

MODULI E SCHEMI

Il sistema 4-3-3.

A cura di **MAURIZIO VISCIDI**

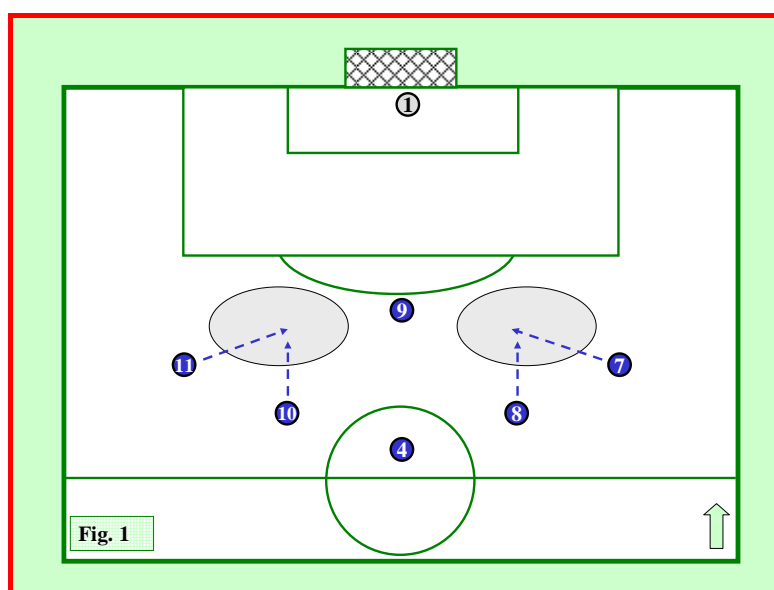
La tesi di fine corso di Mister Maurizio Viscidi.

INTRODUZIONE.

Il sistema 4-3-3 è il sistema di gioco ideale per sviluppare una buona fase di attacco.

Esso, oltre a rispettare i cinque principi di tattica offensiva, garantisce molto spazio sul fronte d'attacco in quanto essendoci una sola punta centrale, possono avvenire inserimenti e tagli da parte dei centrocampisti e degli attaccanti.

Come si può notare nella **figura 1**, gli spazi a fianco del centravanti vanno sfruttati con corse di smarcamento in diagonale e in verticale, sempre tenendo in grande considerazione l'importanza dei tempi.



Tutta la fase d'attacco si basa sulla combinazione dei movimenti dei tre attaccanti che, come si vedrà più avanti, sono moltiplicatori di situazioni offensive.

CARATTERISTICHE DEI GIOCATORI.

Il centravanti, essendo l'unica punta centrale, deve avere una buona prestanza fisica in quanto deve sostenere il peso di tutto il fronte d'attacco.

Deve essere bravo a ricevere la palla per far salire la propria squadra; deve fungere d'appoggio nelle triangolazioni delle ali ed effettuare il primo taglio dietro ai difensori quando l'ala guida la palla verso l'interno.

Le ali devono preferibilmente essere dotate di velocità, controllo della palla e senso del goal, oltre che di un'ottima abilità nel 1 contro 1.

La velocità serve quando attaccano la profondità alle spalle del proprio terzino o quando lo puntano palla al piede.

Il controllo è necessario quando ricevono la palla da un centrocampista sul movimento di taglio interno.

Il senso del goal serve per attaccare con profitto la linea avversaria alle spalle per presentarsi in zona tiro d'avanti al portiere.

Pertanto i tre attaccanti risultano uomini fondamentali, dai quali non si può prescindere se si vuole attuare un efficace 4-3-3.

Il centrocampista centrale, metodista davanti alla difesa, è utile per uscire con il gioco corto e palla a terra; deve saper dare i tempi di manovra e fungere da vero playmaker; difficilmente entra in zona goal ed è molto utile a protezione della difesa in fase di copertura.

Le mezzali sono centrocampisti che giocano a "tutto campo".

La loro caratteristica principale è la capacità di saper fare tutto, sia in fase difensiva che offensiva.

Soprattutto in fase d'attacco devono essere bravi ad inserirsi nelle "sponde" del centravanti e, comunque, nello spazio creato dal taglio delle rispettive ali.

Devono possedere una mentalità offensiva, capacità di penetrazione, assist e tiro da fuori.

I quattro difensori, essendo la squadra quasi obbligata a difendersi con 7 giocatori (4 difensori + 3 centrocampisti), devono dimostrarsi più bravi a fronteggiare gli attaccanti avversari rispetto a chi pratica il 4-4-2 in quanto, non essendo facile portare il quinto uomo a scalare in fase difensiva, possono correre anche il rischio di un 2 contro 2 centrale.

Devono tenere pertanto più lunga la diagonale difensiva il che significa che il primo centrale, a copertura del proprio terzino, oltre a coprire deve marcare la punta avversaria.

Se il centrale lascia la marcatura e copre da vicino il terzino, la diagonale difensiva risulta più corta in quanto l'altro centrale ed il terzino opposto devono scalare per marcare le due punte avversarie.

