



# SETTORE TECNICO F.I.G.C.

CORSO MASTER 2004-2005

TESI

## CARATTERISTICHE DEI TRE CENTROCAMPISTI IN UN CENTROCAMPO A TRE

*Relatore:*

Prof. **Franco FERRARI**

*Candidato:*

**Massimiliano ALLEGRI**

---

Coverciano 7 luglio 2005

**CARATTERISTICHE DEI TRE CENTROCAMPISTI**

**IN UN CENTROCAMPO A TRE**

di Massimiliano Allegri

## Indice:

1. Introduzione	p. 4
2. Requisiti dei centrocampisti	p. 6
2.1. Triangolo con il vertice basso	p. 7
2.2. Triangolo con il vertice alto	p. 11
3. Il 4-3-3 con vertice basso	p. 13
4. Il 4-3-3 con vertice alto	p. 17

## 1. INTRODUZIONE

Nel calcio moderno vengono applicati vari e diversi sistemi di gioco, che sono utilizzati tenendo presenti le caratteristiche fisiche, tecniche e psicologiche dei giocatori che l'allenatore ha a sua disposizione.

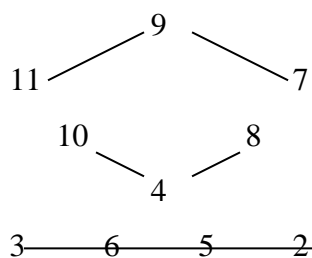
Esporrò alcuni sistemi centrati sulle figure dei centrocampisti, ma non mi dilungherò sui sistemi da adottare in base alle caratteristiche della squadra avversaria di turno, perché questo condurrebbe troppo lontano nell'esposizione ed esulerebbe dal compito che mi sono proposto.

Quella dell'anno appena terminato (anno calcistico 2004/2005) è stata la mia seconda esperienza di allenatore.

Sono stato costretto a fare di necessità virtù per quanto riguardava la scelta di un modulo di gioco, giacché non conoscevo tutte le caratteristiche dei singoli giocatori che la società, SPAL, aveva messo a mia disposizione; ho, infatti, raggiunto la squadra solo il giorno precedente a quello in cui la squadra stessa è partita per il ritiro.

Ho quindi dovuto impiegare un po' di tempo prima di scegliere il modulo con cui far giocare la squadra, in modo da poter sfruttare al meglio le potenzialità dei singoli giocatori a mano a mano che avevo modo di conoscerle.

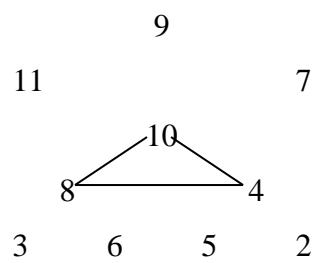
All'inizio ho pensato di adottare un 4-4-2, modulo che assicura almeno una buona tenuta difensiva; poi, per motivi di rosa ristretta ed a causa di vari infortuni sono passato ad un 4-3-3 (vedi *Fig. 1* sotto).



*Fig. 1*

Nelle prime otto partite abbiamo giocato utilizzando questo sistema; in seguito ho cambiato l'assetto del centro campo, nel senso che invece di giocare con il regista basso N° 4 (vedi ancora *Fig. 1*), ho rovesciato il triangolo di centro campo ed ho fatto giocare la squadra con i due mediani e il trequartista avanzato (vedi *Fig. 2*), mantenendo sempre

in attacco i due esterni offensivi e la punta centrale e mantenendo i quattro difensori in linea:



