CULTIVAREA CREATIVITĂȚII ÎN FOTBALUL JUVENIL: O PRIORITATE PENTRU VIITOR

CULTIVATING CREATIVITY IN YOUTH FOOTBALL: A PRIORITY FOR THE FUTURE

CZU: 796.332:159.954.4:796.052.2-053.2 https://doi.org/10.59295/spd2025s.123

Valeriu RĂILEANU
ORCID: 0000-0002-1704-7484
E-mail: raileanu.valeriu@usm.md
Institutul de Educație Fizică și Sport,
Universitatea de Stat din Moldova, Chișinău, Republica Moldova

Summary. *The refinement of football-specific skills, complemented by independent thinking, spontaneity, and the ability to make quick decisions in unpredictable game situations, has become an inalienable part of the modern training process in preparing young players. Creativity is presented as an essential quality in modern football, associated with players who can unbalance opponents, generate unexpected solutions, and decisively influence the outcome of a match.*

Methods by which coaches can cultivate creativity are explored: through open-ended exercises, small-sided games with constraints, encouraging risk-taking, and creating a climate of trust where mistakes are viewed as part of the learning process. The importance of objectively evaluating creativity through specific tools is also highlighted, in order to identify and support players with creative potential.

The development of creative players must become an absolute priority in football clubs and sports schools. These footballers are the ones who can make a difference at the elite level, transforming matches and captivating spectators. Investing in creativity is, in fact, an investment in the future of football.

Keywords: *skill, dribbling, innovation, unconventional solutions, spontaneity.*

Sunt multe definiții ale creativității, la fel, ca și domeniile de activitate unde creativitatea e pilonul de bază, fiind dificil de acceptat o semnificație generală a acesteia.

În fotbal, deși adesea percepută ca un talent nativ, creativitatea este de fapt o îmbinare originală de abilități tehnice cu o sclipire cognitivă care permit unui jucător de a efectua un dribling spectaculos, o pasă penetrantă, un șut cu efect din poziție incomodă, spre surprinderea adversarului și entuziasmul publicului.

„Creativitatea necesită înzestrări și capacități intelectual deosebite, care să se obiectiveze în produse noi, originale, nemaiîntâlnite până în acel moment și care determină schimbări calitative, eficiente” [1, p. 138]. Abordarea temei creativității a devenit necesară ca urmare a tendinței de stagnare a jocului, deși fotbalul rămâne în continuare cel mai popular sport din lume. „Fotbalul a evoluat treptat de la un sport simplu, spontan,

instinctiv, natural, la un sport calculat, sport complex, rațional" [2, p. 3]. Era nevoie de un suflu nou pentru a reînvia atmosfera de cândva de pe stadioane.

Manifestarea creativității pe terenul de joc

1. Gândirea neconvențională și inovația. Un jucător creativ nu se limitează la soluțiile standard sau la schemele tactice arhicunoscute. El explorează mereu, găsește „coridoare" de pase neașteptate, inventează driblinguri noi sau execută șuturi surprinzătoare din poziții dificile.
2. Soluții eficiente sub presing. Fotbalul este un joc dinamic, plin de situații imprevizibile. Jucătorul creativ rezolvă probleme în criză de timp, fiind presat de unul, doi sau mai mulți jucători adverși.
3. Anticiparea jocului. Jucătorii creativi au o capacitate deosebită de a „citi" jocul. Ei anticipează mișcările adversarilor și ale colegilor, prevăd evoluția fazei de joc și „scanează" oportunități care altora le scapă. Capacitatea de a colecta și procesa rapid informațiile de pe teren îi permite jucătorului să ia decizii inspirate și fulgerătoare. Creativitatea înseamnă și abilitatea de a reacționa spontan la mersul cursiv al jocului.
5. Originalitate în execuțiile tehnice. Ideea este bună dar trebuie să o poți transfera în practică. Originalitatea și eficacitatea în execuție face ca acțiunile să fie greu de anticipat și de contracarat. Într-o lume a tacticii din ce în ce mai sofisticate și a presiunii constante, creativitatea evidențiază jucătorii de excepție. Prin metode de antrenament inovatoare, putem forma nu doar sportivi bine pregătiți fizic, ci și gânditori ageri, capabili să ia decizii inspirate și să schimbe soarta unui meci.