In fase di costruzione di gioco i quattro difensori sono facilitati dai tre centrocampisti, che fungono da veri riferimenti nell'impostare l'azione offensiva.

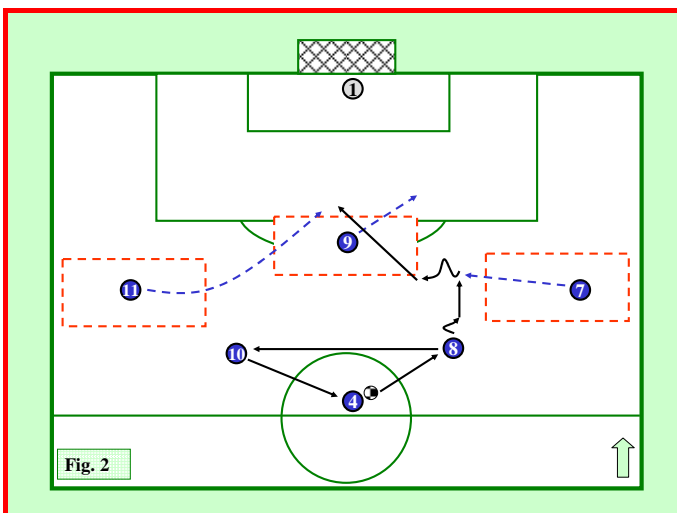
Pertanto, rispetto a chi pratica il 4-4-2, si avvalgono di tre centrocampisti centrali invece che di due.

Soprattutto il playmaker diventa il primo compagno con il quale dare inizio alla manovra d'attacco.

PRESUPPOSTI FONDAMENTALI DEI MOVIMENTI D'ATTACCO A TRE GIOCATORI.

Per realizzare una buona fase d'attacco bisogna considerare fattori quali il tempo, lo spazio e il modo:

- **Tempo:** sapere quale è il tempo di smarcamento risulta facile, basta muoversi quando il portatore di palla effettua una presa di posizione visiva, sia prima che dopo aver ricevuto la palla.
Solo quando gli occhi del portatore di palla si incrociano con quelli del compagno viene effettuato il movimento di smarcamento.
La finta, o contromovimento di smarcamento, va effettuata prima che il compagno preveda l'informazione visiva.
Pertanto, è fondamentale sincronizzare i movimenti di inganno dell'avversario e di smarcamento con i tempi del portatore di palla.
- **Spazio:** quando si parla di spazio ci si deve porre la domanda: "dove smarcarsi"? Sicuramente bisogna andare a occupare una "zona luce", come è definita quella zona del campo libera e raggiungibile dal passaggio del compagno.
La disposizione a tre attaccanti, con una sola punta centrale, permette di avere parecchi spazi liberi.
- **Modo:** attraverso corse in diagonale che, nel caso delle ali, vengono chiamate tagli. Questi possono avvenire verso l'interno e spesso, nel caso sia la punta centrale ad effettuarli, verso l'esterno.
Le corse in diagonale danno all'attaccante il vantaggio di porre il proprio corpo a protezione della palla e, pertanto, il difensore risulta svantaggiato nel tentativo di anticipo.



Per avere la giusta sincronizzazione dei tempi di smarcamento, faccio eseguire l'esercizio rappresentato nella **figura 2**, nel quale schiero i tre centrocampisti e faccio in modo che effettuino dei passaggi fra loro, dando le spalle, e, quindi, non vedendo i tre attaccanti.

Quando uno dei centrocampisti si gira e cerca con lo sguardo uno dei tre attaccanti (presa d'informazione), uno di questi deve suggerire il passaggio mediante un movimento di smarcamento in diagonale.

Per completare l'esercizio inserisco il concetto di spazio libero ed occupato, collocando i tre attaccanti all'interno di quadrati occupati da altrettanti difensori; quando il centrocampista cerca l'attaccante, questi può uscire dal proprio quadrato mentre, al difensore non è permesso.

Con questa esercitazione l'attaccante viene allenato a smarcarsi nei giusti tempi e spazi.

Le direzioni del possibile smarcamento dell'ala sono quattro (**figura 3**):

- 1) incontro al portatore di palla;
- 2) taglio a ricevere;
- 3) taglio a entrare;
- 4) profondità.

La prima direzione permette all'ala di ricevere la palla ma, avendo le spalle alla porta, non riesce ad attaccare la profondità.

Pertanto, quasi sempre deve appoggiarsi su di un giocatore di sostegno.

