

SETTORE TECNICO F.I.G.C.

CORSO MASTER 2005 / 2006

TESI

*VARIAZIONE DEL SISTEMA DI GIOCO PARTENDO DA UNA BASE  
FISSA DI 7 GIOCATORI*

Autore : Alessandro Pane

Relatore : Franco Ferrari

# Legenda

movimento della palla 

movimento senza palla 



giocatori



avversari



cinesini

a,b,c,d, etc.

tempi di gioco

## INDICE

1. Introduzione	3
2. Il modello base del sistema di gioco: i sette giocatori della difesa e del centrocampo	6
2.1 Disposizione della difesa 4+1 in fase di non possesso palla	8
2.2 Disposizione della difesa 4+1 in fase di possesso palla	9
3. Le tre variazioni di sistema	12
3.1 Compiti e funzioni dei tre uomini offensivi in fase di non possesso palla	16
3.2 Compiti e funzioni dei tre uomini offensivi in fase di possesso palla	20
3.3 Vantaggi e svantaggi dei tre sistemi di gioco	31
3.4 Esercitazioni	32
3.4.1. Esercitazioni per la fase di non possesso palla	33
3.4.2 Esercitazioni per la fase di possesso palla	35
4. Conclusioni	37
5. Bibliografia	38

## 1 Introduzione

Il ruolo dell'allenatore è quello di dare un piano di lavoro, delle regole precise che i giocatori saranno in grado di riconoscere ed applicare subito in fase di non possesso palla, per poi lavorare con estro e fantasia in fase di possesso palla.

L'allenatore deve pertanto riuscire a trasferire al gruppo le proprie competenze e le proprie idee, creando un linguaggio comune che porterà poi a generare automatismi nel gioco.

Uno schema funziona quando è composto da bravi calciatori che sanno integrarsi, gli uni compensare i difetti ed esaltare i pregi degli altri e trovare le stesse motivazioni per raggiungere un obiettivo comune prefissato.

Basandomi sulla mia esperienza personale, posso affermare che difficilmente un allenatore, per vari motivi, può scegliere i giocatori che formano la rosa in base alle proprie idee, ma deve adattarsi agli uomini che ha a disposizione,

riuscire a capire le loro caratteristiche di gioco e impiegarle al meglio per creare un sistema preciso, che sia elastico<sup>1</sup>, razionale<sup>2</sup> ed equilibrato<sup>3</sup>.

Secondo Franco Ferrari il *sistema* “rappresenta e spiega la dislocazione di base attraverso i compiti e le funzioni dei giocatori in campo”<sup>4</sup>.

Da calciatore ho avuto a che fare con vari allenatori e con più sistemi, in base ai quali ho cercato di sviluppare delle mie versioni di gioco, ma sempre partendo dai calciatori che avevo a disposizione.

Qui di seguito cercherò di spiegare i tre differenti sistemi con i quali ho affrontato le varie squadre del girone B del campionato di C2 2004/2005 e 2005/2006.

---

<sup>1</sup> “Il sistema di gioco si deve facilmente adattare ad ogni tipo di atteggiamento avversario, senza squilibri, pur eventualmente cambiando compito, funzione o posizione in campo di qualche calciatore.” (Franco Ferrari, “Elementi di tattica calcistica” Vol. I, Milano, 2001, pag. 68).

<sup>2</sup> “Deve essere formulato in base alle caratteristiche fisico-tecnico-tattiche-di personalità dei calciatori a disposizione.” (Franco Ferrari, “Elementi di tattica calcistica” Vol. I, Milano, 2001, pag. 69).

<sup>3</sup> “Si devono tenere in considerazione allo stesso modo e nello stesso tempo le due fasi (possesso – non possesso) in ogni situazione di gioco e in ogni momento, prevedendo e anticipando sempre l’eventuale passaggio da una fase all’altra con scaglionamenti preordinati”. (Franco Ferrari, “Elementi di tattica calcistica” Vol. I, Milano, 2001, pag. 68).

<sup>4</sup> Franco Ferrari, “Elementi di tattica calcistica” Vol. I, Milano, 2001, pag. 57.

Partendo da una formazione-base di sette giocatori che costituivano la difesa e il centrocampo, ho variato l'assetto di gioco dei tre calciatori dell'attacco a seconda degli uomini che di volta in volta avevo a disposizione ed in base alle differenti caratteristiche delle squadre avversarie.

Ho scelto un sistema che si basasse sul 4+3, anche se lascia spazi sulle fasce e permette ai terzini laterali avversari di portare palla in avanti.

Questa mia scelta precisa è stata dettata dal fatto che, a mio avviso, nel campionato di C2 la qualità dei difensori esterni non era eccelsa, quindi li invitavo a portare palla, preparando i miei uomini a un contrattacco veloce. Questo è quanto è emerso anche da una ricerca effettuata da parte dell'UEFA sulla CHAMPIONS LEAGUE 2004-2005<sup>5</sup>, che ha dimostrato che il 40% dei gol è avvenuto su contrattacco veloce, dopo che la difesa o il centrocampo hanno riconquistato la palla e hanno permesso agli attaccanti di arrivare alla conclusione.

---

<sup>5</sup> "Viaggio nella Champions League 2004-2005", a cura di Marco Viani, in: «Settore tecnico» Nr. 5/2005, pagg. 8-13.

## **2 Il modello-base del sistema: i sette giocatori della difesa e del centrocampo**

Partendo da una rosa di 19 uomini, a mio avviso, è indispensabile individuare i giocatori leader su cui basare il sistema di gioco, esaltando e sfruttando al meglio le loro caratteristiche.

Nel caso della squadra che ho allenato negli ultimi due anni, ho potuto contare su 5-6 giocatori di esperienza. Il resto della rosa era composto da giocatori giovani, provenienti dalla Primavera o al debutto professionistico.

Il centromediano metodista a disposizione aveva tutte le carte in regola per coprire il ruolo di leader della squadra, in virtù della sua esperienza sul campo e della posizione strategica fondamentale che occupa.

Svolge infatti la funzione di protezione e filtro per i due difensori centrali e ha i tempi giusti per proporre un gioco offensivo.

L'uomo in questione era in grado di coprire poco campo in ampiezza, pertanto gli ho inserito due mezzali accanto, definendo così il centrocampo come il fulcro del gioco della squadra.

Fondamentale è stato anche l'apporto dell'esterno destro di centrocampo, che aveva forti caratteristiche offensive.

Ho impostato uno schema difensivo con la difesa a 4 perché è chiaro che quattro difensori coprono meglio l'ampiezza del campo e anche perché avevo a disposizione nella rosa sia centrali che giocatori di fascia.

Siccome il fuorigioco sistematico per me non è una tattica fondamentale, bensì lo ritengo una conseguenza dell'atteggiamento difensivo individuale, lo schema difensivo che ho chiesto di attuare ai miei giocatori era impostato su due linee su palla laterale scoperta, in modo tale che i centrali si dessero sempre copertura.

Questo fino all'area di rigore, dove la distanza dagli avversari deve essere ridotta al minimo.

Pretendo che i difensori siano il più possibile con le spalle rivolte verso la propria porta, o per lo meno che cerchino sempre di avere sotto controllo anche i giocatori dal lato debole.

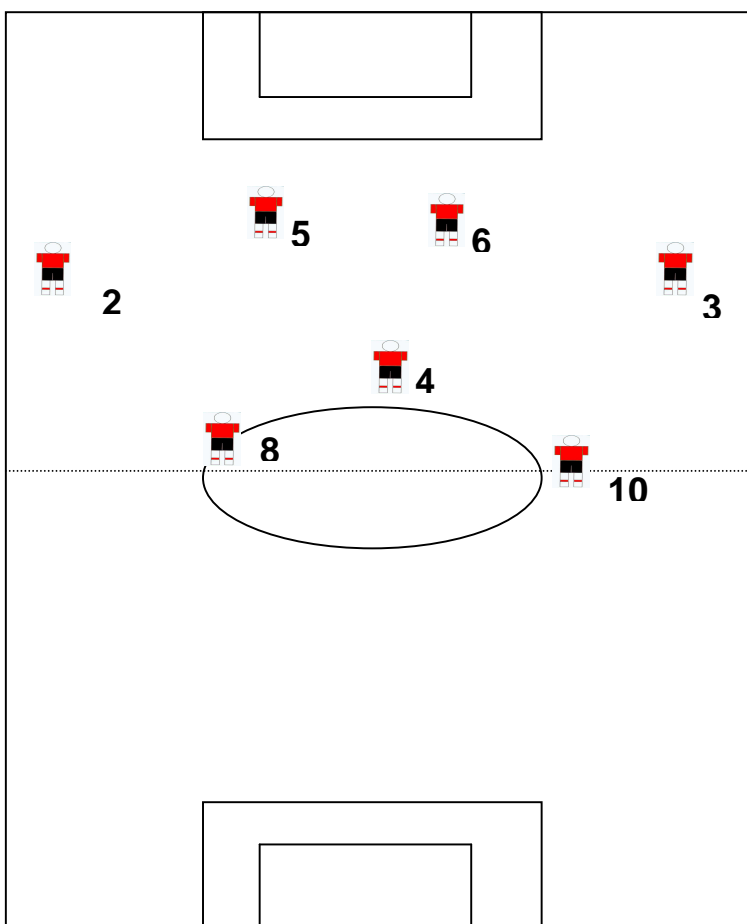


Figura 1: Disposizione del modello base



## ***2.1 Disposizione della difesa a 4+1 in fase di non possesso palla***

La funzione principale del centromediano metodista è quella di fare da frangiflutti per i due difensori centrali, per 'sporcare' il più possibile le traiettorie verso le punte avversarie.

