

SETTORE TECNICO



CORSO PER ALLENATORE PROFESSIONISTA DI
1° CATEGORIA UEFA PRO

**“Pressing e
riagggressione,
presente e futuro del
calcio dominante”**

Relatore: **R.Ulivieri**

Candidato: **Antonio Gagliardi**

Stagione 2021-2022

INDICE

Introduzione	pag.3
Storia del pressing.....	pag.7

1. ANALISI TATTICA

1.0 - Diverse tipologie di pressing	pag.18
1.1 - Pressing uomo vs uomo	pag.19
1.2 - Pressing di “contrapposizione”	pag.22
1.3 - Pressing di zona.....	pag.27
1.4 - Riaggresione “Gegenpressing”.....	pag.33
1.5 - Ruolo del portiere.....	pag.38

2. ANALISI STATISTICA

2.0 - Introduzione	pag.42
2.1 - Metodo di Analisi Integrata	pag.43
2.2 - Altri Dati	pag.49
2.3 -Conclusioni statistiche	pag.53

3. METODOLOGIA

3.0 - Introduzione alla metodologia	pag.54
3.1 - Esercitazioni.....	pag.56

Conclusioni	pag.62
Ringraziamenti.....	pag.64
Bibliografia.....	pag.66

INTRODUZIONE

Nel mio percorso calcistico sono sempre stato attratto ed influenzato dalle **grandi squadre del passato e del presente** capaci non solo di vincere big match e trofei ma, anche e soprattutto, di lasciare qualcosa nella mente e nel cuore degli addetti ai lavori e degli appassionati.

In questo percorso l'ammirazione per un calcio offensivo, d'attacco e "dominante" è stata forte, tanto da farmi studiare per anni quasi esclusivamente principi, soluzioni e posizionamenti offensivi.

Credevo, ed in parte lo credo tuttora, che le grandi squadre **dominassero il gioco** perché avessero sviluppato un fantastico **gioco offensivo**.

Però, più studiavo le grandi squadre, più mi rendevo conto che il loro dominio del gioco passava per la fase di non possesso. Una **fase di non possesso aggressiva e "proattiva"**, volta a togliere tempo e spazio agli avversari ed a recuperare palla il più velocemente ed il più in "alto" possibile.

Credo che le tre squadre più importanti nella storia del calcio siano state **l'Olanda di Michels, il Milan di Sacchi ed il Barcellona di Guardiola**.

Ebbene cosa hanno in comune questi tre grandissimi teams?

Non solo una mentalità offensiva ed un gioco corale illuminato da incredibili campioni, ma innanzitutto un'incredibile voglia di andarsi a riprendere il pallone il prima possibile.

Il Pressing e la Riagggressione di queste tre legendarie squadre sono il vero comune denominatore del loro **calcio dominante**.

Il pressing e riagggressione che sono allo stesso tempo un'arma difensiva ed offensiva, ago della bilancia sul **dominio della partita** o meno.

L'unica reale ed indipendente scelta che un allenatore ed uno staff tecnico possano fare nella strategia di gioco di una partita è proprio questa: decidere l'impostazione della propria fase difensiva. Per quanto riguarda il pressing, decidere se aspettare o pressare alti.

Tutte le altre strategie offensive, anche le più creative dipenderanno dalla rispettiva strategia difensiva degli avversari di turno.

Voglio attaccare la profondità? Se i miei avversari rimarranno molto bassi nella loro area di rigore, sarà per me impossibile.

Voglio costruire da dietro con una fitta rete di passaggi corti ed orizzontali? Se i miei avversari vorranno pressarmi molto alti, uomo contro uomo, probabilmente me lo impediranno.

Nella strategia difensiva invece sono io il padrone del mio destino, posso decidere (sintetizzando) di aspettare o di andare a "prenderli" alti.

Il ritmo e la gestione della gara dipenderanno in gran parte dalla mia strategia difensiva.

Ed è proprio questo aspetto che andremo ad indagare.

Dobbiamo però chiarire le definizioni di Pressing e Riaggresione.

Il **Pressing** è un'azione collettiva difensiva di forte pressione sulla palla e sugli appoggi vicini, volta al recupero veloce del pallone. Un'azione di pressing è un messaggio della squadra difendente: "non stiamo aspettando la conclusione della tua azione o un tuo errore per tornare in possesso della palla, ma vogliamo venire velocemente a riprenderla".

Esistono ovviamente diversi tipi di pressing e diverse altezze del pressing stesso, concetti che cercheremo di sviluppare in questa tesi.

La **Riaggresione** invece è una transizione difensiva che avviene immediatamente dopo la perdita del pallone (solitamente in un arco di tempo inferiore agli 8-10 secondi). La riaggresione è una reazione al cambio di possesso, che prevede corse in avanti e non indietro alla difesa della porta. Solitamente avviene negli ultimi 35 metri e più in generale nella metà campo offensiva.

La riaggresione è indissolubilmente legata alla fase di possesso: un attacco con grande **densità** di giocatori intorno al pallone favorirà una naturale riaggresione per recuperare palla.

Altro concetto per me interessante da prendere in considerazione è la capacità di mantenere un elevato rendimento nel tempo (una o più stagioni) nella fase di pressing e riaggresione.

Uno dei più grandi problemi nelle squadre vincenti che vogliono dominare il gioco avviene dopo un importante ciclo di vittorie: **si perde la fame nella riaggresione.**

Per squadre con tanti giocatori in posizione offensiva, riaggredire meno vuol dire esporsi a numerosi e pericolosi contropiedi degli avversari.

Ci sono molti esempi: possiamo ricordare la **Germania post mondiale 2014**, ancora fortissima con il pallone tra i piedi ma esposta in ripartenza (soprattutto al Mondiale in Russia nel 2018) o anche al **Barcellona post-Guardiola** (una “sola” Champions vinta nonostante la generazione di campioni Pique-Xavi-Iniesta-Messi oltre che i tanti fenomenali acquisti, fra cui possiamo citare Suarez e Neymar).

Questa considerazione ci fa riflettere su quanto sia importante il lavoro quotidiano su pressing e riaggresione, che vanno sempre costantemente allenati mantenendo una coerenza nella **metodologia** di lavoro.

Va garantito inoltre il **ricambio generazionale**, con inserimento graduale ma continuo di giocatori nuovi e giovani per tenere sempre alta la “fame” di vittoria e di conseguenza nell’andare a prendersi in fretta il pallone.

Concludiamo questa introduzione con un altro stimolo di discussione: il recente cambiamento regolamentare con la possibilità dei **5 cambi**. Una regola che può favorire un certo tipo di pressing ad alta intensità, specialmente per squadre con rose profonde e di qualità: si ha la possibilità di inserire forze fresche in campo, continuando le dispendiose corse (fisicamente e mentalmente) con accelerazioni e decelerazioni che il pressing e la riaggresione richiedono.

STORIA

Alcune fra le più autorevoli firme sulla storia dell'evoluzione del nostro fantastico sport, sono d'accordo nell'evidenziare il fondamentale apporto di **Viktor Maslov** nella nascita della cosiddetta tattica moderna. Soprattutto *J.Wilson* nella splendida "*Piramide Rovesciata*" racconta la vita e le idee di questo genio russo del calcio nato a Mosca e vincitore di numerosi trofei con la Torpedo Mosca e con la Dinamo Kiev a cavallo degli anni 50' e 60'.

Fra le innovazioni di Maslov ricordiamo il modulo **4-4-2** con le ali vicine ai centrocampisti. Una mossa difensiva in un'epoca in cui ancora molte squadre giocavano con il 3-2-5 dei cinque attaccanti in linea o con il 4-2-4 del Brasile campione del Mondo nel 58' in Svezia.

Il 4-4-2 ed una grande condizione atletica e fisica dei propri giocatori (Maslov fu tra i primi allenatori a cambiare la preparazione fisica dei giocatori ed introdurre diete ad hoc) furono la base del primo pressing moderno ed organizzato che la storia del calcio ricordi.

Maslov prese spunto e rielaborò un'importante tattica di **hockey sul ghiaccio: il forechecking.**

Il foechecking consisteva, e consiste tuttora, nel cercare di recuperare in maniera aggressiva il disco in un campo da hockey sul ghiaccio. Tre giocatori in maniera coordinata attaccano il possessore di palla avversario: uno lo forza contro la parete laterale del campo, un secondo recupera il disco ed il terzo infine è spesso in posizione privilegiata per provare subito a trasformare il recupero difensivo in un goal nella fase d'attacco.

Un ex giocatore di Maslov stesso divenne poi altrettanto importante nello sviluppo di questa e di altre tattiche: **Valery Lobanovski.**

Il "colonnello" nato a Kiev è stato uno dei più grandi allenatori della storia del calcio, capace di raggiungere traguardi importanti più volte ed in momenti diversi, sia con la nazionale dell'Unione Sovietica sia con la Dinamo Kiev (allenata in momenti diversi dal 1973 al 2002).

Uno dei pionieri nell'utilizzo della tecnologia all'interno di una squadra di calcio, fece grande utilizzo dell'utilizzo dei nuovi **computer**

che negli anni '70' arrivavano nelle case e nelle aziende europee. Ossessionato dal cercare di "dividere" lo sforzo fisico dei giocatori in parti uguali (probabilmente contaminato dall'ideologia comunista dell'ex Urss) fu tra i primi allenatori a sezionare il campo in zone e analizzare i singoli eventi che accadevano all'interno delle diverse porzioni di campo.

Una seconda, importante ed innovativa, caratteristica del modello di lavoro del colonnello era quella di formare ed allenare giocatori universali capaci di ricoprire più ruoli e funzioni anticipando così un trend che parecchi anni dopo sarebbe diventato fondamentale.

"Il ruolo nel calcio moderno non è più una posizione ma una funzione"

(cit. Antonio Gagliardi, 2015)

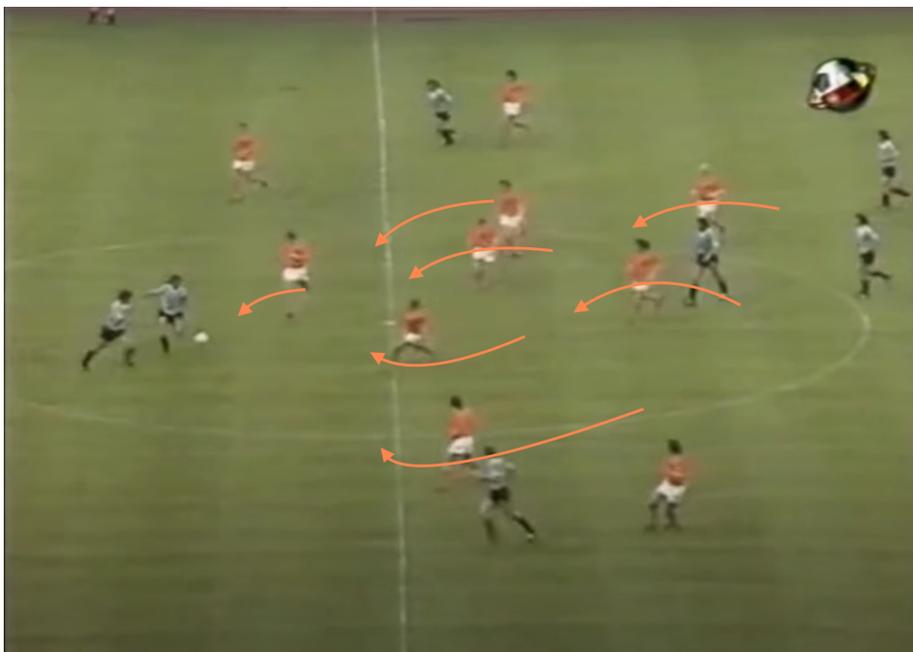
Il **pressing** delle squadre di Lobanovski era un pressing collettivo ed asfissiante, capace di dare un ritmo alle partite allora sconosciuto.

Fra la fine degli anni '60' ed i primi anni '70', parecchi chilometri più ad ovest, in una piccola squadra di Amsterdam si realizza la più grande rivoluzione calcistica che il gioco del calcio ricordi: Michels diventa allenatore dell'**Ajax**. Lui stesso ex giocatore della squadra olandese, **Michels** fu uno dei primi tecnici moderni con un ufficio al campo e grande attenzione alla parte tattica del gioco. Sfruttando anche un'incredibile generazione di talenti, l'Ajax vinse tre Coppe Campioni consecutive sorprendendo tutto il mondo sportivo dell'epoca. Il vero zenit di quel modello di gioco fu però il Mondiale del 1974 sotto la bandiera della nazionale olandese, quando il grande Ajax già non esisteva più o quasi: Michels e **J.Cruyff** avevano già lasciato Amsterdam per andare a Barcellona e Neeskens li seguirà appena dopo il Mondiale. Rep andrà invece a giocare al Valencia ed Haan all'Anderlecht e così via tutti gli altri. Il fortissimo Krool per esempio lo vedremo anche in Italia al Napoli dopo l'esperienza canadese.

Il Mondiale tedesco del 1974 si presenta dunque come l'ultima grande occasione di ammirare quei fantastici giocatori e quel modello di gioco tutti insieme: la più intrigante "**Last Dance**" che il mondo del calcio abbia mai visto. Al blocco Ajax, Michels aggiunge alcuni elementi del Feyernoord campione d'Europa nel 1970 e la talentuosa ala Rensenbrink, che giocava nell'Anderlecht.

La nazionale olandese si presenta al mondo introducendo le novità tattiche e con i campioni che avevano portato l'Ajax sul tetto d'Europa: possesso palla con passaggi corti e giocatori universali che partendo dal 4-3-3 si scambiavano ruoli e posizioni. Un gioco corale, collettivo ed imprevedibile che passerà alla storia come **Calcio Totale**: ancora oggi praticamente tutte le innovazioni tattiche a cui abbiamo la fortuna di assistere derivano da quella incredibile squadra dalla maglia arancione.

