

עתידי - בי"ס להסמכות בע"מ

תוכנית לימודים 2023 - קורס מאמני כדורשת - מכללת טבריה

רכז הקורס: אשר סנדל

תוכן השיעור	מקום	שעות	יום	תאריך	
שיחת פתיחה זריקת פתיחה ותפיסת כדור	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	27.1	1
עזרה ראשונה	כיתה טבריה	09:00-13:00	ו	3.2	2
רפואת ספורט	זום	17:00-21:00	ב	6.2	3
המשך תפיסת כדור ומסירת כדור	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	10.2	4
רפואת ספורט	זום	17:00-21:00	ב	13.2	5
הנחתה	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	17.2	6
רפואת ספורט (תזונה)	זום	17:00-20:00	ג	21.2	7
המשך הנחתה וחסירה	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	24.2	8
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	27.2	9
הגנה וחיפוי, תרגילים בהתקפה חלק א + מבחן רפואת ספורט	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	3.3	10
הגנה וחיפוי, תרגילים בהתקפה חלק ב	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	10.3	11
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	13.3	12
לימוד בניית תרגילים, עקרונות ההתקפה בכדור שני/שלישי	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	17.3	13
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	20.3	14
08:30 – 10:30 מרצה אורח הכנה מנטלית ואימון מנטלי. 11:00 – 13:00 מרצה אורח התנהגות שחקנים/ות ומאמן/ת בזמן משחק. + מבחן פסיכולוגיה	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	31.3	15
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	3.4	16
לימוד בניית תרגילים, עקרונות ההתקפה בכדור שני/שלישי - המשך	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	14.4	17
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	20.4	18
תורת האימון בכדורשת	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	21.4	19
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	24.4	20
התנסות סטאג' בקבוצות + מבחן תורת האימון	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	28.4	21
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	1.5	22
תורת האימון בכדורשת	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	5.5	23
מבחני סיום: מבחן הדרכה ואימון מבחן בתורת הענף	אולם טבריה	08:30-13:00	ו	12.5	24

** ייתכנו שינויים בלו"ז