Abilitatea de a gândi „în afara cutiei", de a se simți „în apele sale", a lua fără frică decizii neconvenționale este cea cei reprezintă pe jucătorii creativi. „A juca fotbal fără să gândești este ca și cum ai trage fără să ințești" [3].

Factori care influențează dezvoltarea creativității

Pozitivi: Mediu de antrenament unde sunt tolerate experimentele, antrenori entuziasmați, deschiși la inovație, joc liber, nepresat de scor (jocuri de curte), încurajarea asumării riscului.

Negativi: antrenori-dictatori, antrenament rigid, axat exclusiv pe tactică, frica de a greși, presiunea excesivă a rezultatelor.

I. Factorii ce țin de mediu

1. Antrenament exprimat prin jocuri. Jocurile în componențe reduse simulează situații reale din meci. Jucătorii caută soluții rapid, în funcție de caracterul jocului, experimentează tehnici noi în situații dinamice, schimbătoare. Jucătorii sunt încurajați să experimenteze: risc calculat și încercări de a găsi soluții neconvenționale. Dacă se insistă prea des asupra greșelilor comise, creativitatea este strivită. Greșelile sunt văzute ca oportunități de a progresa și nu de abuz de joc individual.

Jocuri libere, în afara programului de antrenament. Practica arată că orele petrecute în jocuri neformale, organizate de copii, cu reguli simple, fără implicarea adulților, este baza dezvoltării creativității.

II. Factorii psihologici și individuali

Mentalitatea de a crește ca jucător. Curiozitatea și deschiderea: dorința de a învăța, de a explora idei noi și de a se deschide către abordări diferite. Jucătorii trebuie să aibă încredere în propriile abilități de a lua decizii și de a executa acțiuni neobișnuite. Încurajările constante din partea antrenorilor și părinților sunt esențiale pentru formarea unui climat psihologic pozitiv.

Motivația lăuntrică. Bucuria de a învăța: entuziasmul de a descoperi noi modalități, de a juca și de a-și îmbunătăți abilitățile. Motivația, perseverența, angajamentul sunt factorii care îi caracterizează pe jucătorii creativi. Marele antrenor Pep Guardiola spunea că „nu te voi certa dacă ratezi o pasă sau o lovitură de cap care ne costă un gol, atâta timp cât știu că dai 100%" [4].

III. Factorii sociali

Filozofia echipei este orientată spre dezvoltare, nu doar spre acumulare de puncte sau victorie. Dacă accentul este pus exclusiv pe câștigarea meciurilor, antrenorii pot fi tentați să sufoce creativitatea. Relația antrenor-jucător: un antrenor, care este un mentor și un facilitator al învățării, va încuraja creativitatea. Critica trebuie să fie nuanțată, binevoitoare și constructivă.

Suportul parental: părinții pot influența pozitiv sau negativ. O presiune excesivă pentru performanță poate inhiba creativitatea. În schimb, un sprijin emoțional, încurajarea explorării și acceptarea greșelilor sunt benefice.

Evitarea comparațiilor: fiecare copil trebuie de privit ca o individualitate. Compararea cu alți jucători cu scopul de ai accentua neajunsurile, provoacă neîncredere și frustrare.

IV. Factori biologici și de dezvoltare

Creativitatea se dezvoltă progresiv, fiind mai pronunțată în anumite etape ale dezvoltării cognitive. Programul de antrenament trebuie să fie adaptat vârstei și stadiului de dezvoltare al jucătorilor. Un dribling reușit poate fi doar în cazul abilităților corespunzător însușite.

Dezvoltarea psihică. Ca și în toate domeniile imaginația, fantezia, componente ale creativității în fotbal se dezvoltă din fragedă copilărie. Creierul copiilor este într-o continuă dezvoltare, ceea ce face ca perioadele timpurii să fie ideale pentru a stimula gândirea divergentă (explorarea soluțiilor). Sistemul nervos se dezvoltă prin exerciții, jocuri variate și nu prin repetări mecanice.

Strategii și metodologii de antrenament.

1. Jocuri cu restricții și provocări. Orice joc sportiv dezvoltă abilități asemănătoare fotbalului. În fotbal copilul și jocul sunt sinonime. „Jocurile sportive au impact impunător asupra senzorilor aparatului vizual, auditiv, tactil, vestibular (mișcări coordonate

după minge, volan). Alergările scurte cu întoarceri, răsuciri, schimbare a direcției, aruncări, prinderi a mingii, în care nu lipsește factorul emotiv sunt cele mai indicate exerciții la diferite vârste. În timpul desfășurării jocurilor are loc diversificarea deprinderilor motrice, automatizarea lor în regim dinamic, în funcție de situații mereu schimbătoare" [5, p. 729].