Ma le innovazioni più interessanti per il nostro studio rimangono quelle difensive (che poi come stiamo vedendo, tanto difensive non sono): **Pressing e Riagggressione**.



https://www.youtube.com/watch?v=hfqTy2bJzmU&ab_channel=FootballtheGreat

Aiutati anche dall'utilizzo sistematico del fallo tattico e del fuorigioco (sfruttando una regola diversa che verrà cambiata solo 20 anni dopo), la riconquista palla delle furie olandesi è qualcosa di assolutamente extraterrestre. Soprattutto le squadre sudamericane (Uruguay, Argentina e Brasile) non avevano mai visto nulla di simile e rimangono sotto shock.

Se in fase offensiva l'uomo chiave era J.Cruijff (uno dei primi falsi 9 della storia), in fase difensiva assumeva grande importanza **Neeskens**. Il centrocampista olandese agiva da teorico vertice basso del 4-3-3. In fase difensiva però, era spesso l'uomo più avanzato ed aggressivo, quello che faceva partire il feroce pressing olandese. Un pressing, ed una riagggressione a palla persa, selvaggio e micidiale, non codificato, disordinato ma comunque organizzato.

Per chi volesse approfondire **temi tattici, culturali e legacy** in generale **del Calcio Totale olandese**, qualche anno fa ho scritto un saggio con l'amico Roberto Pizzato proprio su questo argomento. Con il contributo originale di David Winner (autore di "Brilliant Orange") e di David Endt (storico Team Manager dei lancieri) direttamente da Amsterdam.

Storia ed Evoluzione del Calcio Totale:

<https://www.ultimouomo.com/totaal-voetbal/>

Va ricordato che quell'Olanda perse la finale del Mondiale contro la Germania di Beckenbauer e G.Muller padrona di casa, ma nonostante non abbia vinto a distanza di anni siamo ancora qui pronti a ricordarla ed ammirarla.

La vittoria nel calcio è l'obiettivo massimo, è il motore che muove lo studio degli addetti ai lavori e l'entusiasmo dei tifosi, ma non può essere l'unico metro di valutazione di uno sport situazionale così complesso.

Nella storia del calcio alcune squadre pur non vincendo il titolo sono riuscite a regalare emozioni e concetti superiori di altre squadre "vincenti".

Penso per esempio all'**Ungheria** di Puskas, Hidegkuti e Kocsis, sconfitti in finale Mondiale nel 1954.

O ancora al **Real Madrid dei Galacticos** che nella versione con R.Carlos, Figo, Zidane, Raul e Ronaldo il Fenomeno non riuscirono a vincere la Champions ma incantarono il mondo con giocate strepitose.

Per rimanere in Italia, mi piace citare la prima spumeggiante **Roma di Spalletti**, l'incredibile **Napoli di Sarri** e la coraggiosa **Atalanta di Gasperini**. Squadre che per un motivo o un altro non sono riuscite a vincere quel titolo che probabilmente meritavano.

Eravamo rimasti all'Olanda del 1974 e compiamo un salto di quasi 15 anni, dimenticando però colpevolmente altre fantastiche squadre e grandi allenatori (fra tutti l'austriaco **Ernst Happel**).

A metà anni 80' in Italia, nella Milano capitale economica del paese, un allenatore di provincia ispirandosi proprio all'Olanda di Michels, cambiò per sempre la storia del calcio mondiale costringendo persino la Fifa a cambiare le regole del gioco.

«Volevo che la squadra difendesse aggredendo e non arretrando, ma avanzando. Volevo che la squadra fosse padrona del gioco in casa e in trasferta. Era difficile far capire il nuovo modo di giocare, il movimento sincronizzato della squadra senza palla, avere undici giocatori con e senza palla sempre in posizione attiva. Avere una difesa attiva vuol dire che anche quando hanno la palla gli avversari tu sei padrone del gioco. Con tale pressione li obblighi a giocare a velocità, a ritmi e intensità tali per cui non essendo abituati vanno in difficoltà ». (cit. Arrigo Sacchi).

Arrigo Sacchi impostò una squadra rivoluzionaria per la cultura sportiva italiana. Una cultura quella italiana, non solo sportivamente, dominata spesso dalla furbizia, dalla pigrizia, dalla voglia di raggiungere il risultato e lo scopo senza sacrificio.

In un'epoca in cui le squadre fuori casa giocavano esclusivamente per il pareggio il **Milan di Baresi, Maldini e degli olandesi** iniziò ad imporre il proprio gioco in tutti i campi italiani ed europei.

“Mentre Crujff ed in generale il calcio olandese puntavano al controllo della palla per avere il dominio del gioco, Sacchi puntava al controllo degli spazi per arrivare allo stesso scopo. Con Sacchi le squadre per la prima volta arrivarono ad essere esteticamente belle anche in fase difensiva.” (cit. E.Battazzi - Ultimo Uomo)

Il Milan di Sacchi riprese la tattica olandese del **fuorigioco** e la portò al suo livello massimo: approfittando di una regola diversa che non prevedeva il fuorigioco passivo, la risalita della difesa rossonera guidata da Baresi era feroce e “mangiava” campo agli avversari con una velocità ed un ritmo nuovi per l'epoca. Il sincronismo dei movimenti del **4-4-2 milanista** rimarranno per sempre un esempio di come una squadra possa muoversi come un corpo unico.

Il 1 novembre 1989, il Milan di Sacchi passa il turno di Coppa Campioni al Bernabeu contro il Real Madrid della Quinta del Buitre mettendo gli spagnoli in **fuorigioco 23 volte!** Un numero pazzesco.

La squadra italiana in quegli anni adottava una tattica esasperante per gli avversari che toglieva tempo e spazio.

All'epoca della “rivoluzione sacchiana” ad Italia 90' i fuorigioco a partita furono 8,5 per gara. Al mondiale in Russia sono stati invece solo 2,7.

Per fronteggiare questa rivoluzione la Fifa nel 1992 fu costretta a cambiare la regola sul fuorigioco passivo. Sacchi ha costretto il calcio a diventare un gioco migliore.



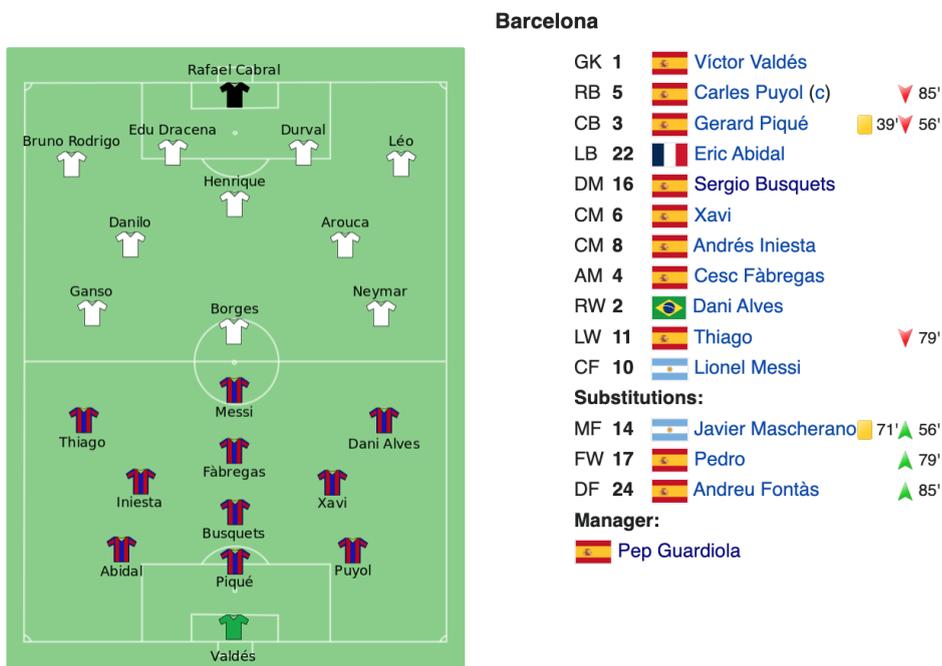
https://www.youtube.com/watch?v=QtmNO2_W4mY&ab_channel=melvisol%C3%A8

Dal Milan di Sacchi al **Barcellona di Crujff** allenatore ed all'**Ajax di Van Gaal** il salto è veloce e con numerosi collegamenti. Ma è alla fine della prima decade del nuovo millennio che si compie la terza grande rivoluzione calcistica: un ex giocatore proprio del Dream Team catalano di Crujff viene promesso allenatore del **Barcellona**.

Un Barcellona quello di **Guardiola** che poteva contare su una generazione di talenti come Puyol, Piquè e D.Alves in difesa, Xavi, Iniesta, Busquets a centrocampo ed ovviamente Messi in attacco. Guardiola ha cambiato per sempre la storia di questo sport esaltando principi di gioco prettamente offensivi: dalla **costruzione dal basso**, all'esaltazione del **gioco posizionale**.

Ma proprio partendo da questi principi e posizionamenti offensivi la squadra spagnola porta la riconquista veloce del pallone (la cosiddetta **Riaggresione**) ad un nuovo livello. Teorizzando per primo la regola dei primi **5 secondi** (dopo la perdita) Guardiola riesce a riprendere spesso la palla nella trequarti offensiva e continuare così il suo snervante (per gli avversari) possesso palla.

Il controllo del centro del campo, con tanti giocatori vicini e numerosi passaggi corti anche interlocutori sono propedeutici alla riaggresione spagnola, con l'apice della finale mondiale per club Barcellona - Santos del 2011. Guardiola in quella storica partita arrivò a schierare 5 centrocampisti centrali oltre a Messi falso nove, il controllo del centro della "scacchiera" era totale e le riaggresioni naturali.



La **dinastia** del Barcellona di Guardiola influenzò moltissimo anche la nazionale spagnola, con i giocatori iberici che fra Barcellona e Spagna nel quadriennio 2008-2012 vincono tutto il possibile.

Nel frattempo in quegli anni la **Germania** completava la sua evoluzione, nata dal fallimento di Euro 2000, con le riforme del calcio giovanile e sulla metodologia d'allenamento. L'avvento dei "**Laptop trainer**" allenatori cresciuti a tattica e computer, spesso ex analisti, e l'ascesa del modello **Red Bull**, hanno portato una vera e propria rivoluzione nella scuola tedesca. Rivoluzione su diversi contenuti tattici e metodologici, su questi quello per noi più interessante è sicuramente: il **Gegenpressing**.

Il Gegenpressing è la parola tedesca per indicare la nostra riaggresione che con **Rangnick** (principale ideatore del modello Red Bull dal punto di vista tecnico-tattico) e **Klopp** (il più importante e vincente allenatore tedesco degli ultimi 15 anni) raggiunge un'importanza miliare nell'evoluzione tattica del gioco.

Il modello Red Bull, arriva a teorizzare addirittura di **perdere il pallone** in zone di campo e situazioni favorevoli per poi andare alla riconquista immediata e sfruttare le posizioni "aperte" degli avversari e andare velocemente alla conclusione spesso da posizioni molto pericolose. Un gioco pertanto basato su **verticalizzazioni** immediate, tanta **corsa** ed **aggressività** nei duelli.

Klopp parte da un concetto simile privilegiando spesso giocatori molto **dinamici** ed adatti al suo calcio, anche se c'è sempre stata una maggior ricerca di principi offensivi comunque basati sulla velocità d'azione. Poi negli ultimi anni in Inghilterra, stagione dopo stagione, ha aggiunto maggior controllo del pallone avvicinandosi al gioco di posizione forse influenzato dal vicino rivale Guardiola.

L'allenatore catalano, a sua volta, ha modificato leggermente alcuni aspetti del suo gioco ispirandosi al **Borussia Dortmund** ed al **Liverpool** di Klopp.

Potremmo dire che **“Klopp negli ultimi anni si è avvicinato a Guardiola e viceversa”**.

Il gegenpressing tedesco ha aggiunto delle maggiori codifiche a questa fase di gioco: con un giocatore in aggressione sulla palla spesso in disturbo senza la reale volontà di recuperarla, sono gli altri giocatori ad occuparsi degli appoggi essendo poi pronti all'effettivo recupero. Un'evoluzione del “forechecking” dell'hockey sul ghiaccio, già visto con Maslov.

L'ultimo capitolo di questo lungo percorso storico, nell'evoluzione del pressing e della riaggressione lo dedichiamo a **Bielsa** e **Gasperini**. Due allenatori che non hanno vinto molti titoli in carriera ma che sono stati spesso fonte d'ispirazione per molti addetti ai lavori.

Due allenatori che partendo da idee e mondi diversi sono arrivati ad un concetto simile di pressione sulla palla e che ha portato il pressing al livello più alto di aggressività fin d'ora visto in un campo di calcio: **uomo contro uomo**.

La **marcatura individuale** è stata la base della fase difensiva di ogni squadra dagli anni 50' fino agli anni 80' circa, con l'Italia fra le nazioni che meglio interpretava questo modello tattico. La **Nazionale Italiana campione del Mondo nel 1982** rappresenta uno dei più grandi riferimenti per quel tipo di calcio. L'avvento del Milan di Sacchi, la difesa a zona, il cambiamento della regola del fuorigioco e l'evoluzione dei principi offensivi degli avversari avevano poi portato alla totale o quasi scomparsa delle marcature a uomo fisse sugli avversari.

Bielsa e Gasperini le hanno invece riscoperte con un'accezione però molto diversa a quelle degli anni 80': non più in ottica difensiva e speculativa, ma marcature a uomo a tutto campo molto aggressive per il recupero offensivo della palla.

