



**10**  
Righe dai libri

*leggi, scrivi e condividi le tue 10 righe dai libri*  
<http://www.10righedailibri.it>







© 2012 Fandango Libri s.r.l.  
Viale Gorizia 19  
00198 Roma



Per le illustrazioni  
© 2012 Davide Reviati

Tutti i diritti riservati

ISBN 978-88-6044-277-2

Copertina:  
illustrazione di Davide Reviati  
progetto grafico Studio Jellici

[www.fandango.it](http://www.fandango.it)





Agostino Di Bartolomei  
Il manuale del calcio  
Il calcio è semplicità  
Illustrazioni di Davide Reviati





## PREFAZIONE

### DI GIANNI MURA

Oggi che essere serio è quasi una tara, oggi che molti calciatori hanno più tatuaggi che idee, oggi che Luca Di Bartolomei mi manda le bozze del libro che ridà voce a suo padre, oggi mi arriva addosso una grande nostalgia (che mi tengo) con qualche pensiero che non mi tengo, e scrivo.

Sul desiderio del figlio di ridare, dopo tanti anni, voce al padre, non mi esprimo. Uno psicologo potrebbe farlo molto meglio di me. O qualcuno che abbia, tanto per citare Gadda, una cognizione del dolore profonda e comunque condivisa. Vorrei parlare della serietà nel calcio. Agostino Di Bartolomei era un calciatore serio, un vero professionista, e una persona seria. Non era isolato, ma in minoranza. Cresciuto sui campetti di Tor Marancia, nei musei d'arte moderna era come a casa. Non amava il lato cacciarone del tifo e nemmeno gli eccessi. Non odiava la Juve, in un periodo di grande contrapposizione. Meglio cercare di copiare i lati buoni che odiare, diceva. Era un grande capitano. Una volta la fascia bianca si assegnava per motivi legati all'etica, all'ascendente sui compagni, al senso di responsabilità, alla correttezza nei rapporti con l'arbitro. Agostino all'arbitro si avvicinava tenendo sempre le mani dietro la schiena, come dovrebbe fare ogni capitano. Ma oggi la fascia di capitano si dà al più famoso, all'idolo delle curve, poco importa se

colleziona multe e squalifiche. L'educazione è un optional.

L'educazione, già. Agostino tornava spesso su questo argomento. Più di vent'anni fa aveva proposto che si rendesse obbligatorio, dalle elementari, lo studio della storia dello sport. Non del calcio, attenzione. Dello sport. Perché Agostino sapeva che la violenza, lo sradicamento, tanti mali sociali si possono prevenire e conviene partire presto.

Mi ha fatto sorridere, ma ci ho ritrovato tutto Agostino, la sua minuziosità, il suo lasciare poco o nulla al caso, il consiglio di asciugare bene le dita dei piedi, dopo la doccia. Giusto, è in quei punti che possono colpire le micosi. Giusto consiglio, da maestro di calcio. Oggi un ragazzino che gioca bene a pallone vorrebbe forse sapere a che età gli conviene affidarsi a un procuratore, ma questo nulla toglie alla vocazione di Agostino. Al grande calcio era arrivato per gradi, nessuno gli aveva regalato nulla. Da centrocampista ebbe una seconda carriera come libero, o centrale difensivo. Un destino che tocca solo a giocatori di costruzione, con un grande senso del gioco collettivo. Come Beckenbauer, come Scirea che mi viene automatico accostare ad Agostino per i silenzi e per la stessa visione di un calcio semplice, pulito. Perché questo è il calcio, quando si comincia. Poi cambia, o cambiano i calciatori. Non Scirea, non Di Bartolomei, veri capitani che non avevano bisogno di gridare. Bastava un'occhiata, un gesto. Di Bartolomei ha avuto un grande maestro, Liedholm, ma anche Scopigno lo apprezzava molto. Anche qui, *ex cathedra* ma senza impancamenti, la semplicità, la lettura del gioco.

Oggi nelle telecronache tutti i calciatori sono abilissimi nel leggere. L'azione, dicono i telecronisti. Giornali e libri, meno, dico io. Che bisogno c'è, in fondo? Puoi bloggare, andare su Facebook, cinguettare. Credo che Agostino leg-

gesse molto, volesse documentarsi, capire, farsi una sua idea, non solo sul pallone. Nel pallone gli sarebbe piaciuto fare il maestro, e questo testo che avete tra le mani lo dimostra. Quando morì, lo paragonai a Garrone, personaggio di *Cuore*. Quando morì mi venne in mente di quanto amasse la vita: la famiglia, il mare, la buona tavola, l'ironia, il senso della misura, l'arte, la musica, le partitine a poker. Di quanto non gli piacesse le sceneggiate, l'indisciplina, i personalismi, i giudizi superficiali, la frenesia spacciata per velocità, il volume alto spacciato per autorevolezza, la cialtroneria per intelligenza. Era una persona intelligente e civile e un calciatore più bravo che lento, per uscire dagli schemi. Intelligente e bravo perché sapeva che si gioca in undici e che da soli non si vince nulla. E lo trovate ripetuto, questo concetto, nel libro.

