

**ACTIVITATEA COLEGIULUI CENTRAL
AL ANTRENORILOR
în perioada Aprilie 2025 – Martie 2024**

În conformitate cu viziunile specifice, Colegiul Central al Antrenorilor s-a întâlnit de fiecare dată când a fost necesar, conform atribuțiilor sale. Cu sprijinul Federației Române de Volei a pus în dezbateri, a experimentat, a introdus cerințe noi pentru jocul de volei, pentru perfecționarea și modernizarea lui, a propus colectivele tehnice pentru toate Loturile Naționale.

Pentru o mai bună organizare și optimizare a activității Colegiului Central al Antrenorilor, acesta își desfășoară activitatea cu ajutorul comisiilor înființate și organizate în anii trecuți, Astfel:

1. Comisia Tehnică, probe și norme de control - responsabil Lăzărescu Dan.

Pentru că în fiecare an intră în competiții și Loturile Naționale mici, a analizat activitatea antrenorilor, a nominalizat și propus spre aprobarea Consiliului Director antrenorii Loturilor Naționale de Speranțe. Ca urmare, în luna Decembrie 2023 antrenorii nominalizați, împreună cu antrenorii federali și cu responsabilul comisiei tehnice de probe și norme de control, au organizat acțiunea de selecție pentru U 16 masculin și feminin.

U 16 feminin antrenori: Bokor Istvan și Mihăilă Adrian

U 16 masculin antrenori: Apostu Marian și Călin Alexandru, (din motive personale antrenorul principal Gavril Pavăl Rareș a renunțat, iar C.C.A a propus spre nominalizare pe Apostu Marian).

Concluziile și raportul acțiunii a fost înaintat Colegiului Central al Antrenorilor și supus dezbaterilor și analizei.

Pentru turneele finale la Juniori, comisia a stabilit cum se vor trece probele și normele de control, cum se vor face măsurătorile pentru talie și talie compensată.

2. Comisia de Perfecționare - responsabili profesor Stancu Petrică și profesor Paul Bogdan.

Pentru pregătirea profesională a antrenorilor exista la această oră mai multe cursuri de perfecționare cu teme susținute de antrenorii străini care antrenează la cluburile din țara noastră și care au obligația să respecte cerința F.R.V. și a C.C.A de a prezenta o temă în cadrul seminariilor noastre. Temele spre studiu au fost propuse de Comisia de Perfecționare, în urma consultării membrilor C.C.A și a antrenorilor, iar seminariile au continuat și în anul 2024, susținându-se următoarele teme:

1. Marti 05 Martie 2024

Curs de perfecționare antrenori cu tema:

“Tendințe în jocul modern”- prezentat de antrenor S.C.M. Zalău, Vasiljev Rainer;

“Gestionarea noilor generații”- prezentat de antrenor C.S.M. Constanța, Imhoff Cristian, curs adresat antrenorilor de la categoriile de juniori și seniori.

2. Miercuri 27 Martie 2024

Curs perfecționare antrenori cu tema:

“Etapă și modalități de formare și dezvoltare a capacităților și competențelor tinerilor voleibaliști pentru a atinge înalta performanță”- prezentat de antrenor C.S.U. Târgu Mureș, Julien Van De Vyver, curs adresat în mod special antrenorilor de juniori.

3. Joi 18 Aprilie 2024

Curs perfecționare antrenori cu tema:

“Sistemele jocului de volei modern”- prezentat de antrenor Bogdan Kotnik, antrenor al echipei Dinamo București, curs adresat antrenorilor de la categoriile de juniori și seniori.

“Metodologia și sistemele de joc la nivel de juniori”- prezentat de antrenorul Andrea Burattini - coordonator loturi naționale juniori Bulgaria, curs adresat antrenorilor de la categoriile de juniori și seniori.

4. **2-4 Septembrie 2024**

Curs de perfecționare pentru antrenorii de juniori, curs organizat de Federația Română de Volei împreună cu Colegiul Central al Antrenorilor la Câmpulung Muscel, cu sprijinul autorităților locale, curs practic cu participarea fizică a antrenorilor-profesori.

