

RAPORT DE ACTIVITATE

COMISIA TEHNICO METODICA

În calitate de președinte al CCTM, vă informez despre activitatea sumară depusă până astăzi în cadrul acestei comisii și despre intențiile, nevoile acestei comisii pe termen scurt, mediu și lung:

- de la investire și până astăzi nu am primit din partea structurii FRH un aviz favorabil apropos de componenta CCTM, aviz ce se impune pentru o bună funcționare a CCTM;
- am avizat favorabil și acordat dreptul de joc la junioare 3 feminin sportivei Savu Roxana Maria pentru sezonul competițional 2025-2026;
- în urma propunerii subcomisiei de junioare, am solicitat și primit aviz favorabil pentru numirea d-nei Bora Victorina în funcția de antrenor principal la lotul de junioare 2008-2009 din partea membrilor propuși de mine în CCTM și dl Din: dl Gombos Leon, dl. Acsinte Alexandru, dl. Paul Mihăila, dl. Petru Ghervan, obținând acord pozitiv pe l-am comunicat prin adresa din data 29.01.2026;
- colegi din CCTM au solicitat CV pentru colaboratorii d-nei Bora la lotul de 2008-2009, solicitare pe care am comunicat-o antrenorului principal, însă nu am primit feedback până astăzi, fapt pentru care nu ne putem exprima avizul pozitiv/negativ;
- în urma discuției cu dl. Mazilu Viorel și d-na Nicoleta Alexandrescu am hotărât împreună cu membri CCTM ca astăzi, 06.02.2026 la orele 20.00 să susținem o ședință online în care să discutăm planificarea, structura și conținutul cursurilor de perfecționare pentru Master Coach, antrenori seniori, antrenori juniori din lunile iulie, august 2026;
- asemenea, doresc să supun atenției dumneavoastră, membrilor comisiei CCTM un plan de lucru în sarcina acestei comisii.

PROPUNERE PLAN DE LUCRU
COMISIA CENTRALĂ TEHNICO-METODICĂ / BIROUL EXECUTIV.

Premise generale.

Activitatea CCTM se desfășoară în baza:

- Strategiei FRH pe termen scurt (1 an?), mediu (2–4 ani?) și lung (5–8 ani?);
- Calendarului competițional intern și internațional (EHF/IHF);
- Necesităților reale identificate în formarea, perfecționarea și evaluarea antrenorilor, colaboratorilor din cadrul disciplinelor complementare;
- Direcțiilor de dezvoltare stabilite de FRH: mini, juniori, seniori, pregătire fizică, selecție, educație, digitalizare, științe aplicate în sport.

Obiective strategice generale ale CCTM.

1. Termen scurt (1 an):

- Elaborarea materialelor metodice pentru competițiile sezonului în curs (juniori, tineret, seniori).
- Organizarea cursurilor de formare și perfecționare pentru antrenori (licențe A/B/C).
- Realizarea analizelor tehnico-tactice pentru loturile naționale și campionatele interne.
- Sprijin metodic pentru cluburi și centrele olimpice/naționale de juniori.

2. Termen mediu (2–4 ani):

- Implementarea unui sistem unitar de predare a handbalului la toate nivelurile FRH (metodică standardizată).
- Dezvoltarea unui **Manual Național de Pregătire și Competențe** pentru antrenori.
- Introducerea unei platforme digitale cu materiale video, rapoarte, baze de date, analize și modele de antrenament.

3. Termen lung (5–8 ani):

- Reformarea sistemului de formare continuă a antrenorilor, în colaborare cu universitățile și EHF.

- Crearea unui **Centru Național de Cercetare și Analiză în Handbal**.
- Standardizarea completă a traseului de dezvoltare a jucătorului român.

Direcțiile principale ale planului de muncă CCTM.

1. Activitatea metodică și științifică:

1.1. Elaborarea materialelor metodice;

- Ghiduri pentru structurarea sezonului: pregătire, competiție, tranziție.
- Proiecte de antrenament pe categorii de vârstă.
- Modele de fișe tehnico-tactice și fișe individuale de jucător.
- Modele de planificare (anuală, semestrială, microciclu).
- Documente de evaluare tehnică pentru turneele finale FRH.

1.2. Actualizarea permanentă a metodicilor în funcție de;

- Tendințele handbalului european (modul EHF Master Coach, EHF Conference).
- Inovațiile în pregătirea fizică, recuperare și analiza datelor.
- Evoluțiile regulilor de joc.

2. Activitatea de perfecționare și formare a antrenorilor:

2.1. Cursuri și licențieri;

- Organizarea cursurilor de licență C, B, A FRH.
- Colaborare cu EHF pentru cursuri EHF License și Master Coach.
- Organizarea de seminarii trimestriale în centre regionale (Nord, Sud, Vest, Est).