Come ho già detto nell'introduzione, un allenatore deve dare alla sua squadra in fase di non possesso palla delle regole precise, in modo tale da arrivare a creare degli automatismi nel gioco. Se la disposizione tattica degli avversari prevedeva due punte centrali, chiedevo al centromediano metodista di mettere in zona d'ombra la punta avversaria che veniva incontro alla palla. Se invece la disposizione avversaria comprendeva solo una punta, invitavo il centromediano a giocare più avanti, tra le due mezzali, per aiutare il centrocampo.

Su palla laterale da fondocampo il centromediano metodista doveva essere in grado di leggere la situazione: se era necessario creare una superiorità numerica davanti alla porta doveva entrare nella linea difensiva, altrimenti doveva rimanere posizionato a triangolo davanti ai due centrali.

## **2.2 Disposizione della difesa a 4+1 in fase di possesso palla**

In fase di possesso palla vorrei che i miei uomini raggiungessero la zona offensiva del campo con un'azione manovrata, vale a dire non con un possesso palla fine a se stesso, ma organizzando il gioco fin dal reparto difensivo.

Questo perché la mia idea di gioco è quella di un calcio propositivo.

I quattro difensori dovranno pertanto partecipare attivamente alla costruzione del gioco offensivo, ricercando una superiorità numerica già nella zona del campo che essi occupano, per poi poter uscire con il pallone, sorpassando sempre la linea attaccanti avversaria.

Nel caso in cui lo schieramento avversario giochi col 4-4-2 e presenti quindi due punte centrali, chiedo a un difensore esterno<sup>6</sup> di avanzare sulla linea dei centrocampisti. Di conseguenza il giro palla viene effettuato da tre difensori, coadiuvati dal mediano basso.

Se la squadra avversaria invece è schierata con tre attaccanti, il giro-palla sarà effettuato con i quattro difensori più il centromediano. In genere saranno i due centrali della difesa a creare la superiorità numerica necessaria.

---

<sup>6</sup> Nel caso della squadra da me allenata negli ultimi due campionati si trattava dell'esterno sinistro, che in precedenza aveva già giocato a centrocampo.

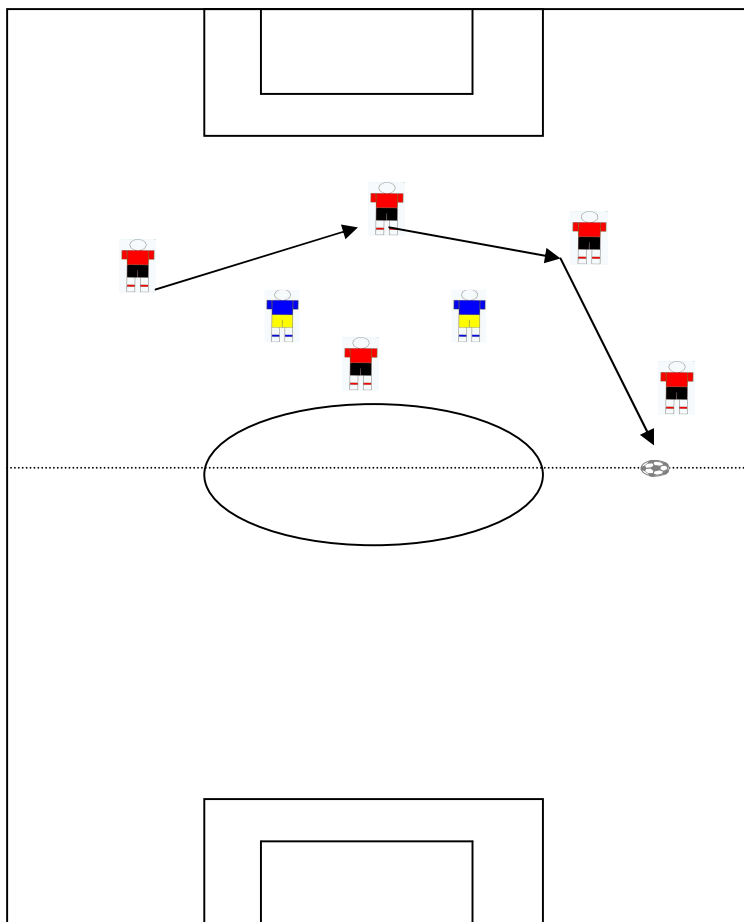


Figura 2 Giro palla difensivo contro due punte centrali avversarie

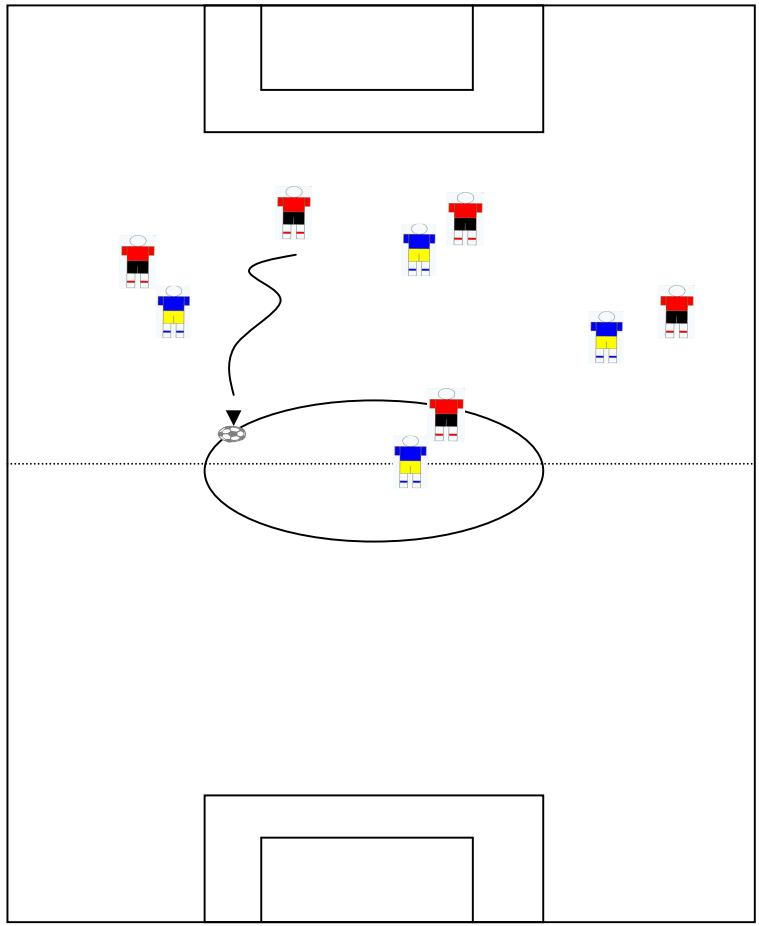
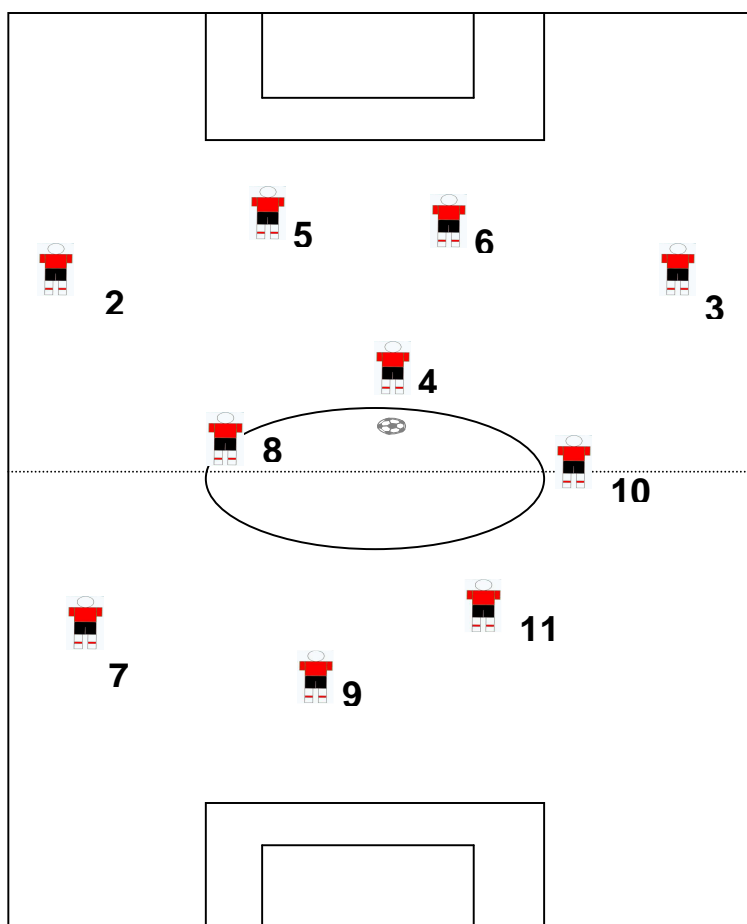