Tematica cursului:

1. “Tehnica învățării preluării din serviciu”- prezentat de antrenor Tănase Bogdan - antrenor Dinamo București.
2. “Mijloace pentru controlul mingii, specific organizării fazei de tranziție”- prezentat de antrenor Imhoff Cristian - antrenor S.C.M Zalău.
3. “Sistemul de joc și antrenament specific pentru faza I de joc”
- prezentat de antrenor Burattini Andrea.
4. “Mijloace și recomandări specifice pregătirii tinerilor coordonatori”
- prezentat de antrenor Atanas Petrov.
5. “Mijloace și metode specifice în antrenamentul de pregătire fizică a tinerilor voleibaliști”- prezintă Gherea Ștefan.
6. “Sistemul de joc și antrenament specific pentru faza a II a de joc”
- prezintă antrenor Burattini Andrea
7. “Modalități de planificare a pregătirii pe nivele de vârstă”
- prezintă antrenor Gătej Mircea - Comisia Metodică a C.C.A.

Un curs foarte reușit cu o participare mare a profesorilor-antrenori de juniori, prilej cu care s-a făcut dovada faptului că antrenorii constituie un grup interesat de destinele voleiului românesc.

5. **Marti 5 Noiembrie 2024**

Curs perfecționare cu antrenorii echipelor de seniori cu tema:

1. “Posibilități de creștere a performanțelor sportive a jucătoarelor de lot național”- prezentat de antrenor Guillermo Naranjo Hernandez - antrenor al Echipei Naționale de volei senioare feminin a României;
2. “Posibilități de creștere a performanțelor sportive a jucătorilor de lot național”- prezentat de antrenor Stancu Sergiu - antrenor al Echipei Naționale de volei seniori masculin a României;
3. “Fete sau băieți? Pot să antrenez ambele categorii ?”- prezentat de antrenor Heynen Vital -antrenor principal al Echipei Naționale de volei masculin a Chinei.

6. **Joi 6 Februarie 2025**

Planificarea/definitivarea perioadelor și a modului de desfășurare a Seminariilor și Cursurilor de perfecționare a antrenorilor de juniori și seniori - Comisia de Perfecționare.

7. **Miercuri 26 Februarie 2025**

Se reiau cursurile de perfecționare pentru antrenori în 3 Martie:

1. “Faza de tranziție în jocul de volei”- prezintă antrenor Sobolewski Piotr - antrenor U. Cluj;
- 2.”Viteza și formele ei de manifestare în execuția procedeele tehnice”- prezintă antrenor Gokhan Keskin - antrenor C.S.M. Pitești.

Activitatea Loturilor Naționale de Juniori și Seniori, privind planificarea activităților și evaluarea participării în competiții internaționale, s-a realizat de fiecare data în cadrul ședințelor C.C.A.

8. **Marti 18 Martie 2024**

Analiza planificărilor activității Loturilor Naționale U 18 feminin și masculin pentru participarea la Turul II de Calificare la Campionatul European U 20.

Feminin: antrenori - Radu Adrian și Negrei Adrian

- Obiectiv calificare la Turneul Final

Masculin: antrenori - Parpală Răzvan și Nicolae Bogdan

- Obiectiv participare turneu de calificare U 20

9. **Joi 8 Mai 2024**

Analiza programului activității Lotului Național Feminin Senioare - Golden League 2024 - realizat de antrenorii Naranjo Hernandez și Began Radu - Turneu Final.

Analiza programului activității Lotului Național Masculin Seniori - Golden League 2024 - elaborat de antrenorii Stancu Sergiu și Parpală Răzvan - Turneu Final.

10. **Joi 29 Mai 2024**

Analiza planificării activității Lotului Național U 18 feminin, participare la Jocurile Balcanice precum și la Turneul Final al Campionatului European - antrenor principal Radu Adrian

Analiza planificării activității Lotului Național U 18 masculin, participare la Turneul Final al Campionatului European U 18 - antrenor principal Parpală Răzvan.

