

RAPORT ACTIVITATE

a Colegiului Central al Antrenorilor 2025-2026

Colegiul Central al Antrenorilor este o comisie tehnică a Federației Române de Volei, care activează pe baza unui program în vederea aplicării atribuțiilor conferite de hotărârea Adunării Generale și a Consiliului Director al F.R.V.

Misiunea Colegiului Central al Antrenorilor este de a elabora strategia generală, privind componența de specialitate a dezvoltării jocului de volei pe plan intern și de a organiza perfecționarea antrenorilor.

Prezentul raport reflectă activitatea desfășurată de Colegiul Central al Antrenorilor de volei în perioada aprilie 2025-martie 2026, având ca obiectiv principal dezvoltarea și perfecționarea activității de antrenorat, creșterea calității pregătirii sportive, perfecționarea continuă și susținerea performanței la toate nivelurile.

Obiectivele activității

- Îmbunătățirea nivelului profesional al antrenorilor
- Monitorizarea și evaluarea activității acestora
- Organizarea cursurilor de formare și perfecționare
- Alinierea metodologiei de antrenament la cerințele voleiului modern
- Sprijinirea activității loturilor naționale, sub aspectul demersului metodologic.

CCA s-a întrunit în ședințe format online, lunar sau de câte ori a fost nevoie. Ședințele s-au desfășurat pe baza unei "tematici" (vezi anexa 1). Deasemenea principala formă de lucru a fost cea pe comisii de specialitate:

1. Comisia tehnică, probe și norme de control :

Stan Costinel, Lăzărescu Dan

Colaboratori: Ștefănescu Alina (feminin) Măcicășan Marius (masculin), iar din august 2025 Macovei Petrișor (masculin)

2. Comisia de perfecționare:

Stancu Petrică, Paul Bogdan

3. Comisia metodică și de statistică:

Gătej Mircea, 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

2. Activități desfășurate pe comisii

- Organizarea de cursuri, seminari și workshop-uri pentru antrenori, dintre care amintim:
 - Stabilirea tematicii cursurilor de perfecționare, stabilirea lectorilor pentru aceste cursuri, tematica expunerilor din sesiunea septembrie a cursului final pentru antrenorii de nivel juniori. Titlurile expunerilor și lectorii se găsesc în anexa 1.
- Participarea la competiții interne și internaționale (monitorizare și analiză)
 - CCA a analizat și validat planurile de pregătire propuse de antrenorii loturilor naționale
 - După fiecare acțiune a loturilor naționale a analizat pregătirea și comportarea echipelor naționale la competiție (obiective îndeplinite, rezultate, probleme apărute).
 - A făcut unele recomandări, considerate oportune, pentru îmbunătățirea activității acestor loturi
 - Au fost făcute propuneri pentru colectivele tehnice ale loturilor, propuneri care au fost trimise spre aprobare Consiliului Director.
- Elaborarea de materiale metodice și ghiduri de pregătire
 - A definitivat aspectele de desfășurare, de regulament a noului format la minivolei (6 la 6).
 - Au fost discutate unele aspecte ale regulamentului jocului de minivolei, care, după implementare, au condus la unele situații neprevăzute de regulamentul întocmit.
 - A definitivat studiul comparativ, referitor la talia nivelului U15, urmând să mai primim date și în acest an de la o altă generație, ulterior urmând să tragem concluzii referitoare la introducerea taliei obligatorii la nivelul de U 15.
 - Am elaborat două forme de planificare (una pentru copii-juniori, iar alta pentru marea performanță), modele care să vină să eficientizeze și să ușureze aspectele de programare, planificare și măsurare a procesului de pregătire în complexitatea lui.
 - Se află în lucru un demers științific pentru modificarea strategiei de pregătire și concurs a loturilor naționale de juniori, strategie care să găsească cele mai eficiente aspecte în ceea ce privește ”definirea valorii echipei, optimizarea planului strategic, validarea modelelor de pregătire, controlul activității lotului și analiza concursului”.
- Colaborarea cu cluburile sportive
 - CCA a organizat întâlniri de lucru (în format online) între Colectivele tehnice ale loturilor de juniori și antrenorii echipelor care au avut sportivi convocați la loturile naționale. Tematica discuțiilor a fost legată de problemele care le au sportivii și modalități prin care ele să fie corectate până la o nouă convocare
- Analiza activității antrenorilor din competițiile naționale
- La sfârșitul lunii decembrie 2025 antrenorii federali, membrii comisiei tehnice, membrii comisiei pentru juniori, împreună cu antrenorii propuși pentru a pregăti echipele naționale, au participat la acțiunea de testare și selecție a sportivilor născuți 2012/2013.

Activitatea colegiului a contribuit la uniformizarea principiilor de pregătire și la consolidarea relației dintre structurile implicate în voleiul românesc. Deasemenea, s-au înregistrat progrese în ceea ce privește perfecționarea continuă a antrenorilor, prin participarea la cursuri, schimburi de experiență și implementarea unor metode moderne de pregătire.

