



Webinar

# Il contributo dello sport all'emanipazione femminile

Alcune protagoniste nel Novecento

7 Marzo 2022

Gabriele Ferré

# Una situazione disastrosa

Fine XIX secolo:

- **condizione fisica** delle fanciulle nei paesi civilizzati: **terribile**
- **condizioni igieniche/salute** compromesse da fattori:
  - ambientali
  - lavorativi
  - culturali.



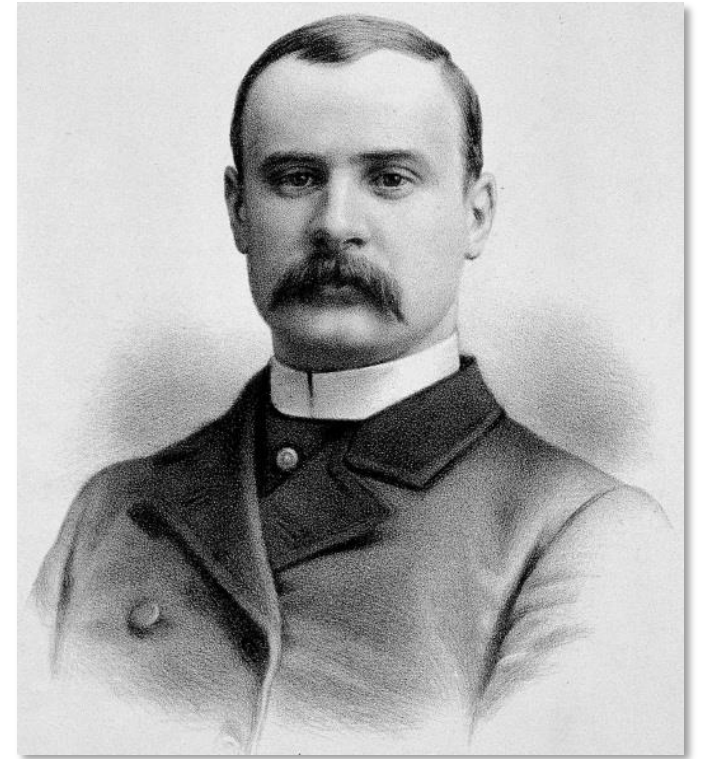
# Un osservatore illuminato

Frederick Treves (1853-1923)

## Medico chirurgo

- Famoso per **Joseph Merrick**, l'uomo elefante.
- Ammodernò ospedali
- Chirurgo ufficiale della Regina Vittoria
- Salvò la vita a Edoardo VII: nominato Baronetto.

All'età di 55 anni decise di lasciare la sua attività di medico per dedicarsi maggiormente alla scrittura di libri e articoli.



- ✘ *La **condizione fisica** di una larga porzione delle ragazze e delle donne in questo paese è **decisamente deplorabile**, specialmente all'interno delle classi medio-alte.*
- ✘ *Una ragazza... in possesso di un normale tono muscolare e in grado di camminare con naturalezza, e grazia nel portamento, è una vera eccezione.*
- ✘ *(Ciò) si può correttamente imputare, (...) all'**opinione diffusa** che le ragazze in crescita siano sempre impacciate, sempliciotte, e fiacche.*
- ✘ *La sfortunata ragazza è **incoraggiata ad essere spenta, ad essere morigerata, ad essere sottomessa, a sopprimere l'esplosione dei puri istinti animali**. È sotto la maledizione di quella detestabile espressione: "Come una signorina".*
- ✘ *I suoi vestiti sono probabilmente una collezione di errori igienici.*



- ✘ ... Non c'è da meravigliarsi che una ragazza tirata su in questo modo sia spesso **un esemplare malinconico della sua specie**. Potrà essere altamente educata e padrona di molti traguardi, (...) ma sarà allo stesso tempo **inadatta alle sfide della vita**.
- ✘ Un'Educazione fisica trascurata produce un 'oggetto triste': una bambina pallida con una testa inclinata, un torace stretto, un sedere sformato, un passo strascicato o lezioso, ed un portamento sgraziato, **senza le capacità per un divertimento fisico vigoroso**.
- ✘ (...) Quando cresce allo stato di donna si ritrova inadeguata per i doveri e le responsabilità di moglie e di madre. **Ha poca forza per affrontare le asperità della vita e una minor capacità di goderne i piaceri**. È nervosa, querula, fragile, e sotto molti punti di vista una povera creatura."



