

# Portieri dai "piedi buoni"

Nel calcio moderno i numeri uno devono gestire, quasi alla stregua di un giocatore di campo, il pallone coi piedi. Uno studio relativo alla scorsa Champions e le esercitazioni per migliorare.

**G**li anni '90 sono quelli della prima, vera, grande trasformazione del ruolo del portiere. Nel bel mezzo della carriera, i numeri uno si sono trovati con un "problema" in più da affrontare: non potevano più prendere con le mani il pallone su un retropassaggio del compagno. Erano costretti a rigiocare la palla con i piedi. E dovevano farlo bene e velocemente. **Luca Marchegiani**, uno dei migliori esponenti del ruolo di quel periodo, descrive così il suo vissuto in un'intervista: *"Per me è stato un passaggio traumatico. Quella nuova regola, non solo ha cambiato l'interpretazione del ruolo, ma anche gli allenamenti. Il portiere era coinvolto nel gioco della squadra e le sedute erano diverse: dovevamo fare esercitazioni nuove e se aggiungevi qualcosa da una parte, dovevi toglierne da un'altra. Io non avevo la predisposizione a giocare con i piedi, come invece sapeva fare Pagliuca, con quel sinistro da 50 metri. Spesso non calciavo nemmeno i rinvii. Nel Torino li battevano Annoni e Cravero."* (www.ilnumero1.it).

## NUOVE RICHIESTE

Con l'introduzione della "regola del retropassaggio", il ruolo del portiere ha subito notevoli cambiamenti, di tipo tecnico, tattico e psicologico, modificando la filosofia di gioco di alcune squadre e i mezzi di allenamento utilizzati fino a quel momento. Inoltre, il saper giocare con i piedi è diventato in poco tempo una condizione indispensabile per gli estremi difensori. Che, ormai, sono valutati e giudicati, come avrebbe detto Brera, anche per le loro "abilità pedestri". Dal 1992 nasce, quindi, il portiere moderno, più completo e sicuramente protagonista di un ruolo più complesso. Diventa il primo attaccante, aumentano le situazioni in cui deve sapersi districare con i piedi e in questi vent'anni al numero uno sono state richieste sempre più giocate funzionali a una manovra organizzata, utile a mantenere il possesso e a far ripartire un'azione offensiva anche se pressati dagli attaccanti. Come è sempre stato nel calcio, vi sono squadre che fanno epoca e di conseguenza determinano il modo comune di vedere il gioco. Una di queste è il Barcellona di Guardiola.

Foto: Italyphotopress

## IL TIKI-TAKA

Il Barça, con il famoso tiki-taka, ha segnato un momento importante nella storia del nostro sport. Ma qual è il ruolo del portiere in questo tipo di gioco? È opinione di tutti che Victor Valdés sia molto abile con i piedi e soprattutto sia parte integrante nel possesso palla del Barcellona, sia vicino alla propria porta e sia, soprattutto, in caso di pressione avversaria. Considerando che in Italia, negli ultimi anni, la squadra che ha espresso il maggior possesso

**Autori**

**CLAUDIO FILIPPI**  
Allenatore dei portieri della Juventus.

**DANIELE BORRI**  
Allenatore dei portieri del settore giovanile della Juventus.



## Serve sicurezza coi giovani

Durante una partita i gesti tecnici che il portiere esegue con maggior frequenza sono le giocate di piede (Manoni e Filippi, 1995; Arcelli e Borri, 2009). Ciò significa che bisogna dedicare del tempo, nel corso delle sedute di allenamento, affinché i nostri numeri uno siano sicuri nel controllo del pallone e nella trasmissione. L'allenamento e la partita devono essere considerati due settori, uno d'insegnamento,

l'altro applicativo, che si condizionano reciprocamente (Filippi, 2006); per questo riteniamo sia utile analizzare con attenzione il modello prestativo del portiere e quindi della squadra per poi "addestrare" i ragazzi alle situazioni più frequenti. Pensiamo che in ambito giovanile l'allenamento del portiere, nel caso specifico nel gioco con i piedi, debba svilupparsi secondo lo schema indicato nella figura.



