NOTIZIARIO 1997

del SETTORE TECNICO

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO

5

FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO CALCIO

settembre ottobre

Sped. in abb. post. art 2 comma 20/C legge 662/96 - Filiale di Roma

ASSEGNATE LE PANCHINE D'ORO

SOMMARIO

CENTRO TECNICO FEDERALE	**EDITORIALE**	*di Giancarlo Abete*	**2**
CENTRO TECNICO FEDERALE	**PAESE CHE VAI ... USANZE CHE TROVI**	*di Fabrizio Cattaneo*	**3**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**IL MESTIERE DI ALLENATORE NEL ROMANZO DI BEARZOT**	*di Oreste Del Buono, Indro Montanelli, Gigi Garanzini*	**5**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**GIOCARE SEMPRE IN RIFERIMENTO ALLA PALLA**	*di Giuseppe Pillon*	**11**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**TANTI,TANTI, ESERCIZI PER IL PORTIERE**	*di Alan Hodgkinson*	**19**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**MOBILITÀ E SORPRESA**	*di Giorgio Pivotti*	**28**
SEZIONE MEDICA	**LO SVILUPPO A LUNGO TERMINE DEI GIOVANI CALCIATORI**	*di Hans-Jorg Eissmann e Siegfried Israel*	**30**
SEZIONE MEDICA	**E SE IL CALCIATORE È VEGETARIANO?**	*di Giovanni Verderio*	**32**
SVILUPPO TECNICO ATTIVITÀ GIOVANILE	**DEDICATO AI GENITORI DEI VOSTRI RAGAZZI MA ANCHE A VOI EDUCATORI E ALLENATORI**	*di Vincenzo Prunelli*	**34**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**LA PLIOMETRIA: UNA ESPERIENZA SIGNIFICATIVA**	*di Andrea Castellani*	**38**
FORMAZIONE E ISTRUZIONE TECNICA	**RECUPERO PSICOLOGICO, NON SOLO FISICO**	*di Massimo Cabrini*	**44**
CENTRO TECNICO FEDERALE	**AVVENIMENTI**	*a cura di Felice Accame*	**46**

Le opinioni espresse negli articoli firmati non riflettono necessariamente l'opinione ufficiale del Settore Tecnico. Tutto il materiale inviato non sarà restituito. La riproduzione di articoli o immagini è autorizzata a condizione che ne venga citata la fonte.

Direttore
Giancarlo Abete

Direttore Responsabile
Fino Fini

Comitato di Redazione
Guido Vantaggiato
Leonardo Vecchiet
Gianni Leali
Felice Accame
Mario Valitutti
Azeglio Vicini
Piero Volpi
Fabrizio Cattaneo

Segreteria
Fabrizio Cattaneo
Mario Marella
Luigi Natalini
Monica Risaliti
Marco Viani

Fotocomposizione impaginazione e disegni
Danilo Ferruzzi

Fotografia
Foto Sabe
Italfoto Gieffe
Archivio Settore Tecnico
Foto Guerin Sportivo

Stampa
Stilgrafica srl
Via della Mortella, 36
00157 Roma
Tel. 06/43588200 (4 linee r.a.)
Fax 06/ 4385693

Spedizione in abbonamento postale art. 2 comma 20/C legge 662/96 Filiale di Roma

Autorizzazione del tribunale di Firenze, del 20 maggio 1968 n.1911

Finito di stampare nel dicembre 1997

TECNICA

MOBILITÀ E SORPRESA

di Giorgio Pivotti *

Il calcio moderno si caratterizza, rispetto al passato, per la maggiore velocità impressa alla palla, per l'aumentata mobilità, per l'accurata preparazione psicofisica, per l'elevato tasso tecnico raggiunto e, non ultimo, per la cresciuta maturità culturale dei giocatori. Come è avvenuto in altri sport, così anche il gioco del calcio non poteva risentire dei benefici effetti derivanti dalla ricerca e dalla applicazione di progredite metodologie di allenamento che hanno contribuito a migliorare di molto, sul piano delle tenuta e del rendimento, le condizioni atletiche dei giocatori, sia a livello individuale che collettivo. Con questo mio contributo, vorrei spostare l'ottica del nostro esame sulla sfera dei comportamenti individuali dei giocatori per affrontare un tema molto importante: il goal, l'atto conclusivo, l'effetto ultimo di reazioni e gesti atletici tipici di difensori e attaccanti. A mio parere occorre favorire una vera e propria crescita culturale dell'argomento goal, il che significa elaborare e far comprendere la dinamica, le cause che portano al goal, avanzare soluzioni praticabili e formulare nuove proposte per agevolare il compito degli attaccanti. Come premessa, prima di scendere nel dettaglio, è utile classificare, seppure sommariamente, i goal in base alla casistica che possiamo ricavare osservando attentamente circostanze e situazioni di gioco che li determinano.