*Fig. 2*

## 2. REQUISITI DEI CENTROCAMPISTI

LEGENDA	
⊙	Palla
9	Giocatore
A, 9	Giocatore avversario
—————▶	Movimento della palla
- - - - -▶	Inserimento del giocatore senza palla
~~~~~▶	Conduzione palla
1,2,3....	Sequenza passaggi

Le qualità tecniche e tattiche dei tre centrocampisti devono essere molto differenti a seconda che si scelga di giocare con il centrocampista N° 4 basso davanti alla difesa e due interni di centrocampo N° 8 e N° 10 (*Fig. 1*) oppure con due centrocampisti N° 8 e N° 4 davanti ai quattro difensori, con il trequartista n° 10 davanti ai due centrocampisti (*Fig. 2*).

Inizierò a trattare delle peculiarità dei singoli giocatori (centrocampisti), per poi passare ad enunciare i vantaggi e gli svantaggi che si incontrano quando la squadra è o non è in possesso di palla.

### 2.1 Triangolo con il vertice basso

Vediamo quali sono i requisiti che devono posseder i giocatori quando la squadra gioca con il vertice basso



Fig. 3

Il centrocampista davanti alla difesa (N° 4, “regista”) ideale dovrebbe essere innanzi tutto dotato

- di grande carisma in modo da poter comandare al meglio i due interni di centrocampo N° 10 e N° 8 quando non in possesso di palla e i tre uomini d’attacco N 7, N° 9 e N° 11.

Esempio:

quando la squadra avversaria inizia l’azione, il regista basso N° 4 deve dare i tempi dell’uscita dei due esterni N° 7 e N° 11 e dei due interni di centrocampo N° 8 e N° 10 accorciando in avanti; nello stesso tempo il N° 9 va a chiudere la possibilità da passaggio all’indietro da **D** a **C**:

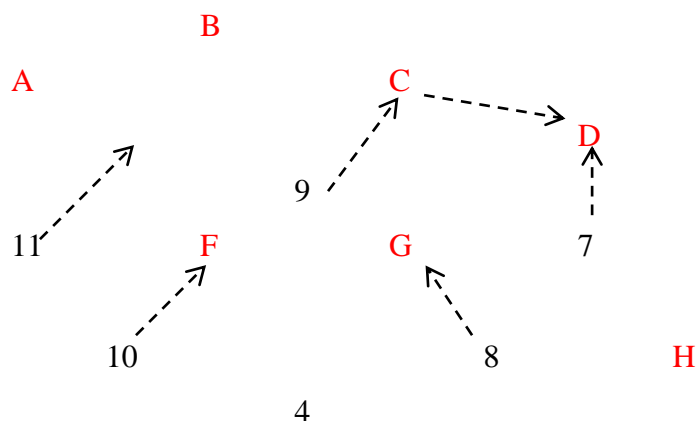


Fig. 4

Importante: quando la propria squadra conclude l'azione, il regista arretrato ha il compito di richiamare subito i due centrocampisti e i tre attaccanti a mettersi nelle posizioni giuste per poter organizzare la riconquista della palla.

Nel caso in cui i tre uomini d'attacco siano tagliati fuori dalla fase di recupero della palla, il comportamento dei tre centrocampisti e dei quattro difensori dovrà essere il seguente:

