

<https://doi.org/10.52449/1857-4114.2021.38-2.07>

CZU: 612:796.322-053.9

ANALIZA ACȚIUNILOR DE JOC ALE FOTBALIȘTILOR JUNIORI LA NIVEL NAȚIONAL ÎN FUNCȚIE DE POSTUL DE JOC

Tatarcan Cătălin Andrei¹, ORCID: 0000-0002-0990-6533

¹Universitatea "Ștefan cel Mare", Suceava, România

Rezumat. Problema perfecționării sistemului de pregătire a rezervelor în jocul de fotbal a fost și rămâne destul de actuală la etapa contemporană. Una dintre problemele acute în acest sens este selecția tinerilor fotbaliști pe anumite criterii. Conform analizei literaturii de specialitate s-a scos în evidență faptul că majoritatea specialiștilor se axează pe criteriile tradiționale de selecție a tinerilor fotbaliști și foarte puțini din ei țin cont de structura și conținutul activității pe fiecare post de joc. Anume acest criteriu a fost pus la baza cercetărilor întreprinse, unde s-au analizat toate acțiunile de joc efectuate de către fotbaliști pe principalele posturi de joc, pentru a avea posibilitatea atât să selecteze persoanele potrivite acestor posturi, cât și pregătirea specifică a lor în funcție de fiecare post de joc. Aceasta, în cele din urmă, va duce la sporirea nivelului calitativ de pregătire a fotbaliștilor atât pe posturi de joc, cât și a echipei în întregime.

Cuvinte-cheie: fotbal, juniori, acțiuni de joc, posturi de joc, pregătire sportivă.

La etapa actuală, au fost întreprinse mai multe cercetări ce țin de optimizarea procesului de instruire a fotbaliștilor, inclusiv la nivel de juniori. Junioratul este vârsta la care, de fapt, se finalizează selecția primară și fotbaliștii se specializează deja pe posturi concrete de joc [1, 2, 3, 6, 7].

Până în prezent, foarte puține cercetări au fost efectuate, în care să se scoată în evidență criteriile de bază pe care se axează antrenorii în timpul selecției sportivilor fotbaliști în funcție de structura și conținutul fiecărui post de joc [5, 6].

Se consideră că o analiză minuțioasă a principalelor acțiuni pe fiecare post de joc va da posibilitatea antrenorului să selecteze fotbaliștii potriviți pe principalele posturi de joc.

În acest sens, s-a efectuat un experiment constatativ, care a avut drept scop evidențierea caracteristicilor de bază ale structurii acțiunilor de joc ale fotbaliștilor juniori în funcție de postul de joc al acestora. De fapt, pe noi ne-a interesat, în mod special,

care este structura acțiunilor de joc pe fiecare post, precum și numărul de execuții ale acestora în cadrul unui meci oficial.

Au fost analizate jocurile a zece echipe de juniori din România, iar analiza a fost efectuată pe patru posturi de joc, cum ar fi: portar, fundași, mijlocași și atacanți. E de menționat faptul că aici au fost înregistrate acțiunile jucătorilor indiferent de extremele de joc, adică pentru fundași central, fundași dreapta sau stânga, toate acțiunile au fost înregistrate doar pe postul de fundași.

În continuare, vom analiza fiecare post de joc în parte atât sub aspectul cantitativ, cât și sub cel calitativ. Prin urmare, vom prezenta atât structura fiecărui post de joc, cât și numărul de execuții al acestora în cadrul unui meci de fotbal. În total au fost înregistrate zece meciuri de fotbal între echipele de juniori și s-a calculat media executării elementelor și procedeele de joc pentru fiecare post în parte.

În ceea ce privește conținutul elementelor și procedeele de joc, primul a fost supus analizei postul de portar (Figura 1). Se observă

foarte clar că postul de portar se bazează pe două elemente de bază, precum *prinderea* și *respingerea/devierea mingii*. De fapt, acestea sunt două acțiuni de bază caracteristice portarilor, printre mai multe procedee de executare a acestor elemente de joc.

În același context putem clasifica acțiunile portarului drept acțiuni în atac, atunci când echipa începe atacul chiar de la portar și acțiunile în apărare, atunci când echipa se apără, iar adversarii sunt în atac.



Fig. 1. Conținutul elementelor și procedeele tehnice de joc ale jucătorilor pe postul de portar

Referindu-ne la prinderea mingii, aceasta, la rândul său, se clasifică în două categorii mari, și anume prinderea mingii de sus și prinderea mingii de jos, fie rostogolită pe teren, fie aflându-se în sărituri cu ricoșare de la teren.

În funcție de amplasarea portarului, mingea de sus poate fi prinsă prin plonjon, din sprijin, sau mingea ricoșată de la sol. La fel ca și prinderea mingii de sus, prinderea mingii de jos se clasifică în prinderea mingii rostogolite din sprijin pe sol, prinderea mingii de jos din zbor și prinderea mingii de jos prin plonjon.

Toate cele menționate mai sus reprezintă doar acțiunile motrice pe care le execută fotbalistii pe postul de portar în timpul jocului. În continuare, ne vom referi la indicii calitativi de joc pe postul de portar, adică numărul de execuții ale elementelor și procedeele tehnice de joc îndeplinite de aceștia (Tabelul 1).

Conform Tabelului 1, acțiunile jucătorului pe postul de portar sunt divizate în două grupuri de acțiuni, atunci când echipa se află în atac și portarul se include în aceste acțiuni și atunci când echipa se află în apărare și persistă intervenția portarului.

Analizând acțiunile de joc ale portarului atunci când echipa se află în atac (Figura 2), se observă foarte clar trei acțiuni cele mai frecvent folosite de acesta. În primul rând, cel mai des orice atac își ia începutul de la portar, atunci când atacul adversarului s-a finalizat cu recuperarea mingii de către acesta. Astfel, portarul introduce mingea în joc de cele mai multe ori prin aruncarea ei, cu mâna, jucătorilor din teren, care sunt mai bine plasați, adică celor care nu sunt marcați de către adversari. Numărul acestor tipuri de acțiuni în medie, într-un joc, a fost de 11,42.

