



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe - Romanian Boxing Federation

Tel.: + 40 21 317 01 86

Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046

E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București

www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Strategia de dezvoltare a boxului românesc prin prisma atingerii obiectivului maximal: Jocurile Olimpice 2023-2032



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

PREAMBUL

1. BOXUL – FASCINAȚIA RINGULUI

Boxul este probabil cel mai vechi sport marțial din istoria omenirii, originile sale pierzându-se undeva în Grecia Antică, în timpul celebrelor Olimpiade sau în arenele faimoșilor gladiatori romani. De-a lungul acestor milenii, boxul a suferit numeroase transformări, până să ajungă la „forma” din zilele noastre. Pugilismul a încetat de mult să mai fie o luptă în care doi adversari își demonstrează forța și s-a metamorfozat într-o veritabilă artă, care implică o condiție fizică de invidiat, care conduce automat la o pregătire fizică impresionantă, rapiditate în execuția mișcărilor specifice, dar și foarte mult curaj, o dezvoltare fizică generală armonioasă, determinare și inteligență tactică. Acum, pe drept cuvânt, boxul se numește „nabila artă”. Considerat unul dintre cele mai complete și mai complexe sporturi, boxul e îndrăgit și practicat de un număr extrem de mare de români. De altfel, țara noastră a fost o veritabilă forță a acestei discipline, de care până și marile puteri mondiale ale pugilismului amator – Cuba și Rusia – se temeau. Federația Română de Box și-a propus să stopeze căderea boxului nostru, ca de altfel a întregului sport românesc, să revitalizeze această disciplină și să repună „nabila artă” din România pe circuitul mării performanțe. Cu un program strategic bine structurat pentru următorii zece ani, cu disciplină, muncă și implicarea totală a tuturor responsabililor de destinele acestui sport, FR Box are acum un singur obiectiv pentru pugilismul românesc: PERFORMANȚA.

2. NECESITATE ȘI ARGUMENTAȚIE

Cu aceiași oameni, aceleași metode și aceleași condiții de pregătire și instruire este absurd să așteptăm să ajungem la rezultate diferite, la rezultate mai bune, mai centrate pe cerințele sportului modern și pe construcția unui sistem de performanță solid, rezistent în timp.

Evaluând rece și pragmatic potențialul real al boxului românesc, conducerea Federației a ajuns la concluzia că are obligația de a încerca un alt drum, fără antrenorul unic atotștiutor, ci axat pe un nucleu de specialiști cu atribuții și responsabilități clare. În plus, este vital crearea unui mediu propice atât de performanță, cât și de educație a sportivilor și antrenorilor și de perfecționarea și implementarea unor noi metode de lucru pentru cât mai mulți sportivi și antrenori.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Înainte chiar de finalizarea ciclului olimpic 2016-2021, care din exterior pare unul bun, cu rezultate dătătoare de speranțe, s-a făcut la nivelul intern al federației o analiză completă a boxului românesc, un audit al performanței, mai ales la nivel de seniori, cea mai vizibilă categorie a fiecărei ramuri sportive. Practic, real și cu argumentele imbatabile ale cifrelor, boxul nostru se află și în prezent într-o stare extrem de grea, fiind nepregătit, pe termen lung, pentru marea performanță, întrucât nu acționează și nu-și desfășoară activitatea pe toate palierele pe o strategie temeinică, realistă, urmărită cu strictețe. Datele anilor anteriori au arătat o prezență la competițiile naționale de seniori între 29 și 66 de sportivi per competiție și dintre aceștia o mare parte complet nepregătiți pentru competițiile internaționale de anvergură (ANEXA 1).

Cauzele care au dus la această situație sunt multiple și extrem de complexe: financiare, de infrastructură, de profesionalism, de lipsa conturării unui traseu de performanță pe minimum opt-zece ani, de nivelul de pregătire și dedicare a antrenorilor, de motivația sportivilor, selecție, criteriile de includere a sportivilor și antrenorilor în loturi, activitatea cluburilor etc. și peste toate acestea comunicarea și găsirea unui limbaj comun de lucru.

Perioada 2015-2018, în care Federația Română de Box a avut sistată finanțarea de la Ministerul Sportului, a micșorat și mai mult bazinul de selecție și a îngustat dramatic cadrul de performanță din boxul românesc. Mulți seniori au renunțat la box, mergând la muncă în străinătate, sau au încercat cariere în boxul profesionist. Trebuie precizat însă că și anii anteriori, traseul boxului românesc era axat pe talentul nativ al unor sportivi și dedicarea unor antrenori și oameni de box și nu pe o strategie de lucru coerentă și viabilă. Dovadă în acest sens, diminuarea drastică a performanțelor internaționale ale seniorilor după anul 2014.

2.1. Potențial și perspectivă

După reluarea circuitului normal de finanțare, începând cu jumătatea anului 2018, și după eforturile pentru acoperirea enormelor datorii cumulate, conducerea Federației a întocmit un plan de redresare cu bătaie lungă (trei cicluri olimpice), axat pe performanță, mai ales sportivă, dar și umană. Analiza la nivel de seniori, rece și cu rezultate șocante, ne-a obligat să ne concentrăm atenția pe cadeți și juniori.

La aceste niveluri, rezultatele pozitive au fost rapide, obținând medalii europene importante și chiar titluri de campioni europeni atât în 2020, cât și în anul curent. Boxul



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

românesc are în continuare sportivi cu talent nativ – lucru cunoscut și recunoscut – astfel că nevoia strigentă acum este de investiții umane, chiar mai mult decât materiale, de antrenori și specialiști de calibru, de **ASUMARE**, de **MOTIVARE**, de **RESPONSABILIZARE**, de **MONITORIZARE** a evoluției și de **CONTROL** permanent a activității la loturile naționale.

În plus, FR Box are acum posibilitatea de restabilire a priorităților, astfel încât loturile naționale să fie „laboratoare de performanță” ce pot asigura, cu o bază solidă de pregătire sportivă, morală și educațională, lotul olimpic, pentru îndeplinirea obiectivului prioritar, calificarea și reprezentarea la Jocurile Olimpice.

Boxul românesc a fost adeseori adeptul principiului că „în lacuri cu noroi pe fund cresc nuferi”, astfel că și-a extins adeseori aria de selecție spre zonele defavorizate, spre sate sau familii cu posibilități limitate pentru a da o șansă reală copiilor la un drum corect în viață. Iar rezultatele din acest punct de vedere au fost de cele mai multe ori peste așteptări, în ciuda drumului anevoios care a trebuit parcurs. Din astfel de medii au ajuns în sportul de înaltă performanță și ulterior oameni cu ținută morală ireproșabilă o mulțime de campioni, astfel că importanța rolului educațional și de șlefuire a caracterelor în centrele olimpice capătă noi conotații de obiectiv național.

Inițiativa elaborării unei ample și realiste strategii de dezvoltare este și rezultatul conștientizării faptului că evoluția competitivă a boxului poate fi efectuată doar prin efectuarea unei politici corecte, în concordanță cu realitățile momentului, planificată strategic și urmărită minuțios cu etape intermediare de atingere a obiectivelor asumate și responsabili pentru realizarea fiecăreia dintre aceste etape.

