

שם הקורס: מדריכי קראטה מודיעין	תאריך התחלת הקורס:	12/07/26
רכזת: גדעון שובה	תאריך סיום הקורס:	27/08/26
מק"ט:	ימי לימוד בשבוע:	ראשון עד שישי
שלוחה: יונגייט		
מספר תלמידים בקורס:		
שנת לימודים: 2026		

מספר מפגש	תאריך	יום בשבוע	טווח שעות	מס' שעות אקדמיות	קוד/ שם נושא	רכיב	נושא / מרצה	מתקן/זום	מרצה
0	26.8.26	א	16:00-17:00	1	ענפי		שחת היכרות	זום	
1	23.7.26	ה	13:15-14:45	2	ענפי		התנהגות ועמדת מדריך	מתקן	אסיף
		ה	15:00-17:15	3	ענפי		תפקיד המדריך	מתקן	גדעון שובה
		ה	17:45-20:00	3	ענפי		פדגוגיה ומתודיקה בספורט	מתקן	גדעון שובה
2	24.7.26	ו	8:00-9:30	2	ענפי		התנהגות ועמדת מדריך	מתקן	אסיף
		ו	10:00-11:30	2	ענפי		פילוסופיה והאתיקה של הקראטה	מתקן	גדעון שובה
2		ו	12:00-13:30	2	ענפי		הבדלים בין מסורתי לספורטיבי	מתקן	גדעון שובה
		ו	14:00 - 15:30	2	ענפי		הבדלים בין מסורתי לספורטיבי	מתקן	גדעון שובה
3	30.7.26	ה	13:15-14:45	2	ענפי		מערך אימון - מבנה	מתקן	אסיף
		ה	15:00-16:30	2	ענפי		מערך אימון - מבנה	מתקן	גדעון שובה
		ה	16:45-18:15	2	ענפי		שיטות קראטה	מתקן	גדעון שובה
4	31.7.26	ו	8:00-9:30	2	ענפי		התפתחות היסטורית של הקראטה	מתקן	אסיף
		ו	10:00-11:30	2	ענפי		התפתחות היסטורית של הקראטה	מתקן	גדעון שובה
		ו	12:00-13:30	2	ענפי		בטיחות	מתקן	גדעון שובה
5	9.8.26	א	13:15-14:45	2	ענפי		בקרה	מתקן	גדעון שובה
		א	15:00-16:30	2	ענפי		אימון טכניקה	השבטים	גדעון שובה
		א	16:45-18:15	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
6	10.8.26	א	16:45-18:15	2	ענפי		פיזיולוגיה מעשית ניתוח ספציפי	מתקן	גדעון שובה
		ב	18:30-20:00	2	ענפי		פציעות ספורט	מתקן	גדעון שובה
		ב	13:15-14:45	2	ענפי		מערך אימון - מבנה	השבטים	גדעון שובה
7	11.8.26	ב	15:00-16:30	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
		ב	16:45-18:15	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
		ב	18:30-20:00	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
8	12.8.26	ג	13:15-14:45	2	ענפי		חוקה ושיפוט	השבטים	גדעון שובה
		ג	15:00-16:30	2	ענפי		חוקה ושיפוט	מתקן	גדעון שובה
		ג	16:45-18:15	2	ענפי		חוקה ושיפוט	מתקן	גדעון שובה
9	13.8.26	ג	18:30-20:00	2	ענפי		חוקה ושיפוט	מתקן	גדעון שובה
		ד	13:15-14:45	2	ענפי		מערך אימון - מבנה	השבטים	גדעון שובה
		ד	15:00-16:30	2	ענפי		בטיחות	מתקן	גדעון שובה
10	14.8.26	ד	16:45-18:15	2	ענפי		פיזיולוגיה מעשית ניתוח ספציפי	מתקן	גדעון שובה
		ד	18:30-20:00	2	ענפי		פציעות ספורט	מתקן	גדעון שובה
		ה	13:15-14:45	2	ענפי		תפקיד המאמן	השבטים	גדעון שובה
11	23.8.26	ה	15:00-16:30	2	ענפי		תפקיד המאמן	מתקן	גדעון שובה
		ה	16:45-18:15	2	ענפי		חוקה ושיפוט	מתקן	גדעון שובה
		ה	18:30-20:00	2	ענפי		חוקה ושיפוט	מתקן	גדעון שובה
12	24.8.26	ו	8:00-9:30	2	ענפי		טכניקה ואסטרטגיה בזירה	השבטים	חליל עבאס
		ו	10:00-11:30	2	ענפי		טכניקה ואסטרטגיה בזירה	מתקן	חליל עבאס
		ו	12:00-13:30	2	ענפי		הכנת ספורטאי לתחרות	מתקן	חליל עבאס
13	25.8.26	ו	14:00 - 15:30	2	ענפי		הכנת ספורטאי לתחרות	מתקן	חליל עבאס
		א	13:15-14:45	2	ענפי		אמצעים לשיפור יכולת גופנית	השבטים	גדעון שובה
		א	15:00-16:30	2	ענפי		אמצעים לשיפור יכולת גופנית	מתקן	גדעון שובה
14	26.8.26	א	16:45-18:15	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
		א	18:30-20:00	2	ענפי		אימון טכניקה	מתקן	גדעון שובה
		ב	13:15-14:45	2	ענפי		הפן הרישגי בקראטה	השבטים	גדעון שובה
15	27.8.26	ב	15:00-16:30	2	ענפי		טכניקה ואסטרטגיה בזירה	מתקן	גדעון שובה
		ב	16:45-18:15	2	ענפי		אימון ילדים	מתקן	גדעון שובה
		ב	18:30-20:00	2	ענפי		מבחן עיוני	מתקן	גדעון שובה
16	28.8.26	ג	13:15-14:45	2	ענפי		פציעות ספורט	השבטים	גדעון שובה
		ג	15:00-16:30	2	ענפי		פציעות ספורט	מתקן	גדעון שובה
		ג	16:45-18:15	2	ענפי		פדגוגיה ומתודיקה בספורט	מתקן	גדעון שובה
17	28.8.26	ג	18:30-20:00	2	ענפי		פדגוגיה ומתודיקה בספורט	מתקן	גדעון שובה
		ד	13:15-14:45	2	ענפי		מבחנים	השבטים	גדעון שובה
		ד	15:00-16:30	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
18	28.8.26	ד	16:45-18:15	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
		ד	18:30-20:00	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
		ה	13:15-14:45	2	ענפי		מבחנים	השבטים	גדעון שובה
19	28.8.26	ה	15:00-16:30	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
		ה	16:45-18:15	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
		ה	18:30-20:00	2	ענפי		מבחנים	מתקן	גדעון שובה
20	28.8.26	ו	8:00-9:30	2	ענפי		עזרה ראשונה	השבטים	גדעון שובה
		ו	10:00-11:30	2	ענפי		עזרה ראשונה	מתקן	גדעון שובה
		ו	12:00-13:30	2	ענפי		עזרה ראשונה	מתקן	גדעון שובה

לוח מבחנים						
שעות	תאריך מועד ב	מתקן/ זום	שעות	תאריך מועד א	מקצוע	1
8:00-9:00	30.8.26	כיתה	13:15-14:15	26.8.26	ענפי עיוני	1
09:00-11:00	30.8.26	מתקן	15:00-20:00	26.8.26	ענפי מעשי	2