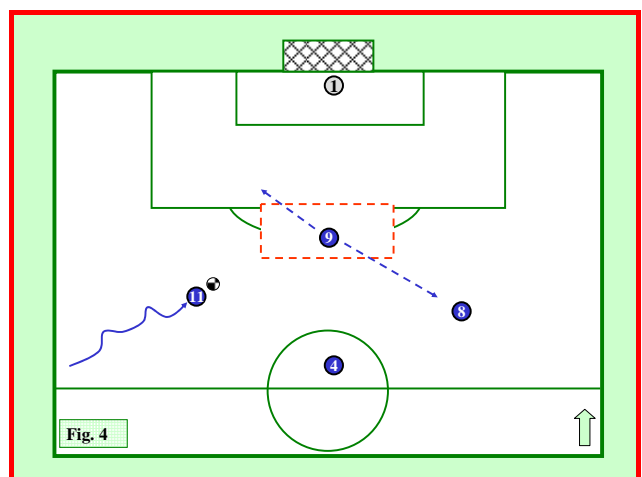
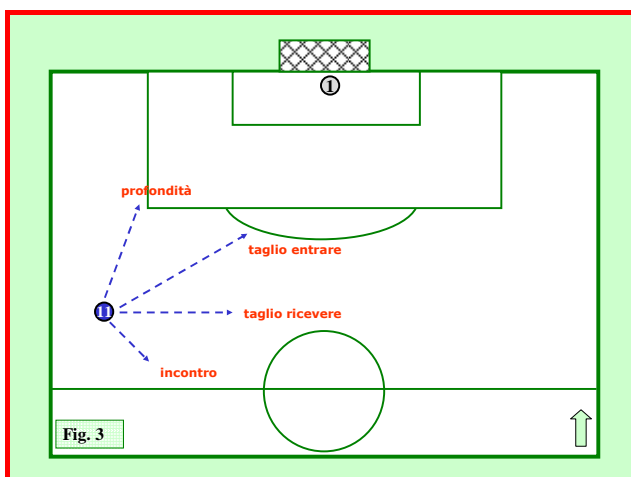
La seconda direzione permette di saltare il terzino solo se lo si prende sul tempo nel movimento d'entrata.

La terza direzione è efficace in quanto si taglia alle spalle del proprio avversario e, pertanto, questi non può più recuperare sull'attaccante.

Nella quarta direzione si corre alle spalle del terzino ma, invece di andare verso la porta, si attacca lo spazio a fondocampo; pertanto la giocata conseguente sarà il cross e non la conclusione in porta.

Quando l'ala riceve la palla sui piedi, dato che si trova in uno spazio libero (cioè non marcato da vicino), ha due possibilità:

- 1) l'1 contro 1;
- 2) la triangolazione (1-2).



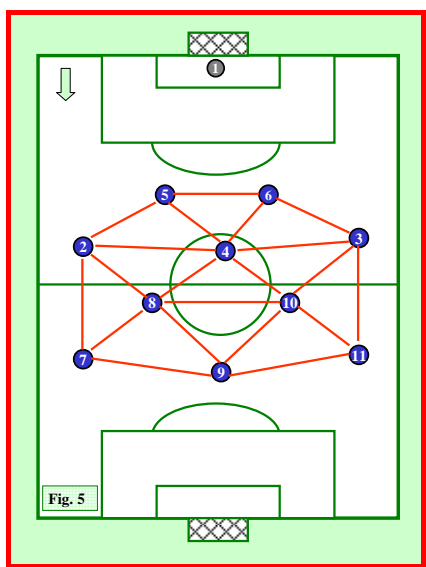
I movimenti del centravanti sono anch'essi ad uscire dal quadrato (occupato dallo stopper) andando verso i centrocampisti per dare appoggio quando hanno la palla, oppure tagliando verso la porta se la palla è in possesso delle ali (**figura 4**).

Chiariti questi aspetti fondamentali relativi agli spazi ed ai tempi, puntualizzata l'importanza del lavoro per schemi, propongo adesso alcune combinazioni offensive, partendo dai tre attaccanti, per andare successivamente ad aggiungere sempre più giocatori, fino ad ottenere un ottimale sviluppo di gioco 11 contro 0.

Restando convinto che la teoria non accompagnata da precisi riferimenti pratici resta avulsa dal nostro lavoro, illustrerò i movimenti più efficaci di questo sistema.

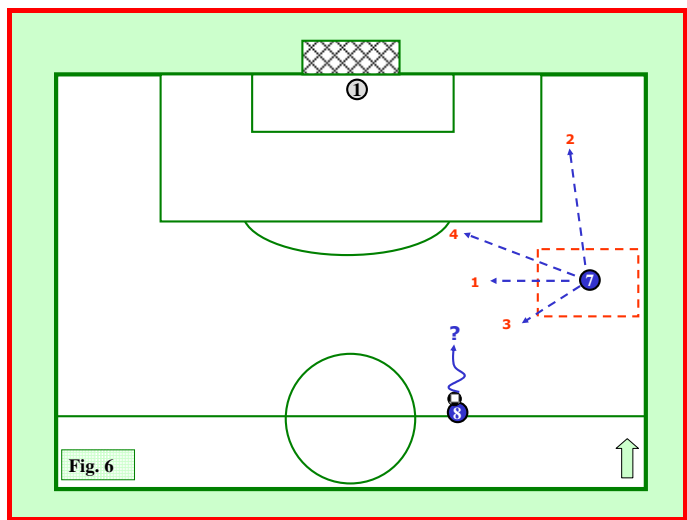
LO SCHIERAMENTO BASE.

