

DONNE NELLO SPORT



DI ANDREEA AMAXIMOAEI, SOUNDOS KISSOU, FATIMA YAZIDI E NICOLE ZILETTI

STORIA DELLE DONNE NELLO SPORT

La storia dello sport è da sempre stata predominata dalla dominanza maschile e il campo delle attività sportive è ancora al giorno d'oggi profondamente segnato da differenze di genere:

- la partecipazione maschile nello sport è più elevata
- c'è maggiore rilevanza economica e culturale per gli sport cosiddetti maschili

Queste differenze di genere dunque portavano una parziale assenza della figura femminile negli sport, tantoché in base alle fonti la prima donna che partecipa alle olimpiadi è stata nel 1900.

Sebbene la partecipazione femminile all'ambito sportivo stia gradualmente aumentando, le donne rimangono sottorappresentate negli organi decisionali delle istituzioni sportive, sia a livello locale e nazionale, che a livello europeo e mondiale.

I primi anni delle Olimpiadi furono segnati dall'esclusione delle donne dalla partecipazione ai giochi. Il fondatore delle Olimpiadi moderne, Pierre de Coubertin, inizialmente esclude la possibilità che le donne partecipassero ai giochi, adducendo la necessità di rispettare la tradizione classica. Anche nel 1924 le donne erano escluse dalle gare di atletica leggera, sebbene fossero ancora ammesse ai giochi circa 135 atlete. Tuttavia, la partecipazione delle donne alle Olimpiadi ha fatto molta strada da allora, con il numero di atlete in crescita per raggiungere la parità di genere alle Olimpiadi di Parigi 2024. La storia della partecipazione delle donne alle Olimpiadi è stata segnata da barriere e sfide significative, ma le donne hanno continuato a superare queste barriere e lasciare il segno nei giochi.

L'introduzione degli eventi femminili alle Olimpiadi ha segnato una svolta significativa nella storia della partecipazione delle donne ai giochi. La prima corsa a ostacoli per donne fu introdotta nel 1926, con una distanza di 80 metri e otto barriere alte 76 cm e distanti 8 metri. Gli eventi femminili hanno continuato a crescere e diversificarsi, con le donne che ora gareggiano in una vasta gamma di sport ed eventi alle Olimpiadi. Le Olimpiadi sono state determinanti nell'incoraggiare l'affermazione delle donne nella scena sportiva, con la partecipazione delle donne ai giochi contribuendo all'emancipazione sociale e alla parità di genere.

I risultati e i contributi delle donne nei giochi olimpici moderni sono stati significativi, con le donne che hanno conquistato posizioni in prima linea e realizzato imprese straordinarie in una vasta gamma di sport. Nei giochi di Londra 2012, le donne costituivano il 45% degli atleti, un aumento significativo rispetto ai primi anni delle Olimpiadi. Le donne hanno continuato a lasciare il segno nei giochi, con Tokyo 2020 che ha messo in mostra alcuni dei risultati più straordinari delle atlete nella storia delle Olimpiadi. La partecipazione delle donne alle Olimpiadi non è stata solo una testimonianza delle loro capacità atletiche, ma anche della loro resilienza e determinazione nel superare le barriere e raggiungere l'uguaglianza di genere.

CICLO MESTRUALE E SPORT

Per molto tempo e in gran parte anche tutt'ora, un argomento tabù è stato quello del ciclo mestruale ma grazie ad a certe atlete che stanno attuando una rivoluzione, la situazione sta cambiando.

Recenti studi hanno cercato di comprendere se questo abbia in qualche modo a che fare con le prestazioni delle atlete, ed è stato provato che effettivamente degli effetti ci sono.

Per questo molte atlete affermano che sintomi fisici come mal di schiena e crampi sono talvolta la principale causa di allenamenti persi o alterati. Ma anche le sensazioni di letargia, distrazione e calo di motivazione influenzano le loro abilità regolarmente, inoltre è stato provato appunto l'aumento del rischio di infortuni proprio legato a questi effetti.

Nel 2016, alle Olimpiadi di Rio, Federica Pellegrini si qualificò quarta, nonostante fosse considerata la favorita per la medaglia d'oro. Federica affermò di aver sbagliato a calcolare la data del suo ciclo e la vicinanza ad esso sarebbe quindi stata la causa della sua mal riuscita, in quanto si trovò a gareggiare nel suo momento fisicamente peggiore. Nel 2022 Federica si è guadagnata una laurea ad honorem, portando come argomento di tesina proprio il ciclo mestruale nelle atlete, argomento a lei molto caro.



Federica Pellegrini è un ex nuotatrice Italiana che nacque il 5 agosto 1988 a Milano.

Nella sua carriera sportiva si è specializzata nello stile libero di cui è anche primatista mondiale.