Tabelul 1. Acțiunile de joc îndeplinite de jucătorul pe postul de *portar*

Nr. crt.	ACȚIUNI DE JOC ÎN ATAC	Nr. total	%
1	Aruncarea mingii în teren cu mâna	11,42	45,63
2	Pase cu piciorul	08,53	34,13
3	Pase cu capul	05,07	20,24
Total acțiuni în atac		24,97	100
ACȚIUNI DE JOC ÎN APĂRARE			
1	Prinderea mingii	12,46	37,68
2	Respingerea/devierea mingii cu mâna/măinile	07,38	22,32
3	Respingerea/devierea cu piciorul	13,23	40,00
Total acțiuni în apărare		33,07	100
Total acțiuni de joc		58,04	-

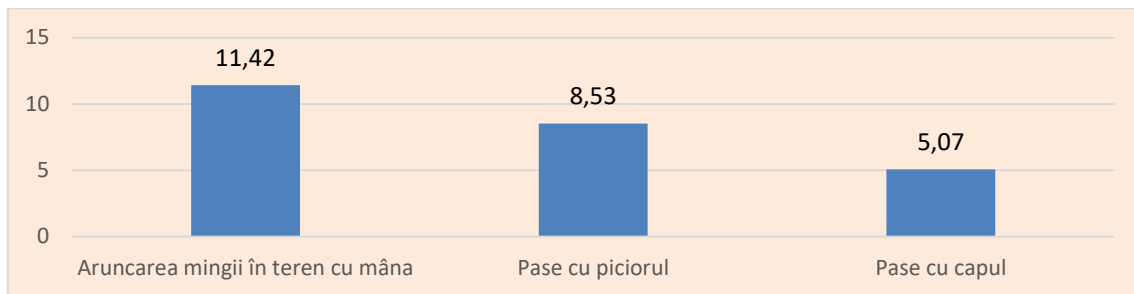


Fig. 2. Acțiunile jucătorilor pe postul de portar în atac

Un alt element destul de des îndeplinit de către portar este pasa cu piciorul, acesta fiind destul de des folosit în fotbalul de juniori și nu numai. De regulă, jucătorii, în special fundașii, destul de des folosesc pasa spre portar, în mod special atunci când echipa adversă marchează jucătorii, care încep atacul chiar din preajma porții sau a careului de 16 metri. În așa caz, portarul este obligat să degajeze sau să paseze direcționat jucătorilor parteneri din teren. Numărul unor astfel de degajări sau pasări cu piciorul în teren, în medie, în cadrul unui joc, este de 8,53 execuții.

În unele situații de joc, acestea fiind destul de rare, portarul, ieșind din careul de 16 metri neavând posibilitatea să degajeze mingea cu piciorul, este nevoit s-o degajeze sau s-o paseze cu capul partenerilor de echipă. Astfel de degajări într-un joc, se înregistrează, în medie, circa 5,07 acțiuni.

În continuare, vom analiza acțiunile de joc ale portarului atunci când echipa se află în apărare. În acest caz, la fel sunt înregistrate trei tipuri de acțiuni, precum prinderea mingii, respingerea/devierea mingii cu o mână/ambele mâini și respingerea/devierea mingii cu piciorul (Figura 3).

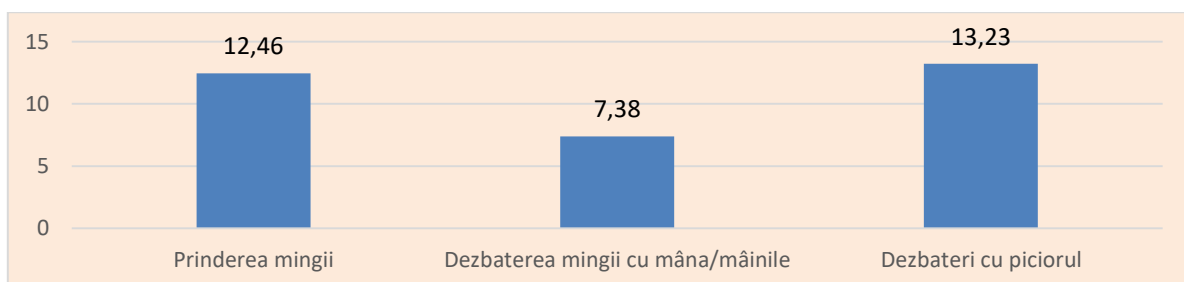


Fig. 3. Acțiunile jucătorilor pe postul de portar în apărare

Analizând meciurile oficiale dintre echipele de juniori s-a demonstrat că portarul în medie intră în posesia mingii prin prinderea acesteia de 12,46 ori. Există situații de joc când portarii, fiind în diferite situații, sunt nevoiți să dezbată mingea cu o mână sau cu ambele, fie în teren, fie în afara lui, în funcție de situație și comoditatea amplasării. Astfel de acțiuni într-un meci pot fi în medie 7,38.

În diferite situații de joc, portarul este nevoit să respingă / devieze mingea cu piciorul, mai ales în cazurile când apărătorii întorc mingea portarului, iar acesta este în imposibilitatea de a o prinde cu mâinile. Astfel de acțiuni caracteristice portarului, conform calculelor, au fost, în medie, de 13,23 respingeri/devieri. Acestea pot fi îndeplinite cu precizie spre partenerii săi de echipă ori, în cazurile de deficit de timp, în urma presiunilor impuse de atacanții echipei adverse, acestea se îndeplinesc doar în teren cu puțină probabilitate că mingea va ajunge la partenerii săi.

Prin urmare, numărul total de acțiuni de joc efectuate de către jucătorii pe postul de portar este, în medie de 58,04 acțiuni. Din

specificul de joc al portarului, este evident că un număr mai mare de acțiuni revin în timpul apărării echipei, unde portarul este ultima linie de apărare a echipei, numărul de acțiuni fiind în medie de 33,07 acțiuni, față de 24,97 acțiuni în atac. Aici numărul de acțiuni ale portarului mai depinde și de potențialul adversarului, care va îndeplini mai multe sau mai puține atacuri, adică va juca mai agresiv sau mai puțin agresiv în atac.

Un alt post de joc foarte important în cadrul unei echipe de fotbal este cel de fundași, în literatura de specialitate poate fi întâlnit sub termenul de apărător. Analizând acțiunile jucătorilor pe postul de fundaș (Figura 4), au fost evidențiate patru elemente de joc pe care aceștia le îndeplinesc cel mai frecvent, bineînțeles, în funcție de situațiile de joc, care sunt: preluările, degajările, interceptiile, pasele și driblingul. Toate aceste elemente se îndeplinesc de către jucătorii fundași, în cele mai multe cazuri, aflându-se pe poziția de atac sau pe poziția de apărare. Conform figurii de mai jos, fiecare element este executat prin mai multe procedee.

