



**CLAUDIO RAPACIOLI - ALLENATORE
PORTIERI PROFESSIONISTA**



**ARTICOLO REDATTO PER
ALLFOOTBALL**

LUGLIO 2015

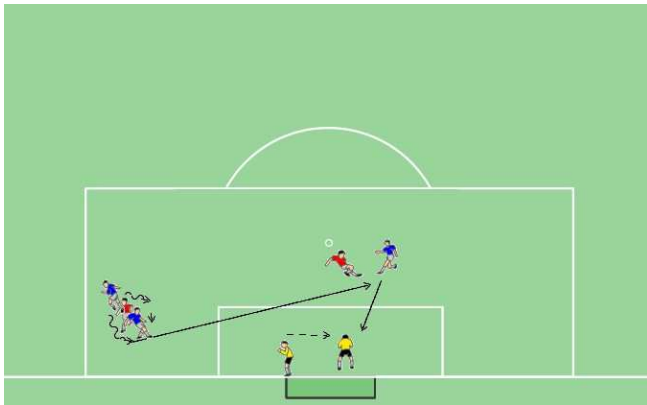
DA 1VS1 A 1VS1 + IL PORTIERE

SALTA L'UOMO E GIOCA LA PALLA AD UN COMPAGNO PER LA CONCLUSIONE

Questa situazione è molto simile alla situazione di passaggio nello spazio, ma per l'attaccante questa scelta avviene solo dopo aver saltato il difensore.

Questo sta a significare che rispetto alla citata situazione il portiere effettua in precedenza un

movimento di adattamento alla nuova situazione che gli si presenta dopo che l'attaccante ha superato il difensore e si trova praticamente solo davanti a lui.



Il portiere nel momento in cui l'avversario (A-B) vede la luce della porta deve farsi trovare nella posizione corretta e fermo così da non farsi cogliere in movimento e di conseguenza molto probabilmente "in contropiede".

Al momento del passaggio deve poi valutare se ha la possibilità di intervenire direttamente anticipando l'avversario, oppure a contrasto oppure ancora a copertura o se invece deve prendere posizione e rimanere in piedi per effettuare la parata sulla conclusione successiva.

Se decide di intervenire in anticipo, copertura o contrasto dovrà utilizzare il fondamentale dell'uscita bassa, che nel caso della scelta a copertura potrebbe essere fatto anche a croce iberica.

Nel caso invece scelga di rimanere in piedi e provare a fare la parata sulla conclusione successiva l'angolo delle ginocchia non dovrà essere eccessivamente chiuso, il tronco dovrà essere sbilanciato in avanti così da permettere un rapido intervento anche in caso di conclusione rasoterra.

Spesso questa situazione si sviluppa dalla zona laterale in particolare dalla diagonale stretta o media, in quanto nella zona centrale o di diagonale larga lo specchio di porta è talmente ampio che invita l'attaccante a una conclusione diretta.



