

Roma, possibile rescissione per Maicon

Una stagione deludente per l'intera squadra. Presa singolarmente, lo è stata di certo anche e soprattutto per **Maicon**, terzino destro classe 1981. Nelle sue 19 presenze stagionali fra campionato e coppe, infatti, il brasiliano ha dimostrato un calo fisico e tattico accentuato nelle ultime settimane dai problemi al ginocchio. La poca affidabilità e la non certezza dei tempi di recupero, secondo quanto riporta il *Corriere della Sera*, starebbero inducendo la **Roma** a pagare una buonuscita a Maicon volta ad annullare l'attuale contratto, la cui scadenza è comunque fissata nel giugno dell'anno prossimo. A fine campionato la società parlerà con l'agente del giocatore per discutere la rescissione consensuale dell'accordo.

Milan, per Montolivo ed El Shaarawy lavoro personalizzato: a breve il rientro

Nell'allenamento pomeridiano di ieri, il **Milan** ha svolto corsa ed esercizi con gli ostacoli, prima di dedicarsi a una fase di possesso palla 10 contro 10. **Paletta**, **Alex**, **Antonelli** ed **El Shaarawy** hanno svolto un lavoro personalizzato in palestra. Per **Montolivo**, invece, lavoro sulla pista d'atletica dopo il riscaldamento iniziale in gruppo. Il rientro, in particolare, di El Shaarawy e Montolivo potrebbe avvenire nell'impegno di domenica 3 maggio contro il **Napoli**.

Inzaghi, quindi, non ha potuto inserire i giocatori sopracitati nella lista dei convocati per la partita di domani contro il **Genoa**. Fra i 23, si leggono i nomi di **Donnarumma** e **Di Molfetta**, provenienti dalla squadra primavera.

Genoa, stagione finita per Perotti

Come riporta il **Genoa** attraverso una nota ufficiale sul proprio sito, *gli accertamenti strumentali a cui è stato sottoposto **Diego Perotti** hanno evidenziato una lesione di secondo grado della giunzione miotendinea dei flessori, con interessamento del bicipite femorale e del muscolo semitendinoso. Il completo recupero è previsto dopo il termine del campionato.* Di conseguenza, **Gasperini** dovrà fare a meno dell'ala argentina, che ha influito nel cammino della squadra ligure grazie a 4 gol e 5 assist complessivi in 28 partite stagionali. Per il prosieguo della stagione si punterà probabilmente su **Lestienne**, talento belga che finora ha avuto difficoltà ad esprimersi a buoni livelli.

Allegri, il capolavoro non è la Champions. Inter, l'insostenibile leggerezza dell'avere

Tutto il mondo dell'informazione e della tifoseria non ha dubbi: aver raggiunto le semifinali di **Champions League** è la consacrazione di una grande **Juventus**. Errato, a mio modo di vedere. La Juventus è una grande società, con una grande storia, dei grandi giocatori e sta disputando una magnifica stagione. Si poteva dire anche un mese fa. Senza le semifinali ottenute.

Dopo il pareggio di Montecarlo si possono trarre delle conclusioni obiettive: **il cammino dei bianconeri in Champions non è stato una sorpresa**. Non tanto perché, a livello di valori, la rosa equivalga effettivamente ad una papabile quarta potenza europea, piuttosto perché le squadre affrontate erano abbordabili. A dir poco. Passandole in rassegna troviamo il **Malmoe**, primo classificato del campionato svedese, l'**Olympiacos**, campione di Grecia, e l'**Atletico Madrid**,

terza potenza della Liga. La Juventus, in due partite, contro la squadra di Simeone ha totalizzato un punto. Questo completa il girone, in cui **Allegri** è terminato al secondo posto. Agli ottavi è capitato il **Borussia Dortmund**, 37 gol presi in 29 partite di Bundesliga, nella quale è decimo con una media di 4 sconfitte ogni 10 giornate. Insomma, poteva dire peggio. Ai quarti di finale la meraviglia: poteva uscire chiunque. E' capitato il **Monaco**, terzo in campionato in Ligue 1 e vero miracolo di questa edizione. Ma i miracoli nel calcio del nuovo millennio durano poco.