3. TACTICA STRATEGIEI

Termenul de *strategie*, pentru români, duce cu gândul mai degrabă la oamenii de afaceri, la conducătorii de corporații, la sforarii care fac și desfac pe scena politică, decât la sport. Atunci când se referă la domeniul sportiv, probabil că este vorba de conducerea forurilor/federațiilor/cluburilor sportive și mai puțin, sau deloc, la planul tehnic de abordare a unei competiții sau a unui meci. Cu toate acestea, tactica strategiei este la fel de relevantă și în arenele sportive, la fel ca în mediul de afaceri, pentru că lecțiile din mediul de afaceri se aplică de multe ori cu succes și în mediul sportiv. „Strategia națională pentru sport” constituie un punct de plecare realist și eficient



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

pentru o recorelare a strategiei naționale pentru box la problemele, dar și soluțiile moderne.

3.1. Business-ul sportului

Obiectivele strategiei de business sunt maximizarea valorii produselor, creșterea impactului acestora. Acest lucru se va întâmpla în box prin crearea de vedete, cu carismă pe toate palierele, începând cu sportivii, singurii care pot ajunge la medalii.

3.2. Concurența creează nevoia de strategie

În sport, concurența a devenit tot mai acerbă, pe măsură ce banii au început să joace rolul decisiv al motivării. Această provocare, de a „ataca” podiumurile, necesită activități legate de marea performanță, dincolo de descoperirea, selecția, pregătirea tehnico-tactică a sportivilor. Pentru a fi competitivi e nevoie de strategie, de sprijinirea creativității, inovației, de implementarea diferitor acțiuni măsurabile care vizează succesul.

Strategia competitivă înseamnă căutarea unei poziții favorabile, care să constituie un avantaj durabil și profitabil. Rezultatul unui meci, al unui joc, al unui campionat (mai ales) poate fi supus atacului mai multor presiuni, pentru depășirea cărora e nevoie de un strategie. Cele mai cunoscute dintre acestea sunt:

- evoluția și surprizele pregătite de adversari;
- presiunea rezultatelor;
- presiunea suporterilor;
- accidentarea sau pierderea din varii motive a unor sportivi de bază;
- acoperirea nevoilor financiare care depind de atingerea obiectivului.

3.3. Maximizarea analizei SWOT

Analiza SWOT este esențială pentru dezvoltarea unei strategii competitive. SWOT reprezintă punctele forte, punctele slabe, oportunitățile și amenințările (*Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats*). Șablonul SWOT poziționează forța și slăbiciunea împreună pentru o vedere internă a oportunităților și amenințărilor legate de probleme externe. Maximizarea SWOT pentru strategie se bazează pe patru elemente fundamentale, conform Dwight și Tanner:



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

– Luați în considerare preocupările externe și interne cu sinceritate. Faceți față evenimentelor negative.

– Adoptați o abordare de ansamblu pentru a nu ignora problemele relevante.

– Examinați trecutul și luați în considerare ce poate aduce viitorul. Treceți dincolo de imediat.

– Căutați opiniile și percepțiile celorlalți. Două sau mai multe capete sunt mai bune decât unul.

Grila SWOT evidențiază resursele și capacitățile echipei alături de problemele externe care pot fi exploatate sau care trebuie evitate. Punctul de plecare este identificarea punctelor tari și a punctelor slabe interne și apoi acoperirea sistematică a oportunităților și amenințărilor. Gândirea critică din spatele oricărei strategii de dezvoltare contribuie la eficacitate.

3.4. Antrenorul = atotștiutorul

Un antrenor de succes este și un bun strateg și un bun tehnician, având câteva atuuri majore, cum ar fi:

– Are capacitatea de a-și fixa obiective, planificând apoi minuțios modul de realizare al acestora;

– Se orientează și se informează permanent asupra posibilităților, a mijloacelor și a căilor necesare pentru atingerea scopului;

– Calculează anticipat riscul respectivelor acțiuni și ajunge la diferite alternative sau moduri de abordare a jocurilor/meciurilor;

– Se adaptează condițiilor și le exploatează eficient, economisind timp și energie;

– Ține cont de analizele adversarilor;

– E pregătit și pentru eventualele surprize din partea adversarilor.

În plus, pentru a fi cu adevărat performant în sportul său, un antrenor trebuie să cumuleze cât mai multe cunoștințe pe cinci paliere principale, astfel:

Planul tehnic / Privește procedurile de pus în aplicare la nivelul organizării motrice pentru dobândirea eficienței în diferitele acțiuni de realizat în sportul respectiv. De exemplu, executarea unor aruncări eficiente în handbal, schimbarea rapidă de direcție în dribling, la baschet, executarea unor pase pentru atac în volei, împingerea în grămadă la rugby etc.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Planul tactic/ Se raportează la procedeele ce permit luarea deciziei optime pentru cea mai eficientă acțiune și la deprinderile tactice ce oferă controlul alternativelor din joc.

Planul regulamentar / Este obligatoriu ca „profesorul“ să fie permanent updatat cu cele mai noi modificări ale regulamentelor. Cunoașterea acestora ca un expert, mai ales pe parte de arbitraj, îi oferă nu numai șansa de a nu greși, dar poate chiar și posibilitatea de a profita.

Planul terminologic / Se raportează la însușirea vocabularului specific fiecărui sport.

Planul strategic / Abordarea fiecărui meci, astfel încât să ajute la realizarea obiectivului major.

3.5. Tactica – intenția indirectă

În multe sporturi, tactica se referă la utilizarea intenționată a unor acțiuni care pregătesc realizarea strategiei. Ea este raportată la procesul de evaluare în decursul situațiilor, ca premisă pentru a stabili și a pune în practică niște măsuri ingenioase, vizând influențarea sau ducerea adversarului în eroare. Tactica este necesară atunci când obiectivul nu poate fi atins cu ușurință în mod direct, trebuind să determine una sau mai multe faze intermediare pentru a pregăti mijloacele necesare realizării obiectivului. Scopul tacticii este de a renunța parțial la acțiunea propriu-zisă, forțând atingerea rezultatului prin metode complementare de genul:

– Să obțină informațiile necesare evaluării corecte a adversarului și a situației competiționale (observare, analiză, culegere de informații prin așa-numita etapă de tatonare).

– Să dea adversarului informații insuficiente sau false (fente, simulare, paravane, afișarea unei încrederi sporite, inducerea în eroare prin afișarea unor slăbiciuni false etc.).

– Să fie create condițiile favorabile pentru executarea acțiunii care generează rezultatul.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

3.6. Rolul managerului de performanță

În strategiile a numeroase cluburi/federații/loturi naționale – ce-i drept, din străinătate – a apărut în ultimii ani un strateg-cheie: managerul de performanță. Acesta are rolul de a contribui la asigurarea cadrului optim de pregătire și competiție, e responsabil de programul de asistență pentru sportivi, de localizarea antidoping a sportivilor, de materialele și echipamentele sportive necesare acestora. În plus, verifică realitatea obiectivelor asumate de antrenorul principal în funcție de planul de pregătire întocmit, are grijă la modul de gestionare a bugetului alocat, conduce departamentul de comunicare din cadrul lotului. De asemenea, managerul de performanță contribuie la respectarea planului de pregătire și urmărește și supraveghează îndeaproape evoluția, gradul de creștere și atingerea obiectivelor intermediare în drumul spre cele finale. Fișa de post pentru acest oficial, conform ROAF-ului mai multor federații canadiene, este una extrem de încărcată cu sarcini importante.