La sua fama è dovuta alla sua bravura e soprattutto al fatto che la più grande nuotatrice della storia italiana.

[Link al video](#)

DONNE MIGRANTI NELLO SPORT

Nel corso del 2019 i partner del progetto europeo Spin Women, di cui Uisp è partner, hanno condotto sul proprio territorio nazionale sette focus group per identificare le barriere esistenti al coinvolgimento delle donne migranti e rifugiate nelle attività sportive e le possibili strategie per superarle. In ognuno dei paesi coinvolti è stato realizzato un focus, al quale hanno partecipato diversi esperti “addetti ai lavori”, come tecnici sportivi, educatori, coordinatori di progetto.

I risultati dei diversi focus group sono stati analizzati e confrontati da Victoria Schwenzer, ricercatrice dell'Istituto tedesco Camino (partner del progetto) che ha realizzato il report *Equal access and participation of migrant women and girls in sports* (Accesso paritario e partecipazione allo sport di ragazze e donne migranti)

Tutte le donne e le ragazze hanno diritto di accesso alla pratica sportiva, indipendentemente dalla propria origine – si legge nelle conclusioni del report – ma la presente ricerca ha dimostrato come, nella realtà dei fatti, ci sono molte barriere che impediscono alle donne di esercitare questo diritto. Tali barriere provengono da più parti: dalle strutture sportive organizzate così come dalle famiglie di origine o dal contesto “allargato” della società ospitante. Una prospettiva intersettoriale mostra come le diverse forme di discriminazione tendano a concorrere e a rinforzarsi le une con le altre (Crenshaw 1989), per cui vanno comprese e affrontate come una serie di fattori che si influenzano reciprocamente. Questa prospettiva pone una serie di sfide allo sport organizzato, sfide che in parte devono ancora essere riconosciute.

In seguito all'aumento dell'arrivo dei rifugiati dal 2015 in poi, per esempio, diverse associazioni sportive hanno dato vita ad attività a loro rivolte, ma le donne e le ragazze sono state raggiunte con molta difficoltà. Nella maggior parte dei casi, non sono nemmeno state considerate come “target” delle attività. “Attività sportiva per rifugiati” significa, nella maggior parte dei casi, attività sportiva per “giovani maschi rifugiati”. Nell'ultimo periodo, sebbene permanga un forte squilibrio, qualcosa è cambiato: alcuni dei progetti rivolti ai rifugiati stanno provando ad adattare le proprie attività alle donne, e sono partiti alcuni progetti rivolti esclusivamente a donne e ragazze.

Buone pratiche per favorire l'inclusione

Le donne immigrate e rifugiate affrontano molteplici forme di pregiudizi che le pongono in una situazione di vulnerabilità, trovando difficile l'accesso ai servizi, alle opportunità di lavoro e alla formazione nei paesi ospitanti. Il progetto SCORE mira a facilitare il contatto sociale tra diversi gruppi etnici e promuovere il senso di appartenenza e di identità condivisa con la comunità locale per aumentare la tolleranza e ridurre i pregiudizi. Inoltre il Progetto SCORE mira ad un dialogo costruttivo tra i professionisti che lavorano nel campo dello sport e le donne immigrate e rifugiate, guidando un cambiamento verso un sistema inclusivo e rafforzando l'idea dello sport come strumento di inclusione sociale.

Dai questionari online, i partner hanno scoperto che la sfida più grande dello sport femminile è "combattere gli stereotipi nello sport" e la mancanza di supporto finanziario in termini di strutture e attrezzature. Quasi la metà degli intervistati ha evidenziato l'istruzione delle giovani ragazze come l'azione più importante da intraprendere, insieme al ruolo dell'educazione degli sportivi riguardo alla partecipazione femminile.

La mancanza di partecipazione sportiva è una sfida importante che influisce negativamente su un'efficace integrazione nel paese ospitante. Ci sono ragioni pratiche alla base di ciò, come difficoltà di trasporto, barriere linguistiche, doveri familiari e mancanza di informazioni sulle attività sportive; mentre d'altra parte ragioni culturali si riferiscono al genere degli altri giocatori e / o allenatori, insieme al disaccordo familiare per la partecipazione sportiva e al disagio per l'abbigliamento sportivo.

SCORE ha identificato 15 pratiche sulla partecipazione delle donne immigrate e rifugiate alle attività sportive locali, offrendo uno spazio sicuro per aumentare la tolleranza e il rispetto reciproci, nonché per ridurre i pregiudizi e la xenofobia.

Attualmente i partner stanno lavorando al corso di formazione per il rafforzamento delle capacità degli allenatori nello sviluppo di competenze professionali per promuovere il dialogo e prevenire pratiche discriminatorie, nonché per portare avanti il processo di inclusione per le donne immigrate e rifugiate attraverso le attività sportive.