Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 47 (1990)

Heft: 3

Artikel: Introduzione al gioco del calcio a 5

Autor: Fraschetti, Luciano

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999896

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

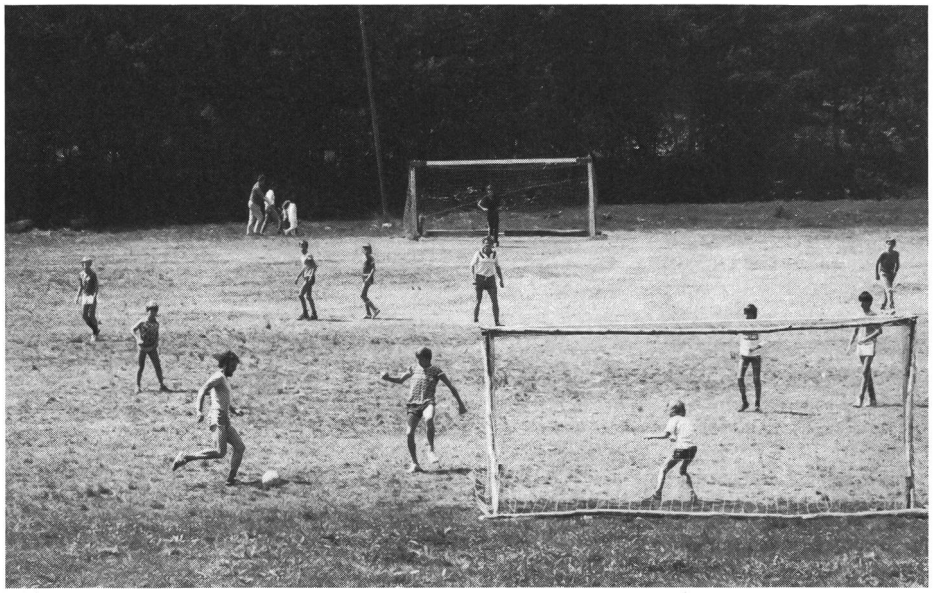
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Introduzione al gioco del calcio a 5

di Luciano Fraschetti

Il gioco del calcio a 5 è una attività stupenda che si gioca in spazi ridotti dove la tecnica individuale del giocatore assume rilevanza notevole, basato prevalentemente su rapidità e continuo movimento, l'incertezza del risultato e la possibilità di capovolgerlo in pochi attimi di gioco.
Le sue regole, i suoi schemi tattici e soprattutto la preparazione atletica sono le caratteristiche che lo distinguono dal calcio maggiore.
In tutti gli sport di squadra, dove la disciplina si svolge in campi di dimensioni ridotte, metodi e tattiche di gioco sono fondamentali.
Abbiamo moltissimi esempi di base ai quali dopo aver più volte assistito a partite di calcetto possiamo dire di aver trovato molto divertenti e spettacolari quelle in cui entrambe le squadre si notavano schemi e tattiche di gioco, mentre dove emergeva l'agonismo e si ignorava ogni forma tattica il risultato era spesso una confusione in campo.
Mi rivolgo a coloro che si avvicinano a questo interessante e divertentissimo sport e spero che gradiscano i suggerimenti che vorrei dar loro e che possano essere loro di aiuto per la conoscenza dei vari sistemi di gioco.
La scelta del sistema tattico da applicare in ogni partita è importante per adattarlo alle caratteristiche tecniche atletiche e caratteriali dei propri giocatori, nonché a quelle degli avversari e chiaramente al risultato che si vorrà ottenere.
In questi ultimi anni sono stati sperimentati diversi moduli tattici: la zona 1-2-1 (o rombo); la zona 2-2 (o quadrato); la zona mista; il marcamento a uomo a metà campo; il pressing a tutto campo.
Tutte tattiche che potranno o dovranno essere ripetutamente cambiate nell'arco dell'intera partita. Si conoscono anche diversi moduli tattici offensivi. Fra i tanti emerge quello di sfruttare il proprio portiere facendolo partecipare alla fase di attacco.
Comunque esistono altre tattiche e schemi di punizioni e di corner.