Nella **figura 5** la squadra è schierata secondo il sistema 4-3-3; si possono notare i triangoli che si formano tra i giocatori grazie al naturale scaglionamento che si viene a creare; si nota, inoltre, l'ampiezza in attacco e gli spazi liberi a fianco del centravanti.



MOVIMENTI ED INTERPRETI DEGLI SCHEMI.

Nella **figura 6** è rappresentato il gioco dell'ala, ovvero le quattro possibili direzioni di smarcamento:



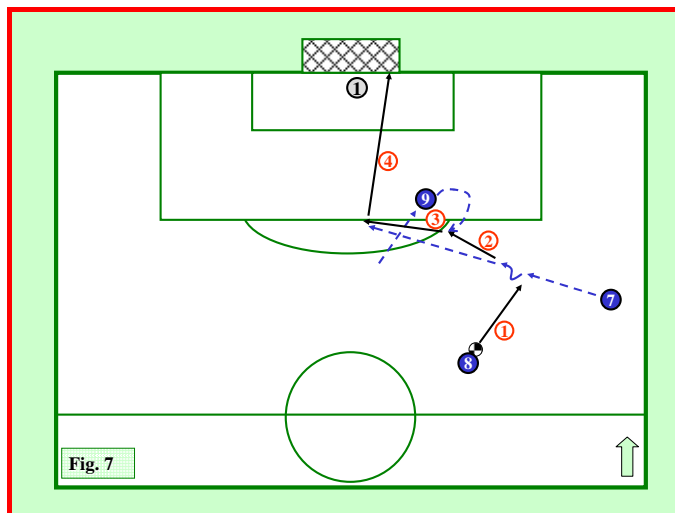
- 1) taglio a ricevere;
- 2) profondità;
- 3) movimento d'incontro;
- 4) taglio a entrare.

Queste quattro direzioni permettono all'ala di poter sempre ricevere la palla a patto che il portatore non sia chiuso e che si lavori nei tempi giusti.

Per allenare il gioco dell'ala occorre porre questo giocatore a palleggiare con le spalle girate in direzione dell'attacco; successivamente, sulla presa d'informazione, l'ala scatta fuori dal quadrato e riceve; si concatenano quindi i movimenti delle altre punte.

Taglio a ricevere dell'ala

Nella **figura 7** è rappresentata una variante molto efficace che fa seguito al taglio a ricevere dell'ala.



Il centravanti che esegue il primo taglio compie un giro su se stesso a rientrare, quindi appoggia per l'ala che prosegue la corsa come illustrato in figura.

Segue poi il tiro in porta che, probabilmente, risulta più efficace se eseguito da un "sinistro" che giochi in posizione di ala destra.

Si noti che il centravanti può anche effettuare l'assist con un colpo di tacco.

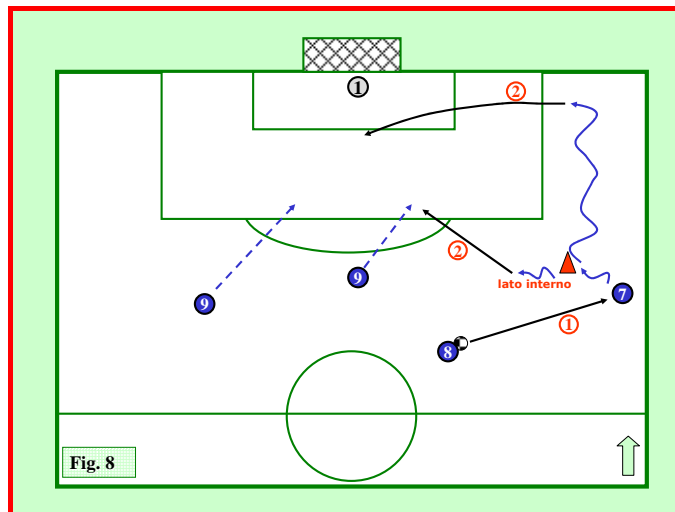
Uno contro uno dell'ala

Nella **figura 8 a pagina successiva** si nota il dribbling dell'ala sul proprio difensore; i lati per superare il terzino sono due:

- a) uno esterno, dove bisogna toccare lungo la palla, cambiare passo e concludere con il cross;

b) uno interno, dove si deve “sterzare” davanti al terzino, prendendolo sul lato debole o piede d’appoggio, e proseguire poi con il tiro o con una palla filtrante alle spalle dei difensori.

