

תוכנית לימודים 2022 – קורס מאמני כדורסל מחזור 2 – עמק יזרעאל

תוכן השיעור	מקום	שעות	יום	תאריך
פתיחת הקורס/דמות מאמן/מטלות צפייה/הסבר על הסטאג' ועבודות הגמר	כיתה	17:00-21:15	ו	21.3
רפואת ספורט (תזונה)	זום	18:00-21:00	ג	29.3
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	08:00-11:15	ב	5.4
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	17:00-20:00	ב	12.4
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	08:00-11:15	ב	19.4
מפגש הכוונה ועזרה בהכנת עבודות גמר	זום	10:00-12:00	ו	29.4
עזרה ראשונה	כיתה	17:00-21:00	ג	10.5
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:15	ג	17.5
פסיכולוגיה	זום	08:00-11:15	ג	24.5
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:15	ג	31.5
תורת האימון	כיתה	17:00-20:15	ג	7.6
תורת האימון	כיתה	17:00-20:15	ג	14.6
תורת האימון	כיתה	17:00-20:15	א	19.6
תורת האימון	כיתה	17:00-20:15	ג	21.6
תורת האימון + מבחן בתורת האימון	אולם ספורט	17:00-20:15	ד	22.6
חשיבה מחוץ לקופסא/הבדל בין ניצחון להפסד	כיתה	09:00-14:15	ו	24.6
הכנה מנטלית אישית וקבוצתית	אולם ספורט	09:00-13:45	א	26.6
שימוש בחסימות/תרגילי מדידה לקליעה	אולם ספורט	09:00-13:45	ג	28.6
המאמן כמנהל/החלטות בסוף השעון/בחירת זרים/בניית קבוצה	כיתה	09:00-13:45	ד	29.6
למידת עמיתים וסקאוטינג	כיתה	10:00-16:00	ו	1.7
בניית תרגילים נגד אישית	אולם ספורט	13:30-17:45	א	3.7
התמודדות עם משברים/תכנון חודשי ושנתי	כיתה	12:00-17:00	ג	5.7
משחק בין שניים וקריאת מצבים	אולם ספורט	12:00-17:00	ד	6.7
הגנות איזורית והתקפה נגד איזורית	אולם ספורט	09:00-15:00	ו	8.7
משחק מעבר התקפי והגנתי	אולם ספורט	13:30-17:45	א	10.7
מצבים מיוחדים וסימולציות משחק	אולם ספורט	13:30-17:45	ג	12.7
יתרון מספרי/עקרונות ותרגילים	אולם ספורט	09:00-15:00	ו	15.7
הגנת לוחצות	הגנת לוחצות	13:30-17:45	א	17.7
בניית הגנה אישית חצי מגרש	אולם ספורט	13:30-18:30	ד	20.7
ריבאונד/עקרונות ותרגילים	אולם ספורט	09:00-15:00	ו	22.7
הכנסת כדור מהצד וקו הבסיס/תרגילים	אולם ספורט	13:30-17:45	א	24.7
הדרכה	אולם ספורט	13:30-18:30	ב	25.7
הרצאה + התנסות בכיסאות גלגלים.	אולם ספורט	13:30-16:00	ד	27.7
הדרכה ומצבים מיוחדים	אולם ספורט	09:00-15:00	ו	29.7
נושאים פתוחים בהתאם להתקדמות הקורס	אולם ספורט	13:30-18:30	א	31.7
הצגת עבודות חניכים	כיתה	13:30-17:45	ג	2.8
טקס סיום	כיתה	10:00-12:30	ו	12.8
יום ביקור בקבוצת ליגת לאומית	ייקבע בהמשך			
הרצאה + התנסות כסאות גלגלים				
1-2 ימי השתלמות				

● ייתכנו שינויים בלו"ז

● ביקורים במועדונים, השתלמויות והתנסות בכיסאות גלגלים - יקבע תאריך בהמשך.

- סטאג' ועבודות גמר נסיים במהלך החודשים אפריל - יוני, כך שהחניכים יהיו זכאים לתעודה בסיום הקורס.