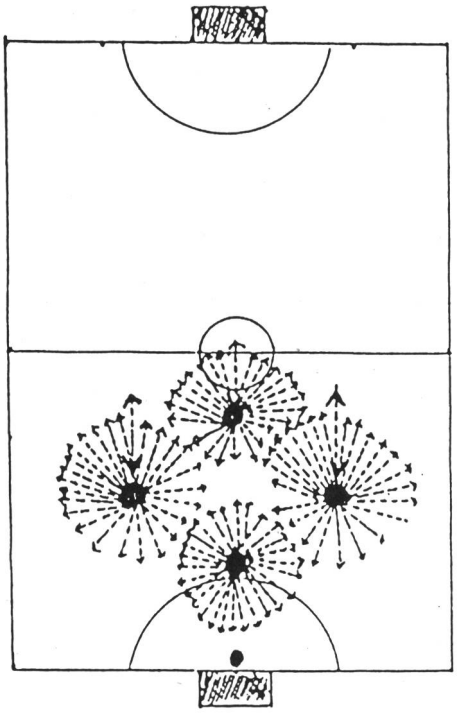


Figura 1: *Squadra schierata a zona 1-2-1 con i laterali che salgono alternati in linea con il primo. I tratteggi vicino ai giocatori evidenziano i limiti degli spostamenti.*

Tattiche e schemi di gioco

Zona 1-2-1 (o rombo) (figura 1).

Ultimo
Si disporrà al centro della difesa qualche metro davanti al portiere.

Lat. destro - Lat. sinistro
I giocatori si disporranno uno a destra e l'altro a sinistra rispetto al primo, ma in posizione più arretrata di qualche metro.

Primo
Il giocatore si disporrà al centro del campo all'altezza del cerchio di metà campo.

I compiti dei giocatori
nei rispettivi ruoli

Ultimo
Si disporrà al centro della difesa a circa quattro metri davanti al suo portiere, non dovrà mai eseguire spostamenti troppo evidenti, ma si dovrà tenere sempre pronto ad intervenire nel gioco dell'anticipo e della doppia marcatura (caratteristiche essenziali specie per chi ricopre il ruolo di ultimo). Inoltre spesso proprio da lui partiranno le azioni offensive.

Lat. destro - Lat. sinistro
I laterali dovranno svolgere movimenti velocissimi e verticali, ma alternati fra loro per arrivare in linea con il primo.
In pratica quando salirà il lat. sinistro, il lat. destro dovrà rimanere a coprire la sua zona e viceversa. Dovranno trovarsi prontissimi una volta rubato palla a scagliarsi in contropiede, assumendosi a volte i rischi di saltare l'uomo.

Primo
Dalla posizione iniziale dovrà proiettarsi con scatti velocissimi e brevi verso il giocatore avversario portatore di palla costringendo a giocare la palla nei peggiori dei modi, per poi rientrare in fase difensiva e raddoppiare le marcature, per trovarsi poi pronto a sfruttare il contropiede.

Zona 2-2 (figura 2)

Due giocatori si disporranno in linea orizzontale davanti al proprio portiere distanti fra loro circa quattro metri e altri due giocatori avanti quasi sulla linea mediana che divide il campo, sempre distanziati di altrettanti metri, a formare un quadrato.

