

## SPECIALE PREPARAZIONE

# Portiere: costruiamo le schede tecniche.

A cura di **CLAUDIO RAPACIOLI**

***Come comporre una scheda personalizzata dei portieri che andiamo ad allenare: le informazioni utili che il preparatore ritiene importanti.***

### LE SCHEDE PERSONALIZZATE DEL PORTIERE.

**D**opo le splendide e indimenticabili notti di emozioni regalateci dal Mondiale di Germania 2006, sta per scoccare l'ora della ripresa degli allenamenti in vista della prossima stagione.

Un entusiasmo rinnovato, per noi addetti ai lavori, oltre che dallo storico titolo conquistato dalla nazionale, anche dalle splendide parate di Gigi Buffon, che mai si è fatto ingannare dalle imprevedibili parabole assunte da palloni (quelli utilizzati in occasione della manifestazione) sempre più incontrollabili.

Eccoci dunque al momento, per il preparatore dei portieri che non lo avesse ancora fatto, di completare la pianificazione e l'organizzazione della prossima stagione.

Nel precedente articolo abbiamo visto come iniziare a pianificare la stagione futura a seconda degli obiettivi, della disponibilità di mezzi e delle strutture la disposizione.

Questo mese vedremo invece come si può comporre una scheda personalizzata dell'estremo difensore, sulla quale poi annotare tutte le informazioni che il preparatore ritiene utili, in riferimento ai soggetti che dovrà allenare.

E' mia abitudine non dare consigli da prendere a "scatola chiusa", preferisco invece che ciascun lettore colga e personalizzi, dai miei suggerimenti, quello che più lo interessa.

E' proprio per questo motivo che alcuni dati che espongo possono essere più adatti per chi lavora nel settore giovanile mentre altri possono essere più specifici per chi lavora con portieri già formati.

In proposito apro una parentesi.

Sarebbe bellissimo che questo articolo fosse oggetto di una discussione costruttiva dove i lettori, che ritengono importante aggiungere capitoli o parti di scheda o che ritengono la mia spiegazione non sufficientemente esaustiva, possono contattarmi al seguente indirizzo di e-mail [rapak@tin.it](mailto:rapak@tin.it).

Qualcuno, attento alle normative, leggendo questo pezzo potrebbe storcere il naso davanti ad una serie di domande che potrebbero invadere la privacy del nostro portiere.

In questo caso però bisogna considerare che si tratta solo di domande, senza alcun secondo fine, che se ottengono una risposta sincera permettono di approfondire la conoscenza della persona che le ha fornite.

Ritengo sia necessario sorvolare se qualche portiere, davanti ad alcune domande, dovesse mostrare imbarazzo, irrigidimento o rispondere palesemente in modo non sincero.

Costruire schede, con informazioni che non siano costituite solamente da aridi numeri o giudizi tecnici, può aiutarci a trovare da subito, con i nostri portieri, una sintonia e un dialogo costruttivo.

Nella preparazione di una scheda ritengo che la prima sezione, indipendentemente che si tratti di ragazzi o adulti, debba contenere necessariamente tutti i dati anagrafici del soggetto.

Perciò le informazioni che possiamo inserire nella prima sezione sono:

## **STAGIONE SPORTIVA 2006-2007**

### **DATI ANAGRAFICI**

NOME E COGNOME.....  
DATA NASCITA.....  
LUOGO DI NASCITA.....  
INDIRIZZO..... LOCALITA'.....  
CAP..... CITTA'..... PROVINCIA (.....)  
TELEFONO CASA .....  
TELEFONO CELL.....  
E-MAIL.....  
CATEGORIA DI APPATENENZA.....

Per coloro che si trovano a lavorare nei settori giovanili possono risultare utili anche informazioni relative ai genitori dei ragazzi stessi, con loro indirizzi e recapiti telefonici.

Soprattutto per i più piccini, infatti, il dato relativo ad un'altezza importante da parte di almeno uno dei famigliari, può essere indice di una buona predisposizione del figlio al ruolo di portiere.