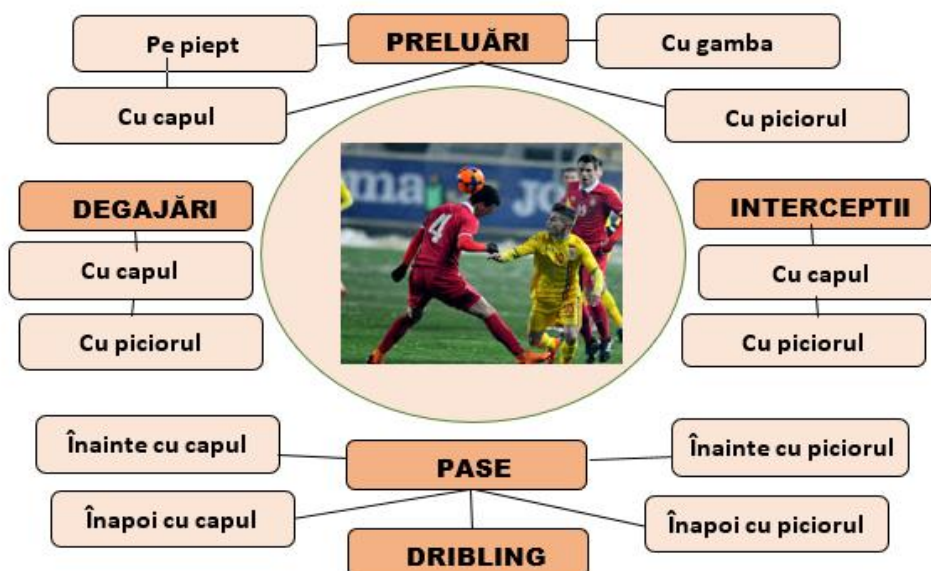


Fig. 4. Conținutul elementelor și procedeele tehnice de joc ale jucătorilor pe postul de fundaș

Astfel, referindu-ne la elementul preluări, acesta poate fi executat prin mai multe

procedee, iar cele mai răspândite dintre ele sunt: preluarea pe piept, preluarea cu capul,

preluarea cu gamba și preluarea cu piciorul propriu-zis.

Un alt element caracteristic jocului pentru fundași este degajarea mingii, iar procedeele cele mai principale de executare a acestui element sunt două – degajarea cu piciorul și degajarea cu capul.

Un alt element absolut necesar pentru fiecare apărător este interceptia mingii, acest lucru fiind îndeplinit fie intuitiv, fie prin acțiuni de viteză. Acestea, ca și în cazul degajărilor, se împart în interceptii cu piciorul și interceptii cu capul. Atât un procedeu, cât și celălalt se îndeplinesc în funcție de situațiile de joc pe teren.

Unul din elementele de bază pe care este obligat să-l posede orice jucător, inclusiv fundașul, este pasarea mingii. De regulă, acest element se îndeplinește atât cu piciorul, cât și cu capul, în funcție de situațiile de joc.

Un alt element tot mai puțin folosit în jocul de fotbal, inclusiv la nivel de juniori, este driblingul. Jucătorii pe postul de fundaș folosesc mai rar acest element, din cauza că este destul de riscant, iar atacantul echipei adverse poate intra în posesia mingii după o nereușită în executarea procedurii dat.

Astfel, reiterăm că procedeele cel mai frecvent folosite de către jucătorii pe postul de fundaș sunt preluările, degajările, interceptiile, pasările și driblingul, iar ponderea fiecăruia în timpul unui meci o vom stabili în cele ce urmează (Tabelul 2).

Pentru început, vom analiza ponderea acțiunilor tehnico-tactice efectuate în atac de către jucătorii pe postul de fundaș. În cazul dat, pentru jucătorii de pe postul respectiv sunt caracteristice următoarele acțiuni tehnico-tactice: pase cu piciorul, pase cu capul, dribling, lovituri la poartă cu piciorul, lovituri la poartă cu capul (Figura 5).

Tabelul 2. Acțiunile de joc îndeplinite de jucătorul pe postul de fundaș

Nr. crt.	ACȚIUNI DE JOC ÎN ATAC	Nr. total	%
1	Pase cu piciorul	52,75	73,56
2	Pase cu capul	8,22	11,46
3	Dribling	8,23	11,48
4	Lovituri la poartă cu piciorul	1,45	2,02
5	Lovituri la poartă cu capul	1,06	1,48
Total acțiuni de joc în atac		71,71	100
ACȚIUNI DE JOC ÎN APĂRARE			
1	Preluări	13,48	31,80
2	Respingerea/devierea cu piciorul	15,36	36,24
3	Respingerea/devierea cu capul	8,43	19,89
4	Intercepții	5,12	12,07
Total acțiuni în apărare		42,39	100
Total acțiuni de joc		114,10	-

Conform Tabelului 2 și Figurii 5, se observă clar că cele mai numeroase elemente în atac executate de către jucătorii pe postul de fundaș sunt pasele cu piciorul, care alcătuiesc în medie 52,75 pase, ceea ce reprezintă 73,56%

din numărul total de elemente executate în atac. Aproximativ în același număr de execuții sunt pasele cu capul (11,46%) și numărul de driblinguri executate de acești jucători (11,46%).