Această metodă contribuie la ieșirea jucătorilor din stilul de joc prestabilit și găsirea soluțiilor neașteptate. Exemple: jocuri în care jucătorii trebuie să folosească doar piciorul slab(non-dominant), joc cu un număr limitat de atingeri, joc pe suprafețe mici, cu reguli simplificate și schimbătoare. Joc cu „zone de inovație": delimitarea zonelor pe teren unde jucătorii sunt încurajați să încerce driblinguri spectaculoase, pase neconvenționale sau șuturi de la distanță. „Jocul mut": fără comunicare verbală pe teren. Jucătorii trebuie să citească mișcările colegilor și să anticipeze.

2. Antrenament bazat pe scenarii de joc.

Exerciții axate pe dribling și fentă: dueluri: 2 contra 1, 3 contra 2, 4 contra 3 în spații reduse. Acestea sunt situații tipice de joc și forțează jucătorii să ia decizii rapide în superioritate sau inferioritate numerică. Regula creativă: jucătorul în atac trebuie să dribleze adversarul și să marcheze într-una dintre porți. Tranziții rapide: schimbare rapidă de la apărare la atac și invers, reducerea timpului pentru a șuta la poartă (asemănător cu regula din baschet). „Labirintul fentelor": se aranjează o serie de conuri sau jaloane într-un „labirint" pe teren. Regula creativă: jucătorii driblează prin labirint, dar la fiecare jalon trebuie să execute o fentă diferită (ex: o fentă de corp, o fentă de pasă, o fentă de șut, o ruletă). „Jocul și creația trebuie să devină sinonime. Cel care va demonstra rezolvări creative pe durata oricărui joc sportiv, va fi creativ și în jocul de fotbal" [6, p. 583].

3. Dezvoltarea abilităților cognitiv-motorii.

Creativitatea este legată de capacitatea de a procesa informații rapid(gândire divergentă) și de a lua cea mai bună decizie (gândire convergentă). Antrenorul încurajează jucătorii să „scaneze" terenul constant pentru a identifica spații și opțiuni.

Rolul antrenorului. Antrenorul este un facilitator al creativității, arată entuziasm pentru ideile noi și gândește creativ în sesiunile de antrenament, le permite jucătorilor să-și exprime ideile și să propună soluții. Antrenorul evită rutina, schimbă exercițiile, regulile și scenariile pentru a crea un spirit propice imaginației, fanteziei.

Dezvoltarea creativității este un proces de lungă durată, doar în procesul antrenamentului de bază nu vor fi rezultate notorii. Este important de a stimula jucătorii să organizeze singuri astfel de jocuri. „Principiul englez: Învață-l pe jucător cum să se antreneze singur" [7, p. 13].

Beneficiile dezvoltării creativității

1. Beneficii pe terenul de joc

Ajută la transferul abilităților în context real de joc. Jucătorii creativi sunt constant provocați să găsească soluții în situații imprevizibile. Se identifică pasa, chiar și driblingul într-un spațiu aglomerat, ieșire de sub presiune cu mingea la picior, crearea de spațiu

pentru șut sau depășirea unui adversar printr-o „cascadă" de fente inedite. Abilitatea de a gândi „pe loc" este tipică în fotbalul actual, unde tactica evoluează rapid și aranjarea jucătorilor în faza de apărare devine bine „cimentată".

Decizii importante. Creativitatea antrenează procesele cognitive care permit jucătorilor să scaneze terenul, să proceseze informațiile relevante și să ia decizii rapide și eficiente sub presiune. Ei nu sunt axați pe o singură opțiune predefinită, ci se adaptează rapid la contextul specific momentului de joc.

Joc mai dinamic și imprevizibil. Un jucător creativ aduce spontaneitate și elementul surpriză în jocul echipei. Pasele neconvenționale, driblingurile neașteptate fac jocul mai spectaculos și mai atrăgător pentru toată lumea. Pe măsură ce tinerii jucători devin mai încrezători în abilitățile lor creative, ei devin mai capabili să gestioneze momentele de presiune ridicată. Ei nu au frica de a risca, sunt siguri în găsirea soluțiilor.

