

סילבוס קורס משולב B+A

תחום	נושא	עיוני	מגרש	סדנה
כללי	התארגנות, היכרות, כללים ונהלים	2		
	פילוסופיית האימון והדרכת מאמנים/ות בכדורגל הישראלי	2		
	מערכת LMS + בניית מערך אימון + סימנים מוסכמים	1		1
	ביקור במועדון	10		
	סיכום קורס, מיקוד והכנה למבחן	2		
	ביקור באקדמיה	10		
	בטיחות	1		
	מבחן אמצע עיוני	3		
	מבחן סיכום עיוני	3		
	מבחן מעשי	4		
		38	0	1
	סה"כ	39		
המאמן	פרופיל מאמן ילדים (עד גיל 12)	2		
	B+ A מיומנויות הוראה כולל ברנטל	5	2	1
	מעורבות הורים - גיל צעיר	2		
	תפקיד המאמן ומערך הציפיות לפי גילאים	3		
	פרקטיקום כישורי המאמן והערכתם במח' הנוער	2		1
	יישום הפילוסופיה של המועדון - עבודה מול מנהל מקצועי	2		
	ניהול צוות	1		
	תיעוד ובקרה: תכנית אימון, מערכים, דוחות ביניים + איזי	2		1
	בניית סגל וניהול קבוצה במהלך העונה: בחירה, שחרור, דקות	2		1
	תכנון וארגון מחנה אימון	2		1
	עשה אל תעשה	2		
	מעבר משחקן למאמן - חדש חיצוני	2		1
	מעורבות הורים - גילאים גדולים (מתקדם)	2		1
	מפגשים קבוצתיים	2		1
מטרות ויעדים בבניית קבוצה	2			
		33	2	8
	סה"כ	43		
השחקן	אימון השוער	4		1
	בניית פרופיל שחקן	1		2
	סקאוט - איתור ומיון שחקנים	2		
	ניתוח וידאו אישי - עבודה מול השחקן			
השחקן וסביבתו החברתית/סוציאלית	2		1	
		9	0	4
	סה"כ	13		
האימון	מודל אימון PTP כולל אימון הדגמה	2	2	
	מיומנויות יסוד - כדרור			
	מיומנויות יסוד - קבלה ומסירה	2		
	מיומנויות יסוד - הבעיטה			
	מיומנויות יסוד - הנגיחה			
	טקטי אישי/צוות קטן- 1v1, 2v2, 3v2, 3v3, 2v1 - בסיס	1	1	
	פילוסופיית אימון ומשחק במחלקת נוער	2		
	תכנון רב שנתי	2		
	תכנון תקופתי - שבועי	2		1
	מודל אימון 11v11 + קבוצת הדגמה חיצוני (ליאור, אסף)	4	2	2
	אימון במציאות המשחק - Game Related	2		1
	משחקוני צוות/ משחקוני תנאי קטנים (SSG)	2	2	1
	בניית משחק - Build Up	2	2	1
	עקרונות משחק ההגנה	2	2	1
	עקרונות משחק התקפה	3	2	1
	עקרונות המעבר מהגנה להתקפה	2	1	1
	עקרונות אימון הלחץ (Pressing)	2	1	1
	אימון קווים	2	1	1
	עקרונות המעבר מהתקפה להגנה	2		
	אינטנסיביות באימון	2		
אימון טכניקה	2	1	1	

1	1	2	אימון לפי חוליות/אימון צוות הגנה, קישור, התקפה	
1	1	1	אימון העשרה לפי שכבות גיל	
15	19	41		
75			סה"כ	
		2	5v5, 7v7, 9v9	המשחק
2	2	4	שיטות משחק + פריסות התקפיות והגנתיות	
		2	ניהול והכנה למשחק	
1		2	ניתוח מהלכי משחק (רכז)	
		4	PRE MATCH + POST MATCH	
		2	מושגים מעולם הכדורגל	
		2	כדורגל נשים	
		4	מצבים נייחים	
		3	חוקת המשחק (שופט)	
3	2	25		
30			סה"כ	
	8	10	מטלת ניתוח אימון בווידאו	מטלות
	4		נשים - צפייה באימון + דו"ח צפייה	
	4		סקאוט - צפייה באימון מרכז פיתוח	
	4		סקאוט - צפייה במשחק ליגה/גביע	
	10	10	תכנית התערבות קבוצתית-	
0	30	20		
50			סה"כ מטלות	
		2	כלים מנטליים	פסיכולוגיה
		4	תבניות חשיבה	
		4	תקשורת ומוטיבציה	
		4	לחץ ועוררות	
		2	מנהיגות	
		2	בניית קבוצה	
		18	סה"כ פסיכולוגיה של הספורט:	
		2	מקרי חירום נפוצים במגרש	רפואת ספורט
		4	פציעות ספורט וחזרה למגרש	
		2	תזונה ותוספי מזון אסורים	
		2	פגיעות ראש + אוכלוסיות ספציפיות	
		2	יתרונות פעילות גופנית ומניעת פציעות	
		12	סה"כ רפואת ספורט:	
		4	תכנון תקופתיות + תכנון חודשי	כושר גופני
		4	תכנון יומי ושבועי (בצמוד להרצאת הרכז בנושא)	
		2	עקרונות אימון + מרכיבי כ"ג	
		2	מניעת פציעות	
		4	דרישות המשחק (עומסים)	
		2	תכנון גופני מחנות אימונים	
		2	מבדקים גופניים והורדתם לאימון	
		20	סה"כ כושר גופני:	
		2	מוגנות ילדים	מוגנות
		8	הרצאות העשרה	העשרה
0	0	8		
8			העשרה	
4	3	10	תפיסת אימון, שיטות משחק, ניהול קבוצה	מרצה אורח
4	3	10		
17				
52			סה"כ מדעים	
250			סה"כ ענפיות + כללי	
25			העשרה/מרצים אורחים	
327			סה"כ	