La grande differenza fra il calcio di Bielsa e quello di Gasperini è che il primo prevede sempre e comunque una superiorità nella linea difensiva, questo comporta che un avversario sia sempre libero mentre i suoi compagni sono accoppiati da una marcatura.

Il modello di gioco di Gasperini è addirittura più aggressivo: ogni giocatore è accoppiato da un marcatore che lo segue "quasi" per tutto il campo. Una costruzione di dieci duelli individuali che lascia ovviamente molto spazio agli avversari ma che raramente poi questi riescono a sfruttare. Come vedremo in seguito, il cambio di marcature all'interno del modello gasperiniano è consentito ed addirittura incentivato anche se non sempre facile da effettuare.

Abbiamo sicuramente dimenticato altre grandi squadre ed allenatori che hanno influenzato questa importante fase di gioco che stiamo studiando. Una menzione obbligatoriamente va all'**Atletico Madrid di Simeone** che in questi anni ha costruito la sua fortuna su una fase difensiva combattente, rigorosa ed ordinata. Tuttavia, pur riconoscendogli delle innovazioni nell'attuazione di "**trappole di pressing**", spesso la squadra del Cholo ha praticato un pressing medio o medio basso mentre in questo studio ci stiamo concentrando sul pressing alto.

1. ANALISI TATTICA

1.0 DIVERSE TIPOLOGIE DI PRESSING

Come abbiamo già visto nell'exkursus storico ci sono diversi modi di fare pressing.

Sicuramente un primo filtro da fare è quello che riguarda l'altezza del pressing avversario.

Alto, medio-alto, Medio, medio-basso e Basso in base ovviamente alla porzione di campo dove inizia la pressione.

Come già detto in questa tesi vogliamo concentrarci sul pressing alto e medio-alto, cioè quel tipo di pressing che arriva al nostro scopo: condizionare la partita con la nostra fase difensiva.

L'altro importante filtro da considerare quando parliamo di pressing è la tipologia di pressing.

Nel corso del nostro studio abbiamo deciso di catalogare in tre diverse modalità il pressing alto.

- 1) Pressing uomo contro uomo**
- 2) Pressing di "contrapposizione"**
- 3) Pressing di zona.**

Andiamo dunque a vedere le caratteristiche di questi tre diversi pressing.

1.1 PRESSING UOMO contro UOMO

Nel capitolo precedente abbiamo parlato di Bielsa e Gasperini come dell'ultima importante evoluzione storica del pressing.

Il primo aspetto da sottolineare quando parliamo di questi due allenatori è la loro **influenza sui colleghi**. Molte squadre giocano questo tipo di calcio, soprattutto quelle allenate dagli ex giocatori di questi due allenatori. Fra i tanti discepoli di questo modo di intendere la fase difensiva possiamo citare per esempio: **Sampaoli** per quanto riguarda Bielsa e **Juric** per quanto riguarda Gasperini. Ma ce ne sono molti altri, in tutte le categorie.

L'uomo contro uomo di Gasperini in Italia lo conosciamo bene, ma cerchiamo di riassumerne qui i dettagli più interessanti.

Questo modello di gioco prevede che fin dalla costruzione avversaria che sia da fermo o in gioco ci siano dieci duelli in giro per il campo. Ogni avversario è abbinato ad un giocatore della squadra che difende rendendo difficile la prima costruzione e più in generale il gioco avversario.

Spesso le squadre che attuano questo modello di gioco risultano essere i team con più palloni recuperati in zone d'attacco, quelle che effettuano più falli e che più "sporcano" il gioco avversario. I duelli sono inoltre affrontati quasi sempre in **linea d'anticipo** pur avendo **poca copertura** alle spalle (una leggera copertura viene data dai marcatori sul lato debole). Praticamente l'incontrario di quello che siamo stati abituati a sentire da anni e a tutte le latitudini ed in tutte le discussioni calcistiche.

"Più marco e meno copro" (cit. Maurizio Viscidi), e dunque le squadre gasperiniane non hanno copertura alle spalle ma neanche filtro a centrocampo per le giocate dirette sugli attaccanti. Questi ed altri spazi invogliano costantemente gli allenatori avversari che studiano come affrontare questo modello di gioco. Spesso basta una giocata di prima ben effettuata, un contro-movimento nello spazio, piuttosto che un inserimento da dietro per trovarsi da solo davanti al portiere.

Un tipo di gioco, dunque, estremamente rischioso.

E come è possibile allora che le squadre che applicano questo modello di gioco abbiano negli ultimi anni raggiunto grandi risultati? Se lasciano tutti questi spazi e queste filtranti, dovranno per forza subire molti goal!

Invece negli anni queste difese sono state fra le migliori del campionato e per esempio l'Atalanta di Gasperini ha raggiunto risultati in **Italia** ed in **Europa** impensabili per una "provinciale" e per il livello della rosa.

Giocare contro questa tipologia di difesa è infatti molto difficile.

Perchè è sempre difficile giocare contro chi ti toglie spazio e tempo. Provare le giocate di prima, che se ben riuscite ci manderebbero in porta, è molto complicato.

Andare a vincere i duelli contro giocatori adatti ed allenati tutta la settimana per quel gioco risulta essere in ogni partita problematico.

Altra caratteristica importante di questo modello di gioco è l'aspetto mentale e della "**comfort zone**".

Gli altri modelli di gioco (offensivi e difensivi) per quanto evoluti ed eseguiti da squadre di livello top devono spesso fare i conti con gli avversari ed uscire dal piano gara che il proprio allenatore aveva preparato. Ciò capita anche per modelli molto coerenti ed identitari, prendiamo per esempio il Manchester City di Guardiola ed il Liverpool di Klopp. Semplificando possiamo dire che il Manchester City vuole comandare la gara tenendo un ritmo basso per gestire il pallone; ci riesce quasi sempre ma può capitare in alcuni momenti o in alcune gare che sia costretta dagli avversari ad alzare il ritmo e giocare una gara di transizioni, lontana dalla sua comfort zone. Idem per il Liverpool di Klopp che vorrebbe giocare un calcio di transizioni veloci ed è costretta spesso dagli avversari di livello più basso che si chiudono in difesa a giocare un calcio più paziente e controllato.

L'Atalanta di Gasperini in questi anni ha sempre imposto alla partita il proprio ritmo. Magari poi ovviamente ne avrà anche perse diverse di partite, ma ha sempre giocato e soprattutto fatto giocare la partita che loro volevano giocare. Anche al Bernabeu contro il Real Madrid ed anche quando sono andati a 3 minuti nell'eliminare il Psg dei fenomeni Neymar e Mbappe.
Giocare uomo contro uomo a tutto campo costringe gli avversari ad adattarsi ed "accettare" questa tipologia di gara.

Spesso anche le mosse in corso contro queste squadre risultano difficili, perché il semplice cambio di posizione di un giocatore, che può essere decisivo in altri contesti, contro questa tipologia di pressing risulta essere meno efficace in quanto il suo marcatore a uomo lo seguirà in quello spostamento.

Naturalmente nel corso degli anni le **contro-mosse** contro questa tipologia di difesa si sono affinate. Soprattutto in Italia dove gli staff tecnici ogni anno si trovano a dover preparare 4-6 partite a stagione contro questo modello di gioco.

Ulteriore motivo questo per integrare nella propria metodologia di allenamento molte esercitazioni sulla costruzione dal basso contro il pressing alto. Indipendentemente dal mio modello di gioco, il campionato mi obbliga ad esercitarmi in queste situazioni che sicuramente si verificheranno nel corso delle partite.

1.2 PRESSING di CONTRAPPOSIZIONE

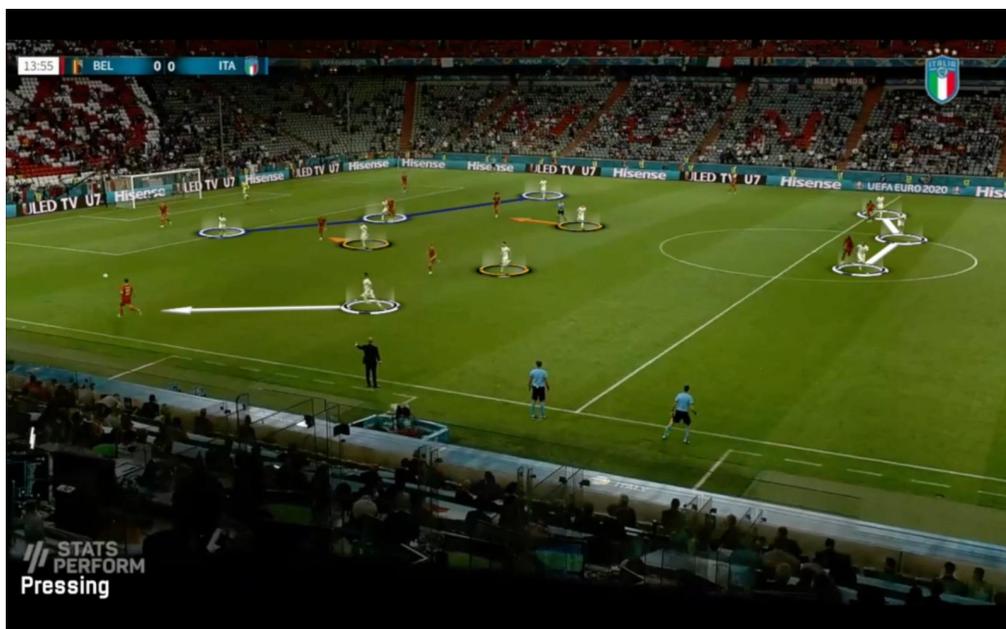
Abbiamo deciso di chiamare “**Pressing di contrapposizione**” il pressing classico; quello attuato dalla maggior parte delle squadre europee ed italiane.

Soprattutto in Italia per anni siamo stati abituati a pensare (ed ancora in molti lo fanno) che esista solo questa tipologia di pressing.

Tipologia di pressing che prevede sostanzialmente delle **scalate** predefinite con ruoli e compiti assegnati ad ogni nostro giocatore.

Le squadre migliori in Italia per questa tipologia di pressing negli ultimi anni sono state sicuramente il **Milan di Pioli campione d’Italia**, il **Napoli di Spalletti** e la **Fiorentina di Italiano**. Oltre che la **Nazionale Italiana di Mancini**, di cui andiamo a vedere un esempio che ci aiuta a comprendere meglio questa tipologia di pressing.

Il Belgio gioca 3-4-2-1 con De Bruyne e Doku dietro Lukaku. La Nazionale Italiana con il classico 4-3-3.



(immagine a cura di Simone Contran, match analyst Nazionale Italiana)

Il pressing della Nazionale di Mancini è aggressivo con i tre attaccanti contro i tre difensori del Belgio. **L'obiettivo è di forzare i palloni verso l'esterno.**

(vedi immagine sopra)

A mio avviso forzare i palloni verso i lati del campo, dove gli spazi si riducono e la linea laterale diventa alleata della fase difensiva, è spesso la migliore soluzione. D'altronde quando siamo in possesso palla cerchiamo sempre di tenere la palla nelle zone centrali da dove possiamo giocare a destra, al centro ed a sinistra; dunque in fase difensiva devo cercare di limitare questo aspetto.

Oltre al tre contro tre degli attaccanti azzurri, le due mezzali (Verratti e Barella) sono già "naturalmente" abbinate ai mediani belga. La palla viaggia verso il quinto (esterno) di destra della nazionale di Martinez con l'Italia che decide di uscire molto forte con il proprio terzino sinistro Spinazzola.

Jorginho quasi da terzo difensore centrale aggiunto è forte su De Bruyne. Chiellini è in duello con Lukaku con Bonucci in copertura e Di Lorenzo su Doku.

Questo è un "pressing di contrapposizione". Un pressing che parte dallo studio del modulo avversario e dall'incastro con il nostro e quindi decide di conseguenza le migliori scalate in base all'altezza e caratteristiche dei giocatori in campo.

La chiave del pressing dell'Italia contro il Belgio è stata poi il duello Lukaku - Chiellini. Nei giorni precedenti alla partita si era discusso molto di questo duello e della possibile difficoltà del capitano azzurro in campo aperto contro l'attaccante dell'Inter. Ma non tutti i duelli sono uguali neanche quelli fra gli stessi giocatori. Lukaku - Chiellini in campo aperto con De Bruyne o un altro centrocampista belga a puntare gli azzurri può potenzialmente diventare molto difficile da gestire. Un duello Lukaku - Chiellini con palloni sporchi ricevuti dall'attaccante belga giocati dall'esterno sotto pressione con il piede debole è un duello completamente diverso; duello che è stato vinto con grande efficacia dal capitano azzurro.

Una squadra molto abile in questa tipologia di pressing è il Milan di Pioli. Il Milan adotta questa tipologia dopo un'attenta analisi delle caratteristiche avversarie. Lo staff tecnico milanista decide di far partire la scalata spesso sul giocatore avversario individuato meno abile tecnicamente in costruzione.

Giocatore avversario che viene lasciato unico calciatore libero di ricevere senza pressione e dunque la palla spesso è giocata proprio su di lui.

Una **“trappola pressing”**.

Contro un avversario che gioca per esempio 4-3-3 con un terzino destro che presenta lacune tecniche, spesso dunque il Milan stringe Rafa Leao sul secondo centrale di destra. Gli altri giocatori sono tutti abbinati; con i tre centrocampisti contro i 3 mediani avversari ed i quattro difensori contro i tre attaccanti. L'unico giocatore libero è proprio il terzino destro. Quando la palla viaggia verso di lui, parte la “scalata”. Spesso è il mediano sinistro Tonalì a scalare in avanti in diagonale sul terzino destro ed è il difensore centrale Tomori a sua volta a scalare in avanti sul mediano avversario lasciato libero dallo stesso Tonalì.