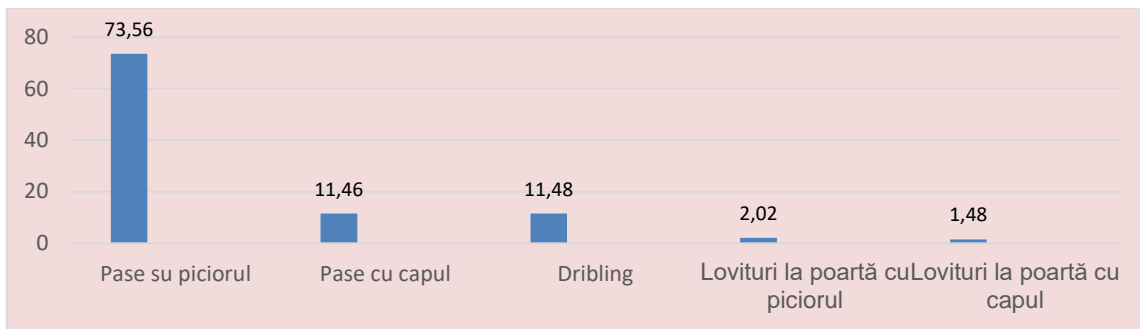


Fig. 5. Acțiunile jucătorilor pe postul de fundaș în atac

Este clar de ce numărul loviturilor la poartă este destul de mic pentru jucătorii pe postul de fundași, aceștia de fapt având funcția doar de apărare, iar în atac sunt încadrați ocazional, în funcție de situațiile de joc, de motivația pentru joc, de scorul meciului și altele. Astfel, numărul loviturilor la poartă executat cu piciorul de către jucătorii de pe postul respectiv este de 2,02%, adică doar 1,45 lovituri în medie și – 1,48%, lovituri la poartă cu capul, ceea ce constituie 1,06 lovituri în medie.

Prin urmare, numărul total de acțiuni de joc efectuate în atac de către jucătorii pe postul de fundași este în medie de 71,71 de elemente și procedee tehnice, acesta fiind o medie caracteristică pentru vârsta de juniorat.

Destul de mult diferă rezultatele îndeplinirii elementelor și procedeele de joc ale jucătorilor pe postul de fundași în poziția de apărare (Figura 6).

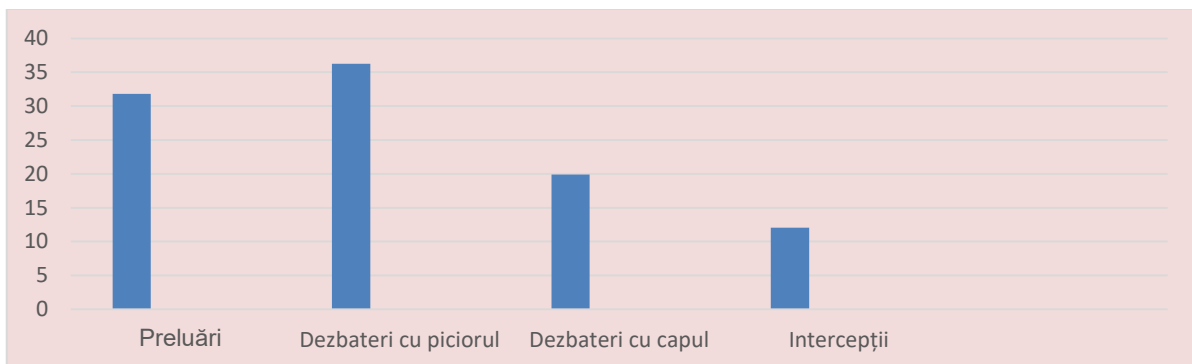


Fig. 6. Acțiunile jucătorilor pe postul de fundaș în apărare

Dacă e să analizăm evoluția acțiunilor în apărare ale jucătorilor pe postul de fundaș, se observă clar că numărul acestora față de numărul acțiunilor în atac este mai mic aproape cu 30% față de cele din atac (42,39 acțiuni), fapt ce demonstrează tendința echipelor de a pune accentul pe jocul ofensiv.

Dintre elementele cele mai frecvent executate în apărare sunt preluările, respingerile/devierile și intercepțiile.

În cazul nostru, n-am specificat tipurile de preluări, dar acestea pot fi foarte diferite, cu

diferite părți ale corpului. Totuși la vârsta de juniorat circa 80% dintre preluări sunt executate cu piciorul, acestea fiind mai sigure în execuție și, totodată, mai simple pentru efectuare, față de preluările pe piept, cu capul și altele. Astfel, vedem că media preluărilor efectuate în apărare de către fundași este de 13,48 preluări, ceea ce constituie 31,80% din numărul total de acțiuni în apărare executate de către fundași.

Jucătorii defensivi sunt puși destul de des în situația când aceștia trebuie să respingă

mingea fără s-o controleze prea mult, ținând cont de situațiile de joc. Astfel, media numărului de dezbateri cu piciorul este de 15,35, ceea ce constituie 36,24% din numărul total de acțiuni executate în apărare și 8,43 dezbateri cu capul, ceea ce constituie 19,89% din numărul total de elemente și procedee executate în apărare.

Unul dintre elementele caracteristice jocului în apărare îl formează interceptările, care au drept scop interceptarea paselor

efectuate de către atacanți. Ele pot fi realizate de către apărători atât intuitiv, cât și la viteză maximală, atunci când pasele sunt la distanțe medii și mari. Numărul acestui tip de elemente este destul de mic în comparație cu alte elemente și procedee tehnice efectuate în apărare, media lor într-un meci fiind de 5,12 interceptări, ceea ce constituie 12,07% din numărul total de acțiuni în apărare.

Urmează să analizăm acțiunile jucătorilor juniori pe postul de mijlocaș (Figura 7).

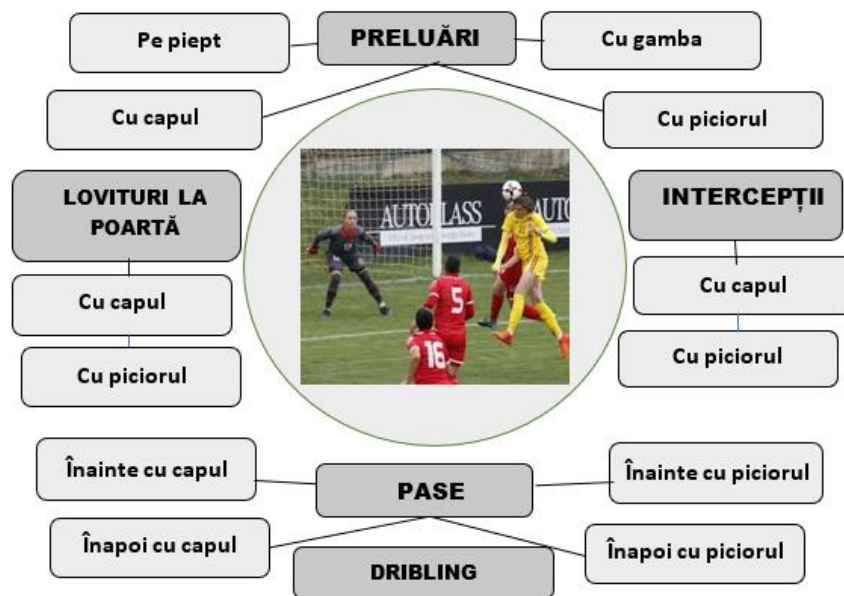


Fig. 7. Conținutul elementelor și procedeele tehnice de joc ale jucătorilor pe postul de mijlocaș