(F. Treves, 1892)

# Un altro osservatore illuminato

**Georges Demenÿ (1850-1917)**

- Fotografo, inventore e ginnasta francese, di origini ungheresi.
- È considerato il **fondatore dell'Educazione fisica scientifica**.
- Nel 1903 fonda a Parigi il *Cour Supérieur d'Education Physique* una scuola di formazione sportiva e medica.

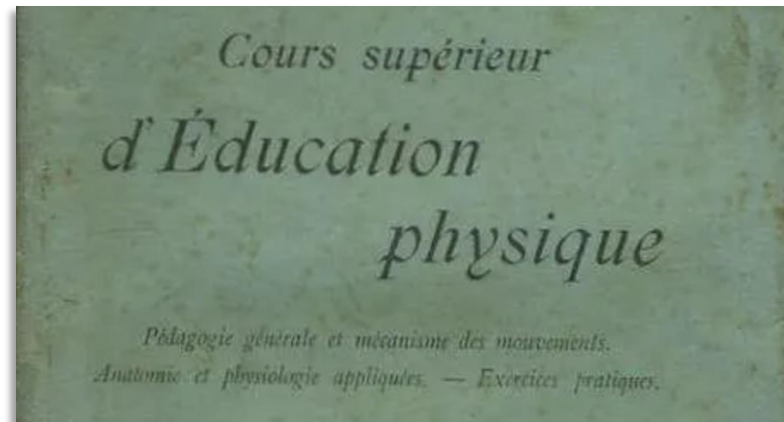




- ✘ *Si possono sognare per la giovane ragazza dei doni più belli di una salute florida ed un'anima bella in un corpo armoniosamente sviluppato? **L'incremento della sua bellezza non può essere completo s'ella resta estranea all'esercizio corporeo**, non si tratta qui della bellezza dei tratti del viso, ma della forma del corpo e dell'espressione generale del vigore e della grazia che ne emanano.*
- ✘ *La bellezza vera non ha nulla del languore malaticcio; **la gracilità e la debolezza non sono necessariamente gli attributi della donna**; la ginnastica ben compresa non le toglie, come si crede sovente, né la bellezza, né la grazia; al contrario, esalta queste qualità.*

- ✘ ***Estranea a tutti gli sforzi muscolari, la donna non ha che una bellezza effimera; essa oscilla fra la magrezza e la grassezza esagerata... ma non acquisisce mai la forma pura e ben definita d'una statua antica, che solo un'ossatura solida ed uno sviluppo armonioso dei muscoli possono donare.***
- ✘ *La bruttezza corporale è spesso dovuta alla nostra negligenza, denota una mancanza di gusto ed una disarmonia del nostro essere.*
- ✘ *Se avessimo veramente il sentimento del bello, saremmo molto sensibili alla bruttezza e la respingeremmo con ogni mezzo... **Tutte le donne di spirito devono avere il culto della bellezza, poiché ne hanno il sentimento istintivo.***