L'allenamento del giovane portiere con i piedi

## Luoghi comuni

Quante volte abbiamo sentito dire che "quel portiere non ha piedi buoni" oppure "ha piedi da centrocampista". Affermazioni opposte, riferite alla capacità del numero uno di gestire il pallone con i piedi (Filippi, 1998). Spesso si sentono commenti entusiastici sulle qualità di alcuni portieri nella gestione del pallone con i piedi, ma è altrettanto vero e da non dimenticare che il **compito primario dell'estremo difensore è la difesa della porta** e la sua prestazione viene determinata da quanto riesce a incidere, insieme al reparto difensivo, nell'evitare delle segnature (Filippi, 2008).

palla utilizzando costantemente il portiere anche nelle fasi di pressione degli avversari è stata la Juventus, abbiamo realizzato uno studio che mette a confronto il comportamento dei portieri del Barcellona (Valdes e Pinto) e quello della Juventus, Buffon, durante le partite di Champions League della stagione 2012-2013 (12 gare del Barcellona e 10 della Juventus – **tabella A**). In campo europeo, poi, sono differenti i team che agiscono in tale direzione, sfruttando l'estremo difensore come soluzione per impostare e man-

## Le esercitazioni

### Prima proposta

Il portiere B esegue un passaggio di interno piede destro a C che a sua volta controllerà di sinistro per giocare di destro ad A, che farà lo stesso per B e così via. In senso antiorario, cambia il piede del controllo e quello del passaggio, quindi stop di destro e passaggio di sinistro (**figura 1**). *Varianti:* si possono ridurre le distanze o giocare a un tocco (in senso orario passaggio di sinistro, in senso antiorario passaggio di destro).

### Seconda proposta

Il portiere A esegue un passaggio di interno piede a B. B controlla e passa ad A, che dopo lo stop esegue un calcio a scavalcare per C. B, sul calcio di A, si pone con fronte a C e l'esercitazione riparte da C e B. E via dicendo (**figura 2**). *Varianti:*

cambiare le forme di controllo o di rilancio.

### Terza proposta

Il mister (A) esegue un retropassaggio per il portiere B, che controlla di sinistro e gioca di interno piede sinistro a C (**figura 3**). *Varianti:* stop di sinistro e passaggio di destro; passaggio a un tocco di destro o sinistro.

### Quarta proposta

Il mister (A) effettua un retropassaggio per il portiere B, che dopo un controllo dovrà, calciare per C, posto all'interno di 4 sagome (**figura 4**). *Varianti:* modificare le forme di retropassaggio, di controllo o di rilancio.

### Quinta proposta

Il mister (A) gioca la palla al portiere B. Sul passaggio il portiere guarda C. A questo punto, se C mostra il cinesino rosso, B, dopo un controllo, calcia calcio per D. Se al contrario C non mostra il cinesino, il portiere B controlla e gioca su C (**figura 5**).