Sapeva che una squadra di grande livello non nasce spontaneamente, come all'oratorio, che è il club a decidere arrivi e partenze e non è detto che tutti si trovino simpatici, però tutti devono andare nella stessa direzione. Un capitano è anche quello che indica la direzione. E Agostino Di Bartolomei l'ha fatto. Pur essendo io più anziano, non l'ho mai chiamato né Ago né Diba. Per rispetto di un nome e un cognome che, con l'atteggiamento, mi ricordavano il profumo del pane fresco, la mattina presto. E così continuerò a ricordarlo, col suo senso del dovere, della lealtà, della dignità. I veri capitani possono morire o anche scegliere di morire, ma dimenticarli è impossibile.







## LA VOCE DEL SILENZIO DI MARINO BARTOLETTI

Dio di misericordia  
il tuo bel Paradiso  
lo hai fatto soprattutto  
per chi non ha sorriso  
per quelli che han vissuto  
con la coscienza pura  
l'inferno esiste solo  
per chi ne ha paura.  
FABRIZIO DE ANDRÉ

Ago e io ci parlavamo in silenzio. Nelle sale d'attesa degli aeroporti; nelle piccole hall degli alberghi delle Dolomiti dove la Roma andava in ritiro; davanti a un caffè a Trigoria quando quel posto era ancora il volano di accettabili e cordiali rapporti umani. Mi diceva più cose con le mani e con gli sguardi che non con le parole, che pure distillava con straordinaria intelligenza. Ed era impossibile non amare la sua educazione, la sua timidezza, la sua serietà, la sua malinconia, la sua ironia, la sua cultura.

Non credevo che mi avrebbe "parlato" ancora a distanza di tanti anni. Ma quando Luca mi ha fatto vedere quel manoscritto con il mio nome vergato dalla calligrafia di suo padre in una pagina vuota sotto la voce "presentazione", ho capito che tutto quello che ci eravamo detti nei nostri silenzi non era stato inutile: perché volava addirittura al di sopra del tempo, dell'amicizia pur così profonda, della stima, della contemporaneità.

Ho letto avidamente questo libro che ha le radici nel passato, ma ha i suoi fiori, sempre freschissimi, nel presente: se non addirittura nel futuro. L'ho letto con la voce di Ago, un po' nasale, ma sempre così garbata: gentile e convincente.

L'ho letto abbassando gli occhi come faceva lui ogni tanto: e lo faceva a volte per reprimere nella gentilezza un'opinione diversa, ma soprattutto per riflettere. Mai per sottrarsi al dialogo.

Sono due le sensazioni, apparentemente (e forse anche dolorosamente) simmetriche, che ho maturato. La prima, quella che lui definisce genialmente “semplicità”, è la precondizione per l'apprendimento di tutte le cose: ma soprattutto è la premessa insostituibile dell'insegnamento. Leggete il suo “decalogo del calcio”: se fossi il presidente di una qualsiasi società sportiva (calcistica e anche no) lo appenderei alla porta degli spogliatoi, obbligando chiunque la varcasse a impararlo a memoria. Non c'è pagina di questo manuale che non vada oltre i tecnicismi e persino i possibili anacronismi: perché è scritta da un Maestro, non da un Teorico. Perché dietro a ogni suggerimento, a ogni piccola suggestione, persino a ogni apparente ovvietà c'è la forza dell'Esempio.

La seconda sensazione che mi ha dato il libro parte sempre (anzi soprattutto) dall'amore, ma approda a una conclusione più amara. Forse è un bene, perdonatemi Marisa, Luca e Gianmarco, ma provo a spiegarmi, che Ago non abbia conosciuto né “questo” calcio, né “questa” società. Voi – premesso e incassato senza potervi replicare il “ma che ne puoi sapere tu quanto ci manca?” – potreste dirmi che avrebbe fatto di tutto per cambiarli: per cambiarli in meglio (e questo libro ne è una prova); ma se è vero che se n'è andato perché non si riconosceva più nell'aridità e nell'insensibilità del mondo che lo circondava e nel quale aveva creduto, ditemi come avrebbe potuto confrontare la propria dignità con tutto quello che ci opprime: nello sport, nella politica, nella quotidianità, nelle relazioni umane in gene-



rale. Lui, poi... Lui che quando era triste cercava di non fartielo mai capire; lui che quando era felice aveva l'amabilità di non ostentare fino in fondo il suo benessere, per timore che si scontrasse con qualche tua possibile malinconia.

