordinarie (come la partecipazione a un Torneo, attività al di fuori delle solite dinamiche di squadra), cambiamenti di programma, ecc. Bisogna essere molto attenti con lo strumento del gruppo WhatsApp, poiché può generare molti conflitti, poiché ci sono genitori che lo usano per dare opinioni che possono essere molto tossiche per il team e generare conflitti di punto in bianco. Queste opinioni di solito non osano farle direttamente in faccia all'allenatore. Quando sorge un conflitto con un giocatore, la prima cosa da fare è parlare con il giocatore individualmente per cercare di risolvere il conflitto.

Se il conflitto persiste, il passo successivo sarà quello di incontrare i genitori del giocatore per risolvere il conflitto. Se anche questo non è possibile, rivolgiti al Direttore Sportivo per aiutarci a risolvere il problema. È molto importante individuare il conflitto in tempo e agire rapidamente, in modo che non si trascini nel tempo e il problema si radichi ed esacerbi.

Un addestratore esperto spesso anticipa il problema, rilevandolo quando è in incubazione.

Infine, l'**EMPATIA** è ancora una volta fondamentale, perché se ci mettiamo nei panni dei genitori, vogliono il meglio per i loro figli, anche se a volte pensiamo che ci stiano attaccando con i modi che possono usare quando si rivolgono agli allenatori, dato che sono molto arrabbiati perché anche il loro figlio lo è.



### 3) DIRIGENTI DELLA SOCIETA' / DIRETTORE SPORTIVO

È fondamentale mantenere un buon rapporto con il Consiglio Direttivo del Club, così come con i suoi Direttori Sportivi, al fine di lavorare e sviluppare in modo ottimale le attività dell'allenatore.

Il detto "Non devi solo essere un buon allenatore, devi anche sembrarlo" è molto importante in questo gruppo, poiché ci sono ottimi allenatori che si concentrano solo sulla loro squadra, indipendentemente dal loro rapporto con il resto del Club, e questo finisce per danneggiarli, perché il rapporto con il Club, soprattutto con i Direttori Sportivi e il Consiglio Direttivo, non esiste o non va bene. E viceversa, ci sono allenatori mediocri o addirittura cattivi che hanno un ottimo rapporto personale con il Direttore Tecnico o con un membro del Consiglio Direttivo, e prosperano più dell'allenatore eccellente, che non è imparentato con il Club.

Conoscere la **FILOSOFIA DEL CLUB**, sia ludico che sociale, è fondamentale per svolgere il proprio lavoro e mantenere un buon rapporto con il Club.

L'allenatore di pallacanestro deve adattare la sua filosofia di gioco alla filosofia di gioco del Club. La figura del Direttore Sportivo è fondamentale per qualsiasi allenatore. È la persona che normalmente ripone la sua fiducia nell'allenatore per guidare la squadra del Club.

Affinché il rapporto tra i due funzioni, è molto importante vedere i Direttori Sportivi come un alleato esperto che ci aiuterà nello sviluppo della nostra attività. Pertanto, è essenziale seguire le sue istruzioni, accettare le sue correzioni, per raggiungere un rapporto di fiducia tra entrambe le parti. I Direttori Sportivi guideranno l'allenatore e la aiuteranno in caso di possibili conflitti e problemi.

### 3) ARBITRI.

L'arbitro è una parte indispensabile della pallacanestro.

Senza gli arbitri, le partite sarebbero il caos e non ci sarebbe la pallacanestro come la conosciamo oggi. Lo sono sempre stati e sempre lo saranno.

Il primo aspetto da tenere in considerazione, e il più importante, è il **RISPETTO** per il team arbitrale.

L'esercizio mentale che consiste nell'immaginare l'allenatore che sta per arbitrare la partita è molto utile. Sicuramente, molti allenatori non troveranno molto piacevole dover arbitrare la partita invece di dirigere la propria squadra.

Un'azione che facilita notevolmente il rapporto con gli arbitri è quella di ribadire una decisione corretta che gli arbitri hanno appena preso e che il giocatore ritiene di aver commesso un errore, quando è il giocatore che ha commesso un errore.

Questa azione è doppiamente positiva:

-Da un lato, correggiamo e insegniamo al giocatore che crede, ad esempio, di non aver fatto dei passi, quando in realtà lo ha fatto. E spieghiamo perché ha fatto dei passi.