De regulă, jucătorilor pe postul de mijlocași le revine cel mai mare volum de lucru într-un meci, dat fiind faptul că aceștia sunt încadrați atât în activitatea jucătorilor fundași, de unde se încep marea majoritate a atacurilor, cât și în jocul de atac, fiind un suport activ pentru jucătorii atacanți. Acest lucru, de fapt, a și determinat numărul destul de sporit de elemente și procedee tehnice executate de către jucătorii de pe postul respectiv (Tabelul 3).

Dacă analizăm Tabelul 3, ca și în cazul acțiunilor executate de jucătorii de pe postul

de fundași, acțiunile jucătorilor mijlocași la fel se divizează în acțiuni caracteristice jocului în atac și acțiuni caracteristice jocului în apărare. Evident, acțiunile jocului în atac sunt mai numeroase și mai variate, iar printre ele pot fi menționate următoarele: preluările, pasele cu piciorul, pasele cu capul, driblingul, lovituri la poartă cu piciorul, lovituri la poartă cu capul. Conform tabelului de mai sus, numărul total de acțiuni ale jucătorilor mijlocași în atac este de 130,77. Pentru a avea o mai bună claritate, vom prezenta și numărul acțiunilor exprimate în procente (Figura 8).

Tabelul 3. Acțiunile de joc îndeplinite de jucătorul pe postul de mijlocași

Nr. crt.	ACȚIUNI DE JOC ÎN ATAC	Nr. total	%
1.	Preluări	26,46	20,23
2.	Pase cu piciorul	63,25	48,37
3.	Pase cu capul	14,27	10,91
4.	Dribling	18,33	14,02
5.	Lovituri la poartă cu piciorul	6,32	4,83
6.	Lovituri la poartă cu capul	2,14	1,64
Total acțiuni în atac		130,77	100
ACȚIUNI DE JOC ÎN APĂRARE			
1	Preluări	13,48	31,80
2	Respingerea/devierea cu piciorul	15,36	36,24
3	Respingerea/devierea cu capul	8,43	19,89
Total acțiuni în apărare		31,57	100
Total acțiuni de joc		162,34	-

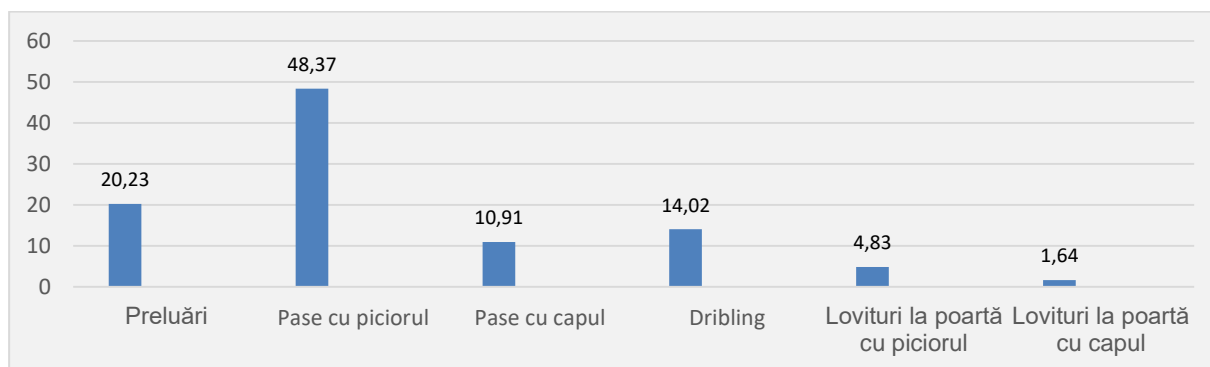


Fig. 8. Acțiunile jucătorilor pe postul de mijlocași în atac

Luând în seamă rezultatele prezentate în Figura 8, observăm că cele mai multe acțiuni îndeplinite de către jucătorii mijlocași în atac sunt lovirea mingii /pasele cu piciorul, acest lucru fiind evident, deoarece jucătorii de pe postul dat sunt destul de mult timp în posesia mingii și cel mai des aplică pasele cu piciorul pentru a se menține în posesie. Numărul total al paselor într-un meci este în medie de 63,25, ceea ce constituie aproape jumătate din numărul total de acțiuni (48,37%). Pentru vârsta junioratului este un număr suficient de acțiuni, cu referință la numărul de pase și nu depășește practic numărul de pase înregistrat la echipele respective în alte țări decât România.

Pentru vârsta respectivă este destul de mare numărul preluărilor cu piciorul (26,46), acest lucru fiind caracteristic anume pentru vârsta dată, când jucătorii, din marea majoritate a paselor primite, la început preiau mingea sau o opresc în general, și numai apoi îndeplinesc următoarea acțiune. Prezentat în procente, numărul de preluări reprezintă circa a cincea parte din numărul total de acțiuni îndeplinite în atac (20,23%).

Deseori fotbaliștii juniori, în funcție de situațiile de joc, sunt impuși să îndeplinească o pasă sau alta cu capul, din sprijin sau din săritură. Numărul acestora nu este prea mare, în total acestea reprezintă 14,27 pase, ceea ce

reprezintă doar 10,91% din numărul total de acțiuni în atac.

Nu atât de considerabil, dar ceva mai multe acțiuni au fost îndeplinite sub formă de dribling, numărul acestora fiind de 18,33, ceea ce reprezintă 14,02% din numărul total de acțiuni în atac. Numărul de procedee de driblinguri este relativ mare din simplul motiv că la vârsta junioratului fotbalistii destul de des se străduiesc să dribleze mingea, să dribleze adversarul în mai multe situații de joc, pentru a se confirma în echipă. Odată cu înaintarea în vârstă, fotbalistii recurg tot mai rar la acest procedeu, folosind pasele rapide pentru a se deplasa în atac.

