

FIGC Settore tecnico Coverciano

Tesi corso master Uefa Pro di prima categoria
2011-2012



Materia: Tecnica calcistica

Argomento: Considerazioni sulla fase difensiva nel 4-3-3

Professore: Renzo Ulivieri

Alunno: Paolo Mandelli

INDICE

PREFAZIONE	pag. 3
LEGENDA	pag. 3
INTRODUZIONE	pag. 4
CARATTERISTICHE DIFENSIVE IDEALI DEI GIOCATORI	pag. 5
CONCETTI GENERALI	pag. 6
. Inizio pressing	pag. 6-7
. Mentalità	pag. 8-9-10
. Input generali	pag. 11-12-13
. Transizione negativa	pag. 14-15
- Scalate difensive	pag. 16-17-18-19
. Uscite vs difesa a 4	pag.20-21
. Uscite vs difesa a 5	
CONTRAPPOSIZIONE MODULI	pag. 24
. 4-3-3 vs 4-3-3	pag. 24-25-26
. 4-3-3 vs 4-4-2	pag.26-27-28
. 4-3-3 vs 3-4-3	pag.29-30
CONCLUSIONE	pag.31-32

PREFAZIONE:

Questo scritto è frutto unicamente di riflessioni fatte su esperienze personali nonché di confronti con altri colleghi, tecnici o addetti ai lavori. Non esiste una bibliografia, ogni considerazione deriva dal vissuto che oggi mi ha portato ad avere queste convinzioni, e che un domani potrebbero anche mutare in base alle nuove esperienze che spero di poter fare.

Non starò a ripetere ogni volta “ secondo me”, E `sottinteso che questo è il mio pensiero e che può essere condivisibile oppure no.

LEGENDA:

5

Giocatore

5

Giocatore avversario



Pallone



Passaggio palla



Corsa giocatore

INTRODUZIONE

“ Un allenatore deve sapersi adattare ai giocatori che ha a disposizione e scegliere il modulo di gioco in base ad essi”.

Questa è una frase che ho sentito ripetere spesso da molti allenatori. Io penso che un allenatore debba avere una sua idea di gioco e che ci sia un modulo con il quale riesca ad esprimerla meglio. La sua bravura sarà nello scegliere i giocatori adatti ad applicare la sua filosofia di gioco o comunque trovare soluzioni diverse in base ai calciatori in organico, ma sempre nel contesto del modulo scelto. E' anche vero che, quando non si è trovata la soluzione tattica adeguata con il mantenimento del modulo, potremmo essere costretti a cambiare la disposizione in campo. Solo se hai delle convinzioni forti e il tuo credo è ben radicato riesci a trasmettere le tue idee in maniera efficace ai giocatori. Mi è capitato di veder lavorare allenatori “ costretti “ad adottare un modulo. Anche se i concetti durante l'allenamento erano giusti, non riuscivano ad incidere sulla squadra perché in realtà non sentivano veramente quella filosofia di gioco. Attualmente applico il 4-3-3 come sistema base e da lì mi sposto solo quando sono costretto (perché in quel momento non ho giocatori a disposizione, perché mi costringe la squadra avversaria o l'andamento della partita).

La mia scelta del modulo 4-3-3 è stata influenzata sicuramente dal fatto di aver avuto per tre anni come allenatore Zeman, e per aver lavorato come Mister della squadra primavera in una società (Sassuolo calcio) che per anni ha fatto del 4-3-3 un dogma.

La premessa che voglio fare è che a me piace questo modulo più per le molteplici soluzioni offensive che si possono attuare che per le possibilità difensive. E' altresì vero che attraverso accorgimenti e una buona organizzazione si possono ottenere buoni riscontri anche nella fase di non possesso palla.

CARATTERISTICHE DIFENSIVE IDEALI DEI GIOCATORI

PORTIERE: Reattivo, che sappia leggere le palle in profondità.

TERZINI (2–3) : Dando preferenza ai terzini che spingono, per poter essere efficaci anche in fase di non possesso devono avere una buona capacità aerobica e buona velocità, in modo che possano rientrare velocemente in posizione. Non mi lascerei particolarmente condizionare dalla struttura fisica ma è importante che siano “muscolari” per poter reggere i duelli individuali.

DIFENSORI CENTRALI (5-6) In questo ruolo preferirei avere due centrali aggressivi, che sappiano accorciare velocemente la squadra e aggredire il giocatore di riferimento avversario. E’ importante che abbiano ottime doti di lettura della situazione in modo che sappiano adeguarsi celermente a ciò che si succede in campo.

MEDIANO BASSO (4) Questo è il giocatore che ha più compiti tattici in assoluto. Perciò deve essere un “ tattico” , un giocatore in grado di leggere di continuo le situazioni che si presentano sul terreno di gioco. Se dotato di buona strutture è meglio, in modo che possa intercettare le traiettorie aeree quando è chiamato a fare schermo davanti alla difesa.

INTERNI CENTROCAMPO (8-10) Possibilmente vorrei che fossero due giocatori “ di gamba” e dalle buone capacità aerobiche, in modo che possano dare ritmo all’azione di riconquista palla.

ATTACCANTI (7-9-11) . Non ho diviso i tre attaccanti perché, se è vero che in partenza sono due ali e un centravanti, poi a loro chiedo di non dare punti di riferimenti precisi e di cambiare quindi spesso posizione.

Tutti e tre devono cercare di stare per il maggior tempo possibile dietro la linea della palla e dare così il loro contributo nella fase di non possesso. Per questo devono essere giocatori di gamba e con ottime capacità aerobiche.

CONCETTI GENERALI

INIZIO PRESSING:

Organizzare il gioco di una squadra di calcio vuol dire mettere tutti i giocatori nella condizione di leggere ed interpretare allo stesso modo le situazioni che si creano in campo, dare a tutti delle regole e dei segnali comuni, dotare gli atleti delle stesse conoscenze, in modo che si intendano con più facilità.

Nella fase di non possesso le prime regole da stabilire sono dove cominciare a dare pressione al portatore di palla e organizzare le scalate sulla squadra avversaria.

Per convenzione stabiliamo tre zone di inizio attacco e alleniamo i giocatori a sapersi difendere nelle suddette zone di campo.

Le variabili che ci faranno decidere quale sia il miglior modo di inizio pressing sono: le caratteristiche dei nostri giocatori, le caratteristiche degli avversari, la condizione atletica dei nostri giocatori e l'andamento della partita.

PRESSING MEDIO



PRESSING BASSO



PRESSING ALTO



PRESSING MEDIO: E` la classica via di mezzo, una situazione che cercherei di adottare in condizioni di normalità.

PRESSING BASSO: La condizione necessaria per poter impostare una partita aspettando la squadra avversaria in zona bassa e` di aver a disposizione attaccanti "di gamba" in modo da poter ripartire efficacemente. Addirittura potrebbe essere più una soluzione offensiva che difensiva perché recuperata palla potrei avere a disposizione molta profondità nella quale lanciare i miei attaccanti. Un'altra condizione che potrebbe farmi optare per questa soluzione e` quella di avere a disposizione dei difensori centrali lenti che altrimenti potrebbero soffrire lo spazio che gli si crea alle spalle dovendo alzare la linea difensiva.

PRESSING ALTO: Per poter effettuare questo tipo di azione occorre che i giocatori siano in ottima condizione atletica in quanto il dispendio energetico richiesto e` senz'altro superiore. Devo avere degli attaccanti efficaci nella riconquista o quantomeno che non si facciano saltare facilmente dal portatore di palla avversario. I centrocampisti, specie gli interni, devono essere dotati di buona gamba in quanto devono saper accorciare velocemente ma anche ripiegare se la squadra avversaria riesce a eludere l'azione di pressing.

MENTALITA'

Al di là degli aspetti tattici che sicuramente hanno un'importanza notevole nel costruire una fase di non possesso palla efficace, credo che occorra costruire nei giocatori un certo tipo di mentalità difensiva. È risaputo che ai giocatori piace di più avere il possesso della palla e partecipare in modo propositivo alle fasi offensive. Quando il pallone è in mano agli avversari i nostri giocatori si divertono un po' meno, ed è per questo che un allenatore deve essere bravo a far sì che la sua squadra "sopporti mentalmente" la fase di non possesso.

A tal proposito vorrei soffermarmi su due tipi di atteggiamenti difensivi che a mio giudizio sono entrambi validi e che si potranno applicare in funzione di certe variabili: preparare mentalmente la squadra ad essere paziente nella riconquista, assumendo un comportamento attendista o spingerla ad essere aggressiva, invogliandola a recuperare palla prima possibile.

Se per molto tempo, specie in Italia, si è difeso aspettando la squadra avversaria e costruendo la partita in funzione degli altri, negli ultimi anni credo che si stia sviluppando un nuovo concetto in fase difensiva. Un'idea di difesa meno attendista dove si marca un po' di più e si copre un po' meno rispetto al passato. In questo modo si forza l'azione di anticipo, accettando i duelli individuali che immancabilmente si creano dando meno copertura. Si dovrà così marcare un po' di più individualmente che di reparto, rompendo più spesso la linea difensiva (In questo caso è importante trasmettere al difensore il concetto di "non ci sono ma cerco di arrivarci", nel reparto). L'attacco alle linee di passaggio sarà più forzato, specie a centrocampo. Con questo tipo di atteggiamento è più redditizio effettuare una marcatura lato palla (vedi fig.4), invece che marcatura della porta (vedi fig.4 bis).