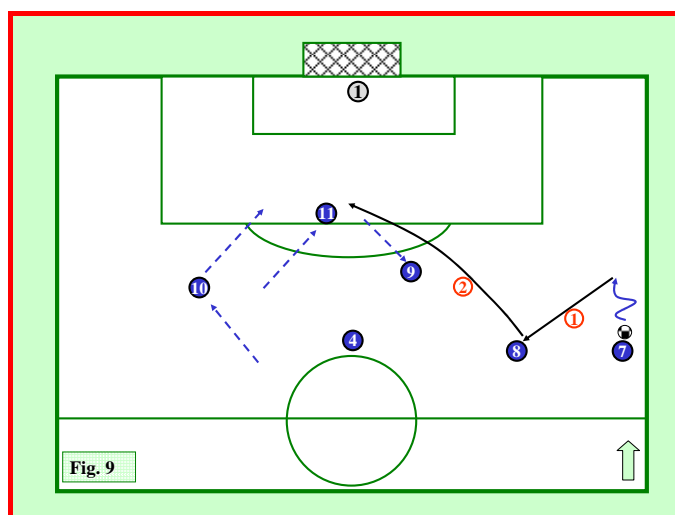
L’1 contro 1 è una qualità fondamentale dell’ala che, se sfruttata a dovere, permette sempre di creare i presupposti per un’azione da goal.



Solitamente, per lo spazio a favore dell’ ala e per la difficoltà di dover difendere due lati, gli allenatori predispongono i raddoppi di marcatura sugli esterni.

Retropassaggio dell’ala sul raddoppio

Nella **figura 9** il raddoppio sull’ala, che parte dal centrocampista avversario che si affianca al terzino (non mostrato in figura), fa sì che la mezzala del 4-3-3 (n° 8) è libera di ricevere un retropassaggio a sostegno.

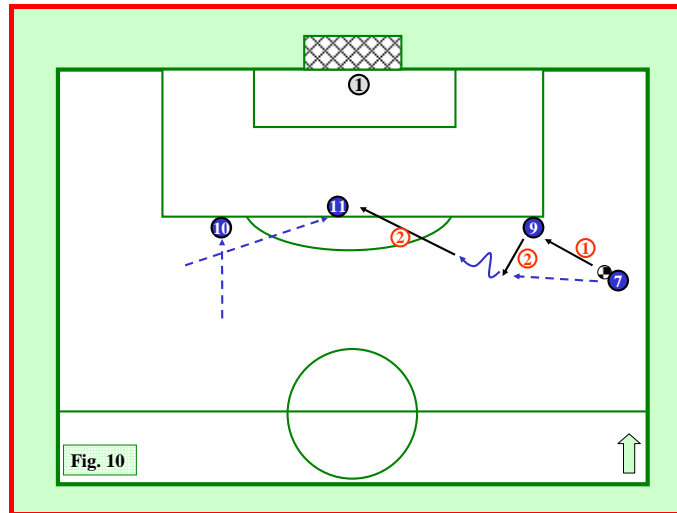


A questo punto lo schema può continuare con il movimento d’ incontro del centravanti che libera lo spazio per l’entrata in taglio dell’ala opposta, seguita dall’inserimento verticale della mezzala nello spazio creatosi.

Triangolazione interna

È questo il movimento d'attacco più efficace e moderno.

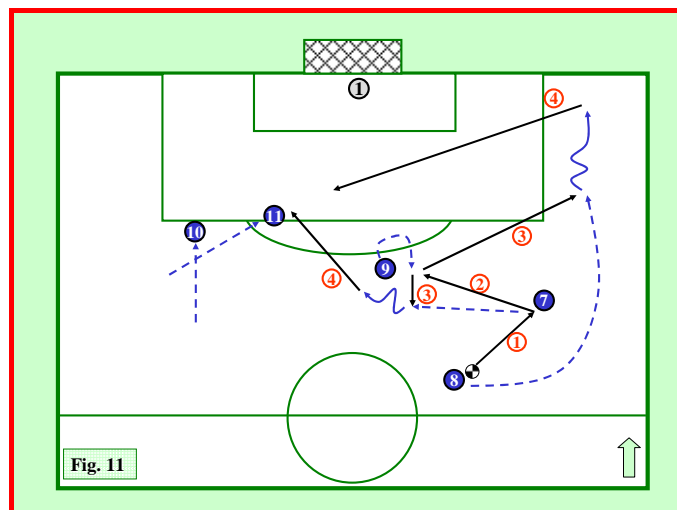
È una triangolazione ala-centravanti dove, quando questi subisce una corsa sul proprio lato cieco, l'ala si trova ad entrare verso la porta avversaria e, pertanto, può andare direttamente al tiro oppure può giocare una palla filtrante per il taglio dell'ala opposta o sull'inserimento della mezzala (**figura 10**).



Sovrapposizione mezzala-ala

Nella **figura 11** è rappresentata una sovrapposizione semplice che permette all'ala di ricevere la palla sui piedi ed aspettare la corsa "sopra" della mezzala per appoggiarsi sul centravanti che ha fatto il movimento a ricevere verso l'esterno.

