



התאחדות הספורט  
לבתי-הספר בישראל-ע"ר



משרד התרבות והספורט  
מינהל הספורט



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE



איגוד סמנטי הכדורגל בישראל  
THE ISRAELI SOCCER & FOOTBALL ASSOCIATION



איגוד טניס שולחן בישראל  
ISRAEL TABLE TENNIS ASSOCIATION



איגוד הכדורסל בישראל  
ISRAEL BASKETBALL ASSOCIATION



איגוד הכדוריד בישראל  
ISRAEL HANDBALL ASSOCIATION



איגוד הטניס בישראל  
ISRAEL TENNIS ASSOCIATION



איגוד הכדור-מים בישראל  
ISRAEL WATER POLO ASSOCIATION



איגוד הפעם בישראל  
ISRAEL FENCING ASSOCIATION



איגוד הכידור בישראל  
ISRAEL JUDO ASSOCIATION



# הדרך לפסגה

## הכנס השני לאימון ספורטאים צעירים

מכון וינגייט, 9-10.12.2010  
ימים חמישי-שישי, ב'-ג' בטבת תשע"א

## מאמנים ומאמנים יקרים,



ברכתי החמה לכל באי הכנס החשוב הזה.

משרד התרבות והספורט מייחס חשיבות רבה להתפתחותם המקצועית המובנית של ספורטאים החל מגיל צעיר.

לכם המאמנים, השפעה רבה ומכאן גם אחריות גדולה, על הספורטאים הצעירים. אתם מהווים עבורם דמויות לחיקוי, וככאלו נדרשות מכם אמות מידה גבוהות לאיכות, למקצועיות ולמצוינות. חשוב לזכור כי טיבו של המאמן כאדם וכאיש מקצוע עומד ביחס ישיר לאיכות הספורטאי, רווחתו והישגיו.

הכנס הנוכחי הינו שלב נוסף וחשוב בהתפתחותכם המקצועית, בו שולבו גם מיטב מרצים מרחבי העולם. זו עת חשובה להיתרם מהידע המעמיק המצוי בתחום. הפיקו המירב והמיטב מימים אלו. אני מאחלת לכם דיונים מעשירים ומעניינים, מייחלת להמשך פעילותכם האיכותית והמקצועית ומודה לכם על תרומתכם החשובה למען ספורטאינו הצעירים.

בברכה

אורלי פרומן

המנהלת הכללית

משרד התרבות והספורט

מכון וינגייט והתאחדות הספורט לבתי הספר, רואים כיעד משותף להרחיב ולקדם את אימוני הספורט של ילדים ונוער בישראל.

ההשתלמות היוקרתית אותה יזמנו והפקנו במשותף, חושפת אתכם המאמנים לשיטות אימון עדכניות ומפגישה אתכם עם מאמנים בכירים מהארץ ומהעולם, במטרה להעשיר את ארגז הכלים שלכם ולאפשר לכם דיאלוג ישיר עם אנשי מקצוע מהשורה הראשונה, בתחומכם. אין לי ספק כי ימי ההשתלמות יהיו עבורכם התנסות מעשירה וחוויתית.

אני מאחלת לכם יומיים מהנים והמשך עשייה ספורטיבית במסגרת בתי הספר והאגודות. מכון וינגייט והתאחדות הספורט לבתי הספר רואים בכם שגרירים להטמעת ערכי הספורט והעשייה הספורטיבית בקרב הנוער.

יחד נשמח לכוון ולסייע ולשוב ולארח אתכם במרחבים הקסומים של מכון וינגייט.

ד"ר רותי פילץ-בורשטיין

מנכ"לית מכון וינגייט



## מאמנים ומאמנים יקרים,



עבודתו של מאמן לספורטאים צעירים אינה סוגה בשושנים. היא דורשת התמדה, סבלנות, ידע מקצועי ועמידה בלחצים. דמותו של המאמן הינה מרכזית, ויש לה השפעה רבה על הספורטאי הצעיר, הוא משמש דוגמה ומודל לחיקוי, הוא משמש כיועץ, כחבר, אך יותר מכל הוא משמש כ"מחנך לחיים", שלעיתים הופך לצומת המרכזית המשפיעה על חיי הספורטאי הצעיר.