Analizzando i pesi specifici delle squadre, alla Juventus non è andata male. Certo, raggiungere le semifinali è un prestigio immenso ed un eccellente risultato, soprattutto se si analizza la competizione in quanto torneo. Se, tuttavia, calcoliamo il cammino della Juventus in quanto serie di risultati e di incontri, e teniamo in considerazione solo le squadre che i bianconeri hanno battuto, e quindi nei confronti delle quali si è manifestata superiorità, otteniamo questa enumerazione: Olympiacos, Malmoe, Borussia Dortmund, Monaco. Parlando di statistiche e numeri, la media di vittorie ogni 10 partite di queste squadre è di 5,4. La Juventus, in campionato, vince 7 partite ogni 10. Ecco, ora può sembrare che io stia sminuendo quanto fatto da **Allegri** e i suoi ragazzi: non è così. Me la sto prendendo con la critica elogiatrice. Io adoro il modo di lavorare del tecnico livornese e sì, considero questa una stagione eccezionale: il motivo però non riguarda la Champions. **Il vero capolavoro è la Serie A.** La Juventus ha ucciso il campionato battendo in rassegna tutte le pretendenti. Strabiliante. Ha perso solo 2 incontri, ed ha una media formidabile: 1,42 gol a partita per 0,48 subiti. Un distacco preciso, vincente. Allegri ha saputo ricaricare un gruppo che arrivava da tre scudetti consecutivi, cosa da grande allenatore. E' riuscito a soppesare gli impegni, ed ora è in corsa su tutti i fronti. Peccato per la Supercoppa: avrebbe reso perfetta la stagione.

Interessante analizzare, poi, la situazione opposta dell'**Inter**: una squadra che sulla carta avrebbe poco da invidiare, eccetto Roma e Juventus, alle altre squadre italiane. Eppure eccola lì, appollaiata al decimo posto. L'Inter avrebbe dovuto mettere la freccia e partire per la tangente a gennaio, con i nuovi innesti ed un tecnico di caratura internazionale. **Mancini** ha avuto un approccio molto positivo con l'ambiente, stile Renzie. E soprattutto ha portato a Milano grandi giocatori oltre che grandi nomi. In Serie A avere Shaqiri, Brozovic, Icardi, Podolski, Kovacic è un lusso imparagonabile. Mancini non è riuscito a trasferire questa potenzialità

sul terreno di gioco.

Facendo i moderni potremmo parlare della qualità della manovra mostrata, ma faremmo fare una figuraccia al lavoro compiuto dal tecnico e dai calciatori. **Gioco lento, macchinoso, farraginoso ed impreciso.** Il buon Trapattoni guarderebbe i risultati: 42 punti in 31 partite, 16 in meno della Roma terza. E' evidente che la testa vaghi già nel prossimo campionato, nel quale ai nerazzurri sarà imposto un salto di qualità valido per l'Europa, unica ancora per chi vuole spendere e mantenere in ordine i bilanci.

C'è un dubbio però che oscilla fra la disperazione e la perplessità, che preoccupa ogni campo inerente al mondo del calcio: che fine ha fatto il Divino? Jonathan, *come back*.

@ftabelli

Udinese-Milan, le probabili formazioni: gioca Piris, Paletta c'è

Due squadre in cerca di riscatto: l'**Udinese** per allontanarsi definitivamente dalla zona retrocessione ed il **Milan** per continuare a sperare nell'**Europa League**. Fra le due squadre, rispettivamente al quindicesimo ed al nono posto, ci sono 8 punti di differenza.

Stramaccioni dovrà fare a meno dello squalificato **Fernandes**; confermato in difesa **Piris**. **Inzaghi**, invece, sembra aver scelto **Paletta** come centrale e **Pazzini** in attacco, sostenuto da **Suso** e **Menez**.