3.7. Nevoia de o strategie de supraviețuire

Profesionalismul sportului din ultimii 25 de ani a dus la multe provocări în ceea ce privește stabilitatea financiară, disponibilitatea jucătorilor și pasiunea fanilor. Nu există nicio îndoială că, de la începutul erei profesionale, sportul și-a pierdut luciul și mare parte din fani. Trebuie doar să ne uităm la arenele goale pentru a ne da seama că era profesională are multe probleme. Probabil că există trei motive majore pentru declinul interesului și pasiunii pentru sport.

3.7.1. Rădăcinile istorice ale sportivilor se aflau în comunități, iar loturile/echipele reprezentau comunitățile lor, dar în epoca profesională echipele își iau jucătorii din alte localități, cluburi și chiar din străinătate. Sportivii nu mai reprezintă o comunitate specifică, ci un brand profesionist și acest lucru a dus la scăderea interesului publicului.

3.7.2. Structura costurilor din era profesională este mult mai mare decât în era amatorilor, deoarece sportivii, antrenorii și administratorii trebuie să fie plătiți. Televiziunea, sponsorizările, biletele nu mai pot susține sportul profesional și se adaugă doar la bugetul insuficient de venituri. Acest lucru a avut ca rezultat televizarea a mult prea multor sporturi, deoarece posturile de televiziune au nevoie de produse și oportunități de publicitate pentru a recupera plata acestor drepturi. Publicul plătitor a devenit epuizat; nu mai participă la meciuri live și se uită doar selectiv la televizor.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

3.7.3. Problema majoră pentru sportul profesional este mișcarea jucătorilor din cauza banilor. Jucătorul modern nu are o problemă să întoarcă spatele echipei reprezentative, clubului și orașului din care s-a ridicat atras de mirajul banilor. Veniturile sportivilor sunt mult prea mari pentru ca fanii să se mai identifice cu ei și să-i considere eroi, catalogându-i ades ca simpli mercenari plătiți ca să-i distreze.

Câștigătorul în era profesională nu este sportul, fanii sau instituțiile sportive, ci jucătorii și antrenorii. Toate instituțiile sportive sunt supuse unei mari tensiuni financiare sau amenințări și, în ciuda erei profesionale, sunt mai sărace ca niciodată. Sportul profesional a devenit un birou de ocupare a forței de muncă nu bazat pe excelență, ci pe număr. Mândria tricoului sau a blazonului nu mai există și profeția făcută în urmă cu 20 de ani de Rupert Murdoch, că sportul nu poate supraviețui erei profesionale, tinde să se adevărească.

4. PILONII STRATEGIEI

4.1. Scop

Scopul acestei lucrări este de a construi o strategie națională de dezvoltare, profesionalizare și eficientizare a activității loturilor și centrelor olimpice, pentru a deveni chiar mai mult decât „laboratoare de performanță“, ci adevărate modele de organizare și funcționare performantă pe aceste sectoare de vârstă.

Dincolo de aptitudinile specifice și calitățile native pentru sportul de înaltă performanță, sportivii selecționați pentru loturile și centrele naționale trebuie să treacă prin filtre și probe de control, pentru identificarea potențialului fizic, psihologic, biochimic și medical.

4.2. Obiective

MISIUNEA NOASTRĂ – Pregătire centralizată continuă într-un proiect academic

Faptul că la nivel de box feminin sunt cele mai mari speranțe olimpice pentru Paris 2024, întrucât pe lângă Claudia Nechita și Lăcrămioara Perijoc a făcut pasul către senioare și campioana europeană de tineret Loredana Marin. În plus, alături de acestea cresc și performează și campioanele europene de junioare Livia Botică (2020) și Amalia Niță (2021, 2022, 2023), Andra Sebe (2022), Mihaela Bădescu (2023). Aceste rezultate pozitive la nivelul lotului feminin se datorează și faptului că toate categoriile



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

de vârstă lucrează împreună, cu același colectiv tehnic, rezolvând câteva dintre problemele majore, respectiv coerența în pregătire după trecerea la o categorie de vârstă superioară și modelul de urmat din sala de antrenament.

Cel mai important pas în atingerea acestor puncte este legat de **CREAREA UNUI CLIMAT DE PERFORMANȚĂ**. Iar pentru asta este imperios necesară o „casă a boxului“, o bază de pregătire modernă, cu facilitățile necesare de reface, recuperare, alimentație, sală de studiu. Dacă la nivelul boxului feminin lucrurile sunt rezolvate în bună măsură, datorită suportului oferit de CSN Lia Manoliu, la nivelul lotului masculin se caută soluții de stabilire a unei baze de pregătire stabile pentru un întreg ciclu olimpic la Complex Sydney 2000 sau la CSN Nicolae Navasart.

Al doilea pas important este găsirea oamenilor potriviți pentru a face acest proiect funcțional, de la antrenori, la corpul de specialiști și evaluatori și supervizori (realizat în bună măsură).

Al treilea pas este implementarea în cadrul acestui proiect a climatului de performanță, care include educație, disciplină, atitudine, comportament (inclusiv în social-media). Pentru intrarea în acest proiect, fiecare sportiv, indiferent de CV-ul său, va fi evaluat conform planului național de selecție realizat de FRB (**Anexa 1**), cu fișă medicală, psihologică, fișă personală și fișă de analiză individuală SWOT etc. De asemenea, dezvoltarea profesională și personală a sportivilor (posibilitatea celor care intră în acest proiect de a se forma și pentru alte paliere importante în această disciplină, respectiv, masori, antrenori, preparatori fizici, kinetoterapeuți, metodiști etc.) este unul dintre obiectivele majore ale proiectului, care-și propune, pe lângă crearea de campioni, și formarea de oameni de valoare pentru acest sport.

4.3. Staff-ul tehnic al proiectului

Așa cum spuneam, una dintre marile provocări în funcționalitatea proiectului a fost legată de organigrama optimă a colectivului tehnic din cadrul acestui proiect și renunțarea definitivă la *antrenorul atotștiutor*. Pentru acest proiect și pentru o creștere sănătoasă a potențialului tehnico-tactic al loturilor, începând cu anul 2024 Federația Română de Box va demara ample programe de educație continuă a boxului, inclusiv programe europene de perfecționare a antrenorilor sau programe de incluziune derulate prin CIO.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Alți specialiști: În premieră pentru boxul românesc, Federația Română de Box a obținut serviciile unei echipe de specialiști de certă valoare, al căror aport în dezvoltarea potențialului pugilistic s-a văzut imediat și credem că va contribui substanțial și pe viitor.

