

מנהל הספורט-

משרד החינוך התרבות והספורט

יום ו' 5 ינואר 2025

הרהורים ומובאות

היבטים פדגוגיים ומתודיים

עריכה: שלומי אדרעי



## אינטליגנציה רגשית | כישורים חברתיים

“Before you can coach  
others first  
you must  
learn to  
coach  
yourself”

- Johan Cruyff



“עוד לפני שתהיה ראוי לאמן אחרים  
אתה חייב ללמוד לאמן את עצמך”

יוהן קרויף

## **1. ידע**

2. מנהיגות

3. אמינות

4. סמכותיות

5. עמידה בלחצים

6. רצון ללמוד

7. קבלת החלטות

8. יכולת ביטוי

9. פסיכולוג

## **10. מחנך**

11. בקורת עצמית

12. ארגון וניהול

13. יצירתיות

14. הפעלת צוות

15. עקביות

**16. דאגה לשחקן**

17. ניסיון

18. מייצר שאפתנות

**19. שליטה עצמית**

20. תרבותי

21. מיצוי פוטנציאל

22. שחקן עבר

**23. תקשורת עם הסביבה**

24. שאפתן

25. אינטואיציה

26. השכלה כללית

27. צנוע

28. הומור

29. שאיפה לשלמות

30. הופעה

31. פתיחות

**32. תקשורת – מדיה**

# פרוייקט הרצאות לואט - מנהל הספורט אוקטובר-דצמבר 2023

"המדע בספורט"  
בספורט"  
גלעד ויינגרטן

ניהול מחלקות  
נוער  
יואב שנקמן

הכשרת  
ספורטאים  
לטווח ארוך  
אנטולי שפרן

הכנה ישירה  
למשחק-תחרות  
אריק שיבק

היבטים  
מנטליים באימון  
ספורטאים  
דניאל קסל

תרגילים לייצוב  
עצבי שרירי  
דינמי  
יילנה אברדוביץ

4 12/11/2023  
היבטים עם  
הורים ניר לוי

רעיונות באימון  
דן שמיר

חוק הספורט  
עו"ד יול ברדוש

מיטוב הקשר  
בין המאמן  
לספורטאי"  
שרגא שדה

שיקום מקרע  
ברצועה ללא  
ניתוח  
ד"ר מיה בן צור

תזונה בגובה  
העיניים  