Perciò si potrebbero inserire questi dati:

### **DATI DEI GENITORI**

#### **PADRE**

NOME ..... DATA NASCITA ..... ALTEZZA .....  
INDIRIZZO .....  
TELEFONO .....  
PROFESSIONE .....

#### **MADRE**

NOME ..... DATA NASCITA ..... ALTEZZA .....  
INDIRIZZO .....  
TELEFONO .....  
PROFESSIONE .....

NOTE .....  
.....  
.....  
.....

Sempre se ci si trova a lavorare con ragazzi ancora in età scolare, possono risultare utili informazioni relative al loro ambiente scolastico.

Conoscere pertanto quelle che sono le materie preferite o la specializzazione scolastica scelta, può aiutare a capire ed a interagire meglio con il ragazzo.

Essere a conoscenza se ha avuto una regolarità scolastica o per esempio sapere quando dovrà sostenere eventuali esami, può permettere di prevedere e capire certi atteggiamenti o rendimenti del ragazzo in determinati periodi della stagione.

Essere a conoscenza inoltre di dove si trovi la scuola frequentata (indirizzo scuola) ci consente di capire quanto tempo impiega l'allievo, terminate le lezioni, per venire agli allenamenti e anche se riesce nel tempo a disposizione a mangiare regolarmente o se si deve accontentare di un panino da consumare durante il viaggio.

Potremo pertanto inserire i seguenti dati:

### **CARRIERA E CONSIDERAZIONI SCOLASTICHE**

SCUOLA FREQUENTATA .....  
INDIRIZZO SCUOLA .....  
SPECIAZZAZIONE .....  
MATERIE PREFERITE .....  
MATERIE MENO AMATE .....  
REGOLARITA' SCOLASTICA .....  
ESAME DI 3^MEDIA, MATURETA' O LAUREA PREVISTO PER IL .....  
NOTE.....  
.....  
.....

Raccogliere informazioni personali su interessi extracalcistici o sui modelli calcistici può rivelarsi fonte di informazioni molto importanti, anche quando si lavora con portieri di prime squadre.

Inoltre, per coloro che si trovano ad operare con portieri dilettanti, possono risultare utili informazioni relative al titolo di studio, all'attività lavorativa ed al luogo in cui viene praticata.

Questo permette infatti di capire per esempio se in determinate giornate o periodi dell'anno, l'attività lavorativa svolta affatica maggiormente il nostro N° 1, consigliando, in questi casi, una riduzione del carico d'allenamento.

Come accennato precedentemente, fare molte domande ai nostri portieri potrebbe sembrare invadente e antipatico.

Ritengo però che una conoscenza approfondita del loro pensiero e dei loro interessi possa permetterci di velocizzare la comprensione e l'interpretazione della personalità di chi si dovrà allenare, soprattutto se è la prima volta che si lavora insieme.

I portieri più anziani potrebbero essere un po' restii ad "aprirsi" verso un altro adulto che non conoscono ancora a sufficienza; se invece ci si trova ad operare con bambini o ragazzi, sarà curioso confrontare, anno dopo anno, quelle che sono le variazioni, alle medesime domande poste negli precedenti, delle loro risposte.

## INFORMAZIONI PERSONALI

STATO CIVILE .....

TITOLO DI STUDIO .....

Come detto, avere informazioni relative all'attività praticata, alla soddisfazione o ai desideri ed alle aspirazioni professionali può essere di ottimo aiuto.

PROFESSIONE .....

LUOGO DI LAVORO .....

QUALI ALTRI LAVORI HAI SVOLTO? .....

SEI SODDISFATTO DEL TUO LAVORO? .....

QUALE ALTRO LAVORO TI PIACEREBBE FARE? .....

PERCHE' ? .....

Altre informazioni che possono essere raccolte sono quelle relative agli hobby, all'impiego del tempo libero o anche dei gusti letterari, musicali, cinematografici.

LETTURE PREFERITE .....

GENERE MUSICALE PREFERITO .....

GENERE DI FILM PREFERITO .....

DOVE PREFERISCI ANDARE IN VACANZA? .....

CON CHI PREFERISCI ANDARE IN VACANZA? .....

