

## **Caracteristicile și valențele formative ale jocului de fotbal școlar**

**Prof. CORAȘ FLORIN-MARIUS**

**Liceul Tehnologic „Vasile Juncu” Miniș**

Fotbalul oferă condiții deosebit de favorabile pentru dezvoltarea complexă a deprinderilor și calităților motrice necesare în viață. Fiind un domeniu al activităților corporale, el înglobează deprinderile motrice ale procesului educației fizice: mersul, alergarea, săritura și uneori aruncarea într-o complexitate foarte variată. Practicarea jocului de fotbal contribuie la formarea și perfecționarea unor mișcări coordonate, la formarea capacității de angrenare rapidă în tempoul și ritmul activităților sociale, prin cumulul unor influențe și efecte pozitive cu caracter sanotrofic și educativ.

Diversitatea acțiunilor motrice, influența pe care o exercită practicarea jocului de fotbal asupra sistemelor și funcțiilor organismului, precum și posibilitatea desfășurării lui în aer liber, creează multiple posibilități prin care să se contribuie la o dezvoltare fizică armonioasă, în deplină stare de sănătate. Fotbalul este jocul sportiv care poate fi practicat de copii și tineri de ambele sexe, de bărbați și femei, de vârstă adultă, atât în scop competițional, cât și ca activitate fizică de întreținere sau ludică.

Dimensiunile relativ reduse ale terenului de joc utilizat în fotbalul școlar (teren de handbal) precum și numărul mic de jucători care se întrec în teren (maxim 7 jucători), determină deplasări rapide ale acestora precum și o circulație foarte rapidă a mingii. Jucătorii participă în egală măsură atât în fazele de atac, cât și în cele de apărare. Reiese de aici una din caracteristicile fotbalului școlar, și anume dinamism și rapiditate. Multitudinea și varietatea cu care se succed fazele de joc, alternarea rapidă a situațiilor ofensive cu cele defensive (atac și apărare), posibilitățile pe care le oferă jucătorilor de a-și etala fantezia și capacitatea inventivă, diferitele rezolvări tactice ale fazelor de joc în mod creativ, subtilitatea unor pase executate cu mare finețe, toate oferă jucătorilor, dar în special publicului spectator, momente de o deosebită spectaculozitate.

Desfășurarea jocului de fotbal pune în valoare o motricitate deosebită necesară executării aciclice a diferitelor componente tehnice și acțiunilor tactice plus combinații tactice într-un cadru complex, aleatoriu și euristic. Complexitatea și diversitatea sistemelor de joc impun utilizarea unor strategii menite să dezvolte gândirea tactică și creativitatea atât a jucătorilor, cât și a profesorilor sau antrenorilor. Diversitatea și varietatea elementelor tehnice, a acțiunilor și combinațiilor tactice în atac și în apărare alternează de la o fază de joc la alta și trebuie executate în tempouri și ritmuri ridicate, cu precizie și eficiență. Se evidențiază astfel o altă caracteristică a jocului de fotbal școlar și anume complexitatea tehnico-tactică. Sarcinile complexe solicitate în jocul de fotbal se realizează ca urmare a îmbinării

armonioase a particularităților de ordin tehnic, tactic, fizic, temperamental ale fiecărui jucător cu cele ale pregătirii generale și specifice.

Caracteristic este și faptul că este necesară o pregătire athletică a jucătorilor pe ansamblul calităților forță-viteză, viteză-îndemânare, o capacitate crescută de participare a jucătorilor în diferite regimuri de solicitare fizică și încordare nervoasă în competiții. Jucătorii trebuie să fie la fel de eficienți în atac sau în apărare, în conducerea mingii sau în recuperarea ei.

Practicarea jocului de fotbal are asupra practicanților influențe multiple, variate și profunde, în funcție de gradele de implicare, de scopul implicării, în funcție de formele de practicare a lui, dar și în funcție de cadrul organizatoric în care se desfășoară jocul sau competiția de fotbal respectivă. Valențele formative ale jocului de fotbal îl recomandă ca pe un mijloc eficient al educației fizice școlare, motiv pentru care este prezent atât în lecțiile de educație fizică obligatorii din clasele I – XII, cât și în celelalte activități sportive – recreative din școlile gimnaziale și din licee.

Valențele formative ale fotbalului se manifestă în trei direcții:

1. Direcția recreativ-distractivă;
2. Direcția compensatorie, de refacere neuro-psiho-motrică;
3. Direcția formativă asupra personalității și caracterului elevilor.

Jocul de fotbal lasă urme adânci asupra personalității elevului, influențând favorabil trăsăturile emoționale, sentimentele determinate de situații favorabile sau nefavorabile echipei, interesele colectivității, fiind mult mai puternic și complex exercitate comparativ cu celelalte activități organizate în cadrul lecției de educație fizică. Principalele deprinderi, calități motrice și însușiri moral - volitive specifice jocului de fotbal au valoare de întrebuințare și în alte domenii de activitate. Alergarea, săriturile, viteza, rezistența, coordonarea, îndemânarea, forța, dârzenia, perseverența, sunt solicitate în relații de interdependență, multiple și complexe, fapt care condiționează manifestarea inițiativei, imaginației, spiritului de observație, capacitatea de anticipare, selectare și decizie, asumarea răspunderii în luarea deciziei și alte măsuri, calități și facilități având evidente implicații pozitive în formarea tânărului.

Bibliografie:

- ✓ **Alexe, Nicu** – *Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România*, Vol. I și II, Editura Aramis, București, 2002.
- ✓ **Motroc, Ion; Motroc, Florin** – *Fotbal: Curs complet*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2016.
- ✓ **Stănculescu, Victor** – *Ghidul antrenorului de fotbal*, Editura Vox, București, 1999.