

יתרונות המורה לחינוך גופני באימון ספורטאים

בשנים האחרונות גוברת הדרישה לכוח אדם מקצועי להדרכה ולאמון ספורט. למאמנים שהוסמכו גם להוראת חינוך גופני יש כלים טובים יותר, בהיבט התיאורטי והיישומי, לעבודה עם ילדים ובני-נוער.

מיכה קניץ מארק ורטהיים

מבוא

כושא הכשרת כוח אדם מקצועי בתחומי ההדרכה והאימון בישראל נמצא בתהליך של ריענון והתחדשות. מצב דומה מתרחש היום במדינות אירופה וצפון אמריקה. בדיקת תכניות ההכשרה במדינות השונות מראה כי קיימים כמה מודלים למבנה ההכשרה.

ניתן להבחין בשתי מגמות עיקריות:

א. הכשרה מקצועית - המבוצעת בעיקר על-ידי איגודי הספורט

ב. הכשרה אקדמית - המבוצעת על-ידי המוסדות להשכלה גבוהה.

לא ניתן להצביע על דגם אחיד בהכשרת מאמנים ומדריכים בספורט ולא על העדפת הגישה המקצועית או האקדמית. הפתרון המומלץ במרבית המדינות הוא מדיניות ממלכתית גמישה, המאפשרת שילוב של שתי הגישות.

להלן כמה עובדות יסוד:

1. בישראל הולך וגדל מספרם של האנשים (צעירים ומבוגרים) העוסקים או המעוניינים לעסוק בספורט ובפעילות גופנית. התפתחות זו יצרה -

* דרישה גדולה מבעבר לכוח אדם מקצועי לאימון ולהדרכה. גם חקיקת חוק הספורט, שלפיו חלה חובת הסמכה להדרכה ולאימון ספורטיבי, הגדילה את הדרישה להעסקת אנשי מקצוע מוסמכים.

* אפשרויות תעסוקה רבות יותר בתחום הספורט, הן ברמות ההדרכה הנמוכות והן ברמות האימון הגבוהות.

2. כוח האדם הפוטנציאלי, השואף להכשיר עצמו לאימון ספורט, מגיע בעיקר מקרב שלוש קבוצות אוכלוסייה:

* אלה שעסקו בספורט, ברמותיו השונות, ומעוניינים לעסוק באימון ובהדרכה באופן מלא או חלקי

* ספורטאים שבסיום הקריירה הספורטיבית שלהם בוחרים להכשיר עצמם לאימון הענף הספורט שבו התחרו
* צעירים וצעירות לאחר שירות צבאי, בעלי רקע ספורטיבי, הבוחרים ללמוד חינוך גופני במוסד להשכלה גבוהה (לתואר אקדמי B.Ed). צעירים אלו רוצים לעסוק בהוראה ו/או אימון ו/או הדרכה במערכת החינוך הפורמלית או הלא-פורמלית. לאוכלוסייה זו בלבד מיועדת תכנית ההכשרה לאימון ולהדרכה במכללה לחינוך גופני ולספורט במכון וינגייט.

חשיבות הכשרתו של המורה לחינוך גופני לאימון בספורט התחרותי

מדוע כה חשוב שהמורה לחינוך גופני יוכשר גם כמאמן ספורט? במאמר העוסק בהצלחתה של גרמניה המזרחית

בספורט התחרותי הישגי הודגשה, בין יתר הגורמים, חשיבות הכשרתו של המורה לחינוך גופני גם למסלול הספורט התחרותי, במיוחד לגילים הצעירים (הירץ וסאס, 1980). לדעת החוקרים, תפקידו של המורה לחינוך גופני/מאמן הספורט הוא לאתר ולפתח את הילד המוכשר בספורט. פעולה זו צריכה להיעשות במסגרת החינוכית הכללית של בית-הספר (כולל המורים במקצועות השונים), מסגרת שצריכה להיות



שותפה בתמיכה ובעזרה בלימודים ובאימוני הספורט, ואף לטפח את מערכת היחסים עם הורי הספורטאים.