Un sistema di scalate aggressivo e coraggioso che porta spesso a rompere la linea anche con entrambi i centrali difensivi. **I recuperi alti del Milan e le veloci transizioni offensive sono stati determinanti per i recenti successi della squadra rossonera.**

Da attenti lettori avrete sicuramente notato una cosa: il pressing di contrapposizione una volta attuato con le varie scalate, diventa un pressing uomo contro uomo.

E' assolutamente vero!

Ma è il concetto di fondo ad essere diverso: non si parte da un pressing uomo contro uomo a tutto campo e già predefinito, ma si inizia la pressione con dei reparti che poi vengono rotti per andare a pressare uomo contro uomo. Quando non si pressa i reparti vengono ricomposti per un maggiore ordine.

C'è molta differenza quindi nell'intera gestione della fase di non possesso fra le due tipologie di pressing, soprattutto quando la squadra non è in pressione.

Altra considerazione molto importante da fare per questa tipologia di pressing: è lo **studio degli avversari**.

Per questa modalità di pressione sulla palla diventa fondamentale analizzare le caratteristiche della squadra avversaria e le possibili strutture posizionali che potranno avere in gara. Questo modo di lavorare ha funzionato molto bene per diversi anni ed in parte funziona ancora bene.

Ma il calcio cambia, e cambia molto velocemente! Una volta erano solo le squadre più evolute quelle che riuscivano a cambiare modulo o meglio ancora strutture posizionali da partita a partita o all'interno della stessa gara. Ora questa possibilità appartiene a sempre più squadre che possono come dei camaleonti cambiare o stravolgere il nostro piano gara che abbiamo così diligentemente preparato durante la "classica" rifinitura pre-gara. In un calcio sempre più fluido, di funzioni e non di posizioni, di letture di spazi e situazioni; più codifico e più rischio di trovarmi impreparato in gara.

Sembra un paradosso, ma non lo è.

Più preparo e meno sono preparato.

Il **fattore emotivo** in questo caso è fondamentale. Per i giocatori arrivare alla partita con troppe informazioni (soprattutto di contrapposizione difensiva) e constatare in campo che si trovano in un altro contesto rispetto a quello preparato può causare un deficit emotivo: *"E adesso? Cosa facciamo?"*

Considerazione questa da non sottovalutare ed indagare ulteriormente.

Ma torniamo alla parte tattica.

Da un pò di anni ci siamo abituati a pensare ad un calcio offensivo fatto di principi, di adattamenti alle risposte avversarie e di letture di spazi. **Dovremmo forse iniziare a pensare in questo modo anche per la fase difensiva.** Ma è più difficile da fare, perché troppo rischioso. Come posso non codificare la fase difensiva e rischiare di prendere goal?

Ma se pensiamo che il calcio sia fluido in attacco, non è un pò ingenuo pensare che in difesa non lo sia? L'acqua o qualsiasi altro soggetto fluido rimane tale in tutte le superfici e contenitori, è fluido per natura.

Siamo convinti che si andrà sempre di più verso una fase difensiva fatta di principi e letture di spazi/situazioni, esattamente come per la fase offensiva.

1.3 PRESSING di ZONA

La terza tipologia di pressing individuata è quella che ho voluto chiamare “ **pressing di zona**”. Perché pressing di zona?

Perché le priorità sono le posizioni dei miei compagni e della palla. La pressione sugli avversari è “solo” una naturale conseguenza di queste priorità.

I maestri di questa tipologia di pressing sono i Reds del **Liverpool di Klopp**.

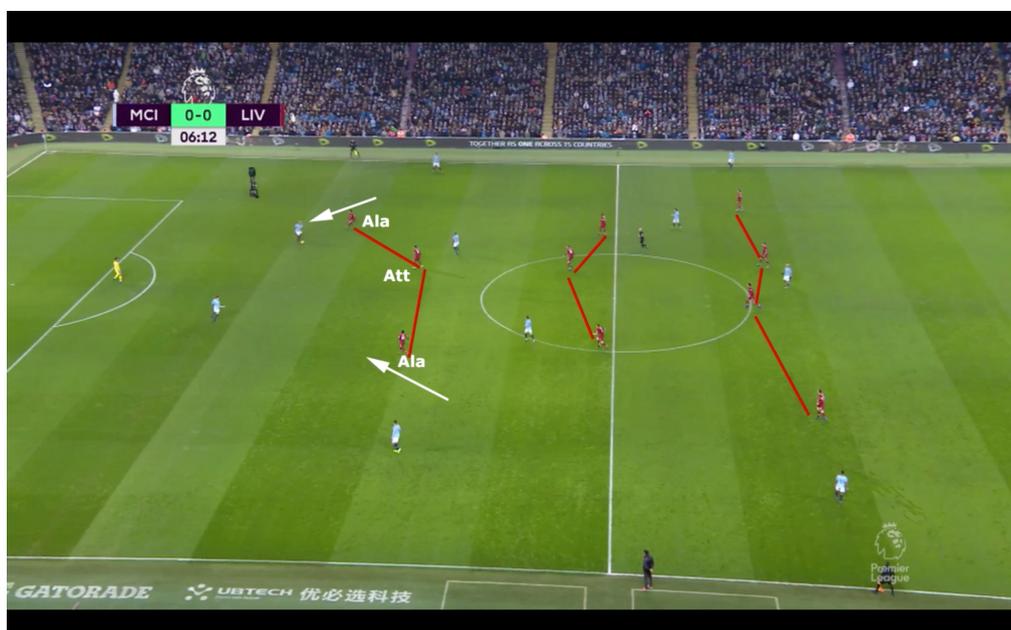
La squadra di Klopp attua un feroce pressing sulla palla e sugli avversari rispettando queste priorità.

La priorità come detto sono le distanze fra i propri giocatori ed i propri principi difensivi. **Questo gli permette dunque di essere meno influenzabile ed esposto ai cambiamenti degli avversari.**

Il pressing del Liverpool è spesso con un 4321 con i tre attaccanti molto stretti.

La posizione dell'attaccante centrale (Firminio negli anni scorsi), è fondamentale. Talvolta è dietro ai due attaccanti esterni e parte dal play avversario, facendo diventare la struttura posizionale difensiva quasi una sorta di rombo.

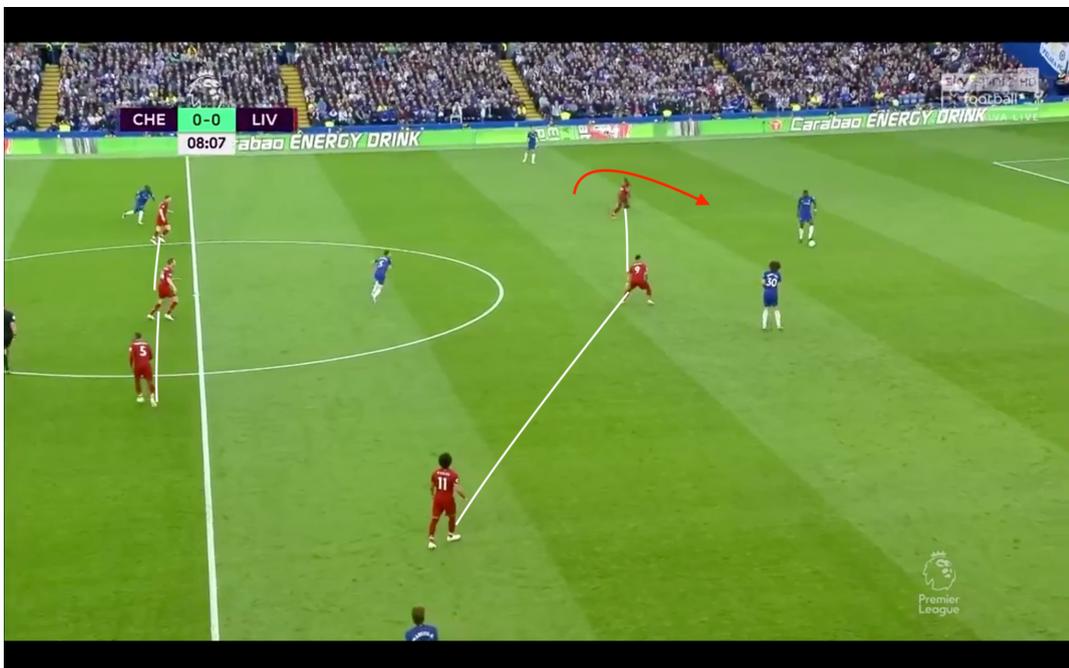
(vedi immagine sotto)



Gli attaccanti esterni devono stare fra centrale e terzino ed oscurare il passaggio diretto fra lo stesso centrale ed il terzino (vedi immagine sotto).

La corsa dunque dell'attaccante esterno è per forzare dentro. Sembrerebbe il contrario rispetto al principio esposto prima di forzare sempre verso l'esterno. In realtà il Liverpool vuole evitare il passaggio diretto per il terzino perchè sarebbe un'uscita palla troppo facile per gli avversari, ma il principio di spingere l'avversario verso l'esterno per poi chiuderlo rimane in ogni caso invariato.

Evitando però il passaggio diretto centrale-terzino e costringendo l'avversario a cercare o un passaggio alto difficile o più probabilmente una giocata tramite terzo uomo attraverso un centrocampista, il Liverpool riesce a dare un tempo di gioco in più alla propria mezzala o al proprio terzino per uscire sul terzino avversario.



L'uscita sul terzino avversario può essere fatta infatti o dalla mezzala di parte o anche dal terzino per una scalata più aggressiva "terzino su terzino". La scelta avviene direttamente in campo e non viene codificata a priori.

La zona sul terreno di gioco dell'uscita e le posizioni con relative caratteristiche degli avversari condizionano il tipo di scalata.

Se possibile, l'uscita preferita è quasi sempre quella terzino-terzino, perché permette di essere più aggressivi e non perdere nessuno dei tre centrocampisti in mezzo al campo. Ovviamente per questa scalata la zona di campo non può essere troppo alta e gli avversari non possono avere una relativa ala con piedi sulla linea e magari anche molto veloce. In questo caso l'uscita terzino-terzino diventerebbe difficile e troppo rischiosa.

Contro la difesa a cinque, come vedete cambia poco. (vedi immagine sotto)

Gli attaccanti esterno stanno fra centrale e quinto oscurando la linea di passaggio diretto.

Il sistema di pressing del Liverpool non si modifica, con un blocco centrale molto compatto formato dalla struttura posizionale riassumibile nel 4-3-2-1.

Un blocco centrale che forza in maniera spontanea il gioco degli avversari sull'esterno anche se il primo passaggio è indirizzato verso l'interno.



La posizione dei centrocampisti è spesso piatta, il play quasi mai è schiacciato sulla linea difensiva come spesso accade invece a molti 4-3-3 che in fase di non possesso diventano 4-1-4-1.

Nel Liverpool il play è molto alto perché deve essere pronto a scivolare con l'intero reparto da destra e sinistra ed accorciare sulla mezzala avversaria di parte quando la mezzala dei Reds scala sull' terzino avversario.

Le due mezzali di Klopp devono ovviamente essere giocatori di gamba perché spesso le corse da fare sono molte e lunghe. Il loro atteggiamento è molto aggressivo, quasi sempre in linea d'anticipo proprio per evitare la giocata "terzo uomo" e l'uscita avversaria sul terzino.

Altro aspetto interessante è la possibilità di rimanere compatti sempre con tre centrocampisti dentro e quasi sempre correndo in avanti a differenza di altre strutture posizionali difensive che partendo dal 4-3-3 di partenza e poi mandando fuori un interno sui centrali avversari sono costrette a corse diverse e spesso diventano dei 4-4-2.

La linea difensiva del Liverpool gioca altissima, riducendo gli spazi con i centrocampisti e con una particolare inclinazione all'utilizzo del fuorigioco e della profondità.

"La profondità avversaria e la linea del fuorigioco non vengono visti come un pericolo, ma come un'opportunità (cit. Andrea Maldera)"

Spesso rischiando anche fuorigioco individuali e contando su difensori centrali con grandi qualità fisico-atletiche la linea del Liverpool non scappa quasi mai neanche a palla scoperta sfidando gli avversari a scattare con il tempo giusto.

Analizzando (*vedi immagine sotto*) il numero dei fuorigioco provocati dal Liverpool nella scorsa stagione, si nota un netto primo posto in questa classifica per la squadra di Klopp. Più del doppio rispetto alla media del campionato, dato ancora più eclatante se consideriamo il 63% di possesso palla di media (secondi nell'intera Premier). Come dire? Le poche volte che la squadra avversaria aveva il pallone le possibilità di finire in fuorigioco erano molto alte!