Vor monitoriza atent realizarea obiectivelor asumate, derularea planurilor de pregătire, vor avea ședințe de lucru săptămânale de lucru și analiză cu toți componenții colectivului tehnic, o echipă formată la acest moment din:

Doctor – Cristian Celea, cu disponibilitate de a monitoriza săptămânal starea de sănătate a sportivilor și de câte ori este necesar.

Masor – Ion Anghel, cu o mare vechime în această activitate sportivă.

Pregătire fizică, kinetoterapie, educație alimentară – Cătălin Gherman și Erwa Alnabisi.

Biochimist – Simona Bidiugan.

Analist video – Cristian Nechita.

Psiholog – Cristian Olteanu.

Beneficii / Aceștia vor transpune în scris planurile de pregătire întocmite de colectivul tehnic, cu care vor fi în legătură permanentă. De asemenea, vor participa bisăptămânal la ședințele tehnice și vor contribui la elaborarea unui îndrumar de instruire tehnico-tactică în box, a unor planuri de pregătire optime pe nivel de vârstă, a caietului antrenorului și jurnalului sportivului, în termen de 6 luni de la demararea proiectului.

Sportivi

În acest proiect vor fi incluși, pe lângă componenții lotului olimpic de seniori și „vârfurile” celorlalte categorii de vârstă, cu obiective olimpice, europene și mondiale.

Factorul de noutate pe care îl aduc în această strategie este implementarea unui sistem care să conducă la schimbarea mentalității sportivului prin discuții atente și detaliate și prezentări periodice, filme motivaționale, având ca obiectiv final conștientizarea că e nevoie de pregătire continuă și angajament total pentru atingerea excelenței și obținerea superiorității asupra competitorilor. Asumarea responsabilităților, creșterea încrederii în sine, alegerea răspunsului optim în condiții de stres fizic și psihic intens, precum și dezvoltarea unei gândiri „olimpice” sunt piloni principali ai acestui program.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Considerăm vitală atenția asupra unor aspecte esențiale cum ar fi pregătirea mentală a sportivului, setarea obiectivelor, analiza evoluției și mai ales a eșecurilor, fără de care nu se poate concepe înalta performanță la momentul actual.

Accent pe educație

Educația sportivilor și chiar a antrenorilor este imperios necesară.

Meditator de limba engleză / Bariera lingvistică a reprezentat un obstacol major în aprofundarea celor mai noi studii din box și în comunicarea optimă la competiții internaționale, motiv pentru care atât sportivii, cât și antrenorii vor beneficia de cursuri de limba engleză.

Școlarizare / Procentul de absolvenți de liceu și chiar de admiși la Facultate se dorește să ajungă la 100% dintre participanții la acest proiect

Specializare / Toți participanții la acest proiect vor avea sprijinul necondiționat și îndrumarea federației pentru paliere profesionale care să le poată asigura un viitor onest și după încheierea carierei sportive.

Seminarii periodice de dezvoltare.

ANALIZA SWOT a boxului românesc

a. Puncte tari principale

– Tradiția și cultura boxului în România (federația are aproape 95 de ani de existență, cu un palmares internațional de peste 520 de medalii la marile competiții, între care și 25 de medalii olimpice).

– România încă dispune de copii cu potențial nativ pentru această disciplină (dovadă rezultatele promițătoare de la loturile de cadeți și juniori, masculin și feminin). Acești copii bine instruiți, antrenați și educați, pot face pasul la seniori cu succes, Proiectul Academic ar fi o soluție viabilă.

– Posibilitatea de a pregăti (un număr limitat de sportivi) într-un sistem centralizat riguros, cea mai mare parte a unui an calendaristic.

– Organizarea fără sincope a competițiilor din calendarul intern, dar și a unor competiții internaționale de anvergură (Centura de Aur, dar și Campionate Europene în România în ultimii 7 ani).

– O conducere dedicată și axată pe redresarea și revenirea acestui sport în elita mondială.

– Un bazin de selecție în creștere.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

b. Puncte slabe principale

– Lipsa unei baze de pregătire dedicate boxului pentru lotul olimpic de seniori, în care să se poată pregăti simultan și 20-25 de sportivi, pentru a crea concurență și atmosferă de lucru, o sală cu două ringuri în care să se poată disputa sparring-uri și să poată fi invitate loturi naționale puternice din alte țări.

– Lipsa unei motivații financiare corespunzătoare pentru sportivii seniori din loturile naționale și olimpice, care aleg să treacă prematur la profesioniști sau să renunțe la sport pentru a se angaja cu normă întreagă.

– Lipsa unor programe pentru sportivii aflați la final de carieră pentru integrarea lor în societate. Prea mulți boxeri nu au decât varianta de a deveni bodyguarzi după ce se lasă de box.

– Lipsa specialiștilor – antrenori, pasionați și dedicați, care să poată duce un trai decent din rezultatele muncii lor. Un număr impresionant de tineri antrenori au ales să rămână în învățământ sau să facă box-fitness de întreținere, în dauna boxului de performanță, din cauza condițiilor financiare mult mai reduse din sportul de performanță.

– Lipsa de implicare și dedicare a multora din cluburile afiliate, de multe ori, sportivii convocați la loturile naționale venind cu un bagaj redus de cunoștințe tehnico-tactice și cu o frecvență a antrenamentelor săptămânale de 2-3 ședințe.

– Subdimensionarea personalului calificat, atât din federație (unde s-a lucrat cu o medie de 4-5 angajați în ultimii 10 ani, iar găsirea și formarea a încă 1-2 antrenori federali s-a dovedit o provocare extrem de dificilă), cât și la loturile naționale, unde colectivul tehnic și ceilalți specialiști nu au beneficiat decât rar de contracte în care să poată fi prevăzute clar și obligațiile și obiectivele asumate.

– Faptul că certificarea internațională (obligatorie pentru a putea conduce un lot național la o competiție majoră) a unor antrenori noi, tineri și de perspectivă este destul de costisitoare și, în bună măsură, a fost suportată integral de către aceștia, a făcut ca lista antrenorilor eligibili pentru loturile reprezentative să fie extrem de restrânsă, obligând astfel federația la compromisuri.

– Lipsa posibilităților financiare pentru a crea concurență pe posturile din loturile naționale, prin mărirea numărului de sportivi incluși în loturi, și posibilitatea de a testa mai mulți sportivi pe plan internațional, nu numai titularii categoriilor (de amintit că medaliatul olimpic cu aur, Nicolae Linca, a fost preferat în lotul pentru Jocurile



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Olimpice în dauna campionului național din ultimii doi ani, datorită evoluțiilor sale internaționale mult mai strălucitoare decât cele din competițiile interne. De asemenea, trebuie menționat că în plan internațional suntem o federație extrem de mică, în comparație cu alte federații care dispun și de 3-4 loturi naționale la aceeași categorie de vârstă, pregătite în aceleași condiții de performanță (Kazakhstan – buget anual 28 milioane euro, Uzbekistan – 22 milioane euro, Rusia – 20 milioane euro, Marea Britanie – 20 milioane euro sau India – 18 milioane euro).