COME PREFERISCI ANDARE IN VACANZA? .....

QUALE E' STATA LA TUA VACANZA PIU' BELLA E PERCHE' ? .....

COSA FAI NEL TEMPO LIBERO? .....

QUALI ALTRI SPORT TI PIACE PRATICARE ? .....

Informazioni più specifiche verso il calcio e verso il ruolo ci permettono di capire quali sono i riferimenti tecnici e comportamentali.

Inoltre la conoscenza dei propri mezzi e dei propri limiti risulta importante, a qualsiasi livello, per aiutare il portiere ad avere un atteggiamento costruttivo (allo scopo di migliorarsi sempre più).

QUALE E' IL TUO PORTIERE PREFERITO? .....  
PERCHE'?......

FONDAMENTALI TECNICI IN CUI TI SENTI PIU' FORTE .....

FONDAMENTALI TECNICI IN CUI RITIENI DI DOVER MIGLIORARE MAGGIORMENTE

CHI E' PER TE IL PORTIERE DI CALCIO?.....

QUALI SONO SECONDO TE LE DOTI CHE DEVE POSSEDERE UN PORTIERE?.....

COSA TI ASPETTI DA UN PREPARATORE DEI PORTIERI?.....

Un paio di domande relative alle aspirazioni ed alle aspettative del portiere, in un'ottica psicologica d'allenamento mentale (goal settings), possono completare questa sezione.

QUALI SONO I TUOI OBIETTIVI PER QUESTA STAGIONE?.....

PERCHE' GIOCHI A CALCIO?.....

PERCHE' HAI SCELTO DI FARE IL PORTIERE?.....

A questo punto si deve inserire una sezione relativa ai dati antropometrici e verificare la loro variazione nel corso della stagione.

Nella colonna uno andremo a mettere la data in cui viene eseguita la rilevazione.

Nella seconda rileveremo il peso, dato estremamente importante, che dovrebbe essere controllato almeno una volta al mese.

Nella terza viene rilevata l'altezza, un dato che risulta importante soprattutto per chi opera nei settori giovanili in quanto ci si può trovare davanti a ragazzi che crescono di parecchi centimetri in pochissimo tempo, con negative conseguenze coordinative e motorie che ben conosciamo.

Lo stesso vale per le colonne quattro e sei dove vengono rilevate rispettivamente l'altezza da seduto e l'apertura delle braccia.

Per portieri già formati questi dati, come per l'altezza, sono statici e perciò dopo la prima rilevazione ad inizio anno non subiranno variazioni.

Nella colonna cinque si rileva la larghezza dell'interno gamba; per chi non dispone di strumenti specifici di misura ed esegue attività di muscolazione, questo è un dato importante per stabilire una eventuale ipertrofia troppo accentuata.

Nella colonna sette, se si dispone un plicometro, è possibile annotare la % di massa grassa.

**DATI ANTROPOMETRICI**

1	2	3	4	5	6	7
DATA	PESO	ALTEZZA	ALTEZZA SEDUTO	LARGHEZZA INTERNO GAMBA	APERTURA BRACCIA	% MASSA GRASSA

**NOTE**.....  
 .....

Ritengo che nelle schede dei portieri non possa mai mancare una sezione relativa alle stagioni disputate precedentemente.

Questo allo scopo di avere ulteriori informazioni che possono poi rivelarsi utili nell'arco della stagione.

Conoscere per esempio eventuali infortuni subiti ci permette di evitare l'inserimento di esercitazioni che potrebbero essere potenzialmente pericolose, oppure ci da la possibilità di proporre specifiche attività di prevenzione allo scopo di evitare il ripetersi del problema.

In questa scheda i dati vengono così inseriti.

Nella prima colonna viene indicata in ordine crescente la stagione sportiva (esempio 2000-2001).

Nella seconda colonna il nome del club in cui si è disputata la stagione

Nella terza la categoria (Serie A, C1 oppure Eccellenza oppure Giovanissimi).

Nella quarta colonna le presenze.

Nella quinta i goal subiti in quella stagione.

Nella sesta colonna il risultato finale (1°, vinto campionato oppure retrocesso, oppure 7° etc.).