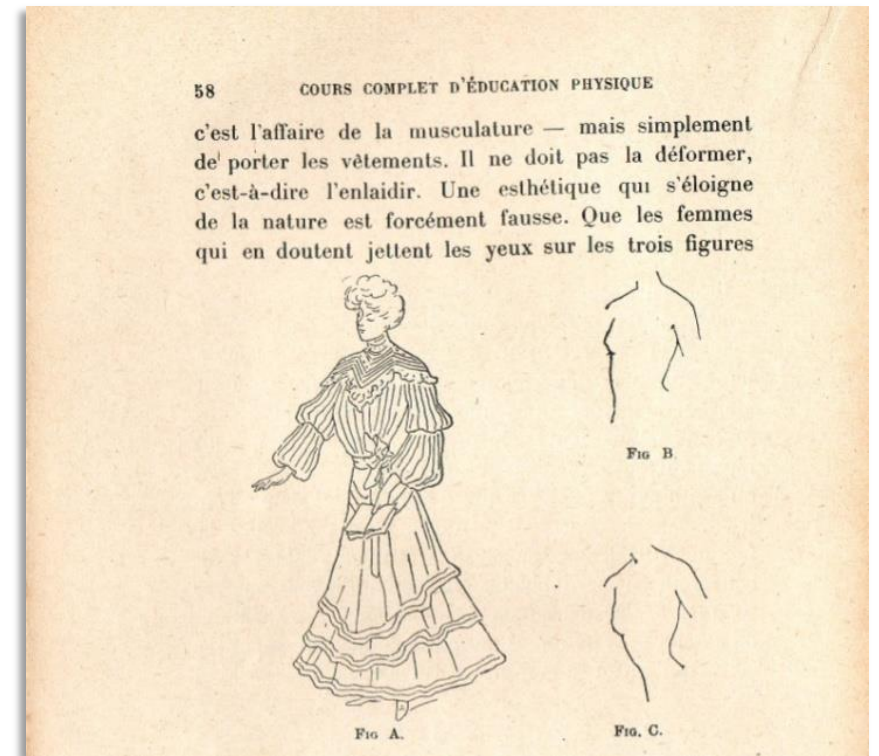
(G. Demeny, 1910)



# Un dato sconcertante

Demeny riporta che il **75%** delle ragazze liceali in Francia, in quel periodo, erano affette da **problemi alla colonna vertebrale**.

Ne imputa la causa a vari fattori, primo dei quali, come immaginabile, **l'uso del corsetto**.



# Problemi derivanti dal corsetto

1. Compressione toracica, con risultante **compromissione della capacità respiratoria.**
2. Impedimenti a livello della **circolazione ematica.**
3. **Disturbi all'apparato digerente** per via della riduzione progressiva del diametro della vita.
4. Indebolimento dei muscoli addominali, dorsali e paravertebrali, con conseguenti problemi alla colonna vertebrale per carenza di tono e **incapacità di mantenere una corretta postura in autonomia.**



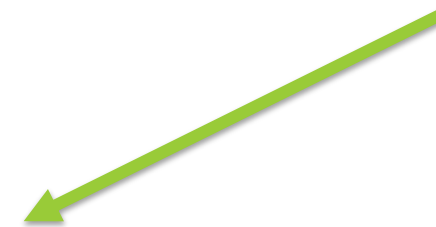
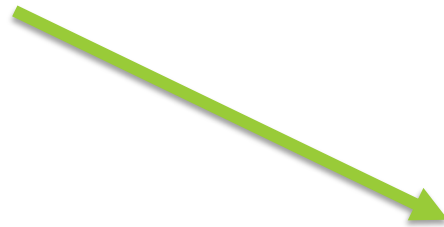
# Si cambia mentalità: prima la salute!