Squad Stats		Opponent Stats										
			Performance									
Squad	#	PI	90s	CrdY	CrdR	2CrdY	Fls	Fld	Off ▼	Crs	Int	TkIW
vs Liverpool	27	38.0	63	3	0	417	410	144	309	735	413	
vs Manchester City	26	38.0	68	3	2	453	360	94	250	597	424	
vs Wolves	26	38.0	90	3	3	423	439	81	473	584	429	
vs Leicester City	28	38.0	60	0	0	502	446	73	448	644	400	
vs Manchester Utd	29	38.0	48	1	0	425	465	72	420	691	418	
vs Brentford	29	38.0	50	3	0	443	435	71	504	581	323	
vs Chelsea	26	38.0	69	4	1	515	467	67	363	646	440	
vs Southampton	25	38.0	64	1	1	456	480	65	480	528	421	
vs Arsenal	27	38.0	69	3	2	450	406	64	408	548	374	
vs Newcastle Utd	29	38.0	75	3	0	461	484	58	468	429	413	
vs Norwich City	28	38.0	62	2	1	504	461	57	536	540	372	
vs Watford	30	38.0	64	1	1	409	523	55	539	478	480	
vs Burnley	23	38.0	44	0	0	405	460	53	557	455	306	
vs Leeds United	29	38.0	74	3	3	463	567	53	368	670	416	
vs Crystal Palace	24	38.0	74	3	2	579	481	52	420	580	487	
vs Everton	33	38.0	72	0	0	473	436	43	459	535	368	
vs Tottenham	25	38.0	83	6	4	519	464	43	512	610	421	
vs Brighton	26	38.0	80	0	0	463	449	42	444	654	383	
vs Aston Villa	31	38.0	83	1	0	604	488	39	432	499	406	
vs West Ham	25	38.0	49	3	1	374	362	35	501	492	358	

(dati StatsBomb, <https://fbref.com/en/>)

Abbiamo studiato come i reparti del Liverpool siano sempre ben chiari e collegati, il pressing si muove come una fisarmonica con tutti i giocatori vicini che rispettano le distanze. Anche in fasi di pressing alto ed aggressivo, difficilmente si vedono nel Liverpool i reparti destrutturati che notiamo nelle squadre che pressano in avanti con le altre due tipologie di pressione (uomo contro uomo e di contrapposizione).

Probabilmente la nota ammirazione di Klopp per Sacchi è stata così condizionante che il lavoro dei reparti, la tattica del fuorigioco e l'importanza di lavorare a "zona" derivano proprio da questo.

Il passato che ritorna, ciclicamente.

Un pressing dunque molto particolare, spesso addirittura in inferiorità numerica nella prima linea di pressione e d'altronde con diversi punti deboli come qualsiasi scelta o disposizione all'interno del rettangolo verde.

Ma sommando vantaggi e svantaggi è una tipologia di pressing, quella "a zona" molto interessante soprattutto rispetto ai trend tattici che probabilmente ci aspettano nei prossimi anni.

Ultima, ma non per importanza, caratteristica di questa tipologia di pressing è la fase di **transizione offensiva**. A differenza delle altre squadre che adottano il 4-3-3 e chiedono alle loro ali un importante lavoro difensivo da centrocampisti, il Liverpool lavora con i propri esterni offensivi da veri e propri attaccanti lasciandoli come visto alti ed in posizione centrale.

Questo gli permette di essere estremamente pericoloso nel caso di un recupero palla medio-alto giocando veloce la palla per le tre punte che possono così attaccare una difesa avversaria aperta ed in difficoltà considerando anche le qualità e le caratteristiche degli attaccanti del team inglese.

1.4 RIAGGRESSIONE

“ Il **Gegenpressing** è il miglior playmaker al mondo. Il Gegenpressing ti permette di recuperare il pallone vicino alla porta avversaria, spesso ad un solo passaggio dal creare un'occasione da goal. Nessun assistman al mondo può essere così decisivo come una buona situazione di Gegenpressing”. (cit. Jurgen Klopp)

Apriamo il nuovo capitolo sulla riaggresione con le parole di Klopp, parole che descrivono perfettamente come questa fase di transizione difensiva sia anche una **micidiale arma offensiva**.

Il gioco come sappiamo è sempre legato da un ciclo continuo e la riaggresione ne rappresenta sicuramente uno dei migliori esempi.

Riaggresione - Gegenpressing - Counterpressing - Contrapresion questi i nomi utilizzati in diversi paesi per indicare forse la più importante, a mio avviso, situazione per il **controllo della gara**.

Riuscire a riaggredire bene permette di rimanere nella metà campo avversaria e continuare così l'azione offensiva con incredibili benefici fisici, mentali e tattici.

Benefici fisici? E' stato dimostrato (lo vedremo più avanti) che le brevi azioni ad alta intensità dei giocatori coinvolti in una riaggresione positiva sono meno dispendiose rispetto alle lunghe corse indietro da parte di tutta la squadra per fronteggiare una ripartenza avversaria.

Benefici mentali? Continuo nell'azione offensiva, mi diverto con il pallone e prendo fiducia mentre i miei avversari si innervosiscono nel correre dietro alla palla e si stancano fisicamente e mentalmente per l'ennesima azione difensiva.

Benefici tattici? Ho semplicemente un'ulteriore azione offensiva e la possibilità di poter fare goal.

Come già descritto in precedenza, la miglior riaggresione nasce da una fase offensiva ragionata e coordinata.

Più veloce la palla arriva nella metà campo avversaria e più velocemente probabilmente tornerà indietro. Nel gioco posizionale invece una fitta rete di passaggi corti reparto per reparto permette alla squadra in possesso di raggiungere la metà campo offensiva in maniera compatta e coesa, condizione necessaria (ma non sufficiente) per una riaggresione di successo.

E' questa la miglior premessa per poter avere densità in zona palla ed in caso di perdita per poter riaggredire con tanti giocatori vicini pronti alla riconquista immediata.

Di fondamentale importanza diventano così il **presidio** dell'area di rigore e le **coperture preventive** dei costruttori di gioco.

Quando l'azione offensiva arriva nei pressi dell'area avversaria il lavoro dei costruttori di gioco è spesso completato o quasi, adesso è il turno degli invasori che si devono occupare di riuscire a trasformare la superiorità in un'azione pericolosa.

In questo momento però i costruttori di gioco devono rimanere in posizione attiva.

I più vicini alla palla ed all'area di rigore (solitamente i centrocampisti, se vogliamo parlare di ruoli tradizionali) si occupano del presidio dell'area di rigore stessa. Si avvicinano agli avversari forzando la posizione in zona palla e devono essere pronti a prendere un'eventuale respinta della linea difensiva.

I più lontani (solitamente i difensori) invece attuano le coperture preventive, marcando se possibile in linea d'anticipo (spesso rimanendo in superiorità numerica con un giocatore in più) gli attaccanti avversari rimasti sopra linea palla.

Queste due azioni "preventive" sono estremamente connesse alla riaggresione ed al recupero immediato della palla; senza un grande lavoro su questi aspetti ogni azione offensiva con tanti "invasori" rischia di diventare un pericoloso contropiede avversario.

Nell'analisi per questa tesi, abbiamo studiato centinaia di situazioni di pressing e di riaggresione, e può essere molto interessante cercare di vedere queste situazioni tattiche da entrambi i punti di vista.

Per esempio le volte in cui una riaggresione viene battuta e gli avversari escono dal gegenpressing per iniziare una transizione offensiva.

Abbiamo cercato di sintetizzare e codificare dei principi di gioco utili da riconoscere ed allenare per uscire dalla riaggresione.

Li abbiamo chiamati: **3 +1 modi per battere la riaggresione.**

- 1) **Scarico** = la giocata indietro sullo scarico.
- 2) **Sterzata** = dribbling sul primo aggressore
- 3) **Giocata in avanti** = sul vertice

Ognuna di queste tre giocate è praticamente sempre seguita dal **+1 = andare dall'altra parte.**

Scarico dietro e cambio gioco dall'altra parte.

Sterzo e vado dall'altra parte.

Gioco sul vertice e cambio gioco dall'altra parte.

A questi sottoprincipi ci aggiungiamo il macro-principio di **muovere la palla veloce** possibilmente ad 1-2 tocchi.

Più facile a dirsi che a farsi, naturalmente. Diventa di fondamentale importanza la costanza nell'allenare queste situazioni per abituarsi ad uscire dalla riaggresione avversaria con una metodologia di lavoro coerente e moderna.

Ma lo vedremo più avanti.

Ah, quasi dimenticavo.

“**Costruttori**” ed “**Invasori**”, citati precedentemente, sono due termini coniati da Maurizio Viscidi (coordinatore Nazionali Giovanili Italiane) che bene si sono incastrati nel trend dei ruoli/funzioni e non più posizioni che il calcio moderno sta dimostrando.

A questo proposito segnalo il lavoro che abbiamo fatto con i ragazzi di Soccerment per individuare i nuovi ruoli/funzioni totalmente slegati dalla semplice posizione in campo iniziale: **#TheClusteringProject**.

Partendo dall’analisi dei dati statistici di tutti i giocatori presenti nei 5 principali campionati europei, abbiamo indagato le loro reali funzioni in campo e le loro reali skills e senza nessun tipo di pregiudizio legato alla posizione tradizionale (terzino, ala, centrocampista etc) li abbiamo dati in pasto ad un algoritmo che sfruttando le tecniche di machine learning ha individuato 13 cluster (insiemi) di giocatori con funzioni simili:

Ball stopper, Build up initiator, First line breaker, Wide controller, Wide creator, Ball stealer, Build up director, Box to box raider, Chance creator, One to one explorer, All Round finisher e Target Man.

Per ogni cluster, oltre alla presentazione dei giocatori attuali, abbiamo scelto due campioni del passato stranieri ed italiani raccontando così le caratteristiche di Giggs, Passarella, Conti e Baresi.

Particolarmente interessanti inoltre le sezioni riguardo gli ibridi (giocatori con più cluster) e la composizione delle squadre.

“Il ruolo non è più una posizione ma una funzione” dal concetto tattico all’applicazione pratica con numeri e dettagli di quello che realmente fanno in campo i giocatori.



(<https://soccerment.com/store/>)

1.5 RUOLO DEL PORTIERE

Concludiamo questo macro-capitolo relativo all'analisi tattica prendendo in considerazione un ruolo sempre più fondamentale nel calcio moderno: il **portiere**.

Le tre funzioni del portiere all'interno della partita sono allo stesso tempo chiare ed importanti: alla tradizionale difesa della porta, negli anni si è aggiunto il gioco con i piedi in costruzione e la difesa dello spazio (la funzione che ovviamente prenderemo maggiormente in esame in questo studio)

Una fase di pressing alto non può prescindere da un portiere aggressivo nella **difesa dello spazio in avanti**.

Difendere lo spazio in avanti per un portiere vuol dire garantire quella necessaria copertura sulle giocate in profondità che una difesa alta ed una squadra in pressing alto inevitabilmente concede.

Un portiere moderno che gioca in un simile contesto non può non seguire la partita in ogni sua fase e non può non avere una sviluppata **comprensione del gioco**.

Se a questa fase uniamo la costruzione del basso con tutte le sue sfide (da quella tecnica a quella della visione di gioco) diventa facile capire come la comprensione sia un aspetto forse a volte sottovalutato nella valutazione e nella metodologia di allenamento dei portieri. **Comprensione del gioco che dalla fase offensiva a quella difensiva è e rimane unica, come è unico il ciclo del gioco.**

Spesso dunque un portiere che effettua ottime scelte in possesso e possiede visione è anche un portiere con buona capacità di lettura di difesa dello spazio in fase difensiva.

In maniera simile i difensori più bravi a trovare le filtranti (quelli che io e Sics chiamiamo “**passaggi chiave**”,

(<https://www.sics.it/intervistaantonioagliari/>) sono spesso difensori con ottime letture difensive appunto perché la comprensione del gioco è unica ed invisibile come il gioco stesso.

Se siamo d'accordo con questa visione, diventa curioso notare che un dato statistico (fra l'altro offensivo) come quello del numero dei filtranti/passaggi chiave effettuati possa diventare un indice di comprensione del gioco ed anche di letture difensive. Per la prima volta abbiamo pertanto un dato oggettivo per una delle caratteristiche meno “misurabili” di un giocatore.

Tornando al portiere, è chiaro che la difesa dello spazio in avanti con interventi lontani dall'area di rigore per fermare le giocate in profondità degli attaccanti avversari non presuppone solo comprensione del gioco ma anche qualità atletiche e tecniche di alto livello.

Interventi difensivi spesso di testa o in tackle non sono semplici da eseguire ed il rischio lasciando la porta sguarnita è comunque discretamente elevato.

Però una citazione di **J.Crujff** potrebbe aiutarci a vedere la situazione da un altro punto di vista.

Nel 1988 uno scettico Zubizarreta portiere del suo nuovo Barcellona gli chiese “Mister, ma giocando così fuori dai pali c'è il rischio che mi facciano goal in pallonetto” Crujff gli rispose: “Beh, se ti fanno gol col pallonetto, tu applaudi”!

I goal dalla distanza sorprendendo il portiere stanno leggermente aumentando negli ultimi anni, ma sono comunque molto rari e probabilmente nella somma totale di vantaggi e svantaggi (che è l'unica reale cosa che conta) a fine anno rimangono di gran lunga superiori i vantaggi.

Credo che l'avvento di un portiere come **M.Neuer** abbia contribuito non poco allo sviluppo del portiere **Sweep Keeper**, il portiere libero capace quindi di garantire la copertura ad una difesa molto alta ed aggressiva.

La sua prestazione ai Mondiali 2014 contro l'Algeria rimane forse la punta più alta di questa interpretazione del ruolo, molto originale per l'epoca:

https://www.youtube.com/watch?v=TOL3A9Y_e0M&ab_channel=MaxMustermann

Altro aspetto curioso da analizzare è come la **scuola tedesca** sotto questo punto di vista sia davanti a tutte.

Forse partendo proprio dall'esperienza di Neuer, i portieri tedeschi sono i primi in Europa per interventi difensivi fuori dall'area di rigore (Opa/90 nell'immagine sotto).

