

GOALKEEPER COACH

Rivista specializzata per allenatori dei portieri

MAGAZINE



SPECIALE AIAP TRAINING 2026



Associazione Italiana Allenatori Portieri



AREA MAGAZINE

Responsabile Area:

Andrea COLUCCI

Collaboratori di redazione

Manuel ALBERTI

Davide CASSINADRI

Coordinatore Redazione Grafica

Salvatore PIRRELLO

Revisore e Addetto Stampa

Fabrizio RAPPINI

Contatti:



magazine@aiapcalcio.it

aiapcalcio@libero.it



www.aiapcalcio.it

www.portieridicalcio.net



AIAP informa



AIAP informa



AIAP informa

Per pubblicare articoli personali inviare richiesta a magazine@aiapcalcio.it

Il materiale inviato (foto, loghi, testi) non verrà restituito, ogni articolo inviato non dovrà superare di massima le due pagine.

La presente pubblicazione non rappresenta una testata giornalistica in quanto viene pubblicata senza alcuna periodicità. Non può pertanto considerarsi un prodotto editoriale ai sensi della n.62 del 07.03.2001

AIAP Training 2026

a cura di Andrea COLUCCI Responsabile Area Comunicazione AIAP.

Il 13 giugno u.s. si è tenuto, presso il campo sportivo comunale Maiocchi di Santa Cristina e Bissone in provincia di Pavia, l'evento nazionale denominato AIAP Training 2026 organizzato dall'Associazione Italiana Allenatori Portieri (A.I.A.P.).

Questo evento rappresenta un po' l'atto conclusivo di una grande stagione che ha visto impegnata l'Associazione sia sul fronte della formazione, con l'inserimento di nuovi corsi come il GK Mental Coach e il GK Fitness Coach, entrambi riconosciuti CONI grazie all'affiliazione con lo CSAIn, sia per quello che riguarda le scuole portieri A.I.A.P., oramai presenti sul territorio nazionale da anni, le quali ogni anno crescono di numero, segno della fiducia che i nostri associati ripongono in questo grande progetto. La manifestazione è stata aperta dal Vice Presidente dell'A.I.A.P. Maurizio GENNARI che ha salutato tutte le Autorità intervenute per l'occasione ed ha poi passato la parola al presidente dell'A.I.A.P. Prof. Carmelo LOVECCHIO che ha ringraziato tutti i presenti e dato ufficialmente il via alla manifestazione.

L'evento ha una ormai consolidata struttura, con tre lezioni *online* svolte nel mese di maggio dove ha visto anche la partecipazione di Mister Jury CAMPÀ Responsabile Tecnico Nazionale Area Portieri dell'*Evolution Programme* F.I.G.C. con l'argomento "Il portiere nel settore giovanile, percorso formativo e metodologia di allenamento", la quarta lezione ha visto numerosi relatori scendere in campo per proporre argomenti, ricchissimi di spunti e curiosità, in presenza.

Il primo relatore a scendere in campo per dare il via alla parte "pratica" della manifestazione è stato Mister Simone PONCET allenatore dei portieri dell'attività di base della Juventus che ha sviluppato esercitazioni il cui obiettivo era "progressioni di allenamento su attacco palla", il secondo relatore è stato Mister Davide PAGANO allenatore dei portieri U11 del Torino FC che ha dimostrato, attraverso varie stazioni di lavoro, il tema "orientamento spazio porta in recupero con chiusura diagonali in progressione, partendo con un esercizio stimolante come l'attivazione alla progressione, in aggiunta alcune varianti, fino a raggiungere l'esercitazione ludica finale attraverso lo stimolo dei colori.



Ha poi terminato l'intensa mattinata Mister Enrico LUCIANO, allenatore dei portieri Under 14 del MODENA FC che ha proposto esercitazioni il cui obiettivo era "comprensione del gioco: strutturare la seduta per trasmettere consapevolezza al portiere".

Nel pomeriggio si sono alternati Mister Franco COTUGNO allenatore dei portieri in forza alla Nazionale di Malta che ha trattato il tema "il disturbo della visuale del portiere" coinvolgendo tutti i ragazzi a disposizione in esercitazioni via via sempre più complesse.

E' poi stata la volta di Mister Federico CAMPOMINOSI allenatore portieri Primavera 2 U19 del COMO 1907 che ha presentato "uscite basse e a contrasto", infine è stata la volta di Mister Luigi RAGNO allenatore dei portieri e coordinatore dell'area portieri agonistica dell'A.C. Milan, mettendo a dura prova i ragazzi con esercitazioni sempre più complesse il cui "focus" era "tecnica podalica con richiesta di comunicazione da parte del portiere".

All'evento era presente anche il Dott. Daniele MAIORANA esperto *mental coach* nella preparazione mentale dei giovani portieri e responsabile dello sportello del *Mental Coach* dell'A.I.A.P. che si è reso disponibile con tutti i mister nell'ascoltare le problematiche legate alla gestione dell'errore, alla *leadership* ed al dialogo interiore dei loro ragazzi, dando suggerimenti e soluzioni su come poterle affrontare al meglio.

L'interesse alla manifestazione ha superato ogni più rosea aspettativa con circa cento allenatori dei portieri provenienti da tutta Italia intenti a catturare e far loro i consigli che i relatori hanno fornito durante la loro presenza sia in campo che fuori.

Da menzionare la grande qualità espressa dal gruppo portieri che si è messo a disposizione dei mister, segno che l'associazione sta facendo molto bene sotto il punto di vista della formazione.

Parallelamente all'evento si è svolto anche il Campus AIAP 2026 di S. Cristina e Bissone che ha visto la partecipazione di circa 13 ragazzi. Il Direttore Tecnico Nazionale delle Scuole Portieri AIAP Mister Giovanni COSTANTINO, insieme al tecnico Mister Franco COTUGNO hanno sviluppato esercitazioni che spaziavano dalla tecnica della presa allo spostamento in porta inserendo disturbi visivi, mentre Mister Enrico LUCIANO con i più piccoli ha lavorato in analitico



sulla tecnica del tuffo e della presa, per poi passare alla tecnica podalica e successivamente con tiri in porta.

La giornata si è conclusa con i ringraziamenti del presidente dell'AIAP Carmelo LOVECCHIO a tutti i partecipanti rinnovando l'appuntamento al prossimo anno.



Mister Simone Poncet

Allenatore Portieri Juventus F.C.



CARRIERA DA ALLENATORE

JUVENTUS F.C.

- 2017-2019: Sisport scuola calcio Juventus (A.d.B.)
- 2019-2020: Under 9 Juventus F.C.
- 2020-2021: Under 9 Juventus F.C.
- 2021-2022: Under 9 Juventus F.C.
- 2022-2023: Under 12 Juventus F.C.
- 2023-2024: Under 12 Juventus F.C.
- 2024-2025: Under 11 Juventus F.C.
- 2025-2026: Under 12 Juventus F.C. e coordinatore area motoria portieri (A.d.B.)

BUFFON ACADEMY:

- Dal 2021: allenatore portiere
- Dal 2025: istruttore del corso portieri (A.d.B.)

QUALIFICHE E STUDI ACCADEMICI

- UEFA C
- Allenatore portieri dilettanti e S.G
- Laurea triennale in scienze motorie
- Laurea magistrale scienze motorie - scienze e tecniche avanzate dello sport

Siamo con mister Simone PONCET, attualmente allenatore dei portieri dell'attività di base della Juventus.

Mister le chiedo, nell'attività di base i ragazzi iniziano ad approcciare una fase di sviluppo motorio e strutturale importante. Quali sono le priorità tecniche e posturali su cui si concentra maggiormente in questa fascia d'età?

Una bella domanda, noi pensiamo che la parte motoria sia la parte principale nell'attività di base da migliorare, perché viviamo in un momento in cui abbiamo una carenza coordinativa e motoria in generale da parte dei ragazzi, da parte degli atleti. In generale nell'attività di base e su queste fasce d'età, che è davvero grande, cerchiamo di colmarla anche attraverso allenamenti specifici.

Crediamo che una buona coordinazione, una buona base motoria, abbia delle ricadute poi nel miglioramento tecnico e nel miglioramento anche tattico, perché se comunque ho un portiere che fa fatica a muovere segmenti corporei, o fa fatica a correre difficilmente riuscirà a chiedergli certi tipi di parate o chiedergli certi tipi di posizionamenti o certi tipi di uscite.

Se abbiamo una base motoria molto bassa, a livello molto basico, diventerà difficile qualsiasi gesto che gli viene chiesto poi successivamente.

Lavorare nel reparto portieri di un top club significa seguire linee guida precise. Come si bilancia la filosofia metodologica e unificata della società con la necessità di personalizzare l'allenamento sulle caratteristiche specifiche del singolo bambino?

Noi abbiamo chiaramente delle linee guida che sono passate negli anni, da quando è stata ristrutturata l'area portieri nella Juventus, abbiamo delle linee guida che sono quelle che rispecchiano la tecnica italiana.

Chiaramente dentro queste linee guida abbiamo delle sfumature su cui muoverci, diciamo, stando al polso al tatto dell'allenatore perché come dici tu ogni portiere, ogni ragazzo, ogni bambino è diverso e quindi all'interno di queste linee guida con cui noi cerchiamo di colmare quelle che sono le lacune principali o grandi che vediamo.

Cerchiamo di muoverci per cercare di avere dei ragazzi non tutto uguali ma ognuno con delle proprie caratteristiche, la propria personalità e punti caratteristici più evidenti che devono essere portate avanti e devono spiccare comunque.



Il ruolo del portiere è psicologicamente delicato, specialmente per i più giovani che iniziano ad affrontare le prime pressioni competitive. Che tipo di approccio utilizza per insegnare ai ragazzi a gestire l'errore durante la partita senza perdere fiducia?

Sì, sappiamo che in generale soprattutto in un contesto italiano, l'errore o comunque la figura del portiere viene spesso additata come la figura principale o artefice della sconfitta in primis c'è il portiere, poi magari ci sono errori arbitrali e poi magari ci sono altri tipi di problemi. Ma Difficilmente gli altri sono stati più bravi di noi, quello è sempre molto difficile.

Quindi è un lavoro che viene fatto quotidianamente, che viene fatto nello specifico, che viene fatto con la squadra, perché tutti devono essere coinvolti in questo contesto qui.

L'errore non deve nascondersi, non deve essere nascosto per noi, deve essere semplicemente normalizzato, quindi fa parte di un processo, si dice sempre, si migliora grazie agli errori, sbagliando si impara, che è una frase banale, ma alla fine è quello. Però è il contesto intorno che alla fine poi fa la differenza, perché se ci si crede solamente in due, su questo concetto, poi c'è un corto circuito e ci sono grandi problemi.

Quindi si cerca di creare un contesto intorno, sappiamo benissimo che l'errore di un portiere molto spesso può portare a un gol avversario e quindi a un

problema. Allo stesso tempo facciamo vivere questa responsabilità come un qualcosa di bello, perché alla fine avere responsabilità, deve essere un qualcosa di bello, su cui ci si può giocare, ci si può vantare, alla fine il portiere è anche questo, un ruolo di grande responsabilità, i ragazzi devono essere contenti e noi dobbiamo farglielo notare, che hanno scelto ruolo molto particolare, molto delicato e si sono messi sulle spalle grandi responsabilità ed è giusto che l'errore venga riconosciuto, ma che non venga esasperato.

Oggi al portiere viene chiesto di essere il primo costruttore di gioco. Nell'attività di pre-agonistica, quanto tempo dedicate al lavoro podalico e all'integrazione del portiere nelle esercitazioni con il resto della squadra?

Su questo c'è sempre un discorso, secondo me, di equilibrio. Negli anni il ruolo del portiere è cambiato tantissimo, lo sappiamo, però c'è sempre un discorso sull'equilibrio, non ti dico di stare dietro a delle mode, però non esasperare, non esagerare sotto certi punti di vista.

La caratteristica principale del portiere la conosciamo tutti, questo è un qualcosa che viene aggiunto e che sta diventando comunque sempre più determinante nel contesto della squadra.

Quindi allo stesso tempo noi cerchiamo di allenarlo a livello tecnico, ma poi effettivamente va inserito al centro di un contesto squadra, su cui appunto vengono lavorate le varie situazioni e lì non solo noi che seguiamo il portiere nella squadra, ma soprattutto l'allenatore generale del gruppo, deve essere bravo a coinvolgerlo e cercare di fargli vivere il meglio possibile queste situazioni qui.

Noi rispetto al passato, lo coinvolgiamo molto, abbiamo alzato questo livello qui, ma stiamo cercando di non essere estremi sotto il nostro punto di vista, ci vuole sempre un certo equilibrio.

Oltre al lavoro stagionale, lei ha presenze ed esperienza nella gestione di Camp estivi ed Elitè, Academy. Come cambia l'approccio didattico quando bisogna trasmettere concetti chiave a ragazzi che si hanno a disposizione solo per pochi giorni rispetto al lavoro quotidiano di un intero anno?