Nella settima colonna il nome dell'allenatore o degli allenatori che si sono succeduti nella stagione.

Nell'ottava il nome del preparatore dei portieri per quella stagione.

Nella nona gli eventuali infortuni subiti e quanto tempo è occorso per il recupero agonistico completo.

Nella decima colonna c'è il posto per eventuali annotazioni.

### DATI RELATIVI ALLE STAGIONI PRECEDENTI

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
STAGIONE	SQUADRA	CATEGORIA	PRESENZE	GOL SUB.	RI SULTATO FINALE	ALLENATORE	PREP. PORTIERI	INFORTUNI SUB.	NOTE

NOTE.....  
.....

### CAPACITA' CONDIZIONALI

Una delle sezioni più importanti, soprattutto se si lavora con portieri delle categorie più alte del settore giovanile o con prime squadre, è la sezione relativa alle capacità condizionali.

Questa sezione ci fornisce molte indicazioni sulla bontà, a livello condizionale, del lavoro proposto, sia esso in forma specifica, sia esso abbinato alla componente tecnica.

Come evidenziato in altri articoli, per ogni tipologia della forza veloce possiamo scegliere un test che può essere da "campo" (Abalakov, in lungo etc.), o effettuato con l'ausilio di specifici macchinari (Pedana di Bosco).

Per quanto riguarda la forza esplosiva, il nome del test scelto deve essere riportato ad inizio del paragrafo.

Nella colonna uno viene indicata la data di rilevazione delle prove.

Nella colonna due i tre valori rilevati nelle tre prove che normalmente vengono effettuate; questo permette di verificare che tra una prova ed l'altra non vi sia una differenza troppo netta che potrebbe rivelarsi indicatrice di un'errata tecnica esecutiva.

Nella colonna tre viene indicato il valore assunto come risultato del test, ovvero il migliore dei tre valori precedentemente rilevati.

Visto che il test deve essere replicabile, sempre nelle medesime condizioni ambientali e di abbigliamento, nelle prossime colonne faremo memoria di tali informazioni.

Nella colonna quattro indicheremo le condizioni ambientali (sole, vento, pioggia etc.), nella cinque le condizioni del campo (bagnato, secco, oppure in palestra), nella sei indicheremo l'abbigliamento e le calzature indossate (scarpe da ginnastica, scarpe da calcio 13 o 6 tacchetti, pantaloni corti o pantaloni lunghi etc.).

## FORZA ESPLOSIVA

TEST UTILIZZATO .....

1	2	3	4	5	6
DATA	VALORI RILEVATI	VALORE ASSUNTO	CONDIZIONI AMBIENTALI	CONDIZIONI CAMPO	ABBIGLIAMENTO E CALZATURE

NOTE.....  
.....  
.....

Le stesse considerazioni fatte per la forza esplosiva valgono per quella elastica, che avrà anch'essa una scheda di rilevazione del tutto simile.

## FORZA ELASTICA

TEST UTILIZZATO .....

1	2	3	4	5	6
DATA	VALORI RILEVATI	VALORE ASSUNTO	CONDIZIONI AMBIENTALI	CONDIZIONI CAMPO	ABBIGLIAMENTO E CALZATURE

NOTE.....  
.....  
.....

Per quanto riguarda la velocità, la tabella di rilevazione è molto simile a quella vista per la forza.

Viene inserita una sola colonna in più che rileva la lunghezza in metri su cui si articola il test.

### VELOCITA'

TEST UTILIZZATO .....

1	2	3	4	5	6	7
DATA	DISTANZA METRI	VALORI RILEVATI	VALORE ASSUNTO	CONDIZIONI AMBIENTALI	CONDIZIONI CAMPO	ABBIGLIAMENTO E CALZATURE

NOTE.....  
 .....  
 .....  
 .....

### MOBILITA'

Per la mobilità coxo-femorale solitamente viene usato il test sit and rich (vedi art. 32 di questa rivista).

Per annotare i valori di questa qualità è sufficiente una tabella a due colonne: una per la data l'altra per il valore misurato.

