

תוכנית לימודים קיץ 2021 – קורס מדריכי כדורגל – מודיעין

תוכן השיעור	מקום	שעות	יום	תאריך	
הצגת הקורס ותיאום ציפיות / שלבים בפיתוח שחקן , עשה ואל תעשה באימון	מגרש	08:30-13:30	ו	18.6	1
סימנים מוסכמים, תולדות הכדורגל (היסטוריה), הנושאים לפי שכבות גיל	מגרש	16:00-21:00	ב	21.6	2
עקרונות לימוד הקדמה, הדגמה, הסבר, תרגול ובקרה , סגנוני הדרגה (דגש לצעירים)	מגרש	16:00-21:00	ד	23.6	3
תפקוד המדריך , המסירה לימוד ותרגול	מגרש	08:30-13:30	ו	25.6	4
תרגול טכני טקטי ,ג. הדרכה לצוותות (התקפה, הגנה)	מגרש	16:00-21:00	ב	28.6	5
חוקה	מגרש	16:00-21:00	ד	30.6	6
טכניקה, טקטיקה	מגרש	08:30-13:30	ו	2.7	7
מצבים בסיסיים , הבעיטה-לימוד ותרגול	מגרש	16:00-21:00	ב	5.7	8
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	17:00-20:00	ג	6.7	9
שיטת משחק, סגנון , כיצד לקרוא משחק, עקרונות ניתוח משחק , שימוש בעזרים	מגרש	16:00-21:00	ד	7.7	10
אימון ילדים ונוער (כושר גופני, קורדינציה), הנגיחה , אימון המדריך	מגרש	16:00-21:00	ו	9.7	11
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	17:00-20:00	א	11.7	12
רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)	זום	17:00-21:15	ב	12.7	13
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:15	ד	14.7	14
שיטת משחק, סגנון , כיצד לקרוא משחק, עקרונות ניתוח משחק , שימוש בעזרים	מגרש	08:30-13:30	ו	16.7	15
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:15	א	18.7	16
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:15	ב	19.7	17
עזרה ראשונה	כיתה	9:00-13:15	ג	20.7	18
תורת האימון	זום	17:00-21:15	ד	21.7	19
תורת האימון	זום	17:00-21:15	ה	22.7	20
אימון ילדים ונוער (כושר גופני, קורדינציה), הנגיחה , אימון המדריך	מגרש	08:30-13:30	ו	23.7	21
תורת האימון	זום	17:00-21:15	א	25.7	22
תורת האימון	זום	17:00-20:15	ב	26.7	23
תכנון יחידת אימון, תכנון שבועי, שנתי , ארגון אימונים ומשחקים, עקרונות כללים (במשחק) (עומק, רוחב)	מגרש	16:00-21:00	ד	28.7	24
אימון לפי תפקידים (מגן, בלם, קשר, חלוץ), מיומנות אישית, עצירות , אימון המדריך	מגרש	08:30-13:30	ו	30.7	25
ארגון קבוצה (משחקונים) , טקטיקה קבוצתית (חיפוי, כיסוי)	מגרש	16:00-21:00	ב	2.8	26
תורת האימון - מעשי	מגרש	17:00-21:15	ג	3.8	27
משחקי שעשוע עם/בלי כדור , חימום/ הרפיה, כדור	מגרש	16:00-21:00	ד	4.8	28
תרגולים שונים, בעיטות לשער	מגרש	08:30-13:30	ו	6.8	29
משולב כדור ומסירה וכדומה	מגרש	16:00-21:00	ב	9.8	30
מהירות, גמישות, כוח, קואורדינציה, התאוששות (ילדים/נוער)	מגרש	16:00-21:00	ד	11.8	31
מהירות, גמישות, כוח, קואורדינציה, התאוששות (ילדים/נוער) - המשך	מגרש	08:30-13:30	ו	13.8	32
הדרכה במשחקונים, הדרכה במשחק רגיל	מגרש	16:00-21:00	ב	16.8	33
1X1 1X2 2X4 4X4 5X5 7X7 11X11	מגרש	16:00-21:00	ד	18.8	34
תשלובת (זוגות, שלשות), השוער , הוצאת חוץ	מגרש	08:30-13:30	ו	21.8	35
קרן/ בעיטה חופשית/ פתיחת משחק	מגרש	16:00-21:00	ב	23.8	36
מבחן ענפי עיוני	מגרש	16:00-21:00	ד	25.8	37
מבחני הדרכה	מגרש	08:30-13:30	ו	27.8	38
טקס סיום	מגרש	16:00-21:00	ב	30.8	39