Pos.	Giocatore	Nazione	Ruolo	Squadra	Competizione	Età	Nato	Libero	
								n. OPA/90	Distanza media
1	Manuel Riemann	GER	Por	Bochum	Bundesliga	32	1988	2,00	18,4
2	Gaëtan Poussin	FRA	Por	Bordeaux	Ligue 1	22	1999	1,77	15,9
3	Alisson	BRA	Por	Liverpool	Premier League	28	1992	1,75	18,1
4	Nick Pope	ENG	Por	Burnley	Premier League	29	1992	1,75	18,2
5	Paul Bernardoni	FRA	Por	Saint-Étienne	Ligue 1	24	1997	1,63	16,2
6	Robin Zentner	GER	Por	Mainz 05	Bundesliga	26	1994	1,50	17,2
7	Manuel Neuer	GER	Por	Bayern Munich	Bundesliga	35	1986	1,47	19,8
8	Sascha Burchert	GER	Por	Greuther Fürth	Bundesliga	31	1989	1,36	16,6
9	Oliver Baumann	GER	Por	Hoffenheim	Bundesliga	31	1990	1,30	15,9
10	Péter Gulácsi	HUN	Por	RB Leipzig	Bundesliga	31	1990	1,30	17,9
11	Gianluigi Donnarumma	ITA	Por	Paris S-G	Ligue 1	22	1999	1,29	17,2
12	Alexandre Oukidja	ALG	Por	Metz	Ligue 1	33	1988	1,25	16,4
13	Sergio Herrera	ESP	Por	Osasuna	La Liga	28	1993	1,19	15,6
14	Luís Maximiano	POR	Por	Granada	La Liga	22	1999	1,18	15,9
15	Predrag Rajković	SRB	Por	Reims	Ligue 1	25	1995	1,11	15,8
16	José Sá	POR	Por	Wolves	Premier League	28	1993	1,10	15,3
17	Yann Sommer	SUI	Por	M'Gladbach	Bundesliga	32	1988	1,09	15,6
18	David Raya	ESP	Por	Brentford	Premier League	25	1995	1,08	15,0
19	Stefan Ortega	GER	Por	Arminia	Bundesliga	28	1992	1,06	15,8
20	Álex Remiro	ESP	Por	Real Sociedad	La Liga	26	1995	1,06	15,8

(dati StatsBomb, <https://fbref.com/en/>)

I dati fanno riferimento alla stagione 2021/2022 e 6 dei primi 10 portieri Sweep Keeper in Europa (top 5 campionati) sono infatti estremi difensori che militano in Bundesliga, con in testa Riemann del Bochum che effettua 2,0 interventi difensivi a partita fuori dall'area di rigore.

Il primo ed unico italiano presente in classifica è Donnarumma che però milita nel Psg.

Per trovare dei portieri militanti in Serie A, dobbiamo scendere fino quasi al 40° posto dove abbiamo Musso dell'Atalanta (0,89 a partita), Terracciano della Fiorentina (0,88) e Magnan del Milan (0,81) .

Non è un caso che queste tre squadre (Atalanta, Fiorentina e Milan) siano state nella scorsa stagione fra le più aggressive nel pressing alto.

2. ANALISI STATISTICA

2.0 INTRODUZIONE

Credo che il mondo dei **numeri** possa essere molto utile per uno scopo rilevante: **cercare di capire il più possibile cosa realmente succede nei 90 minuti.**

Questo scopo dovrebbe essere uno degli obiettivi più importanti di qualsiasi allenatore e di qualsiasi staff tecnico a tutti i livelli:

“Cosa succede realmente dal punto di vista fisico, mentale, tecnico e tattico durante una partita di calcio?”

La domanda è estremamente complessa così come è complesso questo fantastico gioco situazionale. E le risposte non possono che essere parziali, perché lo studio tattico al video e con i dati non potrà evidentemente fornire tutti i responsi.

I dati appunto, integrati con lo studio video e le conoscenze tattiche, però sicuramente aiutano ad avvicinarsi a quelle risposte e dunque credo sia fondamentale inserirli nel nostro metodo di lavoro.

Riuscire a rispondere a questa domanda, seppur parzialmente, è necessario per poter prendere **decisioni migliori** sotto molti punti di vista. **Dal punto di vista tattico a quello metodologico.**

Nelle prossime pagine approfondiremo meglio proprio questo concetto con degli esempi concreti.

2.1 METODO DI ANALISI INTEGRATA

Esistono diverse tipologie di numeri e dati relativi al gioco del calcio.

Ci sono i **dati fisici** che da anni vengono utilizzati dai reparti performance delle squadre per meglio individuare carichi di lavoro collettivi ed individuali. Numero di km percorsi, accelerazioni e decelerazioni e numero di sprint fatti. Oltre che picchi di velocità e spese energetiche.

Questi dati ci mostrano già come il numero possa essere parte integrante del processo decisionale.

E' sicuramente vero che il mondo performance di un atleta si avvicina maggiormente alla scienza di quanto non lo sia l'area tecnico-tattica. Ma l'approccio ai numeri potrebbe essere simile.

Ci sono poi i **dati tecnico-tattici**, quelli che derivano dall'analisi evento per evento della partita. Nelle scorse pagine abbiamo già visto diversi esempi: dal numero di fuorigioco di una squadra al numero degli interventi difensivi fuori dall'area dei portieri. Ovviamente ne esistono molti altri: i passaggi, i tiri, dribbling con relative posizioni ed esiti per ogni evento.

Intorno a questi dati sono nate negli ultimi anni, interessanti metriche maggiormente dettagliate: dagli Expected Goals (XG), al PPDA e altre ancora.

Esistono poi i dati di ultima generazione: i **dati posizionali** secondo per secondo (o meglio ancora vengono rilevati fino a 30-50 volte al secondo). Per ogni frame viene registrata la posizione in campo di tutti i 22 giocatori più la palla. Con questi dati si può riuscire ad avere un numero sull'intensità ed altezza del mio pressing, piuttosto che sapere quante volte il mio attaccante ha attaccato la profondità. Le potenzialità di interrogazione di questi dati sono quasi infinite. Purtroppo ancora non stiamo sfruttando appieno queste possibilità, non avendo del tutto individuate chiavi di lettura precise e coerenti con i reali aspetti tattici del gioco.

Questi dati però ci stanno avvicinando sempre di più all'importante quesito di cui parlavamo:

“Cosa succede realmente dal punto di vista fisico, mentale, tecnico e tattico durante una partita di calcio?”

Proprio per cercare di rispondere a questa domanda, qualche anno fa nella **Nazionale Italiana** abbiamo iniziato uno studio che andasse a produrre internamente i dati tattici con delle proprie analisi. Abbiamo poi integrato (da qui il nome di **Analisi Integrata**) queste informazioni con i dati fisici in nostro possesso e mixato le conoscenze. I risultati sono a nostro avviso, molto interessanti.

Lo studio è stato effettuato con l'area performance del gruppo di lavoro guidato da Valter Di Salvo, e dall'area di Football Analysis con il gruppo di lavoro mio e di Simone Contran (analista Nazionale Italiana).

L'idea originale da cui siamo partiti è stata ispirata da dei precedenti studi di questo tipo condotti in Federazione da F.Bordin e C.Osgnach nella Nazionale Under 20 e da F.Lorenzon e V.Azzone nella Nazionale Under 21 (più informazioni su quest'ultimo sono presenti nell'articolo pubblicato su Notiziario del Settore Tecnico n.2 del 2019).

Il modello di analisi prevedeva di analizzare le partite della Nazionale Italiana azione per azione per cercare di capire realmente cosa succedesse all'interno di una partita.

Le azioni erano così catalogate:

Azione Attacco Posizionale

Azione Attacco Sotto Pressione

Azione Attacco Transizione

Azione Attacco Transizione Uscita da Riaggresione

Azione Difesa Attesa

Azione Difesa Pressing

Azione Difesa Transizione

Azione Difesa Transizione Riaggresione

Palla Inattiva Offensiva

Palla Inattiva Difensiva

Gioco Fermo

Per ognuna di queste azioni abbiamo poi raccolto tutta una serie di sotto livelli riferiti a tempo, zone, esiti e giocatori.

Dunque per ogni partita della Nazionale Italiana al termine della prima analisi avevamo il numero di quante azioni di attacco e di difesa avevamo svolto, e quante azioni di pressing o di attesa e così via.

A quel punto è entrata in gioco l'area Performance che è riuscita a suddividere i nostri dati fisici all'interno delle diverse tipologie d'azioni da noi individuate, e i risultati hanno confermato percezioni e conoscenze che già in parte avevamo. **Riassumo solo le più importanti perché in futuro saranno materia di pubblicazione:**

- il dispendio energetico in fase di possesso palla è inferiore a quello speso in fase di non possesso palla.
- ad aumentare del tempo delle nostre azioni di attacco posizionale, proporzionalmente continua a salire il dispendio energetico degli avversari.
- Il Pressing e la Riaggresione sono attività molto dispendiose ma utile ad evitare lunghe fase di difesa d'attesa e di transizioni difensive che diventano a loro volta ancora più dispendiose.

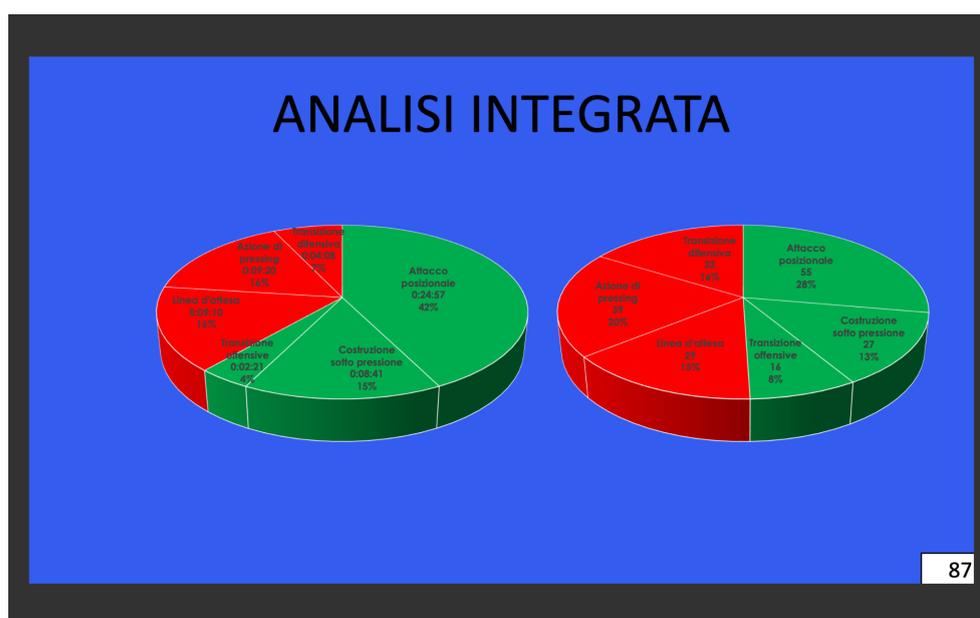
Come potete vedere, anche solo accennando ai più importanti risultati ci stiamo iniziando ad avvicinare alla domanda:

“Cosa succede realmente dal punto di vista fisico, mentale, tecnico e tattico durante una partita di calcio?”

Analizzando i dati tattici ci siamo accorti che le risposte potevano essere ancora più significative ed abbiamo allargato lo studio includendo molte altre partite di club a livello nazionale ed internazionale.

I risultati ci hanno aiutato ad individuare inedite conoscenze che vado a riassumere.

- **La regola dei 100-100-100.** Ogni partita di massima serie, indipendentemente dal livello e dagli stili di gioco è composta da circa 100 azioni d'attacco, 100 azioni di difesa e 100 volte gioco fermo.
- Quanto tempo trascorriamo in attacco posizionale? Quante azioni di pressing facciamo in un partita? E molte altre domande di questo tipo a cui possiamo rispondere con questi dati.
(vedi immagine sotto)



- Mediamente la Nazionale Italiana **impiega il 42% del proprio tempo effettivo in gioco posizionale. O ancora effettua 39 azioni di pressing e 29 di attesa a partita**, sono dunque maggiori le volte che decide di andare a prendersi la palla invece che aspettarla.
- Di fondamentale importanza sono appunto i numeri su pressing e riaggresione, gli aspetti indagati da questa tesi. I risultati sono molto interessanti. **Le riaggresioni dei top team sono circa 30-35 a partita con il 70% di successo (recupero immediato della palla). La durata media di queste riaggresioni positive è di circa 5 secondi e vede coinvolti mediamente 2,5 giocatori.**
- Sono soprattutto i centrocampisti, ovviamente, i giocatori più coinvolti in fase di riaggresione ed i **top calciatori in questo fondamentale arrivano a completare più di 12 riaggresioni di media per partita.**
- Le zone in cui avvengono più riaggresioni sono gli half-spaces e le linee laterali. Più difficile riaggredire in zona centrale (gli avversari hanno più possibilità di uscire) ed in area di rigore avversaria dove, anche se recuperata la palla, spesso viene subito calciata via.
- Anche i dati sul pressing sono altrettanto utili. **Le grandi squadre in Europa effettuano circa 45 azioni di pressing a partita per un totale di 12-14 minuti di gioco effettivo passati difendendo in avanti. Circa il 60% di queste azioni porta ad un recupero palla e solo il 10-15% delle volte una grande squadra in pressione risulta battuta dalla costruzione avversaria.** Tuttavia nelle volte in cui il pressing alto viene battuto le possibilità di concedere un'azione pericolosa aumentano considerevolmente.

Guardando i numeri, una prima importante considerazione da fare: anche ad alto livello **è molto difficile uscire da una pressione forte, che sia un pressing alto o una riaggresione.**

Circa 8 azioni su 10 difendendo in avanti non fanno uscire in maniera pulita gli avversari in costruzione (o viene recuperata la palla o c'è gioco fermo con fallo o rimessa laterale).

Spesso dunque la paura di pressare alti ed accettare situazioni di parità numerica dietro è una paura non giustificata.

I dati di cui sopra sono solo una parte dell'analisi svolta, ma aldilà dei risultati mi fa piacere condividere il metodo e l'approccio.

Credo si intuisca subito come questa tipologia di analisi si avvicini alla risposta del famoso quesito che ci siamo posti e che ci possa aiutare a prendere decisioni tattiche migliori ed organizzare una proposta metodologica il più possibile vicino a quello che realmente accade in campo.