Ginnastica svedese



antitesi

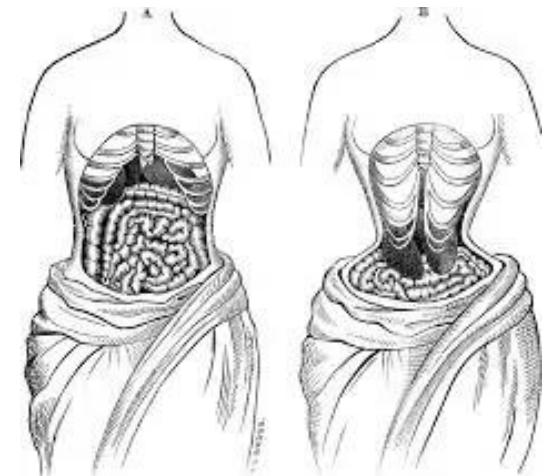
Naturalismo



ma

**NON PUÒ ESSERE CONSIDERATO BELLO**

**QUELLO CHE NON È SANO**



# È tempo di cambiamento



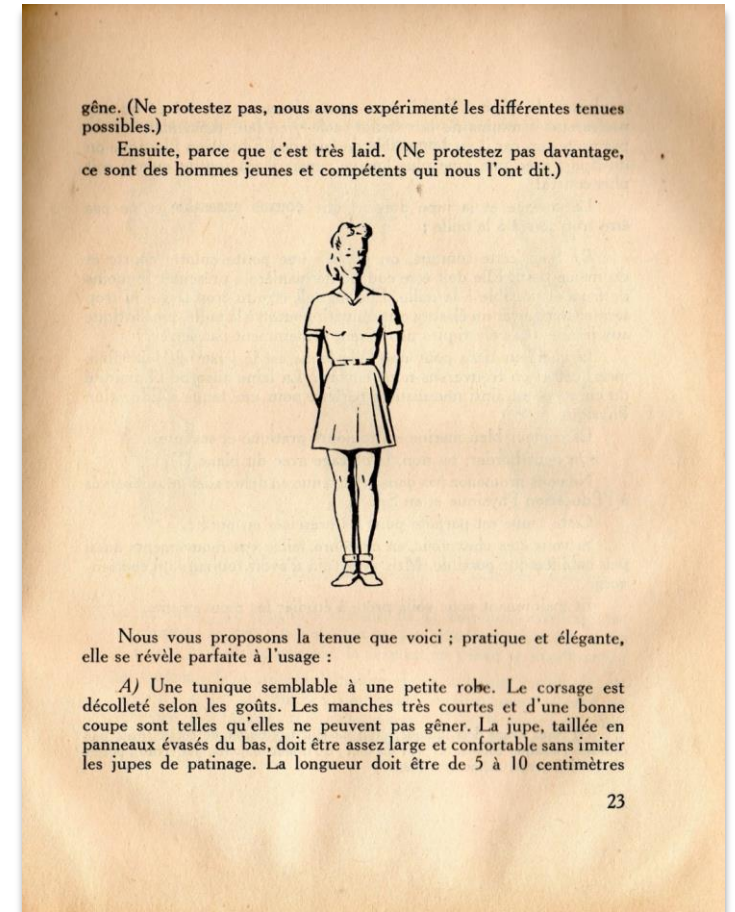
*Siamo delle donne o delle giovani ragazze... e **vogliamo restare femminili.***

*Non si deve portare nulla che sia abbottonato o aggiunto alla vita. Quando si alzano le braccia **impaccia.** (Non protestate, abbiamo sperimentato le differenti tenute possibili).*

*Inoltre, perché è **molto brutto.** (Non protestate, sono degli uomini giovani e competenti che ce l'hanno detto!).*

*Vi proponiamo dunque la tenuta qui mostrata: pratica ed elegante, si rivela perfetta all'uso:*

*e qui ci rivolgiamo alle madri o alle professoresse femminili della "vecchia scuola", chiedendo loro di non protestare, perché è **impossibile** fare dell'Educazione Fisica o dello sport con una gonna più lunga; ma è inutile che sia più corta!*





“Se incrociate una sportiva “à la page”, e che si è allenata convenientemente per diversi anni, giratevi, ne val la pena, **non sarà assolutamente offesa**. Guardate la sua camminata **libera e giovane**, non ha nulla davanti, né didietro! E pensate che il suo charme e la sua bellezza non sono che poca cosa a confronto della salute, tutte qualità che ha acquisito **perché ha avuto il coraggio di esercitarsi**. E non dimenticate che non è mai troppo tardi per cominciare!”

(Edda Champetier De Ribes, 1942)

# Illustre, ma poco illuminato?



**Pierre de Coubertin (1863-1937)**

*“Non pratica, non interessante, inestetica, scorretta, tale sarà secondo noi questa mezza Olimpiade femminile.*

*Non è questa la nostra concezione dei Giochi olimpici nei quali riteniamo che si cerchi l'enfasi di questa formula:*

*l'esaltazione solenne e periodica dell'atletica leggera **maschile**, che ha come base l'internazionalismo, l'onestà come mezzo, l'arte come ambito e l'**applauso femminile** come ricompensa”*

*Stoccolma, 1912*

# Alice Milliat

1884-1957



**1911:**

fondazione del “**Fémina Sport**”, primo club femminile, fondeva danza e atletica.

**1917:**

La Milliat fonda la ***Federation des Sociétés Féminines sportives de France*** prima federazione sportiva nazionale femminile di sempre, della quale diventa presidente.

## **1921** Fondazione della **Federazione Sportiva Femminile Internazionale (FSFI)**

concomitante alla prima competizione femminile, a Monaco:

(Inghilterra, Svizzera, Italia, Norvegia e Francia).

