

9 settembre 2019

I SEGRETI DEL 2>2

*I 7 MODI PER
AFFRONTARE IL 2
CONTRO 2*



"La squadra che voglio è quella in cui, in un determinato momento e di fronte a una determinata situazione, tutti i giocatori pensano in funzione della stessa cosa simultaneamente: questo è gioco di squadra, questa è organizzazione di gioco." **JOSE' MOURINHO**

Daniele Tacchini

Le abilità tecniche

DEFINIZIONE TECNICA APPLICATA

Fase di possesso palla

1. Smarcamento
2. difesa e copertura della palla
3. passaggio
4. finta e dribbling
5. tiro in porta

Fase di non possesso palla

1. presa di posizione
2. marcatura
3. contrasto
4. intercettamento
5. difesa della porta

Le abilità tattiche

L'applicazione della tattica avviene attraverso due fasi, quella di possesso e quella di non possesso palla.

I principi generali in fase di possesso palla sono :

- scaglionamento offensivo
- verticalizzazione
- acquisizione di ampiezza
- mobilità
- imprevedibilità o sorpresa

I principi in fase di non possesso palla sono :

- scaglionamento difensivo
- azione ritardatrice e/o temporeggiamento
- concentrazione
- equilibrio difensivo
- controllo difensivo o cautela

ATOMO DELLA TATTICA

2 contro 2

- Qualsiasi sviluppo della tattica in fase off e dif deve partire dalla conoscenza del **2 contro 2**
- Il 2c2 è la situazione **numericamente più piccola** che però racchiude tutte le variabili dello sviluppo di una azione
- E' utile soprattutto per sapere **come superare l'ultima linea di difesa avversaria**
- E' indispensabile conoscerlo per sapere come difendere a zona
- Mosse e contromosse del 2c2 saranno poi presenti in mosse e contromosse fra attacco e difesa

- **Esistono 7 modi per vincere un 2c2:**

- 1-TRIANGOLAZIONE (esterna, interna, sullo scarico)
- 2-TAGLIO
- 3-PASSANTE
- 4-SOVRAPPOSIZIONE
- 5-ATTACCO DIRETTO (CORTO-LUNGO)
- 6-DRIBBLING (1C1)
- 7-TIRO IN PORTA

E' inoltre importante imparare a riconoscere se il portatore ha **palla aperta o chiusa** e se l'appoggio è **marcato stretto o lento**

TRIANGOLAZIONE

FASE OFFENSIVA

- **Triangolazione esterna**: fare 1-2 con un appoggio dentro giocando palla sul piede non marcato e scattando in profondità
- **Triangolazione interna**: come sopra ma invece di scattare verso fuori si va verso l'interno, è molto difficile da contrastare per i difensori anche se in realtà non si supera l'ultima linea, ma ci si crea una palla aperta di rifinitura.
- **Triangolazione sullo scarico**: è un movimento vincente perché i difensori leggono il retropassaggio come uno scarico per andare poi sull'altro lato, invece, ripartendo in profondità si riesce a sorprenderli il più delle volte anche in leggera risalita

FASE DIFENSIVA

- Il **difensore 1** sul portatore deve scappare non seguendo il pallone ma sull'ipotenusa del triangolo, girandosi con i piedi per la via più breve
- Il **difensore 2** se riesce fa l'anticipo, ma poiché è difficile e pericoloso, anch'egli deve staccarsi per intercettare il passaggio di chiusura del triangolo
- Nella **triangolazione interna** si deve andare a chiudere lo scarico dell'appoggio ma è impossibile se si è girati con i piedi verso fuori
- Nella **terza triangolazione** sul retropassaggio si deve fare l'elastico e non farsi trovare in controtempo

TAGLIO

Fase offensiva

- . Per farlo bene in fase off bisogna fare un movimento ad "L" altrimenti si va in fuorigioco.
- Non perdere la porta allargandosi troppo
- Fare lo smarcamento a 2 velocità

Fase difensiva

- Il primo movimento difensivo obbligatorio è :ACCOMPAGNO
- Successivamente se l'attaccante è fuori tempo si "LASCIA"
- Attenzione nelle 2 linee di copertura che il compagno di reparto potrebbe tenere in gioco

PASSANTE

FASE OFFENSIVA

- E' un movimento di attacco della profondità sul **lato cieco del proprio marcatore**
- Si deve smarcarsi uscendo dalla linea avversario-porta che è la linea del difensore per poterlo **attaccare alle spalle**
- Qualcuno lo chiama anche **TAGLIO DIETRO**

FASE DIFENSIVA

- Il difensore non deve **guardare** solo la **palla** ma anche l'**avversario** che sta marcando
- Quando la punta si allarga per prendergli le spalle il difensore deve **ritrovare la linea avversario-porta** abbassandosi leggermente e stringendo per evitare la palla filtrante

SOVRAPPOSIZIONE

FASE OFFENSIVA

- E' un movimento di attacco nel quale si passa alle spalle del portatore di palla con l'obiettivo di **creare un 2 contro 1**
- E' fondamentale che il **portatore non si accentri** ma continui a puntare il proprio difensore per mantenere la superiorità numerica
- Se e quando gli avversari scalano allora può aver senso portare la palla dentro e giocarla nel momento in cui ridiventa aperta

FASE DIFENSIVA

- La giusta contromossa difensiva è quella di **scalare** per non trovarsi in inferiorità numerica
- Però è importante scalare quando il **secondo difensore** arriva e non prima altrimenti si apre una palla che può essere pericolosa
- In alternativa si **temporeggia** in attesa di una scalata
- Solo nel caso in cui si sia già a distanza di contrasto con palla chiusa sarà meglio non scalare ma portare il **takle**

DRIBBLING

FASE OFFENSIVA

- Troppe volte ci si dimentica che il dribbling è una **potente arma** per portare la palla dietro la linea di difesa avversaria
- E' molto efficace quando la zona avversaria non attua le dovute coperture e si può con un solo **1 contro 1 saltare un intero reparto**
- Pertanto conviene puntare il **difensore dove non è coperto** o comunque dove la situazione offensiva diventa più pericolosa

FASE DIFENSIVA

- Il reparto deve proteggersi dal dribbling con le **coperture reciproche**
- Su **palla laterale** si possono adottare 1 o 2 linee di copertura
- Mentre su **palla centrale** si deve attuare la PIRAMIDE difensiva, che permette addirittura la presenza di "2 liberi"
- Quando il compagno di reparto viene puntato ci si comporta da **COPRO** e non da MARCO