Adaptabilitate în joc. Fotbalul este în continuă schimbare. Jucătorii creativi sunt mai adaptabili la noi sisteme tactice, la stiluri de joc diferite. Ei pot ajusta rapid planul de joc și pot găsi noi modalități de a fi eficienți, se adaptează rapid la transferul de la un club la altul.

Longevitate în cariera sportivă. Jucătorii care se bazează doar pe calități fizice sau tehnice pot avea o carieră mai scurtă, pe măsură ce jocul evoluează. Creativitatea și inteligența jocului permit jucătorilor să compenseze calitățile fizice modeste și să rămână relevanți la nivel înalt pentru o carieră mai lungă.

2. Beneficii în afara terenului (dezvoltare individuală)

Gândire critică și analitică. Procesul de căutare a soluțiilor creative dezvoltă abilitățile de gândire critică și de analiză, esențiale nu doar în fotbal, ci și în toate aspectele vieții.

Încredere în sine. Succesul în găsirea de soluții inovatoare și în depășirea provocărilor formează o încredere solidă în propriile capacități. Această încredere se transferă și în alte domenii, ajutând tinerii să abordeze cu optimism și determinare noi provocări.

Reziliență și perseverență. Rezolvarea problemelor apărute în spațiul de joc cu „sânge rece": nu se poate experimenta, implicit, fără să comiți greșeli, învățarea din eșecuri și perseverența în căutarea unor soluții noi dezvoltă reziliența, o calitate importantă a sportivilor.

Dezvoltarea emoțională. Jocul creativ, lipsit de presiunea excesivă a rezultatului, aduce bucurie și plăcere. Această componentă emoțională pozitivă este esențială pentru dezvoltarea psihologică sănătoasă a copiilor și adolescenților, reducând stresul și anxietatea.

CONCLUZII

Cum scriitorul trebuie să citească, să studieze foarte multă literatură sau muzicianul să asculte, să pătrundă în esența multor compoziții muzicale până a avea creația sa originală, apreciată de specialiști, cititori sau melomani, așa și în fotbal, pentru a fi jucător apreciat, creativ este nevoie de multă transpirație pe terenul de joc, dar și de studiu și analiză a zeci și sute de meciuri, secvențe video pentru a persevera în domeniu.

Fotbalul modern, pregătirea fizică și „tacticizarea" jocului sunt adesea prioritare, creativitatea se impune tot mai mult ca un catalizator. Dezvoltarea acestei calități trebuie să devină prioritate în antrenamentul jucătorilor tineri. Ea devine o necesitate strategică pentru a forma jucători desăvârșiți, capabili să răspundă provocărilor actuale ale jocului.

„Orice activitate care solicită imaginația și libera exprimare a celor mici, fie ea de grup sau individuală, este un instrument eficient în dezvoltarea creativității, oferind copiilor oportunități unice de a explora și învăța într-un mod holistic și interactiv" [8].

Marii fotbaliști au avut și ei de spus un cuvânt despre creativitate și joc. Olandezul Johan Cruyff spunea că „fotbalul e un joc simplu, dar să joci simplu e cel mai greu lucru din lume." [9]. Acest citat subliniază ideea, că adevărata creativitate constă în a face lucrurile complicate să pară simple și eficiente pe teren. Renumitul Diego Maradona spunea că, „mie să-mi dați o minge și lăsați-mă să fac ce știu, în oricare parte a terenului" [10]. Maradona pune în lumină importanța bucuriei și a libertății în procesul creativ. Atunci când un jucător se simte liber și se bucură de joc, spontaneitatea și inovația apar mai ușor.

Cultivarea creativității implică o mentalitate deschisă, capacitatea de a gândi în afara schemelor prestabilite, de a inova sub presiune și de a transforma situații dificile în oportunități. Prin metodologii de antrenament centrate pe joc, care încurajează experimentarea, asumarea riscului calculat și rezolvarea autonomă a problemelor, tinerii fotbaliști învață să „citească" jocul, să anticipeze și să ia decizii inspirate. Antrenorul, prin acțiunile sale, devine arhitectul unui mediu deschis inovației, unde greșeala este o etapă naturală a învățării.