Figura 3 Uscita del centrale difensivo con palla

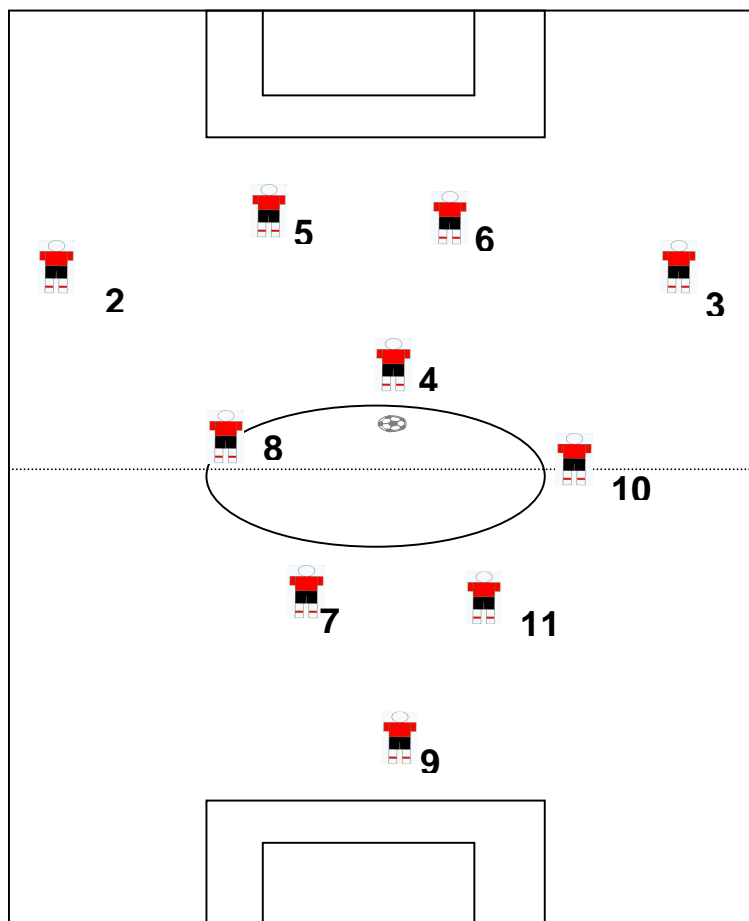
### 3. Le tre variazioni di sistema

In questo modo ho creato una formazione-base fissa di sette giocatori che venivano schierati sempre nello stesso modo, mentre a variare era la disposizione in campo dei tre uomini del reparto offensivo, che potevano essere schierati in tre maniere diverse:

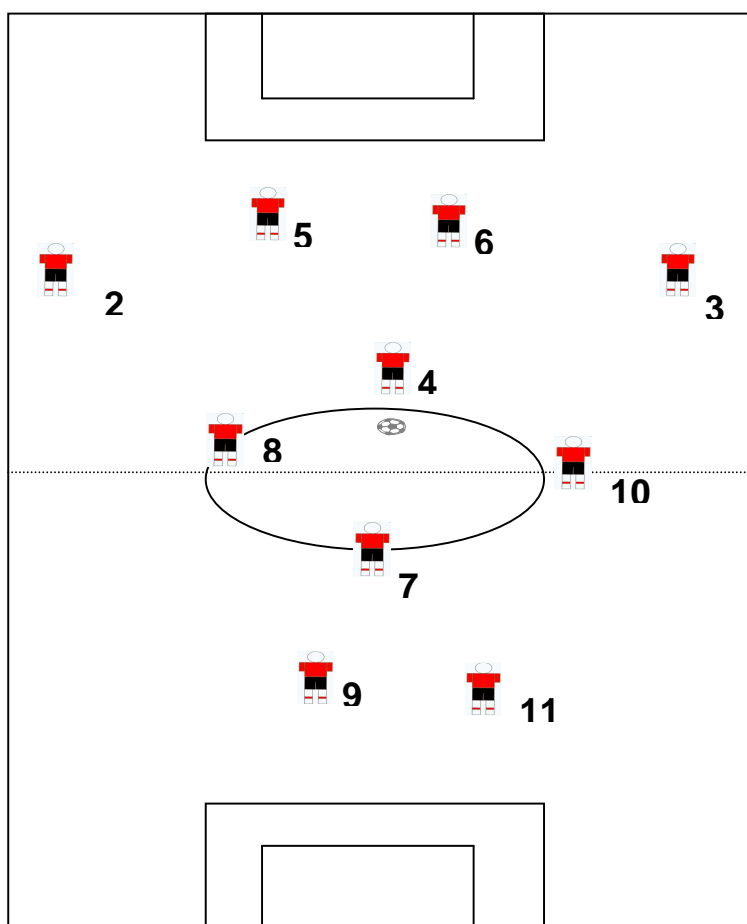
- a) un tornante offensivo a destra, una punta centrale e una seconda punta prevalentemente sulla sinistra;



b) due trequartisti in mezzo al campo e una punta centrale;



c) una mezzapunta o rifinitore e due punte centrali.



Mi preme sottolineare che i compiti e le funzioni di questi tre giocatori sono molto importanti.

Con il tornante a destra ho sfruttato le caratteristiche di un uomo di fascia, abile nell'uno contro uno e molto bravo ad andare sul fondo a crossare e ho cercato di limitare e indirizzare il gioco avversario nel lato del campo in cui lui si trovava.

In una fase precisa del campionato il giocatore ha avuto un calo di forma e nella rosa non avevo a disposizione un altro uomo con le stesse caratteristiche, pertanto sono passato a giocare con due trequartisti in mezzo al campo ed una punta centrale.

Le due mezzepunte sono entrambe brave a ricevere palla tra le linee e soprattutto sono dotate di velocità di base per attaccare gli spazi.

Ho cercato di sfruttare al meglio queste loro caratteristiche, dal momento che reputo questo sistema di gioco molto valido in fase di ripartenza.

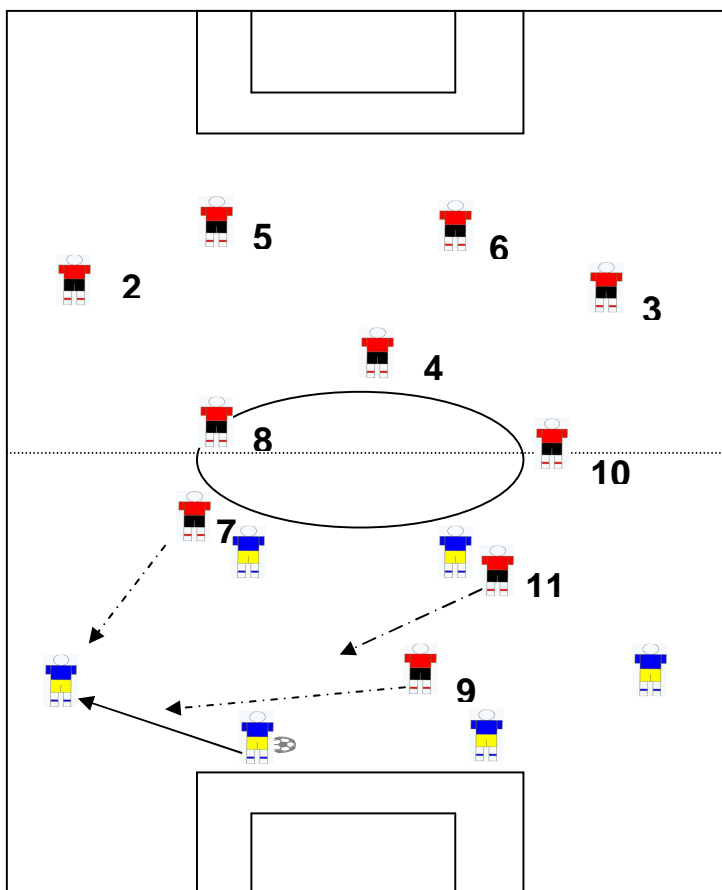
Nel corso del campionato appena conclusosi, una delle due mezzepunte ha subito un serio infortunio che lo ha tenuto lontano dal campo per qualche mese. Ho pensato bene di inserire nel modulo un ventenne con caratteristiche di regista offensivo e ho portato due punte centrali a concludere il gioco.