ATTACCO DIRETTO

FASE OFFENSIVA

- E' molto efficace , soprattutto a linea avversaria alta , andare direttamente dietro ad essa per fare l'attacco chiamato anche ad **UN TEMPO**
- Lo smarcamento necessario per riuscirci è il classico **CORTO-LUNGO**
- Infatti l'attaccante finge di andare incontro per ricevere sui piedi, viceversa parte poi lungo per **ricevere sullo spazio dietro la linea difensiva**
- Spesso tante linee di difesa hanno i 4 difensori che si fanno superare con un solo lancio alle loro spalle

FASE DIFENSIVA

- E'importantissima la **lettura biomeccanica** sul portatore di palla avversario
- Infatti se questo portatore ha la postura classica del lancio lungo , bisognerà predisporre a scappare indietro e non farsi solo attrarre dalla punta che va incontro
- In pratica si accorcia sulla punta , ma poiché la palla è aperta si sta "morbidi" nella marcatura e pronti a scappare
- E ricorda che nel dubbio "marco o copro" si sceglie sempre di coprire
- La pratica migliore per allenare questa lettura è data **dall'esercitazione situazionale "anticipo corto-anticipo lungo"**

TIRO

FASE OFFENSIVA

- Il tiro è una importante modalità attraverso la quale si "mette" la palla dietro la linea di difesa (e in porta)
- Ultimamente le linee difensive operano più basse rispetto ad alcuni anni fa, e può essere molto difficile mettere la palla dietro
- Quindi si può capire che se non ci sta la palla in profondità si può ricorrere al tiro da fuori area che determina goal, o in alternativa, calci d'angolo, rimpalli ecc..
- Ricorda che il **15%** delle reti avviene con un tiro da fuori area , ma soprattutto ricorda che non sempre è obbligatorio superare la linea per fare goal
- Inoltre sul tiro ci si esercita poco , e nella situazione 2 contro 2 i giocatori si dimenticano di questa soluzione

FASE DIFENSIVA

- Se si subiscono troppi goal su tiro, significa che **la linea di difesa scappa troppo**
- Bisogna pertanto renderla **più aggressiva** e capace di accorciare in avanti
- Spesso l'errore è quello di **allenare troppo i difensori in situazione di inferiorità numerica** dando comportamenti di temporeggiamento, concentrazione e scalata
- Pertanto fare **situazioni in equilibrio numerico**, meglio se con la presenza di centrocampisti in grado di chiudere la palla (tipo 6 contro 6)

2 CONTRO 2



TRAVERSONE

FASE OFFENSIVA

- Tantissimi goal arrivano da traversone, è la modalità più recente per battere la zona con palla laterale
- Si differenzia dal cross per due motivi:
- **1 :È rasoterra** e giocato alle spalle della linea di difesa nello spazio fra difensori e portiere
- **2 :Non serve arrivare a fondo campo**, anzi è più efficace dai 16 metri
- Bisogna attaccare la profondità quando parte una palla radente di interno-collo
- Si sfrutta la mancanza del "libero" che copriva il primo palo

FASE DIFENSIVA

- Quando c'era il **libero** era quasi impossibile prendere goal su traversone
- Le difese a zona ora soffrono molto questa giocata **perché fanno poca copertura e poca diagonale su palla laterale**
- È necessario che **il primo centrale** si abbassi e non esca dal primo palo, e che un **centrocampista** vada in linea palla per mettere in zona d'ombra la punta vicina che rischia di essere troppo libera
- Anche qui bisogna fare molte situazioni e giochi a tema per allenarsi e organizzarsi anche con il **portiere** che deve conoscere questo punto debole