Însă creativitatea în fotbal nu trebuie să funcționeze doar ca efect, de dragul creativității. Dacă jucătorul a executat o fentă sau un cumul de fente spectaculoase „doar pentru sine", faza de joc nu a avut continuitate eficientă, creația sa rămâne doar o simplă amintire. Și dacă el abuzează de joc individual, în felul acesta se pierde arta jocului, partenerii rămân frustrați, astfel și jucătorul pierde din încrederea coechipierilor și antrenorului. Creativitatea unui jucător poate avea o finalizare individuală dar, cel mai des continuă cu jocul partenerilor, atunci echipa se transformă într-o forță, un magnet care atrage și suporterii și toată lumea fotbalistică.

Jucătorul devine creativ prin munca de zi cu zi, din fragedă copilărie, continuând la maturitate, cu suportul colegilor, antrenorilor, părinților, a mediului și culturii în care s-a dezvoltat. Sarcina celor care au tangență cu antrenamentul tinerilor fotbaliști rămâne de a optimiza și încuraja explorarea și învățarea și atunci creativitatea va înflori în mod natural, iar jucătorii inteligenți vor fi capabili să își exprime creativitatea unică atât pe terenul de joc cât și în viața cotidiană.

REFERINȚE:

1. PETRESCU, E., COJOCARI, L. Dezvoltarea creativității copiilor prin utilizarea metodelor activ-participative în educația pentru sănătate. În: *Probleme*

ale științelor socioumanistice și ale modernizării învățământului. Materialele conferinței științifice naționale cu participare internațională, 25 martie, 2022, Seria 24. Chișinău: CEP UPSC, 2022. Vol. 2, p. 137-144. ISBN 978-9975-46-651-6; ISBN 978-9975-46-653-0 (Vol. 2).

2. APOLZAN, D. *Fotbal 2010*. București: F.R.F, 1996. 432 p.
3. WEIN, H. *Developing Game Intelligence in Soccer*. September 1, 2004 Available: https://www.amazon.com/Developing-Game-Intelligence-Soccer-Horst/dp/1591640717 [Accessed: 09.06.2025].
4. BALAGUE, Guillem*. Pep Guardiola. Another Way of Winning: The Biography.* 2012. 352 p. Available: https://sobrief.com/books/pep-guardiola-2 [Accessed: 07.06.25].
5. RĂILEANU, V. Antrenamentul funcțional – parte esențială a pregătirii jucătorilor de fotbal. În: *Integrare prin cercetare și inovare*. Științe sociale, 7-8 noiembrie 2024, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Centrul Editorial-Poligrafic al Universității de Stat din Moldova, 2024, p. 724-730. ISBN 978-9975-62-687-3; ISBN (pdf) 978-9975-62-799-3.
6. RĂILEANU, V. Jocurile sportive în formarea deprinderilor motrice specifice fotbaliștilor. În: Integrare prin cercetare și inovare. Științe sociale, 9-10 noiembrie 2023, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Centrul Editorial-Poligrafic al Universității de Stat din Moldova, 2023, p. 577-585. ISBN 978-9975-62-688-0.
7. ХЕДЕРГОТ, К. *Новая футбольная школа*. Москва: Изд. «Физкультура и спорт», 1976. 239 с.
8. FLORENTINA, A. *Creativitatea – metode și strategii de dezvoltare a creativității, imaginației și inteligenței emoționale pentru preșcolari și elevi*, 17 mai 2024. Disponibil: https://www.vectordirect.ro/blog/inovatie-pentru-scoala/creativitatea-metode-si-strategii-de-dezvoltare-a-creativitatii-imaginatiei-si-inteligentei-emotionale-pentru-prescolari-si-elevi/ [Accesat: 10.06.2025].
9. *Jocul simplu – conceptul Cruyff (1)*. Disponibil: https://coaches-ahead.ro/secretele-antrenorului/jocul-simplu-conceptul-cruyff-1/ [Accesat: 07.06.25].
10. POPESCU, A. *20 citate ale lui Diego Maradona care vor rămâne în legendă! Geniul Argentinei a cucerit omenirea prin vorbele simple și pline de sinceritate*. Disponibil: https://www.prosport.ro/fotbal-extern/campionate-externe/top-20-citate-ale-lui-diego-maradona-care-vor-ramane-in-legendatop-20-citate-ale-lui-diego-maradona-care-vor-ramane-in-legenda-geniul-argentinei-a-cucerit-omenirea-prin-vorbele-sale-simple-si-pline-de-19151536 [Accesat 07.06.2025].