

TESI

**4-2-3-1**

L'EVOLUZIONE DI UN  
SISTEMA DI GIOCO

di **Mario SOMMA**

relatore: dott. Franco FERRARI

# SOMMARIO

INTRODUZIONE.....	pag 3
CARATTERISTICHE DEI GIOCATORI.....>>	9
GIOCO MANOVRATO.....>>	15
PALLE INATTIVE.....>>	24
CONCLUSIONI.....>>	29

# INTRODUZIONE

A cominciare dalla fine degli anni '80, qualche addetto ai lavori ha iniziato ad esprimersi con numeri per spiegare come gioca una squadra.

Oggi è diventata un'abitudine parlare di 4-4-2, 3-5-2, 4-3-3 o 3-4-1-2... Racchiudere in tre o quattro numeri un sistema di gioco è probabilmente riduttivo, perché ignora la complessità che sta dietro.

Allo stesso tempo è però utile e comodo avere un'idea con poche nozioni, soprattutto se gli interlocutori masticano calcio giocato in tutte le sue sfumature.

Infatti, gli stessi numeri, in mani superficiali, possono lasciare il tempo che trovano, addirittura dire niente o cose inesatte.

Ci vorrebbe, in tal senso, una codifica, ben precisa, delle combinazioni di numeri che esprimono i vari modi di giocare.

Sarebbe necessario proprio per esprimere meglio una prassi comunicativa ormai usata da tutti gli appassionati di calcio, ossia dai tecnici, dai giocatori, dai giornalisti e dai tifosi.

Mi riferisco, tanto per fare un esempio, alla differenza in campo, e nei numeri, che può essere rilevata e quindi informata tra il 4-4-2, il 4-4-1-1, il 4-1-4-1, il 4-2-4 e il 4-2-3-1.

Se prendiamo, invece, in esame un solo sistema di gioco è fin troppo logico che “il nome in numeri”, pur fotografando la disposizione dei giocatori, è solo un punto di partenza per svolgere e far vivere quel metodo di gioco; il gioco è dinamico, perché ci sono le caratteristiche dei giocatori, perché ci sono gli avversari, perché ci sono momenti diversi in una partita...

Io voglio parlare del 4-2-3-1.

Intanto voglio subito dare una risposta a chi potrebbe chiedersi se fosse giusto pensare ad un sistema di gioco a prescindere da tutto o se è meglio aspettare di valutare la “rosa” di giocatori a disposizione.

Io parto dal presupposto che la squadra non la faccio io.

Tra l'altro, credo non sia facile per nessun allenatore potersi prendere tutti i giocatori che desidera.

Sono realista, però penso che questo non sia un problema.

Uno dei motivi che mi ha infatti spinto verso questo sistema di gioco, è la possibilità di adattarci un gruppo squadra normalmente formato.

Tutti comprano delle seconde punte veloci o tecniche ed io le uso come ali. Il mio trequartista può non essere quello classico, perciò lo posso individuare tra i centrocampisti.

I cursori di fascia possono trovare anche spazio come terzini.

E così via.

Mi sembra davvero che il 4-2-3-1 da me inteso, si possa adeguare ad ogni squadra costruita in un normale mercato.

Parlando invece di questioni tecniche, a questo sistema di gioco sono arrivato per le esigenze contingenti.

Ero alla Cavese nel campionato Nazionale Dilettanti ed avevo la squadra favorita per la vittoria finale.

Incontravo quindi squadre che stavano tutte chiuse, strette centralmente a non lasciare nessuno spazio.

Il mio centravanti era un brasiliano che, anche se bravo, non riusciva ad esprimere le sue capacità.

Le difficoltà stavano sia nelle qualità di chi cercava di servirlo e sia nelle sue possibilità di destreggiarsi contro avversari che facevano densità.

In quella categoria inoltre per regolamento dovevano giocare per forza un predeterminato numero di giocatori giovani e quasi tutti li utilizzavano nelle corsie laterali.

Ebbene io pensai di spostare all'ala il mio centravanti per avere una serie di vantaggi: in quella posizione aveva più probabilità di ricevere palla e quindi di manifestarsi; di fronte aveva un giovane che, come minimo, poteva rimanere intimorito ed andare in difficoltà.

Stando largo, il mio giocatore riceveva palla e giocava un 1:1.

Stando largo, il mio giocatore apriva di conseguenza la difesa avversaria, creando di fatto spazi nuovi in zone prima ben presidiate.

Non avevo attaccanti, ma avevo notato un mediano, prestante fisicamente, che faceva gol con facilità.

Divenne il mio trequartista, ma non deputato a costruire gioco, bensì a finalizzarlo.

Via, via, da quel momento sono sbocciate altre soluzioni, perfezionamenti e questioni da risolvere.

Considerando che negli ultimi tre anni ho allenato tre squadre differenti, il 4-2-3-1 ha, infatti, subito evoluzioni o evidenziato diversità, se non altro perché i protagonisti sono sempre cambiati.

Ad ogni inizio stagione, ho ricominciato daccapo la proposta tecnico-tattica.

Ed alla fine è sempre stato raggiunto l'obiettivo massimo.

A Cava dei Tirreni (figura 1) sono subentrato dopo quattro gare, con l'obiettivo di vincere il campionato e ci siamo riusciti, subendo anche pochissime reti: solo cinque nelle restanti gare.

C'erano da considerare tanti aspetti: le regole di quel campionato, la "rosa" che avevo a disposizione, lo stato dei terreni di gioco ed il modo di difendersi degli avversari.

Dal punto di vista tecnico quella squadra aveva in comune qualcosa con quella avuta in tempi successivi ad Empoli.

In entrambi i casi erano utilizzate ali a piedi invertiti e cioè un destro a sinistra ed un mancino a destra.

In generale, questa scelta è dettata dalla poca confidenza al gol della prima punta e dalle sue caratteristiche.

Per questo motivo, nasce l'esigenza di portare più giocatori in zona gol.

In comune con Arezzo c'è stata invece la scelta di inserire, come trequartista, un mediano con capacità d'inserimento.