Rischiare l'uno contro uno in fase difensiva. L'invito è quindi quello di superare il concetto di palla coperta/scoperta, di giocare sull'intuizione del pensiero avversario, di rischiare maggiormente in virtù di un riconquista in avanti.

Fig. 4

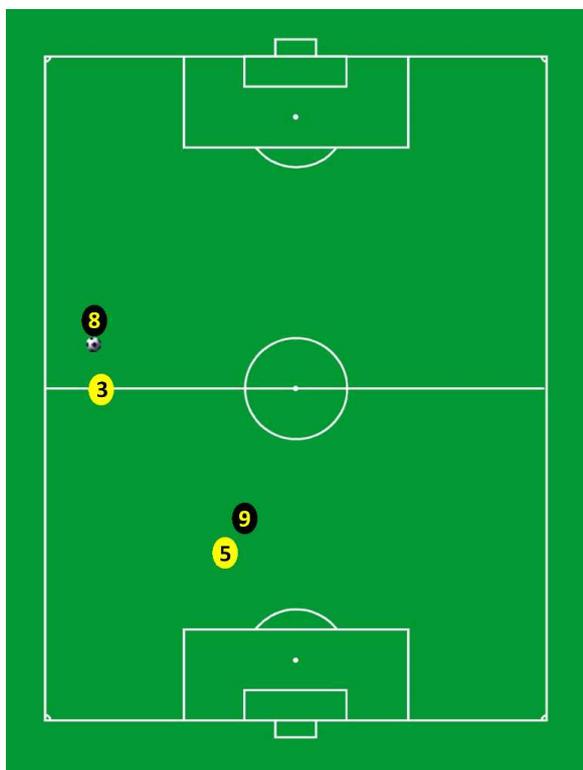


Fig. 4 bis



Per fare un esempio pratico penso che la Juventus e il Barcellona siano le squadre che applichino meglio questo concetto.

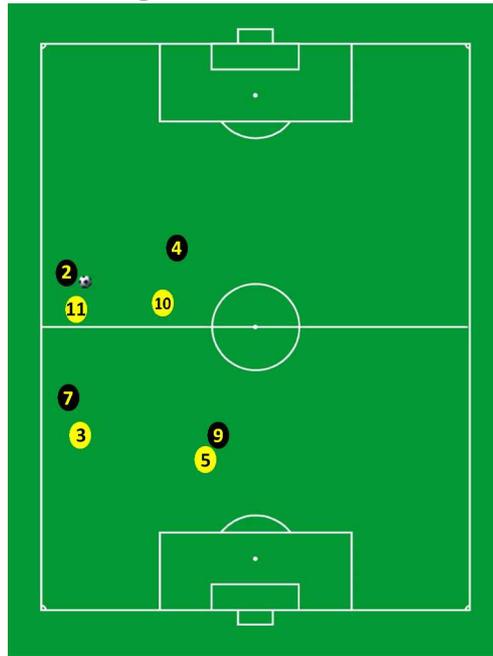
Se per PRESSIONE intendiamo che un giocatore attacca il portatore di palla, gli altri marcano i corridoi, le linee di passaggio (difesa della porta) e per PRESSING che uno attacca il portatore di palla mentre gli altri marcano gli appoggi forzando la riconquista della palla (difesa della palla) e' evidente che l'azione di difesa più consona a questo modo di difendere sarà quella di effettuare pressing. Quello che cambia tra pressing e pressione e' l'atteggiamento della difesa perché si chiudono o si aprono i corridoi.

I disegni nelle figure 5 e 6 evidenziano in maniera chiara questo concetto. la differenza tra i due tipi di atteggiamento.

Fig.5



fig.6



In figura 5 possiamo vedere come la posizione di **10** chiuda il corridoio dando copertura. In figura 6, invece, **10** non da copertura ma marca l'appoggio lasciando libero il corridoio.

Se scelgo di attaccare di più le traiettorie di passaggio (attacco che varia a secondo della vicinanza del mio compagno, con possibilità di disturbo, al portatore di palla, l'atteggiamento della squadra sarà più attendista.

Penso che non esista un modo migliore in assoluto per difendersi, ma la differenza la faccia la qualità con la quale vengono applicati questi principi.

Un'idea importante che occorre trasmettere alla squadra è che, anche quando mi difendo e mi chiudo, devo mettermi nelle condizioni di poter ripartire efficacemente.

Secondo alcuni la fase difensiva va sempre esercitata con tutti gli effettivi, lanciando così un messaggio forte, dove la squadra percepisce l'efficacia nel voler difendere sempre con più uomini possibili.

Tuttavia credo che sia utile eseguire alcune esercitazioni specifiche di reparto.

INPUT GENERALI

La fase difensiva propone innumerevoli situazioni da affrontare e per ognuna occorre saper dare una risposta. Di seguito elencherò in maniera sintetica alcuni concetti importanti che sono stati toccati anche durante il corso.

- Un difensore non corre mai all'indietro (solo due passi per eventuale colpo di testa). Non corre mai laterale (solo per risalita breve).
- La velocità di uscita del difensore sul portatore di palla avversario dipende: dalla distanza della porta, dal posizionamento dei compagni, da quanto la palla nei piedi dell'avversario è sicura.
- Su palla scoperta devo sempre leggere le intenzioni del mio avversario e nell'incertezza scappo.
- Nella linea difensiva uno attacca, uno copre, gli altri si allineano.
- La risalita della difesa la comandano tutti e avviene senza stringere i terzini, con una corsa dritta, mi fermo sul fianco curando che la posizione dei piedi sia verso la palla e aspetto, leggendo le intenzioni dell'avversario.
- Marco da dove sono in avanti.
- Su palla inattive o cross laterale marco, marco e in ultimo scelgo sempre la palla.
- Se perdo la palla e sono vicino Vado in avanti, su palla contesa Vado in pressing, su palla verso il fondo Vado, su fallo laterale scelgo di andare o non andare in funzione del riattacco.
- In linea di massima il raddoppio viene effettuato con giocatore di altro reparto, mentre la copertura con giocatore dello stesso reparto
- Se c'è troppa differenza tecnica con la squadra avversaria, dovremo puntare sulla corsa. Se siamo in difficoltà anche a livello atletico cercheremo di rompere la squadra tra centrocampo e attacco, difendendo al massimo in otto giocatori e preparando la prima uscita offensiva.

- Attaccante girato di spalle: lo attacco quando scopre la palla, non do appoggio, mi tengo distanza di mezzo braccio, corpo piegato per guardare sotto le gambe, temporeggio finché lui copre la palla, concedo l'appoggio e se avviene tocco avversario e scappo.
- Ogni volta che rompo la linea individualmente la ricompongo quando la palla non arriva.
- Marco lato palla in condizione di sicurezza, marco lato porta quando c'è pericolo.
- Fuorigioco individuale lo faccio sul taglio davanti.
- Effettuare marcature preventive: marcare gli avversari che sono rimasti oltre la linea della palla.
- Esercitare la difesa contro uno - due avversario.
- Esercitare la difesa contro filtrante e fuori linea.
- Esercitare la difesa sul taglio attaccanti avversari.
- Esercitare la difesa sulla sponda.

Considerazioni importanti, argomentate anche durante il corso, sono:

Comportamento e atteggiamento dei difensori nell` 1vs1 su attaccante lanciato.

In questo contesto è importante l'apprendimento del corretto appoggio dei piedi leggeri e vicini. Costante ricerca delle condizioni di equilibrio che consentano in ogni momento un cambio di direzione rapido usando appoggio del piede perno. Stabilito che il difensore non corre mai all'indietro (salvo 2 passi per colpire di testa) e non corre mai in laterale (salvo per risalita breve) egli deve:

- Indirizzare l'avversario sul piede debole mettendosi in corsa verso la porta, tenendo una distanza di 3 metri circa.
- Appoggio sul piede perno per eventuale cambio di direzione(non incrocio mai), la direzione di avanzamento del portatore di palla deve coincidere col piede arretrato del difensore.
- Intervenire se e quando l'avversario si allunga la palla.
- Punto di incontro più vicino possibile al portiere (per avere un suo aiuto) ma fuori area di rigore .
- Il difensore non difende il tiro.
- Nella parte finale può concentrarsi sull'intercetto non sull'intervento (se cerca di impedire il tiro può prendere dribblata).

Comportamento e atteggiamento dei difensori nel 2vs2

Valgono gli stessi principi dell'uno contro uno. Il difensore che non è sul portatore di palla deve però scegliere se coprire o tenere la linea del compagno per mandare avversario in fuorigioco.

Nell'incertezza fra coprire o marcare, copro sempre. A palla centrale i due difendenti guardano la palla, come questa si sposta si orientano dandosi copertura reciproca, marcando sempre in posizione di anticipo.