1. non farsi saltare ma rallentare l'azione degli avversari indietreggiando,
2. il N° 8 esce sull'esterno **3**, il N° 4 prende il posto del N° 8 e il N° 10, abbassandosi, stringe verso il centro:

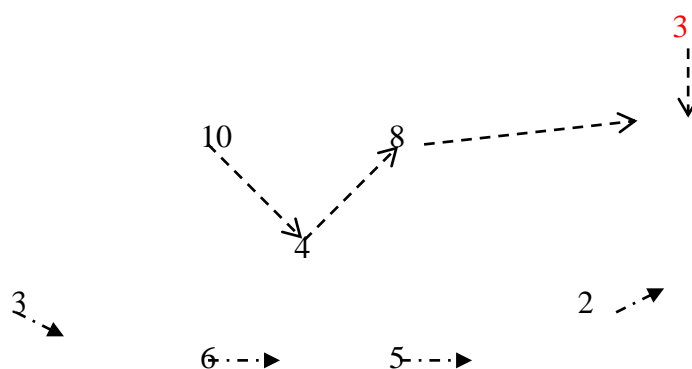


Fig. 5

Nella situazione poi in cui ci si debba difendere con i sei difensori su attacco con palla centrale, occorre:

1. non farsi saltare ma temporeggiare;
2. il regista N° 4 cerca di mettere in zona d'ombra il portatore di palla **A**, limitandogli Tempo e Spazio di gioco e chiamando il N° 8 a dargli copertura alle spalle, mentre i quattro difensori dietro rimangono stretti:



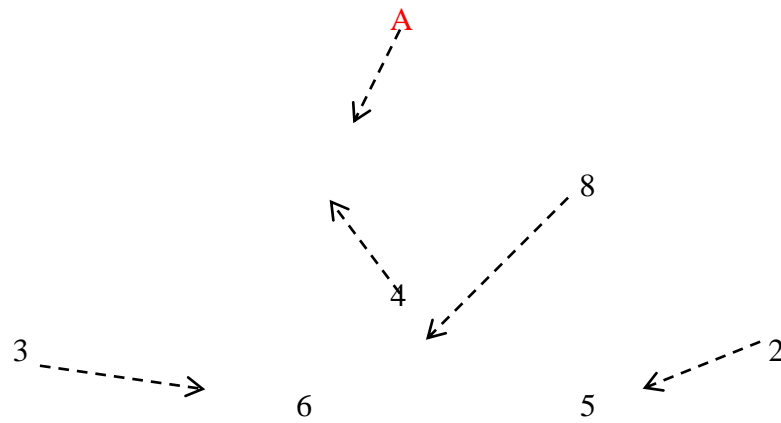


Fig. 6

Il N° 4, il “regista” deve inoltre essere dotato

- di buona tecnica, per poter dare i tempi di gioco alla squadra;
- di un ottimo senso della posizione (senso tattico), per poter giocare sul corto quando c’è da far girare la palla e quindi farsi trovare sempre smarcato in modo da fungere da punto di riferimento per tutti gli altri compagni;
- di un ottimo calcio lungo e preciso sia per poter prontamente trasformare l’azione da difensiva in offensiva (azione di contropiede) sia, e soprattutto, per poter cambiare fronte di gioco quando la squadra è pressata e per poter facilmente trovare la parte opposta del campo dove la squadra avversaria è presumibilmente meno coperta.

Deve inoltre essere abile nelle verticalizzazioni e non deve mai perdere la posizione, perché in tal modo in fase di non possesso può offrire copertura (fare da schermo) ai suoi quattro difensori, cercando di andare ad impedire le giocate in verticale o in diagonale dei giocatori avversari, difensori o centrocampisti che siano, in favore dei loro attaccanti.

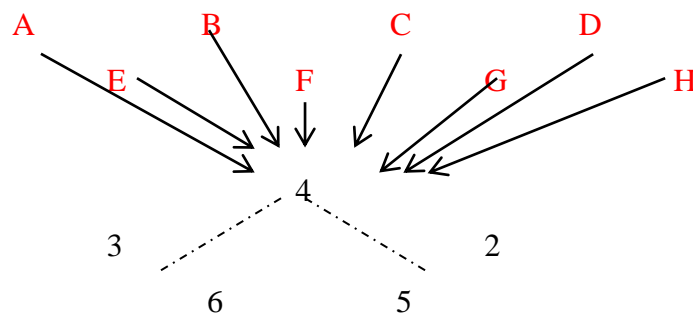


Fig. 7

Grande senso tattico, quindi, sembra essere la qualità specifica più rilevante per un giocatore impegnato in queste mansioni.

Saranno pochi e ben meditati i suoi inserimenti offensivi durante la partita; questo per non lasciare sguarnita la zona centrale del campo.