E' sempre un po' complicato, diciamo che all'interno di una settimana di camp si cerca di toccare un po' tutti i tasti, tecnici o tattici o motori in generale.

Diciamo che io penso sempre che una settimana di *camp* corrisponda a un mese di allenamento presso una società normale o in una stagione normale, perché comunque si fanno allenamenti il mattino e pomeriggio e si fanno due ore al mattino due ore al pomeriggio per cinque sei giorni, quindi è una quantità di allenamenti che è effettivamente una porzione molto, molto ampia.

Noi cerchiamo di toccare, con tutti, i tasti sotto questo punto di vista durante la settimana, è chiaro che è difficile e complicato, quindi si cercano di dare per lo più le basi, soprattutto quelle motorie che è, come dicevo prima, in questo momento, mancano soprattutto nelle fasce più piccole e si cerca comunque di affinare quella che è la tecnica su quelli magari che sono un po' più avanti di livello, perché poi sappiamo benissimo che ai *campus* arrivano ragazzi che sono un livello base, magari hanno appena iniziato a fare il portiere o perché magari è la prima esperienza che vogliono provare a fare in porta e ragazzi che magari giocano da cinque sei anni in porta e hanno un altro tipo di livello al momento.

Quindi si deve essere bravi anche lì a equilibrare le cose, a capire il momento di ogni ragazzo e cercare di lavorare

nello specifico con dei rapporti, magari 1 a 5 o 1 a 6, cercando di lavorare nello specifico sul singolo ragazzo, in base al livello.



Ultima domanda, mister, se dovesse tracciare una linea ideale, qual è l'obiettivo principale che si prefissa quando un giovane portiere conclude il suo percorso nell'attività di base sotto la sua guida e si appresta a entrare nel settore agonistico?

Domanda complicata è un qualcosa di difficile. Noi quello che facciamo è cercare di portare dei portieri più pronti possibili alle categorie successive, chiaramente non completi, perché non possiamo pretendere di avere ragazzi di dodici tredici anni, o addirittura di quattordici anni completi, non possiamo pretendere di avere dei portieri, fatti e finiti a quelle età lì e non sarebbe giusto.

Io l'attività di base, ma in realtà il settore giovanile in generale, me la immagino sempre come un'officina, dove nell'attività di base si crea quello che è il motore, si crea quelle che sono le ruote, per creare un atleta. Dopodiché secondo me il lavoro del settore giovanile deve essere quello di affinare, diciamo, questo motore e di creare quello che è la carrozzeria, quindi completare la macchina attraverso i vari dettagli.

Diciamo che il lavoro di attività di base è creare appunto quell'atleta che venga affinato poi nel settore giovanile aggiungendo vari pezzi, vari specchietti, il cofano, le portiere, affinché venga fatta e finita poi una macchina sportiva.

Diciamo che per me il percorso deve essere questo.

Mister, la ringrazio per la sua disponibilità e di aver preso parte all'AIAP Training.

Grazie a voi, vi ringrazio per la partecipazione e complimenti per quello che state creando.

Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Simone Poncet è stata la progressione di una seduta di allenamento avente come obiettivo l'attacco palla. Si è partiti da un'attivazione di tipo coordinativo/cognitivo per poi proseguire con una parte analitica quindi con lo sviluppo del gesto tecnico, per poi passare ad un gioco tecnico il cui scopo era quello di lavorare sull'obiettivo attraverso il divertimento e le sfide. Per poi concludere con un lavoro situazionale attraverso delle varianti.

Quindi abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta che di seguito proponiamo.

ESERCIZIO N.1 (ANALITICO) = ATTACCO PALLA**Organizzazione:**

Vengono posizionati dei cinesini in modo da fissare la zona di dove voglio venga attaccato il pallone. Il portiere (P) posizionato al centro della porta in posizione inginocchiata. Mentre il mister (M) si posiziona fronte al portiere a circa 6/7 metri da esso. Altri 3 portieri (P1, P2, P3) si posizionano vicino allo porta in successione pronti per eseguire l'esercizio (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il mister lancia il pallone radente alla dx del portiere (P) che con il ginocchio dx avanza andando ad attaccare la palla in tuffo alla sua destra. Quindi si alza tiene il pallone appena bloccato e dopo che il portiere (P1) esegue anch'esso l'esercizio da la palla al mister. In questo modo fa sì che vi siano sempre 2 palloni in circolazione per abbreviare i tempi di esecuzione quando ci sono più portieri (figura 2).

Variante:

Si esegue una progressione del lavoro con posizione di partenza sagittale del portiere (P), poi successivamente in piedi, e con le tre possibili traiettorie del pallone (radente, battente e diretta mezz'altezza).

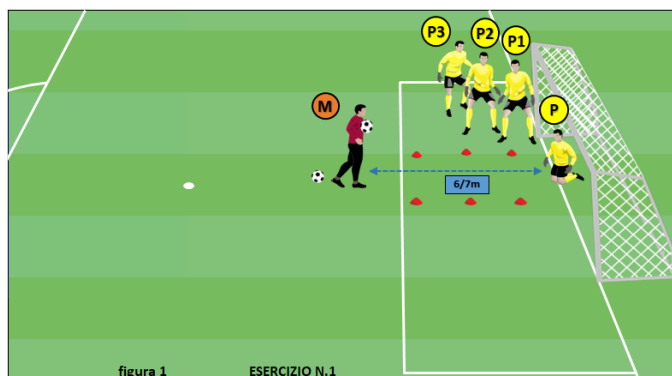


figura 1 ESERCIZIO N.1

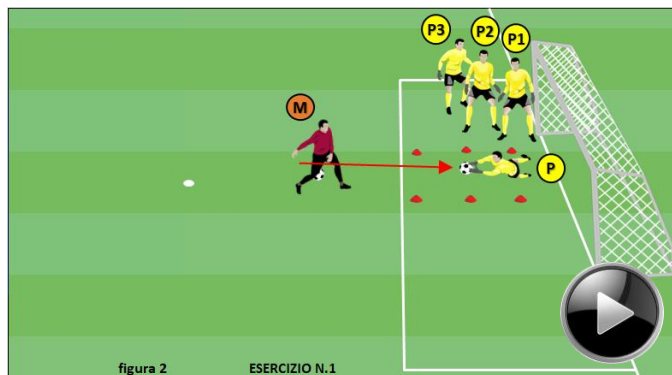


figura 2 ESERCIZIO N.1

ESERCIZIO N.2 = ATTACCO PALLA**Organizzazione:**

Un portiere (P) in porta in posizione alta, il Mister (M) e altri 3 portieri (P1, P2, P3) si posizionano fuori dall'area di rigore (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il mister e i 3 portieri si muovono liberamente fuori dall'area di rigore passandosi la palla di prima intenzione. L'obiettivo è di effettuare un passaggio con palla imbucata in modo che si venga a creare una situazione in cui il portiere (P) va in attacco palla in anticipo sull'avversario o diversamente una situazione di 1vs1 (figura 2).

Variante:

Si va alla conclusione in porta se uno dei 4 (P1, P2, P3 e M) stoppano la palla. In questo caso il portiere (P) recupera rapidamente porta prima del tiro.

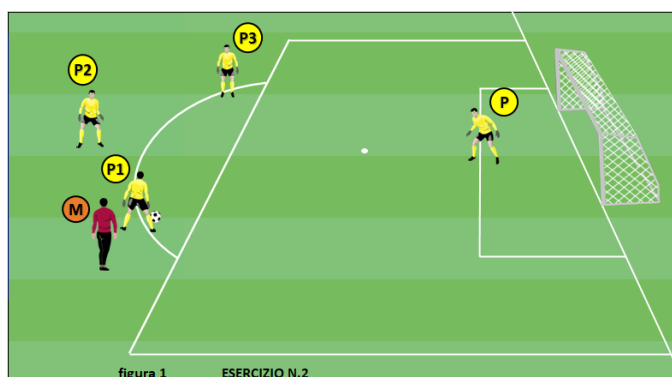


figura 1 ESERCIZIO N.2

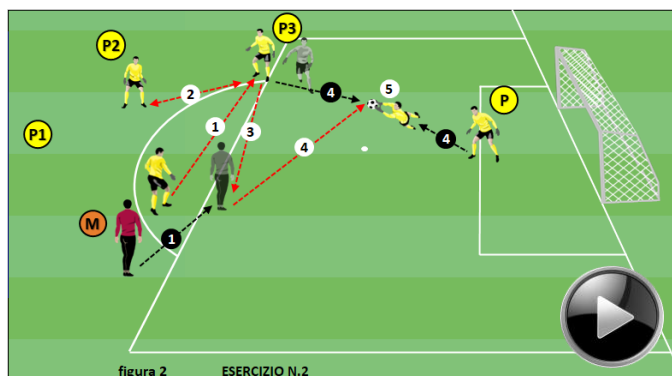


figura 2 ESERCIZIO N.2

Mister Davide Pagano

Allenatore Portieri Torino F.C.



CARRIERA DA ALLENATORE

ATLETICO TORINO:

-2019-2020: (A.d.B.) e collaboratore 1^ squadra (eccellenza)

A.S.D. BACIGALUPO TORINO

-2020-2021: (A.d.B.) (1^parte)

ACCADEMIA TORINO

-2020-2021: (A.d.B.) (2^parte)

-2021-2022: (A.d.B.)

-2022-2023: Allenatore portieri (1^parte)

TORINO F.C.

-2022-2023: Under 10 - Allenatore portieri (2^ parte)

-2023-2024: Under 10 - Allenatore portieri e supporto tecnico Under 14

-2024-2025: Under 10 - Allenatore portieri

-2025-2026: Under 11 - Allenatore portieri

QUALIFICHE E STUDI

-UEFA C

Siamo con mister Davide Pagano, attualmente allenatore dei portieri del settore giovanile del TORINO FC.

Lei sta seguendo il gruppo di ragazzi 2015 da due stagioni. Quanto è prezioso per un allenatore dei portieri poter lavorare sul biennio e quali sono i progressi più evidenti che ha visto in questo gruppo dal primo giorno di raduno a oggi?

Buongiorno, è importante lavorare sul biennio perché sicuramente c'è molta più tranquillità e molta più calma nel migliorare il prodotto, nel migliorare le scelte e le qualità del gesto.

Come è successo a me, sono partito da una base che può essere una rialzata o una trasmissione palla con le mani, fino ad arrivare a situazioni più complesse dove c'è una situazione di gioco o trasmissioni a scavalco o ricerca degli spazi.

Instauri un rapporto sul lungo termine anche se due anni sono veramente brevi, passano in fretta soprattutto se passati bene come questi due anni. La situazione che mi ha colpito di più in questi portieri che ho avuto in questo biennio è stato il carattere, perché erano dei ragazzini come li chiamo io Bimbi che avevano un carattere abbastanza debole, nell'errore erano lì magari, non dico a disperarsi, ma dispiaciuti e quindi abbassano il proprio ritmo il proprio tono di qualità della partita.

Invece instaurando questo rapporto di fiducia, di cattiveria agonistica, di coraggio, pensare sempre positivi, li ha portati a migliorare questa qualità e a recuperare l'errore se viene commesso e si sa a questa età di bimbi di dieci nove o addirittura di quindici anni commettono e ne commettono di errori. Ma cerchiamo sempre di trovare la situazione positiva dove da quel positivo possiamo portare a pari livello anche la situazione negativa in modo tale da poterle eguagliare o a migliorare o addirittura far scomparire l'errore, cosa quasi impossibile, piacerebbe a tutti gli allenatori però cerchiamo sempre di trovare soprattutto un rapporto umano, la prima situazione principale con questi bimbi.

Il Torino ha una tradizione storica in Italia, fatta di grinta, appartenenza e carattere. Come si trasmette il "Cuore Toro" a dei bambini di dieci undici anni che ricoprono un ruolo di per sé già così coraggioso e solitario come quello del portiere?

Questo cuore toro, questa grinta, questa forza, questi torelli, lo si percepisce soprattutto nell'ambiente quando si va allo stadio, un ambiente forte, un ambiente diverso, i bimbi vengono coinvolti in questi eventi che può essere la partita della prima squadra o situazioni interne dove vengono comunque create altre situazioni, lo si trasmette tramite delle regole.



Ci sono le regole giuste, ferree, sono delle regole che a un bimbo di dieci o undici anni devi dare perché l'aspetto umano, rispetto e fiducia verso le persone è molto importante quanto o forse di più dell'aspetto calcistico, perché prima bisogna crescere uomini da bambini, poi bisogna portarli a diventare uomini.

Il cuore granata lo si può trasferire in poche situazioni ad esempio quando si entra nello spogliatoio e si mette l'inno del toro, quando si esce dallo spogliatoio c'è un coro da stadio, quando si è in un momento libero si sta insieme ai bambini e si raccontano degli eventi accaduti o successi all'interno della società nel passato, sempre raccontando del grande Torino.