Daniello era quel mediano prestante che fu uno dei protagonisti di quella promozione in C2.

Le condizioni ambientali incontrate a Cava erano particolari ed è per questo che quella stagione assume un valore particolare.



fig. 1 Il 4-2-3-1 nella Cavese 2002-2003. Promozione in Serie C2 e scudetto Dilettanti

Ad Arezzo (figura 2), è arrivato un altro campionato ricco di soddisfazione.

Arrivai che c'erano da plasmare due gruppi.

Quello vecchio, depresso per la stagione precedente e quello nuovo, targato Triestina, pieno di autostima.

La coesione fu facile.

Chi per rivalse e chi per conferma, tutti avevano motivi per dare un contributo importante.

Un gruppo che però non accettò subito il nuovo sistema di gioco.

Era un po' diffidente, ma poi le prestazioni fecero decollare la squadra nell'entusiasmo.

Il girone d'andata fu un record di vittorie.

Nel ritorno fu controllato il considerevole vantaggio.

La particolarità tecnica era legata ai giocatori scelti nelle posizioni di ali. Teodorani e Pasqual giocavano, infatti, col piede giusto, perché in attacco c'erano Abbruscato e Serafini.

I due esterni erano bravi ad andare in profondità per il cross, mentre punta e trequartista (altro centrocampista, spostato in quella posizione), erano in possesso di sicure capacità aeree e acrobatiche.



fig. 2 Il 4-2-3-1 dell'Arezzo 2003-2004. Promozione in Serie B e Supercoppa di C

Ad Empoli (figura 3), con squadra appena retrocessa, dovevo misurarmi per la prima volta con la serie B.

Fortuna vuole che la società non avesse mai trascurato il rinnovo del parco dei giocatori.

C'era stata una capacità di programmazione oculata che mi dava quindi una serie di giocatori di buone potenzialità, anche se mai titolari in precedenza.

La cosa più importante era che si conoscessero da cinque e addirittura dieci anni: tutti erano pronti per dimostrare il loro valore.

La consapevolezza cresceva grazie, anche in questo caso, ad un inizio sorprendente.

Gli esterni d'attacco erano di nuovo utilizzati con i piedi migliori atti ad entrare verso il mezzo del campo.

Lodi e Tavano potevano così andare anche alla conclusione personale. Buscè era stato impostato come terzino; in difesa aveva trovato spazio Coda; a centrocampo prima Moro e poi Almiron; ma anche tutti gli altri sono stati protagonisti di una promozione diretta, senza passare dai play off.

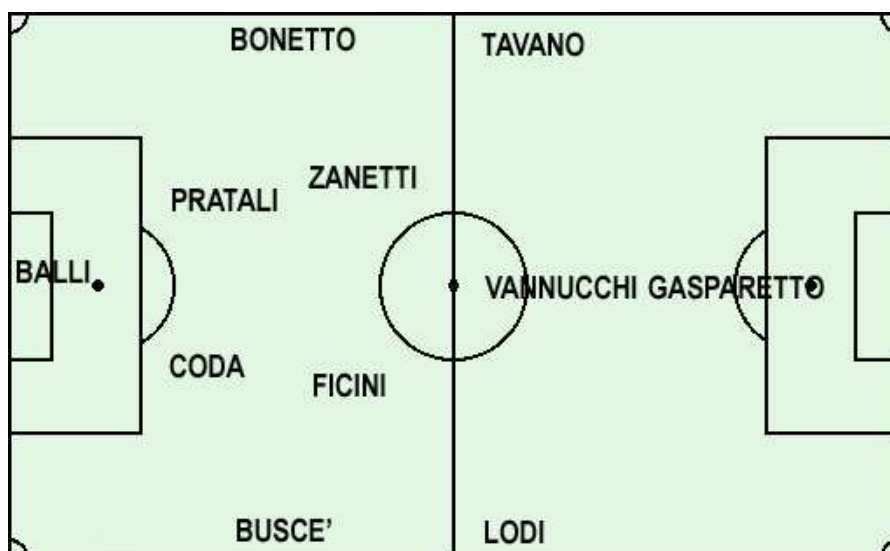


fig. 3 Il 4-2-3-1 dell'Empoli. Promozione in Serie A.

Aver vinto ha consolidato questo atteggiamento tattico, ma non penso di stare fermo.

Non è redditizio adagiarsi e rimanere convinti di una soluzione.

E' importante aggiornarsi: trovare sempre nuove soluzioni, sapere che gli avversari ti studiano e prevedere come intendono proteggersi e colpirti.

Ad un sistema di gioco si arriva per tanti motivi.

Conta l'esperienza da calciatore e degli allenatori avuti, ma è il rodaggio sul campo, come allenatore, che plasma le personali conoscenze.

Allenare significa incontrare difficoltà quotidiane, confrontarsi con varie esigenze, decidere in tanti versanti e fare scelte responsabili.

Il modulo di gioco deve essere semplicemente efficace ed è la struttura entro cui far vivere i giocatori.

Io ho per ora scelto, come schema base, il 4-2-3-1, ma non escludo di poter cambiare in futuro.



# CARATTERISTICHE DEI GIOCATORI

Intanto io penso che il numero giusto per una “rosa” sia di 20-22 giocatori. All’interno ci devono essere tre scale gerarchiche: una quindicina di titolari competitivi, alcuni consapevoli della panchina (anche anziani a fine carriera) ed un po’ di giovani di sicuro valore.

Il numero può essere anche più esiguo ed in quel caso c’è la possibilità di prendere anche giovani della primavera.

La finalit  non   immediata, ma rivolta ad obiettivi futuri.

Mi   capitato di far esordire sempre qualche giovane per premiare tutto il movimento del settore giovanile ed in particolare chi ci lavora.

Per quanto riguarda invece le caratteristiche tecniche che prediligo, ho un pensiero ben chiaro, come gi  detto in precedenza, che nel 4-2-3-1 possono trovare spazio tutte le tipologie di calciatore.

Nel classico 4-4-2, il trequartista non aveva destinazione se non quella di diventare una seconda punta o un esterno di centrocampo.