### **3.1. *Compiti e funzioni dei tre uomini offensivi in fase di non possesso palla***

In base al primo sistema, l'obiettivo principale in fase di non possesso palla è quello di indirizzare il gioco avversario dalla parte in cui si trova il tornante (pressing a invito).

Dal momento che, come ho già detto, la maggior parte delle squadre del Girone B del Campionato di C2 2005-2006 giocava con la difesa schierata a quattro, ho cercato di far sì che il terzino sinistro avversario ricevesse palla. Per questo spostavo il centravanti e l'ala sinistra nella mia zona sinistra del campo, mettevo il centravanti di fronte al loro centrale destro, allargavo la seconda punta sul centrosinistra e facevo stringere il tornante dentro il campo. In questa maniera riuscivamo ad attuare un pressing ultraoffensivo nel nostro lato forte del campo. Nel caso in cui non riuscivamo a spostare il gioco avversario sul nostro lato forte, attuavamo la chiusura con la mezzala sinistra sul terzino avversario con un tempo di ritardo.



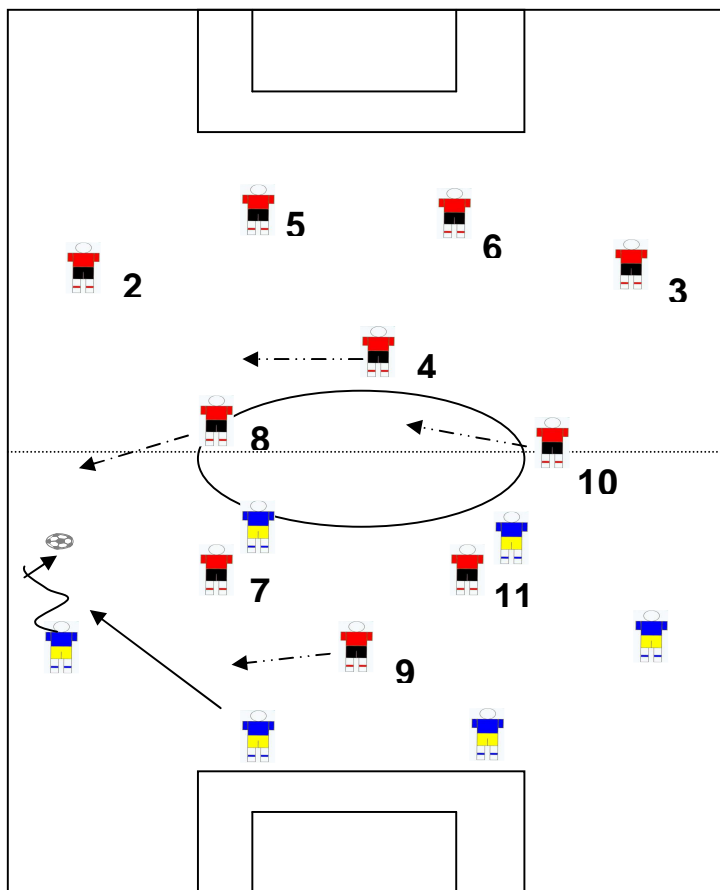
Fase di non possesso

Pressing ad invito dalla parte del tornante numero 7

Per quanto riguarda invece il secondo sistema, il compito delle due mezzepunte era quello di mettere in zona d'ombra i mediani avversari, con la punta in mezzo ai due difensori centrali.

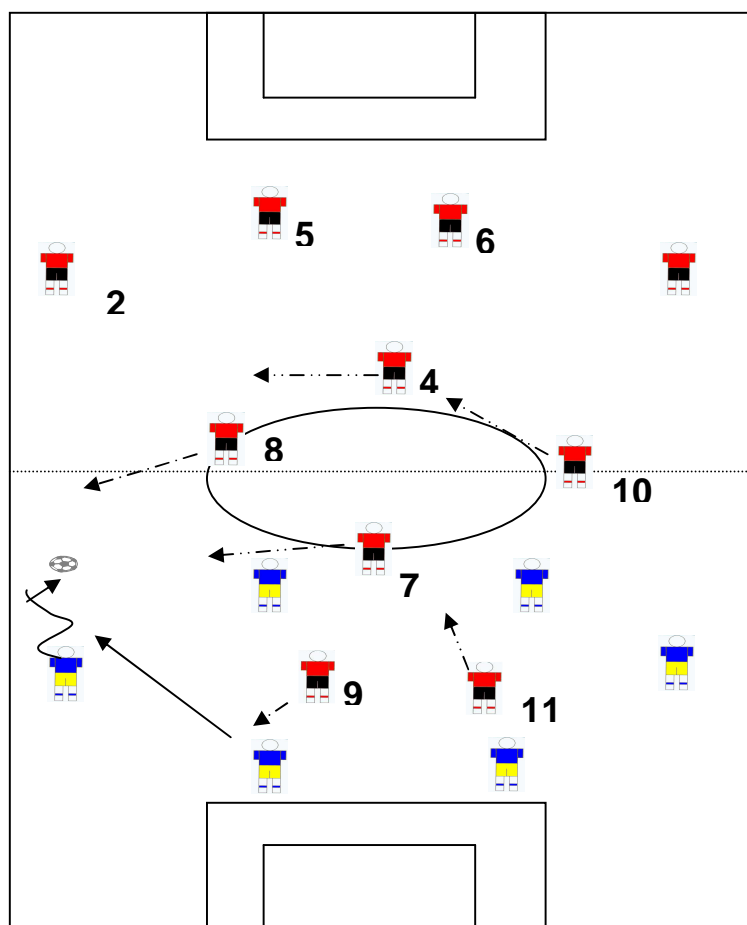
In questa maniera non era possibile effettuare un pressing ultraoffensivo, così le nostre due mezzali uscivano sul portatore di palla nella zona media di centrocampo.

Molto importante era non far abbassare le nostre mezzepunte oltre i mediani, per essere poi subito pronti a trasformare l'azione di difesa in un'azione d'attacco.



Anche nel terzo sistema da me adottato la zona di riconquista palla era la zona mediana del campo, per non sovraccaricare di lavoro difensivo le due punte centrali.

Il trequartista andava a chiudere il mediano avversario dal lato della palla.



### **3.2. *Compiti e funzioni dei tre uomini offensivi in fase di possesso palla***

Dal momento che la fase offensiva è propria di ogni allenatore, non si può parlare di un sistema d'attacco assoluto.

Si deve anche tenere presente che in campo vanno i calciatori e loro devono applicare a loro modo con estro e fantasia, adattandosi alla situazione del momento, le idee proposte loro dall'allenatore.

L'allenatore si limiterà solo a dare indicazioni per soddisfare i principi di tattica collettiva, coordinando i vari reparti, allenandoli sui tempi delle giocate e sugli spazi da occupare.

Applicando il primo sistema che ho descritto, in fase di possesso palla chiedevo al tornante ed alla mezzala destra di fare movimenti opposti.

Se il primo veniva incontro al terzino portatore di palla, il secondo doveva attaccare in profondità lo spazio sulla fascia lasciato libero dal compagno.

Viceversa, se il tornante allungava la squadra in profondità, la mezzala si spostava in fascia per proporsi al portatore.