Le probabili formazioni:

Udinese (3-4-2-1): Karnezis; Domizzi, Danilo, Piris; Widmer, Allan, Pinzi, Guilherme; Kone, Thereau; Di Natale.

Milan (4-3-3): Diego Lopez; Abate, Paletta, Mexes, Antonelli; Van Ginkel, De Jong, Bonaventura; Suso, Pazzini, Menez.

Sampdoria, Bergessio: “Nessuno qui mi dà fiducia”

Attraverso il proprio profilo *Twitter*, **Gonzalo Bergessio**, attaccante in forza alla **Sampdoria**, ha risposto alla notizia lanciata da *SampNews24*. Secondo questa fonte, infatti, l'argentino avrebbe richieste da alcune società messicane. Questo quanto pubblicato da Bergessio: *“Nessuno mi toglierà la fiducia che ho in me stesso! So la classe di giocatore che sono, poi se non mi danno la fiducia...”*. Il classe 1984 ha disputato soli 624 minuti in campionato, ed era stato acquistato per 3 milioni dal **Catania**.

La redazione di *TuttoMercatoWeb*, intanto, ha evidenziato l'interesse del **Levante**, formazione spagnola che vorrebbe prenderlo in estate.

Torino, Glik: “A fine campionato parleremo di rinnovo”

Intervistato da *Sky Sport*, il capitano del **Torino**, **Kamil Glik**, ha parlato della sua situazione attuale: *“Io mi trovo benissimo a Torino, ho un contratto per altri due anni. Per il momento non ho parlato con nessuno di **rinnovo**, l'importante per me è finire bene la stagione, che sarà ancora lunghissima: giocherò fino al 16 giugno, visto che avrò le due gare della **Nazionale**”*. Circa le trattative relative al rinnovo, ha concluso: *“Magari a fine campionato ci incontreremo e ne parleremo, ma per ora **sono concentrato solo su questo finale di stagione**”*.

Roma, Sabatini sostiene Iturbe: “Non ti abbattere”

Come riporta l'edizione odierna de *Il Tempo*, nel colloquio avvenuto in settimana fra **Juan Manuel Iturbe** e **Sabatini**, il direttore sportivo della **Roma** avrebbe tentato di sostenere a livello morale l'argentino, fischiato durante l'ultima partita. Questo quanto avrebbe detto Sabatini: *“Non ti abbattere e continua a puntare su quello che sai fare meglio”*. Negli ultimi giorni, a conferma di quanto la società creda nell'attaccante arrivato la scorsa estate, sarebbero state declinate offerte provenienti da **Liverpool** ed **Arsenal**.

Lazio, per il Chievo recuperano Mauri e Klose

Come riportato dalla **Lazio** stessa attraverso un comunicato ufficiale, *“**Abdoulay Konko** ha svolto un allenamento differenziato incrementando l'intensità dei carichi di lavoro e si riaggregherà completamente al resto del gruppo all'inizio della prossima settimana. Nella seduta pomeridiana gli atleti Santiago Gentiletti e Filip Djordjevic hanno svolto un lavoro differenziato”*. Per quanto riguarda coloro che sono in fase avanzata di recupero, invece, lo staff medico riporta che *“**Stefano Mauri** e **Miroslav Klose** sono rimasti a riposo a scopo puramente precauzionale”*.

Historia magistra calcis, la psicologia nel calcio: Amaral e Chinaglia

Questo pezzo è stato realizzato grazie alla collaborazione della dottoressa **Donatella Di Corrado**, ricercatrice di metodi e didattiche delle attività motorie all'Università "KORE" di Enna ed autrice del volume *La preparazione mentale del calciatore*. I suoi interventi verranno trascritti in corsivo. Si ringraziano personalmente la sua competenza e la sua disponibilità.