Nell'Under 11 i ragazzi iniziano a strutturare meglio il proprio gioco, ma restano pur sempre dei bambini. Quale è il segreto per strutturare esercitazioni che siano tecnicamente rigorose, ad esempio sulla presa o sul posizionamento mantenendo però alto il livello di divertimento e di gioco?

Riagganciandosi al discorso della seduta dove noi abbiamo trovato come *staff* una coesione, dove il bimbo portiere deve essere integrato in egual modo al gruppo squadra, deve avere le stesse conoscenze e ciò cosa comporta, essere più positivo e essere più all'interno del gioco, quindi avere una frequenza diversa, sapere cosa

stanno facendo i compagni, quindi essere integrato e quel rapporto lì per la sua crescita, il suo sviluppo e il suo futuro migliorano la qualità della frequenza.

Non ha bisogno di pensare in quel momento, non ha bisogno di pensare tanto a quello che stanno facendo i compagni, perché alcune volte succede che i portieri vengono estraniati dal gruppo non si sa cosa fanno, vengono integrati solamente nei momenti in cui all'allenatore di campo serve il portiere. Da noi non funziona così, da noi il bimbo portiere è integrato al resto del gruppo e questo serve a pensare meno a quello che sta succedendo, concentrandosi sul suo ruolo e vengono svolti allenamenti di intensità medio alta con una frequenza alta, perché sicuramente sviluppa un livello di pensiero più basso che è differente da fretta a rapidità, la fretta è un gesto non controllato, invece la rapidità è un gesto controllato voluto, quindi bisogna fare queste due grandi distinzioni e si effettuano tipi di allenamento in chiusura delle diagonali fatti in modo rapido, vengono trattati come adulti perché bisogna pensare un calcio futuro adulto, il calcio al nove e a sette dal passaggio al calcio 11, brutto da dire, ma è un calcio diverso, il calcio a undici è il calcio vero, e poi quando si passa sul calcio a undici cambiano gli spazi, la porta più grande, l'aria è più grande, si gioca con due uomini in più, cambiano tante situazioni, quindi bisogna pensare a trattarli come ragazzi grandi e non fare allenamenti magari a basso ritmo pensando che si stanchino, sei te che crei quel ritmo per portarli ad un livello alto tale che loro non si stancheranno.

Con le giovanili del Torino siete costantemente impegnati in Tornei d'élite in giro per l'Italia. In queste competizioni, dove spesso vi trovate ad affrontare i pari età di altri top club, che tipo di risposta cerca dai suoi portieri al di là del risultato finale della partita?

La risposta dei portieri che cerchiamo è principalmente quella di saper parare, cosa vuol dire, occupare il proprio spazio ma essere anche integrato nel gruppo, quindi se abbiamo bisogno di un supporto, di uno scambio, di una scavalco, sicuramente andiamo a ricerca il portiere che sarà bravo magari a far ripartire la squadra e quello è il nostro portiere in fase attiva che non è mai passivo, quindi è concentrato sul gioco, come se fosse l'uomo in più in difesa, nelle fasi di ripartenza.

In giro per tornei bisogna vedere anche il livello del torneo, bisogna vedere che parte d'Italia o in che parte d'Europa ti ritrovi sono tante diverse e frammentarie, esempio si va nell'est come dicevo prima si trova il portiere che fa la croce invece nella nostra società non è richiesta, il nostro ambiente richiede un attacco palla, si va in Spagna, il bimbo gioca tanto con i piedi, in Inghilterra, il portiere è più strutturato e più timido, in Francia si hanno portiere magari più tecnici e meno strutturati, sono delle ricerche un po' diverse, però attualmente si cerca un bimbo che sappia parare, che abbia una mente sveglia, intelligente

e veloce, sia libero nel pensiero e che soprattutto non abbia pensieri extra campo che li vengano addossati da eventi o da situazioni extra campo perché con un bimbo tranquillo e sereno si lavora su un prodotto eccellente.

C'è un profilo o un'identità precisa che il settore giovanile del Torino cerca nei suoi numeri uno del futuro?

Nel Torino abbiamo delle linee guida dove da inizio anno si va a *step by step* e annata per annata.

La ricerca del portiere del Torino è un portiere di struttura, alto, agile e che abbia una tecnica nel ruolo specifica abbastanza alta, che sia anche parte globale del gioco e quindi riconosca il gioco, che sia un portiere bravo nelle trasmissioni, bravo nella ricerca dello spazio, quindi un portiere totalmente nuovo, che sia un portiere con una conoscenza ampia anche nel gioco, questo è tanto importante, questa è la nostra ricerca del settore giovanile.

Per chi lavora nell'Attività di Base del Toro, qual è il vero concetto di vittoria? E' più gratificante vedere un portiere che fa una parata decisiva in un torneo o accorgersi che un ragazzo ha imparato a guidare con personalità la propria difesa parlando ai compagni?

Sono due belle richieste, due belle domande, e allo stesso tempo tanto differenti.

Se guardiamo solo il lato positivo della parata bella, saremmo troppo personali, si ha fatto la bella parata, ma saremmo troppo concentrati su noi stessi. Nel nostro programma l'aspetto da considerare è portare un bimbo alla crescita della riduzione del margine di errore.

Sulla conduzione di gara, quindi, se un bimbo fa una raccolta e la prima volta la sbaglia, andremo a concentrarci su quella perché...perché un tiro sotto l'incrocio, effettivamente, quante volte avviene in partita? Una, forse mai, quindi andiamo a curare altri aspetti, dove c'è magari un aspetto di attacco palla, un aspetto di una presa alta, di un'uscita, di un intervento a due mani a contrasto. Si va a curare quell'aspetto lì.

Poi il passo del seguire o condurre la partita con intelligenza è un aspetto più personale, perché puoi trovare il bimbo timido, o puoi trovare il bambino magari meno timido, è più espansivo, più che si senta suo agio, nella gestione ha un vocabolo diverso, legge la situazione di gioco diversamente. Quindi fare un *mix* sarebbe l'ottima riuscita, però pensiamo sempre alla prospettiva del bambino in futuro. Mai concentrarsi sulla singola parata, sull'evento specifico, invece lavorare su un determinato programma, l'aspetto e la crescita, è una situazione di eventi che si raggruppa e potrà migliorare nel tempo.

Mister grazie per la disponibilità e grazie per aver preso parte ad AIAP TRAINING

Grazie a voi, grazie di tutto e buona giornata



Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Davide Pagano è stata lo spostamento in porta con recupero e chiusura sulle diagonali. Si è partiti da un'attivazione su un classico rombo con 4 portieri, di cui 3 posizionati sui lati e un lato libero con un portiere al centro ad intercettare il passaggio. Per poi proseguire con una fase analitica di attacco palla e ripartenza con le mani, effettuando di volta in volta le dovute correzioni. Infine l'esercitazione si è conclusa con delle esercitazioni globali e situazionali.

Di seguito abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta che proponiamo.

ESERCIZIO N.1 = ATTACCO PALLA E RIPARTENZA**Organizzazione:**

2 cinesini vengono posizionati sulla linea di area porta. Il portiere (P) posizionato al centro della porta, mentre altri due compagni (P1 e P2) si posizionano vicino al palo pronti a susseguirsi nell'esercizio. Un terzo compagno invece (P3) si posiziona diagonalmente a P1 a circa 15/16 metri da esso e in linea con il Mister (M). Il mister (M) infine si posiziona fronte al portiere a circa 9/10 metri da esso (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il portiere (P) esegue una presa in tuffo attaccando la palla (1) sul lancio del mister (M) sul cinesino blu, quindi si alza ed esegue una ripartenza sul compagno (P3) per rotolamento dal basso (2) dirigendosi verso (P3). Così fa anche il portiere (P1) che si sposta verso il centro porta per prendere il posto di (P). Il portiere (P3) ricevuta la palla la trasmette al mister (3) e va a prendere il posto di (P2). In questo modo fa sì che vi siano sempre 2 palloni in circolazione per abbreviare i tempi di (figura 2).

Variante:

Si esegue una progressione di lavoro con presa del pallone sia battente che diretta a mezz'altezza con ripartenza del pallone con lancio dall'alto.

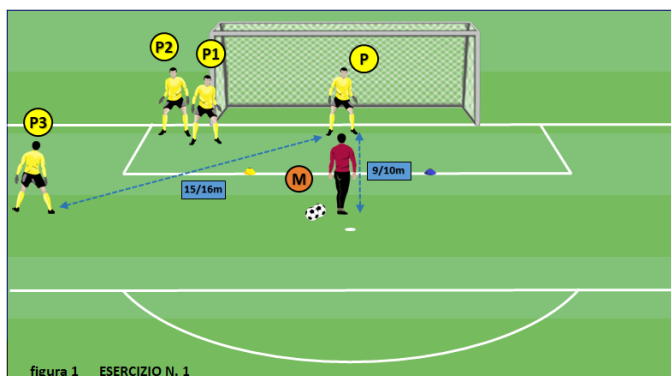


figura 1 ESERCIZIO N. 1

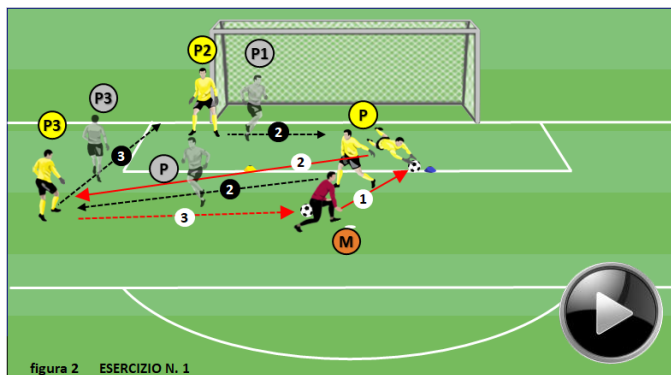


figura 2 ESERCIZIO N. 1

ESERCIZIO N.2 = RECUPERO PORTA/DIAGONALI**Organizzazione:**

Vengono posizionati 3 cinesini di colore diverso sulla linea del limite area di porta in linea con i pali e centro porta. Un portiere (P) si posiziona in porta, mentre altri 2 portieri (P1 e P2) si posizionano sulle diagonali a circa 18/20 metri da (P1). Il mister (M) infine si posiziona centralmente fuori dall'area di rigore a circa 17/18 metri da (P1) (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il mister (M) chiama il colore del cinesino (giallo in questo caso), quindi il portiere (P) parte dalla linea di porta, raggiunge il cinesino comandato e recupera rapidamente porta per il successivo intervento sul tiro da parte del mister. Se il mister chiama invece il colore rosso, in questo caso il portiere (P) si dirige sul cinesino rosso e rapidamente in diagonale recupera porta intervenendo sul successivo tiro da parte del portiere (P2). Viceversa sul cinesino blu va a chiudere sul tiro da parte di (P1) (figura 2).

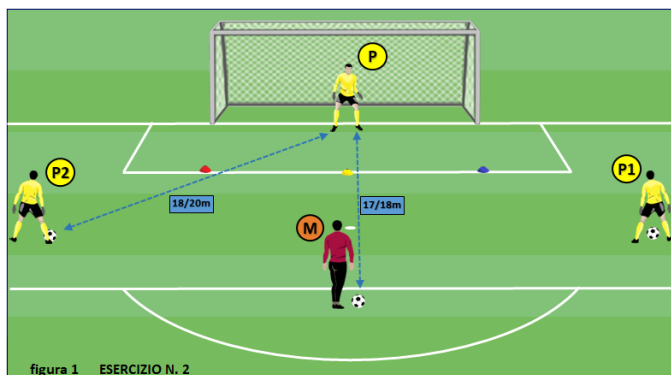


figura 1 ESERCIZIO N. 2

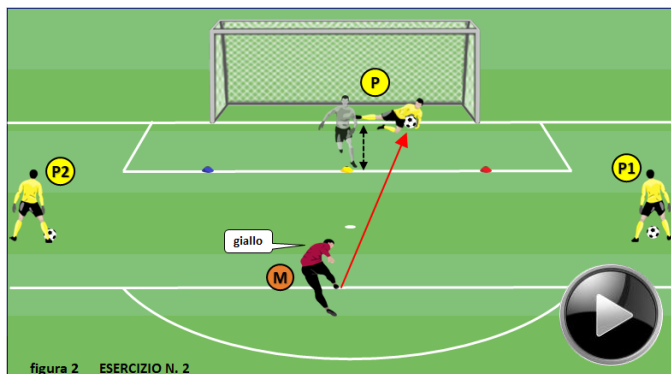


figura 2 ESERCIZIO N. 2

Mister Luciano Enrico

Allenatore Portieri Modena F.C.



CARRIERA DA ALLENATORE

A.S.D. ANZIOLAVINIO:

-2017-2019: Allenatore portieri 1^ squadra (promozione)

S.C.D. PROGRESSO:

-2019-2020: Allenatore portieri 1^ squadra (serie D)

A.S.D. SASSO MARCONI:

-2020-2021: Allenatore portieri 1^ squadra (serie D)

CITTADELLA WOMEN:

-2021-2023: Allenatore portieri 1^ squadra (serie B)

A.C. REGGIANA

-2023-2024: Allenatore portieri S.G.