ענבל דרוקר

אימוני כח  
פיליפ  
מיכאלוביץ

הפסיכולוגיה  
באימון צעירים  
בספורט  
Dr. Joel Fish

מנהיגות  
בספורט איתמר  
צ'זיק

ניהול ארגוני  
ספורט  
יריב טפר

שיטות מעקב ו  
בר כוכבי

"המאמן כמנהל  
וכמנהיג"  
עמית מך

שיקום  
ספורטאים ד"ר  
סמדר פלג

דרישות פיסיות  
ברמה  
בינלאומית  
לוקאס בורטניק

תזונה נכונה  
יובל קסוטו

ניהול חיסכון  
פנסיוני".  
**נדב טסלר**

בניית תקשורת  
חיובית בקבוצה.  
רועי ברקוביץ,

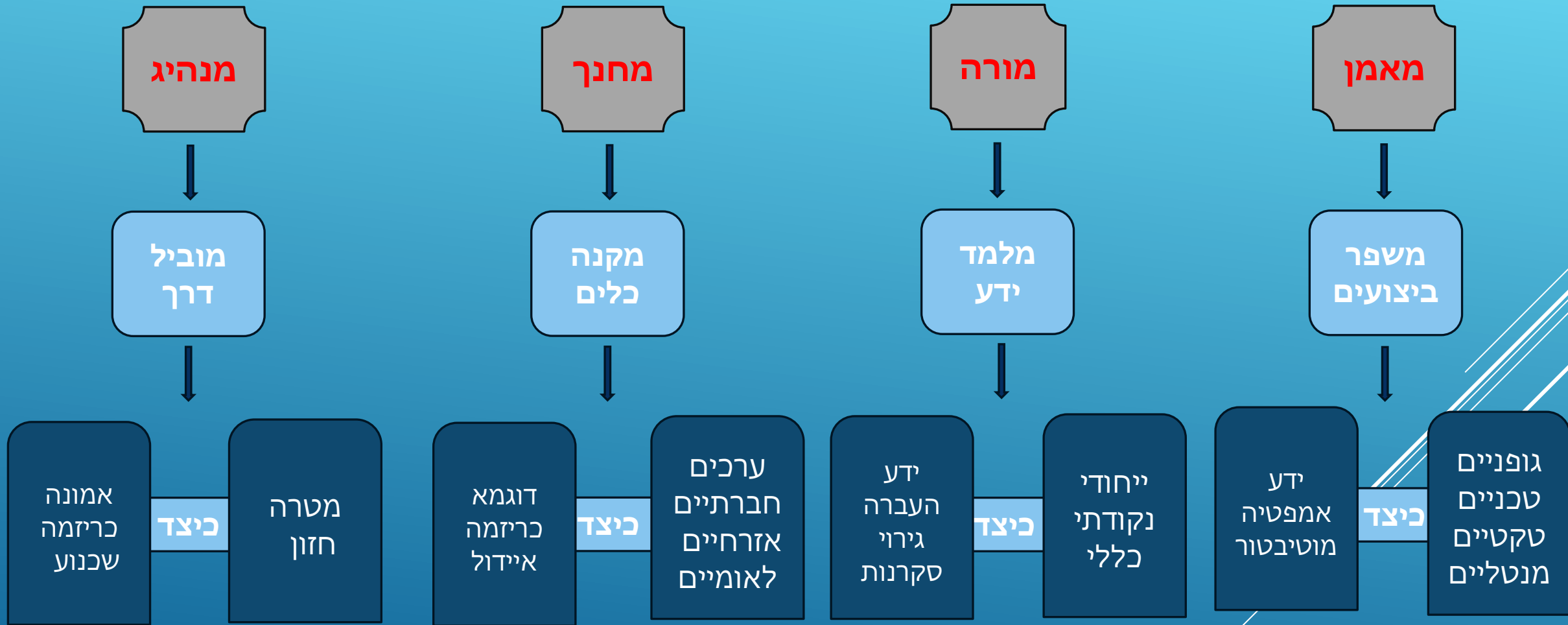
מהשיקום  
לפודיום ד"ר  
אסנת פליס

המאמן כמנטור  
אלי הילמן

חוק הספורט  
עו"ד יול ברדוש



# אז מי אתה ?



# איכויות אישיות- המאמן מודל לחיקוי

ויסנטה דל בוסקה



"לא צפה, לא רציתי

להיות המאמן שנצח

אלא המאמן שחנק."

# כיצד המאמן צובר ארגז כלים שיהפוך אותו לטוב יותר ?





# השתלמויות

רענון

ידע

גירוי

איטראקציית  
עמיתים

הפריית  
עמיתים

חיזוקים

# אז מה נדרש מהמאמן ?





אז מה נדרש

מהמאמן ?

# אינטליגנציה רגשית | כישורים חברתיים

“Before you can coach others first you must learn to coach yourself”

- Johan Cruyff



“עוד לפני שתהיה ראוי לאמן אחרים אתה חייב ללמוד לאמן את עצמך”

יוהן קרויף

היכולת להקשיב מתוך אמפטיה

היכולת לזהות רגשות אצל האחר ולהגיב להם

האומץ להביע רגשות בפני אחרים

היכולת לשלוט בדחפים הרסניים

כושר הסתגלות למצבים חדשים

גמישות ויצירתיות

## מג'יק גונסון – כדורסל

כל מה שילדים זקוקים לו הוא :

□ עזרה קטנה, תקווה קטנה

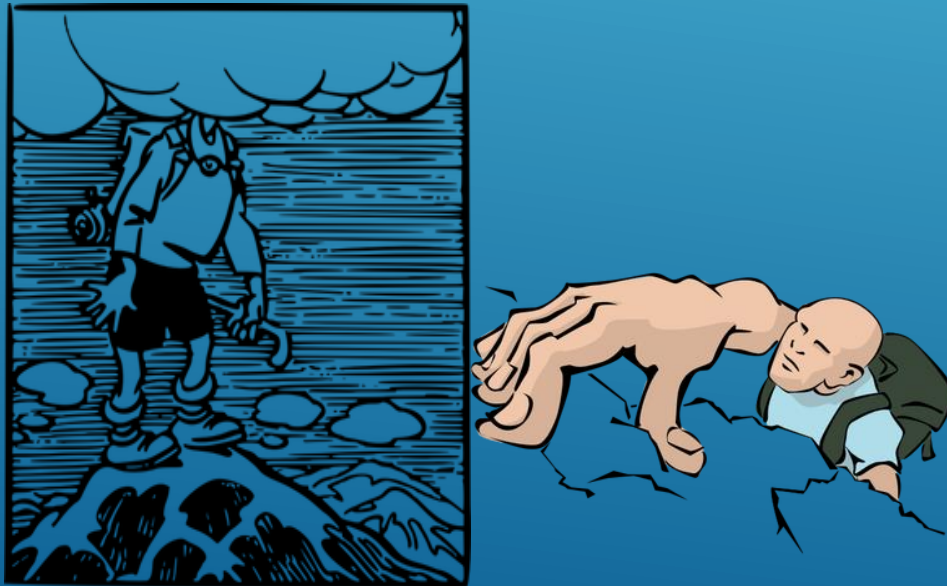
□ ונמישהו שמאמין בהם.