Era forte l’idea “nuova” di occupare meglio gli spazi in modo coordinato, perci  si cercava sempre due linee di quattro giocatori che si dovevano muovere in sincronia.

Forse per questo motivo succedeva a volte, quando ad esempio l’intensit  fisica calava, che i due attaccanti rischiavano di rimanere un po’ staccati dal resto della squadra.

Si sentiva dire che in fase difensiva i giocatori dovevano stare stretti e corti ad occupare ognuno una zona di campo, mentre quando la palla era conquistata, i giocatori dovevano allontanarsi tra loro, ma non di molto, per iniziare le manovre coordinate d’attacco.

In generale, perch  il 4-4-2 rimanesse sempre compatto, si doveva occupare quello spazio centrale tra attaccanti e mediani (figura 4).

Era uno spazio vuoto da occupare con il movimento di un giocatore. Poteva essere uno dei due attaccanti, uno dei due mediani o uno dei due esterni di centrocampo.



fig. 4-5 Lo spazio vuoto nel 4-4-2 e il 4-2-3-1 con trequartista e ali larghe.

Nel 4-2-3-1 (figura 5) quella zona è presidiata soprattutto dal trequartista, come punto di partenza per movimenti semplici ma validi.

Gli esterni di centrocampo possono essere tranquillamente delle ali offensive o essere delle seconde punte che partendo da quelle zone mettono in azione le loro caratteristiche.

Ogni ruolo ha le sue specifiche, dal portiere al centravanti che è l'unico a giocare, molto, con le spalle alla porta avversaria.

Il calcio d'oggi richiede capacità nell'attaccare lo spazio e per crearlo basta anche un solo giocatore davanti, se ci sono a catena gli sviluppi di gioco assimilati.

Sempre a riguardo delle individualità, ad Empoli abbiamo messo in piedi un progetto, ancora allo stato embrionale, per allenare singolarmente ogni giocatore.

A seconda del ruolo e di cosa gli viene richiesto a livello fisico, tecnico e tattico, il giocatore è protagonista di un'esercitazione specifica.

Ad esempio (finora eseguito solo con giocatori squalificati o rientranti da un infortunio) ecco il lavoro di un'ala:

-si definisce un punto di partenza costante (circa 10 mt. oltre metà campo)

-si posizionano sul terreno altri giocatori in modo da formare una catena (terzino di parte oppure centrale opposto, mediano, punta e\o mezza punta);

- a seconda dell'obiettivo, l'ala fa un contromovimento di circa 5 mt, riceve e quindi un gesto tecnico (passaggio) ad un compagno; presa di posizione per la l'appoggio e\o la conclusione.

Questo serve per rendere maggiormente consapevole il giocatore, in modo da essere più pronto quando verrà inserito nel collettivo ad affrontare le situazioni reali di gioco.

Un lavoro individuale monitorato spesso con cardiofrequenzimetro, per conoscere con maggior precisione la qualità dello sforzo ed in zone di campo dove il giocatore è protagonista di movimenti (corse caratterizzanti il suo ruolo) e giocate (gesti tecnici che più gli serviranno) in una posizione conosciuta.

Ciò che segue è una breve disamina delle caratteristiche per tutti i ruoli inseriti nel 4-2-3-1.

## PORTIERE

Io non ho preferenze su un tipo di portiere rispetto ad un altro.

Se non è già chiara una graduatoria, ad inizio stagione i portieri a disposizione partono alla pari ed, insieme al mio collaboratore, valuto vari aspetti per decidere il titolare.

In generale, voglio che i portieri vivano molto con la squadra, perché devono conoscere tutti i dettami collettivi da me proposti, non solo per la fase difensiva, ma anche per quella di possesso palla.

Andando più nello specifico, in virtù di una squadra che si difende in una posizione medio-bassa, il mio portiere deve saper leggere prontamente le situazioni.

Questa è la capacità più importante che deve avere.

Non ho distinzioni sull'aspetto fisico, perché credo che se un portiere è sveglio e deciso, sappia uscire nelle traiettorie alte e basse, anche in mezzo ai suoi compagni e gli avversari.

## CENTRALI DI DIFESA

Sono i veri difensori che uso nel mio schieramento.

Credo che tendenzialmente debbano essere ben messi a livello fisico, avere centimetri utili per opporsi sui palloni alti, durante il gioco su azione o le palle inattive.

Sono giocatori che devono mostrare intelligenza tattica e comportarsi di conseguenza.

Devono evitare, ad esempio, l'irruenza negli interventi per rischiare il fallo.

Devono invece saper scegliere quando marcare, fino addirittura a trovare l'anticipo, ma altresì capire quando occupare uno spazio o coprire il compagno.

Questi giocatori, per la posizione che ricoprono, determinano molti movimenti sincronizzati della difesa.

Con palla nei piedi, il loro compito è semplice.

Devono acquisire il cambio di gioco sull'ala opposta, anche se disturbata, ed, in linea di massima, saper gestire la costruzione quando la squadra avversaria è tutta chiusa nella sua metà campo.

## TERZINI

Questi giocatori devono avere corsa, quindi essere resistenti, perché sono tra quelli che possono dare linfa vitale all'azione offensiva, per poi rientrare in posizione il prima possibile.

In questo ruolo posso, infatti, utilizzare pedine che sanno attaccare, ossia correre in avanti ed avere predisposizioni offensive.

Credo che soltanto questa propensione coraggiosa, limiti i problemi che avrebbero se gli stessi giocatori dovessero rimanere più fermi in attesa.

A livello difensivo, possono prendere confidenza senz'altro nella posizione, se non nella vera marcatura.

## MEDIANI

I due giocatori qui usati, hanno caratteristiche e compiti diversi.

Uno è più legato al reparto di difesa e l'altro di più con quello d'attacco.

Il primo è quello che deve avere sagacia tattica per garantire equilibrio e gestione.

Le sue qualità fisiche sono di un normale centrocampista che sa regolare le sue energie.

Senza essere per forza un costante riferimento per le manovre di costruzione, è meglio che sia ordinato nel gioco e intelligente nell'interdizione.