BOLOGNA F.C.

-2024-2025: Allenatore portieri S.G.

MODENA F.C.

-2025-2026: Allenatore portieri S.G.

QUALIFICHE E STUDI ACCADEMICI

-UEFA B

-UEFA GK B

-Laurea triennale in scienze motorie

Siamo con Mr. Enrico LUCIANO allenatore dei portieri Under 14 del MODENA FC.

Mister le chiedo l'approdo al Modena in una categoria come l'Under 14 rappresenta uno snodo fondamentale. I ragazzi escono definitivamente dall'attività di Base per entrare nel calcio dei grandi. Quali sono state le sue prime impressioni sull'ambiente e sulle strutture del Modena e qual è la prima richiesta che ha fatto ai suoi portieri all'inizio della stagione?

Intanto piacere a tutti, parto dal presupposto che Modena è un ambiente come si può vedere anche già dalla prima squadra che sta valorizzando tantissimo il settore giovanile, quest'anno in serie B hanno esordito ben cinque ragazzi della primavera, quindi è bello trovare realtà che valorizzano appunto il percorso che fanno i ragazzi all'interno della società, quindi l'impatto è stato sicuramente positivo.

E' stato il primo a Modena, quindi è stato un anno sicuramente di crescita personale e è positivo per quello che è stato il percorso con i ragazzi, ho trovato quattro portieri di provenienza completamente diversi perché due hanno fatto tutto il percorso nell'attività di base del Modena, due ragazzi invece arrivavano uno dal Carpi e uno da un settore giovanile, dilettantistico, quindi tre realtà completamente diverse e quindi inizialmente non è stato tanto una richiesta per i ragazzi, quanto per me di capire, ognuno dei ragazzi aveva un punto di partenza differente, quindi dovevo essere anche io in grado di riconoscere quelle che potevano essere i loro bisogni.

E' un po' come ho portato questa mattina qua all'evento di AIAP Training, la prima richiesta è stata quella di intanto concludere, tra virgolette, perché poi non si conclude mai quello che è un percorso di accrescimento dal punto di vista coordinativo tecnico, che sta un pochino alla base di tutto, e poi piano piano iniziare a prendere confidenza con quelle che sono gli spazi di gioco del calcio a undici, che è la grossa differenza e la grossa difficoltà del passaggio dalla categoria dell'attività di base, a una prima categoria dell'agonistica.

Devo dire che ragazzi non con poche difficoltà soprattutto all'inizio, ma come normale che sia con il giovane bisogna avere pazienza, hanno intrapreso il percorso e piano piano ci siamo tolti le nostre soddisfazioni e credo di avere un gruppo pronto comunque per approdare agli U15 nazionali.



Nell'Under 14 i portieri si trovano ad affrontare stabilmente le porte regolamentari e spazi di campo molto più ampi rispetto al passato. Dal punto di vista prettamente tecnico e posturale su quale dettagli lavora maggiormente per aiutare i ragazzi a coprire lo specchio e a leggere le traiettorie lunghe?

Lì, come dicevamo, come abbiamo anticipato un pochetto prima, è il punto di svolta, ovviamente il ragazzo passa a quello che è il calcio dei grandi, quindi entra per la prima volta in spaziature, in riferimenti completamente diversi rispetto a quello che era prima e secondo me la cosa fondamentale intanto è fargli comprendere dove si trova, dargli i primi riferimenti che significa lavorare in copertura della porta, le diagonali, le bisettrici, piuttosto che altri riferimenti.

Poi a me piace molto lavorare a prescindere da quella che è la situazione di gioco che vado a toccare, quindi difesa porta, podalica, difesa spazio. Comunque cercare sempre di lavorare, ed è secondo me fondamentale in questo passaggio, dargli degli spunti per la quale loro poi si possono ritrovare a giocare la domenica o al sabato avendo già dei riferimenti che hanno provato in settimana, quindi fargli capire se la palla si trova in una determinata zona di campo cosa è più importante, la difesa della porta o la difesa dello spazio?, se lavoriamo su una conclusione da corta distanza che tipo di postura devo avere, quindi

ovvio che non c'è un qualcosa di più o meno importante, la cosa fondamentale è che il ragazzo riesca a differenziare in base a dove si trova il pallone, come sta calciando l'avversario, come sono posizionati gli avversari e i difensori che situazione va ad affrontare ed è un percorso che piano piano, non è facile, ma deve essere messo dentro.

Come si integra il suo lavoro specifico per l'Under 14 con le linee guida della società e del responsabile dell'area portieri per far sì che ci sia un filo conduttore unico fino alla Primavera e Prima Squadra?

Noi abbiamo la fortuna di avere un responsabile dell'area portieri che è Samuel DI MEO che comunque ci ha accompagnato durante tutto l'anno, lasciandoci anche abbastanza libertà, nel senso che non ha avuto delle linee di guida fisse ma ha voluto improntare quello che vuole essere il portiere nel mondo del calcio. Ovviamente sull'attività di base si va a una percentuale maggiore della parte tecnica ma comunque sempre avvicinandoci a quello che sono le richieste del calcio moderno quindi il portiere è sempre più integrato con la squadra, sempre più coinvolto in situazioni quindi, in base alla categoria, senza dare una impronta specifica di qualche caratteristica in base al posizionamento eccetera eccetera, ha detto bene partiamo da questo, un lavoro in under 14 è il 50% analitico e il 50% situazionale, di gioco, poi la struttura tu, mi fido, ti ho preso e dobbiamo lavorare. Ovviamente più cresci con l'età più queste percentuali cambiano più ti abbassi con l'età più il percorso invece sarà indirizzato verso la parte tecnica coordinativa, quindi abbiamo la fortuna sia avere delle indicazioni che ci permettono di lavorare ma allo stesso tempo che ci lasciano la libertà di spaziare, in quanto con il nostro responsabile si fida del nostro lavoro e questo per me è molto importante.

Nell'Under 14 i risultati incominciano a pesare e la classifica diventa un fattore reale. Come cambia la gestione psicologica del giovane portiere, che ora deve convivere con una responsabilità diversa rispetto agli anni della scuola calcio?

Questa è una domanda molto interessante nel senso che è anche il primo anno in cui affrontano effettivamente, hanno iniziato a inserire anche i campionati in under 13, ma probabilmente il primo vero proprio campionato da grandi e devi essere bravo a non fargliela pesare nel senso che non ti stai giocando, si è vero c'è un percorso che ti porta a fare le finali nazionali, ti porta eventualmente a giocarti lo scudetto, ma non è quella la parte importante quindi il portiere deve saper convivere con l'errore perché è fondamentale perché più andrà avanti nel percorso più è possibile che l'errore capiti come capitava quando era piccolino, però adesso quando il risultato inizia poi nelle categorie successive a contare qualcosa è ovvio che il peso

specifico dell'errore mentalmente, è inutile raccontarci la favolina, nel portiere purtroppo conta. Io personale ho avuto dei ragazzi che su questa cosa qui hanno dovuto lavorare tantissimo, probabilmente perché proprio soprattutto i due che venendo anche da realtà differenti da Modena, magari entrando in realtà un pelo più grande di Modena, avevano questa voglia intrinseca di dimostrare, e loro dovevano capire che non devono dimostrare tanto per il risultato ma che l'errore faceva parte di un percorso e che alla fine il risultato più grande è essere pronti per affrontare l'Under 15 e il risultato più grande sarà essere pronti per affrontare l'Under 16 e via via fino ad arrivare quando effettivamente il risultato conta e stiamo siamo parlando di primavera e prima una squadra, quindi non è facile farglielo capire, bisogna essere come per tutte le cose, equilibrati dargli il giusto peso ma allo stesso tempo fargli capire che è tutto parte del percorso di crescita.

Gli adolescenti di oggi vivono in un mondo iper-connesso e pieno di stimoli e soprattutto pressioni esterne. Quanto tempo dedica al dialogo extra-campo con i ragazzi?

Noi abbiamo avuto secondo me la fortuna di avere un mister quest'anno Diego LISO che su questa parte qua ha voluto lavorare molto, abbiamo creato un bellissimo rapporto con tutto il gruppo squadra, c'era proprio un rapporto diretto con i ragazzi c'era voglia di confrontarsi, fargli capire le cose e soprattutto quando c'erano i momenti come le partite, i tornei i ragazzi non utilizzavano i telefoni se non sentendo i genitori una mezz'ora alla sera dopo cena, e questo ha creato secondo me, un gruppo molto importante. Un modo di trasmettere sia da allenatore ai ragazzi ma anche dai ragazzi all'allenatore un qualcosa che sia non solo legata al nostro gruppo di lavoro ma che possa essere presente in tante altre realtà, perché comunque viviamo in un mondo in cui i ragazzi purtroppo se gli si lascia la libertà, veramente non comunicano neanche tra di loro e quindi è importante anche fargli capire che ci sono tanti altri aspetti, anche se la parte tecnologica in realtà può essere uno strumento di aiuto perché anche semplicemente i ritagli delle partite, invece che passare un'ora a scrollare sui social, permette di passare 20 minuti a riguardarsi le partite. Ovviamente è uno strumento, anche in questo caso da utilizzare con equilibrio, bisogna fargli capire che c'è una parte extra campo, c'è una parte comunicativa, c'è una parte molto importante di confronto ma che allo stesso tempo la tecnologia può essere un strumento che nel loro percorso di crescita li può aiutare.

Quale consiglio più ricorrente da ai propri ragazzi?

Non c'è stato in realtà quest'anno un consiglio ricorrente singolo perché mano a mano che passavano le settimane, mano a mano che i ragazzi crescevano si trovavano di fronte sempre a qualcosa di diverso, però c'era sempre una linea conduttrice dall'inizio alla fine, ho detto che alla fine il calcio è uno sport e voi dovete divertirvi dovete vivere serenamente dovete pensare che alla fine quello è la parte basilare perché se voi non vi divertite non potete crescere, non potete competere non potete sbagliare perché se deve essere sempre una pressione, dopo, la vivete male. Secondo me quella è stata la linea guida e spero di essere riuscito a improntare nei ragazzi questa linea guida che diventa fondamentale, c'è anche il giocatore di serie A e serie B che alla fine fanno questo, si ci sono tutti gli altri aspetti ma intanto si divertono, e il divertimento la serenità quando entra nel campo non deve mai mancare, poi ci saranno i momenti difficili ci saranno gli errori ci saranno i momenti in cui si andrà in difficoltà ma se partono da una base di divertimento di serenità la possono affrontare in una determinata maniera, se partono da una base di pressione esterna interna eccetera eccetera li affronto diversamente quindi il consiglio che ho dato ai miei ragazzi ma che ci tengo a dare a tutti i portieri che incontro è divertitevi, il calcio è uno sport di divertimento, partiamo da qui e poi intanto passo passo cresciamo insieme.

Mister la ringrazio della sua disponibilità e di aver preso parte all' AIAP Training.

grazie a voi per l'invito e speriamo ci siano anche altre occasioni negli anni successivi, grazie



Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Luciano Enrico aveva come obbiettivo la difesa dello spazio e il recupero della porta con presa di posizione. Si è partiti con un'attivazione a tema per poi proseguire sulla base della stessa sviluppando man mano le possibili situazioni. Di seguito abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta.

ESERCIZIO N.1

Organizzazione:

Viene formato un corridoio centrale con dei cinesini fronte alla porta. Il portiere (P) si posiziona in porta mentre un compagno (P2) si posiziona a circa 3/4 metri fuori dal limite area di rigore e al centro del corridoio. Un terzo portiere (P1) si posiziona diagonalmente a circa 12/13 metri da (P). Il mister (M) infine si posiziona anch'esso diagonalmente sullo stesso lato di (P1), ma a circa (9/10) metri da (P) (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il portiere (P1) passa la palla a (P) (1), il quale con un controllo orientato trasmette la palla al compagno (P2) imbucandola nel corridoio (2), quindi attacca lo spazio accorciando la distanza verso quest'ultimo. Il portiere (P2) ricevuta la palla avanza conducendo la palla dentro il corridoio (3), di conseguenza (P2) con postura in antero-posteriore indietreggia recuperando porta. (P2) una volta arrivato nei pressi dei cinesini blu trasmette palla al mister (M) (4), pertanto il portiere (P) recupera rapidamente a passo incrociato la posizione sul mister (M) effettuando una presa sul tiro di quest'ultimo (5) (figura 2).