11. **Luni 17 Iunie 2024**

În urma discuției cu Gavril Rareș antrenorul principal al Lotului Național U 16 masculin a declinat participarea la activitățile acestui lot. C.C.A a aprobat ca antrenor principal să rămână Apostu Marian, iar ca antrenor secund Călin Alexandru.

12. **Luni 1 Iulie 2024**

Prezentarea pregătirii pentru Lotul Național U 16 masculin, privind participarea la Balcaniada din Grecia - Mousaki. O participare cu probleme - nu s-a stabilit un obiectiv de performanță, antrenor Apostu Marian și antrenorul secund Călin Alexandru au renunțat la activitatea lotului.

13. **Sâmbătă 6 Iulie 2024**

Prezentarea pregătirii pentru Lotul Național U 16 feminin, participare la Balcaniadă, antrenor Bokor Istvan - obiectiv de performanță locul I-IV.

14. **Miercuri 17 Iulie 2024**

Prezentarea programului pentru Lotul Național feminin senioare, meciuri de calificare pentru Campionatul European 2026.

Membrii Colegiului de Antrenori nu sunt de acord cu planificarea, se solicită o întâlnire on-line pe platforma video Zoom cu antrenorul principal.

15. **Luni 22 Iulie 2024**

Întâlnire cu antrenorul Lotului Național feminin de senioare Guillermo Naranjo Hernandez, Bogdan Paul prezintă programul de pregătire pentru Lotul Național de senioare, conform cerințelor C.C.A.

16. **Vineri 22 Noiembrie 2024**

C.C.A, prin Comisia Metodică și Perfecționare a stabilit o grilă de apreciere pentru premiarea sportivilor și antrenorilor români, în jocul de volei,

- cel mai bun voleibalist masculin+feminin;
- cel mai bun antrenor la seniori și juniori;
- cel mai bun club la nivelul juniorilor și seniorilor;

Prezentarea activității Lotului Național U 16 feminin, competiție în anul 2025 în Bulgaria-Sofia 15-19 Ianuarie.

- Obiectiv locul I-IV în grupa de calificare- antrenori Bokor Istvan și Mihăilă Adrian.

17. **Vineri 10 Ianuarie 2025**

Se aduce la cunoștința C.C.A. noul regulament la arbitraj de la 1 Ianuarie 2025 pe plan internațional, cu 3 reguli noi, care se vor aplica în campionatul intern din anul competițional 2025-2026.

18. **Joi 6 Februarie 2025**

Analiza activității Lotului Național de Cadete U 18 pentru calificări la Campionatul European, la competiția U 20 din Serbia, antrenor Radu Adrian.

Analiza activității Lotului Național de Cadete U 18 la Campionatul Balcanic din Albania și analiza activității Lotului Național la Turneul Final al Campionatului European Alba Blaj - antrenor Radu Adrian.

Analiza activității Lotului Național de Cadeți U 18 masculin, pentru calificări la Campionatul European U 20 Turul II - Estonia- antrenor Parpală Răzvan.

Analiza acivității Lotului Național de Cadeți U 18 masculin - Turneu Final Campionatul European - Bulgaria, antrenor Parpală Răzvan.

19. Miercuri 12 Februarie 2025

Analiza activității Lotului Național feminin speranțe U 16, Campionat Balcanic, antrenor Isvan Bokor.

Analiza activității Lotului Național feminin speranțe U 16, Tur I pentru Turneul Final al Campionatului European U 16 - antrenor Istvan Bokor.

Analiza activității Lotului Național masculin speranțe U 16, Turneu Calificare Tur I la Turneul Final la Campionatul European U 16 - antrenor Apostu Marian.

Analiza activității Lotului Național masculin speranțe U 16, Campionatul Balcanic Grecia - antrenor Apostu Marian.