Il secondo è invece un giocatore con elevata potenza aerobica.

Dopo aver dato in mezzo al campo sostanza difensiva con raddoppi in ogni direzione, deve proiettarsi in avanti, come i terzini.

Deve inserirsi diventando un'arma importante in fase offensiva.

### TREQUARTISTA

Questo giocatore è molto importante al punto che, se non ce l'ho, cerco d'individuare lo stesso nel gruppo, perché la sua presenza è davvero efficace.

Il mio trequartista può essere, come ho già detto, un centrocampista centrale prestante.

Questo per dire che può non essere quel giocatore estremamente tecnico e molto solista, bravo anche a fare la differenza in diverse partite.

In realtà questo tipo di giocatore non mi dà garanzie certe, perché nel tempo rischia di togliere energie ai compagni che dovrebbero muoversi molto per permettergli di dribblare ed "assistere" meglio.

Due sono a quel punto gli inconvenienti: economia fisica in pericolo e scompaginamento delle posizioni

Le mie esigenze sono soddisfatte piuttosto da un giocatore polivalente che non è disordinato ma essenziale.

I suoi movimenti ne scatenano altri e le sue qualità tecniche, in ogni caso elevate, possono far "saltare il banco".

Infatti, deve essere più mezza punta che mezzo centrocampista.

Non mi serve che venga incontro per fare gioco: quella è una componente, ma non è la preponderante.

Egli deve essere un trequartista che sappia segnare.

### ALI

In queste posizioni possono giocare quelli che sono considerati ali vere, ma anche centrocampisti offensivi o attaccanti mobili.

Sono giocatori molto dotati tecnicamente, in grado d'effettuare controlli palla, dribbling, assist e conclusioni.

Come qualità fisiche, devono avere, di base, rapidità e velocità e, più sono resistenti, meglio è.

Utilizzo giocatori destri di piede a sinistra e viceversa, perché mi danno una serie di vantaggi per le manovre di squadra e permettono a loro d'esprimersi con efficacia.

### CENTRAVANTI

E' la pedina che gioca in posizione più avanzata.

Giocando, spalle alla porta, in mezzo alle difese, si richiede che sia dotato fisicamente.

E' il vertice capace di fare sponde, difendere palla e proporsi per concludere a rete in zone precise dell'area di rigore.

Deve, con sacrificio, essere un riferimento per tutti.

Ad esempio, lo deve essere anche quando la palla è agli avversari in zona arretrata.

Insieme al trequartista, è, infatti, il giocatore che indirizza il gioco avversario e che evita agli avversari di tornare indietro ed andare a giocare dalla parte opposta.

# GIOCO MANOVRATO

Le posizioni in campo dei giocatori hanno un'estrema importanza nel mio modo di giocare.

Ho potuto capire e sperimentare che coprire in una certa maniera il terreno di gioco, garantisce la creazione di duelli.

Non penso sia possibile oggi portare facilmente un giocatore davanti al portiere attraverso una manovra collettiva.

Generalmente la riuscita finale di un'azione è la conseguente capacità di un giocatore di saltare l'avversario.

Si può quindi perseguire la produzione di "uno contro uno" in tante zone del campo.

Tali scontri sono facilitati dalla dilatazione in ampiezza che chiedo alla mia squadra.

Un altro concetto importante è la ricerca dell'efficacia nella semplicità. Combinazioni molto articolate non mi servono.

Assimilare tanti movimenti e la loro riuscita nel tempo e nello spazio giusti, non è semplice e può comportare un dispendio energetico superiore. Penso che l'obiettivo del mantenimento del possesso palla sia un passaggio a vuoto nella ricerca di un'azione efficace.

E' importante che un tipo di gioco sia pensato per l'intera stagione. L'aspetto fisico nel tempo, la durata del campionato e degli altri impegni, i turni infrasettimanali e le difficoltà logistiche delle trasferte, sono tutti fattori da tenere d'occhio per l'economia psico-fisica di una squadra.

In Champions League abbiamo visto ultimamente primeggiare chi è essenziale nell'aggredire.

Porto e Liverpool ne sono un esempio fedele dell'ultimo biennio.

Le azioni di gioco hanno un inizio preciso in alcune circostanze ed in altre meno.

Il 20-30 per cento cominciano da fondo campo, con una rimessa del portiere o con una trama di passaggi nelle retrovie.

Il 70 per cento delle volte si riparte, invece, dopo una conquista della palla. Si riparte subito ed il vantaggio sta nella velocità che si può innescare negli spazi a disposizione.

La fase di non possesso palla risulta fondamentale.

Io ripeto spesso ai miei giocatori che quando attacchiamo, è il momento peggiore per i nostri difensori perché devono stare attenti nel marcare in modo preventivo ed assumere posizioni che mantengono una giusta fisionomia di squadra.

Allo stesso modo quando la squadra si difende, è il momento peggiore degli attaccanti perché devono partecipare attivamente.

In generale, una squadra difende, pensando di aggredire o di attendere.

Se difendiamo in posizione medio-bassa, lo sviluppo del gioco, dopo riconquista, sfrutta velocemente il campo vuoto.

Perciò, chiedo ai miei giocatori d'indirizzare il gioco avversario e pensare nel mentre, di tenere posizioni precise su un'eventuale ripartenza.

Lavoro che parte già dalla punta centrale e dal trequartista.

Il concetto è di rientrare sempre dietro la linea immaginaria del pallone.

Se pensiamo alla punta centrale, i suoi compiti non si esauriscono nel momento in cui è superato dalla manovra avversaria.

Intanto, è il primo giocatore a dirigere il flusso di gioco avversario.

A quel punto non si ferma, deve invece ripiegare per un eventuale raddoppio ed evitare il retropassaggio, in modo che ci siano vere possibilità di recupero della palla.

La stessa cosa vale per il trequartista, proprio perché pensiamo di riconquistare il possesso del gioco, soprattutto, sulle corsie laterali.

Ma non è sufficiente prendere palla, se non siamo ben posizionati per il successivo sviluppo dell'azione.