2.2. Perfecționare anuală obligatorie;

- Conferințe tematice: atac 7 la 6, apărare 6/7, apărare combinată- avansată, pregătire fizică modernă, selecție.
- Cursuri practice în teritoriu și la loturile naționale.

2.3. Evaluarea periodică a antrenorilor;

- Portofoliu profesional.
- Analiză video.

- Participare la conferințe, cursuri teoretice(online), practice.
- Rezultate la nivel de club/operațional.

3. Analiză tehnico-tactică și suport pentru loturile naționale:

3.1. Analize video și statistice;

- Realizarea de rapoarte individuale și colective pentru toate loturile naționale (M/F).
- Analize la turnee internaționale, calificări și competiții majore (EHF/IHF).
- Propuneri metodice pentru îmbunătățirea jocului (atac, apărare, tranziție, faze fixe).

3.2. Colaborarea cu staff-urile tehnice ale loturilor;

- Ședințe lunare de coordonare.
- Standardizarea conținuturilor tehnice pe grupe de vârstă.
- Sprijin în selecție (instrumente de evaluare și fișe de selecție, indici atitudinali/permanțiali).

4. Activitatea la nivelul cluburilor și centrelor regionale FRH:

4.1. Monitorizarea centrelor naționale/regionali de juniori;

- Vizite trimestriale cu participarea unui membru al CCTM, la cum suntem "distribuiți" din punct de vedere geografic (dl.Gombos/vest, dl Ghervan/dl.Acsinte nord-est, dl Paul sud vest/centru, eu pot acoperi zona de sud-est).
- Evaluări tehnico-metodice.
- Raport anual de progres pentru fiecare centru.

4.2. Sprijin pentru cluburi;

- Programe demonstrative de antrenament.
- Conferințe, cursuri cu teme actuale (defensive moderne, finalizare, pregătire fizică, managementul echipelor de club).
- Suport pentru integrarea analizei video în cluburile de juniori.

5. Activitatea de selecție și dezvoltare a jucătorului român:

- Construirea unei baze de date naționale pentru jucători U13–seniori.

- Criterii standardizate pentru selecție (tehnice, fizice, tactice, cognitive).
- Plan pe termen lung pentru dezvoltarea tinerilor sportivi (pe etape).
- Calendar anual al acțiunilor de selecție (triale, mini-cantonamente regionale).

6. Cercetare aplicată și colaborare academică:

- Parteneriate cu UNEFS, UCV, UBB, UVT, UMF ... pentru studii aplicate.
- Publicarea anuală a unui **Raport Științific FRH** (tendențe, inovații, statistică avansată).
- Implementarea tehnologiilor moderne: GPS, video analiză, handball-AI, teste reactive, monitorizare fiziologică.

7. Activitate administrativă și organizatorică:

- Întocmirea rapoartelor trimestriale către conducerea FRH.
- Ședințe operative ale CCTM la fiecare doua luni.
- Actualizarea documentelor oficiale:
 - *Regulamente metodice,
 - *Ghiduri de licențiere,
 - *Proceduri interne.
- Colaborarea cu departamentele FRH: competiții, loturi, marketing, tehnic.

Calendarul anual de lucru (model orientativ):

Trimestrul 1;

- Analize complete sezon în curs,
- Elaborare ghid metodic,
- Cursuri licență C/B,
- Evaluări în centre regionale.

Trimestrul 2;

- Cursuri online tematice,
- Sprijin pentru loturi (analize turnee calificare),
- Publicarea primului raport metodic,

Triale și selecții regionale cu prezenta unui membru CCTM (dl. Gombos/vest, dl Ghervan / dl. Accsinte nord-est, dl Paul sud vest/centru, eu pot acoperi zona de sud-est).

Trimestrul 3;

- Pregătirea sezonului viitor,
- Ghid de planificare pentru cluburi,
- Perfecționare antrenori (cursuri tematice online),
- Analiză pre-competițională loturi.

Trimestrul 4;

- Analiza sezonului competițional intern,
- Raport anual către FRH,
- Plan strategic pentru anul următor,
- Ședință generală CCTM , director tehnic, antrenori federali, staff-uri loturi.

Livrabile anuale ale CCTM către conducerea FRH:

- **Ghid metodic FRH (ediția anuală).**
- **Planificarea unitară pe categorii de vârstă.**
- **Portofoliu video metodic.**
- **Rapoarte tehnico-tactice loturi naționale.**
- **Raport anual CCTM pentru FRH.**
- **Materiale de perfecționare antrenori (conferințe, cursuri, manuale pe categorii de vârstă).**

Indicatori de performanță:

- Numărul antrenorilor perfecționați anual.
- Implementarea metodicilor în cluburi (procente, evaluări).
- Rezultatele loturilor naționale.
- Gradul de utilizare a platformelor digitale FRH.
- Respectarea calendarului anual CCTM.
- Progresul centrelor regionale(CNOPT-uri).

06.02.2026

Președinte CCTM,

Burcea George Bogdan