Analiza planului de pregătire pentru speranțe U 16 feminin, Turneu de Calificare Tur II la Turneul Final Campionat European U 16 – locul I-II în grupă - Slovenia- Maribor- (ROU, SLO, MNE, SVK) perioada 25-27.04.2025 - antrenor Istvan Bokor.

Analiza planului de pregătire pentru speranțe U 16 masculin, Tur II, la Turneul Final Campionat European U 16 - locul I-II în grupă - Georgia în perioada 25-27.04.2025 (ROU, SLO, GEO, HUN)- antrenori Apostu Marian și Borcea Daniel.

20. Vineri 21 Martie 2025

C.C.A și-a exprimat opinia cu privire la componența lărgită a loturilor naționale feminin și masculin la U16 și componența la loturile de seniori, feminin și masculin, pentru competițiile din această vară.

Pentru fiecare plan de pregătire, membrii colegiului și-au exprimat părerea, au făcut completări și sugestii pentru realizarea obiectivelor propuse.

Pentru analiza și evaluarea la competiții internaționale, s-au analizat datele cifrice privind indicatorii tehnico-tactici, condițiile de pregătire, de desfășurare a competiției, dacă s-au realizat obiectivele de performanță și cele de instruire. Unde ne aflăm față de adversarii noștrii internaționali, atât fizic cât și tehnico-tactic, în primul rând la voleiul juvenil.

Pentru anul 2025 C.C.A. și-a structurat activitatea în cadrul unor comisii responsabile care ajută la desfășurarea procesului instictiv-educativ în rândul tinerilor voleibaliști.

C.C.A. 2025

1. Comisia tehnică, probe și norme de control :

Responsabil: Stan Costinel

Lăzărescu Dan

Colaboratori: Ștefănescu Alina (feminin)

Măcicășan Marius (masculin)

2. Comisia de perfecționare:

Responsabil: Stancu Petrică

Colaborator: Paul Bogdan

3. Comisia metodică și de statistică:

Responsabil: Gătej Mircea

Colaboratori: Ceamuru Ramona

Știrbu Cătălin

4. Comisia responsabilă pentru seniori și senioare:

Spătăcean Mircea

Voinea Florin

5. Comisia responsabilă juniori feminin și masculin:

Radu Adrian

Gavril Dan

Activitatea desfășurată de Comisia metodică a C.C.A în anul 2024-2025

1. A elaborat lucrarea : ”Un mod de a planifica pregătirea” la nivel de U13, U15, U17, U 19.
2. Lucrarea a fost prezentată la perfecționarea antrenorilor de juniori de la Câmpulung-Muscel.
3. A finalizat ”Studiu preliminar privind implementarea jocului de minivolei în format 6 la 6”. Concluziile studiului au fost trimise spre validare Consiliului director .
4. Are în lucru un material comparativ al valorilor taliilor la nivel de loturi naționale (nivel speranțe) și evoluția taliei comparativ cu celelalte echipe din Europa.
5. Are în lucru un material cu taliile la nivel de speranțe, material care va sta la baza necesității introducerii jucătorului de talie la nivel de speranțe.
6. Comisia metodică
7. S-a finalizat la solicitarea antrenorilor din țară coborârea fileului începând cu anul competițional 2025/2026 pentru fete la 2,10 și la băieți 2,38 (speranțe).

Responsabil Comisie metodică,
Prof. dr. Gătej Mircea

PROPUNERI PENTRU ACTIVITATEA VIITOARE

1. Continuarea realizării orientării metedice viitoare la nivelul Speranțelor și Juniorilor.
2. Refacerea comisiei pentru pregătirea fizică la nivelul juniorilor și elaborarea unei strategii a unui ghid de pregătire fizică la nivelul speranțelor și cadeților.
3. Strategia de creștere a tinerilor antrenori.

Comisia metodică-statistică:

- 1.Cursuri pentru formarea de statisticieni;
- 2.Cursuri pentru formarea preparatorilor fizici pentru Loturile Naționale.

Președinte C.C.A,
GAVRIL Dan