Inutile negarlo: la **psicologia** è parte integrante della società del duemila. E, dal momento che il calcio è figlio diretto dell'epoca in cui vive, anche i club dei maggiori campionati si sono attrezzati. Negli ultimi anni si ricorre sempre più spesso all'inserimento di uno psicologo all'interno dell'organico di una società. Il motivo ce lo spiega la dottoressa Di Corrado: *è molto importante l'integrazione dello psicologo dello sport all'interno di ogni situazione sportiva ed in particolare nel calcio. Qui si intrecciano tanti aspetti differenti che coinvolgono la crescita tecnica, fisica e psicologica dell'atleta e per questo motivo l'integrazione di competenze diventa imprescindibile. Lo psicologo dello sport funge da ausilio didattico e formativo per l'allenatore, e da strumento operativo perché l'atleta possa superare gli aspetti dannosi dello stress e utilizzare tutte le sue potenzialità. Se l'atleta è visto con un'ottica umana e quindi con i suoi affetti, emozioni e sentimenti, di conseguenza divengono più chiari sia il compito sia l'intervento dello psicologo dello sport. Il principale oggetto dell'interesse ed intervento della psicologia dello sport è stato incentrato nei confronti dell'atleta di alto livello, in quanto portatore nel gesto atletico di tutto se stesso: motivazioni, attitudini, abilità e capacità tecnica, ma anche portatore di sue eventuali insicurezze e conflitti.*

Interessante l'aspetto riguardante i grandi giocatori. Gli atleti di alto livello. Ovvio che abbiano pressioni differenti dagli altri: il fuoriclasse è tale sia in circostanze positive che negative. Il fuoriclasse non appartiene, appunto, ad una categoria. Nel bene o nel male. Nella storia del nostro calcio sono numerosi gli esempi di calciatori sopraffatti dallo stress; è stata la spinta mediatica stessa a ritorciglisi contro. Il talento è un'arma a doppio taglio.

Il primo a capire l'importanza di un rapporto con la psiche dei calciatori, e quindi con le loro motivazioni e le loro insicurezze, è stato **Paulo Lima Amaral**. Detto così ai molti potrebbe sembrare chiunque. Provo a rassiumerlo. Brasiliano di Rio de Janeiro nato nel 1923, fu un ottimo mediano. Smise di giocare quando aveva poco più di 30 anni dopo aver ottenuto la licenza di insegnante di scienze motorie.

Nel 1958 e nel 1962 il **Brasile** vinse due mondiali: lui era il preparatore atletico. All'età di 39 anni lo prende la **Juventus**. Ne divenne l'allenatore, arrivò secondo. Ne parliamo in primis per le innovazioni tattiche, in quanto fu colui che inventò la marcatura a zona, ed in secundis per i suoi modi di gestire il gruppo: Amaral intimoriva, era alto quasi due metri ed aveva modi spigolosi, allenamenti rigidi. Amava il colloquio (soprattutto se era lui a parlare e gli altri ad ascoltare) e puntava molto sulle aspettative dei calciatori. Era la Juve di Salvatore, Stacchini, Sarti, Emoli: ottimi giocatori ma non eccezionali. Con i suoi metodi di approccio psicologico ed atletico diede un meraviglioso input al calcio degli anni '60 e '70.

L'importanza di Amaral è spiegata dalla dottoressa Di Corrado in relazione agli apporti fruibili da figure del genere: *oggi ogni atleta sa quanto sia vero che il primo reale nemico da battere è il fantasma della paura, dell'insicurezza, della bassa stima di sé, prima ancora dell'avversario. Lo scontro con quest'ultimo è episodico, un momento nella vita dell'atleta; per tutto il resto del tempo ciò che conta è una lineare e continua crescita fisica e mentale, attraverso un lavoro che dura da anni, per tutta la carriera agonistica dell'atleta. Essere operativi nell'ambito dello sport significa sviluppare un programma di allenamento per la mente, al pari dei programmi di allenamento fisico; ma ancor prima significa lavorare su quegli elementi che costituiscono la base psicologica di un atleta, e che gli permettono di utilizzare al meglio le proprie risorse, attraverso un opportuno allenamento mentale. Quest'ultimo si avvale di un efficace insieme di strategie che intende aiutare gli atleti ad acquisire e a mettere in pratica le abilità psico-fisiologiche utili al miglioramento delle prestazioni in allenamento e in gara. La concentrazione nell'esecuzione dei tiri piazzati nel calcio, saper mantenere la calma nel tirare un rigore, la forte motivazione che sostiene l'atleta nei tempi supplementari, l'abilità di eliminare i fattori di distrazione e di prestare attenzione del portiere: queste sono solamente alcune delle caratteristiche psicofisiche che contribuiscono al successo di un atleta o di un'intera squadra e che portano al risultato.*