אנו בהתאחדות הספורט לבתי הספר בישראל פועלים לקידומו המקצועי של המאמן. בכנס זה נעשו מאמצים כבירים להעניק לכם ולהעשיר אתכם בכלים מקצועיים ובידע שיעזרו לכם לממש את שליחותכם.

בשם התאחדות הספורט לבתי ספר, אני מקדם בברכה את אורחינו מחו"ל, אנשי המקצוע וידידינו מירדן.

אני מבקש להודות לשותפים בארגון הכנס למשרד התרבות והספורט, למכון וינגייט, ולארגוני הספורט. שיתוף פעולה זה מאפיין את האסטרטגיה שלנו השואפת ליזום ולקדם שיתופי פעולה ובכך למכסם את התוצרים והשרות שאנו מספקים.

תודה מיוחדת ליורם כהן ויניב אשכנזי על ארגון הכנס.

משה קונינסקי

מנכ"ל התאחדות הספורט לבתי ספר

### **מר יופ לנסן - הולנד Mr. Joop Lensen**

מאמן ראשי של נבחרת הולנד בכדורגל עד גיל 15 (1997-2000).  
מנהל מקצועי במועדון הכדורגל אלקמאר-הולנד (2000-2005).  
מנהל מקצועי ואחראי על מערך הסקאוטינג-פנרבחצ'ה-תורכיה (2005-2006).  
כיום מנהל חברת L&B לייעוץ מערך מקצועי וטכני בכדורגל.



### **גב' לורטה קוסאק-דויל - בריטניה Mrs. Loretta Cusack Doyle**

אלופת עולם ופעמיים אלופת אירופה בג'ודו.  
מרצה בבי"ס למאמנים - אדינבורו- סקוטלנד.  
מאמנת נבחרת הנערות של בריטניה בג'ודו.



### **מר מירקו (פאבל) ויצ'ביץ' - מונטנגרו Mr. Mirko (Pavle) Vicevic**

כשחקן זכה במדליית זהב באולימפיאדת סיאול 1988 בכדור-מים, זהב באלופות אירופה בשנת 1991, ושתי מדליות זהב באלופיות עולם - 1986, 1991.  
כמאמן זכה בעונת 10-2009 בגביע אירופה לקבוצות.  
חבר הוועד האולימפי במונטנגרו.



### **מר אנטוניו דלו יאקונו - איטליה Mr. Antonio Dello Iacono**

דוקטורנט במכללה האקדמית במכון וינגייט.  
מאמן כושר גופני במסגרות תחרותיות - הישגיות בקבוצות כדורעף באיטליה.



### **מר פבלו גיאקופלי - ארגנטינה Mr. Pablo Giacopelli**

חבר בצוות המאמנים באקדמיה לטניס באריזונה- ארה"ב.  
אימן בעבר את שחר פאר, קאיה קאנפי, קטלינה קאסטנו ואחרים.



### **מר ליו הונג רוי - סין Mr. Liu Hong Rui**

כשחקן היה חבר נבחרת סין בטניס-שולחן.  
החל משנת 1979 עבד במועדון המדורג בין 8 המועדונים הגדולים בסין, מועדון אשר גידל אלוף עולם, ו-2 סגני אלופים אולימפיים.  
כיום מאמן באקדמיה למצוינות במכון וינגייט.



### **מר מוחמד אוקור - ירדן Mr. Mohammad Okour**

מאמן נבחרות צעירות בכדורגל במחוז אירביד בירדן.



יום חמישי, ב' בטבת תשע"א - 9.12.2010

8:00-9:00 קליטה ורישום, כיבוד

9:00 ברכות

9:15-10:45 הרצאה של מר **Mr. Joop Lensen**

המודל ההולנדי לטיפול ספורטאים צעירים מצטיינים

10:45-11:45 פאנל מומחים בנושא אימון וטיפול ספורטאים צעירים, בהנחיית: גב' **מירי נבו**