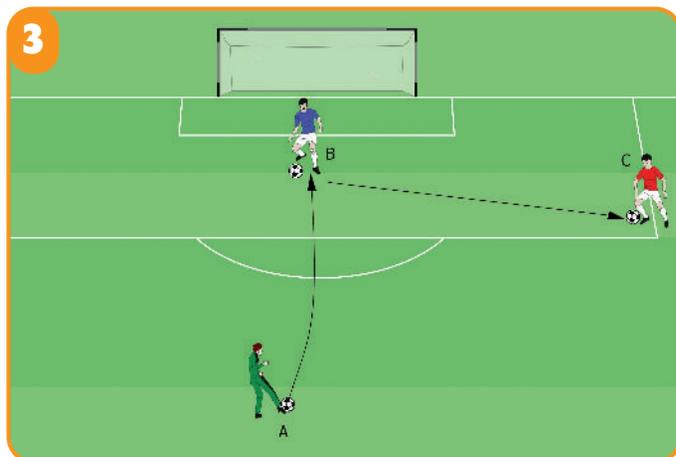
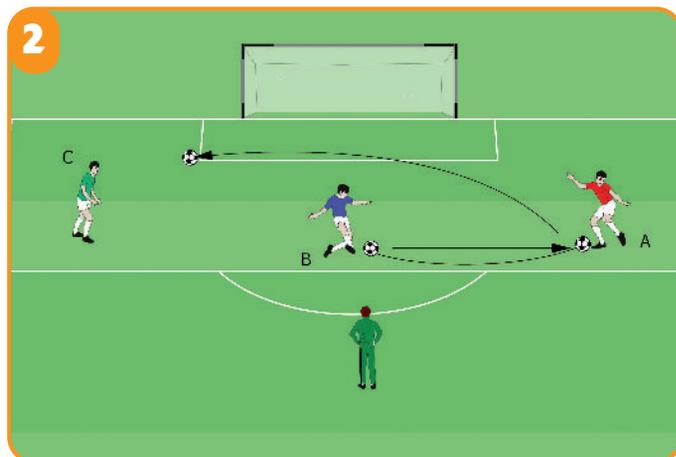
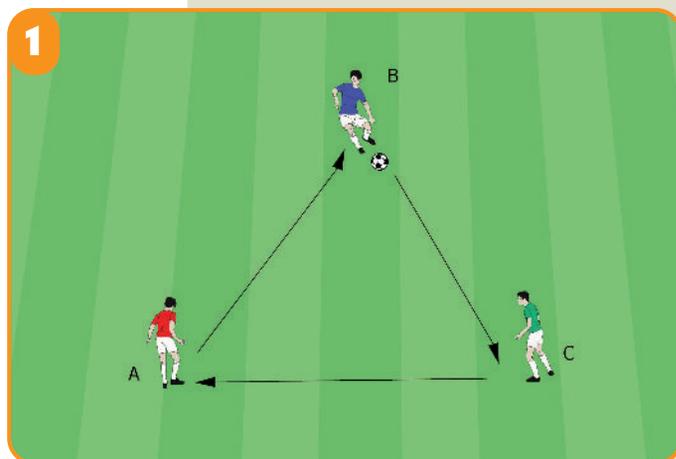
tenere il possesso. Questa filosofia, in più, si sta diffondendo a tutti i livelli e di conseguenza è fondamentale che sia nel settore giovanile sia nei dilettanti gli estremi difensori vengano allenati anche per quanto concerne la tecnica podalica.

## LO STUDIO

Nell'analisi abbiamo considerato il numero delle giocate di piede in situazione di gioco, distinguendole in giocate **senza** pressione e giocate **con** pressione. Di ognuna di questa, inoltre, è stata osservata la tipologia del passaggio effettuato:

- breve, a un compagno vicino;
- lungo, con un lancio;
- calciato fuori dal campo.

Cosa abbiamo notato? Che le giocate totali (con e senza pressione), sono in media  $7,2 \pm 8,8$  per il Barcellona e  $8,3 \pm 2,2$  per il portiere della Juventus (**grafico 1**). Se poniamo l'attenzione solamente a quelle senza pressione, sono in media  $5,5 \pm 8,5$  per il Barcellona e  $4,7 \pm 2,8$  per la Juventus (**grafico 2**). Mettendo a confronto le percentuali delle giocate senza pressione e la loro destinazione, si può vedere graficamente come



Shakhtar D. – Juventus

Juventus – Shakhtar D.

Bayern M. – Juventus

Juventus – Bayern M.

Juventus – Celtic

Celtic – Juventus

Juventus – Chelsea

Chelsea – Juventus

Juventus – Nordsjaelland

Nordsjaelland – Juventus

PSG – Barcellona

Barcellona – PSG

Spartak M. – Barcellona

Barcellona – Spartak M.

Benfica – Barcellona

Barcellona – Benfica

Celtic – Barcellona

Barcellona – Celtic

Milan – Barcellona

Barcellona – Milan

Bayern M. – Barcellona

Barcellona – Bayern M.