c. Oportunități

- Faptul că la marile competiții internaționale, europene, mondiale și Jocuri Olimpice sunt acum cele mai mari premii din istoria boxului modern.
- Faptul că începând cu anul 2023 sunt șanse mari ca toate sporturile de contact în afara celor olimpice să fie scoase din grila de programe a televiziunilor naționale, dând posibilitatea unei vizibilități mai mari a sportului nostru.
- Faptul că FR Box a demonstrat la nivel internațional că are capacitatea de a organiza în România competiții de anvergură, fiind printre țările cu atuuri importante în dosarele de candidatură pentru campionatele europene.
- Faptul că are reprezentanți bine văzuți în structurile internaționale și o strategie viabilă de mărire a corpului de oficiali internaționali români.
- Convingerea de către federație a celor mai importanți antrenori români ai momentului să lucreze împreună pentru un proiect serios pe două cicluri olimpice, cu obiective ferme și fișe de post profesionale.
- Nenumărate aparaturi tehnologice dezvoltate în ultimii ani care ajută și susțin sportivii în pregătire.
- Foamea de rezultate marcante.
- Implementarea unor linii unice de lucru pentru tot boxul românesc pentru a nu mai exista diferențe între antrenamentele de la lot și cele de la cluburi, cel puțin pe partea tehnico-tactică.
- Faptul că pe plan internațional, boxul a devenit la modă și pentru non-amatori, creând o mare emulație în această disciplină.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

d. Amenințări

– Lipsa unei predictibilități bugetare, dincolo de anul în curs, care împiedică asumarea și semnarea unor contracte ferme pe un ciclu olimpic, atât cu antrenorii, cât și cu ceilalți specialiști din cadrul loturilor și chiar cu sportivii.

– Impredictibilitatea de la nivelul conducerii MTS (unde au fost 24 de miniștri în ultimii 30 de ani și numeroase strategii și proiecte naționale anulate, sau căzute în derizoriu).

– Întârzierea găsirii unei punți de colaborare între Comitetul Internațional Olimpic și Forul Internațional de Box.

– Lipsa unui proiect național de formare a unor specialiști pregătiți pentru a se integra rapid în federațiile sportive, astfel că fiecare angajat actual, cu experiență de peste 5 ani, care se pensionează sau părăsește federația este extrem de greu de înlocuit.

– Nevoia de a lucra cu loturile naționale pe bază de compromis și pentru că planurile anuale prezentate de antrenori în luna decembrie (pentru cererea de finanțare cu MTS), prin care garantează atingerea obiectivelor de performanță stabilite de comun acord, sunt ciuntite o lună mai târziu, prin alocarea unor bugete substanțial mai mici decât sumele solicitate de aceștia, care încep în consecință să reducă numărul componentilor loturilor, numărul turneelor și sparring-urilor de verificare, numărul personalului auxiliar din lot și, implicit, și numărul medaliilor asumate.

– Contextul pandemic, care în 2020 ne-a afectat crunt (ca sport de contact). Dezvoltarea profesională în box e strâns legată de numărul de meciuri internaționale cu adversari de calibrul, iar pandemia ne-a afectat enorm nu numai pentru că s-a redus numărul de turnee, dar și că la multe din cele la care am participat s-a exclus posibilitatea de a efectua sparring-uri cu sportivii altor țări, după ieșirea din concurs.

5. LINII STRATEGICE DIRECTOARE PENTRU REDRESARE ȘI ÎNALTĂ PERFORMANȚĂ ÎN DISCIPLINA „BOX“

Proiectul strategic al Federației Române de Box pe următorul ciclu olimpic, 2022–2024, cu efecte benefice și în următoarele cicluri olimpice, cuprinde mai multe linii directoare de maximă importanță, în strânsă legătură pentru o funcționare axată atât pe marea performanță, cât și pe sportul de masă și mărirea bazinului de selecție.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

5.1. Regionalizarea boxului românesc

Acest proiect demarat în 2019 va fi finalizat la finalul acestui an și prevede asociații de cluburi pe cele opt regiuni de dezvoltare, crearea de Consilii Directoare Regionale (CDR), de echipe regionale pe toate categoriile de vârstă și de demararea unei ample competiții pe echipe. În acest mod se rezolvă parțial una dintre marile probleme cu care ne confruntăm, lipsa meciurilor de pregătire puternice, se creează o emulație în jurul acestei competiții și se poate redescoperi sentimentul de apartenență al sportivilor la regiunea lor, al suporterilor față de sportivii care îi reprezintă. De asemenea, o astfel de competiție este mult mai ușor marketabilă și poate avea priză în mass-media.

5.2. Centre de excelență regionale

Pentru boxul de înaltă performanță pregătirea continuă este decisivă. Întrucât activitatea la cluburi include o medie de 3 antrenamente pe săptămână, sportivii pe care federația poate conta la competițiile internaționale sunt aproape exclusiv cei din loturile reprezentative și din centrele olimpice pentru pregătirea juniorilor și a tineretului.

În aceste condiții, Federația, în parteneriat cu cluburile serioase din teritoriu, a demarat un ambițios proiect de înființare de centre regionale de excelență, primul dintre acestea fiind deja înființat – Centru de Excelență Bihor. De asemenea, suntem în proceduri avansate de înființare a Centrului de Excelență Brăila.

5.3. La nivel administrativ

În ultimii 8-10 ani, media personalului angajat al federației a fost de circa 4 angajați (câțiva ani funcționând cu doi-trei salariați). Întrucât federația are mai multe departamente decât angajați, s-a funcționat după sistemul omul și departamentele și nu invers cum ar fi fost normal. Cu un nivel atât de încărcat al sarcinilor, eficiența are de suferit, astfel că se urmărește:

- Suplimentarea numărului de angajați la cel puțin 10 persoane, dintre care minimum 4 să constituie departamentul tehnic, unul de maximă importanță pentru monitorizarea și eficientizarea loturilor.

- Digitalizarea federației care să cuprindă arhivarea electronică, inventarierea întregului patrimoniu al boxului, inclusiv antrenori, instructori, specialiști din teritoriu, arbitri, cu nivel de calificare.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

5.4. Program de instruire continuă

Perfecționarea tuturor celor care activează în box este o prioritate în strategia Federației. Din acest motiv, în 2021 au fost trimiși la cursuri de perfecționare de la angajați la arbitri și antrenori. Mai mult, mini-cursuri de perfecționare pentru antrenori și arbitri vor fi organizate la toate competițiile din calendarul intern, în afara celor anuale sau bianuale, în funcție de buget.

De asemenea, anual, arbitrii, antrenorii și instructorii vor trece printr-o evaluare profesională, în funcție de rezultatul căreia se va face și clasificarea lor la nivel național și delegarea lor la loturi sau la competiții internaționale.

5.5. Marketing și promovare

Federația noastră a demarat o amplă campanie de imagine. În acest sens, am dezvoltat pagina de facebook, am creat canal youtube, am creat pagină de instagram și suntem aproape de finalizarea unui site nou, modern. În paralel, am încheiat parteneriate cu presa scrisă, tv, online și vizăm organizarea competițiilor interne într-un mod ușor marketabil, pentru că imaginea este decisivă pentru atragerea sponsorilor și partenerilor și pentru dezvoltarea acestei ramuri sportive.

5.6. Accent pe educație

Educația sportivilor și chiar a antrenorilor este imperios necesară.