In questo caso il centravanti ha due possibilità:



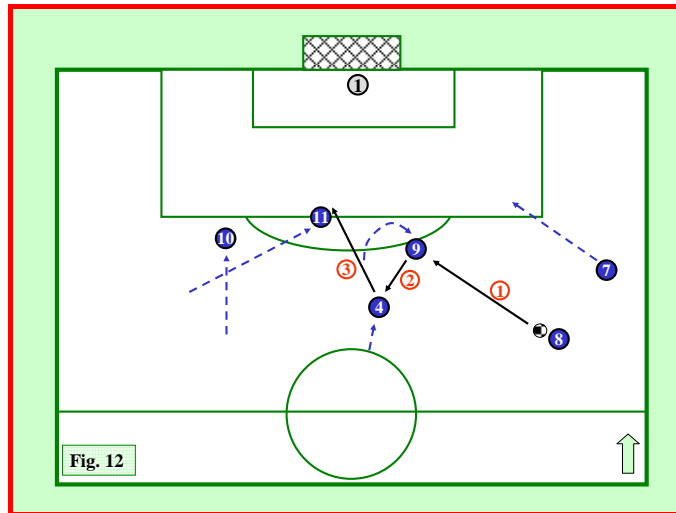
- a) chiudere il triangolo interno con l'ala;
- b) aprire per la mezzala e permettere il cross da fondocampo.

Il movimento degli altri giocatori è sempre quello di taglio ad entrare dell'ala opposta a di inserimento sul secondo palo della mezzala opposta.

Verticalizzazione della mezzala sul centravanti

Questa combinazione d'attacco inizia con la mezzala in possesso di palla.

Il centravanti, dopo un contromovimento di finta verso la profondità, viene incontro a ricevere la palla sui piedi.

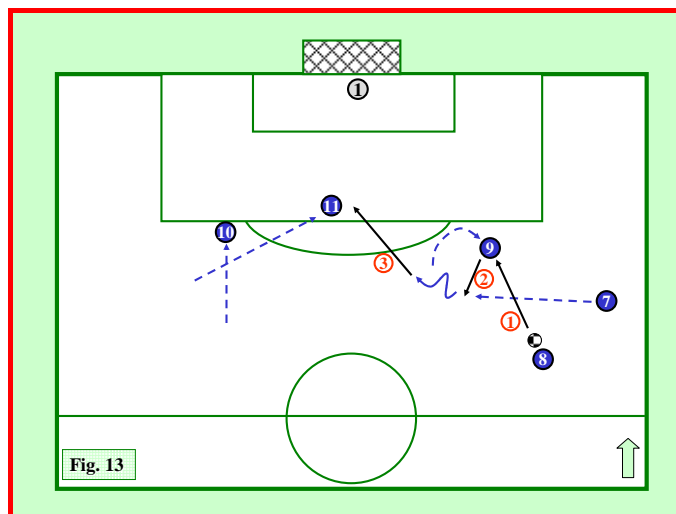


Partendo dall'ipotesi che anche il difensore esca a pressione per non far girare il centravanti, questi gioca la palla sul successivo sostegno del centrocampista centrale.

Il taglio dell'ala opposta e dell'ala corrispondente, più l'inserimento della mezzala permettono di trovare tre soluzioni per il passaggio (**figura 12**).

Taglio sotto l'ala

La mezzala, dopo aver ricevuto la palla dal metodista (non mostrato in figura), verticalizza sul centravanti che viene a ricevere.

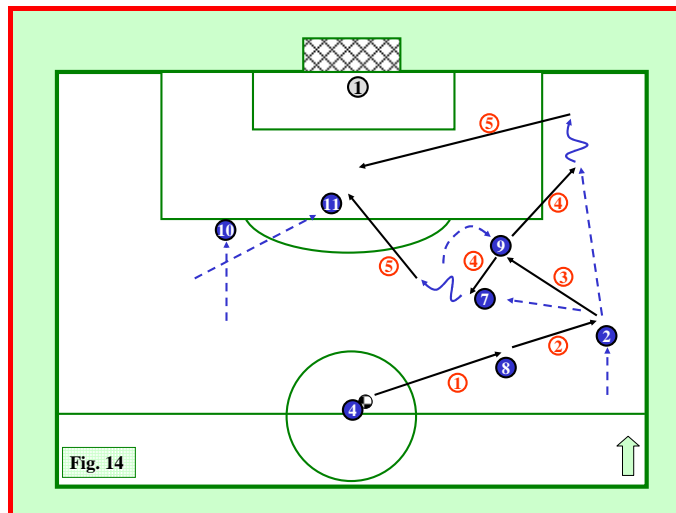


L'ala, se parte quindici metri dentro il campo tagliando al centro, riceve il passaggio sponda; la combinazione prosegue con il taglio dell'ala opposta e l'inserimento della mezzala (**figura 13 a pagina precedente**).

Taglio a ricevere dell'ala per l'inserimento del terzino

La combinazione nasce dalla mezzala che ha la possibilità di scegliere tra due compagni:

- a) l'ala che taglia e riceve,
- b) il terzino che si inserisce nello spazio creato dall'ala.