1	2
DATA	VALORE

## QUALITA' TECNICHE

Come più volte ho avuto modo di affermare, per chi lavora nei settori giovanili e nei dilettanti, ritengo che il miglioramento delle qualità di tecnica specifica sia il principale obiettivo che deve avere il preparatore dei portieri.

Perciò per almeno tre volte a stagione deve essere fatta una verifica di questa componente e degli obiettivi specifici che ci si era prefissati.

Nella tabella esemplificativa sotto riportata sono stati elencati quelli che ritengo i fondamentali tecnici.

Questi possono comunque essere personalizzati a piacere integrando, dettagliando, togliendo e sintetizzando alcune voci.

Nella prima colonna viene indicato il fondamentale tecnico analizzato.

Nella seconda la data della valutazione e nella terza il giudizio sintetico o la votazione numerica espressa dal preparatore dei portieri.

Nella quarta le valutazioni tecniche e gli obiettivi futuri relativi alla caratteristica in esame.

Al termine della scheda vi è una casella per le considerazioni generali finali.

1	2	3	4
<b>FONDAMENTALE</b>			
<b>Postura</b>	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
<b>Spostamento</b>	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
<b>Posizione</b>	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
<b>Presca e deviazioni alla figura</b>	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		
	DATA	Note	
	Valutazione		

<b>Tuffi in presa o deviazione</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>Uscita alta</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>Uscita bassa</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>Rilanci con le mani</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>Tecnica podalica</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>Rilanci con i piedi</b>	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
	DATA		Note	
	Valutazione			
<b>CONSIDERAZIONI</b>				

## PERIODIZZAZIONE TECNICA

Un'appendice della scheda tecnica può essere la sezione della periodizzazione tecnica. In questa griglia vanno riportati i dati relativi agli obiettivi specifici per il singolo portiere.

Nella prima colonna viene indicata la data in cui viene inserita la nota tecnica.

Nella seconda viene inserito l'obiettivo tecnico del periodo che ci si prefigge di raggiungere con il portiere.

Nella terza le considerazioni e le aspettative prima dell'inizio del lavoro.

Nella quarta il lavoro che si è svolto.

Nella quinta le considerazioni ed i risultati ottenuti al termine del lavoro.

1	2	3	4	5
DATA	OBIETTIVI TECNICI	CONSIDERAZIONI INIZIALI	LAVORO SVOLTO	CONSIDERAZIONI FINALI

Per riepilogare le qualità fisico-atletiche dei nostri portieri può risultare utile una tabella strutturata come quella sotto esposta.

In questa tabella vengono effettuate almeno tre rilevazioni stagionali con delle valutazioni soggettive che possono essere espresse con un giudizio o con un voto.

Le voci possono essere integrate o ridotte a piacimento.

Nella prima riga viene espressa la valutazione sulle capacità coordinative del soggetto.

Nella seconda una valutazione della forza in generale.

Nella terza e nella quarta una valutazione dell'esplosività, rispettivamente verticale (uscite alte) e laterale (tuffi).

Nella quinta viene espresso un giudizio sulla rapidità motoria del portiere.

Nella sesta viene giudicata la capacità di reazione ad un evento improvviso e inaspettato.

Nella settima viene valutata l'agilità e la capacità acrobatica del soggetto.

### QUALITA' FISICO ATLETICHE

QUALITA'		Data	Valutazione	Data	Valutazione	Data	Valutazione
1	Coordinazione Psicomotoria						
2	Forza Generale						
3	Esplosività verticale						
4	Esplosività laterale						
5	Rapidità						
6	Reattività						
7	Agilità e acrobatica						
<b>CONSIDERAZIONI</b>							

Come già espresso in precedenti articoli le componenti della prestazione del portiere sono quattro: tecnica, tattica, condizionale e psicologica.

Proprio quest'ultima è estremamente importante e non deve essere sottovalutata a nessun livello, sia che si operi con i ragazzi, sia con gli adulti; perciò alcune delle principali caratteristiche psicologiche sono state inserite nelle scheda sottostante.

Anche in questo caso la valutazione viene fatta almeno tre volte l'anno.