## **1922** Seconda edizione, sempre a Monaco, dove parteciparono **quasi 300 atlete**

(Si aggiungono Belgio, e Cecoslovacchia).

**Fédération Féminine de France**

ÉDUCATION PHYSIQUE :: GYMNASTIQUE :: SPORTS

## Parigi, 1922

**Prima manifestazione sportiva femminile mondiale di sempre**

20.000 spettatori assistettero all'evento.

5 nazioni partecipanti

**gare di corsa** (fino ad allora non consentite)

## Amsterdam, 1928

Le donne sono ammesse alle Olimpiadi,  
**per la prima volta con categorie femminili di atletica**  
(100, 800 metri, salto in alto, lancio del disco, 4x100 metri)

**Nello stesso anno, in Inghilterra,  
le prime elezioni con voto aperto alle donne**



# Alfonsina Morini (Strada)

1891-1959



Emiliana, figlia di una tipica famiglia povera e analfabeta di allora, mostrò sin da giovane abilità nel ciclismo, **causando però l'ira della madre** che le ordinò di allontanarsi da casa nel caso in cui avesse avuto intenzione di intraprendere una carriera sportiva.

Detto, fatto, si trasferì a Torino.

- Nel 1915 sposa Luigi Strada, anch'egli appassionato di ciclismo, ricevendo come regalo di nozze la bicicletta con cui avrebbe di lì a poco compiuto le sue grandi imprese sportive.
- Quel periodo non era certo stimolante per le atlete che **spesso non disponevano dei servizi necessari all'allenamento e alla preparazione fisica, che di conseguenza avveniva in maniera assolutamente autodidatta.**

Nel 1924 Emilio Colombo, direttore della "Gazzetta dello Sport", decise di **ammettere Alfonsina al Giro d'Italia.**

È la prima donna di sempre a parteciparvi.



Tra L'Aquila e Perugia condizioni meteorologiche ostili causarono danni al mezzo dell'atleta, costringendola a fermarsi numerose volte.

Tagliò il traguardo fuori tempo massimo e **la maggior parte dei giudici votò in favore della sua esclusione.**

**Emilio Colombo** decise di farla comunque proseguire, **pagandole alloggio e staff**, senza considerare i restanti risultati nella classifica ufficiale.

Alfonsina completò tutte le tappe e **fece così parte dei 30 (su 90) che portarono a termine la gara.**

Venne soprannominata **“Il diavolo in gonnella”**, a rappresentare la tenacia e passione che le permisero di fare un grande passo verso la riscossa della figura femminile nel mondo dello sport.

# Trebisonda (Ondina) Valla

## 1916-2006

- Ultimogenita e unica femmina di cinque fratelli.
- Cominciò a gareggiare già nel 1927, prendendo parte alle competizioni delle scuole elementari.
- La prima specialità nella quale si cimentò fu il salto in alto, ma si rivelò **un'atleta poliedrica**.
- Nel 1929 si iscrisse alla società Bologna sportiva; dove incontrò **Claudia Testoni**.



Nel 1933 vinse quattro competizioni ai Giochi internazionali universitari:

- Salto in alto
- 100 metri piani
- 80 metri a ostacoli
- Staffetta 4×100



Queste vittorie le valsero la convocazione per l'**XI Olimpiade - Berlino 1936.**

## Negli 80 metri a ostacoli:

Il pronostico vedeva favorite la Testoni e l'atleta tedesca Anni Steuer, ma Ondina si classificò prima in un finale mozzafiato.



**Fu la prima medaglia d'oro alle  
Olimpiadi per una donna italiana.**

[Ondina Valla - Youtube](#)

Fu celebrata con particolare enfasi dalla stampa, che la presentò come un **trionfo del regime fascista**.

Mussolini e i suoi gerarchi, bisognosi di eroi, non poterono non rendersi conto di quanto anche quei successi atletici fossero un utile strumento di propaganda.



# E la ginnastica?

Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950)



- Professore presso il conservatorio di Ginevra.
- Sviluppa il cosiddetto “solfeggio corporeo”.
- “Euritmica”, l’arte di esprimere la musica con movimenti naturali del corpo.