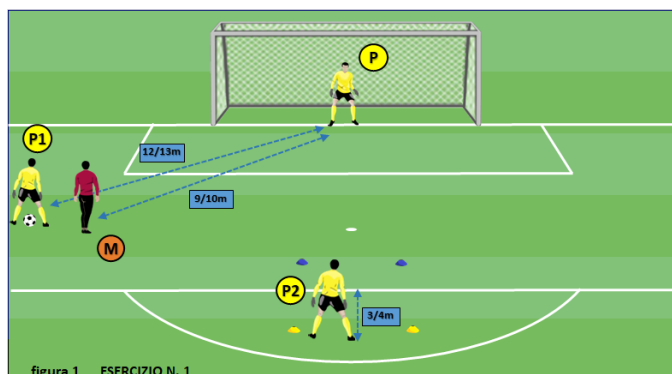


figura 1 ESERCIZIO N. 1

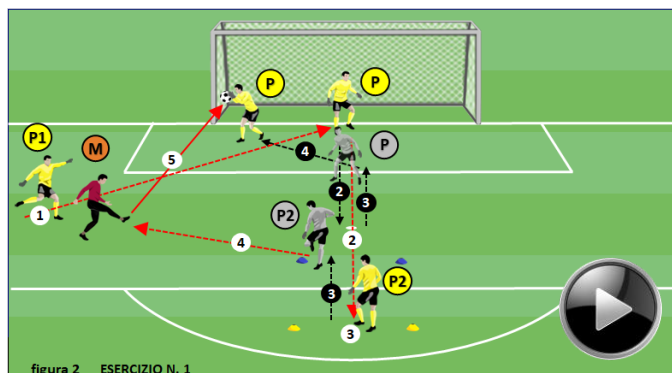


figura 2 ESERCIZIO N. 1

ESERCIZIO N.2

Organizzazione:

Sulla stessa base, vi è sempre un corridoio centrale con dei cinesini fronte alla porta. Il portiere (P) si posiziona in porta mentre un compagno (P1) si posiziona a circa 3/4 metri fuori dal limite area di rigore e al centro del corridoio. Un terzo portiere (P2) ed il mister (M) (quest'ultimo con una serie di palloni) si posizionano diagonalmente a circa 12/13 metri da (P), uno sul lato destro e l'altro sul lato sinistro della porta il (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il portiere (P) attacca lo spazio sul mister (M) ed esegue una presa alta sulla palla lanciata da quest'ultimo (1). Quindi l'azione si sviluppa con il portiere (P) che trasmette palla al compagno (P1) lungo il corridoio tramite un lancio

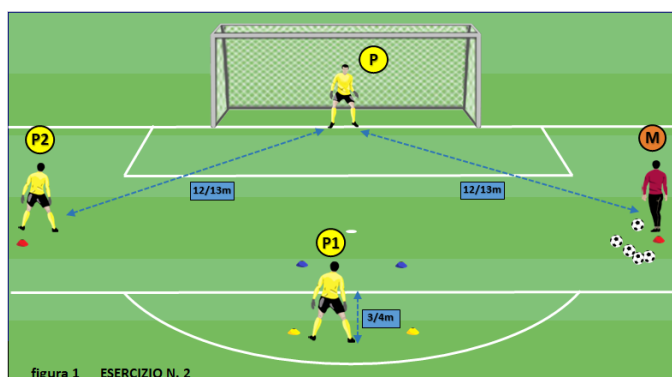


figura 1 ESERCIZIO N. 2

con le mani dal basso e attacca lo spazio avanzando (2). Il portiere (P1) ricevuta la palla avanza in conduzione dentro il corridoio (3), di conseguenza il portiere (P) con postura in antero-posteriore indietreggia recuperando porta (3). Il portiere (P1) una volta arrivato nei pressi dei cinesini blu trasmette palla al compagno (P2) (4), e contemporaneamente di conseguenza il portiere (P) recupera rapidamente a passo incrociato la posizione sul portiere (P2) (4) effettuando una presa in tuffo sul tiro di quest'ultimo (5) (figura 2).

Sviluppo del gioco:

Il portiere (P1) una volta ricevuta palla e condotta nel corridoio, può decidere se:

- calciare direttamente in porta;
- andare **1vs1** con il portiere (P);
- Passare la palla a (P2) o al Mister (M).

Anche il portiere (P2) o il mister (M) una volta ricevuta palla da (P1) possono decidere di calciare in porta e/o passarla ai compagni/mister per il successivo sviluppo. Il portiere (P) di seguito dovrà adattare rapidamente la propria posizione in porta in base alla situazione che si verrà a creare.

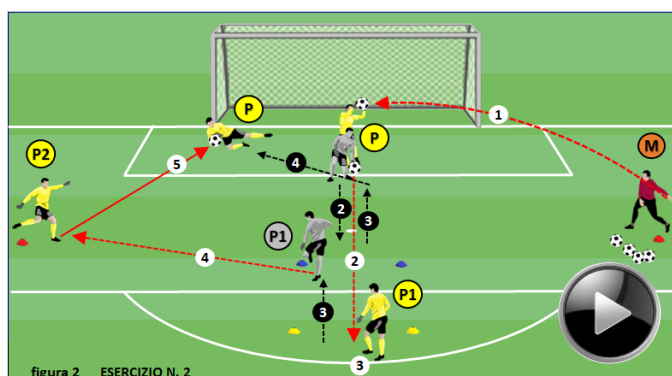


figura 2 ESERCIZIO N. 2





Associazione Italiana Allenatori Portieri



CORSO GOALKEEPER SCOUT



I want him

PROSSIMAMENTE

www.portieridicalcio.net

zoom



Mister Franco Cotugno

Allenatore Portieri Nazionale Malta



CARRIERA DA ALLENATORE

FOGGIA:

-2007-2008: Allenatore portieri 1° squadra (serie C1)

U.S. MARCIANISE:

-2009-2010: Allenatore portieri 1° squadra (serie C1)

CAVESE:

-2010-2011: Allenatore portieri 1° squadra (serie C1)

A.S.D. NOCERINA

-2011-2012: Allenatore portieri 1° squadra (serie B)

S.S.D. ISCHIA:

-2013-2014: Allenatore portieri 1° squadra (serie D e C2)

TIANJIN QUANJIAN (Cina):

-2016-2018: Allenatore portieri 1° squadra (serie B e A)

GUANGZHOU FC (Cina)

-2018-2022: Allenatore portieri 1° squadra (serie A)

BENEVENTO:

-2022-2023: Allenatore portieri 1° squadra (serie B)

NAZIONALE MALTA:

-2025-2026: Allenatore portieri

QUALIFICHE E STUDI

-UEFA GK A

-UEFA B

Siamo con mister Franco COTUGNO, allenatore dei portieri attualmente in forza alla nazionale Maltese.

Lei ha lavorato a stretto contatto con lo staff storico di Sinisa MIHAJLOVIC, in particolare con Emilio De LEO qual è l'insegnamento più prezioso, umano o professionale che porta con se da quell'esperienza e che applica ancora oggi in campo.

Prima di tutto ci tengo a fare i complimenti all'A.I.A.P. per l'organizzazione, ci tengo a ringraziare Giovanni, Carmelo, tutti voi, i ragazzi partecipanti e i colleghi per questa grande affluenza, perché queste manifestazioni sono sempre qualcosa che ti arricchiscono, quindi complimenti a tutti voi.

Sul discorso di Emilio De LEO, è lo storico secondo di MIHAJLOVIC, è stato il secondo per undici anni di Sinisa, fino a che Sinisa purtroppo non è finito, è un ragazzo che secondo me farà strada, è un allenatore importante, è un allenatore con grandissime idee, ha uno staff formato da gente che sa di calcio, c'è Mirko Val di FIORI, centrocampista che ricordiamo a Torino a Empoli e Napoli, c'è VASCOREGGINI, se forse qualcuno guardasse più a casa nostra invece di andare a cercare sempre all'estero a queste novità dall'estero è un ragazzo che se gli danno la possibilità, sicuramente farà benissimo con Malta.

Ha raggiunto lo storico di punti nella qualificazione mondiale, abbiamo fatto sei punti, ed eravamo in un girone proibitivo con Olanda, Polonia, Lituania, Finlandia, ultimamente abbiamo fatto una amichevole con la Slovacchia che nel ranking è molto più in basso di noi, abbiamo perso al 96', abbiamo battuto l'Azerbaijan in Ungheria, sta facendo un grandissimo percorso, quindi sono molto felice di essere con lui e sono convinto che sarà un ragazzo che farà strada.

Dalla vittoria del campionato in Cina con Fabio CANNAVARO al ruolo attuale a Malta, come cambia l'approccio nell'allenare i portieri in contesti culturali e calcistici così diversi tra loro?

Bravo, hai centrato il punto, sicuramente ti devi adattare a quella che è la cultura dei paesi dove vai a lavorare. Naturalmente io lavorando con Fabio CANNAVARO, abbiamo la forza di un personaggio importante, di fama mondiale e quindi per me questo è molto più semplice. Però ti possa assicurare, ho girato il mondo, lavorato negli Emirati, in accademie, ho lavorato nel nord Europa, ho lavorato in Italia, i portieri sono uguali in tutti il mondo, è normale che devi adattare a quelle che sono le loro caratteristiche tecniche.



Quando arrivo in un posto, i primi 10 giorni non parlo e studio solamente, studio quello che possono essere le caratteristiche, caratteriali tecniche, di approccio ai compagni di come si muove, che tipo di percorso medico ha, che cosa può fare, che cosa non può fare, una volta che hai studiato i tuoi portieri, puoi sviluppare un programma di lavoro.

In Cina è stato fatto un grandissimo lavoro, Mr. CANNAVARO è anche lui un personaggio che comunque farà strada perché adesso con l'Uzbekistan si appresta ad esordire al Mondiale anche lui e ha uno staff importante, formato da Paolo il fratello, l'attaccante BIANCHI il Ciccio TROISE, Antonio CHIMENTI come allenatore dei portieri, quindi sicuramente dirà la sua. L'importante è confrontarsi con i ragazzi, confrontarsi con i portieri, cercare di capire, cercare di andargli incontro, perché la cosa più semplice, lo dico sempre, è allenarli sul campo.

Però andare in un posto dove c'è una cultura diversa con la difficoltà della lingua e parliamo del cinese, non dell'inglese, con tutto quel che ne concerne devi essere bravo nel gestire tutte le situazioni.

Io devo dire la verità ho trovato ragazzi straordinari che ancora adesso sento e ricordo con grandissimo piacere. Ultimamente mi ha chiamato Antonello

BRAMBILLA che è in Cina al Cendue, lui ha proprio il portiere che ho avuto al Guangzhou, era grande, lui mi ha detto che mi ringrazia per tutto quello che gli ho dato, ho detto semplicemente che sono io che ringrazio loro perché nel nostro lavoro è sempre un dare avere.

Mister, dopo una lunga e ricca carriera nei club, si trova ora nello staff della Nazionale di Malta. Quali sono le differenze principali, a livello metodologico e di routine quotidiana, nel preparare i portieri di una Nazionale rispetto a quelli di un club?

Questa è una bella domanda, siamo di fronte a due situazioni completamente diverse.

Capirai bene che nelle finestre ti arrivano portieri che vengono dai campionati, hai poco tempo e in una settimana poi ci sono i viaggi. In due settimane, fai due partite, quindi è più una gestione, è più un cercare di capire loro di cosa hanno bisogno per mantenerli.

Io a Malta avevo BONELLO che un po' il BUFFON di Malta ed è un ragazzo di trentotto anni che ha grande qualità che gioca con Lamrun, ha tantissime presenze nazionali, parlando con lui che è un ragazzo molto intelligente, cercavo di capire come era messo, di che cosa avesse bisogno, gli davo qualcosa di mio perché gli dicevo dai Enri, facciamo anche qualcosa che ti possa arricchire, però sicuramente rispetto a quello che è il lavoro del club è un lavoro molto, molto limitato.

Mentre tu nel club hai la possibilità di poter crescere e di tastare i ragazzi giorno per giorno, nel caso della nazionale li tieni due settimane poi li lasci.

Per quanto tu possa essere in contatto con le persone del club comunque capisci che è un lavoro completamente diverso, perché tu gli dai degli input, poi magari torna nel club dal proprio allenatore dei portieri e riceve degli input che possono essere diversi perché non tutti abbiamo lo stesso modo di vedere l'interpretazione del portiere.

Nel suo ruolo attuale di responsabile dei portieri della Nazionale di Malta, qual è la sfida principale nel costruire un percorso di crescita che parta dalle selezioni giovanili fino ad arrivare alla prima squadra?

Io sono responsabile di un gruppo di allenatori di portieri con una qualità molto alta, sono arrivato là e non mi aspettavo di trovare una qualità altissima, c'è un ragazzo argentino con l'U21 che si chiama Ivo RIVERA che è molto capace, c'è un ragazzo italiano che faceva nazionale femminile e nazionale U19, Alessandro RAMELLA, che è un ragazzo molto bravo e poi c'è un maltese Jonatan NELLA. Insieme o una volta al mese ci incontravamo e discutevamo di quelle che potevano essere le metodologie e il modo di vedere le varie situazioni e le varie esercitazioni.

