

07 luglio 2006

Lo studio ? di alcuni scienziati di un'università di Liverpool

La matematica insegna il rigore perfetto**Calciare di piatto, con un rincorsa tra i 4 e i 6 passi e attendere il movimento del portiere.****Queste le regole del penalty ideale**

MILANO - ?Un giocatore non si giudica da un calcio di rigore? cantava De Gregori. Certo ma se poi il penalty decide una finale di una Coppa del Mondo, allora la tensione sale e capita di passare alla storia per un errore decisivo, vedi il Baggio fuoriclasse in America nel '94, o di salire sull'altare della gloria, vedi il Brehme operaio nella partita decisiva di Italia '90 giocata dalla Germania contro l'Argentina.

Ma esiste una formula per tirare il calcio di rigore perfetto? Quella che anche dopo i 90' di gioco regolamentari e supplementari e la fatica accumulata consente di andare tranquilli sul dischetto e tirare implacabilmente dagli 11 metri?

Alcuni scienziati inglesi, della John Moores University di Liverpool, ci hanno provato. Studiando video e foto dei penalty calciati dalle squadre inglesi dal 1962 a oggi hanno infatti calcolato la formula che potrebbe fare la felicità di qualsiasi calciatore compreso il famoso Nino del cantautore romano.

Pi? che una formula la ricerca, riportata dal giornale *UsaToday*, si potrebbe sintetizzare in alcune "regole" abbastanza semplici. Innanzitutto il numero di passi prima del calcio. Per gli autori dello studio ? compreso tra i quattro e i sei. Una rincorsa non lunghissima, quindi, ma neanche praticamente da fermo come invece era solito fare con eccellenti risultati il Beppe Signori, memorabile attaccante della Lazio, o alla stregua di Zinedine Zidane nella recente decisiva battuta in semifinale contro il Portogallo.

Come posizionare il piede, poi. ?E' fondamentale – sottolinea David Lewis il matematico che ha partecipato alla ricerca – colpire con la parte interna della scarpa?. Pi? volgarmente, tirare di piatto. Niente punta, esterni o cucchiaini alla Totti, dunque. ?Calciare di esterno – continua – riduce le possibilità di successo del 25%?.

Un'altra chiave sta nel movimento del portiere. Attendere la mossa dell'avversario diretto e poi calciare. Aspettare troppo a lungo, per?, dimezza le chance di successo. Non si deve attendere pi? 0,41 millesecodi dopo il movimento dell'estremo difensore.

E alla fine la regola pi? importante: riuscire ad allenare la psiche. Mettere alla prova la pressione. Perch? come dice Richard Ginsburg, uno psicologo dello sport del Massachussets General Hospitals e dell'Harvard Medical School, tirare un rigore ? una vera e propria "Battaglia mentale". Gli occhi del pubblico, lo sguardo degli avversari e lo stress della vittoria a tutti i costi possono ingabbiare anche il pi? esperto dei calciatori.

?Cerco di aiutare i giocatori a evitare la sensazione della sconfitta>>, evidenzia Ginsburg.
?Diventa quindi importante rompere con il passato e concentrarsi solo sul momento del calcio. Consiglio per esempio di seguire i soliti rituali prima tirare: allacciarsi le scarpe, fare un determinato numero di sospiri ecc?.

Questo dice la scienza. La gente di strada per? non ? d'accordo. Chi ha visto, infatti, andare sul dischetto e fallire rigori decisivi, gente come Maradona o Platini, Raul o Baggio resta scettica e crede poco alla teoria sul penalty perfetto costruito a tavolino. A meno che la formula magica non l'abbiano tenuta segreta per i campioni inglesi. Peccato che non potranno pi? sperimentarla ai mondiali...

[stampa](#) | [chiudi](#)

Copyright 2004 © Rcs Quotidiani Spa