Nella prima riga viene espressa una valutazione globale della personalità del portiere relativamente ai compiti imposti dal ruolo interpretato.

Nella seconda viene valutato l'equilibrio psichico, cioè se è (più o meno) caratterialmente equilibrato o se denota sbalzi umorali, cosa abbastanza frequente nei giovani.

Nella terza colonna viene espresso un giudizio sull'atteggiamento in gara: se trasmette sicurezza, se è costruttivo con i compagni etc.

Nella quarta colonna si riporta come il portiere interpreta l'allenamento e le varie fasi in cui si compone una seduta.

Nella quinta si esprime un giudizio sulla capacità che ha di mantenere una concentrazione continua sia in allenamento che in gara.

Nella sesta si valuta una delle caratteristiche più importanti di un portiere, come reagisce agli errori: si fa condizionare, lo supera senza troppi problemi etc.

Nella settima e ottava colonna viene espresso un giudizio sul coraggio, sulla volontà e sull'applicazione che dimostra il portiere.

Nella nona, siccome anche il N° 1 è parte integrante e indissolubile di un gruppo, viene annotato com'è il suo rapporto con i compagni.

## QUALITA' PSICOLOGICHE E CARATTERIALI

QUALITA'		Data	Valutazione	Data	Valutazione	Data	Valutazione
1	Personalita'						
2	Equilibrio Psichico						
3	Atteggiamento in gara						
4	Atteggiamento in allenamento						
5	Concentrazione						
6	Reazione all'errore						
7	Coraggio						
8	Volonta'						
9	Rapporto con i compagni						
<b>CONSIDERAZIONI</b>							

Nel calcio moderno le abilità tattiche del portiere risultano molto importanti.

Avere un portiere che legge correttamente le situazioni, sia di possesso che di non possesso passa, e che guida correttamente la difesa, si rivela nella maggioranza dei casi determinante.

Perciò è possibile inserire anche una sezione relativa alle qualità tattiche; anche queste devono essere rilevate almeno tre volte per stagione.

Nella prima riga viene annotata la capacità di lettura e di interpretazione del portiere delle situazioni di gioco in cui la palla è in possesso degli avversari e come riesce a prepararsi e ad anticipare le situazioni che si sviluppano.

Un portiere che riesce a guidare bene la squadra, ed in particolare il settore difensivo, permette di prevenire numerose situazioni di pericolo; questa capacità è rilevata nella seconda riga.

In situazione di palla inattiva molto spesso l'attenzione diminuisce soprattutto nel finale di gara quando la stanchezza o le sostituzioni hanno "minato" i piani stabiliti a priori.

In ogni situazione di palla inattiva è il portiere che deve guidare la squadra a mantenere un'attenzione molto alta ed una corretta disposizione difensiva.

Nelle righe quattro, cinque e sei sono riportate le abilità che il numero uno ha nel difendere, a seconda delle situazioni, lo spazio, la porta o entrambe.

Nella colonna sette viene espresso un giudizio sulla posizione tattica che assume con la palla in gioco, mentre in quella successiva viene giudicato come si comporta tatticamente in occasione di palle inattive.

Nella riga nove come interpreta la fase di transizione.

E infine nella dieci come si comporta quando è chiamato in causa in fase di possesso palla.

## QUALITA' TATTICHE

	QUALITA'	Data	Valutazione	Data	Valutazione	Data	Valutazione
1	Letture delle situazioni di non possesso						
2	Guida difesa con palla in movimento						
3	Guida difesa con palla inattiva						
4	Difesa della porta						
5	Difesa dello spazio						
6	Difesa della porta e dello spazio						
7	Posizionamento con palla in gioco						
8	Posizionamento con palla inattiva						
9	Transizione						
10	Letture delle situazioni di possesso palla						
<b>CONSIDERAZIONI</b>							

**CLAUDIO RAPACIOLI**

***Allenatore di base***

***Staff Tecnico Piacenza Calcio***

***Preparatore Portieri Settore Giovanile Primavera e Allievi***

***Autore del libro “La preparazione stagionale, coordinativa, tecnica, tattica e condizionale del portiere”***