TRANSIZIONE NEGATIVA

Oltre alle fasi di possesso o non possesso palla, esiste una terza fase, cosiddetta di transizione, che identifica il momento della riconquista (transizione positiva) o della perdita della palla (transizione negativa). Nel calcio moderno si dà molta importanza a questo aspetto poiché dai rilievi statistici, sempre più utili e avanzati, si è notato che una parte consistente dei gol che vengono realizzati, nascono da una perdita di possesso palla e dal successivo contrattacco veloce.

L'aspetto psicologico è importante in quanto occorre un rapido adattamento mentale del giocatore dalla fase offensiva a quella difensiva. Se quindi è importante una reazione immediata a livello individuale e' anche vero che risulta necessaria un'organizzazione tattica che preveda una reazione collettiva.

La transizione negativa può essere affrontata ripiegando più velocemente possibile dietro la linea della palla, scappando con la linea di difesa e centrocampio, al massimo cercando di ritardare l'azione del portatore di palla con un'azione di disturbo del giocatore più vicino. In questo caso la squadra dovrà temporeggiare per poi una volta ricompattata cominciare ad attaccare il portatore di palla.

Lo scopo principale diventa quello di togliere profondità alla squadra avversaria di modo che non si conceda una ripartenza veloce.

Un altro modo di affrontare la transizione negativa è quello che in questi ultimi anni viene proposto soprattutto dal Barcellona.

Il concetto più evidente e' che il giocatore più vicino a dove viene persa palla attacca subito il portatore avversario mentre gli altri marcano immediatamente gli appoggi, con un'azione di accorciamento immediato delle linee. Questo tipo di atteggiamento risulta sicuramente più aggressivo. L'efficacia del Barcellona in questa situazione e' una conseguenza della fase offensiva in quanto, mentre la maggior parte delle squadre in fase di possesso tendono ad allargarsi e ad allungarsi, loro effettuano un possesso palla corto e stretto. Nel momento in cui avviene la perdita della palla si trovano con molti giocatori vicini ad essa. Sono quindi facilitati nel dare pressione al portatore di palla e nel marcare velocemente gli appoggi.

Le condizioni necessarie perché ciò avvenga sono:

Una predisposizione immediata a recuperare il pallone una volta perso.

Cercare di evitare relazioni su spazi contrari a dove si è perso il pallone.

Ritardare o annullare le possibilità imminenti di progressione del gioco avversario.

Impedire che il possessore di palla si relazioni comodamente, infastidendolo costantemente.

Assicurare superiorità numerica e di posizione attorno al pallone.

Solidarietà tra giocatori vicini per recuperare il pallone.

Non concedere la palla intermedia, tramite marcatura preventiva.

Per esercitare la squadra a reagire in modo corretto alla transizione negativa, potremmo proporre una partitina, alquanto semplice ma efficace, nella quale le due squadre si alterneranno in due tempi di 10` ad affrontare la perdita di possesso. In questa partita, obbligatoriamente, una squadra, persa palla, attacca subito il portatore di palla con il giocatore più vicino mentre gli altri marcano gli appoggi cercando di riconquistare subito il possesso o interrompendo sul nascere l'azione avversaria (anche tramite fallo tattico). L'altra squadra invece reagisce in maniera più razionale riequilibrandosi velocemente. In questo caso i giocatori ripiegheranno verso la propria porta riorganizzando successivamente l'azione di riconquista.

Il recupero delle posizioni sono di squadra e non proprie del giocatore. Il rientro, avviene nelle suddette, a seconda di chi è più vicino.

SCALATE DIFENSIVE

Le scalate iniziano sempre con la linea più vicina.

Con il 4-3-3 abbiamo la possibilità di coprire il campo in maniera equilibrata e organizzare razionalmente le scalate difensive.

Giocando con tre attaccanti veri (non con due tornanti e una punta centrale) e non volendo stancarli con un lavoro che li obblighi a retrocedere troppo, occorre effettuare scalate che li mettano in condizione di fare meno metri possibili, in modo che siano sempre predisposti al contrattacco. Ad esempio nella copertura del lato debole non chiederemo loro di allinearsi alla linea di difesa, ma faremo in modo che si leghino al centrocampo. Di conseguenza sarà uno dei centrocampisti ad entrare nella linea difensiva. (vedi fig. 6 e 7)

Fig.6

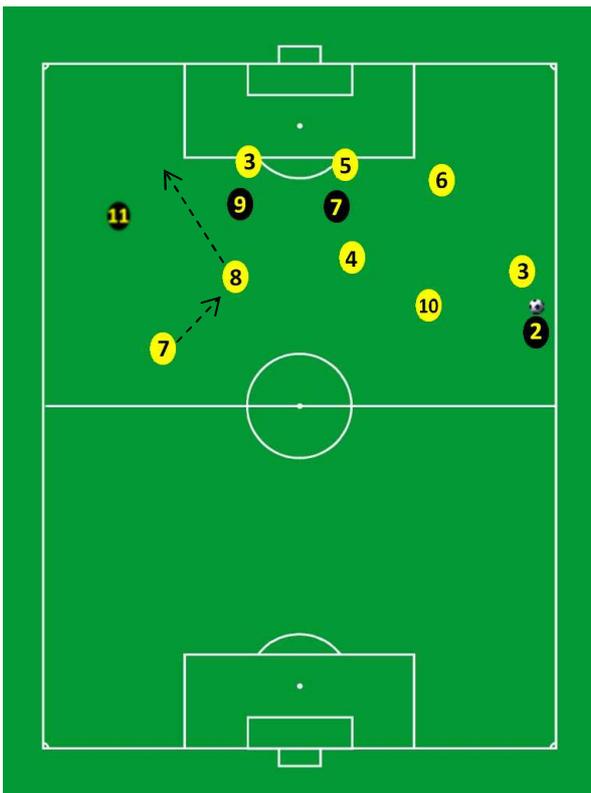
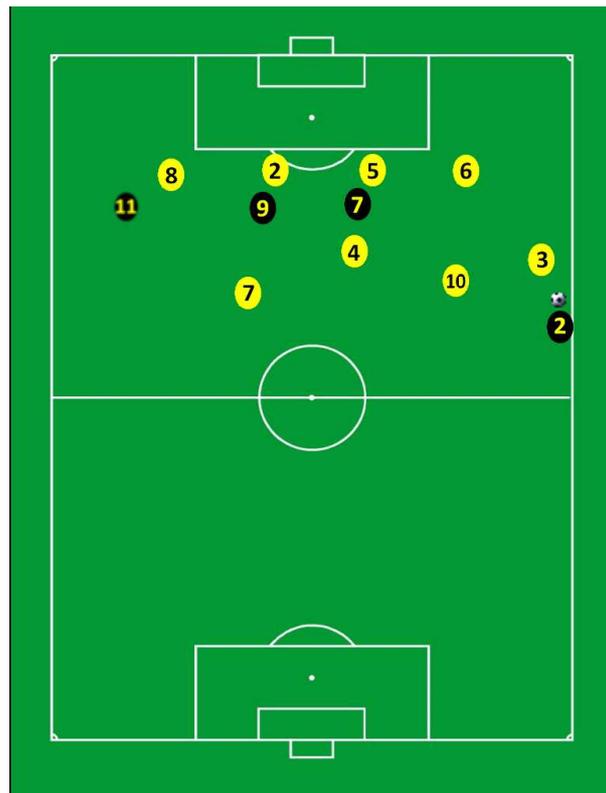


Fig. 7



Così anche nel caso in cui l'attaccante esterno dovesse venire saltato nel suo lato di competenza, andremo al raddoppio con l'interno di centrocampo (n.8) mentre 7 prenderà il posto di 8 marcando lo scarico su **4** (Vedi fig. 8 e fig. 9)

Fig. 8

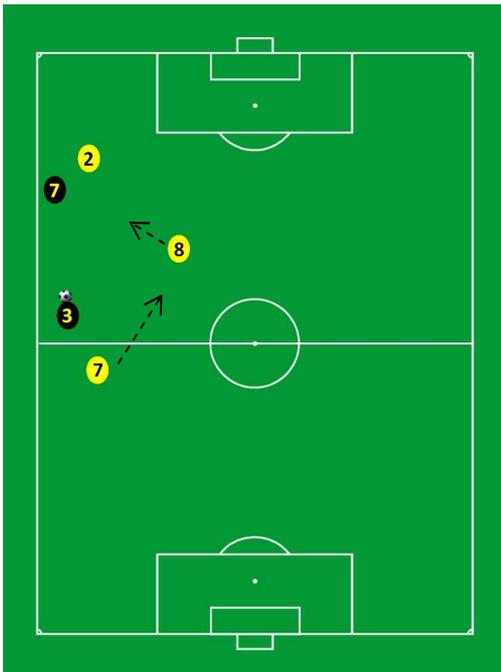
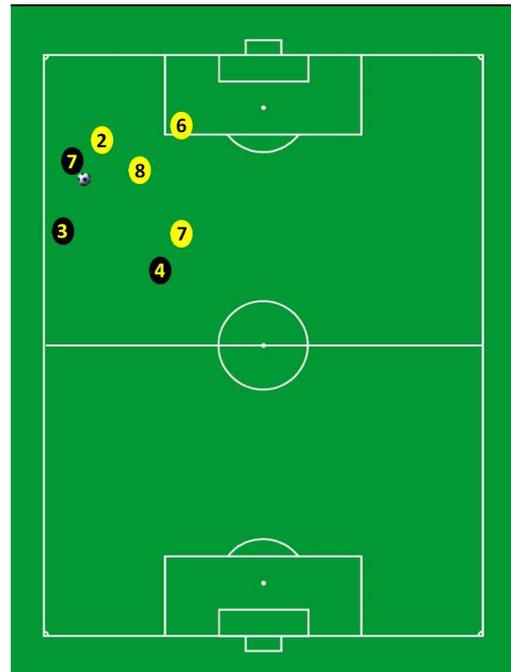


Fig. 9



Questa scalata la eseguiremo anche se l'interno di centrocampo si dovesse trovare oltre la linea della palla. Metteremo in pratica lo stesso principio con l'aiuto del mediano basso.(vedi fig10 fase iniziale- Fig.10 bis evoluzione). In questo caso **4** andrà al raddoppio esterno, mentre **10** non si posizionerà al posto di **4** (non farebbe in tempo) ma marca l'appoggio formando(con **8** che stringe un po`)un triangolo rovesciato.