CROSS

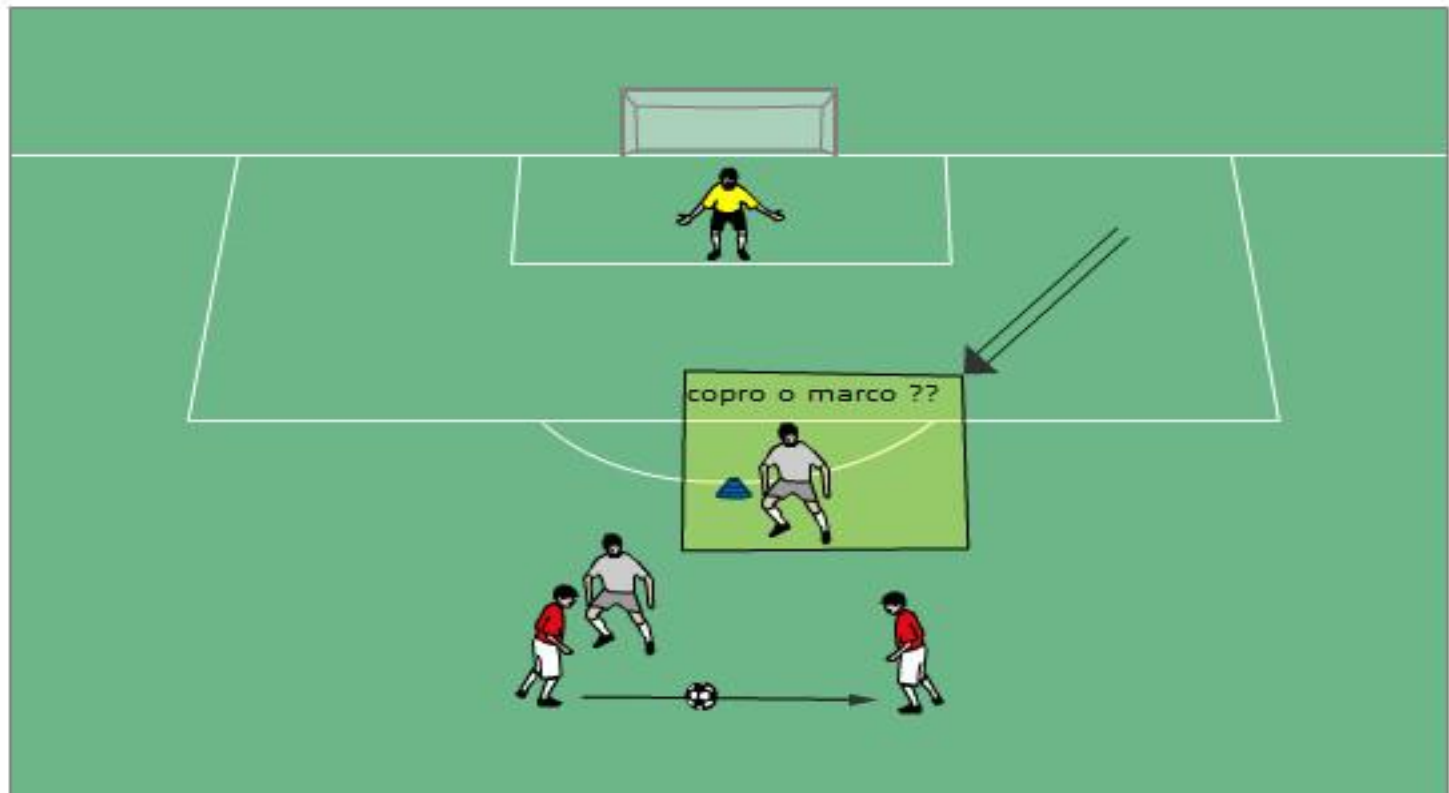
FASE OFFENSIVA

- Quando non si può portare un attacco per linee centrali diventa fondamentale andare per **vie laterali** che spesso sono meno presidiate
- Il cross permette un **elevato numero di goal** e rappresenta un'ottima soluzione contro le difese a zona
- Questo perché spesso i difensori zonisti si fanno attrarre dalla palla e **perdono la marcatura dell'avversario**
- Tante volte da un cross nasce anche un **rigore od una seconda palla importante**
- Chiaramente se si ha in squadra qualche **buon attaccante nel gioco aereo** conviene alzare la palla, altrimenti è meglio optare per il traversone

FASE DIFENSIVA

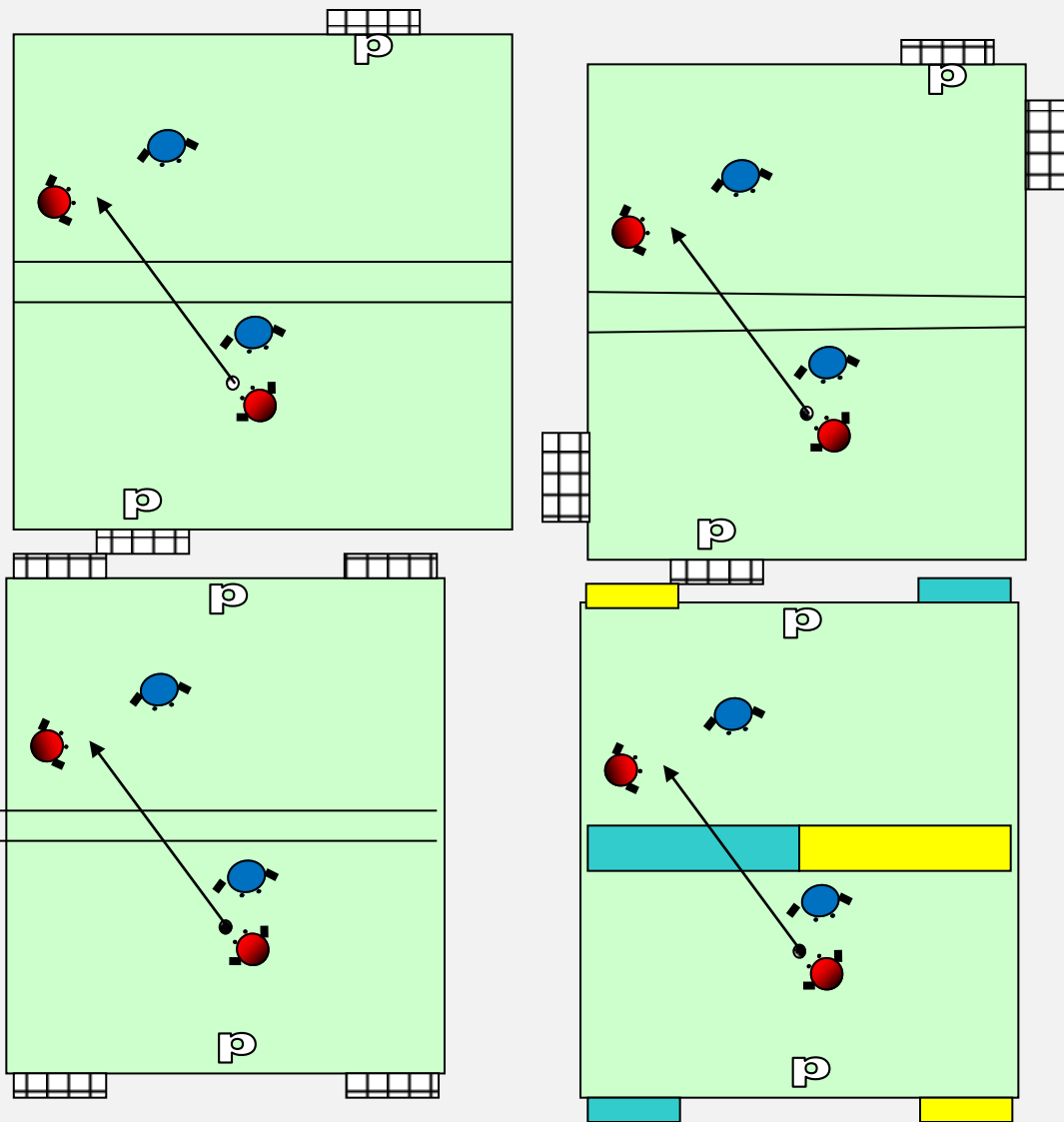
- Molti prendono goal da cross perché i **difensori si fanno attrarre dalla palla e perdono la marcatura sull'avversario**
- In area ci sono squadre che volutamente guardano solo la palla e difendono lo spazio senza marcare l'avversario e vanno **solo sugli intercettamenti**
- Altre però in area dovrebbero marcare l'uomo per tutta l'azione ma non sono **abitate a vedere la palla e sentire l'avversario**, poiché è impossibile vedere entrambi
- Bisogna fare molto allenamento su **situazioni e giochi a tema** per il cross indipendentemente dalla scelta tattica

COPRO O MARCO.....??