Ora Ago vive e soprattutto sorride in questo manuale di impagabile e giudiziosa semplicità. È l'ultima lezione che ci ha voluto dare: ancora una volta col pudore di non volerlo far pesare.







## INTRODUZIONE

### DI LUCA DI BARTOLOMEI

I primi appunti e le prime bozze che ho ritrovato de *Il Manuale del calcio* risalgono al marzo del 1985. Negli anni successivi Ago avrebbe continuato a lavorarci, aggiungendo pagine e approfondendo singoli aspetti, dalla tecnica calcistica agli allenamenti, senza avere il piacere di vederlo pubblicato. Era rimasto chiuso in uno di quei cassette che di solito si preferisce non aprire. Fino a ora.

Questo per Ago era un progetto importante. Univa la passione di una vita e la possibilità di condividerla con gli altri. Rendere partecipi bambini e ragazzi – come quelli che poi saranno suoi allievi nelle scuole di calcio – delle sue esperienze di calciatore e allo stesso tempo di uomo che ha fatto delle regole, dell'etica sportiva, un personale comandamento: un proprio piccolo stile di vita.

Nei mesi che hanno preceduto la pubblicazione rileggendo molte volte *Il Manuale* mi sono fatto una idea abbastanza chiara di quello che papà avesse intenzione di comunicare: in un periodo in cui tutto nello sport e nella vita del nostro Paese stava cambiando rapidamente – e in cui anche nel calcio si stava affermando quella logica autodistruttiva per cui in nome del risultato quasi tutti è consentito, se non si viene

scoperti – probabilmente questo libro voleva essere il suo modo per parlare alle nuove generazioni spiegando loro l'importanza della lealtà o del gioco di squadra.

Così quando ho ritrovato le bozze ho creduto fosse giusto avverare questo suo desiderio restituendo ai tifosi e agli sportivi un po' di quell'affetto che in questo tempo loro avevano avuto per Ago e per la mia famiglia.

Per questo motivo abbiamo deciso di contribuire con i proventi di questo libro alla costruzione di un centro sportivo dove i ragazzi con problemi e disabilità psico-fisiche possano fare sport insieme ai meravigliosi educatori del Calciocivile.

Un'ultima nota editoriale: alle bozze originali sono state apportate alcune piccole modifiche finalizzate esclusivamente ad agevolarne la lettura e per tenere conto dei cambiamenti intercorsi nel regolamento del gioco, e renderlo così pienamente fruibile da una nuova leva di piccoli calciatori.





## Il campo dei miracoli – il progetto di “un sole sulle periferie”

Fondata nel 2004 da una decina di educatori la S.S.D. Calciosociale si propone il recupero di ragazzi con difficoltà economica, familiare, di integrazione sociale o di handicap fisico attraverso una particolare metodologia sportiva, consona ai principi della *peer education*. Negli ultimi anni l'attività è stata valutata da istituzioni pubbliche, quali sono le Asl e il Tribunale Penale di Roma, un'esperienza capace di donare beneficio a particolari categorie disagiate della società, come i portatori di handicap mentale, i carcerati, e le persone in trattamento da tossicodipendenza arrivando a coinvolgere attualmente oltre 400 famiglie.

A oggi le attività del Calciosociale sono presenti a Roma, presso il quartiere di Corviale, a Montevarchi in provincia di Arezzo, a Napoli, nel quartiere di Scampia, e a Cagliari, nel quartiere di Sant'Elia, pertanto ogni anno si organizzano dei gemellaggi e dei campi estivi per condividere insieme l'esperienza del Calciosociale e perfezionarla laddove è appena iniziata.

A Roma per coordinare tutte queste attività il Calciosociale è impegnato nella ristrutturazione di un centro sportivo – il campo dei miracoli – che dopo essere stato confiscato alla criminalità organizzata è stato assegnato all'associazione che ne ha fatto la propria base operativa.

[www.calciosociale.it](http://www.calciosociale.it)







**AGOSTINO DI BARTOLOMEI**

***Il manuale  
del calcio***

**il calcio è semplicità**







## IL CALCIO È SEMPLICITÀ

Si ammira sempre la semplicità con la quale un grande campione rende facili le cose anche più complicate. Ma cosa c'è dietro questa semplicità?