În cele din urmă, sensul și scopul fiecărui joc este înscrierea cât mai mult posibilă în poarta adversarului. De la joc la joc, numărul de lovituri la poartă diferă, acest fapt fiind dictat de mai multe condiții de joc, de nivelul de pregătire a adversarilor și altele. Totodată,

acest procedeu este caracteristic, în cea mai mare parte, pentru jucătorii de pe postul de atacanți, care efectiv vin să facă deseori diferența într-un meci sau altul. În cazul nostru, jucătorii pe postul de mijlocași în medie au îndeplinit 6,32 lovituri la poartă, ceea ce constituie 4,83% din numărul total de acțiuni. Doar 2,14 lovituri cu capul la poartă au fost efectuate de către jucătorii de pe postul dat, aceștia reprezentând doar 1,64% din totalul de acțiuni în atac îndeplinite de către jucătorii de pe postul de fundași.

Urmează să supunem analizei numărul acțiunilor îndeplinite în apărare de către jucătorii de pe postul de fundași (Figura 9).

De fapt, numărul acțiunilor pe care jucătorii pe postul de fundași le îndeplinesc în apărare este destul de redus, în cazul nostru noi ne-am limitat doar la cele trei cum ar fi: respingeri/devieri cu piciorul, respingeri/devieri cu capul, interceptii.

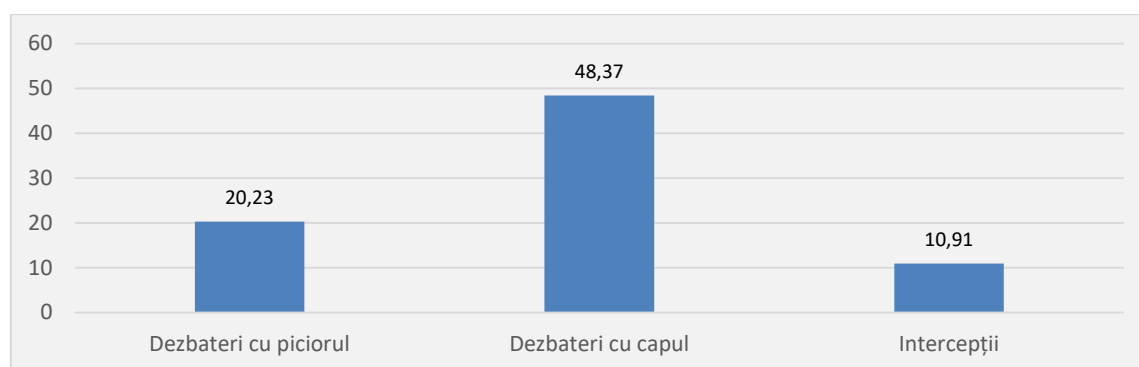


Fig. 9. Acțiunile jucătorilor pe postul de mijlocași în apărare

Analizând Figura 9, observăm că cel mai des jucătorii mijlocași purced la respingerea / devierea mingii, în funcție de situațiile de joc, iar aici sunt caracteristice două tipuri de dezbateri: respingerea/devierea mingii cu piciorul și respingerea/devierea mingii cu capul. În primul caz numărul total de respingeri/devieri a fost în medie de 13,87, ceea ce constituie 43,93% din numărul total de acțiuni îndeplinite în apărare și 10,48 în cazul al doilea, adică respingerea/devierea mingii cu capul, ceea ce reprezintă 31,20% din numărul total de acțiuni executate în apărare.

Următorul tip de acțiuni în apărare îndeplinite de către jucători pe postul de mijlocași au fost interceptiile. Când vorbim de interceptii, ne referim la anticiparea paselor între adversari și intervenția jucătorilor pentru a intra în posesia mingii. Acest lucru nu se întâmplă foarte des, în cazul nostru, este vorba, în medie, de 7,22 interceptii, ceea ce reprezintă 22,87% din numărul total de acțiuni îndeplinite în apărare.

În cele din urmă, dacă analizăm numărul total de acțiuni în atac și apărare îndeplinite de către jucătorii pe postul de mijlocași,

observăm că acesta corespunde totalmente vârstei jucătorilor juniori, cu mici diferențe la unele sau alte procedee executate în atac sau apărare. Aici noi vorbim doar despre numărul de acțiuni și nu de calitatea îndeplinirii acestora de către jucătorii de pe un post sau altul.

Cel de-al patrulea post de joc pe care urmează să-l analizăm este cel de atacant, iar misiunea directă a acestor jucători este de a crea condiții și de a înscrie cât mai multe puncte în poarta adversarului (Figura 10).

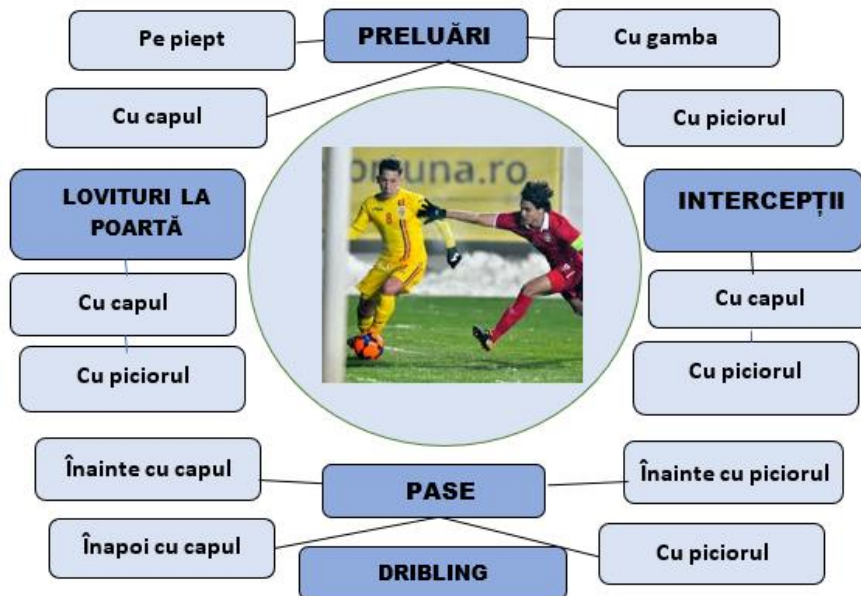


Fig. 10. Conținutul elementelor și procedeele tehnice de joc ale jucătorilor pe postul de atacant

Jucătorii pe postul de atacant trebuie să aibă în arsenalul lor tehnic mai multe procedee tehnice pe care urmează să le aplice în timpul jocului cu un adversar sau altul. Conform Figurii 10, în cea mai mare parte acestea sunt: loviturile la poartă, preluările, pasele, driblingul și intercepțiile. Exprimându-ne mai clar, jucătorii atacanți trebuie să fie în stare să îndeplinească practic toate tipurile de acțiuni necesare unui fotbalist de orice nivel, inclusiv la nivel de juniorat.