Ci sono goal frutto della bravura degli attaccanti, segnati grazie ad un dribbling vincente, ad un intervento in anticipo di piede o di testa, ad un appoggio al compagno libero davanti al portiere, allo stacco più elevato nel colpire di testa oppure ad un calcio di rigore. In altri casi, invece, si tratta di autogol, avvenuti nei modi più disparati, o per tiri piazzati derivanti da falli inutili o intempestivi o legati al caso, ivi compreso l'errore arbitrale. Simili goal, se quantizzati, costituiscono circa la metà tra tutti quelli possibili da realizzare e sono caratterizzati dalla consapevolezza che la difesa ha fatto tutto il possibile per non subirli. L'altra metà comprende tutti quei goal che potrebbero essere evitati se ai difensori effettivi od occasionali fosse insegnata la corretta posizione da assumere in alcune circostanze della gara. A quest'ultima categoria appartengono quei goal che scaturiscono sia da tiri in porta, sia dal mancato controllo visivo dell'avversario durante la fase di gioco.

Nella prima fattispecie si osserva spesso come nei tiri in porta su calci piazzati o con palla in movimento i difensori siano portati ad ostacolare la battuta girandosi di fianco o di schiena ed accompagnando l'avvitamento del corpo con un salto anche elevato. Si tratta di una reazione istintiva di protezione contro l'eventuale impatto della palla e che non rappresenta certo il modo più efficace per opporvisi, in quanto solo il caso può far respingere la palla dal corpo del difensore. Questi, infatti, nella posizione in cui si viene a trovare non è più in grado di controllare la traiettoria della palla che, filtrando tra i difensori, può terminare in rete senza nessuna colpa da parte del portiere. Per risolvere una tale situazione, dove il goal è incombente, bisognerebbe insegnare ai difensori a rimanere comunque in posizione frontale attiva (riparandosi opportunamente con le mani le parti del corpo più esposte), nel senso che va seguito con lo sguardo l'arrivo della palla per cercare di ribatterla all'occorrenza con spostamenti laterali o, perlomeno, sfiorarla intenzionalmente di quel tanto che basta a farla deviare dallo specchio della porta.

La seconda fattispecie si riscontra nelle vicinanze o all'interno dell'area di rigore durante lo svolgimento di una azione d'attacco in velocità oppure in contropiede a parità numerica degli opposti giocatori. Si può notare come sovente, in questi casi, i difensori siano soliti concentrare la loro attenzione esclusivamente sulla palla e sul suo portatore, quasi ne fossero attratti, senza curarsi di tenere contemporaneamente sotto controllo visivo, con rapidi movimenti del capo, il proprio diretto avversario. Così facendo si finisce per lasciare spazio all'attaccante, favorendolo nella sua conclusione a rete. Il distacco visivo dal centro della manovra, che richiede frazioni di secondo, non ritarda, né pregiudica il conseguente disimpegno, anzi ne garantisce l'esito positivo. L'errore nasce dalla scelta impulsiva del difensore che valuta prioritario, rispetto alla marcatura visiva, concentrarsi sul controllo e sulla ribattuta della palla e, in base alla propria valutazione dell'evolversi dell'azione avversaria, tende a muoversi verso un punto del campo, generalmente dentro l'area di rigore, dove ritiene che la palla diventerebbe facile oggetto del suo possesso. Si tratta di una aspettativa di gioco rischiosa in quanto, se risulta errata, procura seri problemi al portiere data la difficoltà del

* Allenatore di 3a categoria

difensore stesso di intervenire in seconda battuta d'anticipo sull'attaccante lasciato incustodito. Occorrerebbe spiegare a chi ha compiti difensivi che la vera insidia non è rappresentata dalla palla, innocua se non raggiunge il destinatario, quanto piuttosto dal giocatore avversario cui è indirizzata che, impadronendosene, può mandarla in rete.

Necessità di nuove proposte di opportunità per gli attaccanti.