Mi riferisco alla partecipazione dei giocatori preposti all'azione offensiva che, oltre a prendere parte all'azione di recupero, devono stare attenti e pronti a fiutare l'immediata ripartenza.

Il gioco, però, abbiamo detto che non è solo "un'azione per ciascuna squadra, iniziata da fondo campo con manovra corta e bassa".

Il gioco si può sviluppare in tante maniere ed una squadra a volte è costretta a difendersi anche nella propria area di rigore.

La mia squadra cerca di difendersi ad un livello medio basso del campo, perché ha in questo modo la possibilità di sprigionare velocità.

I movimenti difensivi sono i soliti e non tengono in considerazione il fuorigioco.

Non credo sia utile dover forzare questo tipo di tattica, ad esempio quando sulla mia linea difensiva al completo gioca un solo avversario.

Quali rischi corro in questo caso e quando?

E quali rischi invece corro, se il movimento coordinato non riesce?



Non posso pensare che un solo giocatore abbia la possibilità di “bucare” i miei quattro giocatori di difesa.

Credo che il fuorigioco sia una mossa giusta se rappresenta l'estrema ancora di sicurezza, ad esempio quando la mia difesa è in inferiorità numerica.

In quelle situazioni è giusto ripiegare, stringendosi e fermarsi al momento giusto, ad esempio al limite dell'area di rigore.

Un altro importante adattamento di squadra, avviene quando gli avversari scavalcano spesso il centrocampo con lanci lunghi.

In questi momenti, i centrali di difesa devono capire la situazione.

Uno deve marcare strettamente l'avversario con grande attenzione, mentre l'altro deve marcare lo spazio profondo arretrato con buona prevenzione.

Ultima osservazione è legata agli equilibri di squadra, perché bisogna considerare che la palla non va soltanto riconquistata, ma che si può anche perdere.

In generale si attacca con cinque uomini e si difende con altrettanti, più il portiere.

Per come si sviluppa l'azione offensiva, rimangono in copertura sempre tre dei quattro difensori ed uno dei due mediani: numero sufficiente per sopportare un'eventuale ripartenza.

Nella fase difensiva potrebbe avere rilevanza anche la squadra che vai ad affrontare.

Io penso che nonostante le loro caratteristiche ed i sistemi di gioco usati, il 4-2-3-1 con lievissime varianti ti permette di mantenere l'assetto conosciuto e sviluppare al meglio e sempre la fase offensiva.

Ritengo che lo studio sull'avversario di turno sia importante, in tutte le sue forme: aspetto tecnico, tattico, fisico, psicologico, ambientale, mediatico...

E' fondamentale per quello che voglio trasferire ai miei giocatori, per dare a loro compiti e mansioni più funzionali.

E' impensabile pensare solo a se stessi, perché si gioca in due; perciò questo monitoraggio è fondamentale e nel futuro sarà ancor più articolato.

Quando la squadra ha palla deve mettere in azione qualcosa di riconosciuto, aldilà degli elementi imprevedibili garantiti dalle capacità individuali.

La modalità migliore d'attacco, per qualsiasi formazione, si realizza negli spazi vuoti a disposizione.

Io cerco di disporre il mio 4-2-3-1 cercando di creare più vuoti di campo da aggredire e sfruttare.

Per questo motivo, non penso ad un possesso palla prolungato.

L'obiettivo è andare con poche mosse alla conclusione.

In linea con tale idea, non chiedo ai miei difensori di far circolare la palla da destra a sinistra, senza saltare un passaggio e poi trovare un mediano che ridà la palla indietro per ricominciare ancora l'azione....

Chiedo invece di andare dalla parte opposta e verticalizzare: un passaggio o due, saltando anche un centrale di difesa, per arrivare al terzino che è in condizioni di forzare il gioco da quella parte.

Ho già detto che i centrali devono anche vedere subito un cambio gioco in diagonale per l'ala opposta.

“Pescare“ l'ala, è uno degli obiettivi del gioco.

Nel 4-2-3-1 questi giocatori stanno entrambi larghi sulla linea laterale: ciò significa che la squadra avversaria si comporta di conseguenza e quindi diventa come una coperta corta: o si allarga e lascia spazi centrali, o si stringe e lascia la parte opposta libera.

Il terzino, il centrale opposto o il mediano, dovrebbero trovare l'ala per permettergli l'uno contro uno.

Con i tempi giusti, inoltre il terzino di parte si invola in sovrapposizione, perché l'ala sta rientrando sempre dentro al campo.

Se l'ala riesce a saltare il suo uomo o, comunque, a condurre palla velocemente in diagonale, l'azione può essere potenzialmente finalizzata.

I giocatori sanno quali movimenti scegliere, perché credo molto in poche cose semplici, del tipo che l'attaccante sa di andare sul primo palo, il trequartista sul secondo ed un mediano sullo spazio che rimane.

Se la palla invece riuscisse ad andare al terzino che sta aggredendo quel fondo campo libero, l'area di rigore verrebbe attaccata con la stessa modalità: movimenti conosciuti sui quali diventa solo importante battere l'avversario diretto.

Questo tipo d'azione è possibile perché è stato cambiato fronte d'attacco. Per questo motivo il cambio di gioco è fondamentale.

E' un'esigenza consapevole che mira proprio a costruire le basi per le azioni coordinate successive.

Un'esigenza che sfrutta soprattutto le abitudini delle squadre, in fase difensiva.

Le squadre che stanno strette, fanno le diagonali e le coperture, per cui cambiare gioco e trovare il giocatore opposto è una soluzione ottima.

Infatti, ciò costringe l'avversario ad aprire il suo sistema difensivo e quindi non gli permette di dare le giuste coperture verso il centro del campo, oppure mi consente di creare degli spazi più ampi che potrò sfruttare.

In questo contesto l'attaccante centrale ha delle funzioni molto importanti. E' uno specchietto delle allodole, quando l'azione si muove in zone ancora basse.

In quei momenti funge da vertice e quindi gioca con spalle alla porta sulla linea difensiva avversaria.