Meditator de limba engleză / Bariera lingvistică a reprezentat un obstacol major în aprofundarea celor mai noi studii din box și în comunicarea optimă la competiții internaționale, motiv pentru care atât sportivii, cât și antrenorii vor beneficia de cursuri de limba engleză.

Școlarizare / Procentul de absolvenți de liceu și chiar de admiși la Facultate se dorește să ajungă la 100% dintre participanții la acest proiect

Specializare / Toți participanții la acest proiect vor avea sprijinul necondiționat și îndrumarea federației pentru paliere profesionale care să le poată asigura un viitor onest și după încheierea carierei sportive.

Seminarii de dezvoltare



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

6. DEZVOLTAREA BOXULUI FEMININ

Declarat sport olimpic începând cu JO 2012, boxul feminin a cunoscut o dezvoltare accentuată de la an la an, pe fondul unor politici mondiale privind egalitatea în șanse între bărbați și femei. Având atuul dezvoltării acestei ramuri a disciplinei sportive box în România încă din 2001, FR Box a fost și este considerată între puterile mondiale ale boxului feminin, cu peste 70 de medalii la marile întreceri internaționale. Țările cu tradiție în box au investit și ele masiv în boxul feminin, astfel că treptat nivelul valoric al marilor întreceri a tot crescut, ajungând acum chiar să concureze din punct de vedere tehnico-tactic cu boxul masculin.

De-a lungul timpului, regulamentul boxului feminin a suferit foarte multe modificări privind regulile de luptă, categoriile de greutate, cât și de vârstă. Schimbarea cea mai benefică a venit abia în anul 2018, când s-a decis introducerea categoriei de vârstă cadete în boxul feminin.

Odata cu introducerea acestei categorii de vârstă, plaja de selecție, dar și calitatea tehnică a sportivelor a început să crească considerabil, toate sportivele care vor face pasul spre box de la vârsta de 13-14 ani având posibilitatea să nu grăbească procesul de învățare și perfecționare a elementelor tehnice și tactice necesare pentru practicarea boxului de performanță.

În planul de dezvoltare al boxului feminin ne propunem să inițiem în tainele boxului cât mai multe tinere, pe care să le îndrumăm, ca și până acum, spre cele mai înalte trepte ale podiumului, iar de acolo spre Loturile Naționale ale României.

Pentru realizarea acestui obiectiv ne asumăm să realizăm periodic următoarele activități care consider că sunt esențiale pentru dezvoltare:

- La nivel de Centru Olimpic de Pregătire a Junioarelor:
 - efectuarea de antrenamente cât mai specifice din punct de vedere tehnico-tactic, deoarece aceasta este perioada de vârstă în care trebuie să se pună cât mai mult accent pe această parte a pregătirii unui boxer de performanță, fără a se neglija pregătirea fizică, mai ales înaintea competițiilor de nivel înalt;
 - atragerea echipelor de box din țările vecine pentru pregătiri comune la Slatina, lucru foarte benefic pentru creșterea nivelului tehnic;
 - asigurarea unei bune educații, atât în sala de box, cât și la orele de curs de la școlile locale și imprimarea unei ținute de disciplină;



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

– asigurarea săptămânală de discuții libere în care sportivele să își exprime opinia despre pregătire, despre traseul lor ca pugiliste, iar eu ca antrenor să le ofer sfaturi, să le rezolv orice fel de nemulțumire, cât și să li se ofere exemple din carieră, de la foști campioni, precum Luminița Turcin, Campioană Europeană, în prezent antrenor secund la C.S.M. Slatina și profesor la Liceul cu Program Sportiv Slatina.

- La nivel de club sportiv local:
 - organizarea de antrenamente libere în cadrul școlilor din orașele din țară în care funcționează cluburi puternice de box, în special cluburi departamentale, pentru atragerea tinerelor spre box;
 - asigurarea unui climat de pregătire prielnic performanței;
 - organizarea periodică de jocuri de echipă care să ajute la integrarea copiilor în grupul format în sala de box;
 - asigurarea de indemnizații de efort.

7. POLITICI DE SELECȚIE ÎNTR-UN SISTEM UNITAR

Federația Română de Box își propune să selecteze sportivii cu potențial semnificativ pentru a câștiga medalii la competițiile majore de obiectiv (CE, CM, JO etc.). Selecțiile la Juniori și Tineret trebuie să urmărească potențialul pentru seniori al sportivilor, acolo unde trebuie să obțină performanța maximă.

7.1. Filosofia de selecție

7.1.1. Selecția este un proces organizat și repetat pentru depistare timpurie a sportivilor cu disponibilitate și aptitudini înnăscute pentru practicarea și specializarea în boxul de înaltă performanță. Pentru fiecare probă sportivă s-a descris un „**model ideal al performerului**“. Acesta se numește „**biotip constituțional**“ și este caracterizat de anumite **calități motrice, fizice și comportamentale specifice**.

Selecția utilizează un **sistem complex de criterii** pentru identificarea subiecților care se apropie cel mai mult de acest model ideal. Modelul campionului impune modelul antrenamentului, care își și bazează eficiența pe programarea subtilă a valorilor sale și pe includerea lor în secvențele mărunte ale lecțiilor zilnice și în ciclurile săptămânale ale planificării curente și de perspectivă.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Selecția presupune o acțiune amplă, de natură conceptuală și organizatorică de evaluare pe diferite planuri:

- anamneză;
- diagnosticarea stării de sănătate;
- nivelul de creștere și dezvoltare fizică și funcțională;
- disponibilitatea psihică etc.

Prin urmare, cadrul organizatoric are nevoie de un ansamblu de **criterii și indicatori**, de fapt de un **model** cu care se operează în alegerea celor dotați pentru tipul de efort specific boxului.

7.1.2. Selecția finală – ajungerea la un nivel de performanță națională sau internațională marchează de fapt trecerea de la sportul de performanță la cel de înaltă performanță, fiind dominată în principal de **criteriul valorii performanței sportive**.

Selecția nu este o operație unică, făcută odată pentru totdeauna, ci este un **proces evolutiv**, indestructibil, în strânsă legătură cu creșterea și dezvoltarea somato-funcțională, psihică și motrică a sportivului.

Nivelul selecției primare este dominat de criterii și indici **sanogenetici și genetici**.

Nivelul selecției secundare este dominat de realizarea micromodelului biologic.

Nivelul selecției finale este dominat de **performanță**, de modelul biologic al performanței, acest ultim aspect având valoare mai ales atunci când trebuie selecționat unul din 2-3 sportivi care să reprezinte România în competițiile internaționale.

Nivelul ridicat al performanțelor impune o importanță deosebită în realizarea unei selecții și o respectare riguroasă a particularităților practicării boxului de performanță.