Fig.10

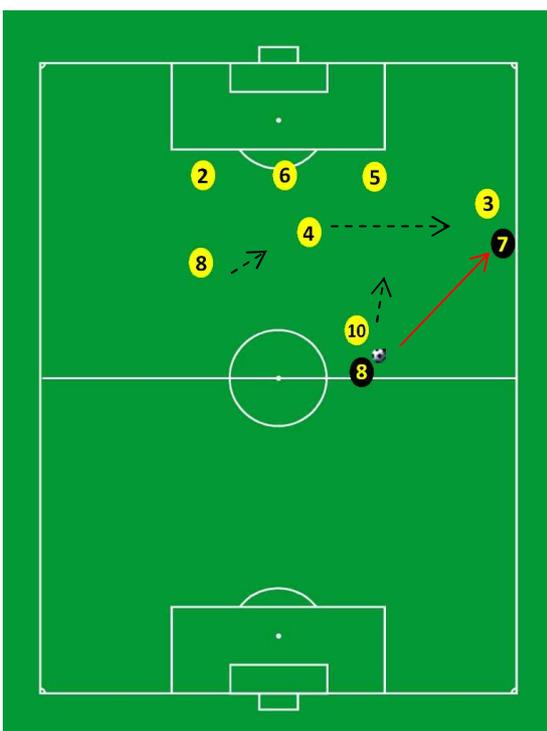
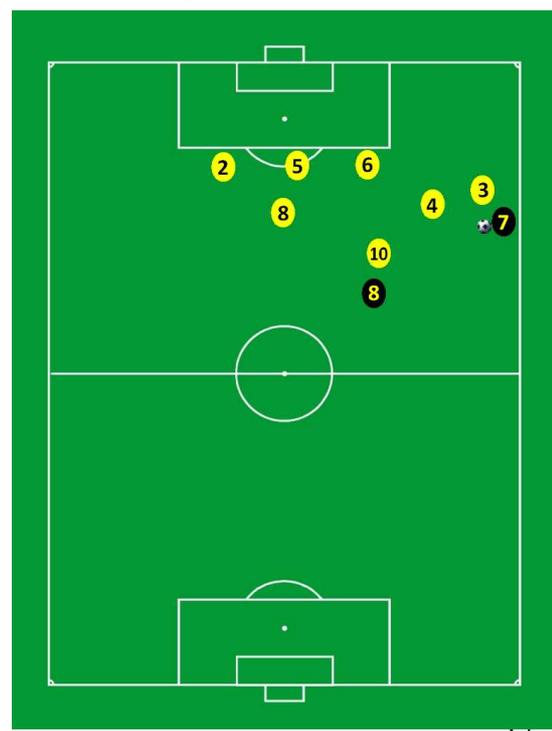


Fig. 10 bis



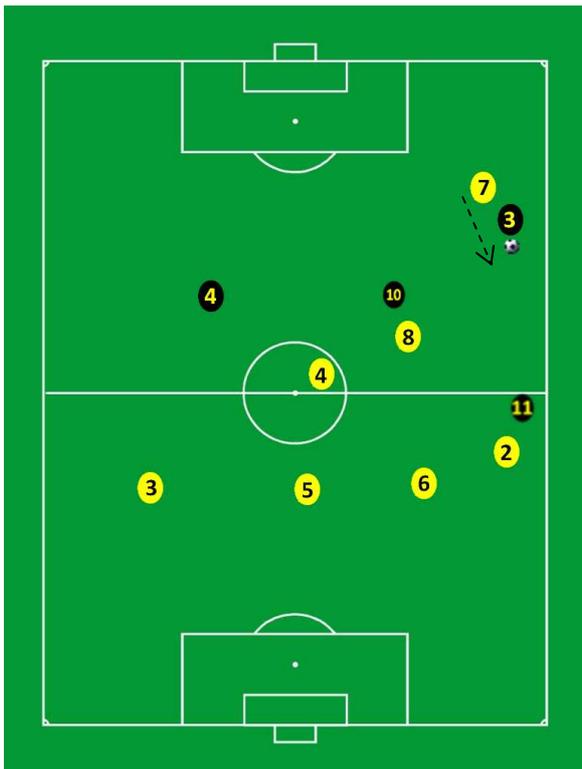


Fig.11

Nel caso in cui il nostro esterno **7** dovesse perdere palla in 1vs1 contro il terzino avversario **3** che riparte immediatamente palla al piede dovremo sollecitare la nostra ala a riprendere subito il possesso della palla se il terzino avversario è ad una distanza raggiungibile. (vedi fig.11)

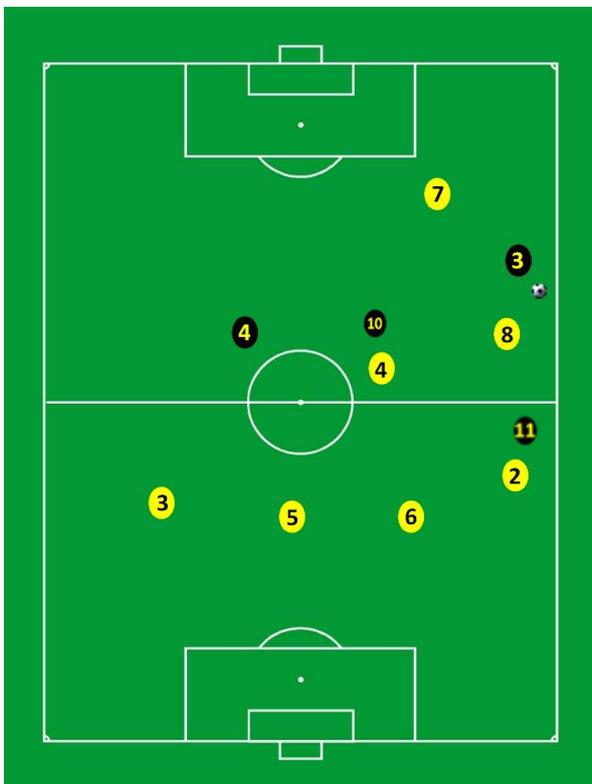
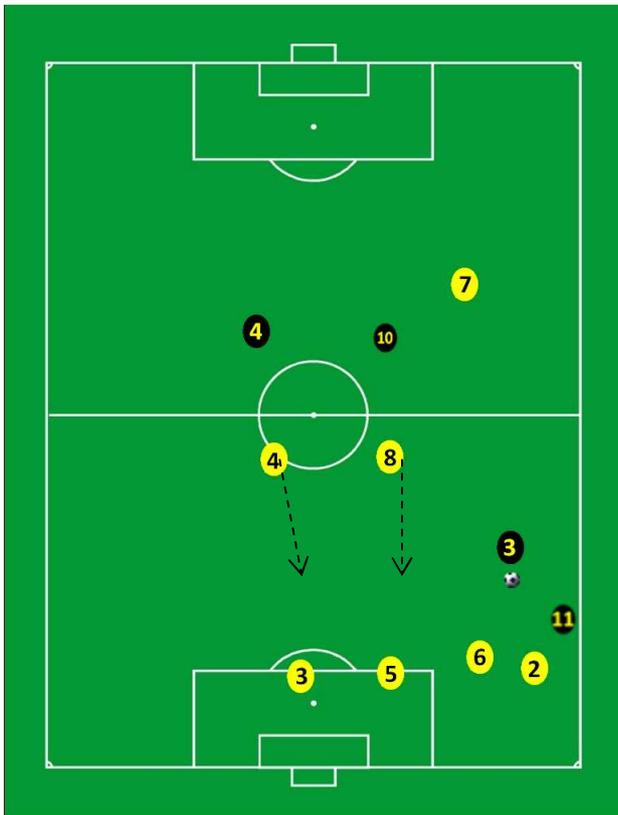


Fig. 12

In seconda battuta usciamo con la mezzala **8** che dovrà comunque controllare di avere un compagno di reparto vicino e con **7** che rientra centralmente. (Vedi fig.12)

Fig. 13



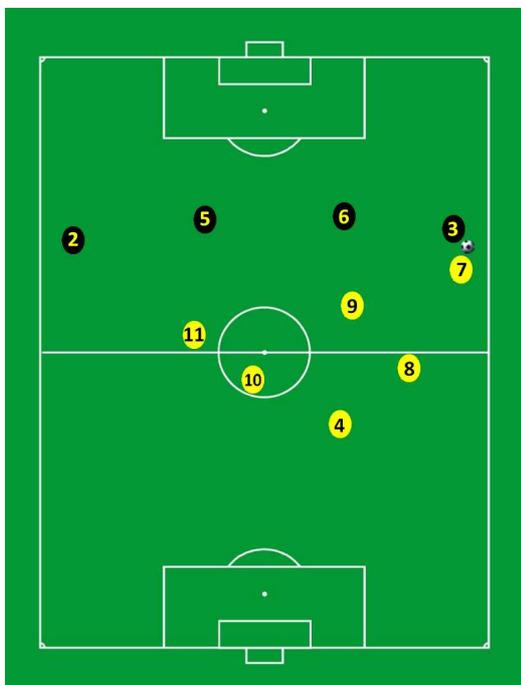
Se non siamo in grado di attuare queste soluzioni dovremo temporeggiare con la linea di difesa dicendo al nostro terzino di reggere per un po' l'1vs2, non avvicinandosi troppo al portatore, in attesa del rientro (verso la porta) dei centrocampisti.