La squadra si aspetta che sia lui a fornirle equilibrio nella zona più nevralgica del campo.

A differenza del centrocampista centrale, i due interni di centrocampo (N° 8 e N° 10) devono essere in possesso di una buona corsa, soprattutto perché, dato che la squadra gioca con una punta centrale e due esterni d'attacco, occorrono molti loro inserimenti senza palla in zona d'attacco.

I tempi di inserimento nelle varie soluzioni offensive sono fondamentali per poter o arrivare alla conclusione con un tiro da fuori area o andare a chiudere l'azione tramite eventuali combinazioni (giocate) che vengono costruite soprattutto dalla parte opposta del campo (ad esempio cross).

Di solito uno dei due (tradizionalmente il N° 10) deve

- essere in grado di creare superiorità numerica (saltare l'uomo) mediante il dribbling;
- saper eseguire perfettamente l'ultimo passaggio;
- essere in possesso di un buon tiro da fuori;
- e soprattutto riuscire a verticalizzare l'azione per poter mettere i tre uomini d'attacco in condizione di andare alla conclusione positiva dell'azione.

A differenza del N° 10, il N° 8 deve:

- essere in possesso di maggiori qualità tattiche;
- aiutare maggiormente i compagni di centrocampo;
- lavorare in maggior misura quando la squadra non è in possesso di palla;
- aiutare il centrocampista centrale nel dare equilibrio alla squadra e nel recuperare palloni dalla squadra avversaria.

Anche se il N° 8 ha minori qualità tecniche del compagno N°10, egli deve saper accompagnare l'azione per essere poi in grado di andare alla conclusione (tiro da fuori).

Il N° 8 è inoltre un buon colpitore di testa (contrastati sui rinvii) e forte fisicamente.

## 2.2 Triangolo con il vertice alto

Quando invece si giochi con i due mediani davanti alla difesa ed il trequartista,

10

8

4

le caratteristiche che devono possedere tutti e tre i giocatori in questione sono completamente differenti da quelle dei centrocampisti citati sopra.

Con questa disposizione (vedi sopra), i due mediani posti davanti alla difesa sono fondamentali per l'equilibrio della squadra.