+ COPRO – MARCO
+ MARCO – COPRO

Da 1>1 a 3>3



3>3 per il duello

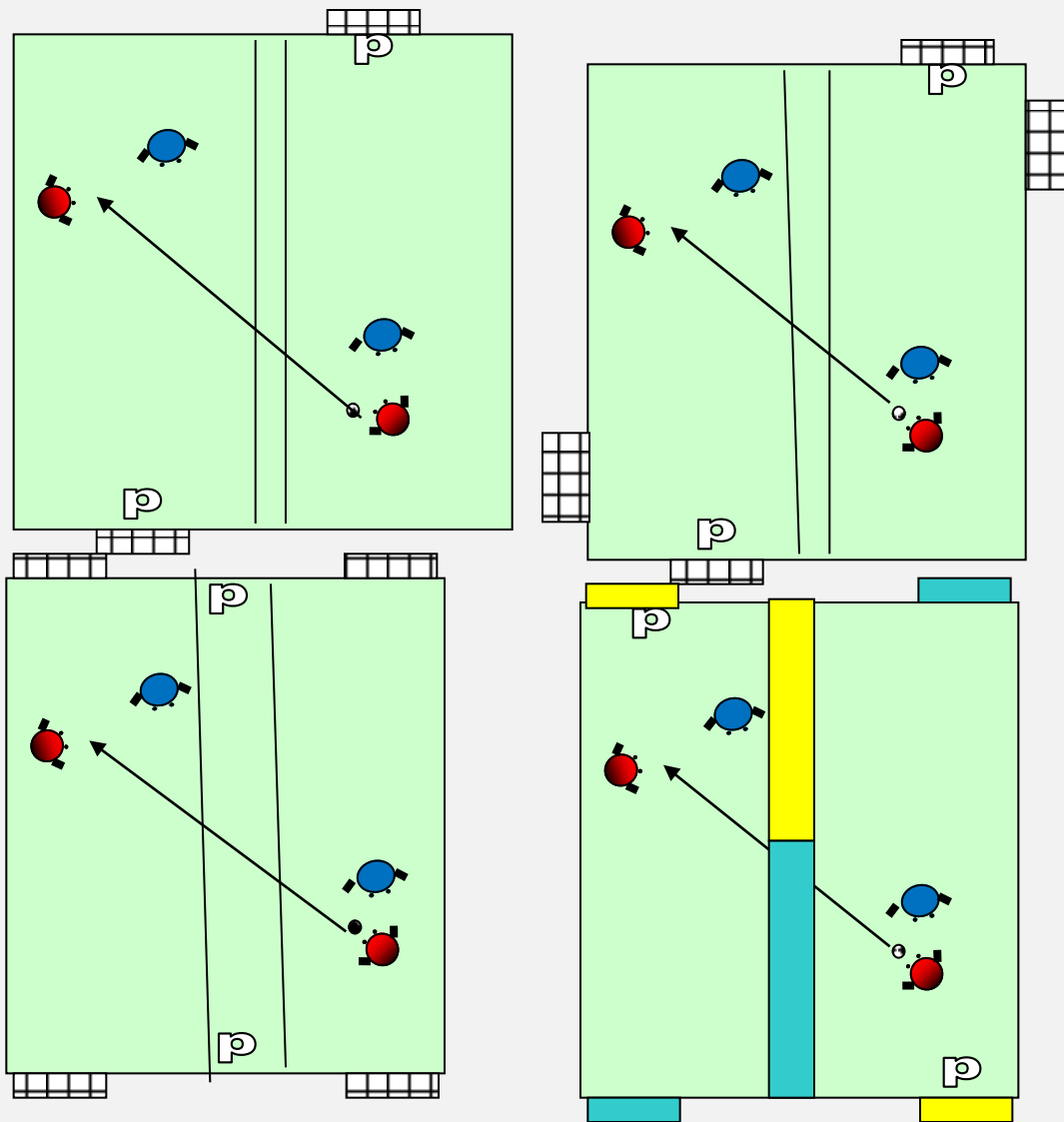
Si gioca 1>1 contemporaneamente in ogni metà campo + portieri per il gol. Viene tracciata una zona a centrocampo larga un metro per permettere all'attaccante di ricevere all'interno il passaggio, non vi si può sostare.

Le porte sono sfasate per migliorare la posizione diagonale del corpo del difensore e lo spazio verso cui direzionare l'attaccante.

VAR

- 1- porte "regolari" nelle posizioni consuete
- 2- inserire giocatori sponda o jolly interni (gioco di posizione)
- 3- possibilità di interscambiare le posizioni tra jolly e giocatori
- 4- doppia porta angolare per aumentare la superficie da coprire per il difensore e la ricerca del tiro per l'attaccante (stimoliamo anche il portiere a essere reattivo sulla traslocazione orizzontale)
- 5- possibilità che il difensore ha di aggiungersi in attacco se guida la palla nella metà offensiva
- 6- porte colorate, si passa o guida dentro un colore, si segna nello stesso colore (obbligo o opzione con gol doppio)