In ultimo affronterò il 2vs 2 con l'aiuto del difensore centrale. (Vedi fig.13)

USCITE SU DIFESA A 4

Se sui terzini e' scontata l'uscita con gli esterni d'attacco(vedi fig.14)

Fig.14



Sui centrali avversari, cercando di uscire sempre in verticale, posso far uscire o il centravanti (vedi fig. 15), o la mezzala di riferimento (vedi fig. 16). Questa e' una soluzione che mi permette di non sfiancare il centravanti costringendolo a ballare tra i due centrali. Quando esco con la mezzala devo essere coperto dietro le sue spalle.

Fig.15

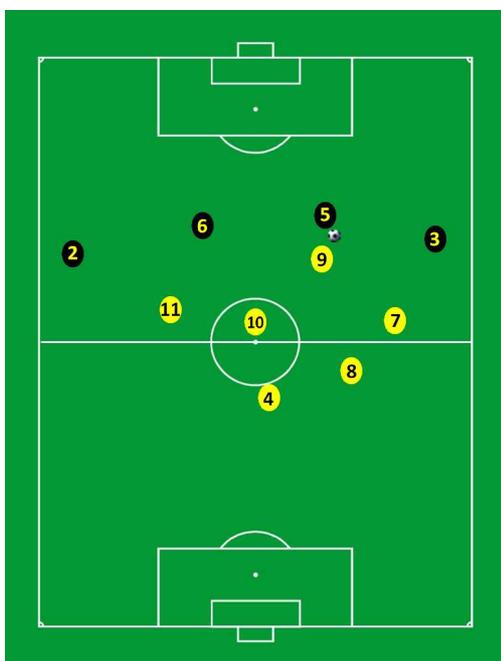


Fig.16



Quando forzo l'attacco al centrale difensivo avversario con una delle mie ali e il tentativo fallisce perché il difensore riesce comunque a far girar palla sul terzino, su quest'ultimo esco con la mia mezzala di riferimento facendo ripiegare l'ala verso il centro(vedi fig. 17-18). In questo caso il **10** effettuerà un'uscita lenta dando così modo ai suoi compagni di posizionarsi.

Fig.17

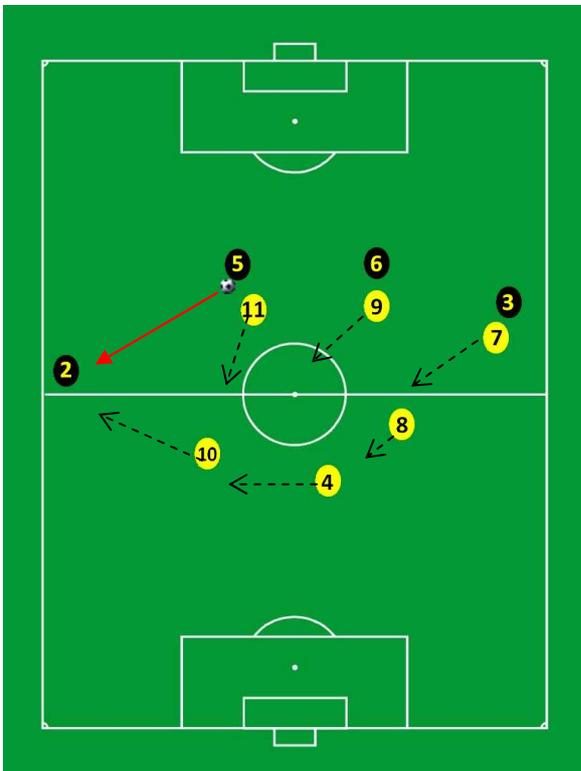
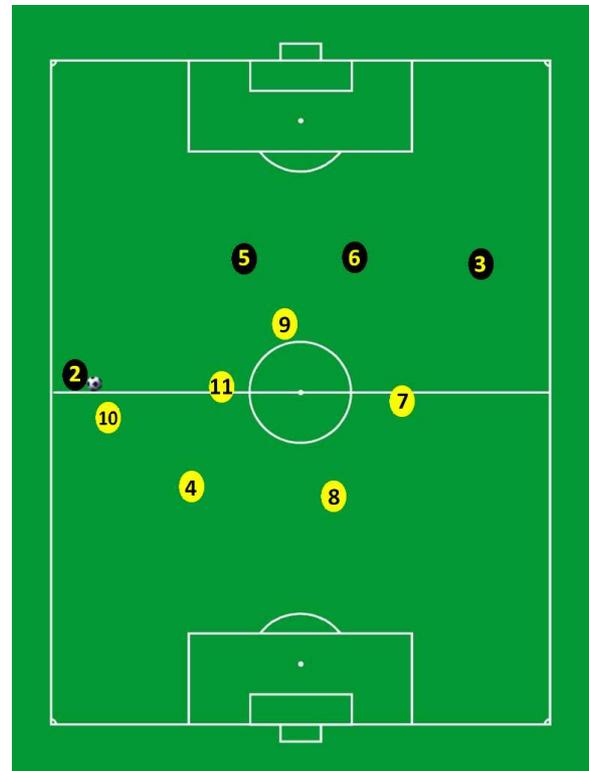


Fig. 18

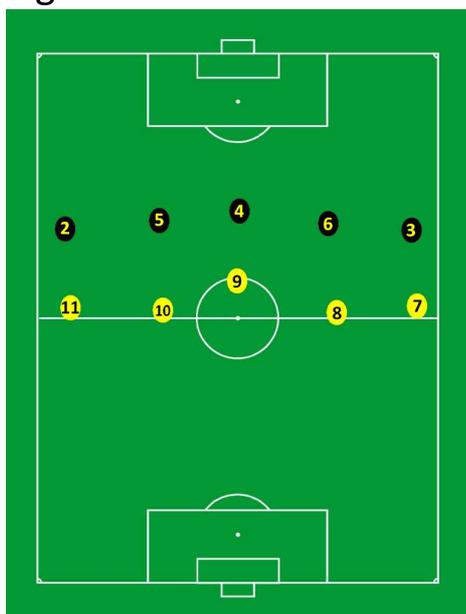


USCITE SU DIFESA A 5

La considerazione principale che mi induce ad optare per le seguenti scalate e` di non voler costringere i miei attaccanti ad abbassarsi troppo.

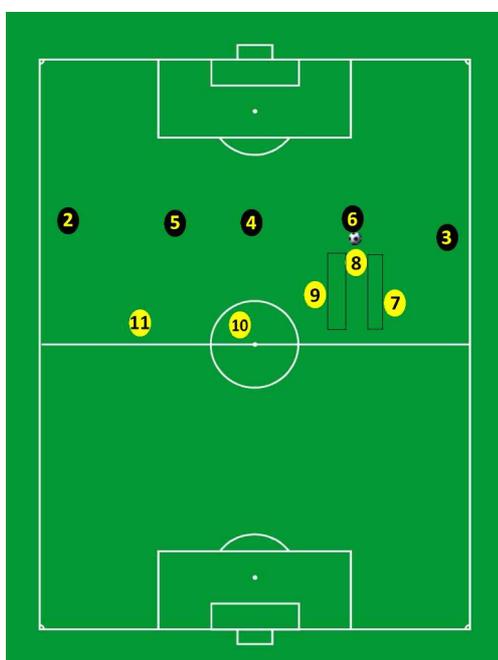
Finché la linea avversaria rimane piatta manterremo le uscite verticali (vedi fig.19)

Fig.19



Non volendo forzare la riconquista della palla cercheremo di dare copertura, marcando le linee di passaggio interne(vedi fig. 19 bis).