-D'altra parte, abbiamo iniziato a conquistare l'arbitro e a guadagnare la sua fiducia. Se lo ripetiamo ancora una volta, ci saremo guadagnati la fiducia dell'arbitro. Le proteste devono essere rispettose e con argomentazioni, cioè dobbiamo essere totalmente convinti che l'arbitro ha sbagliato, per poter rivendicare l'azione.

Se prima abbiamo ribadito una qualsiasi delle sue decisioni, quando il giocatore non è d'accordo, la protesta avrà più effetto.

L'importante è non generare polemiche con gli arbitri e, in molte occasioni, prima di causare disagio agli arbitri con una protesta, è meglio lasciare la protesta e, quando c'è un'interruzione del gioco, parlare solo con l'arbitro e commentare freddamente la sua decisione.

Per quanto riguarda i giocatori, deve essere molto chiaro che gli arbitri commettono errori, proprio come i giocatori e gli allenatori, e che i giocatori devono mantenere la concentrazione sul gioco, anche se questo li infastidisce e, molto, quando sono chiamati ad azioni che non sono in grado di farlo.

Come ogni cosa, può anche essere allenato: commettere errori volontari negli arbitrati fatti dagli allenatori nelle partite di allenamento, avvisando preventivamente i giocatori che commetteremo volontariamente errori nell'arbitraggio in modo che possano mantenere la concentrazione sulla partita. In questo modo, dobbiamo far capire loro che le proteste sono fatte dagli allenatori e che si dedicano a giocare. Un errore dell'arbitro non può farli uscire dal gioco, non dovrebbe disturbare la loro giornata. È anche comodo salutare gli arbitri prima e dopo la partita.

#### **STEP 4: Gioco di Ruolo (20 minuti)**

Spiegazione introduttiva: Il lavoro sulle situazioni abituali con il team in termini di comunicazione, proponiamo di realizzare giochi di ruolo in cui simuleremo queste situazioni.

Questi giochi di ruolo saranno divisi in quattro blocchi: Giocatori, Genitori, Consiglio di Amministrazione/Direttore Sportivo e Arbitri. In ognuno di questi blocchi lavoreremo sulle situazioni che si verificano tra di loro in termini di comunicazione a seconda del tipo di relazione.

Per lavorare su queste situazioni con giochi di ruolo, faremo un primo, semplice esempio, in modo che il gruppo di partecipanti alla sessione capisca su cosa andremo a lavorare. Una semplice situazione come una lamentela dei genitori perché la figlia non gioca molti minuti, o la discussione con il direttore sportivo a causa delle differenze nell'approccio alla competizione può essere utile ai partecipanti per prendere confidenza con l'esercizio che svolgeranno in seguito.

Una volta realizzato il primo esempio con 2/3 volontari, faremo dei gruppi di 2/3 in modo che tutti possano lavorare sui contenuti. Negli ultimi 5 minuti di questa sezione, l'animatore 2 gruppi per rappresentare una situazione di squadra interessante per gli altri. Qui, come facilitatori, possiamo scegliere il gruppo in base a come lo hanno fatto durante l'esercizio o scegliere il contenuto che è stato più interessante o complicato da applicare.

Esempio di Script:

".. Lavoreremo sulle situazioni che possono verificarsi nel nostro rapporto con i giocatori, i genitori, il consiglio di amministrazione/direttore sportivo e gli arbitri che possiamo coinvolgere come allenatori. Lo faremo attraverso giochi di ruolo e parteciperemo tutti, ci metteremo nei panni del giocatore, dei genitori, dei direttori sportivi, degli arbitri e, ovviamente, degli allenatori. E' molto importante capire ed entrare in empatia con tutti gli attori coinvolti in questo esercizio."

".. Abbiamo distribuito le situazioni nei 4 tipi di attori che stiamo analizzando e queste situazioni possono presentarsi in diversi momenti della nostra attività di allenatori di basket. Ognuno di loro ha circostanze e obiettivi diversi che dovremmo cercare di raggiungere utilizzando principalmente queste capacità di comunicazione".

Gioco di ruolo 1:

Inizieremo con uno abbastanza comune, uno dei partecipanti vestirà i panni di un giocatore che pensa di dover giocare più del solito e ci chiede spiegazioni.

Gioco di ruolo 2:

Il secondo gioco di ruolo vedrà protagonisti i genitori che si lamentano del cattivo comportamento di una compagna di squadra con la figlia, che è triste e preoccupata per questa situazione e non vuole più allenarsi.

Gioco di ruolo 3:

In questo gioco di ruolo simuleremo una riunione in cui il direttore sportivo assegna una squadra di basso livello sportivo e l'allenatore spera di ottenere una squadra in una competizione superiore.