**בהשתתפות: לואיס פרננדז, פרופ' ישראל (איזי) בורוביץ',**

**שי דורון, ג'קי בן זקן וגילי לוסטיג**

## חלוקה לענפים

<p><b>שחייה</b> 12:00-12:45 13:00-13:45 14:00-14:45 15:45-17:00</p>	<p>המרצה: <b>מורן רבינוביץ'</b>  המרצה: <b>חנן גלעד</b> המרצה: <b>ד"ר ליאוניד קאופמן</b> המרצה: <b>ד"ר ליאוניד קאופמן</b></p>	<p>פרויקט הנשים- הישגים וקשיים, מבדקי איתור כישרונות קריטריונים באיגוד השחייה בקרה וניתוח ביצועים בעזרת צילום מעל ומתחת למים הדגמות מעשיות לשימושי צילום - ביצועים טכניים במים</p>
<p><b>שיט</b> 12:15-13:30 13:45-15:00</p>	<p>המרצה: <b>נועם אייל</b> המרצה: <b>גור שטיינברג</b></p>	<p>תכנון ותיעוד מתקדם בספורט האישי מתודולוגית תכנון ותיעוד בענף השיט</p>
<p><b>כדורמים</b> 12:30-14:30 15:15-17:00</p>	<p>המרצה: <b>Mr. Mirko Vicevic</b> המרצה: <b>Mr. Mirko Vicevic</b></p>	<p>תרגילי הגנה והתקפה גילאי 15-18 (מעשי) תהליכי איתור שחקני כדורמים גילאי 8-11</p>
<p><b>כדורעף</b> 12:15-13:30 13:45-15:00</p>	<p>המרצה: <b>Mr. Antonio Dello Iacono</b> המרצה: <b>Mr. Antonio Dello Iacono</b></p>	<p>אימון מרכיבי יכולת הניתור אצל ספורטאים צעירים לפני ואחרי תקופת ההתבגרות (בנים/בנות) תרגילים לפיתוח הניתור בהתאמה לגיל. שיטות וצורות אימון בתקופת ההכנה. (מעשי)</p>
<p><b>כדורסל</b> 12:15-13:30 13:45-15:00</p>	<p>המרצה: <b>עודד קטש</b> המרצה: <b>עודד קטש</b></p>	<p>דגשים ועקרונות במשחק ההתקפה (מעשי) יחסי שחקן - מאמן</p>
<p><b>כדורגל</b> 12:30-14:30</p>	<p>המרצה: <b>Mr. Joop Lensen</b></p>	<p>הפילוסופיה ההולנדית - "לפשט את המשחק"</p>
<p><b>כדוריד</b> 12:15-13:30 13:45-15:00</p>	<p>המרצים: <b>אורן דיסקין ושלי בר-סלע</b> המרצים: <b>אורן דיסקין ושלי בר-סלע</b></p>	<p>מניעת פציעות לכדורידנים צעירים סדנא במניעת פציעות (מעשי)</p>
<p><b>טניס</b> 13:00-15:00</p>	<p>פאנל מקצועי</p>	<p>הראל לוי, עודד יעקב, שלמה גליקשטיין, Pablo Giakopelli, רונן בגה, שלמה צורף</p>
<p><b>טניס-שולחן</b> 12:15-14:30</p>	<p>המרצה: <b>Mr. Liu Hong Ru</b></p>	<p>עקרונות לימוד של טניסאי שולחן צעיר</p>
<p><b>ג'ודו</b> 12:15-14:30</p>	<p>המרצה: <b>Mrs. Loretta Cusack Doyle</b></p>	<p>איתור וטיפול ספורטאים צעירים בג'ודו</p>