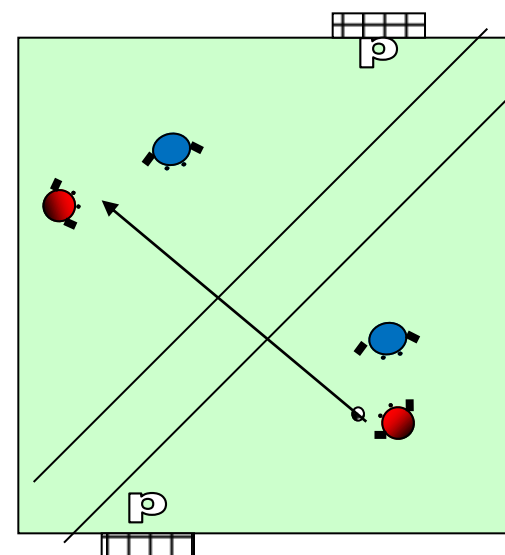
Da 1>1 a 3>3



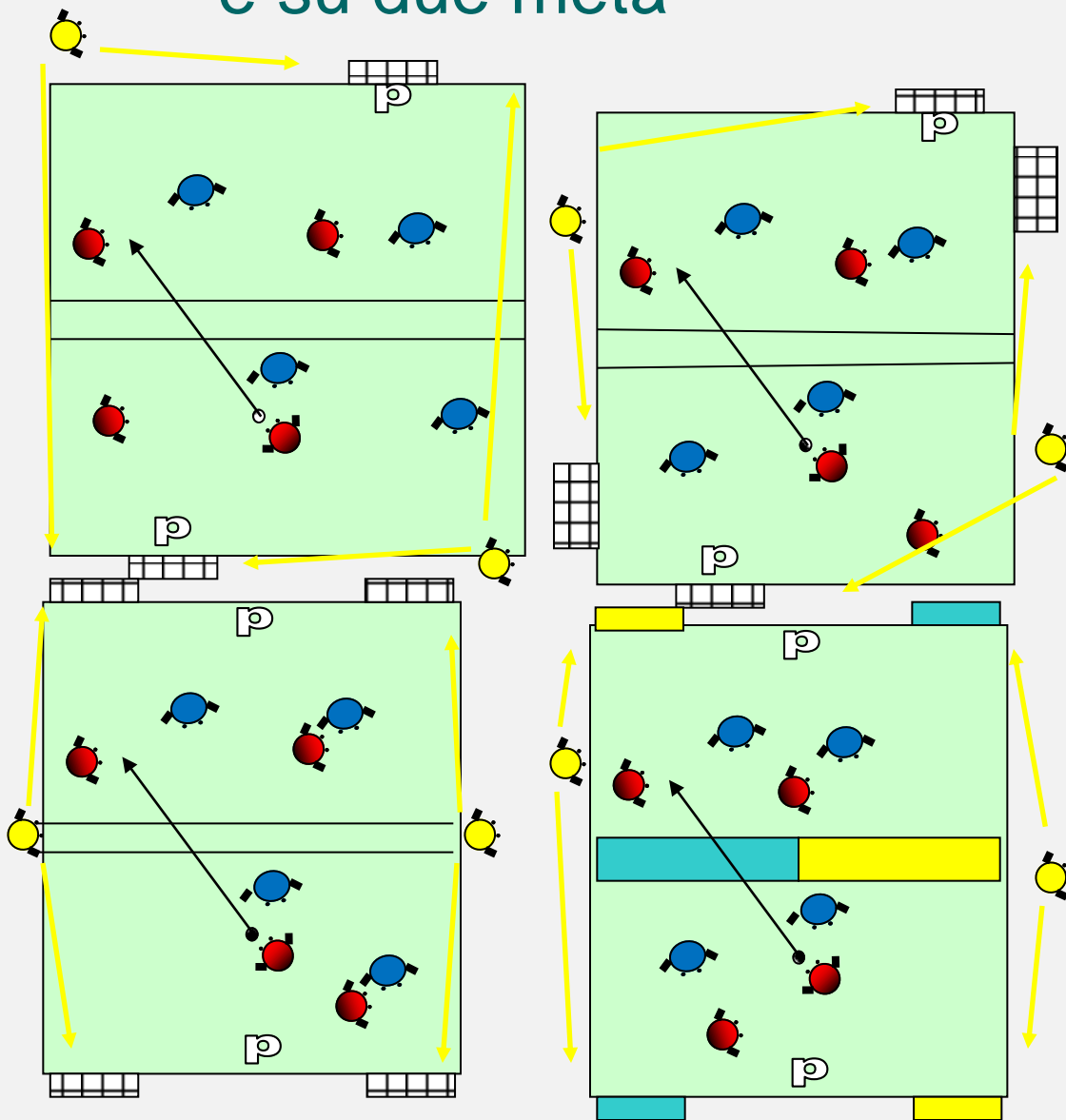
A coppie su settori verticali

Sullo stile di quello con settori orizzontali, si sviluppa l'attività su quelli verticali, con uno contro uno in ogni settore.

Idem il concetto con la diagonale di cui qui sotto un esempio grafico



Da 2>2 con porte sfasate e su due metà



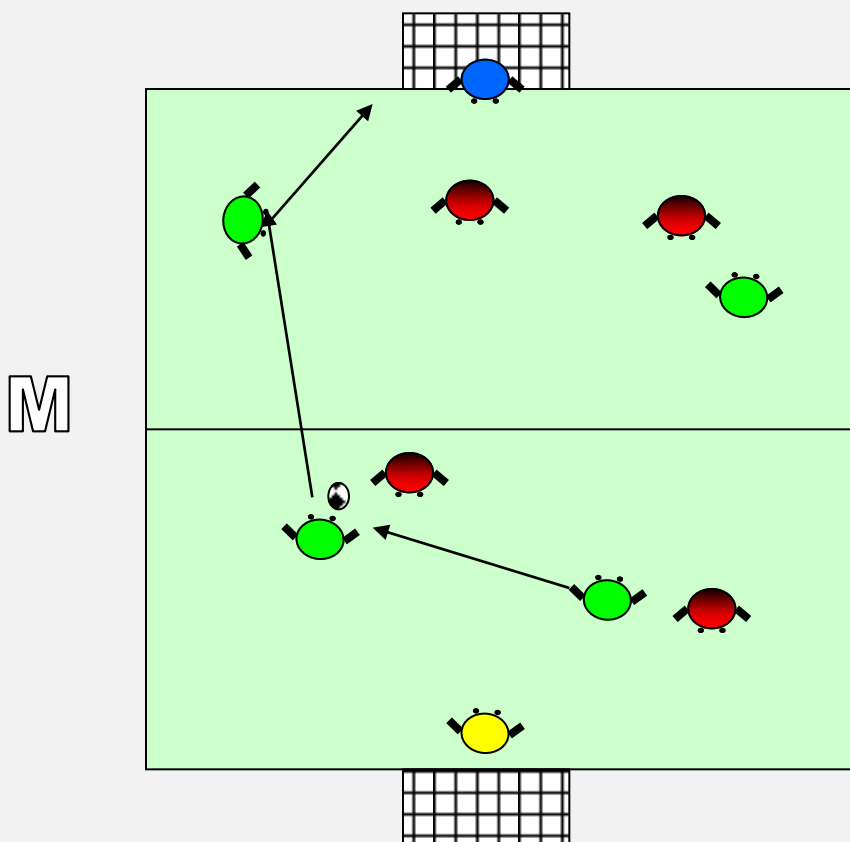
2>2

Sulla logica del 1>1 con porte sfasate si inseriscono due coppie per metà campo.

VAR la più interessante è quella di posizionare due o quattro esterni. Nel primo caso a "L", evitando uno dei lati più vicino alla porta per evitare "effetto imbuto". Inserendo gli esterni i due contro due interni sono costretti a sviluppare marcamento e smarcamento diversi dalla situazione in cui non si sarebbero.