Ci sono momenti dove può essere cercato dalle retrovie e il suo gioco di sponda può innescare le manovre già conosciute.

Ad esempio, riceve palla da dietro: l'esterno di parte taglia sotto per ricevere in appoggio e mandare in conclusione il trequartista inseritosi alle spalle del secondo centrale, oppure l'ala opposta che ha tagliato, oppure andare direttamente al tiro, dato che le ali sono disposte in campo a piede invertito.

Quando, però, l'azione ha sfogo dalle fasce, a quel punto la punta deve attaccare la porta frontalmente e non più con le spalle alla porta.

Queste sono le occasioni in cui deve mettere in mostra le sue capacità realizzative.

Gli allenamenti per assimilare un modo di giocare, seguono un percorso iniziato in preparazione, che prosegue durante l'anno nel consolidamento e perfezionamento.

Non è importante la tipologia dell'esercitazione, se non si tiene conto di com'è spiegata e condotta.

La comunicazione risulta essere basilare.

Io credo molto nella preparazione della seduta quando ancora la squadra è nello spogliatoio.

Cerco di trasferire alla squadra le nozioni per raggiungere gli obiettivi tecnici, tattici o atletici.

Il giocatore per capire, deve essere veramente coinvolto.

Perciò utilizzo, come mezzo di comunicazione, non solo la lavagna, ma anche la dimensione ludica di un subbuteo.

Spiego i movimenti che dopo poco dovrà fare in campo.

Addirittura chiamo a muovere direttamente i giocatori, perché credo che così ci sia un alto tasso d'assimilazione.

La partita è il miglior allenamento e per questo motivo cerco sempre d'inserirla nelle mie sedute.

Ad esempio, nel primo giorno della settimana propongo una gara (figura 6) con il campo ridotto da area ad area.

Questo tipo di partita ha come priorità l'aspetto atletico.

Tutti i giocatori devono sempre correre, perché chi è "pescato" fermo, deve farsi un bel giro di campo con andatura più che sostenuta.

Le posizioni in campo devono rispettare il sistema di gioco.

La palla è sempre in gioco; nel senso che non ci sono nè rimesse perché per struttura ad un mt circa dalla linea laterale ci sono le reti di recinzione e quindi vale la "sponda" con la recinzione stessa; né corners , perchè quando i palloni escono, vengono direttamente sostituiti con altri dai portieri.

Si gioca in continuazione.

Di conseguenza non ci sono palle inattive da battere, in linea con la necessità di dare un ritmo costante all'impegno fisico.

Non ci sono soste e le dinamiche di gioco comportano un dispendio energetico di natura aerobica.

In qualche modo, questo lavoro sostituisce quello "a secco" di potenza aerobica; poichè eseguito con palla ha un legame più stretto e quindi efficace con il calcio.

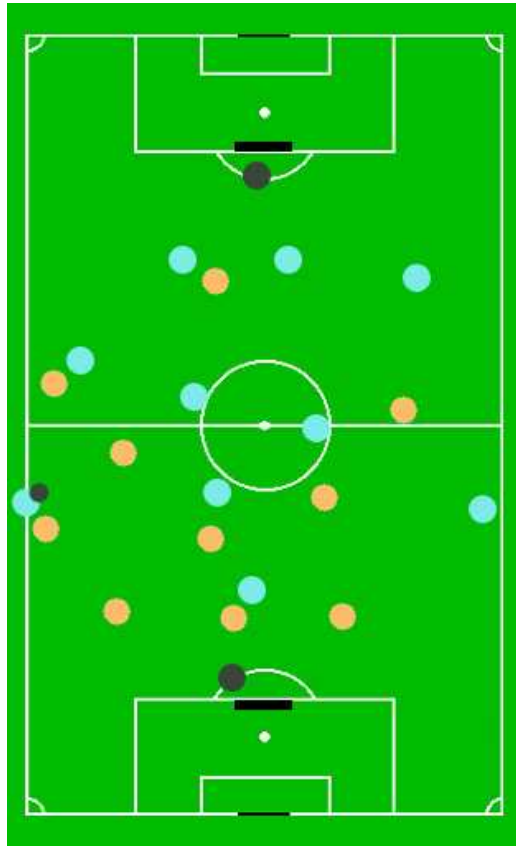


fig. 6 Campo ridotto e la palla è sempre buona. Non si battono le palle inattive. Tutti corrono.

Se invece la finalità è tattica, il lavoro che prediligo è il 10 contro 0 (figura 7) con alcune varianti.

Quando la squadra è matura, in questa esercitazione i giocatori possono provare quello che in gara rivedranno.

Posiziono, ad esempio, una serie di palloni che disegnano lo schema della squadra avversaria, posizionandola con baricentro prima medio-alto e poi medio-basso.

Il lavoro è semplice: si passa velocemente da una fase di non possesso palla, ad uno sviluppo veloce di possesso palla.

I palloni, numerati, corrispondono agli ipotetici avversari, i quali ad una chiamata da parte dell'allenatore, vengono aggrediti.

Tale fase serve per correggere le posizioni difensive; ulteriormente per aumentare le difficoltà e procurare eventuali squilibri, chiamo in sequenza due o tre palloni, in modo che lo spostamento veloce della squadra da un pallone ad un altro può creare degli scompensi e delle imprecisioni.

In una fase successiva, alla chiamata del numero-pallone equivale l'attacco in pressing della squadra e da quella palla comincia l'azione offensiva, come se fosse stato riconquistato il possesso.

Dirigo le varie possibilità di sviluppo del gioco d'attacco.

Si ripetono le azioni, si aggiunge qualche variante, si prende in esame una situazione nei suoi particolari.

Variante: ad esempio, palla in mano all'assistente che si muove per il campo in senso sia orizzontale, sia verticale e la squadra deve continuamente posizionarsi in atteggiamento difensivo: ad un segnale improvviso dell'allenatore, l'assistente lascia cadere la palla che deve essere aggredita, conquistata e da quel momento inizia l'azione offensiva per la conclusione.

Non è facile, come si potrebbe pensare, la vera riuscita di un'esercitazione senza opposizione.