Il compito sarà quello di muoversi contemporaneamente con la stessa disposizione per tutta la metà campo creando un blocco ermetico, cercando di evitare che filtri la palla al centro dove si inserisce il giocatore avversa-

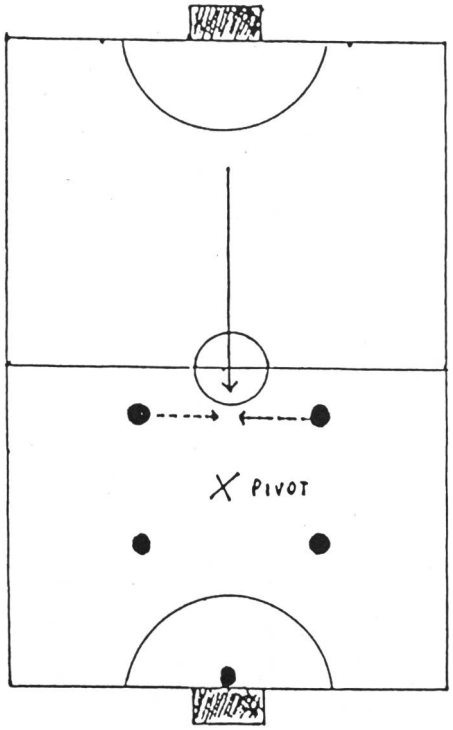


Figura 2: *Squadra schierata a zona 2-2. Si deve evitare di fare filtrare il pallone in centro perché contro questo tipo di zona si gioca con il «pivot» centrale. Proprio da lui partiranno gli schemi.*

rio che fungerà da «pivot». Proprio da lui nasceranno i problemi maggiori. In questi ultimi anni è il sistema di difesa più sfruttato.

Zona mista (figura 3)

Questa tattica di gioco si preferisce quando la squadra avversaria possiede uno o più giocatori molto validi tecnicamente. Allora si cerca il modo di marcarli a uomo senza sbilanciare la difesa, quindi si disporranno due giocatori a zona avanti e due giocatori dietro a uomo.

Marcamento a uomo a metà tempo (figura 4)

Questo modulo di gioco spesso si adotta quando la squadra avversaria possiede giocatori con caratteristiche tecniche superiori, ma agonisticamente e fisicamente inferiori. Ci si dispone nella propria metà campo e non appena il giocatore avversario entrerà nella nostra metà campo si dovrà marcare a uomo.

Pressing a tutto campo con marcamento a scalare (figura 5)

Questo metodo di gioco è senza dubbio il più complesso, fatto di sincronismi, velocità e di aggressività, impone una buona preparazione atletica, le marcature debbono essere molto rigide con meccanismi di sincronizzazione fra i giocatori che non devono lasciare niente al caso: una marcatura sbagliata può compromettere il risultato di una gara.

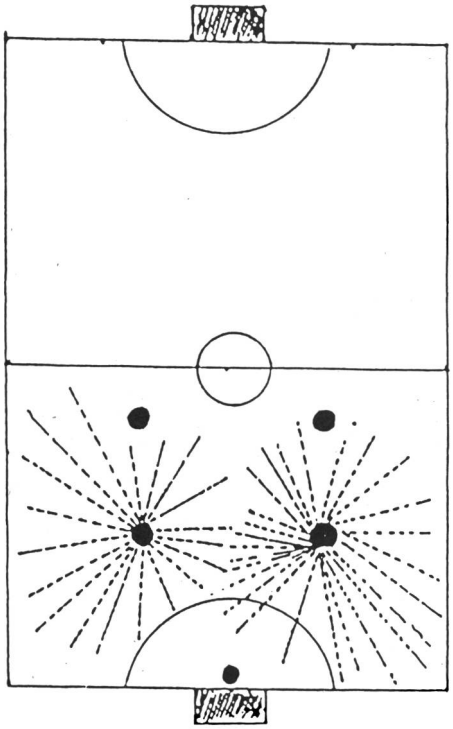


Figura 3: *Squadra schierata a zona mista. Due giocatori avanti a zona due giocatori a uomo dietro.*