האימון בגילים הצעירים צריך להתבסס על תהליך פדגוגי. המורים לחינוך גופני מתאימים לתפקיד זה, מכיוון שעברו הכשרה מקיפה בתחומי החינוך, הפדגוגיה, המתודיקה, הלמידה המוטורית וההתפתחות הנפשית, הגופנית והחברתית של ילדים ובני-נוער.

גם במסמך שהוצא על-ידי הוועדה המדעית בגרמניה (פלורל, 1985), הודגשה חשיבות הכשרתו של המורה לחינוך גופני גם לאימון ילדים ונוער. בין היתר מודגש במסמך כי תהליך רכישת הידע הנצבר בתחומי המדע השונים מחייב הכשרה

ולאימון בספורט בכלל ובענף הספורט הספציפי בפרט.
3. לימוד והתנסות בהוראה ובאימון. במשך לימודיו מתנסה המורה בהוראה בבית-הספר בטווח גילים רחב - החל בגיל הרך וכלה בתיכון. ההתנסות כוללת הדרכה עיונית ומעשית בבניית תכנית לימודים, בתכנון שיעורים, בהוראתם ובניתוחם. כל אלה מכשירים אותו ללמד ילדים ובני-נוער פעילות גופנית נכונה ובריאה ולאמנם בספורט התחרותי הישגי.

סיכום

הדרכה ואימון ילדים ובני-נוער מחייב היום, יותר מבעבר, אנשי מקצוע שרכשו ידע עיוני ומעשי, המשלב היבטים פדגוגיים, פיזיולוגיים, ביומכניים, פסיכולוגיים וחברתיים עם ניסיון בהוראה ובאימון.

מידת הצלחתו של הספורטאי בעתיד תלויה באיכות הכשרתו בגיל הצעיר. לפיכך יש חשיבות רבה לכך שהספורטאים הצעירים יתאמנו בהדרכת מורים לחינוך גופני בעלי הסמכה לאימון ספורט. המחלקה להכשרה להדרכה ולאימון בספורט במכללת זימן שבמכון וינגייט מקיימת תכנית התמחות להדרכה ולאימון, תוך התמקדות באיכות הכשרתו של המורה כמאמן לגיל הצעיר. בשנת הלימודים הבאה מוצעות לתלמידי המכללה (בשנה ג') שבע התמחויות לאימון - בענפי הכדור ובענפי הספורט האישי. בתש"ס ילמדו בהן מרבית הסטודנטים הלומדים בשנה ג' במכללה.

רשימת מקורות

1. Brux, A. (1986). *Handlungskompetenzen des Sportlehrens in der DDR in Sportwissenschaft*. Koeln, 204-212.
2. Florl, R. (1985). *Weitbenbildung von Sportlehrern und Trainern in: Theorie und Praxis der Koerperkultur*. Berlin, 489-493.
3. Hirtz, P., Sass, H. (1980). *Zur Unterstuetzung in: Theorie und Praxis der Koerperkultur*. Berlin, 436-439.
4. Lunch, J. (1990). *The status of coaching as a profession in Canadian amateur sport*. National Sport of Canada.

רחבה, תוך התמקדות בהיבטים הפדגוגיים-פיזיולוגיים כיחידה אחת. הכשרה זו נרכשת במכללות שבהן לומדים חינוך גופני וספורט במשך ארבע שנים.
 ברוקס (1986) מדגיש את חשיבות הפן התיאורטי של מדעי האימון ואת הקשר בינו לבין האימון בשטח. התיאוריה דורשת התמודדות עם חשיבה רב-תחומית הנלמדת בתהליך הכשרתו של המורה לחינוך גופני. לונץ (1990) מקנדה מדגיש את חשיבות הכשרתו המקצועית-אקדמית של מאמן הספורט ואת היתרון המקצועי-אקדמי שיש למורה לחינוך גופני שעבר הכשרה ספורטיבית.