Fig. 19 bis



Quando gli esterni avversari si alzano terremo le nostre tre punte contro i loro tre centrali e sugli esterni usciremo con le mezzali. Su questa uscita la mezzala di riferimento deve orientarsi in anticipo.(vedi Fig.20 e 21)

Fig.20

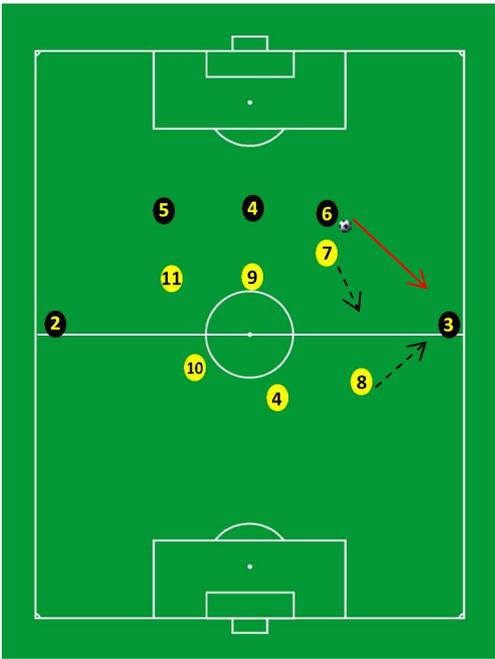
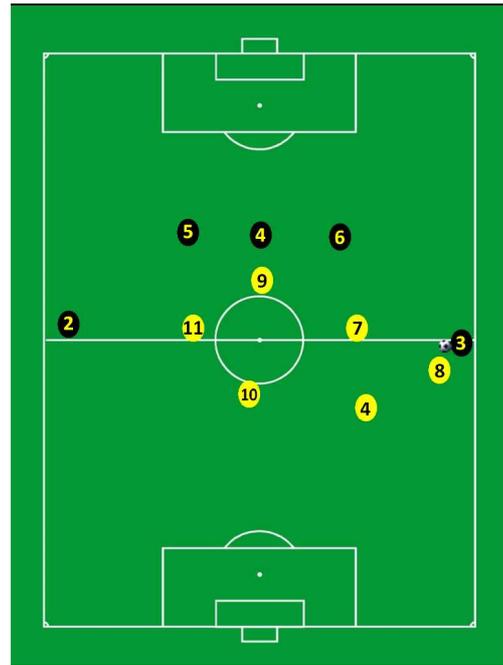


Fig. 21



Se l'esterno avversario si dovesse alzare ulteriormente finirà "in bocca" al nostro terzino (vedi fig.22)

Fig.22



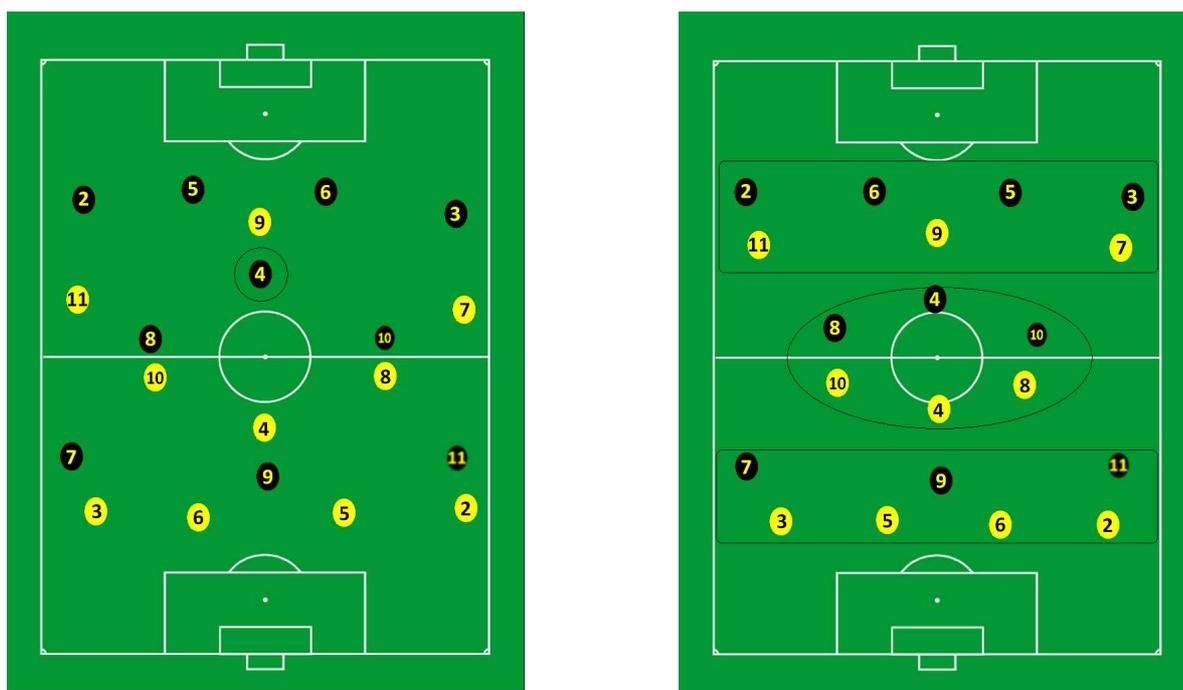
CONTRAPPOSIZIONE MODULI

Le indicazioni riportate in seguito sono di carattere generale perché è evidente che al di là del modulo contro cui dovremo giocare, occorre tener conto delle caratteristiche individuali dei giocatori avversari dando delle indicazioni specifiche. Se per esempio la squadra rivale dispone di un centravanti molto fisico, un Luca Toni per intenderci, dovrò consigliare al mio marcatore di usare anticipo largo evitando il contatto fisico. Se un attaccante esterno avversario è molto veloce dovrò dare più copertura scivolando con la difesa, ecc....

4-3-3 CONTRO 4-3-3

Una contrapposizione che sicuramente necessita di accorgimenti specifici è quella del 4-3-3. Osservando la disposizione in campo di due squadre schierate con questo stesso modulo (vedi fig.23) risulta evidente che il “problema” maggiore risulta come prendere il mediano basso avversario.

Fig. 23



Innanzitutto alzeremo un po' il nostro **4** in modo che se il loro mediano dovesse ricevere palla centrale e lui si dovesse trovare ad una distanza ragionevole, può uscire ad attaccarlo. (vedi fig.24)

Fig.24



Fig. 24 bis



Se il **4** dovesse spostarsi lateralmente, per ricevere palla, su di lui uscirà la mezzala di riferimento (vedi fig.25)

Fig.25

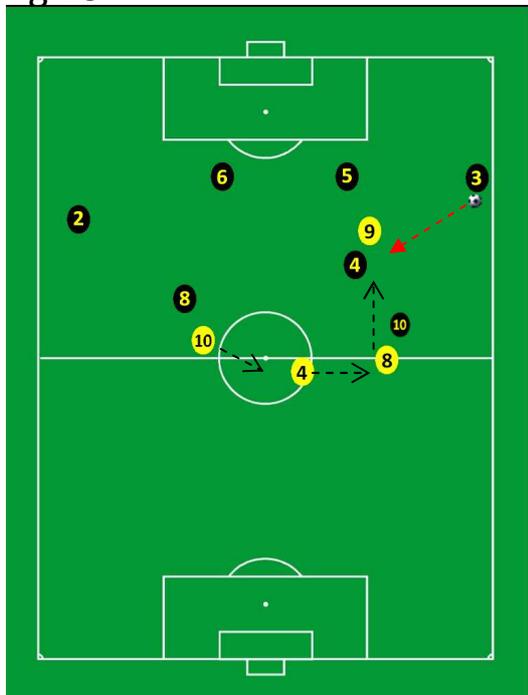


Fig. 25 bis



Come si vede in figura 25 e` utile che il centravanti(9) riesca, inizialmente, a sporcare un po` la linea di passaggio al loro mediano basso. Un azione di disturbo che inibisca chi effettua il passaggio (in questo caso 3) sia chi lo riceve (4).

Un altro input che possiamo dare giocando in contrapposizione al 4-3-3 e` che, avendo loro tre attaccanti, i terzini stringono un po` meno, lasciandosi cosi la possibilita` di arrivare sul passaggio ai loro attaccanti esterni. Stringendo molto, e` vero che avremo meno possibilita` di essere infilati all`interno ma lasceremmo troppa liberta` agli avversari di andare in uno contro uno e di subire pericolosi cross. I due difensori centrali devono gestire in coppia il centravanti avversario: quando questo si muove incontro al portatore di palla, il pi` vicino deve seguirlo senza indugi uscendo dalla linea mentre l`altro copre in diagonale (regola "uno marca, uno copre").

