

# **COLEGIUL CENTRAL AL ANTRENORILOR**

## **RAPORT DE ACTIVITATE PENTRU ANUL 2018**

Componența Colegiului Central al Antrenorilor din cadrul Federației Române de Lupte, în anul 2018 a fost următoarea:

Baciu Victor - președinte,  
Ozarchieviți Constantin – vicepreședinte,  
Pop Nelu - secretar  
Albu Horațiu, Burghilea Ovidiu, Iordache Sorin, Katona Lazlo, Kertesz David, Moravan Suraj, Obreja Mihaela, Rareș Voicescu,  
Răducu Gheorghe, Șarban Ioan, Trucmel Cornel - membri.

Și în anul 2018, Colegiul Central al Antrenorilor și-a continuat activitatea, apreciind tot ceea ce s-a făcut bine și cu rezultate notabile, fără a omite însă neajunsurile întâmpinate, lipsurilor înregistrate în activitatea celor implicați în acest sport, încercând, prin dezbateri, prin discuții și diverse exemple, să analizeze modul în care au fost îndeplinite obiectivele propuse pentru anul în curs și să găsească soluții care pot corecta deficiențele semnalate.

Toate aceste lucruri au stat pe ordinea de zi a ședinței Colegiului de Antrenori ce s-a desfășurat în locația situată pe Splaiul Independenței nr. 315-317, lângă Liceul Mircea Eliade din București, ședință ce a fost deschisă de către D-I Președinte Răzvan Pârcălab care a apreciat munca depusă de antrenorii care și-au îndeplinit obiectivele în anul precedent, dar i-a ascultat și pe cei care au trebuit să răspundă de ce nu și-au făcut o evaluare corectă a activității, luând și măsuri.

Un punct important al ședinței a fost evaluarea concretă și corectă a obiectivelor propuse pentru anul în curs, la cele două stiluri de lupte, respectiv greco-romane, lupte libere băieți și fete, pentru toate categoriile de vârstă: seniori, U23, juniori, cadeți și U15.

De asemenea s-a analizat și componența colectivelor tehnice pentru fiecare lot și s-au luat măsuri de îmbunătățire, acolo unde s-au înregistrat curențe în activitate și în realizarea obiectivelor propuse, încercând astfel să se găsească cele mai bune căi prin care acestea să poată fi duse la îndeplinire pentru a obține rezultate bune la competițiile internaționale.

S-a discutat serios despre extinderea ariei de selecție a copiilor și juniorilor. S-a stabilit că prin înființarea de noi centre de pregătire centralizată și cooptarea de noi antrenori se poate îmbunătăți pregătirea copiilor și juniorilor, îmbunătățind astfel performanța sportivă pe plan internațional.

Pe parcursul anului 2018 au avut loc și două Cursuri de perfecționare, unde, antrenorii cu experiență au avut ocazia să-și reamintească unele metode și mijloace de antrenament, iar colegii mai tineri, să le cunoscă și să le aprofundeze.

Primul curs de perfecționare a antrenorilor s-a desfășurat la Câmpulung Muscel, în perioada 01 – 02 martie 2018 organizat de Federația Română de Lupte, în colaborare cu Colegiul Central al Antrenorilor. La acest curs au avut obligația de a participa toți antrenorii activi, pentru obținerea dreptului de a însoți sportivii la competițiile oficiale și pentru dobândirea licenței F.R.L. Cheltuielile pentru organizarea cursului au fost suportate de către Federația Română de Lupte.

Cursul de perfecționare a fost deschis de Președintele F.R.L., d-l Răzvan Pârcălab și de Secretarul F.R.L., d-l Alin Grigore, care au prezentat tematica cursului și modul de desfășurare al acestuia, pe parcursul celor două zile de expunere. Tematica cursului a fost foarte bine structurată și bine documentată, fiind împărțită pe grupuri de interese. Prioritate a avut antrenorii loturilor naționale și arbitrilor. În acest context, lectorii au prezentat ultimele noutăți apărute pe plan mondial în privința schimbărilor de arbitraj, ocazie cu care s-au prezentat documentele și termenele de înscriere a sportivilor la competițiile internaționale.

Modificările și interpretările de arbitraj au fost prezentate de către Președintele Colegiului de arbitri, d-l Ference Gyarmati, care a structurat foarte concret acțiunea, valoarea și contextul în care se acordă unul, două, patru sau cinci puncte. De asemenea, președintele Comisiei de competiții, d-l Dima Constantin a prezentat operațiunile specifice înscrierilor în legitimația de concurs.

A doua zi de perfecționare a fost destinată tuturor antrenorilor, inclusiv celor de la cluburi, unde lectorii au prezentat mult mai detaliat tematica din prima zi; au avut loc dezbateri și lămuriri privind interpretările de arbitraj, rolul șefului de saltea, toate exemplele fiind însoțite de imagini prezentate și lămurite de d-l Ference Gyarmati. În continuare, D-l Dima Constantin a prezentat Reglementările generale și operațiunile specifice activității Comisiei de Competiții.

Au urmat dezbateri pe marginea materialului ”Antrenorul - comportament adecvat în antrenament și competiție” prezentat de d-l Petru Toarcă - lector în cadrul Federației Internaționale U.W.W. și a materialului ”Forța în regim de viteză”, prezentat de d-l Victor Baciu, Președinte Colegiului Central al Antrenorilor.

Toți participanții au dat atenție sporită expunerii cu privire la ”Reguli anti-doping la nivel național și internațional”, material prezentat de d-l Valentina Alexandrescu – director general și d-na Claudia Berbecaru – consilier Agenția Națională Anti-Doping.