שילוב של הוראה ואימון בבית-הספר

בעקבות הקמת התאחדות הספורט לבתי-הספר והמועדונים הבית-ספריים בחטיבות הביניים חלה בשנים האחרונות התפתחות רבה בפעילות הספורטיבית-תחרותית בבתי-הספר בענפי ספורט כגון אתלטיקה-קלה, כדורעף, כדור-יד וכדורסל. מורה לחינוך גופני שהוסמך לאימון ולהדרכה יוכל לשלב את עבודת ההוראה בשעות הבוקר עם אימון נבחרות בית-הספר ועבודה במועדון הבית-ספרי בשעות אחר-הצהריים. לשילוב כזה יתרונות רבים:

1. **הכרת התלמידים.** המורה מכיר היטב הן את יכולתם הספורטיבית של תלמידיו והן את ההיבטים החברתיים והנפשיים בהתפתחותם.
2. **קשר עם הנהלת בית-הספר.** קשר הדוק בין המורה ובין ההנהלה וסגל המורים יסייע ליצירת מערכת יחסים בריאה, שתשפיע לטובה על יחסו של הספורטאי הצעיר ללימודים ועל יחס ההנהלה והמורים לפעילות הספורטיבית-תחרותית שלו.
3. **ריכוז המשרה בבית-ספר אחד.** השילוב של עבודת ההוראה בבוקר עם האימון אחר-הצהריים יאפשר למורה לחינוך גופני לרכז את משרתו בבית-ספר אחד, וכך תיחסך ממנו ההתרוצצות בין כמה בתי-ספר כדי להשלים את משרתו. תרומתו לתלמידיו ולבית-הספר תעלה, אם כן, במידה רבה.

יתרונות המורה לחינוך גופני כמאמן ילדים ונוער

למורה לחינוך גופני ולספורט שהוסמך גם לאימון יש יתרונות כמאמן ילדים ובני-נוער בשלושה תחומים עיקריים:

1. **רכישת ידע.** תכנית הלימודים לתואר B.Ed בחינוך גופני מקיפה את מדעי החינוך, החיים, ההתנהגות והאימון. תהליך ההכשרה מתמקד ברכישת ידע רב-תחומי, המאפשר יישום אינטגרטיבי של הנלמד בפעילות גופנית בכלל ובספורט בפרט. הלימודים הרב-תחומיים כמו אנטומיה, פיזיולוגיה, ביומכניקה, פסיכולוגיה, פדגוגיה וסוציולוגיה, בשילוב המקצועות האינטגרטיביים-יישומיים כמו מתודיקה, הוראה, כושר גופני, למידה מוטורית ותורת האימון - כל אלה מקנים למורה לחינוך גופני כלים שבעזרתם הוא יכול ללמד ולאמן ילדים ובני-נוער בפעילות גופנית ובספורט תחרותי על בסיס נכון של עקרונות פיזיולוגיים, פדגוגיים ומתודיים.

2. **לימוד והתנסות בענפי הספורט.** במהלך ארבע שנות לימודיו המורה לחינוך גופני לומד ומתנסה במגוון רחב של ענפי ספורט - אישיים וקבוצתיים. הלימוד והתנסות המעשית מקנים לו ידע והבנה בתנועה וכלים ללימוד, לתרגול

לא רק מכללות לחינוך גופני

מקריאת המאמר עלול להיווצר רושם, כאילו רק מי שסיים מכללה לחינוך גופני מתאים לשמש כמדריך או כמאמן בספורט, אם כי גם המאמר מציין שקיימות בעולם מסגרות שונות להכשרת מדריכים ומאמנים, וביניהן כאלה שאינן מכללות לחינוך גופני. עובדות החיים מראות כי מרבית הפונים להדרכה או לאימון הם ספורטאי עבר, בעלי ניסיון מקצועי עשיר שאין לו תחליף, המעוניינים לעסוק באימון לאחר סיום הקריירה הספורטיבית שלהם. לאנשים אלו אין חלופה ללמוד לקראת קבלת תואר באימון או בהדרכה, אלא בבית-הספר למאמנים דוגמת זה שבמכון וינגייט (או שלוחותיו). בית-הספר פועל יותר מ-20 שנה, והוכיח את יכולתו להכשיר מאמנים ומדריכים ולקיים השתלמויות ברמות שונות ובתחומים רבים. הצירוף של ניסיון מקצועי יחד עם לימודים עיוניים בתחומים הרלוונטיים עשוי להכשיר את הלומדים לאימון ולהדרכה בצורה טובה ביותר.

ד"ר ראובן מטרני

מנהל בית-הספר למאמנים ולמדריכים ע"ש הולמן במכון וינגייט