În domeniul boxului de performanță și de înaltă performanță din țara noastră, una dintre principalele finalități, de mare importanță și rezonanță, vizează creșterea prestigiului sportului românesc în lume, sporirea contribuției sale la o mai bună cunoaștere a tinerilor, la realizarea idealurilor de pace, prietenie și colaborare, de reprezentare cu demnitate a boxului românesc la Jocurile Olimpice, Campionatele Mondiale, Campionatele Europene, competiții internaționale.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

7.2. Criteriile de eligibilitate

Pentru ca un boxer să fie eligibil selecției pentru înalta performanță, trebuie să îndeplinească următoarele criterii:

- 7.2.1. Să fie legitimat la un club sportiv afiliat Federației Române de Box.
- 7.2.2. Vârsta sportivului să fie în acord cu regulamentul federației vis-a-vis de lotul pentru care candidează CNO PJ, CNO PT, Loturi Olimpice, loturi naționale (masculin și feminin).
- 7.2.3. Să fie cetățean român.
- 7.2.4. Să aibă o stare bună de sănătate, certificată de medici specialiști în domeniu.

7.3. Criterii de selecție

7.3.1 Obiective

Criteriul medical: trebuie avută în vedere starea perfectă de sănătate a sportivului în momentul selecției pentru înalta performanță, fără sechele posttraumatice care îi pot afecta cariera sportivă.

Criteriul motric: calitățile fizice, viteza, forța, rezistența, mobilitatea articulară, coordonarea, precum și nivelul de dezvoltare a calităților motrice combinate să fie la cote superioare pentru a putea perfecționa bagajul de combinații tehnico-tactice și deprinderi de specialitate.

7.4. Probe și norme de control

Din punct de vedere fizic

Forța generală

- Tracțiuni la bară;
- Flotări;
- Împins culcat
- Ridicări de la piept

* Se va ține cont de vârstă (Juniori, Tineret, Seniori) și de greutatea sportivului respectiv.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

Criteriul tehnico-tactic: bagajul de cunoștințe tehnico-tactic trebuie să fie suficient de bine însușit, pentru a se încadra în nivelul de pregătire al lotului național/olimpic.

Probe specifice

	Trei-patru serii de lovituri date la sac (de pe loc și din mișcare)	Serii de trei lovituri directe la cap	Serii de trei lovituri la corp	Serii de cinci lovituri
	Apărare prin blocaj – lucru între parteneri – unul lovește seria indicată, celălalt blochează			
	Apărare prin eschivă – unul lovește un-doi – celălalt eschivează și ripostează cu două lovituri			
	Apărare prin deplasare – unul lovește, celălalt se deplasează și răspunde cu o serie de două-trei lovituri			
	Serii de atac și de ripostă la cererea comisiei			
	Verificarea poziției de gardă și a procedurilor de lovire din întreg bagajul tehnico-tactic			
	Verificarea vitezei de reacție, pe baza atacului prompt, executat la comandă verbală			

Evaluarea Criteriului Tehnico-Tactic se va desfășura prin executarea de către sportiv a cerințelor comisiei de evaluare și care vor fi diferite de la un sportiv la altul, în funcție de categoria de vârstă și categoria de greutate. Sportivul ar trebui să stăpânească cele patru-cinci procedee tehnice de atac și apărare cerute de comisie; de



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

aceea, el va trebui să cunoască cam tot bagajul tehnic din box, deoarece nu va ști dinainte ceea ce îi va cere comisia.

7.5. Criteriul psihologic

Capacitate de reglare și autoreglare psihică, în special în competiții:

7.5.1. Un control al emotivității și anxietății de concurs ridicat.

7.5.2. Nivelul motivației intrinsece și al aspirației la cote superioare.

7.5.3. Controlul și mobilizarea capacităților intelectuale înspre realizarea sarcinilor și obiectivelor din antrenament și competiții.

7.5.4. Controlul stresului.

7.5.5. Creșterea capacității de angajare volițională maximă.

7.5.6. Echilibrarea, reechilibrarea sau normalizarea stărilor psihice negative.

7.5.7. Inițiativa, perseverența, curajul, stăpânirea de sine, comunicarea deschisă și asertivă cu persoanele din jur.

7.5.8. Trăsături psihice interne stabile evaluate în competițiile internaționale.

**** Testarea psihologică poate fi efectuată și cu ajutorul unui chestionar.***

7.6. Criteriul comportamental

Atât în timpul desfășurării antrenamentelor (dorința de a executa cât mai corect procedeele și combinațiile tehnico-tactice, intuiția proprie pentru perfecționare și particularizare în funcție de particularitățile proprii), cât și în afara lui (comportarea civilizată în afara spațiului de antrenament – școală, hotel, în momentul ieșirii în oraș, respectuos cu cei din jur, un bun și plăcut camarad).

Comportamentul sportivului în meciurile pe perioada competițiilor naționale și internaționale.

Comportamentul și atitudinea vis-a-vis de dopaj, alcool, droguri, implicarea într-un anumit anturaj.

Să nu comită acțiuni sau inacțiuni ce vin în contradicție cu legislația națională sau internațională sau care ar prejudicia imaginea și reputația Federației Române de Box.

**** Testarea comportamentală se poate face și cu ajutorul unui chestionar.***



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

7.7. Criterii de performanță

Se va folosi metoda testării multiple, urmărind îndeplinirea tuturor aspectelor următoare:

- Rezultatele obținute la concursurile naționale (Campionatele Naționale Individuale), în funcție de anul de naștere – clasament locurile I-V.
- Rezultatele obținute la competițiile internaționale (turneele internaționale) și experiența competițională – clasament locurile I-V.
- Rezultatele obținute la CE, CM, JO și experiența competițională – clasament locurile I-V.
- Meciuri directe regulamentare între candidați (Selecția) – două meciuri din trei.
- Prestația și constanța în cadrul categoriei de greutate, cu posibilitatea de manifestare la cote maxime a potențialului tehnico-tactic, fizic și psihic.
- Îndeplinirea normelor stabilite la probele de control, privind pregătirea fizică specifică și pregătirea tehnico-tactică.
- Capacitatea de adaptare la eforturile mari și maxime pe durata pregătirii.
- Disponibilitatea de a pleca de acasă pe perioade îndelungate de timp.
- Cunoașterea și respectarea Statutului Federației, Regulamentelor de organizare și funcționare a Federației, Regulamentul Internațional AIBA, EABA și Regulamentul WADA, cu asumarea responsabilității personale pentru respectarea regulilor și condițiilor stabilite de comisia sau ofițerii antidoping.
- Atitudinea față de programul propus de antrenorul principal.
- Respectarea regimului impus de programul lotului.
- Respectarea regimului alimentar.

7.8. Criteriu de selecție SUBIECTIVĂ

Antrenorul principal este cel care are dreptul de veto privind selecția pentru lot, dar mai ales pentru participarea la competiția de obiectiv, bazându-se strict pe opinia sa cu privire la capacitatea de înaltă performanță a sportivului.

7.9. Criteriu de selecție CONDIȚIONATĂ

Acest criteriu de selecție acordă selecționarului/antrenorului dreptul de a selecta discreționar un sportiv, în detrimentul altui sportiv, cu condiția că acel sportiv



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

selecționat va realiza la o dată viitoare stabilită, într-o competiție anume, performanțe și rezultate net superioare celorlalte.