A

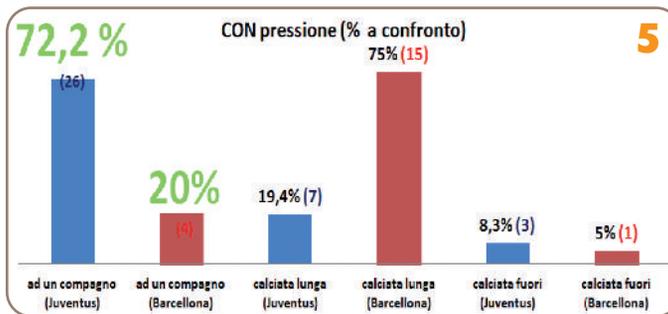
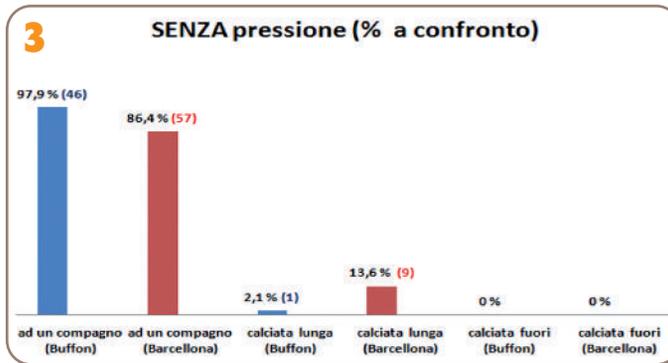
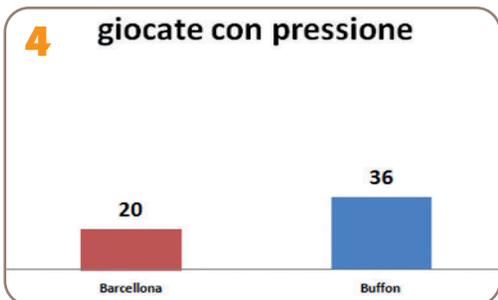
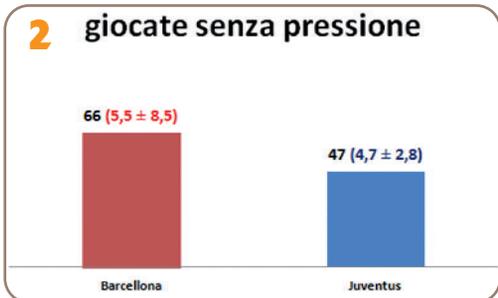
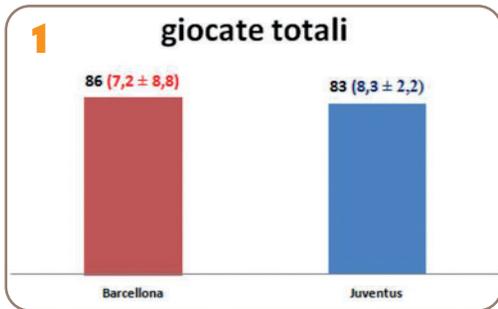


Foto: Italityphotopress

Le partite di Juventus (10) e Barcellona (12) analizzate (tabella A).

Giocate totali coi piedi (grafico 1).

Giocate senza pressione (grafico 2).

Le tipologie di giocate senza pressione (grafico 3).

Giocate con pressione (grafico 4).

Le tipologie di giocate con pressione (grafico 5).

Tabella riassuntiva (tabella B).

risulta la distribuzione (grafico 3). Studiando le giocate con pressione, invece, riscontriamo dei dati che discordano con il pensiero dei più (grafico 4). Considerando che sono state analizzate 12 partite del Barcellona e 10 della Juventus, appare evidente come Buffon giochi un maggior numero di palloni sotto pressione. Ma la valutazione più significativa è l'analisi di come vengono risolte queste situazioni (grafico 5). Emerge chiaramente che il numero uno bianconero giochi molto di più il pallone ai compagni vicini nonostante la pressione degli avversari.

### RISCHI CALCOLATI

I portieri del Barcellona, quindi, gestiscono un maggior numero di palloni con i piedi senza

**B** pressione dell'avversario e quando sono pressati fraseggiano con i compagni solo il 20% delle volte. Il numero uno della Juventus, invece, pur partecipando meno al gioco senza pressione, lo fa maggiormente nelle situazioni con pressione, mantenendo il possesso della palla per la propria squadra **anche in momenti più complessi e apparentemente rischiosi (72%)**. Si rifugia nel calcio lungo meno del 20% delle volte (tabella B). ♦

