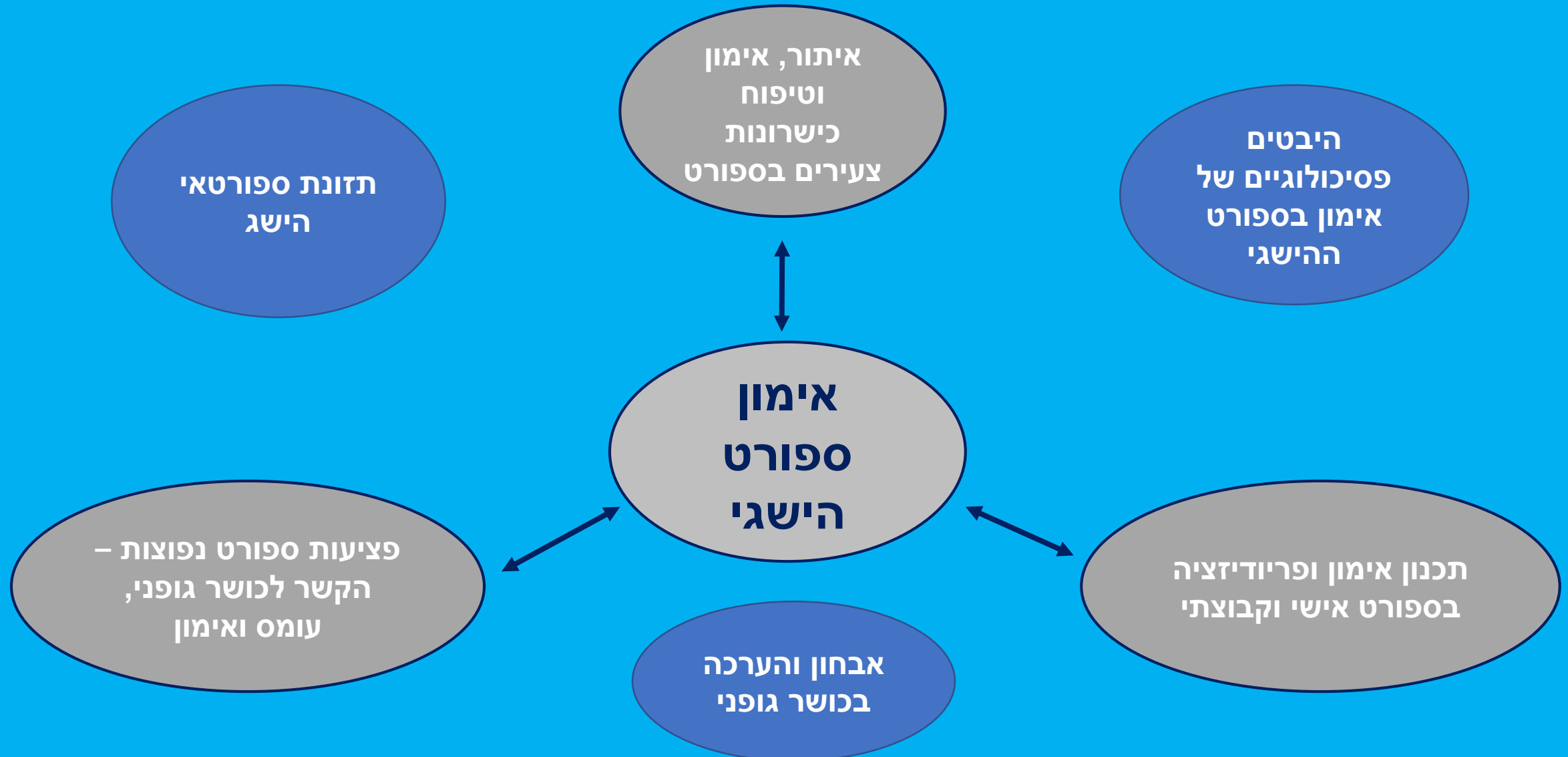


אימון בספורט ההישגי





אימון בספורט ההישגי





מדוע ללמוד במגמה?

- הכרות עם הנושאים והסוגיות השונות העוסקות באימון וקידום ספורטאים.
- הרחבת הידע הנלמד בתחומי הפיזיולוגיה של המאמץ, הכושר הגופני, הפסיכולוגיה והתזונה.
- העמקת הידע התאורטי והיישומי הקיים בתחום האימון הספורטיבי ולבחון את הדרכים ליישומו.
- הכרת הדרישות, שיטות האימון ומערכות איסוף המידע המודרניות הקיימות בספורט ההישגי.
- רכישת כלים לתכנון, בניה והפעלה של תכניות אימון והדרכה במסגרות פורמליות ולא פורמליות.





צוות המרצים

ד"ר ליאוניד קאופמן- ראש המגמה

- תכניות אימון ופריודיזציה בספורט אישי
- אימון וטיפול כישרונות צעירים



ד"ר יוסי חלבה

- יישום עקרונות מדעיים בהדרכה ובאימון הספורטיבי
- תכנון האימון בענפים הקבוצתיים



פרופסור יואב מקל



- רקע פיזיולוגי ואימון אנאירובי בספורט ההישגי
- אבחון והערכה בכושר גופני

פרופ' סימה זך



- היבטים פסיכולוגיים של אימון בספורט ההישגי

מר שלי בר סלע



- היבטים מתקדמים בשיקום פציעות ספורט

ד"ר שרון מאור

תזונה, תוספים וסמים בספורט



"מכול מלמדי השכלתי"

- **מרצים אורחים במגמה:**
- **אורי ששון - מדליסט אולימפי**
- **אורן סמדג'ה - מדליסט אולימפי, מאמן אולימפי**
- **עומר גנדלר - מאמן נבחרת הנוער והאקדמיה למצוינות בטניס שולחן**
- **גנאדי חיזקיה - מומחה לפיתוח כוח, יחידה לספורט הישגי**
- **מאמני קבוצות ליגות העל - משחקי כדור שונים**



"זה רק ספורט רק ספורט!!!"



הקורסים כוללים:

- הרצאות עיוניות
- הדגמות מעבדתיות
- שיעורים (אימונים) מעשים בשדה
- ביקורים באימוני נבחרות לאומיות
- ביקורים באימוני קבוצות עלית

מחכים לכם במגמה!!

Quality vs. Quantity