Essi non devono mai abbandonare la zona centrale del campo; pur accompagnando sempre l'azione non dovrebbero mai farsi trovare sopra la linea della palla, sia in fase offensiva sia, a maggior ragione, difensiva.

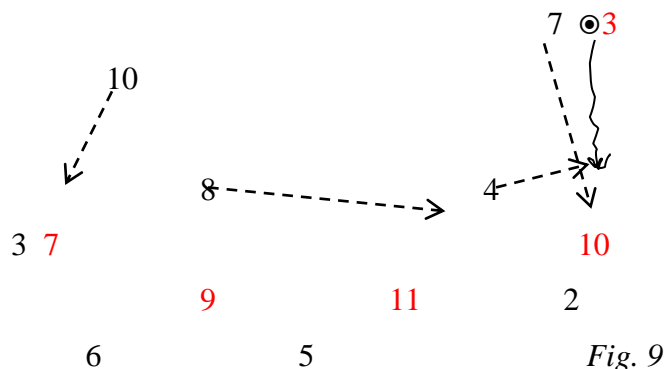
Uno dei due deve essere maggiormente dotato delle caratteristiche proprie di un regista, in modo tale da poter fare da punto di riferimento per i quattro difensori nella fase di costruzione dell'azione offensiva.

L'altro, invece, deve sicuramente essere provvisto di una grande dinamicità, di ottima corsa e di un buon colpo di testa.

Una volta i giocatori dotati di queste caratteristiche venivano denominati cursori di centrocampo.

Questi due mediani hanno il compito di proteggere la difesa quando la squadra non è in possesso di palla, di dare equilibrio alla squadra ed essere sempre in appoggio al trequartista N° 10 e ai tre uomini (N° 7, N° 9 e N° 11) che compongono l'attacco.

Vediamone due esemplificazioni:



In questa situazione, con il N° 7 tagliato fuori dall'azione, il primo obiettivo dei sei che difendono è quello di non farsi saltare e rallentare l'azione, "scappando" verso la porta per togliere spazio e non dare profondità agli avversari: Il N° 4 esce sul N° 3 avversario, il N° 8 scala in mezzo e il N° 10 prende il posto dell'interno sinistro: il N° 4 non si deve far saltare ed aspettare il raddoppio eventuale del N° 7 che torna; il N° 2, in questo caso, non può uscire e raddoppiare perché deve controllare il N° 10.

In una situazione quasi analoga alla precedente:

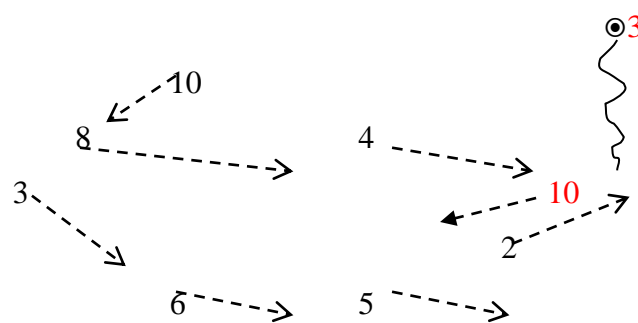


Fig. 10

In questo caso, con il taglio del N° 10 avversario, il N° 2 esce sul N° 3, temporeggiando, il N° 4 raddoppia il N° 8 e va a fare il vertice basso (schermo davanti alla difesa) al posto del N° 8 agendo da interno sinistro.

Il trequartista N° 10, o centrocampista avanzato, ha il compito di regista offensivo e minori compiti difensivi degli altri centrocampisti.

Deve:

- farsi sempre trovare smarcato come punto di riferimento per lo sviluppo del gioco offensivo, dando appoggio ai due centrocampisti, oltre che, quando necessario, ai quattro difensori;
- muoversi soprattutto nella zona di campo intermedia tra i centrocampisti e i difensori avversari;
- essere in possesso di buona tecnica e buon dribbling in modo da poter creare superiorità numerica;
- saper verticalizzare (ultimo passaggio);
- essere dotato di un buon tiro
- e infine avere i tempi giusti di passaggio per eventuali inserimenti di compagni.

### 3. Il 4-3-3 con vertice basso

Di seguito esporrò quali siano, a mio avviso, i vantaggi del 4-3-3 con vertice basso quando la squadra è in possesso di palla, rispetto al 4-3-3 con vertice alto.

Se si gioca con il vertice basso di centrocampo e due interni, si hanno molte più soluzioni offensive (un maggior numero di uomini oltre la palla) e sono più spedite le ripartenze una volta conquistata la palla, in quanto ci sono molto maggiori possibilità di effettuare degli inserimenti, sia centrali che laterali, con i due interni.

Vediamo insieme alcuni esempi, facendo riferimento alla legenda esposta sopra:

1) Obiettivo: inserimento dell'esterno dalla parte opposta a quella dove si trova la palla e dell'interno di centrocampo opposto al luogo da dove proviene l'ultimo passaggio

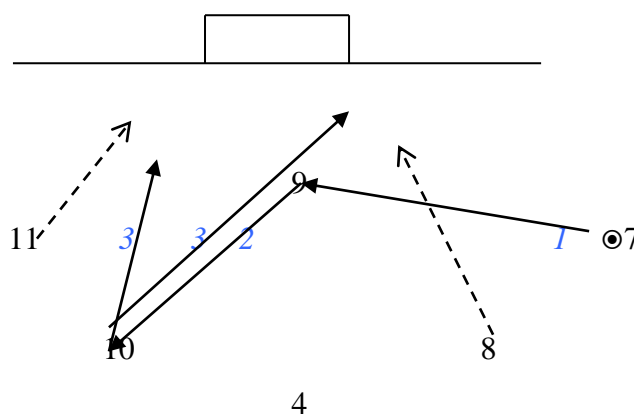


Fig. 11

Palla al N° 7 che la gioca in diagonale sul N° 9 che a sua volta la scarica indietro per il N° 10 che manda alla conclusione o il N° 8 o il N° 11 che si sono inseriti da dietro senza palla.

2) Obiettivo: fare arrivare alla conclusione il N° 10 stesso o l'interno e l'esterno dalla parte opposta al luogo da dove proviene l'ultimo passaggio

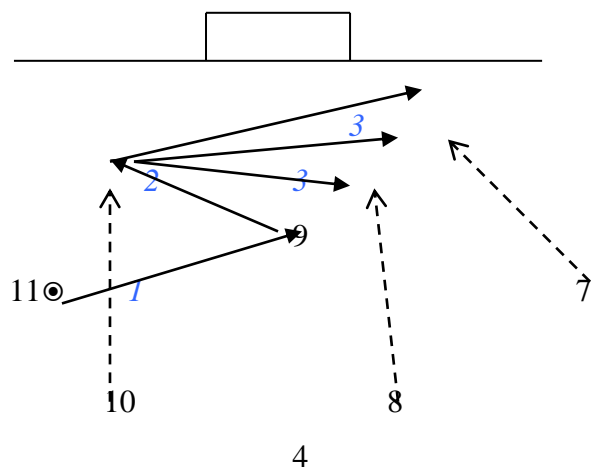


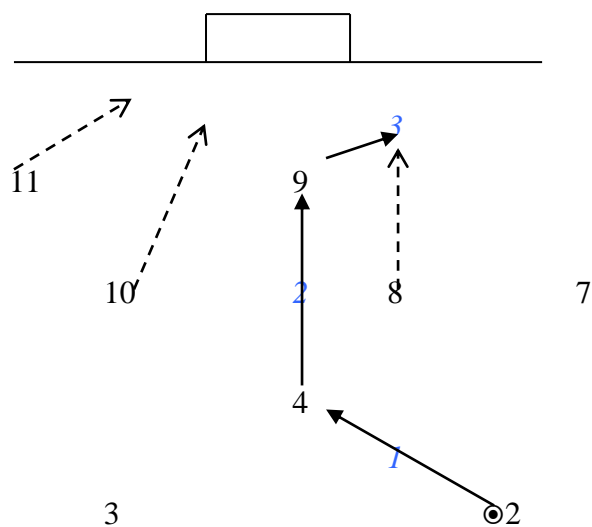
Fig. 12

Palla al N° 11 che, dopo il controllo, la gioca sul N° 9 che chiude il triangolo col N° 10 inseritosi senza palla.

Con l'inserimento dalla parte opposta del N° 7 e del N° 8, il N° 10, a seconda delle circostanze, può arrivare alla conclusione lui stesso o appoggiare dietro per il N° 7 o il N° 8.