**Rudolf Bode (1881-1970)**, allievo di Dalcroze, **ispirandosi anche** alla danzatrice **Isadora Duncan**, fonda a Monaco, una scuola di Ginnastica Moderna (ritmica) tuttora esistente.

Il suo metodo aggiunge a quello di Dalcroze, troppo sterile a suo giudizio, un **movimento più vivo, fatto di alternanze di contrazione e decontrazione.**

Una volta ottenuta la tecnica di base sul corpo libero, Bode fa utilizzare alle sue allieve anche i **piccoli attrezzi, per enfatizzare i gesti.**





**Heinrich Medau**, allievo di Dalcroze, riprende l'utilizzo dei **piccoli attrezzi** (palla, cerchio, clavette).  
Enfatizza il **movimento naturale** di tutto il corpo.

Egli crede che la ginnastica ritmica possa offrire una crescente consapevolezza della gioia e della estetica nel movimento.



# Isadora Duncan

1877-1927



Vita movimentata e costellata da **grandi successi e grandi tragedie.**

Aprirà la sua prima scuola di danza in Germania nel 1904, **scegliendo i suoi allievi dalle classi più povere e mantenendoli esclusivamente con le sue risorse.**

In seguito aprirà altre scuole in Russia e a Parigi, con rilevanti costi che la costringono a esibirsi in lunghe tournée.



La Duncan **rifiuta i modelli precostituiti e artificiosi della danza classica**, e fonda quella che viene chiamata “**danza naturale**”, dove il movimento diviene libero e improvvisato.

Concepiva la danza come un’arte sacra, come lo era per gli antichi Greci: con questa idea sviluppò **movimenti liberi e fluttuanti**, ispirati a fenomeni naturali come le onde ed il vento.

La Duncan si proponeva sulla scena con tuniche e chitoni ellenizzanti, **capelli sciolti, piedi nudi** e sciarpe colorate che le pendevano dalle spalle.

Con lei si **rivoluziona l’appoggio del piede**. Dalla punta si passa a un appoggio della pianta pieno, per una percezione più forte di contatto, di **piacere**.

## Ecco come si esprime lei stessa:

*Ogni movimento sulla terra è governato dalla legge di gravità, dall'attrazione e dalla repulsione, dalla resistenza e dalla docilità: è questo che costituisce il ritmo della danza. Per scoprire questo ritmo dobbiamo ascoltare le pulsioni della terra.*

***In nessuna cosa la natura suggerisce l'idea di salti e interruzioni: tra tutti gli stati della vita esiste una continuità o un flusso che la danzatrice deve rispettare nella sua arte, se non vuole diventare un manichino e priva di ogni vera bellezza.***

*Cercare nella natura le forme più belle e scoprire il movimento che esprime l'essenza di queste forme: ecco il compito!*

[Isadora Duncan Dancers – YouTube](#)



# Due eventi cruciali

- **Primo Congresso Internazionale di Educazione Fisica** a Parigi, 1913.
- Georges Demeny illustra il suo metodo; è la prima occasione ufficiale in cui **viene presentata la ginnastica ritmica moderna**.
- Sono presenti anche **Dalcroze** e la **Duncan**.
- Presente anche la **squadra italiana femminile** dell'Istituto di Magistero per l'Educazione Fisica di Torino che si esibisce: la prestazione è antiquata, con movimenti segmentari, rigidi e non globali, pur se con accompagnamento musicale.
- Un osservatore italiano (Dott. Cesare Falcone) invece commenta così l'esibizione di Dalcroze: **“Frivola, teatrale, e di scarso beneficio educativo.”** A dimostrare che non tutti recepiscono bene le spinte di innovazione in atto.

- Le società femminili, con scarse risorse e poco note, spesso fanno solo da contorno a competizioni maschili, ma...
- Nel 1922, stesso anno dei primi giochi mondiali femminili, si svolge a Roma il Primo **Concorso Nazionale di Ginnastica femminile** che, oltre a gare di Ginnastica a squadre, prevede gare di metodo e gare individuali di atletica leggera.
- **Andreina Sacco**, di Torino, vince il salto in alto con rincorsa, con 1,30m.



# Andreina Sacco Gotta

1904-1988

Atleta poliedrica, cresce praticando attività agonistiche; è **campionessa di salto**.