Di fatto, *l'intervento psicologico tende allo sviluppo e alla valorizzazione delle potenzialità dei singoli e della squadra in modo da giungere al loro stato psicofisico volto ad ottimizzare la performance sportiva. A tal fine si utilizzano opportune tecniche e strategie volte a eliminare i fattori di distrazione; accrescere l'autostima; gestire gli stati emozionali (ansia e stress); accrescere le capacità attentive e di concentrazione. Una volta centrato l'obiettivo, è possibile procedere con l'atleta nella costruzione di quelle caratteristiche della sua personalità indispensabili per lo sviluppo della sua carriera agonistica.* Prendiamo **Giorgio Chinaglia**: uno dei caratteri più turbolenti e tormentati della storia del calcio italiano. Con la maglia della **Lazio** segnò 98 gol in 209 partite, una media di 0,47. Quasi un gol ogni due incontri, fu un grande centravanti. Il suo limite fu se stesso fuori dai 90 minuti sul terreno di gioco. Ciò che lo tenne in vita, sportivamente

parlando, fu **Tommaso Maestrelli**, allenatore della Lazio dal 1971 al 1976: lo capì, lo ascoltò, gli diede fiducia ed imparò a trattarlo. Il risultato fu l'incredibile scudetto della stagione 1973-74, di cui Chinaglia fu il capocannoniere con 24 reti. Certo che la figura di uno specialista, cioè di uno psicologo, intervenga in maniera differente. *Il suo impegno trova la massima espressione nel lavoro di équipe, infatti, lo psicologo può collaborare col medico della squadra o della società sportiva, con l'allenatore e con l'atleta, aiutandolo anche a chiarire, se richiesto, eventuali aspetti conflittuali intra-personali o inter-personali con altri atleti, con tecnici e dirigenti sportivi e con i propri familiari. Il fattore-squadra, cercato e ricercato in allenamento, non è soltanto uno schema tattico applicabile automaticamente, ma è soprattutto un fattore umano che trova la sua forza nelle adeguate relazioni interpersonali fra gli atleti del gruppo. L'equilibrio in una squadra sportiva deriva da una perfetta collaborazione tra gli atleti e dalla reciproca stima esistente tra i membri di quella squadra.*

L'**Italia** è, strano a dirsi, un passo indietro: nella valutazione del giovane calciatore, la cultura calcistica degli ultimi anni ha dato maggiore importanza al perfezionamento degli aspetti tecnico-tattici, trascurando invece il sistema di vita dell'atleta e della sua personalità. Da ciò emerge uno dei più grossi limiti culturali del settore giovanile; vale a dire, avere a che fare con un giovane atleta che possiede doti tecniche eccelse e grandi doti naturali d'intelligenza calcistica, ma che molto spesso denota grosse lacune in merito allo spirito di sacrificio e alla capacità di dare il massimo anche sul versante atletico. In questo senso, la figura dello psicologo dello sport deve e dovrà rappresentare una garanzia rispetto ad uno sviluppo armonico della personalità dell'atleta. **Luciano Mecacci**, celebre psicologo italiano, disse nella *Storia della psicologia del novecento*: "non sembra che ci sia altra scienza, se non la psicologia, per la cui comprensione occorra richiamarsi così direttamente alla vita, spesso drammatica, dei suoi protagonisti".

@ftabelli