3) Palla al N° 2 che la gioca sul N° 4 che a sua volta la gioca in verticale sul N° 9, che a questo punto ha a sua disposizione tre soluzioni:

3a: Obiettivo: mandare direttamente in goal il N° 8:



6 5  
Fig. 13

3b: obiettivo: scaricare la palla sul N° 7 che può mandare al cross il N° 8;

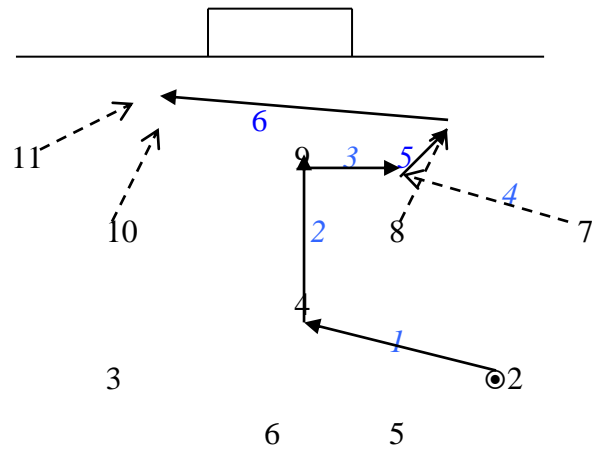


Fig. 14

3c: Obiettivo: verticalizzare per il N° 10 o il N° 11.

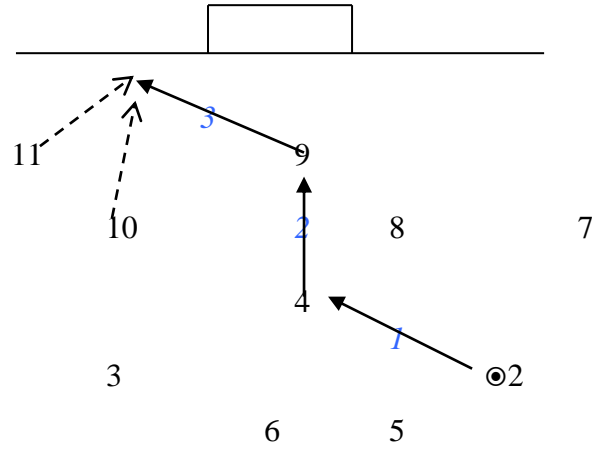


Fig. 15

Allo stesso tempo il N° 2, il N° 3, il N° 5, il N° 6 e il N° 4, insieme al N° 7 quando non è chiamato direttamente in causa, accompagnano l'azione; tutto questo però rimanendo sempre dietro le linea della palla in modo da poter coprire eventuali ripartenze della squadra avversaria.

Adottando questo sistema di gioco vengono chiamati in causa, per lo sviluppo dell'azione offensiva, i tre uomini d'attacco più, a turno, uno dei due interni di centrocampo, mentre i quattro difensori e il centrocampista centrale, come ho detto sopra, rimangono sempre (o quasi) dietro la linea della palla.

I terzini vengono chiamati in causa per lo sviluppo dell'azione solo quando questa parte dal basso, i loro inserimenti mediante sovrapposizione rimangono comunque poco frequenti.

Sicuramente occorre un tempo relativamente lungo per riuscire trovare l'equilibrio nella parte centrale del campo, zona nevralgica per lo sviluppo di ogni azione, sia offensiva che difensiva; i due interni di centrocampo, infatti, devono sapersi coordinare nell'alternarsi negli inserimenti offensivi per non lasciare da solo il centrocampista centrale a presidiare la metà campo.



#### 4. Il 4-3-3 con vertice alto

Questo modulo, con caratteristiche più difensive rispetto al 4-3-3 con vertice basso, offre evidentemente maggiori garanzie ed equilibrio nelle retrovie, perché i due mediani, N° 4 e N° 8, rimanendo prevalentemente bloccati davanti alla linea difensiva a quattro, garantiscono sempre una buona copertura.