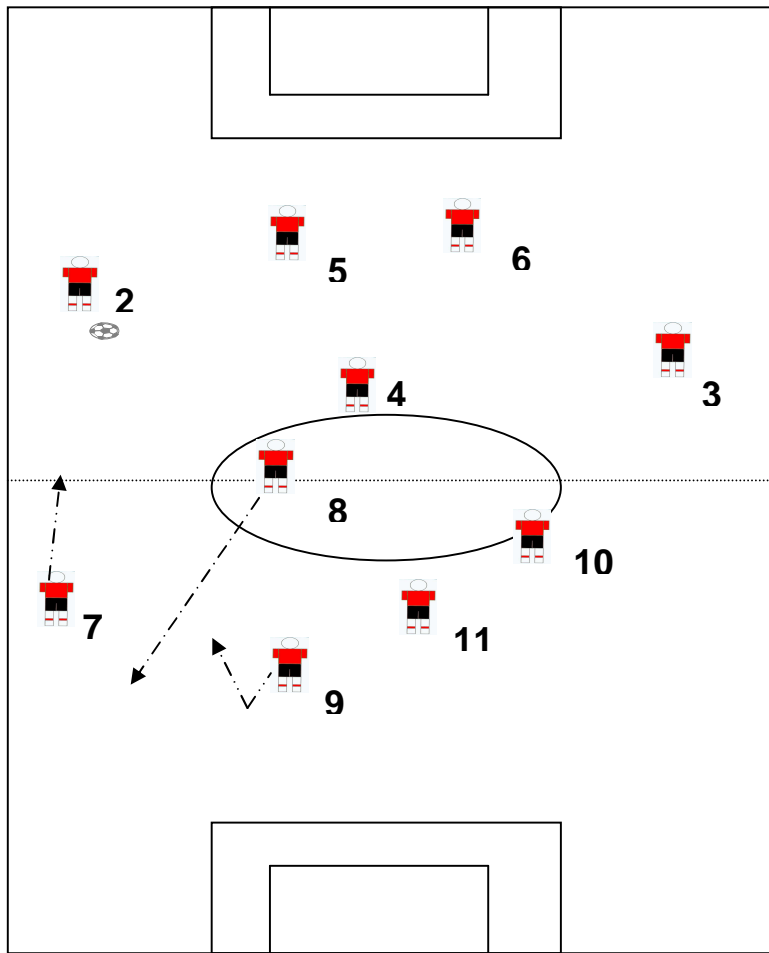


FIG. 1a: movimento di ampiezza e profondità con palla al terzino dx

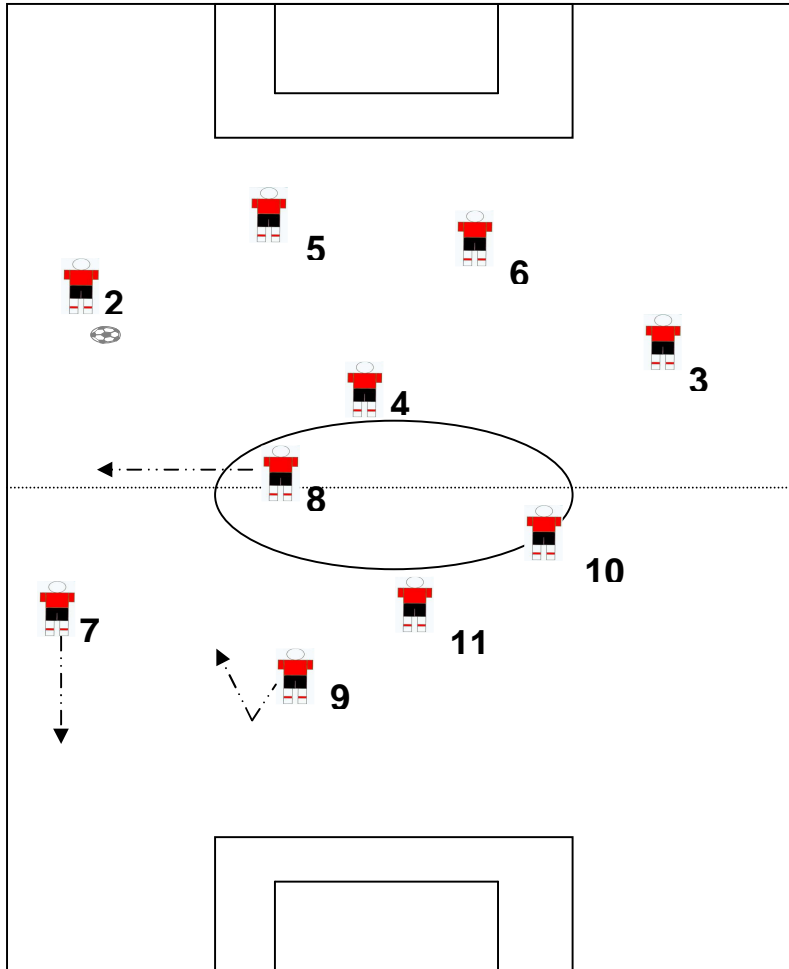


FIG. 2a: movimento di ampiezza e profondità con palla al terzino dx

La catena di sinistra ricercava invece ampiezza e profondità con la mezzala sinistra e il terzino fluidificante.

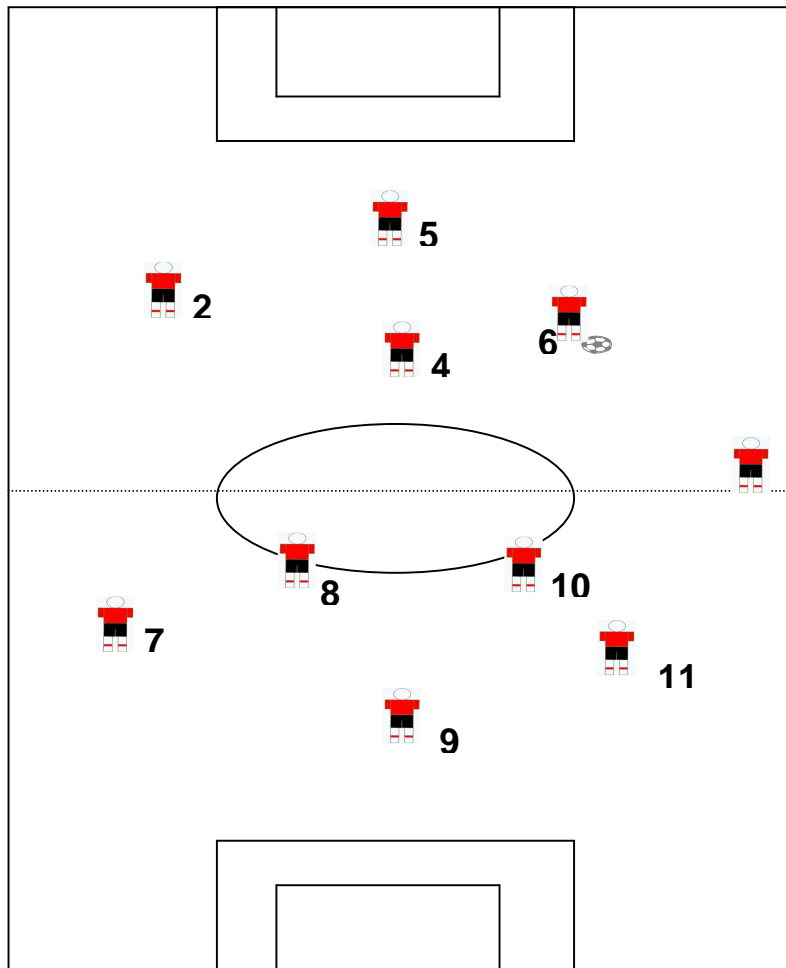


FIG. 3a: movimento di ampiezza e profondità lato sx.



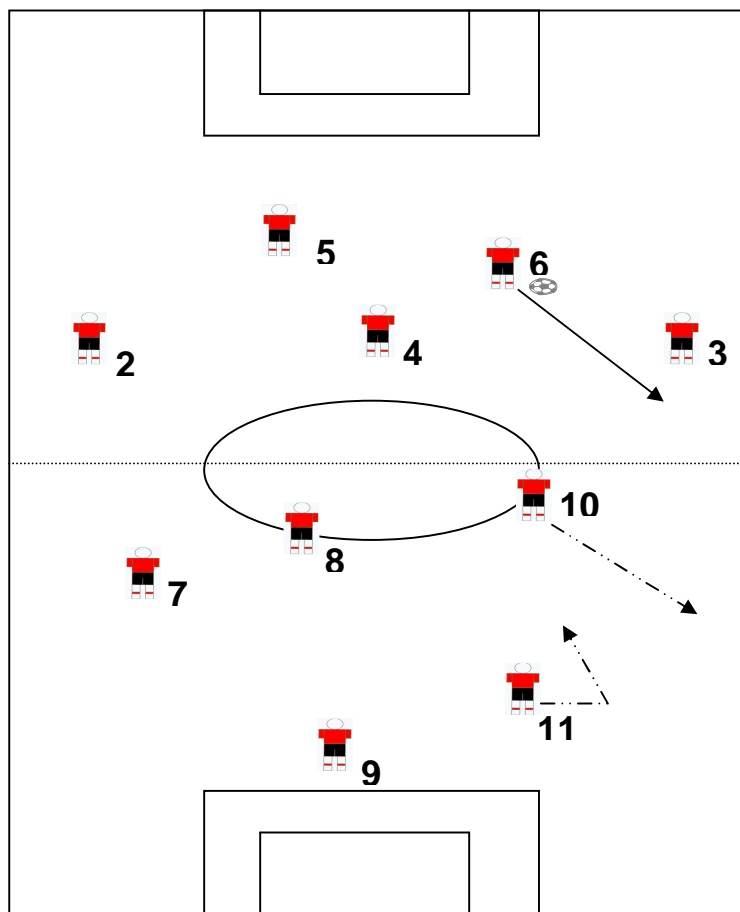


FIG. 4a: movimento di ampiezza e profondità lato sx.

Nel secondo sistema erano il sincronismo e l'affiatamento tra la mezzala e il trequartista di ogni catena a dare ampiezza e profondità alla squadra.

Con palla ai nostri terzini, la mezzala ed il trequartista di parte, a turno, dovevano aprire il campo o ricevere palla tra le linee.

Il centravanti poi doveva svolgere il compito fondamentale di dare profondità alla squadra, per creare gli spazi dove andavano a ricevere i compagni, e proporsi incontro soltanto come ultima opzione per il portatore di palla. Un repentino ribaltamento di fronte con l'inserimento improvviso del terzino opposto può avere infatti molta efficacia.