Cu toate acestea, analiza evidențiază și o serie de aspecte care necesită îmbunătățire, precum: creșterea implicării în formarea antrenorilor tineri, dezvoltarea unor programe unitare la nivel de juniori și optimizarea comunicării între toate nivelurile structurale.

În perspectivă, se impune continuarea demersurilor pentru modernizarea procesului de pregătire, adaptarea la cerințele voleiului internațional și consolidarea unei strategii coerente de dezvoltare pe termen mediu și lung.

În concluzie, activitatea Colegiului Central al Antrenorilor de volei se înscrie pe o direcție pozitivă, existând premise reale pentru progres, cu condiția valorificării eficiente a resurselor disponibile și a implementării măsurilor propuse.

Președinte CCA- Prof. Gavril Dan

Anexa 1

C.C. ANTRENORI - Tematica sedinte

Anul 2025

6 februarie 2025

1. PLANIFICAREA / DEFINITIVAREA perioadelor, tematicii si a modului de desfasurare a Seminarilor si Cursurilor de perfectionare ale antrenorilor echipelor de JUNIORI si de SENIORI pentru anul 2025 - **Comisia de Perfectionare**
2. ANALIZAREA materialului privind trecerea de la sistemul de joc 4 la 4 la sistemul 6 la 6, la minivolei - dl.prof. GATEJ Mircea
3. ANALIZA activitate lot national de CADETE (U18) F pentru calificari C.E. U20 tur 2 (Serbia) – antrenor lot (RADU Adrian)
4. ANALIZA activitate lot national de CADETE (U18) F - Campionat Balcanic (Albania) si Turneu final C.E. (Blaj) – antrenor lot (RADU Adrian)
5. ANALIZA activitate lot national de CADETI (U18) M pentru calificari C.E. U20 tur 2 (Estonia) – antrenor lot (PARPALA Razvan)
6. ANALIZA activitate lot national de CADETI (U18) M - Turneu final C.E. (Bulgaria) – antrenor lot (PARPALA Razvan)

12 februarie 2025

1. ANALIZA activitate lot national de SPERANTE (U16) F - Campionat Balcanic (Bulgaria) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
2. ANALIZA activitate lot national de SPERANTE (U16) M - Campionat Balcanic (Grecia) – antrenor lot (APOSTU Marian)
3. ANALIZA activitate lot national de SPERANTE (U16) F - Turneu de calificare (tur 1) la turneu final Campionat European U16 (Bulgaria) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
4. ANALIZA activitate lot national de SPERANTE (U16) M - Turneu de calificare (tur 1) la turneu final Campionat European U16 (Turcia) – antrenor lot (APOSTU Marian)

03 martie 2025

1. CURS perfectionare antrenori (etapa licentiere) - "Faza de tranziție in jocul de volei" - SOBOLEWSKI Piotr Stanislaw (Universitatea CLUJ NAPOCA)
 - "Viteza și formele ei de manifestare în execuția procedeelor tehnice" - KESKIN Gokhan (FC Argeș PITESTI)

31 martie 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) F - Turneu de calificare (tur 2) la turneu final Campionat European U16 (Slovenia) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
2. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) M - Turneu de calificare (tur 2) la turneu final Campionat European U16 (Georgia) – antrenor lot (APOSTU Marian)

25 aprilie 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SENIORI - Golden League si C.M.(prima parte) – antrenor lot (STANCU Sergiu)
2. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SENIOARE - Golden League – antrenor ? lot (fara prezentare)

12 mai 2025

1. PREZENTAREA CONCLUZIILOR (material forma finala) ANALIZEI materialului privind trecerea de la sistemul de joc 4 la 4 la sistemul 6 la 6, la minivolei

20 mai 2025

1. APROBARE INLOCUIRE antrenor secund lot U19 feminin - ENACHE Gabriel cu TRICĂ Alexandra

21 mai 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de JUNIOARE (U19) F - Campionat Balcanic – antrenor lot (RADU Adrian)

27 mai 2025

1. APROBARE MODIFICARE (temporara) pozitie antrenori in staff lot U19 masculin - PARPALA Razvan, NICOLAE Bogdan si MACOVEI Petrisor

29 mai 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de JUNIORI (U19) M - Campionat Balcanic – antrenor lot (NICOLAE Bogdan)

17 iunie 2025

1. ANALIZA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) F - Turneu de calificare (tur 2) la turneu final Campionat European U16 (Slovenia) – antrenor lot (BOKOR Istvan)

2. ANALIZA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) M - Turneu de calificare (tur 2) la turneul final Campionat European U16 (Georgia) – antrenor lot (APOSTU Marian)

3. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) M - Turneu final Campionat European U16 – antrenor lot (APOSTU Marian)

4. PREZENTAREA pe scurt a activitatii loturilor nationale de Volei pe Nisip si validarea antrenorilor si jucatorilor componenti ai loturilor.