Urmează să analizăm ponderea fiecărei acțiuni tehnico-tactice în atac și apărare atât cantitativ, cât și exprimat în procente, pentru o mai bună înțelegere a acțiunilor îndeplinite de către juniori în cadrul unui meci de fotbal (Tabelul 4).

După cum s-a remarcat mai sus, toate acțiunile îndeplinite de către juniori în cadrul unui meci au fost simbolic divizate în două grupuri, cum ar fi acțiuni de joc îndeplinite în atac și acțiuni de joc îndeplinite în apărare. Dacă analizăm acțiunile de joc îndeplinite în atac, observăm că numărul acestora este aproximativ egal cu cel al jucătorilor pe postul de mijlocași. Acest lucru demonstrează implicarea în acțiunile de atac în egală măsură cu aceștia. Spre exemplu, numărul de preluări efectuate de către jucătorii atacanți în cadrul unui meci de fotbal este în medie de 22,36, iar în procente acestea reprezintă circa 16,52% din numărul total de acțiuni îndeplinite în atac (Figura 11).

Tabelul 4. Acțiunile de joc îndeplinite de jucătorul pe postul de *atacanți*

Nr. or.	ACȚIUNI DE JOC ÎN ATAC	Nr. total	%
1.	Preluări	22,36	16,52
2.	Pase cu piciorul	58,47	43,20
3.	Pase cu capul	16,31	12,05
4.	Dribling	23,85	17,62
5.	Lovituri la poartă cu piciorul	8,67	6,41
6.	Lovituri la poartă cu capul	5,68	4,20
	Total acțiuni în atac	135,34	100
ACȚIUNI DE JOC ÎN APĂRARE		Nr. total	%
1.	Dezbateri cu piciorul	10,34	40,93
2.	Dezbateri cu capul	8,39	33,22
3.	Intercepții	6,53	25,85
	Total acțiuni în apărare	25,26	100
	Total acțiuni de joc	160,60	-

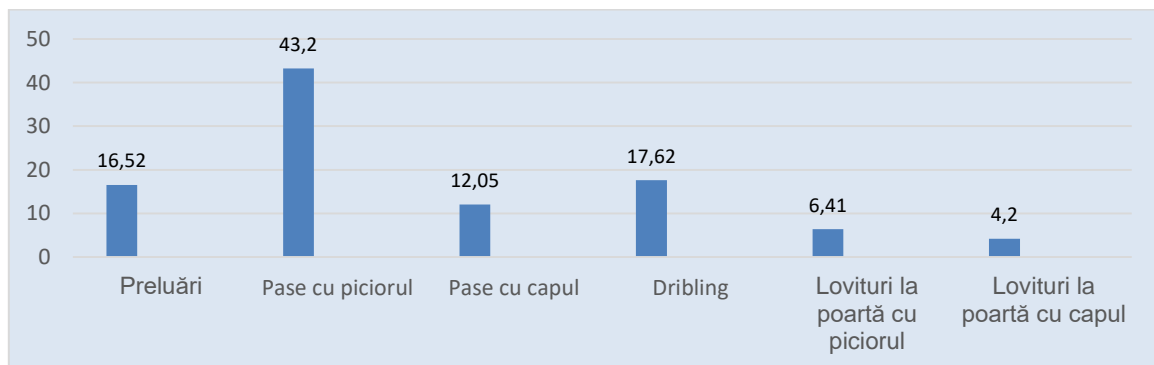


Fig. 11. Acțiunile jucătorilor pe postul de atacant

Cele mai numeroase acțiuni de joc în atac au fost pasele cu piciorul, acest lucru fiind unul firesc, pentru că marea majoritate a jocului de fotbal, inclusiv în atac se efectuează prin intermediul pasării mingii de la un partener la altul. Numărul paselor în atac în mediu la juniori a fost de 58,47, ceea ce reprezintă 43,20% din numărul total de acțiuni în atac.

În rest, majoritatea au fost înregistrate pasele cu capul, numărul acestora fiind în medie de 16,31, ceea ce reprezintă 12,05% din numărul total de acțiuni în atac. Aici cel mai mare număr revine paselor cu capul, în cazurile când se îndeplinesc loviturile de la

colț sau în timpul centrărilor de pe flancuri spre poarta adversarilor.

Pentru jucătorii pe postul de atacanți una dintre acțiunile de bază este driblingul, acesta fiind destul de des folosit în situațiile când jucătorii ies unul la unul cu adversarul, sau în cazul când distanța până la poarta adversarului este mai mare și jucătorii încearcă să acapareze teren pentru a-și crea situații de atacare a porții adversarului. În medie, atacanții îndeplinesc 23,85 de driblări în atac, ceea ce reprezintă 17,62% din numărul total de acțiuni în atac, acesta fiind un număr relativ mare, în comparație cu jucătorii echipelor de tineret sau de seniori.

De fapt, funcția de bază a jucătorilor pe postul de atacanți este crearea situațiilor și realizarea lor privind marcarea golurilor în poarta adversarului. Acest lucru poate fi efectuat prin mai multe procedee, însă cele mai răspândite sunt loviturile la poartă cu piciorul și loviturile la poartă cu capul. Conform analizei jocurilor la juniori, numărul loviturilor la poartă cu piciorul, în medie, într-un meci este egal cu 8,67, acestea reprezentând 6,41% din numărul total de acțiuni în atac. Numărul loviturilor la poartă cu capul, în medie, este de 5,68 lovituri, ceea ce reprezintă 4,20% din numărul total de acțiuni în atac.

Astfel, în general, jucătorii pe postul de atacant într-un meci de fotbal îndeplinesc, în

medie, circa 135,34 acțiuni tehnico-tactice în atac, acesta fiind un număr destul de mare, însă se înscrie în media echipelor de juniori pe plan național.

