



Attività di movimento specifiche per ragazze* e giovani donne* nell'animazione socioculturale (ASC) infanzia e gioventù: che importanza hanno?

1. Affrontare i bisogni specifici e la sotto-rappresentazione

Nell'ASC infanzia e gioventù ragazze* e giovani donne* sono sottorappresentate. Rispetto ai ragazzi*, secondo lo studio SOPHYA (BASPO, 2022), esse seguono meno le raccomandazioni sull'attività fisica, soprattutto con l'aumentare dell'età. Le esperienze pratiche mostrano un bisogno di attività femminili specifiche, accompagnate da modelli femminili di riferimento (Müller & Koch, 2021). Inoltre, i motivi e le preferenze legati al movimento differiscono tra ragazze* e ragazzi* (BASPO, 2023). Questo è il motivo per il quale le offerte sono da pianificare partecipative e adeguate ai bisogni.

2. Offrire spazi sicuri e valorizzanti

Gli spazi liberi da stereotipi, specifici per le ragazze*, promuovono la loro autostima, la loro espressione e il loro sviluppo, (Bendjama et al., 2024). Le esperienze pregresse, per es. l'offerta skateboarding specifica per ragazze* a Losanna, mostrano come tali spazi favoriscano il sostegno e l'autonomia, rafforzino la crescita personale e sociale e promuovano l'iniziativa personale (FCLR, 2023).

3. Promuovere la partecipazione femminile alle offerte di attività fisica

Il passaggio dall'infanzia all'adolescenza è un momento critico, poiché è proprio in questa fase che l'attività fisica delle ragazze* diminuisce notevolmente (BASPO, 2022). Offerte specifiche per ragazze* tra gli 8 e i 13 anni possono aiutare a prevenire l'abbandono e a promuovere una partecipazione equilibrata per età e genere.

4. Promuovere la salute, l'autostima e le pari opportunità

Un movimento regolare migliora la salute, l'autostima e la capacità ad affrontare lo stress (Gioventù +Sport, s.d.). Le offerte mirate per giovani donne* mostrano modelli femminili, abbattano stereotipi e disuguaglianze e promuovono l'emancipazione (Bendjama et al., 2024).

5. Creare basi per una parità durevole

La separazione consapevole dei generi è un passaggio pedagogico intermedio per permettere, a lungo termine, una reale parità (FCLR, 2023). Le offerte specifiche per ragazze* e giovani donne* rafforzano e facilitano, in un secondo tempo, la partecipazione a gruppi misti. In effetti, le esperienze pratiche mostrano che questi spazi fungono da rampa di lancio per proposte miste (Bendjama et al., 2024).

Bendjama, R., Bertho, B., Friedli, F., Kuehni, M. & Vianin, C. (2024). [Encourager la participation des filles dans les activités jeunesse. Expériences, outils, idées.](#) Réseau genre et jeunesse, Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL - HES-SO). (Solo in francese)

Fédération des Centres de Loisirs et de Rencontres (FCLR) (2023). [Vers la mixité de genre : des pistes pour l'animation socioculturelle.](#) (Solo in francese)

Gioventù+Sport (s.d.). [Ragazze e giovani nello sport.](#)

Müller, R., & Koch, T. (2021). [Mädchen*arbeit – alles Gender oder was?](#) In: AvenirSocial (2021): SozialAktuell, Januar 2021, S. 20 - 21.

Müller, R., & Koch, T. (2021). [Animation spécifique filles* et jeunes femmes* – une approche centrée sur le genre.](#) In : AvenirSocial (2021) : ActualitéSociale, janvier 2021, p.20 - 21.

Bundesamt für Sport BASPO. (2023). [Förderung von Mädchen und jungen Frauen im Sport: Aktueller Stand und Handlungsbedarf.](#) (Solo in tedesco)

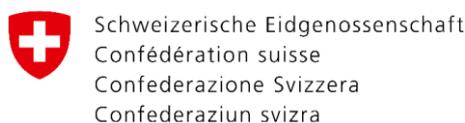
Ufficio federale dello sport UFSPO (2022). [Studio SOPHYA – Ecco come si muovono bambini, bambine e giovani in Svizzera.](#)

Nota: Nelle ricerche e fonti sopra citate si parla di ragazze e giovani donne*. Nel contesto del programma She Moves, l'Associazione mantello svizzera animazione socioculturale infanzia e gioventù (ASAG) utilizza l'asterisco di genere per motivi di inclusività, al fine di includere tutte le persone che si identificano nel genere femminile.*

[She Moves](#) è un'offerta speciale di [Kebab+](#). Il programma di promozione della salute è proposto dall'[ASAG](#).



She Moves è sostenuto da



Bundesamt für Sport BASPO