Acest criteriu de selecție condiționată este utilă în situația în care sportivul titular din lot a suferit o accidentare, boală, probleme deosebit de importante, ce nu suportă amânare, altminteri, în alte situații selecționerul va folosi drept criterii de selecție strict cele obiective, criterii ce pot fi cuantificate și verificate, nelăsând loc de interpretări sau alte intenții.

7.10. COMPONENTA COMISIEI DE SELECȚIE PENTRU ÎNALTA PERFORMANȚĂ ȘI A COMISIEI DE CONTESTAȚII PRIVIND SELECȚIA

Comisia de selecție pentru înalta performanță va fi compusă din 5 (cinci) membri, pentru fiecare categorie de vârstă, care vor vota propunerile de accedere în lotul respectiv.

- antrenorul principal al lotului respectiv;
- antrenorul federal;
- antrenorul secund al lotului respectiv;
- medicul lotului respectiv;
- președintele Colegiului Antrenorilor.

Comisia de contestații pentru înalta performanță va fi compusă din 3 (trei) membri care vor soluționa litigiile aparute.

- antrenorul lotului următor (de ex., la selecția la lotul de juniori participă antrenorul principal de la lotul de tineret ș.a.m.d.; în cazul în care este vorba de lotul de seniori, președintele Comisiei Tehnice a FRB);
- antrenorul federal;
- președintele Colegiului Central al Antrenorilor.

Pentru a soluționa contestațiile apărute, antrenorul principal de lot național/olimpic va întocmi un raport scris cu privire la modul și criteriul de selecție pe care l-a ales, pentru a face departajarea sau alegerea unuia dintre sportivi, conform anexei nr. 1.



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

PILONII STRATEGIEI

Prezenta strategie se bazează pe următorii **PILONI**:

- 1. Atragerea de noi practicanți ai „nobilei arte“, prin proiecte și programe la nivel național și regional.**
- 2. Promovarea valorilor boxului românesc, foști și actuali campioni, și crearea de modele pentru noile generații.**
- 3. Creșterea participării sportivilor și antrenorilor, precum și a altor persoane în fenomenul boxului românesc.**
- 4. Formarea și perfecționarea continuă a antrenorilor, arbitrilor și oficialilor din boxul românesc, prin programe de dezvoltare personală, training și evoluție pe criterii de performanță.**
- 5. Excelența la nivel internațional, medalii în competițiile internaționale (aur).**
- 6. Îmbunătățirea imaginii de ansamblu a boxului românesc la toate nivelurile, prin parteneriate și un program bine-structurat în relația cu mass-media.**
- 7. Structura de conducere și administrativă a FR Box, realizată pe compartimente cu atribuții bine definite, cu responsabili pentru fiecare proiect.**

PRINCIPII

- Promovarea valorilor morale și educaționale prin box.
- Excelența la nivelul antrenorilor, arbitrilor, sportivilor.
- Transparență în alocarea resurselor financiare.
- Încurajarea parteneriatelor.

OBIECTIVE

- Creșterea numărului de sportivi/sportive legitimați/te.
 - Dezvoltarea unor campanii naționale pentru promovarea boxului.
 - Promovarea dezvoltării de parteneriate la nivel local între școli/cluburi și administrația locală cu atragerea firmelor.
 - Creșterea numărului de sportivi de înaltă performanță cu rezultate notabile.
 - Combaterea și prevenirea dopajului în box.
-



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

-
- Creșterea numărului de antrenorilor și a personalului implicat în box (medici, maseuri, asistenți medicali, fizioterapeuți, personal).
 - Evidența strictă a sportivilor activi legitimați la secții, a antrenorilor și arbitrilor.
 - Creșterea numărului de medalii obținute de boxeri pe plan internațional.
 - Ridicarea poziției boxului în ierarhia internațională.

MĂSURI

La nivel de antrenori

- Dezvoltarea la nivelul FRB a unui program de formare și perfecționare continuă a antrenorilor, organizare pe categorii de calificare.
- Susținere financiară a antrenorilor în vederea participării la stagii internaționale de pregătire și perfecționare.
- Participarea antrenorilor de club la competiții internaționale alături de antrenorii principali ai loturilor.
- Participarea antrenorilor de club la stagii de pregătire ale loturilor naționale cu implicarea directă în antrenamente (condus ședințe fizice, tehnice și tactice).
- Participarea la acțiuni comune cu INCS pentru familiarizarea cu metode și mijloace moderne de antrenament.
- Modele de lucru comune, pe categorii de vârstă.
- Evidența electronică a antrenorilor în activitate de la secțiile din teritoriu.

La nivel de sportivi

- Mărirea ariei de selecție prin redirectionarea către sportul de performanță a copiilor cu aptitudini fizice native care provin din medii sociale defavorizate.
 - Inițiere corectă a tehnicilor de bază din box.
 - Adaptarea proceselor pedagogice în funcție de exigențele fiecărei categorii de vârstă.
 - Educarea practicanților în spiritul disciplinei și al regulilor de conduită proprii acestui sport.
 - Datorită constituției distincte a diferiților boxeri, nu există un antrenament unic care să se poată aplica tuturor în același mod.
-



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE BOX

Federation Roumaine de Boxe – Romanian Boxing Federation
Tel.: + 40 21 317 01 86 Secretariat: str. Vasile Conta nr. 16, CF 4204046
E-mail: officefrbox@gmail.com cod: 020954, cam 715, 718, Sector 2, București
www.frbox.eu



MINISTERUL
SPORTULUI



COMITETUL
OLIMPIC
ȘI SPORTIV
ROMÂN

-
- Promovarea sportivilor valoroși, crearea de modele din acești boxeri pentru copii și tineri.
 - Evidența electronică a sportivilor în activitate de la secțiile din teritoriu.

La nivel de competiții

- Mărirea numărului de competiții interne amicale la toate nivelele.
- Ridicarea standardului calitativ al competițiilor interne.
- Sporirea numărului de Competiții Internaționale oficiale organizate în România.
- Popularizarea competițiilor interne și internaționale.
- Organizarea de evenimente: Gala boxului românesc, evenimente caritabile, bilaterale, gale etc.
- Evidența electronică a Competițiilor interne și internaționale la care participă sportivi legitimați la F.R. Box.

La nivel de imagine a Federației

- Încheierea de parteneriate între Federație și Administrațiile publice locale.
 - Încheierea de parteneriate între Federație și media.
 - Crearea unei baze de date eficiente privind întreaga activitate pugilistică din țară.
 - Promovarea în Forurile și comisiile AIBA de personalități ale boxului românesc.
 - Atragerea sponsorilor la nivel de Federație, loturi, cluburi și chiar individual.
 - Acțiuni de promovare a boxului în școli, oferind materiale promoționale.
 - Acceptul AIBA pentru organizarea de competiții internaționale de anvergură.
 - Acceptul participării antrenorilor și arbitrilor la Cursuri de perfecționare organizate de AIBA pentru AOB, APB și WSB.
 - Interesul publicului pentru meciurile fără cască (la seniori), dar și pentru calitatea acestora vor duce la atragerea publicului și a mass-media.
 - Îmbunătățirea relațiilor cu EUBC, AIBA și celelalte Federații Naționale.
 - Posibilitatea de a accesa Fonduri Europene prin implementarea de programe.
-