Per quanto tempo devo allenare la fase di pressing per avvicinarmi alle Performance effettuate in gara?

Quanti secondi durano le azioni ad alta intensità come riaggresioni e transizioni?

Questi sono degli esempi di come potremmo sfruttare queste analisi per identificare una **proposta metodologica aderente al nostro modello prestativo tecnico-tattici della partita.**

2.2 ALTRI DATI

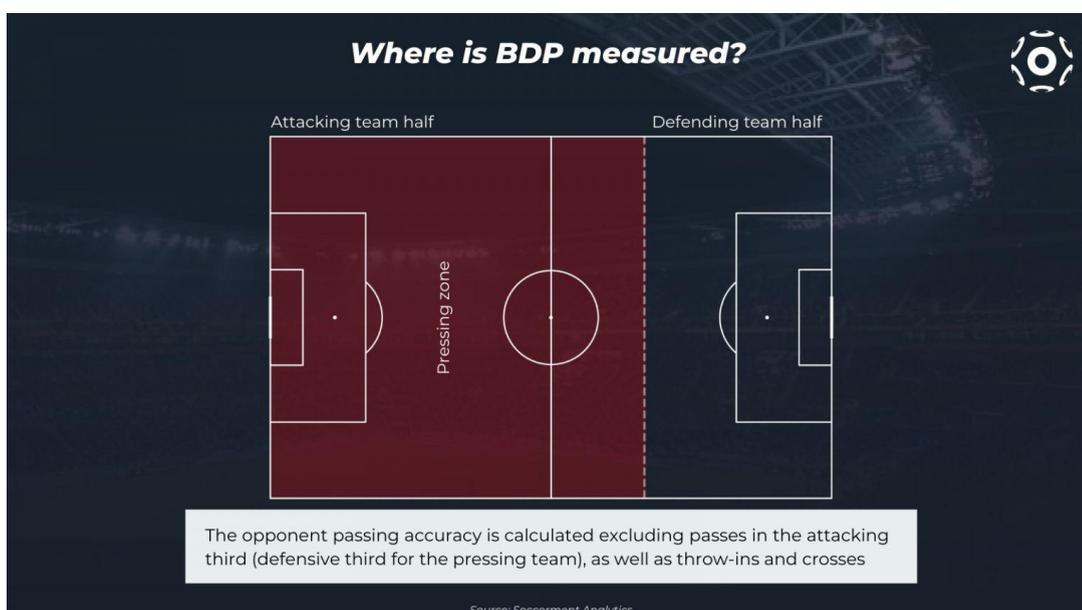
Fra i dati tecnico-tattici già esistenti di cui parlavamo prima ce ne sono diversi utili per comprendere se la mia strategia di **pressing** stia funzionando o meno: dal semplice numero dei recuperi palla offensivi alla metrica avanzata del PPDA (passaggi concessi per azione difensiva).

Ma in realtà studiando questi dati, spesso non ero soddisfatto. Non riesco ad avere sufficienti numeri per indagare quella che come avrete visto ritengo una fase fondamentale del gioco del calcio: pressing e riaggresione.

Così ancora con i ragazzi di **Soccerment** abbiamo pensato di impostare una nuova metrica:

Buildup Disruption Percentage (BDP).

Andiamo a calcolare come cambia la % di riuscita dei passaggi di una squadra contro un determinato avversario. Quanto riesco ad incidere nella tua qualità della manovra con il mio pressing?
(vedi immagine sotto)



Succede in diversi casi che una squadra che ti pressa in maniera aggressiva ti costringe a lanciare il pallone in avanti ed dunque ti costringe a perderlo. Quella palla però non sarà (giustamente) conteggiata come recupero palla offensivo in quanto il lancio lungo sarà stato magari raccolto dai miei difensori, ma è in realtà un recupero nato da un pressing alto.

Da qui l'idea di andare ad indagare quanto percentualmente riesco ad influire sulla qualità della tua manovra.

I risultati sono molto intriganti.

(vedi immagine sotto)



Il Torino ed il Verona nella scorsa stagione sono state le due squadre in Europa che maggiormente hanno “sporcato” la costruzione avversaria.

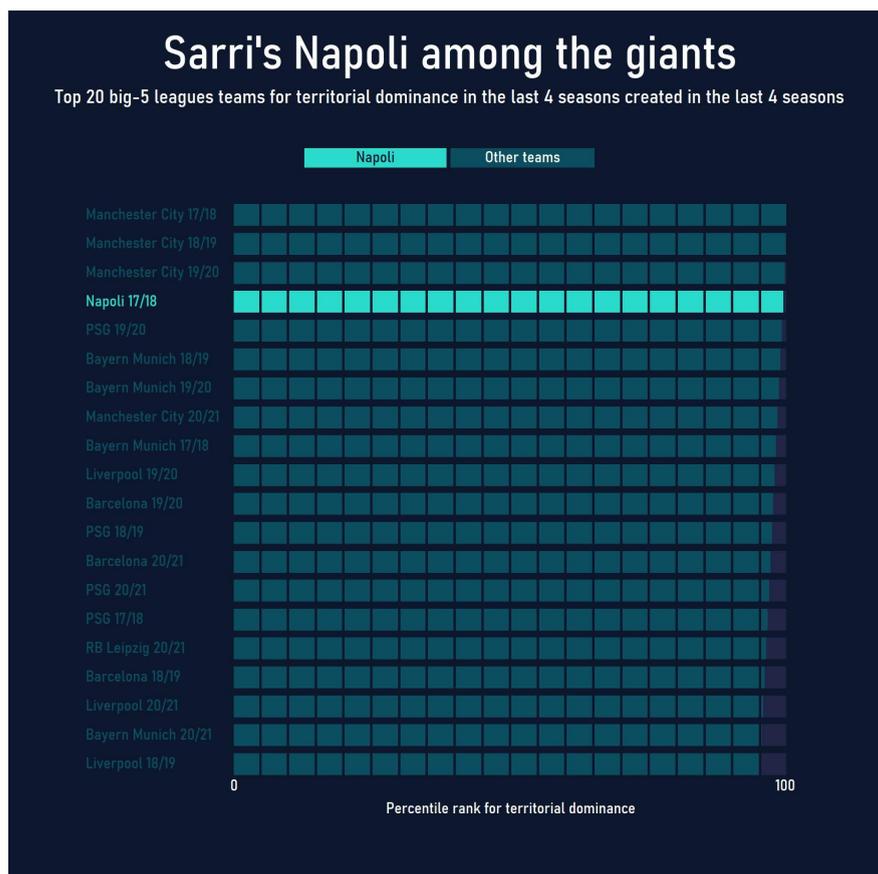
Cosa vuol dire questo dato? Principalmente due considerazioni:

- **la tipologia di pressing uomo vs uomo è una delle più difficili da affrontare.**
- **che le squadre italiane fanno molta fatica a costruire sotto pressione.**

Per approfondimenti su questa metrica vi consiglio questo articolo sul blog di Soccerment:

<https://soccerment.com/measuring-pressing-success-buildup-disruption-percentage-bdp/>

Altra metrica molto utile è quella del **Field Tilt**: il dominio territoriale. Metrica interessante perché con un unico numero riassume la tua capacità offensiva di tenere il pallone in zona d'attacco e la tua capacità difensiva nel pressing e nella riaggresione. D'altronde il ciclo del gioco è unico e spesso anche i dati ce lo confermano. (vedi immagine sotto)



Da questa analisi di Matteo Pilotto, ora Football Data Analyst del Manchester City, vediamo come una delle migliori versioni del **Napoli di Sarri** (2017-2018 con i 91 punti in campionato) sia stata una delle squadre più dominanti in Europa degli ultimi anni, dietro solo al Manchester City di Guardiola ma davanti a PSG, Bayern Monaco e molte altre.

2.3 CONCLUSIONI STATISTICHE

Credo che gli esempi di cui sopra vadano nella direzione che ci eravamo proposti all'inizio del capitolo.

Cercare di capire maggiormente cosa succede realmente all'interno di una partita di calcio.

Negli anni ho incontrato molte persone scettiche o addirittura contrari all'utilizzo dei dati per analizzare le partite. Penso che sia una posizione chiusa e non stimolante per migliorare.

Se i dati mi aiutassero anche solo a comprendere lo 0,1% (ed è molto di più invece) perché non dovrei sfruttarli? Cercare di comprenderli ed analizzarli non toglie nulla alla visione tattica della partita o alla valutazione emotiva delle varie situazioni. Casomai aggiunge!

I risultati dell'analisi integrata possono essere molto utili nell'impostazione della metodologia di lavoro.

La maggior parte delle squadre lavorano in settimana senza conoscere realmente il proprio modello prestativo dal punto di vista tattico. Così diventa difficile allenare avvicinandosi alla gara, che dovrebbe essere invece l'obiettivo principale di una moderna metodologia di lavoro.

Conoscere quante azioni di pressing faccio a partita, quanti secondi durano e quanti giocatori sono coinvolti ci può fornire informazioni fondamentali per la programmazione degli allenamenti.

3. METODOLOGIA

3.0 INTRODUZIONE ALLA METODOLOGIA

La metodologia è aspetto talmente importante che avrebbe bisogno di una tesi a parte.

Qui cercherò solo di riassumere qualche passaggio importante rispetto agli argomenti principali del trattato: pressing e riaggresione.

Penso che nel decennio 2010 - 2020 la Match Analysis abbia completamente cambiato il mondo del calcio.

Nel decennio 2020 - 2030 è invece la Metodologia di lavoro che sta cambiando e cambierà sempre di più il mondo del calcio.

Innanzitutto bisogna capire cosa si intende per metodologia di lavoro. La metodologia **(metodo)** con cui alleniamo una squadra, non riguarda la parte fisico-atletica. O meglio la parte fisica-atletica è solo una parte del metodo di lavoro.

Il metodo e la metodologia si occupano di allenare tutti gli aspetti della vita di un giocatore e di una squadra, da quello atletico appunto a quello tecnico, mentale e soprattutto tattico.

Da anni soprattutto alcune scuole come quella portoghese in primis, poi la spagnola e la tedesca hanno indicato come in quella tattica la priorità del metodo di lavoro a cui gli altri obiettivi si devono adeguare.

Credo fortemente che sia questa la strada da seguire.

Tornando al nostro argomento principale, allenare il pressing e soprattutto la riaggresione richiede per l'appunto metodo, costanza e coerenza.

Abbiamo già parlato di come la riaggresione sia molto influenzata dall'aspetto mentale e che la "fame" sia una delle prime mancanze nel momento in cui le cose vanno bene ed i risultati arrivano.

Motivo per cui dobbiamo inserire il **principio della riaggresione tutti i giorni in quasi tutte le esercitazioni**. Bisogna individuare pochi fondamentali principi per il nostro modello di gioco (e la riaggresione assolutamente lo è per molti modelli gioco) e cercare di stimolarli in continuazione.

Inoltre bisogna evidenziare come ogni volta che alleno la riaggresione io in realtà stia allenando anche l'uscita da riaggresione, avendo sempre una squadra in possesso ed un'altra no. Questi due aspetti insieme contribuiscono alla buona efficacia delle nostre transizioni.

3.1 ESERCITAZIONI

Penso che i rondo possano essere un'attivazione da proporre quotidianamente perchè contengono molti principi a me cari.

Abbiamo inoltre l'esempio della scuola spagnola che ha nel **rondo** una delle esercitazioni "madre" dalle più basse fasce d'età fino alle prime squadre. La produzione continua di giocatori, soprattutto centrocampisti, da parte della scuola spagnola è un'interessante prova della loro utilità.

Ma cosa è un rondo?

Iniziamo dal dire cosa non è. Non è un torello.

Il rondo è un gioco in cui la squadra in possesso della palla cerca di mantenerla in superiorità numerica mentre la squadra in inferiorità numerica tenta di riconquistarla.

Johan Cruyff, dice: "Tutto quello che succede in una partita, tranne il tiro, si può fare in un rondo. L'aspetto competitivo, la lotta per lo spazio, cosa fare quando sei in possesso e cosa fare quando non hai la palla, come giocare a calcio ad 'un tocco', come contrastare la marcatura stretta e come riconquistare la palla."

All'interno di questa esercitazione possiamo trovare uno sviluppo globale del giocatore nelle componenti **tecniche, tattiche, fisiche e psicologiche.**

Ad esempio, la tecnica del passaggio e l'orientamento del corpo sono fondamentali per il mantenimento del possesso.

Il pensiero tattico è importante nel pressing (azione collettiva).

L'aspetto psicologico influisce nel lavoro di squadra.

Senza scordare la componente fisica: chi deve rubare palla deve ovviamente correre con un'elevata intensità.

Ma non finisce qui, è infatti possibile rendere ancor più specifica l'esercitazione inserendo uno o più principi relativi al nostro modello di gioco, avvicinandoci così alle reali situazioni che si verificano in partita.

Un esempio può essere l'aggiunta delle fasi di transizione (offensiva e difensiva) come per esempio la **Riaggresione**.

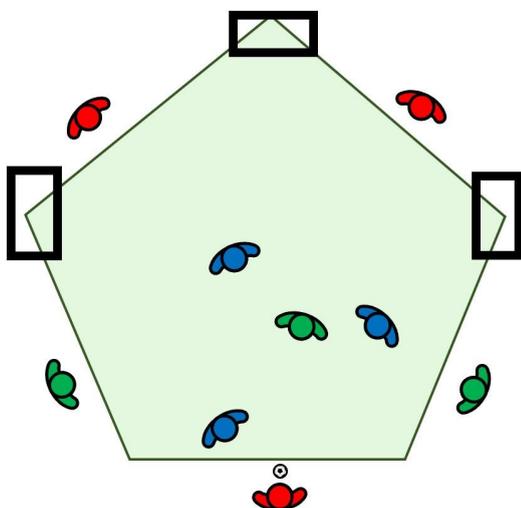
Il rondo non consiste, quindi, nella sola circolazione della palla ma è qualcosa attraverso cui possiamo implementare i principi di gioco della nostra squadra relativi a ogni fase del gioco.