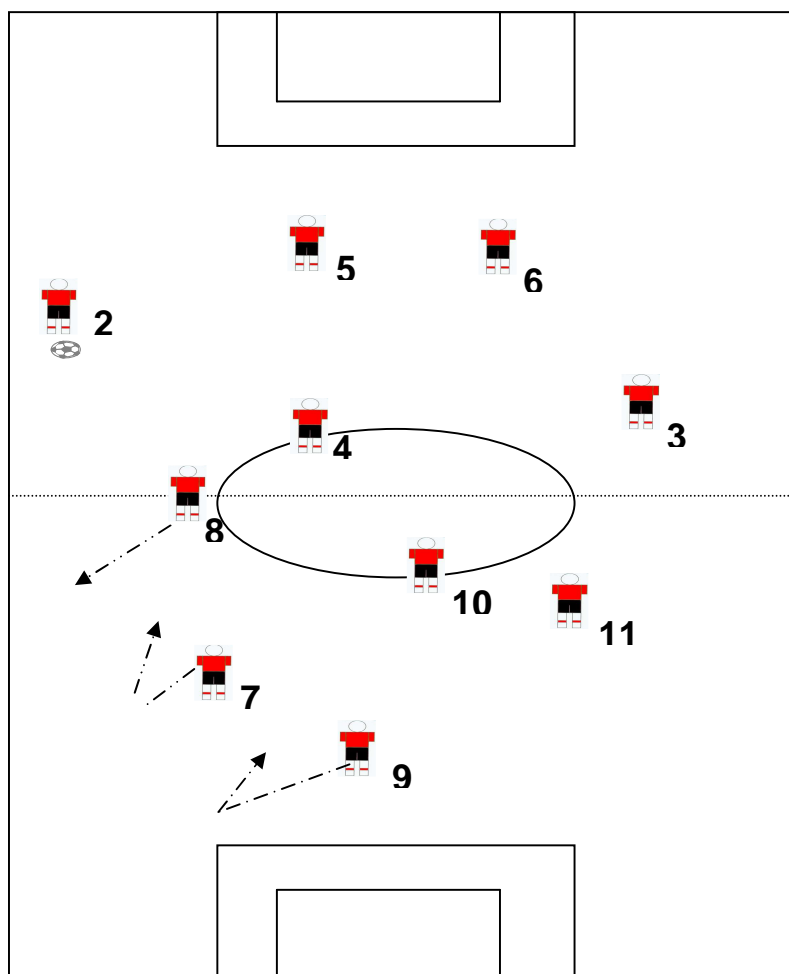


FIG. 1b: movimento di ampiezza e profondità da parte della mezzala mentre il trequartista si posiziona tra la linea di difesa e il centrocampo avversario

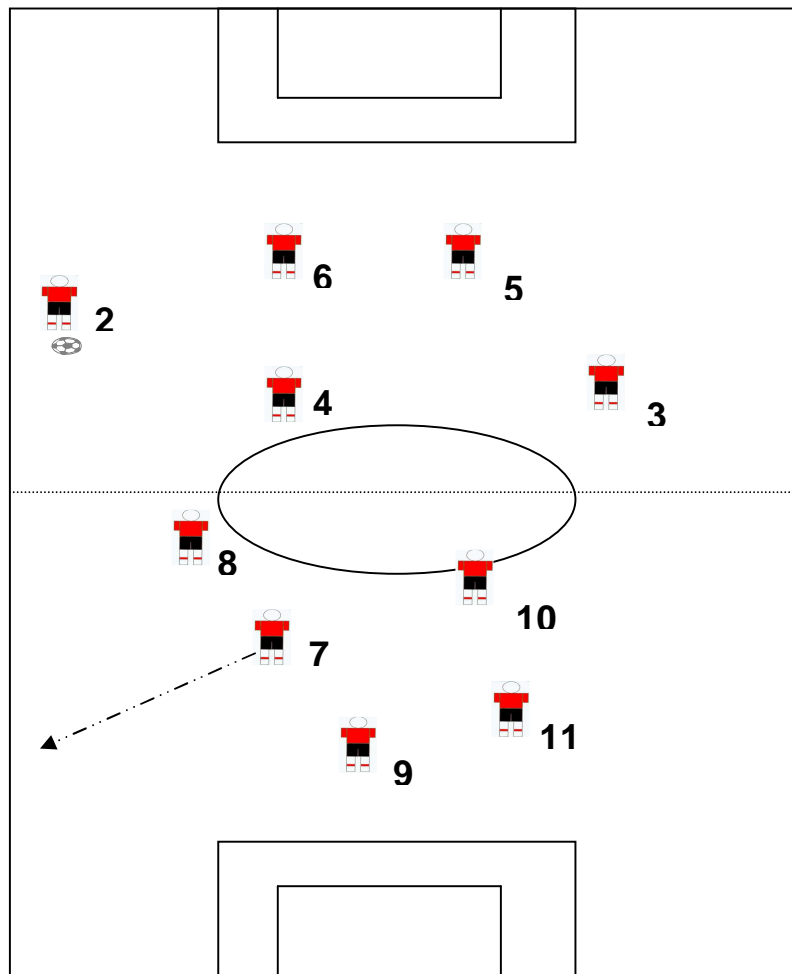


FIG. 2b: movimento in ampiezza del trequartista e posizione della mezzala in mezzo al campo.

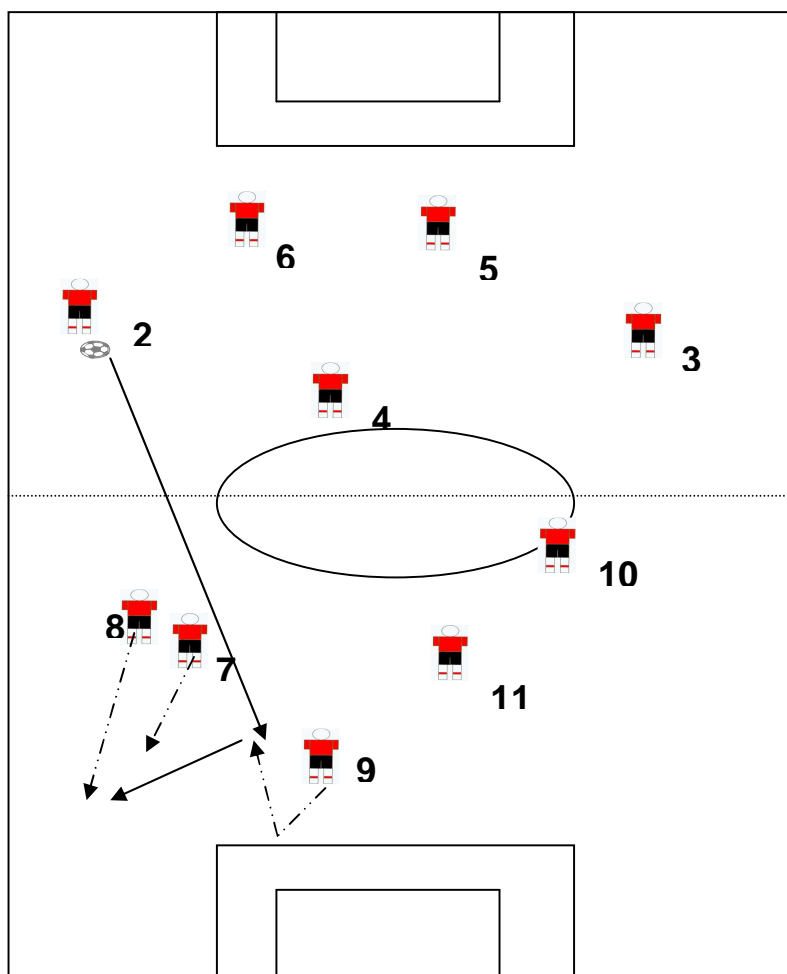


FIG. 3b: passaggio del terzino alla punta centrale, il giocatore tra trequartista e mezzala che ha dato ampiezza attacca la fascia, l'altro rimane a sostegno della punta.