C'è stata una crescita costante, in questo discorso lasciami fare un elogio al mio collega Mario CAPECE che in cinque anni ha fatto veramente un lavoro straordinario, ho trovato portieri di livello importante anche nel settore giovanile e ti posso assicurare, da quello che mi avevo raccontato quando è arrivato Mario, non c'era assolutamente niente. Quindi c'è un discorso protratto nel tempo e io sono stato facilitato nel mio modo di inserirmi dal discorso che c'era Mario che come me aveva spianato un'autostrada.

Lei in un'altra intervista ha dichiarato dai miei portieri pretendo solo concentrazione e una rivalità sana e costruttiva. Come cerca di sviluppare questa competenza in allenamento?

Con rispetto, io penso che il rispetto sia la base di tutto, non ci deve essere un io, ci deve essere un noi. Io chiedo sempre ai miei ragazzi rispetto ma non perché sono l'allenatore, mi devono rispettare perché io li rispetto. Il classico esempio che ti posso fare è che se tu a un ragazzo gli dici, per piacere mi prendi quel pallone, il ragazzo ti dirà Mr. per piacere posso andare in bagno.? Se tu a un ragazzo gli dirai, prendi quel pallone e lui ti dirà vado in bagno.

Quindi il rispetto deve essere dato, lo pretendo ma lo pretendo non da potere, non da forza, lo pretendo perché lo do, perché sono il primo ad andare incontro a quelle che possono essere le esigenze dei ragazzi, che può essere una esigenza familiare, il bambino che non ti ha fatto dormire, un momento difficile con la tua famiglia, con la ragazza, con la moglie, quello che vogliamo. Sappiamo che questi ragazzi dietro all'apparenza di *supermen*, di portieri, di calciatori, di personaggi importanti hanno una famiglia con tutti i lati deboli che ci possono essere dell'altra parte della medaglia. E quindi noi dobbiamo essere pronti ad aiutarli non solo in campo, che poi se esaminiamo il nostro lavoro, forse la parte più facile è proprio quella in mezzo al campo, ti diverti con il pallone, l'esercitazione è la cosa più semplice, il dopo da gestire, il gestire chi gioca, chi non gioca, il terzo portiere, il quarto portiere e quindi creare una coesione di gruppo nel gruppo, il gruppo con rispetto. Tutti si rispettano, c'è noi, non c'è un io e nessuno mette davanti a tutti l'ego, ma c'è un ego totale, che ti porta a capire dove andare, e per andare dove dobbiamo andare, che poi è l'obiettivo, diciamo che può essere il campionato, una coppa, se non lo si fa tutti insieme, non si arriva mai in porto.

La scuola degli allenatori dei portieri italiana è considerata da sempre un'eccellenza mondiale, e quali sono secondo lei i concetti cardine del nostro modello, come cerca di trasmetterli ai propri portieri.

Sicuramente hai detto bene, gli allenatori dei portieri della scuola italiana sono un qualcosa di importante, io ho fatto un GK A da poco e ne parlavo con qualche collega, anche con i docenti, Gaetano PETRELLI e Alessandro NISTA, e loro asserivano che forse noi ci siamo un po' troppo concentrati sulla tecnica, sull'analitico, e abbiamo perso un po' il discorso della copertura dello spazio, cosa che negli altri paesi sono andati avanti, e quindi stanno un tantinello davanti a noi si vede pure dall'acquisto di determinati portieri.

Io posso essere d'accordo, però non so se purtroppo o per fortuna per l'età che ho, dall'alto dei miei 61 anni, prediligo sempre il portiere che mi parla.

Non me ne vogliono a chi piace il filtrante, però io ti faccio un classico esempio, poco tempo fa mi chiama una persona per sapere di un portiere, mi fa tre domande in questo ordine, come è con i piedi, quante è alto e sa parare.

Io gli ho detto che ha sbagliato l'ordine, la prima domanda è sa parare? secondo domanda, come è con i piedi, e terza domanda te la faccio passare anche se insomma, sembra che adesso se il portiere non è alto non può giocare.

Voglio dire, ma noi ricorderemo un portiere, per esempio DONNARUMMA, perché ci ha fatto vincere un Europeo, poi per carità ci dobbiamo adeguare ai tempi, la copertura dello spazio, la gestione podalica, sono tutte cose importanti che vanno allenate, anzi nell'ultimo GK A mi sono arricchito tantissimo sotto questo punto di vista. Nonostante alleno da tantissimi anni da persona che si mette sempre in discussione, avevo delle carenze sotto il discorso tattico, copertura dello spazio, ho approfondito questo discorso, però datemi sempre questa parata all'incrocio che ti fa salvare il risultato, non me la togliete





altrimenti mi togliete la poesia, ci togliete tutto, un filtrante non deve diventare più importante di un rigore parato non scherziamo, è importante però non dimentichiamo il tuffo, il gesto del portiere che ti salva un gol e ti crea quello che ha ognuno di noi dentro e si chiama adrenalina, indipendentemente dall'età, dalla categoria, quella sensazione là che solo noi che abbiamo fatto il portiere sappiamo che cosa significa, è una sensazione che quante volte nella vecchiaia rimpiangiamo.

Ultimamente e non ti rubo più tempo, eravamo in Ungheria e mi metto vicino al mio portiere BONERO e gli chiedo di darmi i guanti, e lui mi dice mister che devi fare tu sei vecchio, dammi i guanti è come andare in bicicletta, li ho messi e il secondo mi calciava, ho parato ogni pallone che toccavo e quando mi rialzavo mi sparivano dieci anni da dosso.

Concludo dicendo che il ruolo del portiere è quello che è dentro ognuno di noi, vive dentro ognuno di voi, lo sapete perché come me vivete per questo ruolo, vivete per questa passione. Ultimamente abbiamo fatto il programma di *mental coaching*, lui mi ha detto, mister ma qual è il tuo sogno nel cassetto, io gli ho detto al di là della famiglia che è

normale, è normalissimo, io ho vissuto sempre in nome di una parola sola, portiere e basta, io se vado a vedere la partita vedo la partita del portiere.

Mister la ringrazio della disponibilità e grazie per aver partecipato ad AIAP Training.

Grazie a voi e ripeto rinnovo i complimenti per l'organizzazione, veramente tanta roba.

Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Franco Cotugno è stata il disturbo della visuale del portiere. In modo da abituare il portiere a parare quando la visuale è coperta da altri giocatori, in modo da sviluppare la visione periferica, la reattività. L'esercitazione ha coinvolto tutti i ragazzi a disposizione in esercitazioni via via sempre più complesse.

Di seguito abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta che proponiamo.

ESERCIZIO N.1

Organizzazione:

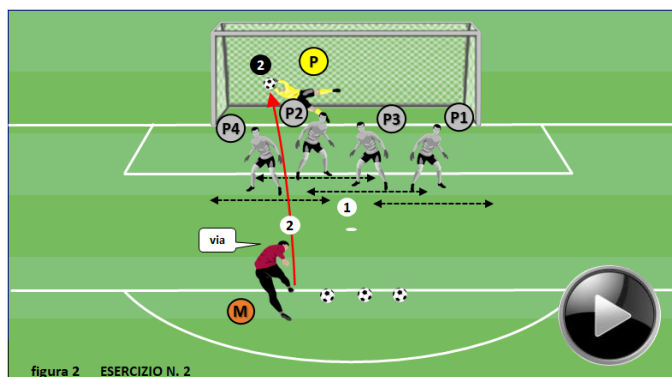
3 portieri (P1, P2, P3) si posizionano in linea ognuno su un cinesino. Il mister (M) si posiziona fronte ai portieri (P1, P2, P3), mentre il portiere (P) che esegue l'esercizio, si posiziona dietro ai compagni. La distanza tra il mister e la fila dei portieri, e tra la fila dei portieri e il portiere (P) è di circa 3 metri (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il mister (M) spostandosi a dx e sx scambia palla con le mani con i portieri (P1) (1) prima e con (P2) dopo (2), il

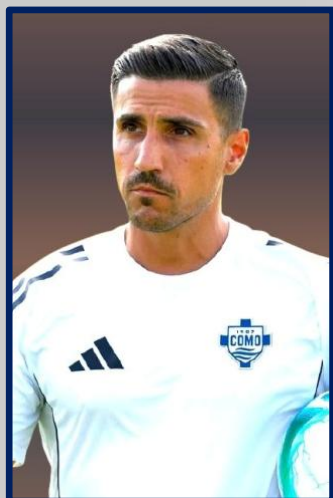


figura 1 ESERCIZIO N.1



Mister Federico Campominosi

Allenatore Portieri Como 1907



CARRIERA DA ALLENATORE

ATALANTA BC 1907:

-2017-2024: Allenatore dei portieri categorie U14 - U15 - U16 - U17 - U18 Nazionali

US CREMONESE

-2024-2025: Allenatore dei portieri U16 - U15 Nazionali - collaboratore aiuto allenatore area portieri 1^ squadra

COMO 1907:

-2025-2026: allenatore dei portieri Primavera 2 cat. U19

TROFEI:

ATALANTA BC 1907:

Campione d'Italia s.s. 23\24 con U16

COMO 1907:

vittoria campionato Primavera 2 2025\2026

QUALIFICHE E STUDI ACCADEMICI

- UEFA B
- UEFA GK B
- Allenatore portieri dilettanti e S.G
- Laurea triennale in scienze delle attività motorie
- Laurea magistrale in scienze, tecnica e didattica dello sport

Siamo con mister Federico CAMPOMINOSI, allenatore dei portieri primavera 2, categoria U 19 del Como.

Mister Lei ha conseguito una laurea in magistrale di scienze motorie con il massimo dei voti, in che modo questo solido background scientifico influenza la sua metodologia quotidiana.

Sicuramente le basi e le nozioni che ho appreso dal mio percorso accademico mi aiutano tanto e ogni giorno nel pensare alle proposte di allenamento o soprattutto le proposte extra campo, quindi magari per la parte fisica, per la parte coordinativa e condizionale dei portieri. Quindi un percorso di studi che mi ha dato quel qualcosa in più di preparazione per poter poi sperimentarlo con i ragazzi, durante la stagione.

Il Como 1907 è al centro di un progetto societario globale e ambizioso, che sta portando grande innovazione. Come si riflette questo fermento e questa mentalità internazionale nel lavoro quotidiano con il settore giovanile e, in particolare, con i portieri dell'Under 19?

C'è tanta attenzione, tantissima aspettativa chiaramente sul Como oggi, perché è una delle società in Italia più all'avanguardia e che si sta sicuramente mettendo in luce. Chiaramente noi abbiamo la fortuna di avere in squadra gente preparatissima come FABREGAS che ha portato una ventata culturale e metodologica completamente nuova, per quanto riguarda il panorama italiano, questo si riflette chiaramente anche in quelle che sono le richieste del settore giovanile, in particolar modo la primavera, la U17, questa influenza si è sentita parecchio, noi siamo contenti, abbiamo tutti abbracciato quelle che sono state le richieste della società, dell'allenatore e abbiamo quest'anno appurato che appunto seguendo un metodo e andando alla ricerca della risultato attraverso un'identità, una metodologia ben chiara, questo poi porta il risultato.

La Primavera è l'ultimo step prima del professionismo. Com'è il dialogo e il coordinamento con lo staff dei portieri della prima squadra? Vi confrontate su principi comuni affinché i ragazzi siano pronti al salto?

Quest'anno sicuramente noi abbiamo potuto avere la fortuna di aver in prima squadra un portiere come BUTEZ che penso che sia stato l'unico forse quest'anno in Italia, potrei anche sbagliarmi, ad aver giocato tutte le partite amichevoli comprese e



quindi sì, c'è comunicazione, ci si interfaccia, si parla, si chiede comunque, c'è sempre un *feedback* continuo. Quest'anno ho avuto anche un portiere brasiliano 2007, MENKE che ha iniziato la stagione in prima squadra per metà della stagione e questo permette anche a ragazzi di fare esperienza, di vedere anche una metodologia che può essere differente per quanto riguarda quella della prima squadra perché quest'anno come allenatore dei portieri c'era Mr. SAMBADE, che utilizza una metodologia tutta diversa probabilmente da quella che è quella italiana e quindi anche per ragazzi è un motivo di crescita di confronto e di miglioramento.

Lei ha alle spalle esperienze formative importanti, tra cui il settore giovanile dell'Atalanta. Quali sono i pilastri della sua metodologia che si è portato dietro e come si sono evoluti nel tempo?

Ho avuto la fortuna di fare sette anni all'Atalanta, e posso dire di avere appreso le basi per fare questo mestiere, sono molto contento e fortunato di averne fatto parte. Sicuramente i pilastri della mia metodologia, se così si può dire, si basano tanto sulla tecnica, sulla formazione tecnica propria del portiere, cercare di dare più nozioni possibili per far sì che poi nel suo percorso ogni anno possa avere un qualcosa in più, ma perché quando arriva allo step

finale che può essere primavera, prima squadra abbia un bagaglio tecnico più ampio possibile.

In un calcio sempre più collettivo, come coordina il lavoro specifico con i portieri con le esigenze tattiche del mister?