Iniziare dall'attivazione nell'inserire il principio della riaggresione ci permette di essere coerenti nella proposta e di stimolare costantemente questa fondamentale fase del gioco.

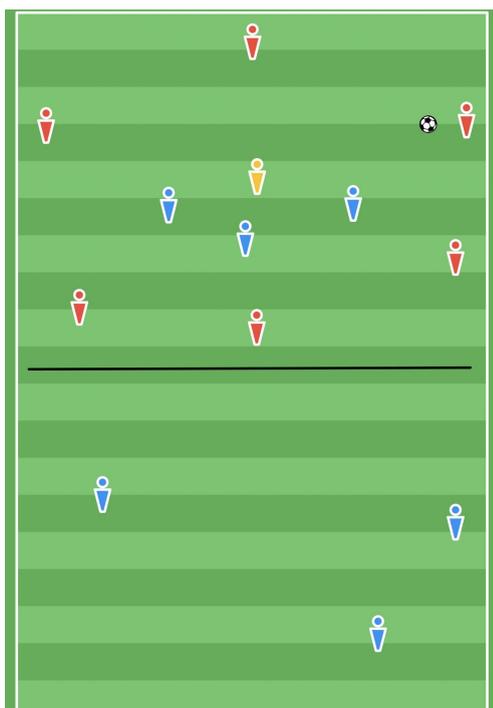
Dal punto di vista offensivo è importante sottolineare come io preferisca i rondo dove ogni giocatore abbia un suo lato (dunque un esagono se i giocatori esterni sono 6) per diversi motivi: responsabilizza il giocatore e lo costringe a muoversi in zona luce lungo il suo lato. Inoltre così facendo sollecitiamo i **passaggi in diagonale**.

Altra caratteristica fondamentale: almeno un giocatore della squadra in possesso deve giocare all'interno (nel caso del 6vs2 dunque un pentagono fuori con i 5 giocatori ed 1 per lo appunto dentro nell'aiutare il possesso). L'utilizzo del giocatore "dentro" è di vitale importanza per allenare le linee di gioco dentro-fuori ed incoraggiare l'utilizzo del **terzo uomo** aiutando a riconoscere da dove arriva la pressione.

Rondo iniziali



6vs3 = 6 vs 3 con 3 squadre, si contano i goal che i blu fanno su palla recuperata. Cambio a tempo.



6vs6 +1j = rondo 6(+1) vs 3, se i blu recuperano palla devono trasmettere ai compagni nell'altra metà campo (uscita da riaggresione) e ci si sposta per fare il 6(+1) vs 3.

Rossi in riaggresione per non fare uscire i blu dall'altra parte



4+4 vs 6 = i blu (4 fuori e 4 dentro) mantengono il possesso, sulla palla recuperata dai 6 rossi, immediata riaggresione. Possesso dei 6 rossi contro i 4 blu dentro e su palla persa, immediata riaggresione contro i blu che devono giocare palla fuori per uscire dalla riaggresione.

Altri aspetti essenziali di una moderna metodologia di allenamento sono i **possessi e le partite a tema**. Sono le esercitazioni che maggiormente si avvicinano alla gara e dunque attraverso un tema posso realmente allenare in situazione.

I temi dei possessi e delle partite dovranno riprendere i macro-principi del modello gioco, in questo caso citiamo solo alcuni esempi riguardanti pressing e riaggresione.

Possessi a tema

Possesso - rec offensivo

8 + GK vs 8 + GK =

squadra in possesso conquista punto andando da un portiere all'altro. Se la squadra difendente recupera palla nella metà campo offensiva può fare goal nella porta grande difesa dal portiere.

Costruzione vs pressing

7vs6 = Costruzione 7vs 6 con l'obiettivo di arrivare al target (se ci arrivo diretto dalla difesa il punto è valido solo su scarico del target per cc a rimorchio). I difendenti pressano e cercano di fare goal nelle porticine.

Ecco invece alcuni esempi di partite a tema, enfatizzando anche qui il recupero alto ed immediato del pallone.

Partite a tema

Partita a settori

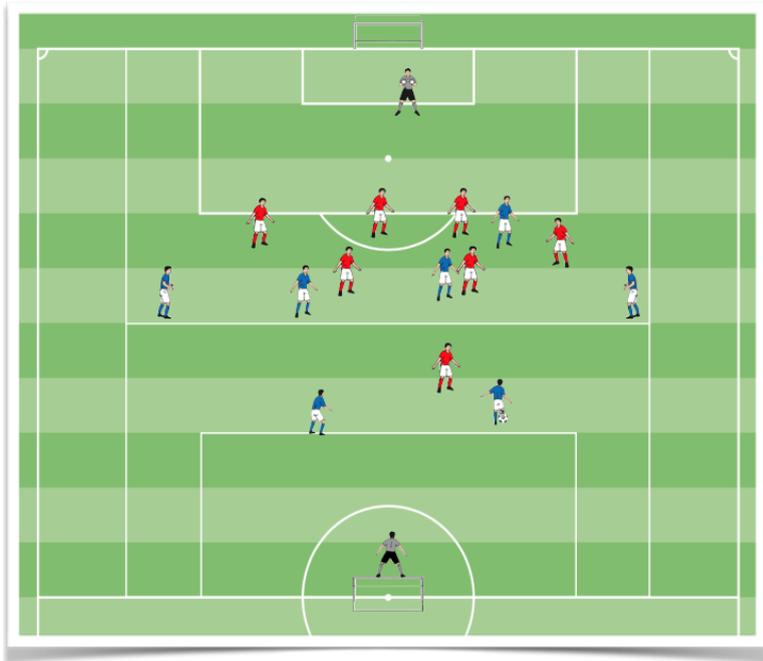
Blu vs Rossi (da 5vs5 a 11vs11, numero variabile) partita normale con in campo diviso in 4 settori (destra e sinistra difensivo, destra e sinistra offensivo).

La squadra che perde palla ha la possibilità di guadagnare un punto (goal) se recupera palla nello stesso quadrante dove la palla è stata persa. Incentiviamo la riaggresione a palla persa e l'uscita da riaggresione.



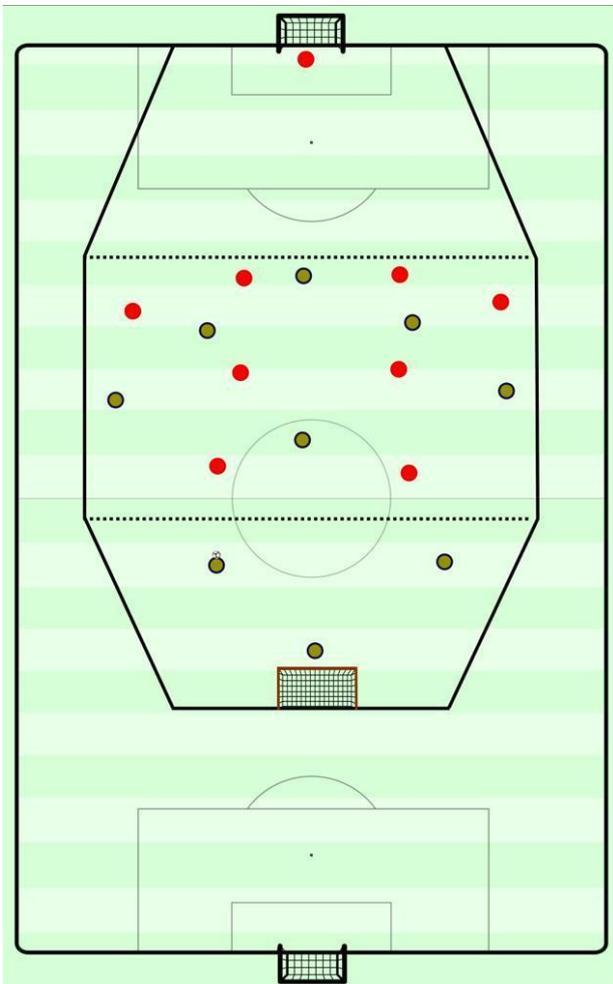
Partita - copert preventive

Blu vs Rossi, partita normale con 2 rossi che non possono abbassarsi a difendere oltre la linea costringendo i blu ad effettuare coperture preventive.



Partita - Transizioni

Partita normale, goal vale doppio se segnato nei primi 5 secondi dopo il recupero palla. Enfatizziamo: pressing alto (per segnare in poco tempo conviene recuperare palla in alto), riaggresione e transizione offensiva.



Partita - Press da medio ad alto

Partita normale, gialli iniziano senza pressione primo settore poi quando dal settore centrale effettuano un retropassaggio nel settore 1 i rossi possono alzarsi in pressing alto

CONCLUSIONI

Siamo arrivati alla fine di questo percorso in cui ho cercato di indagare quella che per me è una fase determinante del gioco del calcio, soprattutto per chi vorrebbe attuare un calcio dominante.

Una squadra di grande possesso e qualità offensiva ma scarsa aggressività ed efficacia nel recupero alto ed immediato del pallone farà molta più fatica a dominare la gara di una squadra con qualità sufficienti nella gestione della palla ma di grande aggressività nel recupero palla.

Credo che sotto questo aspetto abbiamo portato diversi esempi che indicano questa direzione.

Mi piace sottolineare infine un aspetto emotivo, visto che abbiamo parlato (credo giustamente) molto di tattica ed anche di numeri. L'aspetto del coraggio!

Il **coraggio** è un aspetto essenziale del gioco del calcio e in particolare della fase di pressing alto.

I primi a non aver coraggio sono spesso gli allenatori e gli staff tecnici, travolti da mille paure nel momento di impostare una strategia aggressiva. Coraggio o paura che poi viene trasmessa ai giocatori i quali vedono influenzate le loro prestazioni da questo fondamentale aspetto emotivo.

Infondere coraggio e mentalità vincente aiuterà la squadra a superare gli inevitabili momenti difficili all'interno della gara o della stagione.

Altro aspetto da evidenziare: la progressiva scomparsa o relativa meno importanza dei moduli tradizionali. Ormai credo che parlare di modulo sia molto limitativo e per quanto mi riguarda parlo di **strutture posizionali** soprattutto in fase offensiva e disposizioni difensive in fase difensiva.

Concludo privilegiando l'approccio che mi ha spinto a questo elaborato: la volontà di indagare e di capire di più cosa accade realmente all'interno di quei magici 90 minuti.

RINGRAZIAMENTI

Per me oggi è un giorno importante.

Per chi non è stato un calciatore professionista, come purtroppo è capitato a me, non è facile arrivare a questo step. Dunque sono dei ringraziamenti i miei, molto sentiti per tutte le persone che mi hanno aiutato in questo percorso.

Non posso non ringraziare la mia famiglia, in particolare le mie donne a partire dalla splendida **Victoria** che illumina tutte le giornate con la sua incredibile bellezza e dolcezza. **Le bambine, mia madre, mia sorella** e tutti i fratelli veri che mi circondano aldilà del titolo parentale fra i cugini e gli zii.

Mio padre e mio zio Massimo che mi hanno trasmesso questa pazzesca passione.

I miei amici, una vera e reale seconda famiglia, con cui sono cresciuto dagli anni del liceo in poi.

Dal punto di vista professionale devo necessariamente partire dalla **Federazione** che attraverso il Club Italia ed il Settore Tecnico è la mia casa da più di 12 anni. Devo citare **D.Albertini** e **P.Piani**, per motivi diversi fondamentali nella mia crescita.

Tutti gli allenatori con cui ho avuto la fortuna di aver collaborato: **Donadoni, Prandelli, Conte, Ventura, Di Biagio**. Menzione d'onore per **Mancini** con cui ho avuto la gioia di condividere la vittoria di **Euro 2020** e per **Pirlo** con cui ho la possibilità di confrontarmi quotidianamente e che per primo ha creduto in me in un ruolo diverso.

Con loro tutti i rispettivi collaboratori, da ognuno di loro ho cercato di rubare qualcosa. Fra loro un abbraccio caloroso a **G.Spinelli, A.Gregucci** e **P.Vanoli**.

Ringrazio personalmente quelli che considero i miei personali maestri che mi hanno aiutato ed insegnato tanto: il compianto **S.Busso, M.Viscidi, R.Ulivieri** ed **A.Sacchi**.

Infine la dedica finale a **Diego Armando Maradona**, autentica musa ispiratrice del mio amore per questo fantastico sport!
Le emozioni che hai regalato agli appassionati di tutto il mondo, Diego, rimarranno per sempre eterne.

BIBLIOGRAFIA

- www.ultimouomo.com
- "La piramide rovesciata" J.Wilson
- www.ultimouomo.com/totaal-voetbal/
- "Brilliant Orange" D.Winner
- <https://fbref.com/en/>
- <https://soccerment.com/>
- "Calcionomica" S.Kuper e S.Szymanski
- <https://halfspaces.it/rondo/> (rondo)
- "The Numbers Game" C.Anderson e D.Sally

- ore ed ore di telefonate e confronti con gli amici allenatori e giocatori F.Bordin, L.Catalano, M.Scarpa, V.Azzone, F.Lorenzon, E.Abbuscato, A.Maldera, L.Vulcano, M.Biso, F.D'Arrigo, N.Pavarini, G.Valenti, F.Farioli, D.De Rossi, G.Chiellini e tanti altri!

Antonio Gagliardi
Istanbul 31-08-2022