Come per l' $1 > 1$ se la linea di metà è motivo di staticità, creare una zona franca dove un attaccante e per volta può entrare e sostare per un massimo di 3' e poi uscire con o senza palla. Se con palla può anche girarsi dato che i difensori non possono entrare in zona franca, a meno di essere loro in possesso palla

PARTITE A TEMA



PARTITE CON POCHI GIOCATORI

Molto utile per spiegare attraverso il $2 > 2$ o $3 > 3$ i movimenti basilari dei giocatori in possesso o in non possesso palla, suddividendoli anche per ruoli (in una sorta di gioco di posizione).

$2 > 2 + 2 > 2$ il campo è diviso a metà e ogni coppia non può superare la linea mediana. Si necessita quindi che i difensori, presa palla cerchino di servire gli attaccanti che potranno andare alla conclusione individuale, con scambio del compagno di reparto o con il sostegno (sempre nella sua metà campo) del difensore. Gli attaccanti della squadra in non possesso, imparano a pressare, a posizionarsi in fase difensiva per proporsi in offensiva (SI ATTACCA PER DIFENDERE E SI DIFENDE PER ATTACCARE) curando i sincronismi di coppia

VAR il difensore che passa la palla si aggiunge ai 2 attaccanti creando un $3 > 2$. finita l'azione (chiarite le casistiche per cui si intende fine azione : palla sul fondo, gol, fuorigioco, due passaggi consecutivi tra i difensori, ecc.) rientra lo stesso giocatore. I difensore che rimane $1 > 2$ si posiziona in marcatura preventiva e a sostegno di eventuali passaggi all'indietro.

VAR si possono strutturare poi le aggiunte/rientri dei giocatori a costruire sempre un $3 > 2$:

- 1- sale il difensore che ha passato la palla, torna chi l'aveva ricevuta
- 2- sale chi passa torna chi non ha ricevuto
- 3- sale chi non passa torna chi ha ricevuto
- 4- sale chi non passa torna chi non ha ricevuto

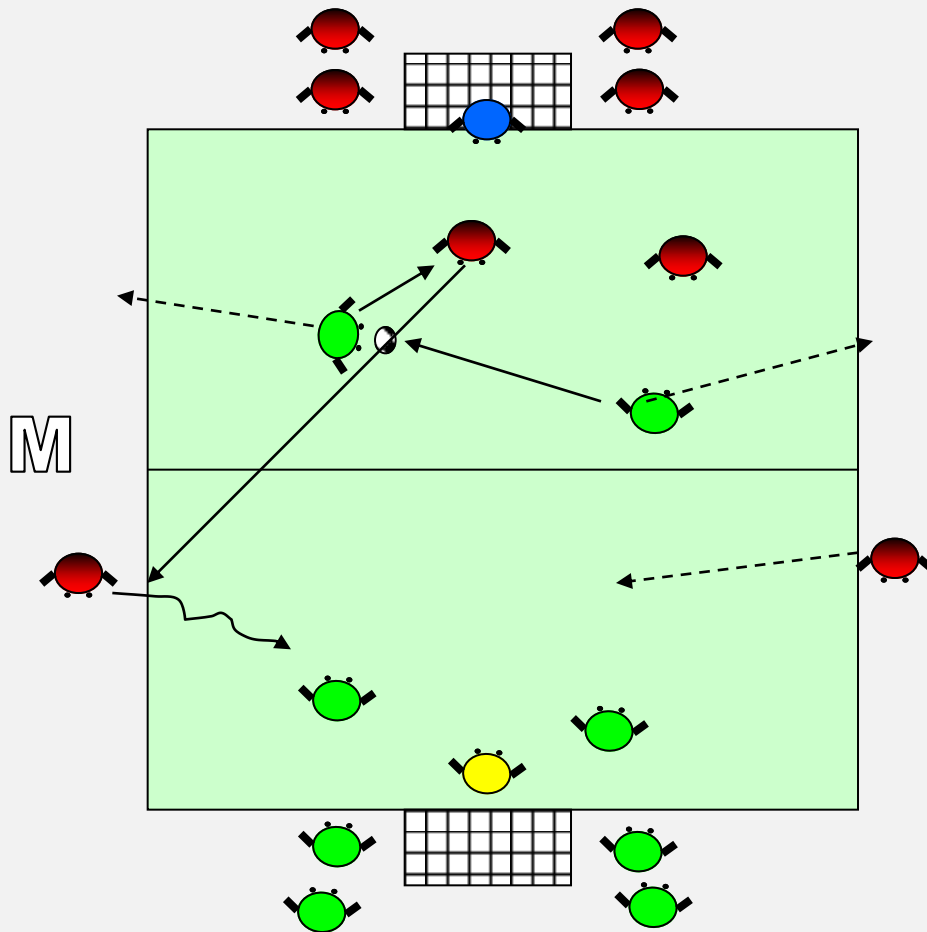
È possibile limitare i tocchi di gioco a tutto il campo, solo nella metà difensiva di ogni squadra o solo in una metà a scelta, tutto in base alle abilità dei ragazzi.

Le dimensioni dei campi saranno anch'esse variabili in funzione delle abilità, degli obiettivi e anche del giorno della settimana in cui lo propongo. Indicativamente per esordienti all'ultimo anno direi 30×20 con due porte difese da portieri oppure con due o più porticine

Tutta la proposta può essere trasportata per un $1 > 1 + 1 > 1, 3 > 3 + 3 > 3$, massimo $4 > 4 + 4 > 4$ o combinazioni di esse. $2 > 2 + 3 > 3$

Possibilità : si può dare possibilità alla squadra che attacca di giocare sull'ampiezza o sulla profondità mandando in fase di gioco un proprio giocatore all'esterno a patto che giochi a uno o massimo due tocchi

PARTITE A TEMA



TRANSIZIONE

Due squadre composte da 2 giocatori per settore con portiere. In pratica un 2>2 in due settori orizzontali. Inizia l'azione la squadra verde, con i due difensori che si scambiano la palla entrando nella metà campo avversaria. Una volta persa palla (perché la conquistano i rossi o perché realizzano il gol), escono dal campo lateralmente nella metà offensiva. I rossi, conquistata la palla, giocano ai loro due compagni posti a loro volta nella metà offensiva, lateralmente, che ricevono, entrano in campo e attaccano 2>2. A loro volta, persa palla, conquistata dai difensori verdi, ripartono con le stesse modalità. Ipotizzando un'azione a tempo (15-20 secondi al massimo), si possono strutturare delle "scorte" dietro la porta che entrano al posto dei difensori, che vanno in fascia al posto di quelli che entrano a attaccare e una volta finita l'azione, escono e vanno dietro la loro porta difensiva.