11 iulie 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de SENIORI - Campionat Mondial (partea a 2-a) – antrenor lot STANCU Sergiu

04 - 06 septembrie 2025

1. CURS perfectionare OBLIGATORIU antrenori echipe JUNIORI

- "Importanța exercitiului fizic în îmbunatărirea sistemului blocaj – aparare în jocul de volei. Prezentarea de mijloace specifice pentru jucatorii centru si libero" - STOICA Rares (CS Dinamo BUCURESTI)

- "Perfectionarea blocajului la echipele de juniori" - CASTELLANO Maurizio (CSM Corona BRASOV)

- "Alimentatia și suplimentele pentru cresterea sanatoasa si sustinerea performantei voleibalistilor juniori" - conf. univ. dr. NEGREA Cristian (Universitatea de Vest TIMISOARA)

- "Model si structura în pregătirea fizica a jucatorului U18 în jocul de volei" - STOICA Rares (CS Dinamo BUCURESTI)

- "Dinamica relationala dintre antrenor și sportiv: aspecte psihologice" - lect. univ. dr. BONCU Alexandru (Universitatea de Vest TIMISOARA)

- "Greseli frecvente în executarea elementelor jocului de volei la sportivii juniori"

"Mijloace de imbunatatire a loviturii de atac raportat la specializarea pe posturi" - CAKOVIC Jovo (antrenor lot national seniore MUNTENEGRU)

- "Antrenorul – rol profesional si natura umana" - STANCU Petrica (comisie Perfectionare C.C.Antrenori)

06 octombrie 2025

1. ANALIZA activitatii lotului national de SPERANTE (U16) M - Turneu de calificare (tur 2) la turneul final Campionat European U16 (Georgia) – antrenor lot (APOSTU Marian)

2. ANALIZA activitatii lotului national de JUNIORI (U19) F - Campionat Balcanic – antrenor lot (RADU Adrian)

3. ANALIZA activitatii lotului national de SENIOARE - Golden League si Calificari pentru Turneu final C.E.2026

4. ANALIZA activitatii lotului national de SENIORI - Golden League si Campionat Mondial – antrenor lot (STANCU Sergiu)

08 octombrie 2025

1. CURS perfectionare OBLIGATORIU antrenori echipe SENIORI

- "Drumul catre marea performanta" - STANCU Sergiu (antrenor echipa nationala seniori masculin ROMANIA)

- "Creaza din jucatorul tau un jucator mai bun" - HEYNEN Vital

- "Modalitati de integrare a tinerelor sportive in cadrul echipei nationale de senioare" - NARANJO HERNANDEZ Guillermo (antrenor echipa nationala seniori feminin ROMANIA)

04-05 noiembrie 2025

1. CURS perfectionare OBLIGATORIU antrenori echipe JUNIORI (RESTANTA)

- "Model si structura in pregatirea fizica a jucatorului U19 in jocul de volei" - STOICA Rares (CS Dinamo BUCURESTI)
- "Natura umana: cum trebuie sa relationam cu grupul" - STANCU Petrica (comisie Perfectionare C.C.Antrenori)
- Lectie de antrenament deschisa: CSM Bucuresti U19 feminin - MORETTI Maurizio (CSM Bucuresti U19 feminin)

14 noiembrie 2025

Propuneri C.C.Antrenori

- „CEI MAI BUNI - 2025”

20 noiembrie 2025

1. APROBARE staff tehnic lot SELECTIE U16 masculin si feminin
2. APROBARE staff tehnic si colectiv sportivi lot U18 masculin si feminin
3. MODIFICARE regulament U13 - cazuri de accidentare

23 decembrie 2025

1. PLANIFICAREA activitatii lotului national de CADETE (U18) F - Turneu de calificare (tur 1) la turneu final Campionat European U18 (Bulgaria) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
2. PLANIFICAREA activitatii lotului national de CADETI (U18) M - Turneu de calificare (tur 1) la turneul final Campionat European U18 (Muntenegru) – antrenor lot (PARPALA Razvan)

Anul 2026

26 ianuarie 2026

1. SEMINAR perfectionare antrenori (etapa licentiere) - "De la inalta performanta la procesul de antrenare al jucatorilor tineri" - PINTO de ABRANTES Nuno Filipe (CS Unirea DEJ)

24 februarie 2026

1. ANALIZA activitatii lotului national de CADETE (U18) F - Turneu de calificare (tur 1) la turneu final Campionat European U18 (Bulgaria) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
Muntenegru) – antrenor lot (PARPALA Razvan)
3. APROBARE colectiv sportivi lot U18 masculin si feminin
4. PLANIFICAREA activitatii lotului national de CADETE (U18) F - Turneu de calificare (tur 2) la turneu final Campionat European U18 (Bulgaria) – antrenor lot (BOKOR Istvan)
5. PLANIFICAREA activitatii lotului national de CADETI (U18) M - Turneu de calificare (tur 2) la turneul final Campionat European U18 (Romania) – antrenor lot (PARPALA Razvan)

24 martie 2026

1. SEMINAR perfectionare antrenori (etapa licentiere) - „Scoala braziliana de volei - istorie si metodologie. Studiu comparativ cu scolile europene de volei” - FRONCKOWIAK Marcelo (CS Steaua BUCURESTI)