La finalul cursului, Secretarul general al F.R.L., d-l Alin Grigore a exprimat o serie de concluzii, a transmis câteva direcții de acțiune pentru anul competițional în curs și a înmânat diplome participanților.

Al doilea curs de perfecționare al Antrenorilor și Profesorilor de Lupte din România a avut loc în perioada 28 iunie – 1 iulie 2018, în localitatea Limanu/2 Mai, județul Constanța. Cursul s-a desfășurat pe parcursul a patru zile; în primele două zile s-au dezbătut probleme de arbitraj, probleme tehnice privind pregătirea antrenorilor, probleme privind imaginea F.R.L. în lume, iar în ultimele două zile s-au desfășurat o serie de activități practice.

Cursul a fost deschis de d-l Alin Grigore - Secretar general al F.R.L. A urmat de d-l Marian Berbec – Director tehnic F.R.L. care a supus atenției participanților tema ” Ranking Series – nou sistem de punctare în clasamentul pe țari/echipe, la competiții individuale UWW”, după care, d-na Dana Iordăchescu a prezentat tema ” Instrumente și metode eficiente de promovare a luptelor românești”. D-l Petru Toarcă – Antrenor formator-UWW a supus dezbaterilor tema ” Explicația, demonstrația, corectarea greșelilor – Când? Cum? De Ce?”.

A doua zi a cursului a început cu tema ”Actualități în arbitrajul Mondial” prezentată de d-l Ferenc Gyarmati – Președinte Colegiul Central al Arbitrilor. A urmat de d-l Dima Constantin – Președintele Comisiei de Competiții, cu tema ”Actualizarea Regulamentului de lupte pe plajă” și ”Imaginea Federației Române de Lupte în mediul one-line” prezentată de d-l Cătălin Epuraș - Comisia de Competiții.

Dezbaterile au continuat pe o temă care i-a interesat mai mult pe antrenori, respectiv ” Pregătirea fizică generală și relația efort - oboseală” prezentată de d-l Cuvelea Alexandru – Inspector de specialitate 1 din cadrul Centrului Național de formare și perfecționare a antrenorilor și pe tema ”Model de proiectare a antrenamentului sportiv în format electronic”, prezentată de d-l Scuturici Constantin - profesor/membru în Biroul Federal.

La încheierea cursului teoretic, Secretarul General al F.R.L., d-l Alin Grigore a făcut aprecieri asupra utilității temelor prezentate în cadrul cursului, dar și asupra punerii lor în practică, ceea ce este de fapt, cel mai important.

După încheierea și a celor două zile de activitate practică, participanții au primit Certificate de participare la curs.

La aceste cursuri au fost prezenți majoritatea antrenorilor, iar tematica diversificată, propusă de organizatori, pe parcursul celor două zile de expuneri/dezbateri și a celor doua zile de activități practice a dat posibilitatea participanților să-și completeze cu noi informații bagajul de cunoștințe privind pregătirea sportivilor de performanță.

Sperăm ca cele două cursuri de perfecționare ținute în anul 2018 să revigoreze puțin cunoștințele tuturor și să trezească în fiecare cursant dorința de a face mai bine și cu mai multă responsabilitate, fiecare activitate desfășurată la nivel de club, atât pe direcția depistării și pregătirii fizice, cât și pregătii tehnice a sportivilor, pentru a fi competitivi la nivel național și internațional.

Dacă antrenorii loturilor naționale vor reuși să aducă mai multe medalii internaționale, cu sportivii pe care antrenorii de la cluburi îi depistează și îi pregătesc, atunci putem considera că rezultatele obținute sunt pe măsura așteptărilor, iar aceste cursuri de perfecționare și-au atins scopul.

Colegiul Central al Antrenorilor felicită Managementul Federației Române de Lupte pentru rezultatele obținute în anul 2018, cât și pentru organizarea Campionatului Mondial U 23, unde am demonstrat lumii că avem sportivi de valoare, că putem fi și gazde primitoare și că avem un cuvânt de spus în domeniul luptelor.

De asemenea, ne bucură faptul că, unele cluburi din țară au reușit să-și promoveze antrenori tineri care au dat un alt suflu participărilor la concursurile naționale, echilibrând ponderea valorilor și demonstrând potențialul nostru intern, care nu-i mai prejos față de cel internațional.

Pentru a avea seniori buni și valoroși, nu trebuie să grăbim creșterea copiilor prin a le pune în cârcă obiective de înaltă performanță, poate chiar și la nivelul cadeților ar trebui să redimensionăm obiectivele. Cred că este necesar să analizăm atent și să identificăm sportivii care pot concura fără presiune, să-i adunăm în centre de pregătire doar pe cei care au abilități reale pentru marea performanță, iar centrele de pregătire să fie suficiente, mărind astfel aria de selecție pentru loturile naționale de juniori și de seniori.

S-a văzut și la competițiile din anul 2018 că strategiile de pregătire aplicate la nivelul Loturilor Naționale de Juniori și Seniori, în locații în care s-au pregătit și sportivi din mai multe țări, au pus în evidență calitățile sportivilor noștri care s-au luptat ulterior la adevărata lor valoare.

Cele opt medalii obținute la Campionatul Mondial U 23, au fost „CIREAȘA DE PE TORT” pentru anul competițional 2018.

**Prof. Victor BACIU,**  
**Președintele Colegiul Central al Antrenorilor**