In questo caso, però, potendo utilizzare un minor numero di soluzioni offensive servendosi dei centrocampisti, spesso occorre chiamare in causa e far partecipare al gioco offensivo alternativamente uno dei due terzini.

Sembra evidente che questo modulo risulterà più efficace quando si deve attaccare una squadra chiusa: dato che i due esterni si abbassano per sostenere l'inizio dell'azione offensiva, gli uomini della difesa hanno davanti a sé un doppio appoggio che può aprire maggiori opportunità di penetrare o aggirare una difesa chiusa.

Vediamo insieme alcune soluzioni possibili:

1) Obiettivo: costruire l'azione da un lato per fare entrare sul fondo il terzino opposto che può così effettuare il cross:

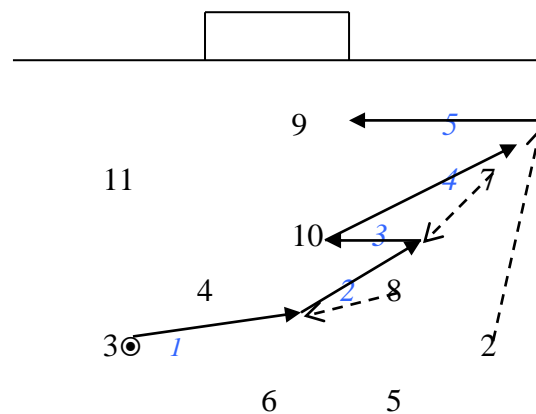


Fig. 16

Palla al N° 3 che la cede al N°8 che si abbassa, che la dà a sua volta al N° 7 abbassatosi anch'egli, che la appoggia al N° 10; nel frattempo il N° 2 è salito

inserendosi sulla destra e può ricevere la palla dal N° 10 e chiudere con un cross verso il N° 9 o il N° 11, o anche verso il N° 10, che è salito verso la porta avversaria.

2) La stessa azione può ovviamente essere eseguita dalla parte opposta, partendo dal N° 2, poi il N° 4, il N° 11, il N° 10 (il perno), e infine il N° 3 che è salito lungo la sua linea laterale.

3) Obiettivo: mandare al tiro i due esterni

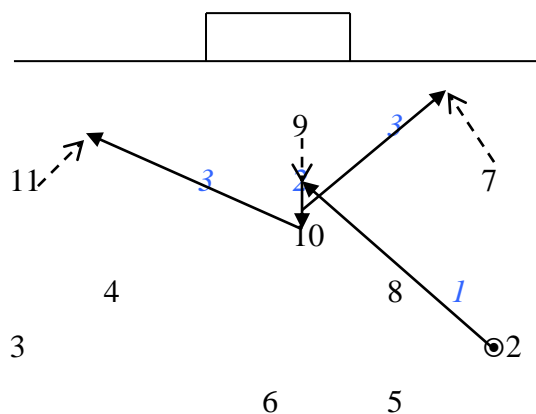


Fig. 17

Palla al N° 2 che la gioca lunga al N° 9 che si abbassa, il N° 10 va in appoggio, riceve, e in seguito manda dentro in verticale o il N° 7 o il N° 11.

4) Oggetto: preparare l'inserimento all'esterno del N° 3

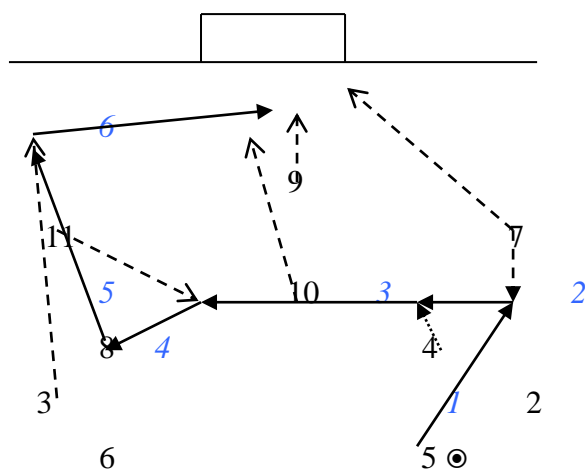


Fig. 18

Palla al N° 5 che la gioca sul N° 7 che dall'esterno scende ad incontrarlo e la gioca sul N° 4 che avanza verso il centrocampo; il N° 4, ricevuta la palla, la gioca sul N° 11 che, entrando nel campo, crea spazio per l'inserimento del N° 3, il N° 11 gioca la palla sul N° 8, che manda al cross il N° 3 che nel frattempo è avanzato sulla fascia sinistra. Il N° 9, il N° 10 e il N° 7 si preparano a ricevere il cross, mentre il N° 11 rimane fuori area.