# אחת ההגדרות של מנהיגות אומרת

▶ "מנהיג הוא מישהו שפוקח את אנשיו

למקום שהם לא היו מאיצים לשם לבד"





## קרלו אנצ'לוטי – כדורגל

"אני לא דיקטטור. אחרי הכל,  
אנחנו מדברים רק על כדורגל".

"התכונה החשובה ביותר למאמן

היא להיות בעל סמכות.

אסור לשחקנים לקבל את התחושה

שיש להם יותר כוח מהמאמן."

"ניהול זה כמו להחליק יונה  
ביד. אלחוצ' חלק מדי, ואתה  
הורג אותה; לא מספיק חלק,

והוא עץ מט."







אלכס פרגסון - כדורגל

© הקושי לאמן בימים אלו,  
הרבה יותר גדול,  
ואכן אני דואג שיטה של לקחת  
מרחק,  
ולאציף סמכויות על הצוות.

© ככל שהתקדמתי, התפתחתי כמאמן,  
הבנתי שהסקיף - הכי חשוב.

© גם לאמן, וגם לראות הכף  
-  
משנבנת אפשרי.



## ליקו אובראדזוביץ' - כדורסל"

"בספורט קבוצתי, המטרה היא  
לצרום לשחקן הטוב ביותר  
לשחק כחלק מהקבוצה."

"אני מאמין ברוח קבוצתית ובכוח  
קולקטיבי. שחקן אחד לא עושה קבוצה;  
הקבוצה עושה שחקן."



## "ריינוס מיכלס – כדורגל"

"לשחק כדורגל זה מאוד פשוט,  
אבל לשחק כדורגל פשוט זה  
הדבר הכי קשה שיש."

"בקבוצות שלי, השוער  
הוא התוקף הראשון,  
והחלוץ המטן הראשון."

"לכל חיסרון יש את היתרון שלו."



## "פט ריילי - כדורסל"

"ההבדל בין אדם מצליח ללואת

הוא לא חוסר כוח, לא חוסר

ידע, אלא חוסר רצון."



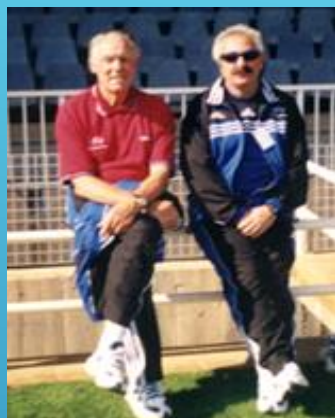
## גרג פופוביץ - כדורסל

"צוותים טובים הופכים לצוותים גדולים  
כשהחברים סומכים לה על לה מספיק  
כדי למסור את ה'אני' עבור ה'אנחנו'."

"התפקיד שלך כמנהיג  
הוא לוודא שכולם בארסון  
שלק יודעים מה החלון."

"אני רוצה לראות תוצאות,  
ואם צריך קצת כאב כדי  
להגיע לשם, אל לה בסדר."

"אני מעדיף אנשים שבאמת  
יכולים לעשות משהו. אני  
תמיד מדבר על 'אל תבוא  
אליי רק עם בעיות, תבוא  
אליי עם פתרונות"



"פפ גווארדיולה – כדורגל"

"כל יום שאתה לא מספר

כשאתה חושב שאתה יצאת

להוראה, אתה מתחיל לאבד."

"המשחק שייך לשחקנים, את

השחקנים לא מספיק טובים, המנהל

הכי טוב לא יכול לעשות כלום."



עריכה: שלומי אדרעי



עריכה: שלומי אדרעי



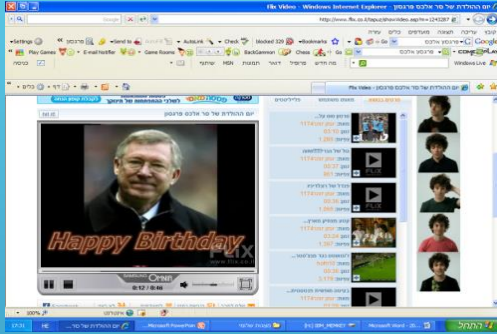


## ניק בוליוויירי - טניס

"כף שחקן הוא שונה, ואימון  
צריך להיות מותאם לנקודות  
החולק והחולשה של הפרט."

