



ההתאחדות לכדורגל בישראל  
Israel Football Association

## קורס מאמני כדורגל UEFA C

\*קורס זה מיועד למאמני כדורגל.

\*קורס זה מקנה את הזכות לאמן עד גיל ילדים ג' כולל, בליגות של ההתאחדות לכדורגל בישראל ובאירופה.

(U-12)

תכני הקורס:

### מודול 1- יומיים

נושא/קטגוריה	למידה תיאורטית T	למידה אינטראקטיבית R	למידה מעשית במגרש P
פילוסופיית האימון והדרכת מאמנים בכדורגל הישראלי	2		
פרופיל מאמן ילדים	1	1	
חשיבות המשחק אצל הילד	1	1	
מודל אימון ה- PTP	1	1	
אימון הדגמה מעשי על ילדים- לפי המודל			2
משוב על האימון		0.5	
כדרור ו- 1 vs 1	1		
תכנון אימון כדרור ו- 1 vs 1		1	
אימון הוראת עמיתים כדרור ו- 1 vs 1 (+משוב)			2
מיומנויות הוראה	2		
סימנים מוסכמים	1		
הכרת טכנולוגיה בסיסית לבניית מערכי אימון	1		
הכנת מערך אימון בעזרת אמצעי טכנולוגי		1	
אימון הדגמה מעשי על ילדים- לפי המודל			2
משוב על האימון		0.5	
<b>סה"כ: 22</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>6</b>





ההתאחדות לכדורגל בישראל  
Israel Football Association

**מודול 2- יומיים**

למידה מעשית במגרש P	למידה אינטראקטיבית R	למידה תיאורטית T	נושא/קטגוריה
		1	מסירה והשתלטות
2			אימון הוראת עמיתים מסירה והשתלטות (+משוב)
	1	1	מעורבות הורים
	1		הכנת מערך אימון בנושא מסירה והשתלטות
	1		1/2 חניכים מציגים את המערך בפני הכיתה
2			אימון הדגמה מעשי על ילדים- מסירה והשתלטות
	0.5		משוב על האימון
		1	בעיטה והרמה
2			אימון הוראת עמיתים בעיטה והרמה
	1	1	חוקה (מרצה מומחה)
	1		הכנת מערך אימון בנושא מסירה והשתלטות
	1		1/2 חניכים מציגים את המערך בפני הכיתה
2			אימון הדגמה מעשי על ילדים- בעיטה והרמה
	0.5		משוב על האימון
8	7	4	סה"כ: 22





ההתאחדות לכדורגל בישראל  
Israel Football Association

**מודול 3- יומיים**

למידה מעשית במגרש P	למידה אינטראקטיבית R	למידה תיאורטית T	נושא/קטגוריה
		2	מרכיבי הכש"ג (מדעים- מרצה מומחה)
		1	מניעת פציעות (מדעים- מרצה מומחה)
		1	הנגיחה- גישה מודרנית למניעת נזקים (מדעים- מרצה מומחה)
		2	5vs5, 7vs7, 9vs9
	1	1	2vs1, 2vs2, 3vs2, 3vs3
2			אימון הדגמה מעשי על ילדים- 2vs1, 2vs2, 3vs2, 3vs3
	0.5		משוב על האימון
	2	2	עקרונות מנטאליים בעבודה עם ילדים (מרצה מומחה)
		2	עקרונות בתזונת ילדים (מדעים- מרצה מומחה)
	1	1	עקרונות באימון גופני לילדים (מדעים- מרצה מומחה)
2			אימון הדגמה מעשי על ילדים- עקרונות באימון גופני לילדים (מדעים- מרצה מומחה)
	0.5		משוב על האימון
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>סה"כ: 21</b>





ההתאחדות לכדורגל בישראל  
Israel Football Association

## מודול 4- יום וחצי

נושא/קטגוריה	למידה תיאורטית T	למידה אינטראקטיבית R	למידה מעשית במגרש P
שיטות משחק 11vs11 ארבעת מעגלי המשחק	2		
אימון השוער (מרצה מומחה)	1	1	
מוגנות ילדים (מרצה מומחה)	2		
אימון וואריאציות	1		
אימון הדגמה מעשי על ילדים- אימון השוער			2
משוב על האימון		0.5	
בניית מערך אימון ותכנית שבועית 11vs11	1		
עקרונות הגנה ועקרונות התקפה 11vs11	1		
מבחן בכתב	2		
סיכום הקורס: מטלות, סטאז'	1		
<b>סה"כ: 14.5</b>	<b>11</b>	<b>1.5</b>	<b>2</b>

**סה"כ 79.5 שעות: 47 תיאורטי, 19.5 אינטראקטיבי, 20 מעשי.**

### מטלות הקורס והערכת החניך:

\*צפייה "במאמן חונך" במשך 24 אימונים (18 חטיבה צעירה+6 חטיבה בוגרת). לצפיות אלו מגיעים החניכים עם מערכי אימון דיגיטליים, מוכנים להעביר בפועל את האימון או חלק ממנו.

על המאמן החונך למלא דו"ח נוכחות והתרשמות על החניך.

\*צפייה ב 6 משחקים (4 חטיבה צעירה+2 חטיבה בוגרת).

על המאמן החונך למלא דו"ח נוכחות על החניך.





ההתאחדות לכדורגל בישראל  
Israel Football Association

\*הגשת מערכי האימון הנ"ל.

\*הגשת יומן קורס- "לוגבוק".

\*מבחן מסכם בכתב.

\*השתתפות בצפייה באימונים ומשוב, בין החניכים, בקבוצות קטנות- Micro-groups.

\*הגשת המשובים הנ"ל לרכז הקורס.

\*מעקב של רכז הקורס ו/או עוזרו אחרי החניכים בשטח ע"י צפייה באימון.

\*בהערכת החניך הכללית יש לכלול את תפקודו במהלך הקורס, בדיונים, במשימות הכיתתיות ובפעילות המעשית במגרש.

