

מערכת שעות תואר שני  
מדעי האימון בספורט תשפ"ו

| שנה ראשונה          |                                                                        | שנה שנייה                                                                                                                   |                                                                                                           |                                                                           |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| שעות                | סמסטר א'                                                               | סמסטר ב'                                                                                                                    | סמסטר א'                                                                                                  | סמסטר ב'                                                                  |
| 8:15-9:45           | סטטיסטיקה וניתוח נתונים<br>בספורט<br>ד"ר יואב זאבי<br>חובה             | סטטיסטיקה וניתוח נתונים<br>בספורט<br>ד"ר יואב זאבי<br>חובה                                                                  | מיומנויות תפיסתיות –<br>מוטוריות בספורטאי הישג<br>פרופ' גל זיו<br>מתוקשב סנכרוני                          | מנגנונים פיזיולוגיים<br>בתהליך גדילת השרירים<br>ד"ר שרון צוק              |
| 10:00-11:30         | סדנא לעריכת פרויקט גמר<br>וכתיבה מדעית<br>פרופ' רוני לידור<br>חובה     | שיטות מחקר במדעי הספורט<br>פרופ' סימה זך וד"ר אורלי<br>פוקס<br>חובה                                                         | עקרונות בבניית יחידת אימון<br>בענפי ספורט אישיים<br>וקבוצתיים<br>פרופ' יואב מקל וד"ר יוסי<br>חלבה<br>חובה | מנגנונים ומגבלות<br>פיזיולוגיות במשחקי<br>כדור תחרותיים<br>פרופ' יואב מקל |
| 12:00-13:30         | יישום עקרונות מדעיים<br>בהדרכה ובאימון ספורט<br>ד"ר יוסי חלבה<br>חובה  | דרכים ביומכניות לשיפור<br>והערכת ביצוע ספורט<br>פרופ' אילת דונסקי                                                           | היבטים מתקדמים בטיפול,<br>שיקום ומניעת פציעות ספורט<br>ד"ר אילת לוי                                       | תזונה, תוספים וסמים<br>בספורט ההישגי<br>ד"ר שרון מאור                     |
| 14:00-15:30         | מכינת<br>השלמות                                                        | הבסיס הפיזיולוגי לביצוע<br>אירובי ואנאירובי בספורט<br>פרופ' יואב מקל                                                        | איתור וטיפול ראשוני של<br>ספורטאים צעירים<br>פרופ' רוני לידור                                             | המערכת ההורמונלית<br>בספורט<br>פרופ' אלון אליקים                          |
| 16:00-17:30         |                                                                        | תכנון ופריודיזציה באימון<br>בספורט הישגי<br>גילי לוסטיג<br>חובה                                                             | מחקר מלווה כלי AI בסוגיות<br>באימון<br>פרופ' סיגל בן זקן                                                  |                                                                           |
| 18:00-19:30         |                                                                        | חובה – קורס חובה<br>מתוקשב סנכרוני – קורס שמתקיים בזום בשעה הכתובה<br>מתוקשב א-סנכרוני – קורס מקוון ללא שיעורים בשעה קבועה. |                                                                                                           |                                                                           |
| מתוקשב<br>א-סנכרוני | שיטות מחקר במדעי<br>הספורט<br>פרופ' גל זיו<br>מתוקשב א-סנכרוני<br>חובה | הלמידה מתבצעת באופן עצמאי על פי חומרים ומשימות<br>שהמרצה מעלה מראש                                                          |                                                                                                           |                                                                           |