4-3-3 CONTRO 4-4-2

Giocando contro un 4-4-2 si dovr` prestare maggior attenzione alla linea difensiva in quanto potrebbe verificarsi che spesso i nostri difensori si trovino in condizione di 4vs4. In questo caso e` importante la duttilita` tattica del nostro mediano basso che avr` il compito di avvicinarsi il pi` possibile alla linea dei due centrali difensivi cercando di fare filtro sporcando i passaggi diretti alle due punte avversarie (vedi fig. 26) ed essere pronto ad entrare nella linea quando necessario. (vedi esempio fig.27 e 27bis)

Fig.26

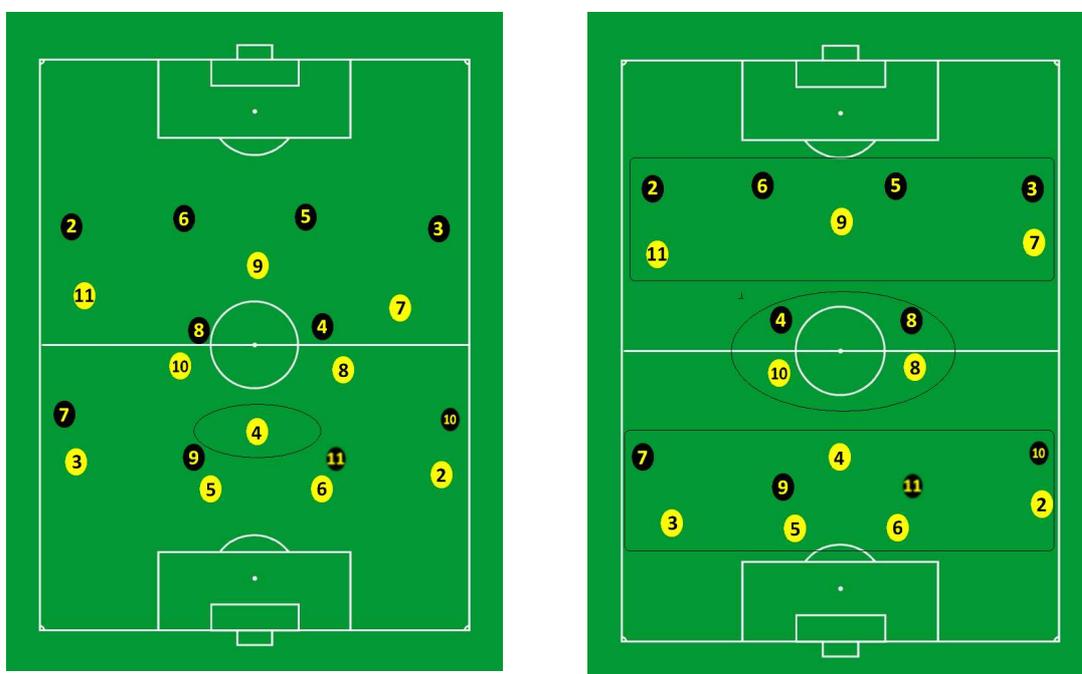


Fig.27

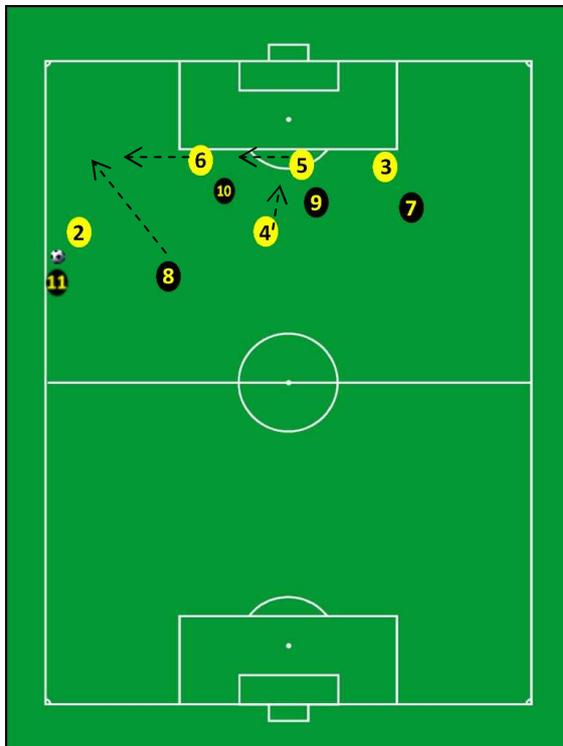
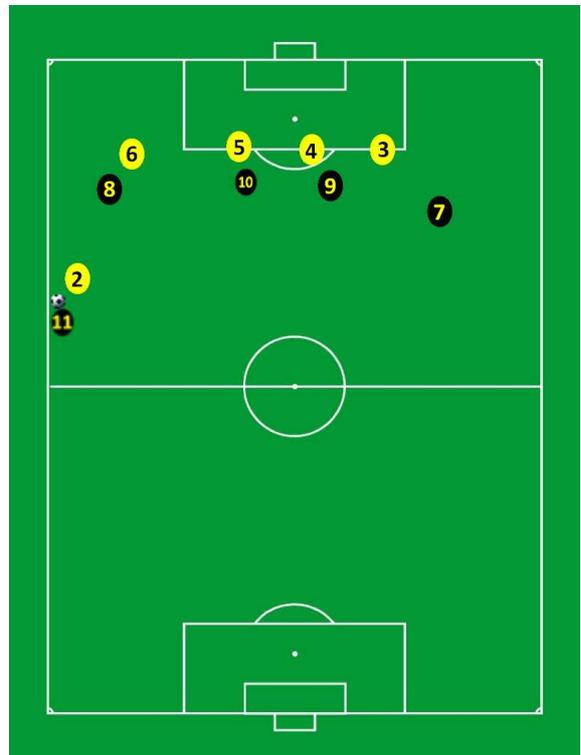


Fig.27 bis



Abbassando il metodista, creiamo un blocco arretrato di 5 uomini (4+1) in superiorità numerica generale nei riguardi dei loro 4 elementi offensivi.

Il centromediano può anche far valere la sua presenza in qualità di uomo in più in mezzo al campo in determinate situazioni. Egli deve aiutare i difensori centrali nella limitazione delle punte altrui cercando di non fare arrivare palla pulita e in alcuni casi anche prendendo in consegna quella che si muove incontro al portatore.

Partendo da una posizione piuttosto appiattita davanti alla difesa, si eviterà che un difensore centrale debba lasciare per qualche istante sguarnita la sua posizione in mezzo alla linea. Inoltre, il metodista potrà prontamente sostituirsi al centrale difensivo che per qualsiasi motivo abbia lasciato la propria zona di competenza.

-Il centromediano deve raddoppiare la marcatura a supporto del difensore centrale che contrasta la punta rivale dopo che questa ha ricevuto palla spalle o fronte alla porta.

A parte l'aiuto del mediano anche i terzini dovranno stare attenti al 2vs2 dei centrali con le punte avversarie stringendo un po' di piu' e comunque dovranno essere veloci nel leggere l'eventuale diagonale interna da effettuare. Quando l'aiuto del centromediano a favore dei centrali difensivi e' accertato, i terzini possono anche rimanere piuttosto aperti, privilegiando la marcatura d'anticipo delle ali altrui alla copertura interna; in tal modo, si limitano le possibilità da parte degli esterni rivali di giungere a dei pericolosi traversoni dalle fasce. I due centrocampisti centrali possono essere attaccati direttamente dalle nostre mezzali, con il nostro 4 che si preoccuperà di marcare le linee di passaggio. A meno che uno di loro non sia uscito su un difensore centrale avversario (come abbiamo visto nelle scalate contro difesa a quattro), in quel caso il mediano basso si alzerà su un centrocampista (vedi fig28).

Fig.28

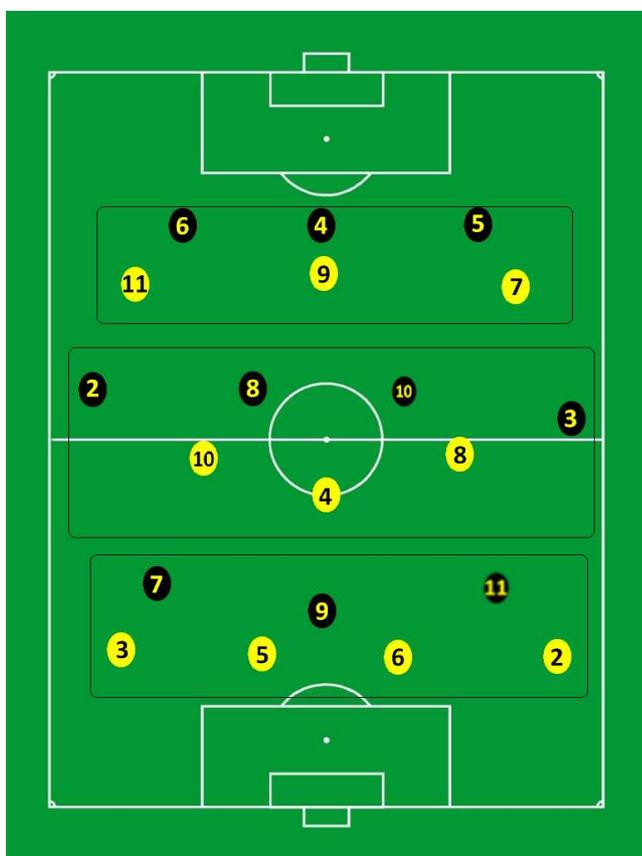


Le ali devono essere veloci e costanti nello scalare a centrocampo ai lati delle mezzali, tramutando il sistema di gioco in un 4-5-1 difensivo, quando necessario.

Le mezzali sono anche chiamate a raddoppiare la marcatura a favore dei terzini, quando questi si trovano a fronteggiare l'esterno alto avversario.