Infatti, ogni giocatore deve muoversi come se ci fossero gli avversari, immaginarsi quello che sarebbe la realtà e non dare niente per scontato. Conducendo in modo attivo questo tipo d'esercitazione, si possono correggere di continuo gli spazi che i giocatori creano, i tempi delle giocate ed il tipo d'esecuzione tecnica.

Se tale modalità di gioco è assimilata, attraverso questa esercitazione, non subisce contraccolpi quando gli avversari sono inseriti in modo attivo.

Il motivo sta soprattutto all'origine del mio 4-2-3-1 ed alla sua disposizione sul campo che non crea mucchi ma duelli.



fig. 7 I palloni numerati sono gli avversari. Fase difensiva che diventa fase di possesso palla

# PALLE INATTIVE

Ormai tutti concordano nel dire e ci sono delle cifre inequivocabili che lo testimoniano, quanto siano decisive nel calcio di oggi le situazioni che partono con palla ferma.

Quando ci sono pochi spazi o difficoltà varie, come semplicemente un equilibrio tattico e fisico tra le squadre in campo, è possibile sbloccare il risultato con un calcio piazzato.

Intanto è importante procurarsi quelle situazioni, anche per le implicazioni psicologiche che può subire l'avversario.

Poi è necessario avere capacità e idee.

Il calcio diretto dal limite (Mangiapane, Minieri, Gelsi, Vannucchi, Lodi, Almiron), è strettamente correlato alle qualità individuali.

Questo tipo di punizione mette paura, anche solo per il fatto che deve essere battuta.

Per il resto, penso invece che gli schemi non siano praticabili, perché dopo l'effetto sorpresa diventano prevedibili.

C'è troppo monitoraggio: nelle squadre c'è accurata osservazione degli avversari e nel caso di un calcio d'angolo è semplice individuare i movimenti preparati.

Il beneficio è scarno, perché dura poco.

Ecco perché non preparo schemi precisi, ma ho individuato, come concetto trainante, l'obiettivo di creare più situazioni di uno contro uno.

Non significa che voglio che il pallone sia buttato in mezzo, perché quello sarebbe caso puro con poche probabilità di riuscita.

Cerco, invece, di portare molti uomini in area di rigore e farli marcare, per poi farne "uscire" alcuni, in modo da costruire dentro l'area un numero di duelli che eviti la formazione di una densità esagerata.

Non ho mai avuto chi eseguisse falli laterali lunghi, direttamente dentro l'area di rigore.

Peccato!

Il calcio è lo sport più difficile perché la precisione è messa in atto con i piedi ed il gol deve essere fatto dentro a una porta difesa da uno che usa invece le mani.

Con una rimessa laterale ci sono buone possibilità di non sbagliare il cross.



Negli angoli o nelle punizioni laterali a favore, metto in atto quei concetti sopraddetti.

Per realizzare un numero giusto di duelli, mando spesso ad esempio due giocatori sulla battuta ( in modo da attirare due avversari vicino alla palla) e poiché generalmente almeno altri due avversari vanno in area a coprire a zona ( e sono quindi 4 avversari a non marcare), mando 5 apparenti saltatori per attirare in marcatura altri 5 avversari, quindi al limite area rimane solo un avversario.

A questo punto la mia squadra si trova in superiorità numerica al limite area, poiché ho 2 uomini sulla battuta, 5 a saltare, due al limite area ed uno più arretrato in copertura preventiva.

Lo scopo è quello di sfruttare uno dei due uomini posti al limite area, che si va ad inserire nello spazio aperto dai due apparenti saltatori, i quali fanno un movimento preventivo a ritroso e gli altri compagni che si muovono in avanti ad attaccare uno spazio predeterminato

La palla spesso è mossa prima d'essere calciata e ciò garantisce un segnale per azzeccare i tempi della rincorsa e delle traiettorie in area.

La battuta è importante, quanto l'abitudine di vincere il duello, che spesso non è solo bravura tecnica e fisica, ma la risultante di convinzioni psicologiche.

Sulle stesse situazioni, ma a sfavore, l'atteggiamento della mia squadra è semplice.

Difendo con tutti i miei effettivi ed occupo a zona dei punti dell'area di rigore.

Sugli angoli metto un giocatore sul palo, uno sul vertice, uno o due fuori area per evitare il tiro da fuori e gli altri in marcatura.

Se ci sono meno uomini da marcare, preferisco chiudere a zona il secondo palo e lo spazio tra i due uomini sul primo palo.

Sulle punizioni laterali c'è già una discriminante sul tipo di battuta.

Ad esempio, se fosse a rientrare, posiziono davanti alla battuta due uomini per dare meno spazio.

Se fosse ad uscire, ne basterebbe solo uno in barriera.

E' chiaro che, indipendentemente dal tipo di calcio, se sul pallone ci fossero due uomini, anch'io chiedo di portare lo stesso numero di giocatori.

A zona si posiziona uno sul corto 1 (in proiezione primo palo), uno, leggermente in diagonale sul dischetto rigore ed un terzo (in proiezione secondo palo), anch'esso un po' in diagonale rispetto all'uomo in mezzo che solitamente cerca palla.

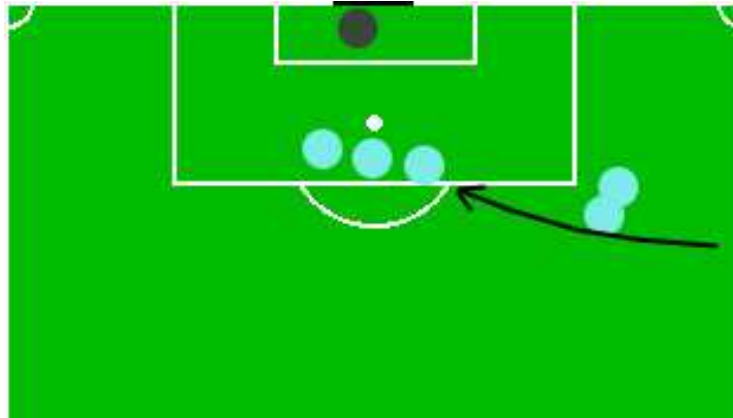


fig. 8 Sulle punizioni laterali a rientrare, queste sono le posizioni in zona, mentre gli altri marcano e quelli che rimangono stanno al limite dell'area di rigore.