Quest'anno è stato molto intenso perché dalla mattina alla fine dell'allenamento c'era un continuo coordinamento con lo staff, per quanto riguarda la mia parte, quella con la squadra, come potere conciliarla entrambe i lavori, ormai il portiere deve essere visto come una cosa di integrato a quello che sono le richieste tattiche della squadra.

Quindi noi come allenatori dobbiamo essere al servizio delle richieste dell'allenatore, cercare di modellare più possibile anche i nostri tempi con quelli della squadra e magari quando abbiamo bisogno noi, chiedere all'allenatore o ai collaboratori di integrare a loro volta dei giocatori nelle nostre esercitazioni, perché credo che la nostra parte più importante sia quella di seguire i portieri, poi quando richiesto nel momento situazionale vero e proprio con la squadra lo lasciamo andare.

Secondo Lei qual è oggi il peso della tecnologia nel monitoraggio delle performance e quanto aiuta i ragazzi a visualizzare i propri margini di miglioramento?

Io sono favorevole nel senso che la tecnologia se usata nel modo corretto può essere uno strumento di allenamento e può aiutare ragazzi, ma anche noi stessi a rivederci e a migliorarci, chiaro che non deve essere un strumento portato all'esasperazione, se c'è bene, se non c'è ci si può organizzare, ma non è indispensabile, o meglio, credo che sia importante da un punto di vista del monitoraggio, della crescita del miglioramento, della revisione, rivedersi è sempre allenante però non bisogna poi abusarne, cioè la tecnologia va usata nel modo corretto e con i giusti tempi, soprattutto in base anche all'età che hanno i ragazzi.

A livello Under 19 i dettagli fanno la differenza: un errore può costare caro sia in termini di classifica che di percorso personale del ragazzo. Come gestisce l'aspetto mentale dei suoi portieri dopo una domenica storta?

Per me l'errore fa parte della crescita, fa parte del percorso. Io personalmente divido l'errore in due, l'errore può essere tecnico, ed è quello che concedo, quello che contemplo, quello su cui posso migliorare anch'io, perché non c'è crescita senza errore, quindi quello tecnico fa parte del gioco, tutti possono sbagliare, portiere compreso, quello che invece tollero meno è l'errore di atteggiamento, intendo un errore di superficialità, sufficienza, supponenza, quello mi fa arrabbiare perché quello è imperdonabile.

Ogni ragazzo deve dare sempre il 100% e se sbaglia ma da il 200% non c'è nessun tipo di problema e si riparte la settimana dopo. Se uno sbaglia perché l'atteggiamento non è corretto, non è adeguato al contesto è quello che probabilmente che mi fa più male.

Mister la ringrazio per la sua disponibilità e di aver preso parte all'AIAP Training.

Grazie a voi!



Il campione di beach soccer

Federico Campominosi, ha un passato di successo come portiere di beach soccer a livello nazionale. Ha giocato con squadre di alto livello come il Terracina e l'Inter, laureandosi Campione d'Italia nel 2012 e nel 2015 e vincendo una Coppa Italia.

Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Federico Campominosi è stata basata sull'attacco palla, quindi uscite basse e a contrasto. La lezione è iniziata con un classico torello modificato per il portiere, proprio a tema per l'attacco palla per poi proseguire con delle esercitazioni sia analitiche che situazionali.

Di seguito abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta che proponiamo.

ESERCIZIO N.1

Organizzazione:

Il portiere (P) si sistema al centro porta in posizione avanzata, mentre 3 portieri (P1, P2, P3) si posizionano in linea ognuno su un cinesino all'altezza del dischetto del rigore. Un quarto portiere invece si sistema in posizione centrale all'altezza della linea del limite dell'area di rigore. (P1, P2 e P4) con un pallone (figura 1).

Descrizione esercizio:

Al via da parte del mister (M) il portiere (P) riceve palla dal portiere (P1) (1) (in questo caso) e la passa al portiere (P3) che è senza pallone (2), di seguito il portiere (P)

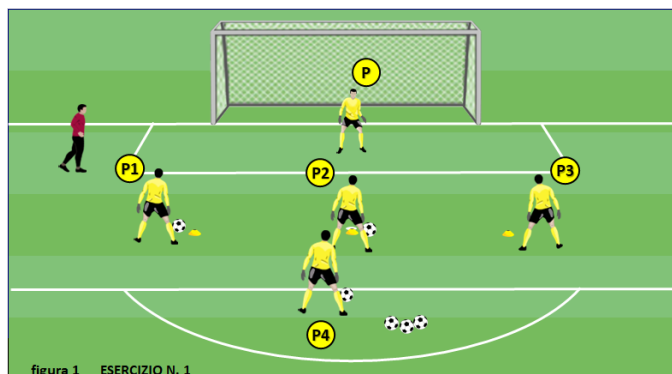


figura 1 ESERCIZIO N. 1

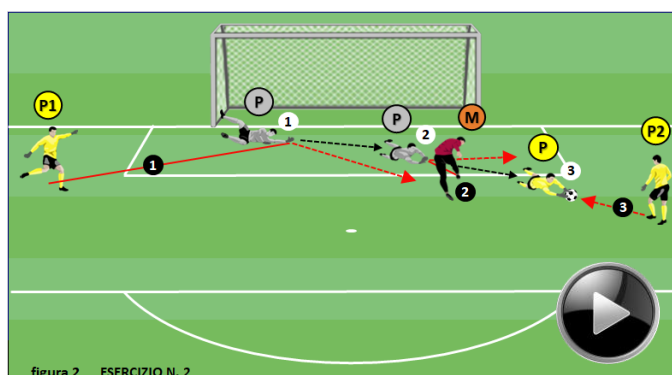
via

P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P (Goalkeeper)

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 (Pass sequence numbers)

figura 2 ESERCIZIO N. 1

The diagram illustrates a soccer drill on a green field. A goal is at the top center with a goalkeeper labeled 'P'. To the left, an attacker labeled 'P1' is positioned with a distance of '7/8m' to the goal. To the right, another attacker labeled 'P2' is positioned with a distance of '12/13m' to the goal. A defender labeled 'M' is positioned in the center of the field between the two attackers.



Mister Luigi Ragno

Allenatore Portieri AC Milan



CARRIERA DA ALLENATORE

U.S. ALDINI:

-1998-1999: preparatore dei portieri settore giovanile

PRO PATRIA:

-2000-2007: allenatore portieri settore giovanile e prima squadra

AC MONZA:

-2008-2010: allenatore portieri Berretti

AC MILAN:

-2010-2015: Preparatore portieri attività di base e primavera

-2015-2018: collaboratore allenatore dei portieri prima squadra

-2018-2019: preparatore dei portieri della prima squadra

-2019-2024: preparatore dei portieri della prima squadra

-2024-2025: (1^ parte) Preparatore dei portieri Under-23 (Milan Futuro) – (2^ parte)

Coordinatore dell'area portieri del settore giovanile

-2025-2026: coordinatore dell'area portieri agonistico

TROFEI

AC MILAN:

-Serie A: 2020-21: 1

-Supercoppa Italiana: 2016

-Miglior allenatore portieri Serie A: 2020-21

-Miglior Portiere Serie A: 2020-21 (G. Donnarumma), 2021-22 (Maignan)

Siamo con Mr. Luigi RAGNO, allenatore dei portieri attualmente in Forza al Milan, come coordinatore portiere attività agonistica.

Mr. le chiedo, avendo lavorato per anni nel settore giovanile del Milan e ora con il Milan futuro, quali sono le qualità umane oltre a quelle tecniche che cercano un giovane portiere per capire se è pronto per il salto tra i professionisti.

Allora, prima di tutto buongiorno, a questa domanda rispondo dicendo che io credo che il tutto è dettato dal percorso che un ragazzo fa nell'intraprendere un suo viaggio all'interno del settore giovanile del Milan, quindi anno dopo anno parte da una attività di base, passando dalla agonistica all'Under 20, che sarebbe la primavera, e Milan Futuro appunto, che è sinonimo di un'educazione sia calcistica che di ambiente che il ragazzo trova passo dopo passo, incontro dopo incontro, per poter poi dopo arrivare a quella che è un po' l'ambizione, il sogno di tutti, cioè quello di lavorare a Milanello.

Il Milan come struttura ha il centro Vismara, e dopo di che nella categoria U20 fino a qualche anno fa e adesso con l'U 23, e prima squadra, è chiaro che lo obiettivo è quello di arrivare a Milanello.

A Milanello si arriva sicuramente per doti tecniche, atletiche e fisiche, ma si arriva anche perché si sposa al 100% con il percorso che si fa all'interno del club.

Cosa ha integrato nel suo bagaglio personale lavorando a stretto contatto con lo staff e preparatori della prima squadra in questi anni?

La prima cosa in assoluto è capire con che tipo di staff lavori, con che tipo di allenatore lavori, e soprattutto che tipo di portieri hai da allenare soprattutto da gestire.

E comunque la prima squadra è una cosa completamente diversa dal settore giovanile e come tale bisogna essere poi caratterialmente predisposti a vivere e a gestire dinamiche alle quali si è abituato settore giovanile e a dinamiche della prima squadra.

Lavorare in uno staff in prima squadra, la prima cosa che posso dire è sinonimo di tanta discrezione, nel senso che devi sapere qual è il tuo ruolo, sapere come devi agire in che maniera, in che momenti usando soprattutto l'equilibrio e le competenze.



Quali sono le caratteristiche fisiche mentali imprescindibili che cerca oggi in un giovane portiere?

Sicuramente l'aspetto fisico, soprattutto in una settore giovanile è importante.

Io dico sempre che sarebbe importantissimo capire che tipo di sviluppo può avere il ragazzo, magari ci arriva un ragazzo al momento che è fortemente tardivo, ma può essere poi quello che ci può consentire essere poi quello che ci può consentire di poter lavorare su un periodo meglio lungo. Allo stesso tempo sulla crescita di un ragazzo precoce, sicuramente più funzionale al momento, ti dà magari delle garanzie più immediate, ma poi non ho detto che questo possa essere poi il profilo su quale magari possiamo andare a incidere anche nella crescita, sia fisica che tecnica.

Sul tardivo secondo il mio punto di vista la società ha più tempo per poter plasmare e crescere il proprio profilo.

Mister, c'è un filo conduttore che unisce la preparazione dei portieri della categoria dei più piccoli fino alla prima squadra?

Certo, secondo me il primo filo conduttore è l'aspetto proprio cognitivo e quello di rendere comunque il giovane portiere il protagonista sia a livello tecnico che a

livello di *leader* all'interno del proprio gruppo, all'interno dell'area portieri, del gruppo portieri e del gruppo squadra.

Questo deve essere un accompagnamento che va dai piccolini fino poi ad arrivare alla prima squadra, perché poi dopo in questo caso nella prima squadra del Milan, per quello che sono state le mie esperienze, non a caso Donnarumma è andato via dal Milan da capitano e oggi è capitano anche della nazionale.

Myke Maignan è arrivato a sostituire Donnarumma e nell'arco di 4-5 anni al Milan è diventato capitano.

Quindi voglio dire che io devo cercare di trasmettere ai miei ragazzi questa possibilità di diventare non solo migliori nell'aspetto tecnico ma anche leader nell'acquisire sempre forza con se stessi.

È allenatore anche dell'U 17, una categoria cruciale, si passa definitivamente dal calcio di formazione a quella agonistico e di pura competizione, come si lavora sulla leadership e sulla gestione dell'emozione, a questa età?

Soprattutto facendogli dimenticare, in ogni momento, sia gli aspetti positivi, se viene da una partita dove è sentito protagonista in positivo, questo bisogna dimenticarlo in maniera molto veloce, perché poi in queste categorie diciamo che la sorpresa è sempre dietro l'angolo.

Allo stesso tempo bisogna difendere, proteggere e soprattutto avere il tatto, la sensibilità per poter poi accompagnare il ragazzo nel momento di difficoltà della partita ma che può essere anche dettata dalla scuola, dalla famiglia, dall'adolescenza, possono essere tante cose.

E' il momento che non bisogna perdere gli equilibri ma pensi a stargli sempre vicino, in maniera tale da far capire quanto è ancora lunga la strada.

Rispetto a dieci anni fa, quando hai iniziato nel vivaio del Milan, come è cambiato il suo modo di allenare i portieri dal punto di vista podalico con la lettura del gioco? Se è cambiato?

Allora, devo dire una cosa, io mi sento fortunato perché in tutti questi anni il Milan mi ha dato dei mezzi per potermi migliorare, nel vedere comunque l'aspetto del portiere.

Oggi come oggi al Milan da anni, la nostra richiesta è quella di avere un portiere comunque sempre propositivo che sia comunque sicuro nelle scelte, sia tecniche, a livello podalico che anche nelle scelte, proprio di situazione, di ripartenza e di gioco e di reparto.