Acțiunile în apărare ale jucătorilor pe postul de atacant sunt mai reduse, luând în considerație faptul că aceste funcții, în mare parte, le revin jucătorilor pe postul de apărători și mijlocași. Totuși există destule situații de joc când jucătorii pe postul de atacanți sunt nevoiți să îndeplinească și unele acțiuni de apărare, fie când echipa este în avantaj și dorește să-l mențină, fie când echipa adversă este mai puternică după componența sa și este mereu poziționată pe acțiuni în atac (Figura 12).

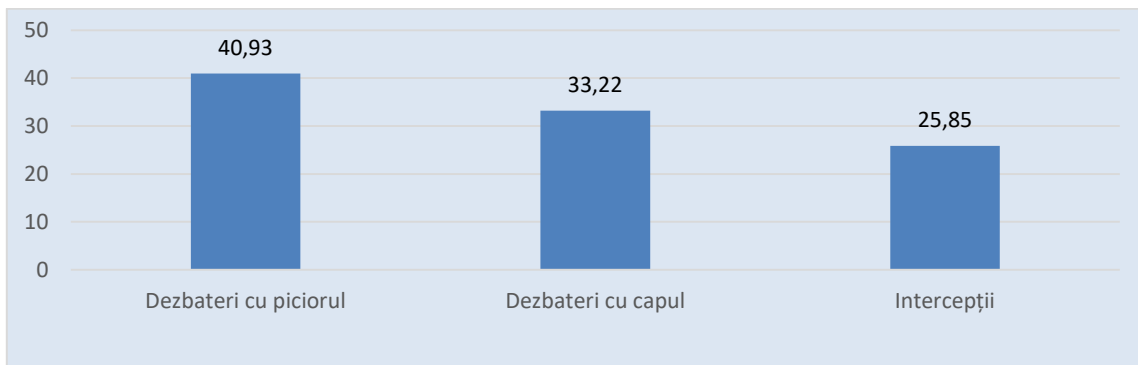


Fig. 12. Acțiunile jucătorilor pe postul de atacant în apărare

Așadar, cele mai răspândite acțiuni în apărare sunt respingerile/devierile de diferit tip, precum și intercepțiile în timpul pasărilor efectuate de către adversar. În primul caz, respingerile/devierile mingii cel mai des se îndeplinesc cu piciorul, iar în al doilea caz, în funcție de situația de joc, acestea se îndeplinesc cu capul. Numărul respingerilor/devierilor cu piciorul de către jucătorii pe postul de atacant a fost în medie de 10,34, acestea reprezentând 40,93% din numărul total de acțiuni în apărare și numărul respingerilor/devierilor cu capul a fost de 8,39, ceea ce reprezintă 33,22% din numărul total de acțiuni în apărare.

Un element folosit mai rar, dar foarte eficient, constă în intercepțiile paselor îndeplinite de către adversar. În cazul dat

jucătorii pe postul de atacant într-un meci de fotbal au îndeplinit acest procedeu de 6,53 ori, ceea ce reprezintă 25,85%.

În total jucătorii pe postul de atacanți, chiar dacă sunt mai puțin implicați în acțiunile de apărare, au îndeplinit 25,26 acțiuni, acesta fiind un număr ce se înscrie în statistica jocurilor de fotbal pentru vârsta junioratului pe plan național.

Dacă analizăm toate acțiunile jucătorilor pe cele patru posturi de joc în atac și apărare, se observă clar că ponderea acestora este aproximativ egală cu mediile acțiunilor de joc ale echipelor de juniori pe plan național.

În cazul dat, pe noi ne-a interesat nu numai cantitatea acțiunilor de joc în atac și apărare, ci și structura din punctul de vedere al coordonării mișcărilor, adică cărei capacități

coordinative se atribuie o acțiune tehnico-tactică sau alta, fie în atac sau apărare. S-a demonstrat clar că toate acțiunile în atac, adică acolo unde jucătorii interacționează cu mingea, sunt caracteristice un complex de capacități coordinative, acestea fiind capacitatea simțului kinestezic, capacitățile spațio-temporale, capacitatea simțului echilibrului și altele. Adică în cazul îndeplinirii acțiunilor tehnico-tactice cu mingea, practic este necesară evidențierea tuturor capacităților coordinative caracteristice unui joc cu obiect, în cazul dat jocului cu mingea.

La fel de importante, din punct de vedere al capacităților coordinative, sunt și acțiunile tehnico-tactice în apărare. De fapt, conform analizei efectuate, s-a demonstrat că acțiunile îndeplinite de către fotbaliști în apărare, la fel ca și în cazul atacanților, sunt reprezentate de marea majoritate a capacităților coordinative existente în activitățile sportive.

Acest lucru cere de la specialiștii din domeniu cercetarea mai profundă a efectelor dezvoltării capacităților coordinative la fotbaliștii juniori, în mod special pe posturi de joc, fapt ce ar spori calitatea jocului la această vârstă.

Referințe bibliografice:

1. Grosu, B.M. (2019). Fotbal - fundamente științifice. Universitatea „Ștefan cel Mare”, Suceava. 143 p.
2. Grosu, B.M. (2019). Fotbal Îndrumar practico-metodic. Universitatea „Ștefan cel Mare”, Suceava. 143 p.
3. Rădulescu, M., Cojocaru, V., Jurcă, C., și colab. (2003). Ghidul antrenorului de fotbal, copii și juniori. București: Editura Azis Mundi. 244 p.
4. Rădulescu, M. (2006). Optimizarea strategiilor metodologice de dezvoltare a calităților coordinative la fotbaliștii juniori. Teză de doctorat. Pitești. 258 p.
5. Rusu, N. (2010). Monitorizarea nivelului de pregătire fizică al forbaliștilor de 13-14 ani. În: Teoria și arta educației fizice în școală: revistă științifico-metodică, 2010, nr. 2, p. 47-49.
6. Sîrghi, S. (2018). Pregătirea fizică diferențiată a fotbaliștilor juniori într-un ciclu anual de antrenament. În: Știința Culturii Fizice, nr. 28/2, Chișinău, p.27-40.
7. Triboi, V. (2010). Teoria și metodologia antrenamentului sportiv (curs universitar). Chișinău: USEFS. 364 p.