Giochi di posizione con possesi palla strutturati

I GIOCHI DI POSIZIONE

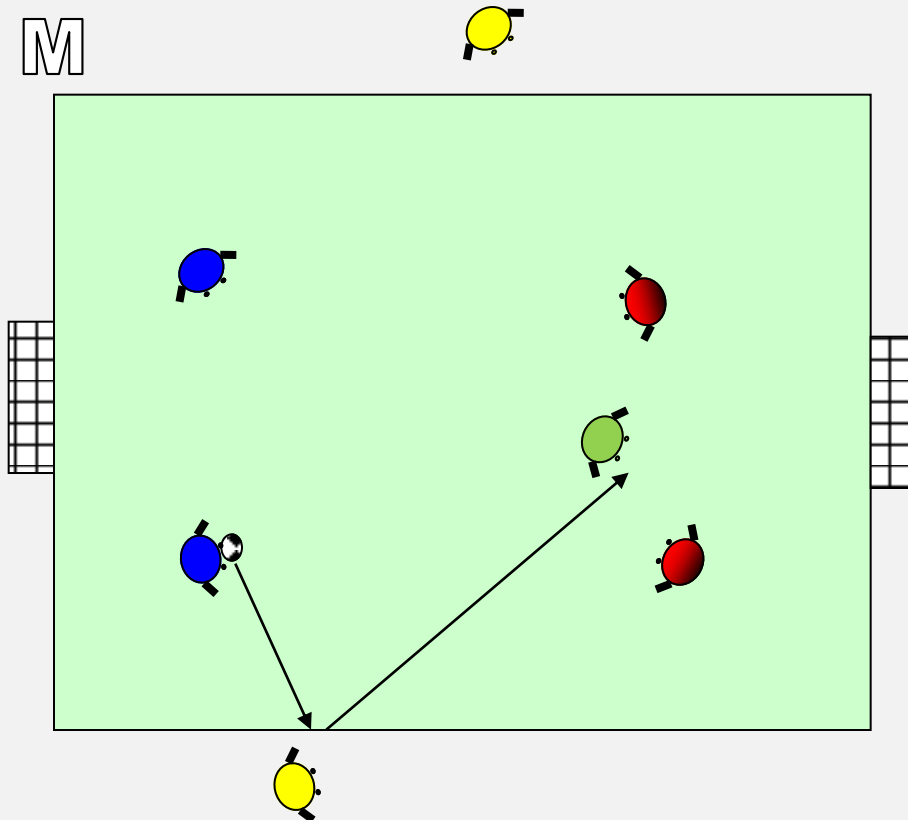
2>2 + jolly interno e 2 jolly esterni

Si disputa una mini partita con due giocatori in campo per squadra (un dif e un centroc) e un jolly (una punta) e due esterni jolly che giocano lungo le linee laterali

Ogni squadra se gioca bene con i jolly si trova quindi a disputare un 5>2 strutturati con le posizioni di due giocatori in linea bassi (o uno basso e uno alto), due esterni e una punta. I difensori, non p.p., invece difendono porta/porticine e profondità.

Gli aspetti di tattica da curare sono :

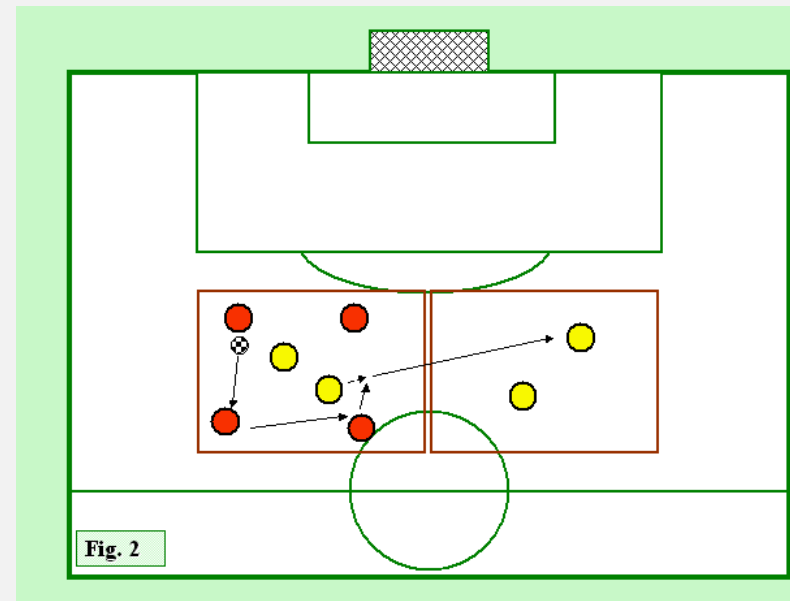
- 1- orientamento corpo sempre in direzione palla-porta**
- 2- ripartenza veloce sfruttando il giocatore + avanzato (verde solitamente che si abitua a rientrare e salire)**
- 3- temporeggiamento dei due difensori che chiudono orientando/stringendo gli spazi e evitando tagli dell'attaccante + avanzato**
- 4- cambio gioco continuo, sfruttando anche e soprattutto gli esterni che devono essere sempre sulla linea palla**
- 5- sempre muovere la palla**
- 6- il centroc che da la palla all'esterno va subito sotto la linea della palla a sostegno, l'altro in profondità**



Esempi pratici di allenamento tecnico - tattici

Esercitazione 2: globale

Si gioca in un campo diviso in due metà, con due squadre da 4 giocatori. Si parte con una situazione di 4 vs 2 in una metà campo; i 2 giocatori della squadra in inferiorità numerica devono cercare di recuperare palla e trasmetterla immediatamente ai propri compagni posti nell'altra metà campo, correndo subito a sostegno. La squadra che perde palla manda due giocatori nell'altra metà campo con l'obiettivo di recuperare palla, mentre due giocatori rimangono nella metà campo dove hanno perso il possesso in attesa che i propri compagni recuperino palla. In sostanza si ricrea un 4 vs 2 a favore della squadra che ha recuperato palla nel settore di campo opposto.