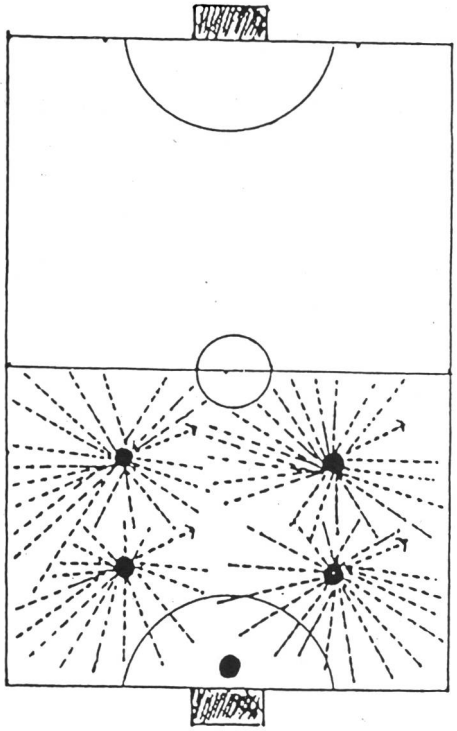


Figura 4: *Squadra schierata marcamento metà campo a uomo. Appena il giocatore avversario varcherà la linea mediana si dovrà marcarlo a uomo per tutta la propria metà campo.*

Alcuni allenatori si affidano al pressing a tutto campo quando la propria squadra sta perdendo, altri per dare ritmo al gioco, altri ancora per non far giocare con troppa tranquillità i giocatori avversari dotati di tecnica individuale superiore.
Comunque sarà difficile assistere ad una partita giocata esclusivamente in pressing a tutto campo. I rischi sono notevoli e la generosità non è sempre rimunerativa portando alla vittoria della propria squadra.
Poniamo un esempio di un metodo di marcamento in pressing: sappiamo che il portiere avversario una volta recuperato la palla in *out* avrà 4 secondi di tempo per disfarsene, sappiamo che non potrà lanciarla oltre la linea di metà campo senza averla fatta toccare nella propria. Allora questo sarà l'attimo in cui i giocatori si dovranno gettare in pressing, ognuno andare a marcare il giocatore avversario più vicino più stretto possibile, si dovrà evitare che il portiere scambi la palla con un suo giocatore più vicino; se questo dovesse accadere, dovrà scattare automaticamente il sincronismo della marcatura scalare, altrimenti avverrà che il giocatore con il quale il portiere ha scambiato la palla sarà in netto vantaggio rispetto al suo avversario che lo sta marcando. □

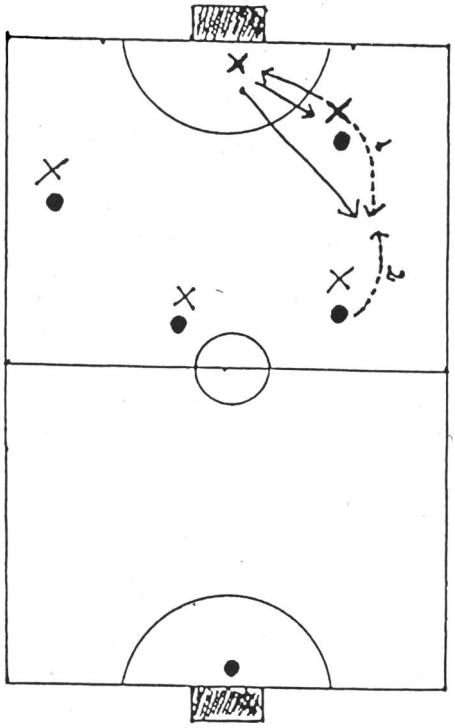


Figura 5: *Marcatura in pressing a scalare. Le linee continue con le freccette evidenziano lo scambio con la palla fra il portiere e il suo giocatore più vicino. Le linee tratteggiate evidenziano: 1) il giocatore appena scambiata la palla con il portiere scatterà in contropiede a ricevere la palla; 2) il giocatore avversario che cambia la marcatura.*