Tutti gli altri marcano o sono in altre zone sul limite dell'area che pensano e si concentrano a difendere.

La priorità assoluta è la difesa, perché non posso pensare subito a ripartire, essi sono troppo distanti.

Ci sarebbero dei rischi, perché gli avversari avrebbero un vantaggio nel momento in cui dovessero recuperare palla.

Se ribatto il pallone, penso invece ad uscire bene e ad occupare, ognuno, le proprie posizioni.

Eventuali ripartenze sono casuali o facilitate da disattenzioni degli avversari.

Allenare le palle inattive è un appuntamento che inserisco a fine settimana, vicino alla gara ufficiale.

Ho già detto che le escludo dalle varie partite inserite durante le sedute della settimana, per cui dedico il giorno stesso della gara per perfezionare angoli e punizioni.

In quell'occasione non è importante l'intensità, ma la qualità e il perfezionamento delle situazioni.

Facendo un'analisi retrospettiva degli ultimi tre anni devo considerare quale importanza abbiano avuto le palle inattive sul risultato finale:

- a Cava lo scontro diretto per la promozione fu deciso da una palla inattiva;
- ad Arezzo la squadra conseguì otto vittorie da calci da fermo;
- ad Empoli ho ricevuto altrettante soddisfazioni poiché molte vittorie sono state decise da palla inattiva.

L'allenamento che, invece, ritengo più importante sulle palle inattive a favore e a sfavore, è quello inserito a metà settimana.

Come in figura 8, si posizionano, una di fronte all'altra, due porte regolamentari, difese da due portieri.

Lateralmente ci sono quattro uomini che si allenano al cross, da effettuarsi in tutte le maniere possibili.

In mezzo all'area ci sono due squadre che lottano per difendere ed attaccare contemporaneamente.

Anche se questa esercitazione può essere inserita come termine riscaldamento, è da realizzarsi come lavoro vero.

In un colpo solo, esercito la qualità del cross e, soprattutto, la capacità di marcare e smarcarsi, ossia l'attenzione vera.

L'intensità del lavoro incide di conseguenza sull'aspetto fisico.

Si può mirare alla frequenza dei cross, per avvicinarsi alla situazione più reale, dove si lotta, si salta e si ritorna velocemente a prepararsi per un'altra possibile conclusione.

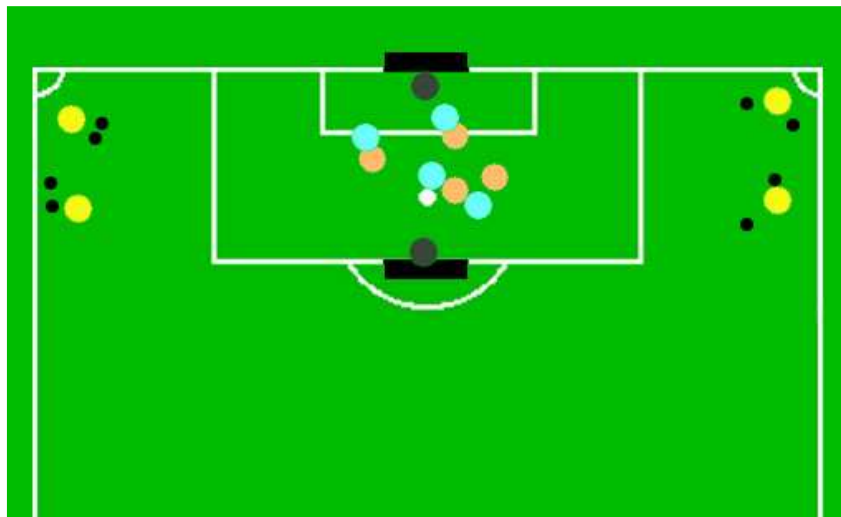


fig. 9 Lotta in area con due porte ravvicinate. Azzurri ne difendono, Rosa l'altra. Gialli al cross

# CONCLUSIONI

Una prima considerazione si riferisce all' andamento della stagione nel suo insieme.

Tutti e tre gli ultimi tre campionati, sono stati caratterizzati da un rendimento simile.

C'è stata una partenza a sorpresa, con un rendimento alla grande, anche perché nessuno ci conosceva, non c'era considerazione, i miei giocatori avevano gli stimoli giusti e c'era un po' di superficialità negli avversari.

Fatto sta che si sono inanellati una serie di risultati importanti.

A quel punto gli altri ti conoscono, prendono le prime precauzioni e ci sono pochi spazi a disposizione.

Diventano a questo punto fondamentali i calci piazzati per sbloccare il risultato.

La parte finale è di consapevolezza, forza interiore e voglia di vincere.

Gli avversari, a differenza del periodo di mezzo, possono anche dare meno, perché ci sono meno obiettivi ed i giocatori sono meno motivati.

Più o meno è successo questo a Cava dei Tirreni, ad Arezzo e ad Empoli.

Il 4-2-3-1 si è legato a questi successi.

Come tutti i sistemi di gioco può avere vantaggi e svantaggi, ma in questo caso l'equilibrio è assicurato.

Come tutti gli schieramenti può avere necessità, durante una gara, di mutare per rafforzare la fase difensiva o forzare la propulsione offensiva.

Come tutte le strutture tattiche ha bisogno di calciatori di valore che credano ad un'idea di gioco.

Non sono stato a spiegare con minuzia i movimenti richiesti, perché ogni allenatore è importante che abbia a fuoco i principi di gioco.

Con quelli le idee particolari possono nascere di continuo.

Ritengo anche che ognuno abbia delle convinzioni e se riesce a trasferirle ai giocatori, è già ad un buon punto.

In tre anni sono partito dal Campionato Nazionale Dilettanti e sono arrivato alla Serie A.

Oggi penso semplicemente a lavorare sodo e tenermi aggiornato su tutto.