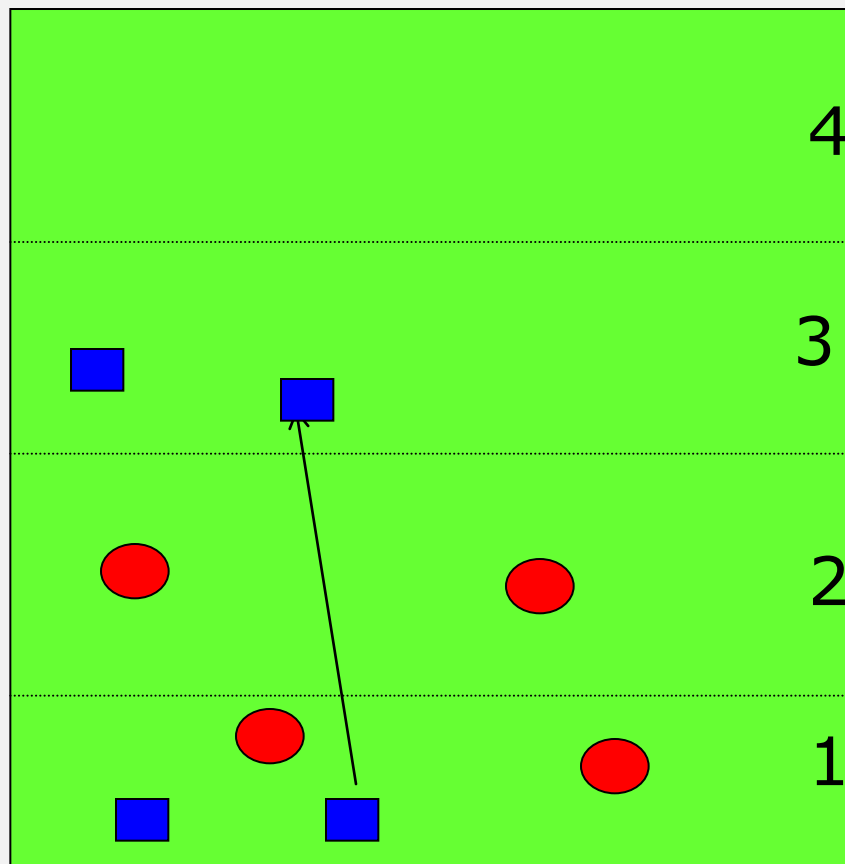


Due contro due su più settori con l'ausilio di jolly.

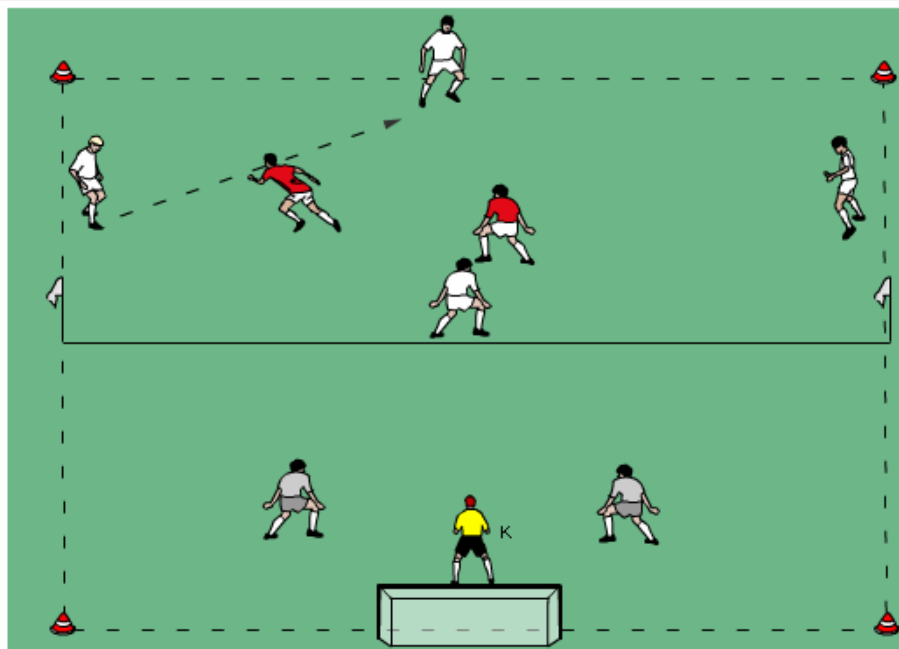
I due blu se conquistano palla giocano nel settore 3 dove i 2 blu presenti vengono raggiunti dai 2 rossi nel settore 2. al loro posto i due rossi che erano nell'1. se invece la palla la conquistano i due rossi, nel settore 1, la possono giocare nel 2 dove vengono contrastati dagli stessi blu che erano nel 1

VAR il settore 4 può essere usato per creare più spazio di possesso, per ribaltare il gioco (es. i rossi nel 1 se superati vanno nel 4 in attesa che i rossi nel 3 conquistino e giochino con loro, o anche con soluzioni a scelta dei ragazzi così che non ci siano mai punti di riferimento per il possesso.

VAR inserire anche delle sponde neutre su due o 4 lati



POSSESSO 4>2 CON PORTIERE E PORTA



Il campo è diviso in due settori orizzontalmente. Nel rettangolo distante dalla porta si gioca un possesso 4>2 (da modulare nei numeri in funzione dell'abilità dei ragazzi).

Quando i 2 conquistano la palla attaccano il bianco centrale in un 2>1 e appena entrati nel secondo rettangolo giocano un 2>2 per fare gol.

Se dovesse conquistare la palla il portiere o i difensori, mantengono il possesso, contro i due attaccanti, ancora 4>2 usando anche il bianco sulla linea centrale.

Cambiare ruoli e settori ogni 3'

VARIANTE : nel caso di più elementi si possono inserire più giocatori interni (3 o 4) o esterni (2 sul lato mediano) che possono essere anche interni (tipo 1 o 2 dentro contro i rossi che fungono da riferimenti degli esterni e che si possono cambiare con l'esterno che gli passa la palla)

VARIANTE : altri 2 giocatori rossi stanno dentro la metà difensiva. Se i primi rossi conquistano palla, possono servirli, eludendo il centrale bianco, oppure salire in guida (o su passaggio) e creare una maggiore superiorità numerica nella zona offensiva (4>2+P)

Grazie per l'opportunitàè stato un privilegio

Daniele Tacchini

Cell. 3472309378 – daniele.tacchini@libero.it



Grazie