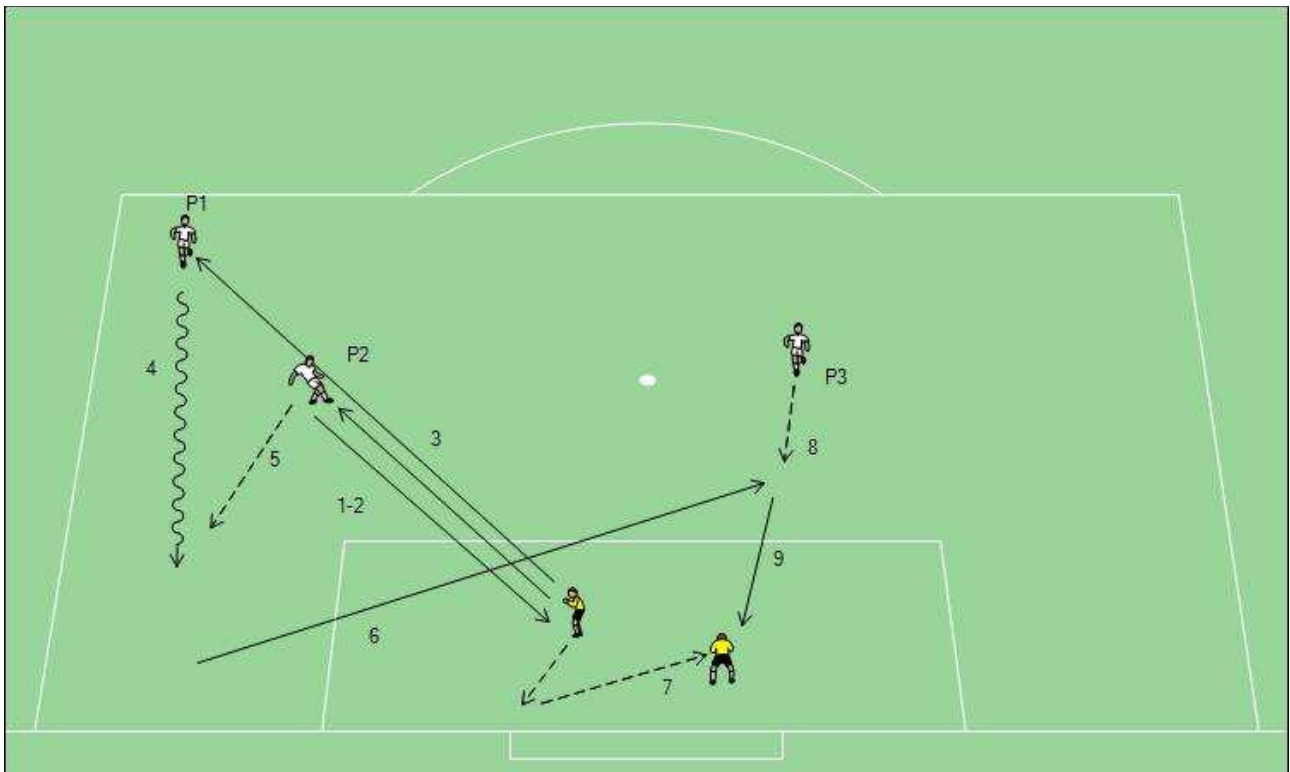
CLAUDIO RAPACIOLI - ALLENATORE
PORTIERI PROFESSIONISTA



ARTICOLO REDATTO PER
ALLFOOTBALL

Vediamo ora qualche esercitazione.

ESERCIZIO 1



Il portiere palleggia con un altro portiere P2 che a un certo punto lascia passare la palla diretta a P1 che la controlla e la guida verso il fondo. P2 si trasforma in difensore e P1 lo deve saltare e mettere palla verso il centro dell'area dove P3 è pronto per la conclusione.

Il portiere può scegliere a seconda delle situazioni se intervenire in uscita bassa o attendere e provare a parare la conclusione di P3.

In questo caso P3 dovrà cercare la conclusione sia dal primo che dal centro che da secondo palo.