La corretta applicazione degli accorgimenti tecnici indicati in precedenza dovrebbe, come conseguenza, sortire l'effetto di una diminuzione dei goal segnati, in particolare, nell'ambito di incontri disputati da squadre in grado di esprimere valori omogenei e paritari sul piano del gioco sia individuale che collettivo. Nel caso che la previsione trovi riscontro nella realtà, sarà necessario che ognuno, in base alle proprie esperienze e capacità, si renda disponibile con idee e proposte innovative per offrire agli attaccanti altre e più originali soluzioni da goal.

Una di queste proposte che ha bisogno di essere portata avanti con maggior coraggio, provando e riprovando, si basa sulla combinazione di due elementi tecnici che, se collaudati alla perfezione, potrebbero sortire risultati validi ed efficaci. Mi riferisco al binomio mobilità-sorpresa a tutt'oggi non adeguatamente praticato, né tanto meno sfruttato. La mobilità è uno dei fattori che maggiormente contraddistingue l'evoluzione del calcio moderno non solo in termini di crescente velocità ma, soprattutto, di più largo coinvolgimento dei giocatori con ruoli diversi. Al riguardo non si può non rilevare come esistano ancora delle situazioni di gioco che andrebbero corrette nel senso che devono fare movimento ragionato tutti i giocatori, anche se lontani dal centro dell'azione, che si trovano oltre la linea orizzontale (immaginaria) rispetto alla palla e non soltanto quelli che partecipano direttamente alla fase costruttiva della manovra. Invece accade spesso di notare una anacronistica staticità delle punte allorquando si va impostando l'azione offensiva sulla trequarti, anche lungo le fasce laterali: i giocatori di punta appaiono fermi o quasi, con lo sguardo rivolto verso la palla che attendono di ricevere su cross al centro e sulla quale gli opposti difensori riescono, di solito, ad intervenire d'anticipo. Ciò che vorrei mettere in evidenza è che se alla mobilità si accompagnasse anche l'elemento sorpresa il compito degli attaccanti ne trarrebbe senz'altro vantaggio.

Va inoltre tenuto presente che l'elemento sorpresa (concetto diverso da fantasia che inerisce di più alla sfera soggettiva del giocatore che non al gioco di squadra), inteso come improvviso, inaspettato, imprevedibile cambiamento di direzione, di ritmo, di accelerazione nella corsa, perchè risulti davvero efficace dovrà entrare in funzione quando la mobilità è a livelli normali - se fosse infatti troppo elevata, come nell'azione di pressing, la concentrazione di tutti i giocatori sarebbe tale da non lasciare spazio alle improvvisazioni - e deve interessare il giocatore in apparenza meno influente nello sbocco immediato al goal.

Altro tema che merita attenzione, allo scopo di fornire nuovi spunti interpretativi su aspetti tecnici fondamentali quali i colpi di testa ed il dribbling, ha come punto di riferimento l'area di rigore, zona nevralgica del campo dove le occasioni per segnare spesso vanno a vuoto o non vengono convenientemente trasformate. Se è vero che la maggior parte dei goal nasce proprio dentro l'area di rigore, è altrettanto incontestabile che molti palloni arrivano da posizioni e modalità diverse, cosicché, sovente, si perdono per finire a fondo campo, respinti o nelle mani del portiere. Anche qui occorre dare qualche segnale di cambiamento per mettere meglio a frutto, dentro l'area di rigore, i colpi di testa ed il dribbling. Nel primo caso, infatti, accade spesso che le punte siano anticipate dai difensori oppure colpiscano male la palla con la testa proprio perchè lo stacco avviene da fermo o con una rincorsa insufficiente. Nel calcio, l'impatto di testa con la palla si ha anticipando l'avversario oppure saltando più in alto di lui: una rincorsa adeguata, accompagnata dalla coordinazione del movimento, consentirà senz'altro all'attaccante di finalizzare con maggior probabilità di successo traversoni e calci d'angolo. Infine, nel secondo caso, il dribbling, sarebbe auspicabile osservare più di frequente, dentro l'area di rigore, iniziative personali alla caparbia ricerca del goal. Il giocatore in possesso di uno spiccato talento nel dribbling, dovrebbe essere sollecitato dall'allenatore a mettere in risalto le sue qualità tecniche tenendo la palla all'interno dell'area di rigore per guadagnarsi il goal personale o, se ci sono gli estremi, l'assegnazione di un calcio di rigore o per servire da ultimo il compagno smarcato che, da posizione favorevole, metta agevolmente la palla in rete.