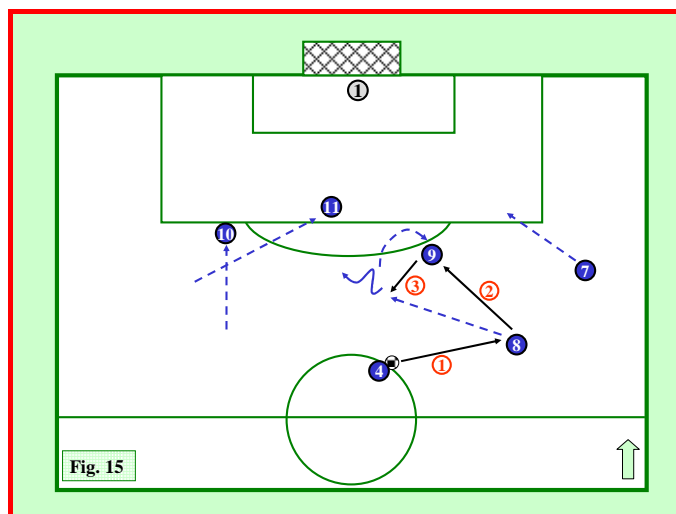


La scelta del destinatario del passaggio è in relazione al comportamento dell'avversario.

Nella **figura 14** è illustrato il caso in cui è il terzino a ricevere, il quale appoggia successivamente sulla punta che trova a sua volta con una sponda interna l'ala che sta tagliando; sono fondamentali i giusti tempi di esecuzione.

Triangolo interno della mezzala

Nella **figura 15** la mezzala, chiede il triangolo alla punta.

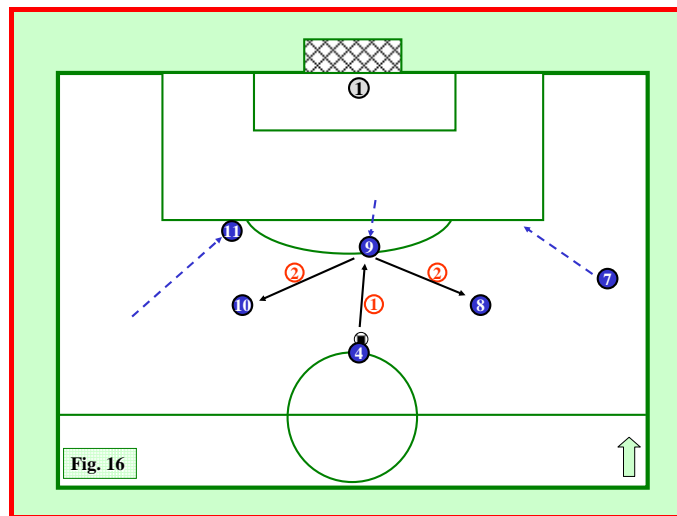


Poiché la punta centrale, per fare da sponda, deve uscire dalla linea difensiva avversaria, è necessario che entrino le ali in taglio e le mezzali in inserimento.

La validità di questa triangolazione è data dal fatto che la mezzala segue la palla verso l'interno e, pertanto, la punta deve dare appoggio esternamente.

La "galeone"

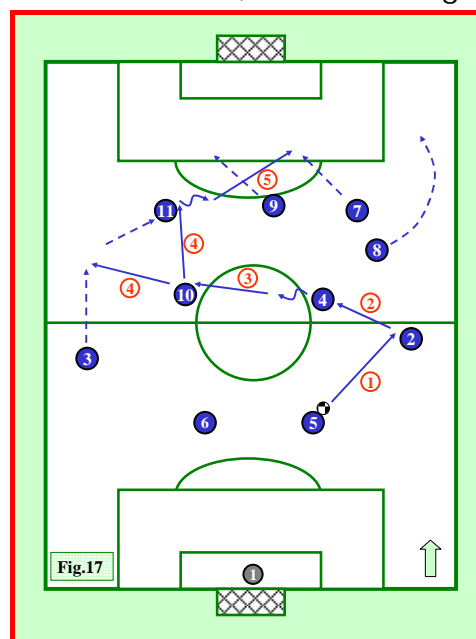
Questa giocata offensiva ha origine dal mediano centrale che, trovandosi in verticale rispetto alla propria punta, esegue un passaggio sui piedi di questa che poi successivamente serve una delle mezzali in inserimento.



Si completa la sequenza con i successivi soliti tagli ad entrare delle ali (**figura 16**).

Uscita sul metodista e cambio gioco

Nella **figura 17** si nota la possibilità che ha il metodista di girare il gioco a destra e a sinistra (nell'esempio, partendo dal terzino, il metodista gira il gioco a sinistra).



In quanto facilitato dal fatto di essere il vertice basso di un centrocampio a tre giocatori, il metodista può facilmente ricevere la palla sui piedi dai terzini.

Nel nostro caso fa poi girare la palla verso la mezzala opposta.