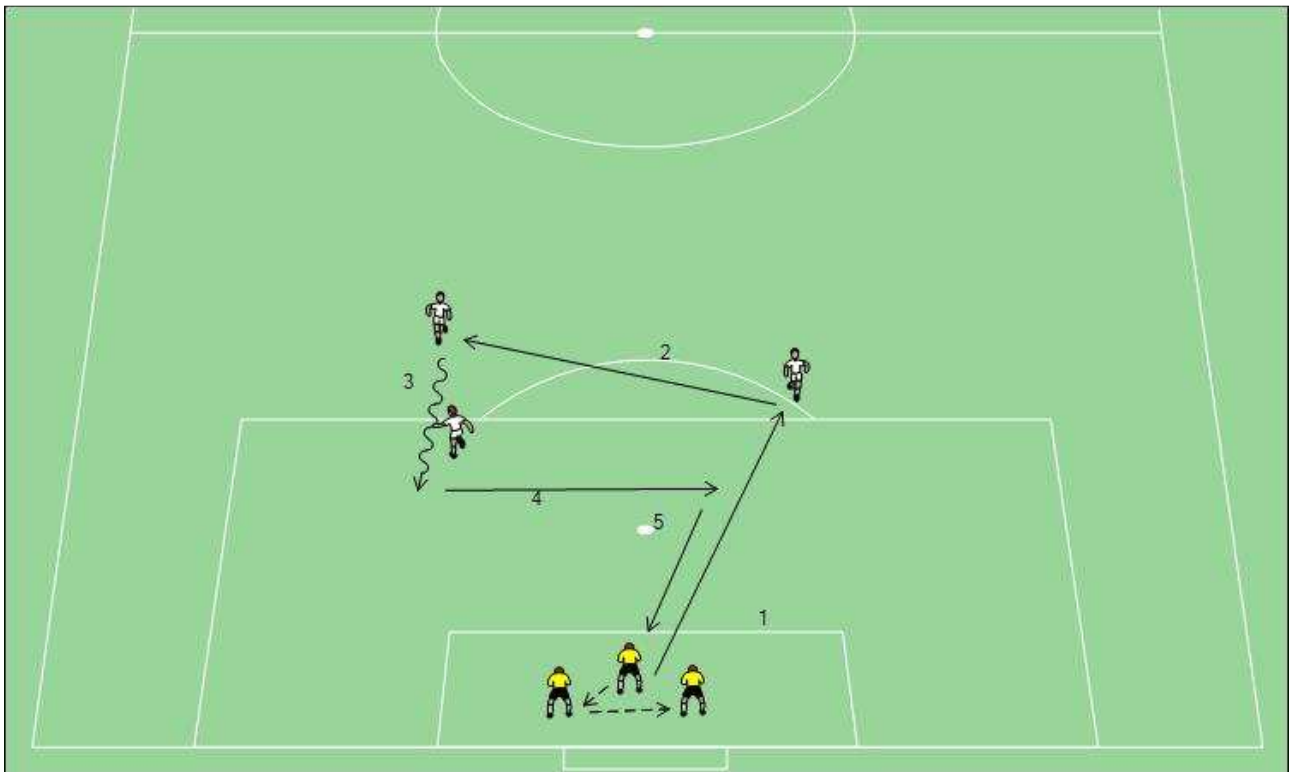


CLAUDIO RAPACIOLI - ALLENATORE
PORTIERI PROFESSIONISTA



ARTICOLO REDATTO PER
ALLFOOTBALL

ESERCIZIO 3



Vediamo invece adesso una situazione che si sviluppa dalla zona centrale, il portiere gioca a P1 che controlla e allarga verso p2 che punta e salta P3.

Il portiere chiude correttamente lo specchio dalla diagonale larga cosicchè p2 deve scaricare per l'accorrente P3 che sceglierà se effettuare una conclusione o controllate e puntare il portiere.



**CLAUDIO RAPACIOLI - ALLENATORE
PORTIERI PROFESSIONISTA**



**ARTICOLO REDATTO PER
ALLFOOTBALL**

AUTORE ARTICOLO



CLAUDIO RAPACIOLI

Preparatore portieri professionista
Membro della commissione preparatori portieri del settore tecnico FIGC
Presidente APPORT - Associazione italiana preparatori portieri di calcio
Preparatore Portieri 1^ squadra Pisa Calcio



Autore del Libro "La preparazione stagionale coordinativa, tecnica, tattica e condizionale del portiere" Edizioni www.allenatore.net 2006



Autore degli studi sulle prestazioni dei portieri ai Mondiali 2010 e 2014 e all'Europeo 2012 e Champions League



Autore del software per preparatori dei portieri 1-12-22 e di GK STAT.