4-3-3 contro 3-4-3

Mettendo a confronto il nostro 4-3-3 contro il 3-4-3, risulta subito evidente il 3vs3 che potrebbe crearsi in fase offensiva. In difesa la situazione resta favorevole avendo un 4vs3, mentre a centrocampo ci troviamo in posizione di svantaggio 3vs4. L'opposizione diventa delicata sulle fasce dove, dovendo gestire un' inferiorità numerica, occorre proporre soluzioni adeguate che permettano comunque di mantenere il 3vs3 in attacco.



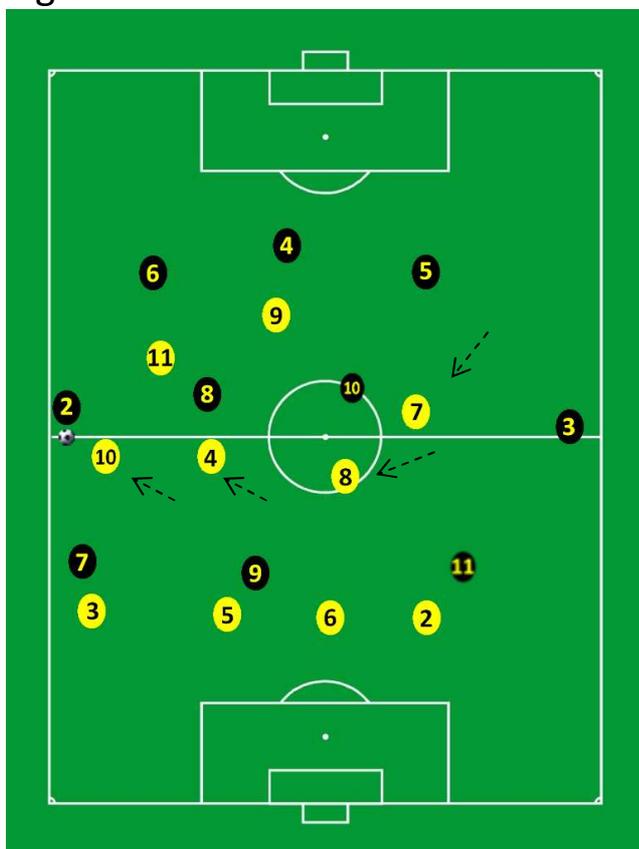
Il vantaggio maggiore del 3-4-3 avversario ha nei riguardi del nostro 4-3-3 e' il 4vs3 a centrocampo con la libertà di cui godono i due laterali (2 e 3) e la possibilità di creare situazioni di 3vs2 sugli esterni tramite l'inserimento dei terzini-stopper, l'appoggio dei laterali di centrocampo e le ali che tengono occupati i nostri terzini.

I vantaggi difensivi del nostro sistema di gioco sono:

La possibilità tramite il 3vs3 offensivo di applicare un pressing alto efficace. Il 3vs2 a centrocampo in zona centrale. Il 4vs3 in difesa, con il 2vs1 dei nostri stopper contro il loro centravanti.

La scalata difensiva più importante sarà dunque quella sul loro laterale di centrocampo. Con palla esterna a **2** uscirò con la mia mezzala di riferimento **10** sul lato forte, trovandomi così con un due vs due a centrocampo, più supporto di **7** che stringe. (vedi fig.29)

Fig.29



Infine, sfruttando la superiorità` numerica, risulterà importante che la nostra linea a 4 difensiva sia molto aggressiva nei confronti del tridente avversario.

CONCLUSIONE:

In questo testo ho cercato di analizzare alcuni punti della fase difensiva che ho ritenuto meritevoli di approfondimento.

Spero di essere riuscito, anche se l'argomento è molto tecnico, a trasmettere la passione che nutro per questo sport e che mi ha sempre accompagnato fin dall'infanzia.

Un giorno un giornalista chiese alla teologa Dorothee Soelle:

“Come spiegherebbe ad un bambino la felicità?”

“Non glielo spiegherei, rispose, gli darei un pallone per farlo giocare”.

Quando mi presentai a Coverciano per la prima volta ero un adolescente ed ero stato convocato nella nazionale under 15.

Mi tremavano le gambe per l'emozione, la notte precedente avevo faticato a prendere sonno e penso di aver dato la notizia a tutte le persone che conoscevo. Quando indossai la maglia azzurra provai una soddisfazione immensa.

Ho l'impressione che oggi, per i ragazzi, tutto sia normale, che non godano delle soddisfazioni e dei successi ottenuti. Allo stesso tempo se danno qualcosa vogliono subito ricevere, essere gratificati. Di conseguenza faranno anche fatica a superare le difficoltà che immancabilmente incontreranno nel loro percorso. Probabilmente la colpa non è tutta loro, ma di un sistema calcio che in questo momento si sta inaridendo. Manca quella poesia, quel patos, quel sentimento che ha sempre caratterizzato questo sport e che ti spinge a migliorarti giorno dopo giorno.

Una sera, in televisione vidi una partita bellissima, ricca di goal, continui capovolgimenti di fronte. Due squadre in trance agonistica che volevano vincere a tutti i costi. Al termine mi venne voglia di applaudire da solo per quanto mi ero divertito.

Il telecronista, invece, non diede per niente risalto allo spettacolo al quale aveva appena assistito. Non fece altro che soffermarsi su una piccola polemica scaturita da un giocatore sostituito.

Credo che l'ambiente sia continuamente minato da persone che non vogliono il bene del calcio o perlomeno non hanno quella passione disinteressata, coinvolgente che esalti i valori dello sport. Anzi sembra che facciano di tutto per screditare un sistema che in realtà nella sua stragrande maggioranza è ancora sano. Allenatori dei settori giovanili e di scuole calcio dovrebbero trasmettere la gioia che si provava una volta giocando nei cortili e negli oratori, invece di costruirsi, egoisticamente, il loro piccolo spazio di gloria.

Nella letteratura psicologica americana le persone che svolgono un ruolo importante nella cura, nella guida e nel sostegno del bambino/ragazzo vengono chiamate CARE GIVER. Si pensi a quanto possano incidere positivamente gli allenatori del settore giovanile nella formazione mentale e culturale del giovane calciatore. I piccoli di oggi saranno i grandi di domani.

Un giorno, un ragazzo della primavera che frequentava un liceo scientifico (con profitto) mi raccontò che un suo professore gli aveva consigliato di abbandonare il calcio, tanto è tempo perso.

Consiglio sbagliato caro professore! Con una buona organizzazione del tempo si possono conciliare benissimo le due cose, inseguendo fino in fondo il proprio sogno. Difficilmente in altri ambiti della vita quel ragazzo potrà provare emozioni intense che solo questo sport può regalare.

Sarò, come si dice, un inguaribile ottimista e romantico, ma penso che con un piccolo sforzo da parte di tutti si possano cambiare le cose e far sì che il calcio continui ad essere lo sport più bello ed entusiasmante del mondo.

“ Brividi intensi avevano cominciato a salirgli sulla schiena. Gli era venuta la pelle d’oca quando era entrato in uno degli stadi più belli d’Italia. Settantamila persone, le sciarpe, le bandiere, i cori assordanti della gente che sembrava impazzita nel voler incitare la propria squadra cercando di mettere in soggezione gli avversari.

Dentro di sé diceva: “Cazzo che bello! Questo è quello che voglio. Qua io ci devo tornare, non solo perché si è fatto male un giocatore ed ho dovuto rimpiazzarlo come giovane della primavera, ma voglio tornarci da protagonista.” Mentre era assorto nei suoi pensieri e concentrato su ogni situazione, su ogni singolo evento, gli parve di sentire il suo nome, prima in modo timido, poi con decisione, con tono autoritario: “Meroni, scaldati “!!“ Come scaldati? ” pensò“.Ragazzino che cazzo sei sordo?” berciò il Barone, “sta parlando con te, non lo chiede a me che sono campione del mondo ma a te che puzzi ancora di latte, roba da matti,” ringhiò.

Così Mario si alzò dalla panchina e cominciò il riscaldamento. Era un automa, non riusciva a controllare i movimenti del corpo, lo stomaco si chiuse immediatamente, ma soprattutto non controllava il cervello, mille paure lo assalirono:

“ Se non fossi all’altezza?”

“Se dovessi sbagliare un goal facile” ?

“Lo faranno vedere alla Domenica Sportiva” ?

I quindici minuti canonici di riscaldamento erano passati in un lampo

“CAMBIO ! ”, gridò il Mister, “Dai vieni.” Mentre si avvicinava alla metà campo per effettuare la sostituzione voleva gridare: “No!, non sono ancora caldo, altri dieci minuti, ” ma nessun suono uscì dalla sua bocca. Poi improvvisamente, mentre il giocatore sostituito si avviava mestamente negli spogliatoi e lui fece i primi passi nel campo di gioco, tutto cambiò:

Una sensazione di sicurezza lo sopraffecce. Era come essere tornati a casa dopo un lungo viaggio, quello era il suo posto, era il suo mondo, tutte le paure svanirono, subentrò una sensazione di potenza, di padronanza assoluta del suo corpo e della sua mente. Ad un tratto sentì tuonare dentro di sé una voce forte, chiara, distinta:

“Ce l’hai fatta!!, stai giocando in serie A.”

(Tratto dal romanzo “Io e il pallone” da me scritto, finito in un cassetto, dove probabilmente vi rimarrà).

.