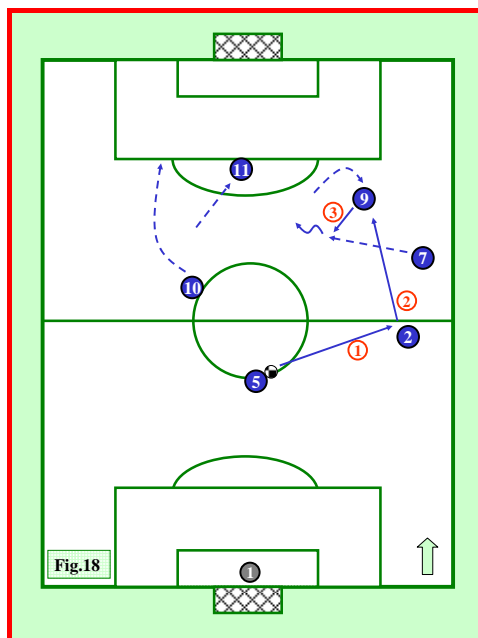
Questa mezzala ha due successive possibilità di gioco:

- a) giocare la palla sul taglio a ricevere dell'ala;
- b) aprire ulteriormente sulla fascia al terzino che si inserisce.

Uscita dal terzino e taglio sotto l'ala

Questa uscita è una delle soluzioni più efficaci.

La palla è sui piedi del terzino, il centravanti fa un movimento a ricevere e l'ala taglia sotto il centravanti che chiude il passaggio verso l'interno.



Questo è reso possibile solo se l'ala parte vicino al terzino e taglia dopo la partenza del passaggio.

L'ala ha poi come soluzione successiva di gioco il taglio dell'ala opposta e l'inserimento della mezzala (**figura 18**).

Sovrapposizione del terzino

Questa uscita, con il terzino in possesso di palla, ha come primo appoggio l'ala che fa il movimento lungo-corto di smarcamento.

Nel momento in cui l'ala riceve, si appoggia sul sostegno più vicino rappresentato dalla mezzala che poi verticalizza sulla punta a ricevere.

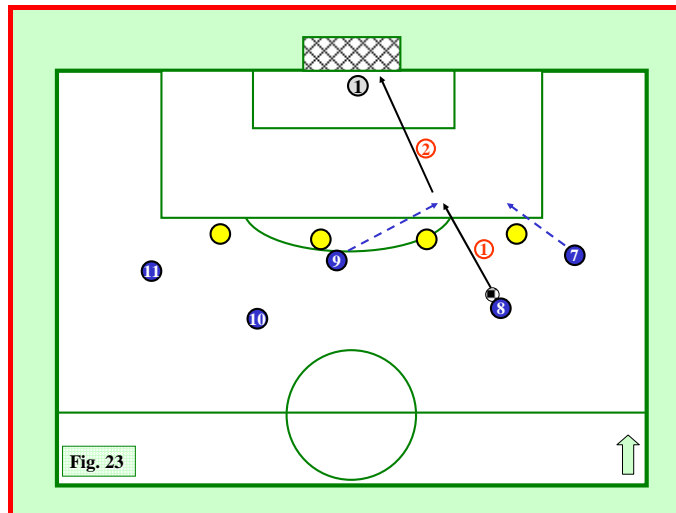
Questa, a sua volta, trova appoggio sull'ala che, nel frattempo, ha tagliato.

La sequenza termina con le solite entrate sul lato opposto.

- a) dal difensore all'ala;
- b) da difensore al terzino (non mostrato in figura).

Taglio ad entrare del centravanti

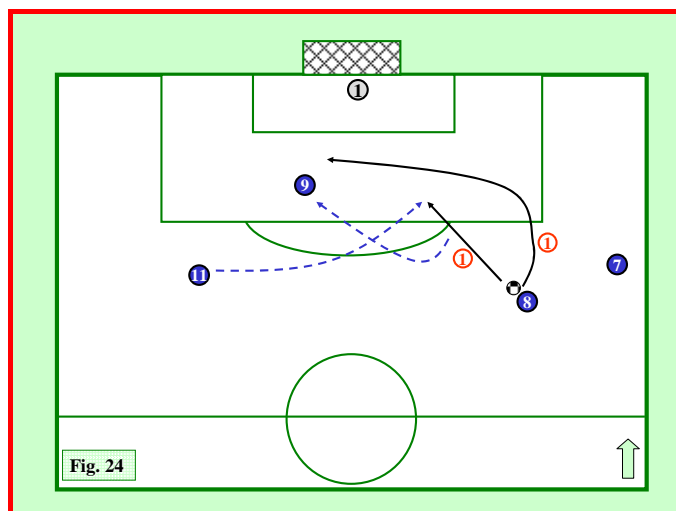
Nella **figura 23** è illustrato il movimento ad incontro per attirare fuori i difensori avversari, seguito dal taglio ad entrare della punta, dietro la linea difensiva, a ricevere il passaggio della mezzala.



Con questo movimento, molto efficace contro le difese schierate a zona, il centravanti può liberarsi per il tiro.

Incrocio centravanti-ala

Nella **figura 24** è rappresentato un movimento che è molto utilizzato quando si gioca con due punte centrali.



In questo caso è stato adattato al 4-3-3: la prima punta (centravanti) fa un mezzo giro e va verso il secondo palo mentre l'ala opposta fa un taglio ad entrare. ♦