In questo, però, il Milan a me personalmente mi ha dato tanti ingredienti, chiamiamoli così, per poter poi sviluppare il calcio che è cambiato, il ruolo del portiere è cambiato, lo diciamo tutti, si è evoluto, sotto tanti aspetti, ci sono tante richieste degli

allenatori che comunque chiedono determinate cose e non hanno poi questa grande pazienza, quindi chiedono e poi c'è chi pretende anche, e quindi dobbiamo cercare di alzare sempre il livello per poter essere a un livello prestativo, ovviamente poi degno, perché poi dopo, aimè, io sono ben orgoglioso di vestire questa maglia da tanti anni, però la competizione a questi livelli è ancora più alta.

Sotto la guida di Mister Pioli ha contribuito alla crescita e gestione di portieri di altissimi livelli internazionale, come Gianluigi DONNARUMMA, Mike MAIGNAN, se dovesse descrivere quel periodo con una sola parola, quale sarebbe per lei?

Fantastico, credo che sia stato il coronamento più grande, di tutto quello che è il mio percorso.

Il mio percorso un po' anomalo, io non ho fatto il portiere a certi livelli, non ho una carriera che mi ha dato la possibilità di vivere il calcio ad altissimi livelli, ci sono arrivato con il mio lavoro, con i miei sacrifici, e con la mia perseveranza, arrivare poi a dare allenare portieri di questa grandezza, stiamo parlando di portieri e degli interpreti più forti, in questo momento, poi non dimentico che ho avuto la fortuna enorme di conoscere ed allenare Pepe REINA, TATARUSANU, Antonio MIRANTE, GABRIEL e lo stesso Christian ABBATI.

E' stato un percorso importantissimo, quindi, sto parlando, non solo quelli che hanno poi giocato, ma quelli che hanno contribuito a far rendere tutti questi portieri al massimo del valore, questo è dettato dal gruppo di lavoro quotidiano, che si vive, e quindi per me che ci sono arrivato piano piano con le mie forze, credo che sia stato fantastico, è un momento che ho dedicato a me stesso, come persona, e ho dedicato alla persona che ho perso nell'arco degli anni, perché speravo che mio padre vedesse, diciamo dal vivo, quello che ero riuscito a fare, e ad arrivare, quindi la dedica è per lui, ma, grazie, ripeto a questi interpreti, perché poi alla fine non pensiamo mai che incidiamo in questa maniera, e abbiamo parlando di portieri di altissimo livello.

Mister l'ultima domanda, l'allenatore di portieri è quella figura che porta con se esperienza innovazione, applica le metodologie che più reputa corrette per fare esprimere ai propri portieri la migliore performance possibile, sia in allenamento che in partita. Le domando se ci sono stati portieri che, nel tempo, le hanno trasmesso, sensazioni o riflessioni che hanno portato a modificare la sua metodologia di allenamento.

L'ultimo incontro che ho fatto è stato quello con Mike MAIGNAN.

Sicuramente Mike, è arrivato per rafforzare le mie idee, per afforzare quello che, allo stesso tempo, confrontandomi con lui, mi ha dato anche la possibilità di migliorarmi e di, non so come dire, di andare a vedere quei particolari, quando uno dice che il particolare fa la differenza, cercare di essere ancora più attento.

Mike è un portiere ed una persona molto, molto meticolosa, molto attenta a qualsiasi tipo di dettaglio. Sicuramente a lui devo questa cosa che è andato a formarmi ulteriormente. Magari venivo da tanti anni, dove non facevano altro che magari farmi dei complimenti, avevo bisogno anche di qualcuno che comunque mi andava anche a sollecitare in una certa maniera. Mentre invece magari parlo di Mike, perché magari Gigio l'ho conosciuto che era ragazzino, che aveva quattordici anni, quindi c'è un percorso diverso.

Per me è un portiere straniero e un profilo così alto, come Mike, ma mi ha dato ulteriore spinta per essere ancora più attento.

Mister la ringrazio per la sua disponibilità e di aver fatto parte dell'Aiap Training

Sono io che ringrazio voi, faccio a tutti voi un in bocca al lupo per il proseguo della stagione e di quelle che saranno a venire e mi ha fatto molto piacere essere qui, presenziare e cercare di dare comunque degli spunti, delle idee in più.



Lezione proposta in campo

La lezione proposta da mister Luigi Ragno aveva come obiettivo la tecnica podalica con richiesta di comunicazione da parte del portiere, con degli spunti e delle simulazioni che si avvicinano alle realtà e le dinamiche che i portieri affrontano durante la settimana.

Di seguito abbiamo estrapolato 2 esercizi dalla seduta.

ESERCIZIO N.1

Organizzazione:

Il portiere (P) in porta in posizione alta a circa 1 metro dalla linea del limite di area, porta contraddistinto da un cinesino giallo. Il mister (M) e un secondo portiere (P1) si sistemano a dx e sx al limite delle linee laterali dell'area di rigore, e a circa 13/14 metri dalla linea di fondo con una serie di palloni. 4 cinesini blu infine, vengono sistemati all'interno dell'area di rigore, il tutto come in (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il portiere (P1) parte a sostegno del mister (M) dirigendosi sul cinesino blu chiamando il mister che gli passa la palla (1), quindi il portiere (P) stoppa il pallone e la ripassa al mister (M) (2). Quindi il portiere (P1) va sostegno nuovamente del mister dirigendosi sull'altro cinesino blu chiamando il mister il quale gli passa il pallone (3). Di seguito il portiere (P) stoppa il pallone e lo conduce verso il centro porta (4), successivamente con la porta alle spalle passa la palla al portiere (P1) (5) (figura 2).

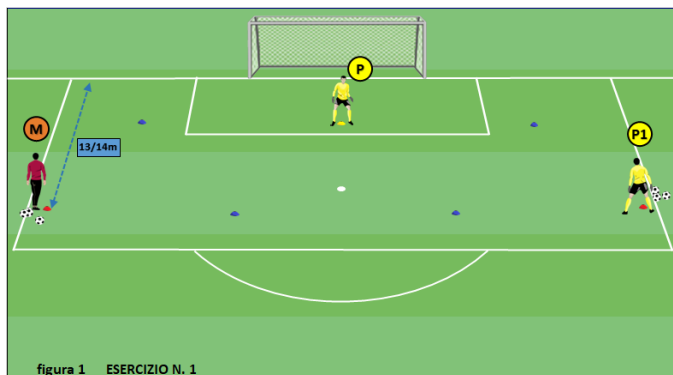


figura 1 ESERCIZIO N. 1

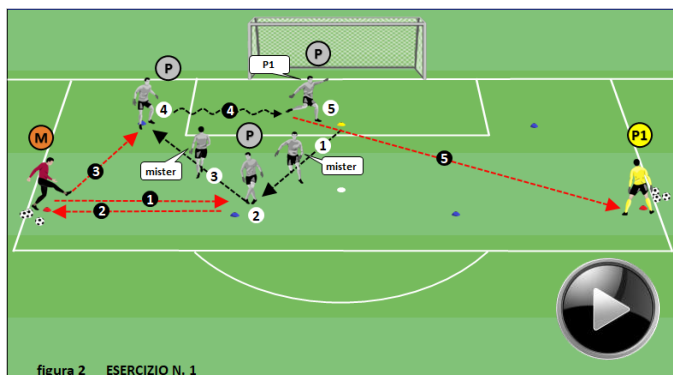


figura 2 ESERCIZIO N. 1

ESERCIZIO N.2

Organizzazione:

Il portiere (P) in porta in posizione alta a circa 1 metro dalla linea del limite di area, porta. Il mister (M) e un secondo portiere (P3) si sistemano a dx e sx al limite delle linee laterali dell'area di rigore, e a circa 6/7 metri dalla linea di fondo con una serie di palloni. Altri 2 portieri (P1 e P2) si sistemano a dx e sx al limite superiore dell'area di rigore, il tutto come in (figura 1).

Descrizione esercizio:

Il mister (M) esegue un cross (1), per la successiva presa da parte del portiere (P) (2). Di seguito il portiere (P) effettua una ripartenza con le mani dal basso per rotolamento sul portiere (P2), quindi gli va a sostegno chiamandolo (3). Il portiere (P2) a quel punto passa la

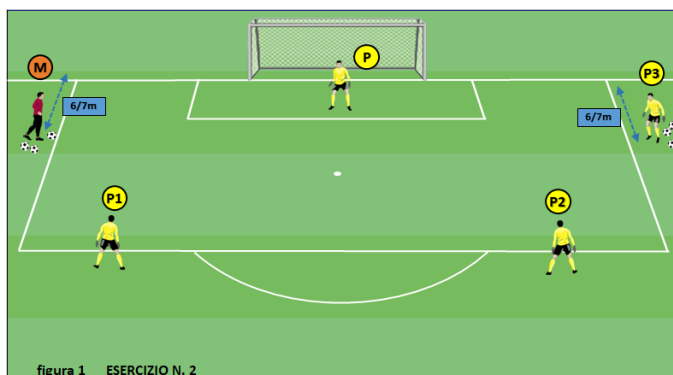


figura 1 ESERCIZIO N. 2

palla al portiere (P) (4). Il portiere (P) quindi riceve la palla e la passa al compagno più lontano (P1) andando di corsa a suo sostegno chiamandolo (5). Il portiere (P1) ricevuto il sostegno la passa nuovamente al portiere (P) (6), quest'ultimo quindi esegue un controllo e calcia verso il compagno più lontano (P2) (7) (figura 2).

L'esercizio continua poi per tutta la sequenza opposta partendo con il cross da parte del portiere (P3).

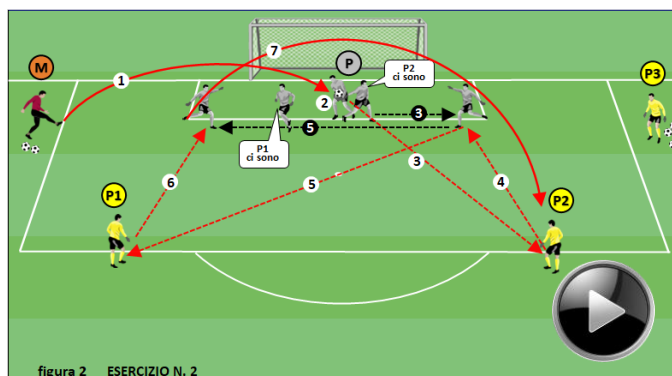


figura 2 ESERCIZIO N. 2



Mister Juri Cesare Campa

Responsabile Tecnico Nazionale Area Portieri Evolution Programme FIGC



CARRIERA DA ALLENATORE

UESSE VILLONGO SARNICO - A.S.D. CASTELCOVATI CALCIO - A.C. PALAZZOLO

-2012-2016: Allenatore (A.d.B.) e allenatore dei portieri

ASD ADRENSE 1909:

-2016-2019: Responsabile di Area Portieri Attività di base e Pre-Agonistica

FFC FRANCIACORTA:

-2019-2020: Responsabile di Area Portieri Attività di base e Pre-Agonistica

FERALPISALÒ:

-2020-2024: Responsabile di Area Portieri Attività di base e Pre-Agonistica

SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO-FIGC

-2018-2020: Allenatore dei Portieri Centro Federale Territoriale – Montichiari

- Allenamento specifico portieri U13, U14 e U15 femminile

-2020-2023: Collaboratore Nazionale Area Portieri Evolution Programme

- Supporto metodologico e formativo nell'area portieri.

- Collaborazione nello staff nazionale area metodologica

-2023-2026: Responsabile Nazionale Area Portieri Evolution Programme

- Condivisione metodologia di allenamento del portiere sul territorio nazionale

- Formazione degli staff tecnici dell'Evolution Programme

ESPERIENZA PROFESSIONALE

ACCADEMIA SYMPOSIUM

-2019-2020: Docente di Scienze Motorie

IC COCCAGLIO e IC PALAZZOLO

-2020-2021: Docente di Scienze Motorie

IC CASTELCOVATI

-2025-2026: Docente di Scienze Motorie

QUALIFICHE E STUDI ACCADEMICI

-UEFA C

-Allenatore portieri dilettanti e S.G

-UEFA GK B

-Laurea triennale in scienze motorie

-Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate

Lezione online

Dott. Daniele Maiorana

GK Mental Coach



PROFILO PROFESSIONALE

Laureato in Comunicazione Pubblica e con un Master in Sport Coaching, è specializzato nell'allenamento mentale della performance dei giovani portieri. Il suo lavoro aiuta il giovane portiere a trasformare pressione, errori ed emozioni in presenza parole guida e scelte sul campo.

PUBBLICAZIONI

È autore di quattro libri dedicati al ruolo del numero uno, tra cui il più recente:

- **"Dentro la mente del giovane portiere"**

nel quale raccoglie il metodo sviluppato e sperimentato sul campo negli ultimi anni attraverso il lavoro con centinaia di giovani portieri e allenatori dei portieri.

- **"GK Mental coach – Goalkeeper mental coaching";**

- **"Parole che fanno la differenza – Motivare e ispirare i giovani portieri";**

- **"Il gioco interiore del numero 1"**

Sportello ascolto

