



HOTĂRÂREA NR. 7/18.01.2023 A COMITETULUI DIRECTOR

Având în vedere prevederile art.45 alin. (3) și art.47 din Statutul Federației Române de Airsoft și Procesul Verbal al ședinței CD nr. 1/ 18.01.2023

hotărăște:

Art.1 Aprobare metodologiei de selecție pentru lotul național conform Anexa 1.

Președinte FRA

Daniel Filimon _____

Vicepreședinte FRA

Cristian Ocolişan _____

Vicepreședinte FRA

Marius Bădăi _____

Vicepreședinte FRA (SG)

Constantin-Mihail Bulgaru _____

Membru CD al FRA

Alexandru Leczfolvi _____





Anexa 1

CRITERII DE SELECȚIE LOT NAȚIONAL FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE AIRSOFT

Lot național

Sportivii intră în selecție după desfășurarea primei părți a Campionatului Național și al celor două Cupe. Selecția în airsoft este un proces continuu și se va efectua de câte ori este nevoie pentru a cuprinde în pregătire sportivii cei mai valoroși, care urmează să intre în pregătire centralizată în lotul național.

În prima etapă, airsoftul trebuie privit ca sport de masă, după aceea se va face selecția. Accentul se pune pe dezvoltarea unilaterală la categoriile de copii, juniori și seniori și multilaterală la tineret. Având în vedere specificul acestei ramuri sportive, în perioada incipientă a dezvoltării sportivilor este obligatoriu să fie formate corect deprinderile.

Specializarea nu trebuie să fie timpurie. În această perioadă se vor avea în vedere toate aspectele legate de manipularea materialului de concurs, elementele de siguranță și securitate coroborate cu dezvoltarea capacităților fizice raportate la categoria de vârstă. Prima intervenție, între 11-14 ani. La sfârșitul acestui stadiu al dezvoltării sportive nu ar trebui să mai existe probleme majore de manipulare și tehnică.

În etapa pregătirii jucătorilor de performanță crește volumul de lucru și intensitatea efortului, crește treptat numărul de competiții și se pune accent pe pregătirea tactică. Înalta performanță reprezintă etapa în care sportivii ajung la maturitate. Performanța sportivă depinde de mai mulți factori, unii dintre ei fiind factori limitatori, iar alții factori favorizanti ai performanței, dar în primul rând presupune o predispoziție înnăscută.

Având o bază deja contruită, în etapa următoare, tineret, sportivii se vor acomoda cu probele sportive competiționale în funcție de aptitudinile și calitățile dobândite anterior, urmând ca un ultimul an al categoriei să fie aleasă proba sportivă viitoare. Aptitudinile vor fi dobândite prin programe de pregătire teoretică și practică iar pregătirea fizică prin creșterea intensității antrenamentelor pentru dezvoltarea vitezei de reacție.

Cunoștințe și abilități minime din punct de vedere:

1. Tehnic:



a) Folosirea tehnicilor de tragere ambidextră;
b) Disponibilitatea de a angaja din toate pozițiile de tragere;
c) Nivel înalt de folosire a secundarei;
d) Schimbarea încărcătoarelor într-un timp foarte scurt, transformarea în automatism.

2. Tactic:

- a) Manevre de deplasare individuală în teren;
- b) Manevre de deplasare în teren sub formă de binom;
- c) Manevre de deplasare în teren cu echipa;
- d) Noțiuni de asigurare a perimetrului în jurul obiectivelor.

3. Fizic:

- a) Dezvoltare fizică armonioasă;
- b) Dezvoltarea exploziei și rezistenței musculare
- c) Valori superioare la testarea calităților mortice
- d) Valori corespunzătoare ale capacității de efort (aeroba-buna, anaerobafoarte)

4. Educational:

- a) Obiective asociate nivelului de dezvoltare individual;
- b) Comportament corespunzător disciplinar pentru atingerea obiectivelor;

5. Organizatoric:

- a) Planificare anuală, etapizarea pregătirii;
- b) Planuri pe termen scurt, mediu și lung, de dezvoltare și de competiție;
- c) Repartizarea responsabilităților în cadrul echipei.

6. Mental și emoțional:

- a) Capacitatea de a comunica;
- b) Controlul emoțiilor pe teren;
- c) Capacitatea de concentrare;
- d) Încredere în forțele proprii;
- e) Capacitatea de analiză a activității.

La trecerea către seniorat și alegerea specializării pe probe calitative biomotrice necesare performanței în airsoft depind de sistemele energetice implicate, astfel:

- a) **Forță** (sistemul anaerob alactacid)
- b) **Viteză pe distanțe scurte** (sistemul anaerob alactacid pentru sprint 100 m, începe și cel lactacid în alergările care durează mai mult de 10 sec)
- c) **Explozie** = forță/timp - viteza de deplasare între obstacole (sistem anaerob alactacid)



d) **Viteza în regim de forță** (rezistența la un efort intens) = rezistența la acumularea de acid lactic (efort anaerob lactic).

e) **Anduranță** (sistem aerob – capacitatea aeroba de efort).

Atât selecția inițială, cât și selecția periodică vor fi evidențiate în planul de pregătire, elaborat de către instructorul sportiv de airsoft numit. În realizarea selecției se vor avea în vedere două aspecte: **criteriile de selecție și baremele de selecție.**

A. Criteriile de selecție sunt:

1. Jucătorii vor fi selectați din primele 5 echipe clasate în urma Campionatului Național;

2. Vor fi selectați 12 jucători (din echipele prezentate mai sus) care au demonstrat aptitudini prin care s-au imprimat următoarele:

- a) atitudinea din cadrul jocului;
- b) abilitatea de tragere;
- c) abilitățile motrice;
- d) disponibilitatea de participare în cadrul lotului național.

3. Aviz medical INMS

4. Alegerea instructorului sportiv din cadrul primelor 3 echipe finaliste ale campionatului.

A.1 Instructorul sportiv de airsoft, în urma selecției sportivilor elaborează un plan de pregătire în vederea selecției jucătorilor titulari, precum și a rezervelor. Planul de pregătire este avizat de către Comisia Centrală a Antrenorilor și aprobată de către Consiliul Director.

A.3 În funcție de dinamica de ajustare a lotului, instructorul sportiv de airsoft numit, va putea efectua noi selecții în vederea completării lotului național.

A.4 Fiecare sportiv selecționat va semna un contract de activitate sportivă cu FRA.

B. Baremele de selecție se referă la timpii/activități realizați de către sportivi la testări. Probele pentru bareme sunt următoarele:

- a) Angajarea din poziție statică a unei ținte cu 5 lovituri, atât cu principală cât și cu secundară
- b) 2 X 5 lovituri în două ținte cu deplasare de 10 m între cele două ținte, atât cu principală cât și cu secundara.
- c) Viteză 50 m.

*Baremele se stabilesc cu 30 de zile înaintea de începerea perioadei de selecție de către colegiu și sunt avizate de către Consiliul Director.