Gioco di ruolo 4:

Questo gioco di ruolo si verifica durante una partita e l'allenatore non è d'accordo con i criteri che gli arbitri stanno applicando, l'atteggiamento degli arbitri non è molto comunicativo.

Suggerimenti per gli istruttori: The facilitator can ask the participants if they want to propose any other situation to work on through role play.

### **STEP 5: Debriefing e Valutazione (10 minuti)**

Durante questa fase di debriefing, l'animatore dovrebbe cercare di far riflettere i partecipanti su ciò su cui hanno lavorato nei giochi di ruolo.

".. Cosa faresti in una situazione di conflitto?.."

".. Cosa dobbiamo fare di fronte alle ripetute proteste di giocatori, genitori, ecc.?.."

".. Quale pensi sia l'area su cui dovresti lavorare di più? Ascoltare? Empatizzare? Spiegare?.."

Suggerimenti per gli istruttori:

- Non è compito dell'animatore dare le risposte a queste domande, ma incoraggiare i partecipanti a trovare le risposte da soli; In questo modo l'animatore verificherà se il partecipante ha appreso il contenuto spiegato.

- Formulare domande in modo aperto, costringendo i partecipanti a pensare alla loro opinione invece di dire solo sì o no.

- Cerca di coinvolgere il maggior numero possibile di partecipanti, a volte è necessario invitare un partecipante più tranquillo a dare un'opinione.

### **STEP 6: Conclusione (5 minuti)**

Riassumere alla fine della sessione

".. Puoi dirmi cosa pensi sia più importante per te ricordare di questa sessione?.."

E infine, chiedi al gruppo di dire una parola che descriva la loro impressione della sessione. Anche l'animatore deve preparare una parola e contribuire alla fine.

# About Erasmus + Sport

L'obiettivo di Erasmus+, come programma, è quello di sostenere lo sviluppo educativo, professionale e personale delle persone in materia di istruzione, formazione, gioventù e sport, per contribuire alla crescita sostenibile, posti di lavoro di qualità e coesione sociale, promuovere l'innovazione e rafforzare l'identità europea e la cittadinanza attiva.

Le azioni Erasmus+ nel campo dello sport promuovono la partecipazione allo sport, all'attività fisica e alle attività di volontariato.

Sono progettati per affrontare le sfide sociali e legate allo sport. Sono disponibili opportunità per le organizzazioni sottoforma di 3 diverse Chiamate che affrontano queste sfide.

A partire dal 2022 è disponibile anche un invito specifico al rafforzamento delle capacità nel campo dello sport. Esso si rivolge agli Stati membri dell'UE e ai paesi terzi associati al programma (precedentemente chiamati paesi del programma) e ai Balcani occidentali.

## Le Azioni

### **Partenariati di cooperazione**

Progettati per le organizzazioni che intendono sviluppare e attuare attività congiunte per promuovere (tra gli altri) lo sport e l'attività fisica, nonché affrontare le minacce all'integrità dello sport (come il doping o le partite truccate), promuovere la doppia carriera per gli atleti, migliorare il buon governo, e promuovere la tolleranza e l'inclusione sociale.

### **Partenariati su piccola scala**

Per le organizzazioni di base, le organizzazioni meno esperte e i nuovi arrivati al Programma. I partenariati su piccola scala hanno un'amministrazione più semplice, sovvenzioni più piccole e durate più brevi rispetto ai partenariati di cooperazione.

### **Eventi sportivi europei senza scopo di lucro**

Per incoraggiare l'attività sportiva, attuare le strategie dell'UE per l'inclusione sociale attraverso lo sport, promuovere il volontariato nello sport, combattere la discriminazione e incoraggiare la partecipazione allo sport e all'attività fisica.

## **Rafforzamento delle capacità nel campo dello sport**

I progetti di sviluppo delle capacità sono progetti di cooperazione internazionale basati su partenariati multilaterali tra organizzazioni attive nel campo dello sport negli Stati membri dell'UE e paesi terzi associati al programma (precedentemente chiamati paesi del programma) e nei Balcani occidentali. Essi mirano a sostenere le attività e le politiche sportive in quanto veicolo per promuovere i valori, nonché uno strumento educativo per promuovere lo sviluppo personale e sociale degli individui e costruire comunità più coese.

Maggiori informazioni su: <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/opportunities/opportunities-for-organisations/sport-actions>

“Finanziato dall’Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili di tali opinioni.”