14:30-16:00 ארוחת צהריים

ייתכנו שינויים במרצים ובמאמנים • מיקום ההרצאות והפעילות יפורסמו ביום הכנס

יום שישי, ג' בטבת תשע"א - 10.12.2010

קליטה ורישום, כיבוד

8:00-9:00

תרגילים לשיפור עבודת רגליים גילאי 12-14 (מעשי) דיון	המרצה: Mr. Mirko Vicevic	<b>כדורמים</b> 9:00-13:00
	המרצה: Mr. Mirko Vicevic	14:00-17:00
		<b>ג'ודו</b>
<b>על המאמנים להגיע עם בגדי ג'ודו</b>		
פיתוח וניהול הג'ודו ברמה ההישגית אימון (מעשי)	המרצה: Mrs. Loretta Cusack	9:00-10:30
	המרצה: Mrs. Loretta Cusack	11:00-12:30
חשיבות החימום באימון אימון מחזורי מבוקר בטלמטריה (מעשי)	המרצה: Mr. Antonio Dello Iacono	<b>כדורעף</b> 9:00-10:30
	המרצה: Mr. Antonio Dello Iacono	11:00-12:30
גישות ועקרונות הגנתים תכנון, בניית תהליך וניהול משחק	המרצה: עודד קטש/דן שמיר	<b>כדורסל</b> 9:00-10:15
	המרצה: דן שמיר	10:30-12:00
		<b>כדורגל</b>
<b>על המאמנים להגיע עם בגדי ספורט</b>		
פילוסופיית הכדורגל ההולנדית מודל לטיפול כדורגלנים צעירים בירדן פילוסופיית האימון ההולנדית (מעשי)	המרצה: Mr. Joop Lensen	9:00-11:00
	המרצה: Mr. Mohammad Okour	11:00-11:20
	המרצה: Mr. Joop Lensen	11:30-13:00
בקרת תהליכי אימון בגיל הצעיר	המרצים: Pablo Giakopelli, רונן בנה	<b>טניס</b> 13:00-15:00
עקרונות לימוד של טניסאי שולחן צעיר	המרצה: Mr. Liu Hong Ru	<b>טניס-שולחן</b> 09:00-13:00

ייתכנו שינויים במרצים ובמאמנים • מיקום ההרצאות והפעילות יפורסמו ביום הכנס



## המרצים והמאמנים הישראלים:

### שחייה

דר' ליאוניד קאופמן - מאמן לאומי  
גב' מורן רבינוביץ' - מאמנת באקדמיה למצוינות בוינגייט  
מר חנן גלעד - מאמן נבחרת הנוער

### שייט

מר נועם אייל - פסיכולוג ספורט  
מר גור שטיינברג - מנהל ההכנות האולימפיות

### כדורסל

מר עודד קטש - מאמן "הפועל" ירושלים ועוזר מאמן נבחרת ישראל  
מר דן שמיר - מאמן "בני השרון" ועוזר מאמן נבחרת ישראל

### טניס

מר הראל לוי - חבר נבחרת ישראל  
מר עודד יעקב - מאמן בחיר  
מר שלמה גליקשטיין - מנהל מקצועי באיגוד  
מר רונן בגה - מאמן כושר גופני  
מר שלמה צורף - יו"ר וועדה מקצועית

### כדוריד

מר שלי בר-סלע - בעבר מאמן נבחרת ישראל ופיזיותרפיסט  
אורן דיסקין - פיזיותרפיסט אס"א תל אביב



לכבוד  
התאחדות הספורט לבתי-הספר  
רח' המסגר 59  
ת.ד. 57717  
תל-אביב 61575  
טל': 03-5619080  
פקס: 03-5622272, 03-5629101  
דואר אלקטרוני: leah@isa2000.org.il

הריני מאשר/ת את השתתפותי בכנס השנתי השני לאימון ספורטאים צעירים אשר יתקיים  
בתאריכים: ב'-ג' בטבת תשע"א 9-10.12.2010 במכון וינגייט.

### פרטי השולח/ת

שם: \_\_\_\_\_  
שם משפחה: \_\_\_\_\_  
אגודה/מועדון בית ספרי/אחר: \_\_\_\_\_  
השכלה: \_\_\_\_\_  
כתובת: \_\_\_\_\_  
טל': \_\_\_\_\_  
נייד: \_\_\_\_\_  
פקס: \_\_\_\_\_  
דואר אלקטרוני: \_\_\_\_\_

**ניתן להרשם באתר האינטרנט של התאחדות הספורט לבתי-הספר:**  
**[www.schoolsport.co.il](http://www.schoolsport.co.il)**

### פרטי ההרשמה לכנס

**ניתן להירשם לשני ימי הכנס, או ליום בודד בלבד.**

דמי הרשמה לימים חמישי-שישי - **190** ₪. הרשמה ביום הכנס - **230** ₪.

דמי הרשמה ליום חמישי בלבד - **140** ₪. הרשמה ביום הכנס - **160** ₪.

דמי הרשמה ליום שישי בלבד - **70** ₪. הרשמה ביום הכנס - **80** ₪.

**אמצעי תשלום:** מזומן, המחאות, כ.אשראי (טלפונית 03-5619080)

**ההזמנה מהווה אישור כניסה ויציאה למכון וינגייט**



# תמונות מהכנס הראשון - כפר המכביה 14-15.12.2009