Si diploma nel 1921 all'Istituto di Magistero con una tesi dal titolo *La ginnastica ritmica moderna e la sua possibile introduzione nella scuola*.

Nel 1933 consegue il Diploma Superiore di Pianoforte al Conservatorio di Torino.





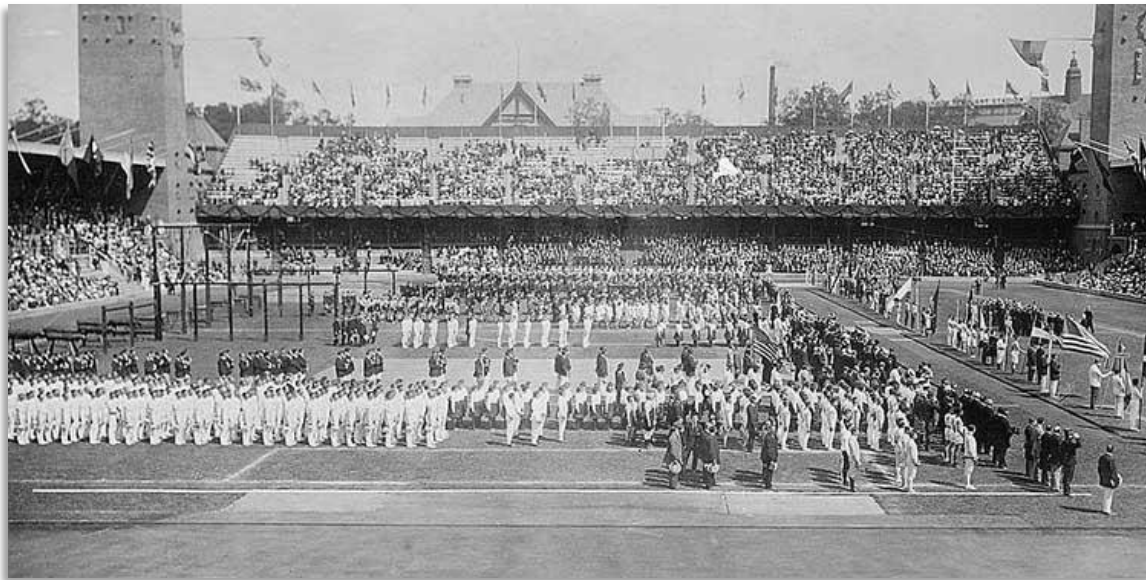
Nel 1927, in un articolo su *“Il Littoriale”*, Andreina Sacco Gotta invita le ragazze a dedicarsi a un indirizzo atletico, giudicando **noiosa la proposta di allora della ginnastica a squadre**, strutturata in modo ripetitivo e monotono **col solo intento della sincronizzazione**.

In qualità di atleta prima e di tecnico poi ha modo di frequentare scuole di livello europeo (**Bode, Dalcroze, Medau, Jalkanen<sup>1</sup>**) confrontando le diverse metodologie ed elaborandone di personali.

1. **Hilma Jalkanen**, docente di ginnastica artistica, ha diffuso e sviluppato la ginnastica femminile in Finlandia negli anni '30.

Andreina Sacco Gotta partecipa a Stoccolma alla **Lingiad del 1949** (14000 ginnasti provenienti da 62 nazioni).

**Annota** in una relazione tecnica il contenuto di **alcune dimostrazioni**, rimanendo sorpresa dall'utilizzo di gestualità ed elementi più naturali, e dall'aderenza alla musica in sostituzione dei comandi vocali.



[Lingiad 1949 - YouTube](#)

- Negli anni Cinquanta ha contatti frequenti con la scuola di Dalcroze a Ginevra, al punto da seguire un corso nel 1954.
- **Elabora a quel punto il suo metodo di Ginnastica Femminile Moderna**, estremamente innovativo in Italia per quel momento storico.
- Nell'anno accademico 1951-'52 la Sacco Gotta inaugura il corso di Ginnastica Ritmica per le allieve del primo corso speciale per insegnanti di Educazione Fisica presso l'ISEF statale di Roma, ove insegnerà fino al 1973.
- Il 12 giugno del 1953 il corso viene approvato ufficialmente a livello ministeriale, ma **i temi della nuova ginnastica sono già inseriti nei programmi scolastici dal 1952.**