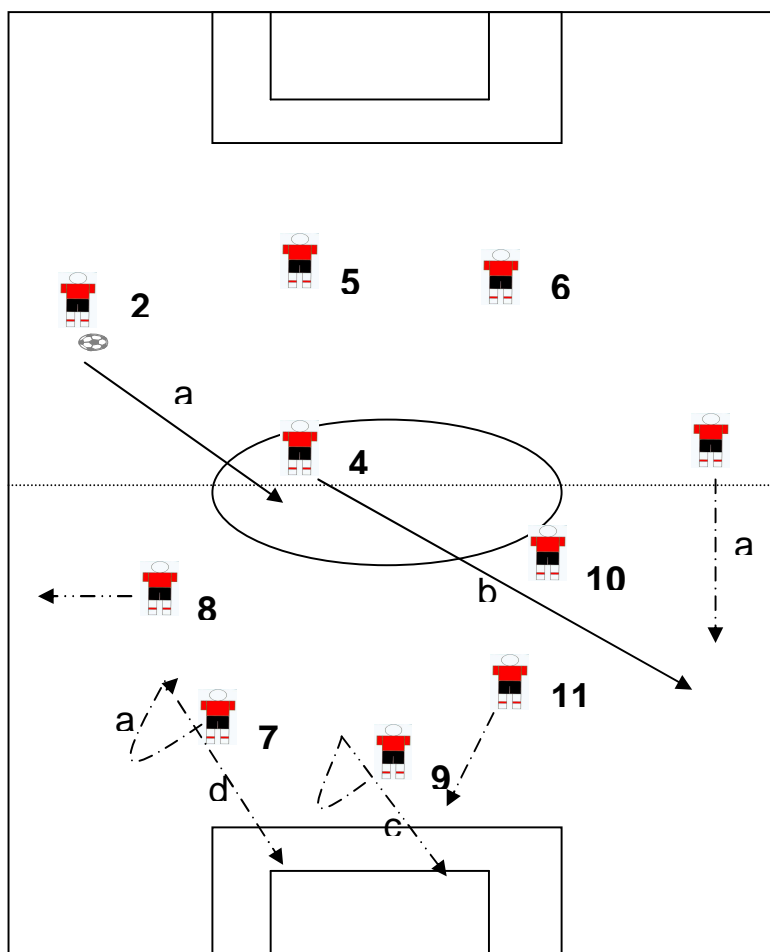
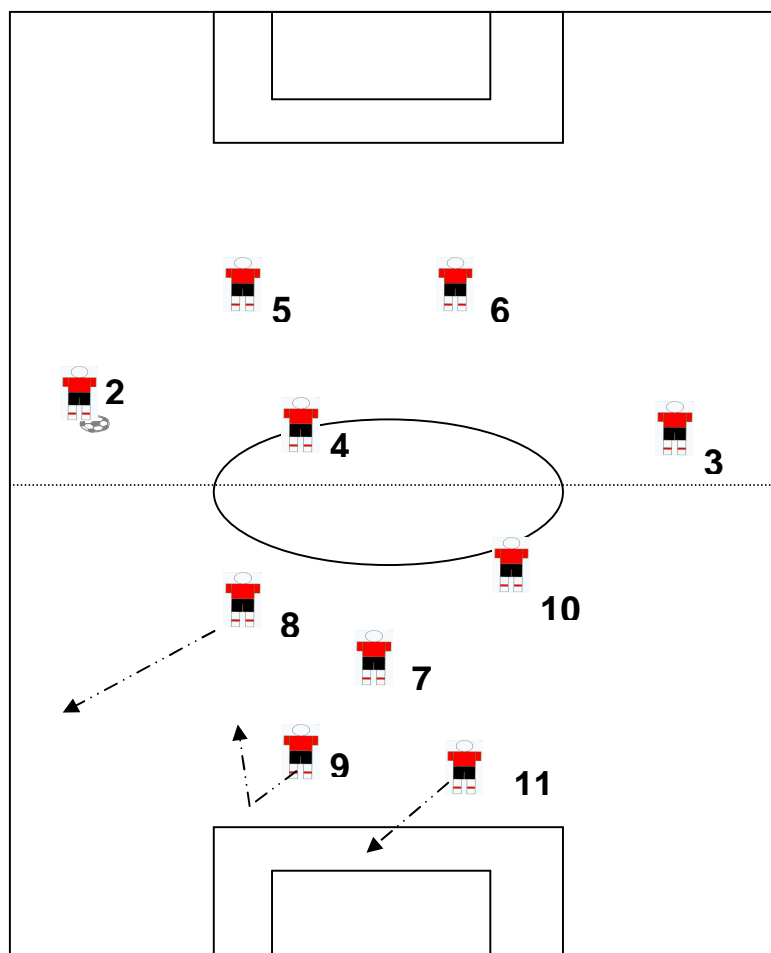


FIG. 4b: Attrazione avversari in zona palla e veloce ribaltamento del gioco da mediano (4) sul terzino opposto (3). La punta centrale si butta sul primo palo e il trequarti numero 7 sul secondo, mentre il trequarti numero 11 chiude la posizione a triangolo con gli altri 2 attaccanti.

Il terzo sistema prevede invece la ricerca dell'ampiezza quasi sistematica da parte della mezzala, creando, se esce il terzino avversario su questo uomo, un 2>2 per le due punte centrali contro la difesa avversaria.

Inoltre chiedo alle punte di venire a turno incontro al possessore di palla e nello stesso tempo di dargli profondità.

Il trequartista nel contempo aveva il compito di ricevere dietro la linea dei centrocampisti avversari oppure fare da sostegno e da suggeritore alle punte e aveva la possibilità di inserirsi centralmente nella linea di difesa avversaria. Anche in questo sistema, proprio per lo spazio libero lasciato nel lato debole del campo, il ribaltamento del fronte del gioco può essere una soluzione vincente.



### **3.3. *Vantaggi e svantaggi dei tre sistemi di gioco***

Ognuno dei sistemi appena descritti offre dei vantaggi e degli svantaggi. È importante rendere consapevoli di questo i nostri giocatori e prepararli a far fruttare i primi ed a volgere a proprio favore i secondi.

In tutti e tre i sistemi il vantaggio principale è dato dalla presenza del centromediano metodista, che è in grado sia di proteggere la difesa che di costruire il gioco.

Un altro vantaggio è dato dalla maggiore densità a centrocampo, dove generalmente vengono riconquistati e fatti ripartire la maggior parte dei palloni.

Nel secondo e nel terzo sistema lo svantaggio è chiaramente quello di dare campo agli avversari, ma, come ho descritto nell'introduzione, si tratta di una scelta precisa, mirata alla ricerca di un contrattacco veloce.

Entrambi i sistemi richiedono una discreta capacità di fraseggio, per ovviare al fatto di non avere subito ampiezza in fase di possesso.

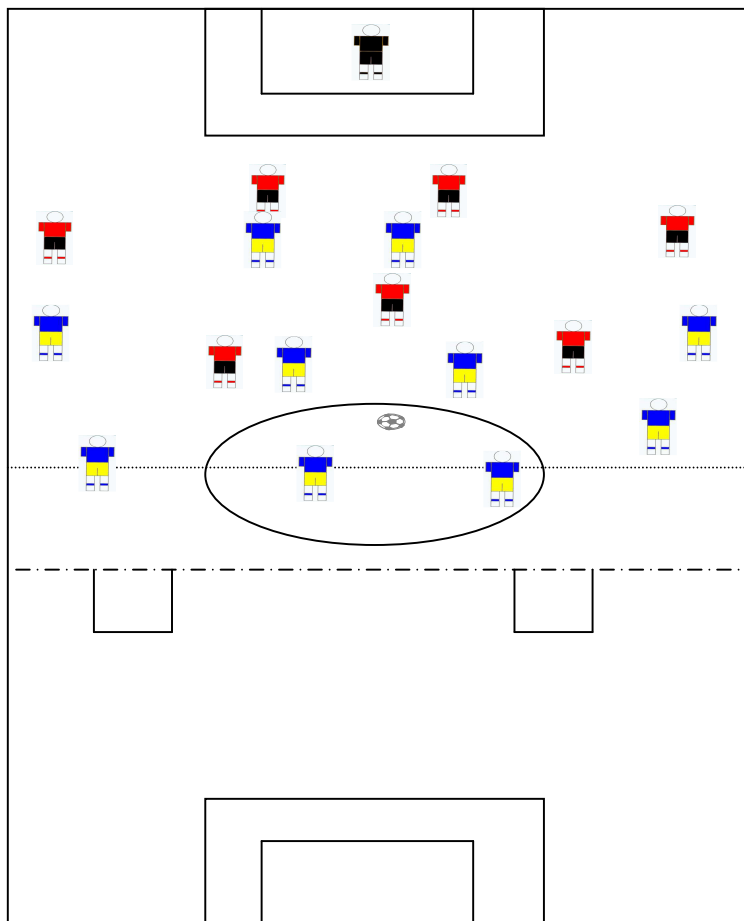
Nel primo sistema, invece, abbiamo questo inconveniente soltanto su un lato del campo.



### **3.4. *Le esercitazioni in allenamento***

Qui di seguito elencherò alcune delle esercitazioni di cui ho usufruito durante l'anno per creare nel blocco dei sette giocatori gli automatismi di cui ho parlato sopra, prima in fase di non possesso palla, poi in fase di possesso palla.