"תשוקה לספורט היא כוח מניע.  
תאהב את מה שאתה עושה, וזה  
יתדלק את המחויבות שלך לשיפור."

"ההיבט המנטלי של המשחק  
חשוב לא פחות מההיבט  
הפיזי. ביטחון ומיקוד יכולים  
לעשות הבדל משמעותי!"



## אטורה מסינה - כדורסל

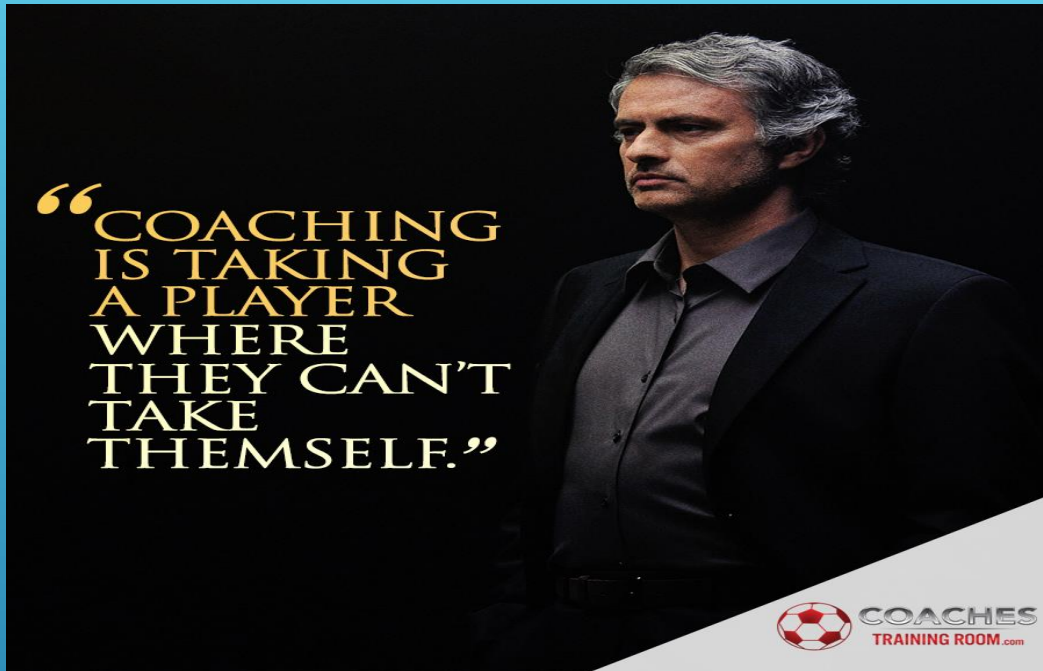
"הסתגלות היא המפתח. מאמן  
חייב להיות מסוגל להתאים  
אסטרטגיות על סמך החולקות  
והחולשות של הקבוצה והיריבות."

"פיתוח שחקנים חורג מהכישורים  
שלהם על המגרש; לה כרוך בטיבוח  
האופי ואיכויות המנהיגות שלהם."

"עבודה קשה, מסיבות  
ומשמעת הם הבסיס  
לכל צוות מצליח."

"הצלחה היא מסע, לא  
יעד. מדובר בסיפור מתמיד  
ולמידה מכל חוויה."





## מנהיגות

חזקה מורניו - כדורגל

"אימון זה לקחת שחקנים למקום

שהם לא יכולים לקחת את עצמם".

מנואל לואיס פלגריני - כדורגל

➤ **הכסף הכי גדול שלנו !**

המאמן שלנו :

➤ מנהיג באמצעות דוגמאות.

➤ מסור ונחוש.

➤ מלמד עבודת צוות.

➤ מניע ומקשיב.

➤ בונה אופי.

➤ מאתגר ומתפתח.

➤ מחויב לקבוצה שלנו.



עריכה: שלומי אדרעי



חן חן על ההשתתפות ושיתוף הפעולה



תודות למאמצים

ולתראות בימים טובים

שלומי אדרעי

נייף 054-4524623

[EDREYLS@NETVISION.NET.IL](mailto:EDREYLS@NETVISION.NET.IL)

עריכה: שלומי אדרעי