*“Gli esercizi nell’insegnamento **non devono assolutamente essere scissi analiticamente in posizioni**, bensì considerati ciascuno come un’unica entità ed eseguiti sin dalle prime volte nel loro complesso inscindibile. (...) **Tutti i movimenti devono essere effettuati con naturalezza e senza rigidità**, con asseondamenti del busto (rotazioni e flessioni) e cedendo leggermente sulle ginocchia (piccoli molleggi).”*

*“... ogni insegnante potrà creare molti altri esercizi sul tipo indicato, **servendosi anche della collaborazione delle stesse alunne, valorizzando in tal modo il loro spirito di iniziativa e la loro capacità ideatrice**; potrà modificarli secondo la necessità; potrà farli ripetere in altri tempi e con altri ritmi; potrà variarli secondo l’opportunità per rendere la lezione sempre più viva, varia e gioiosa e suscitare l’interesse della scolaresca secondo **i principi educativi di una vera scuola moderna.**”*

# 100 anni dopo...

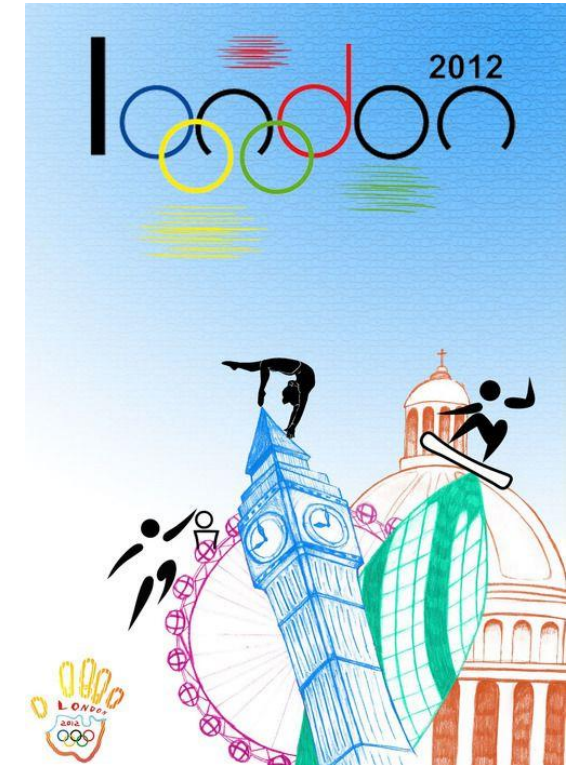


## Olimpiadi di Londra 2012:

L'Italia porta circa il 43% di atleti di sesso femminile, contro il 38% dell'edizione del 2008.

Gli Stati Uniti hanno portato più donne (269) che atleti maschi (261).

Nel 1996 ai Giochi di Atlanta ci furono ben 26 nazioni che non presentarono alcuna donna; nel 2012 tutte le 205 nazioni **ne hanno portata almeno una.**

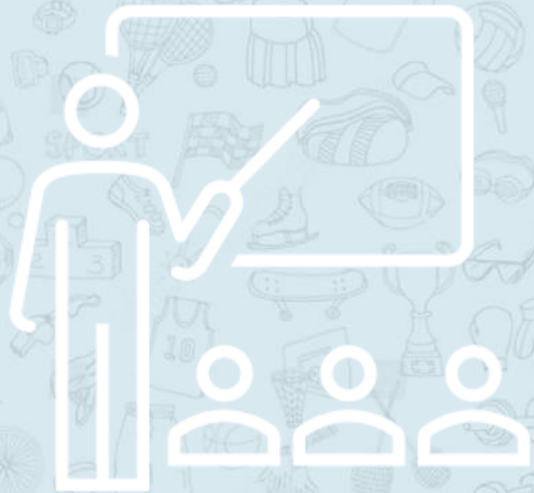


## Siamo allora a un punto di arrivo?

# La strada è ancora lunga...



# La formazione continua



Stay tuned

[Pagina ciclo](#)



Videolezioni e nuovi appuntamenti

[ZonaScienzeMotorie](#)



Materiali

Grazie