Sinceramente doti naturali, ma anche tanto lavoro, studio e concentrazione per essere sempre al meglio.

Questo mio testo, che non vuole insegnare nulla, cercherà di far conoscere soprattutto ai ragazzi e a tutti gli appassionati di calcio quelle poche e utili nozioni che possono aiutare a trovare quella semplicità di gioco che secondo me è la chiave di questo sport meraviglioso.

Il calcio è uno sport collettivo che oppone 2 squadre di 11 giocatori una contro l'altra, si svolge in 2 tempi di 45 minuti e senza tante pretese si può giocare dovunque.

Si può giocare in una piazza, per strada, su di un prato, basta avere 4 sassi per fare 2 porte e un pallone ben gonfiato (o anche un po' sgonfio).

Il calcio ha anche una storia di cui parleremo, una storia antica, delle radici profonde perché altrimenti non sarebbe diventato il gioco più popolare del mondo.

Di fondamentale importanza è poi conoscere bene e a fondo le regole dello sport che si pratica o del quale si è appassionati. Le regole sono fondamentali nel calcio: solo co-

noscendole e rispettandole si può imparare a essere un buon calciatore, uno sportivo corretto e in generale una persona leale.

Dopo aver imparato (ricordate che a ogni età per migliorare basta volontà e pratica continua) le nozioni fondamentali come calciare, arrestare e portare la palla, impareremo a giocare tutti insieme, inseguendo tutti il medesimo scopo: quello di fare gol, di vincere, di divertirci.

Per far questo è necessario che tutti comprendano che nel calcio, per raggiungere determinati livelli, si deve giocare con grande altruismo, per e in funzione del proprio compagno. Nel calcio si vince insieme, la squadra e chi le sta intorno: riserve, massaggiatore, allenatori, ecc. – siano essi professionisti o semplici amatori – e aiutarsi è il primo dovere di tutti, dentro e fuori dal campo, sempre.



## IL DECALOGO DEL CALCIO

10 suggerimenti per i piccoli calciatori, da tenere ben presenti, sia che abbiano le doti, la volontà e la fortuna di andare avanti in questo splendido sport sia che nella loro vita poi facciano altro:

1. Il calcio è un gioco di squadra. Nessuno può vincere una partita da solo. Il successo dipende in gran parte dall'unione e dall'impegno di tutti, anche delle riserve, che lottano per vincere aiutandosi l'un l'altro.
2. Impara le regole del calcio, soltanto conoscendole perfettamente potrai esprimere al meglio il tuo talento.
3. Sii leale con l'avversario. Non entrare mai in campo con l'intenzione di far male a qualcuno, i contrasti hanno l'unico scopo di decidere il possesso palla. Divertiti. Il calcio è allegria.
4. Abbi il massimo rispetto nei confronti dell'arbitro e dei guardalinee: ricorda che anche loro possono sbagliare in quanto non è facile amministrare una partita. Accetta sempre le loro decisioni senza interferire e inoltre non perderti in inutili discussioni.

5. Alimentati in modo equilibrato. Nutrirsi bene non significa mangiare troppo, ma mangiare con criterio scegliendo cibi ad alto valore nutritivo.
6. Ricorda sempre che prima di essere un calciatore devi essere un atleta, la condizione fisica nel calcio è fondamentale. Consultati spesso con l'allenatore sul modo migliore di conseguire e mantenere la forma fisica.
7. Il grande capitale di un giocatore è il suo corpo. Abbinare cura, concediti il riposo necessario per recuperare le energie spese quotidianamente.
8. Di ogni infortunio dovrai parlarne sia al massaggiatore che al medico della società oltre che al tuo allenatore. Non nascondere nulla per piccolo che possa sembrarti l'inconveniente.
9. Dopo l'allenamento e la partita fai una doccia ristoratrice e asciugati bene. Abbi particolare cura nell'asciugare le dita, i piedi e i capelli. Tratta i tuoi piedi esattamente come un pianista di professione cura le sue mani.
10. Ricordati che il calcio è semplicità.



## INDICE

PREFAZIONE di Gianni Mura	5
LA VOCE DEL SILENZIO di Marino Bartoletti	9
INTRODUZIONE di Luca Di Bartolomei	13
IL CALCIO È SEMPLICITÀ	19
IL DECALOGO DEL CALCIO	21
LA STORIA DEL CALCIO	23
LE REGOLE DEL GIOCO	37
I RUOLI	93
LA TECNICA CALCISTICA	111
GLI ALLENAMENTI	161
LE INTERVISTE	235
BIOGRAFIA DI AGOSTINO DI BARTOLOMEI	269