### 3.4.1. Esercizi per la fase di non possesso palla



**Esercitazione:** 8/9/10 > 7+portiere, partita una porta + due porticine 15 metri oltre la metà campo.

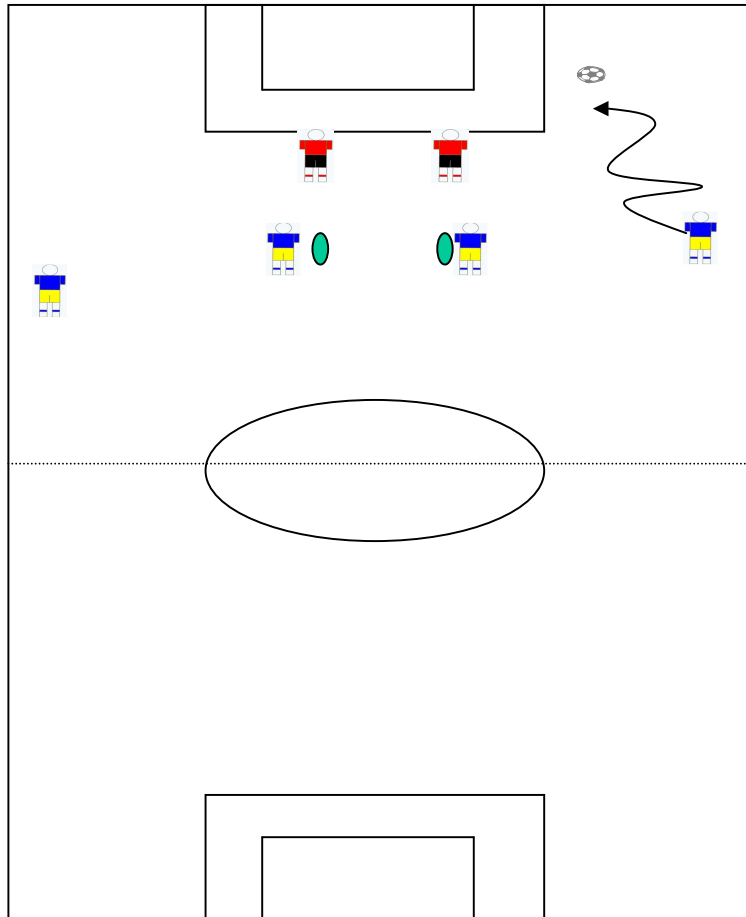
**Regole:** il gol è valido se fatto da oltre metà campo

**Tempo:** 10-15min.

**Obiettivi:** supportare eventuale transizione negativa e difesa coordinata nell'equilibrio da parte del centrocampista centrale inoltre, per la fase di possesso palla, allenare l'uscita manovrata.

**Variante:** partita a tutto campo con due portieri. Tolgo una mezzala dai 7 ed inserisco una punta. Incentivo per i 7 giocatori se riescono a far gol.

**Obiettivo:** ricerca immediata della profondità.

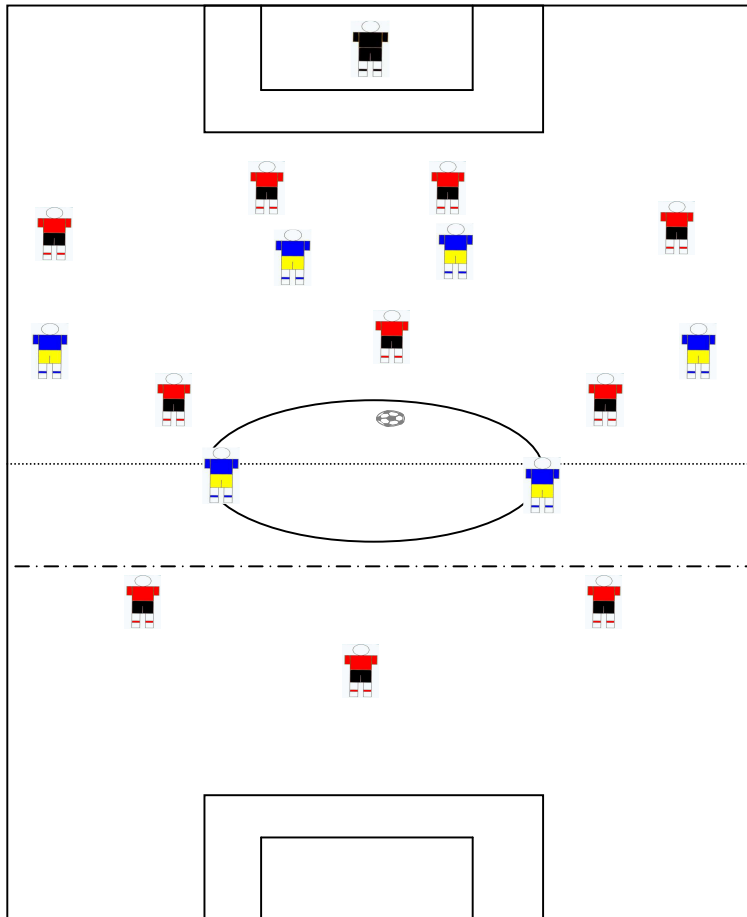


Esercitazione: 2>1; 3>2; 2>2

**Regole:** i difensori devono partire con il corpo rivolto verso la propria porta. Appena l'esterno avversario sposta la palla, partono gli attaccanti centrali.

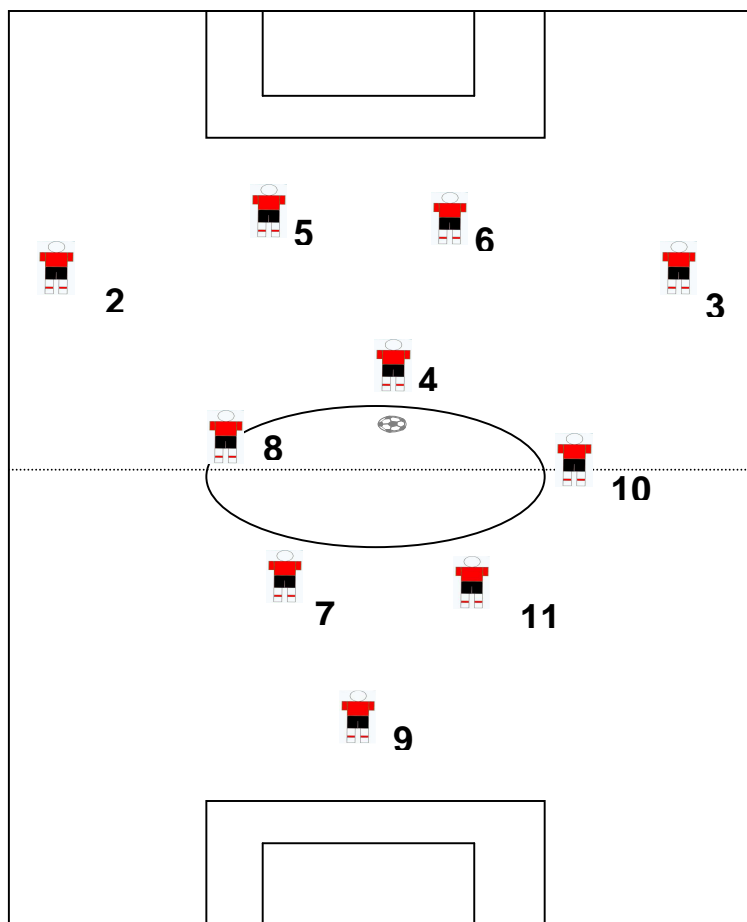
**Obiettivi:** ricerca delle marcature e copertura del primo palo se in superiorità numerica

### 3.4.2. Esercizi per la fase di possesso palla



7 + portiere >6 giocatori disposti come avversari futuri.

**Obiettivo:** partendo da fondo campo portare palla manovrando oltre i cinesini. Poi trovano i 3 attaccanti e concludono l'azione indisturbati.



Esercitazione 10>0

Disposizione in campo a seconda del sistema adottato

Ripasso delle situazioni predeterminate facendo attenzione ai tempi di gioco. Tocchi liberi ed esecuzioni tecniche precise.

## **4. Conclusioni**

Tengo a sottolineare che questa tesi è il risultato delle mie esperienze personali e che le conclusioni che ho ottenuto possono essere più o meno opinabili, ma sono in effetti il frutto dei miei 4 anni di lavoro sul campo. Posso affermare che non ho un unico sistema in cui credo, credo piuttosto nelle forze che ho a disposizione: i miei uomini. Pertanto i miei sistemi di gioco si adatteranno ai calciatori che avrò in rosa e non viceversa.

Le soluzioni che ho indicato sono solo una minima parte delle numerose combinazioni possibili che si possono sviluppare in una gara. Si può affermare che nel corso di uno stesso incontro vengono giocate più partite e che i calciatori devono essere abili a cambiare marcia, passando da un sistema all'altro, mutando l'impostazione del gioco per rafforzare ora la fase difensiva, ora la fase propulsiva.

L'importante è far capire ai singoli uomini come comportarsi in base a quanto fanno gli avversari e riuscire a sincronizzare le sinergie nel corso del gioco, rendendo i propri giocatori partecipi e consapevoli delle proprie convinzioni.

## **5. Bibliografia**

Appunti tratti dalle lezioni “Tecnica calcistica” di Franco Ferrari durante il Master 2005-2006.

“Viaggio nella Champions League 2004-2005”, a cura di Marco Viani, in: «Settore tecnico» Nr. 5/2005, pagg. 8-13.

F. Ferrari, “Elementi di tattica calcistica” Vol. 1, Milano, 2001.