



SportTime  
כל יום... בזמן שלך



משרד  
התרבות  
והספורט



הפיקוח הארצי  
על החינוך הגופני



Sportime

יום רביעי, 01.11.23 13

התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל

Sportime

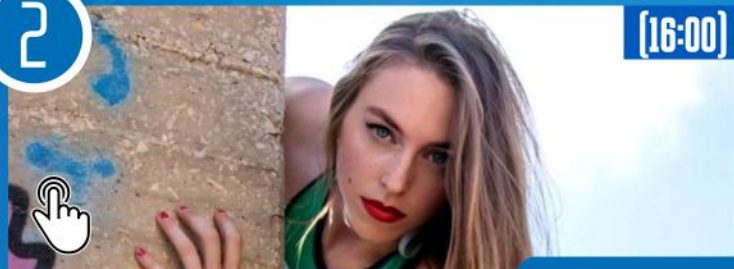
### אימון היום

עדן פוסטרנק, מאמן כדורעף יחד עם בנות נבחרת האקדמיה באימון אתגרי וקליל: תנועה, זריזות ומיומנויות. הצטרפו ביחידים או בזוגות... ובמצב רוח טוב.



1

2



### היום ב-ZOOM (16:00)

היום ב, 16:00 הצטרפו לחפגש חדות עם אמור פז, כוכבת נינג'ה ישראל וחנכלי"ת איגוד הנינג'ה: בהצאה על התמדה, אמונה ורוח לחימה...הדרך להגשמת חלומות

### היום ב-ZOOM (17:00)

היום ב, 17:00 חפגש זום עם ענת שלוסברג, פסיכולוגית בשייח פתוח על התמודדות עם ילדים מבוגרים עם מוגבלות בתקופה הזו. מיועד להורים ולמורים/ות.



3

4

הנחיות לספורטאים ולפעילות גופנית בתקופת מלחמה



ד"ר רועי סמואל – פסיכולוגית ספורט  
מרכז מדיקס ואוניברסיטת רייכמן

### מצגת להורדה

קבלו! מצגת נהדרת לתקופה הזו: "הנחיות לספורטאים לפעילות גופנית בזמן מלחמה"... מאת ד"ר רועי סמואל בהמשך להרצאתו המצויינת שעודדה השבוע.



ברוח הספורט נוצח!  
יחד חוקים, יחד מנצחים



התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל  
www.schoolsport.co.il





13 יום רביעי, 01.11.23

התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל

# SporTime

כל יום... בזמן שלך!



ערוץ מיוחד: יחד חזקים... יחד מנצחים

עם אחד. לב אחד. בית אחד

ברוח הספורט נוצחת יחד חזקים, יחד מנצחים

יחד חזקים... יחד מנצחים - ראשי

ערוץ פעילות גופנית	גלריית תמונות
כל הכתבות	קליפים וסרטונים
מגזין SporTime	רישום ל"ספורט בלב אחד"

0:44 15 אוקטובר, 2023

איתכם לאורך כל הדרך...

ימים קשים עבורים על כולנו, המדינה במלחמה. התאחדות הספורט לבתי הספר יחד עם הפיקוח על החינוך הגופני ומשרד התרבות והספורט, מלווים אתכם לאורך התקופה הלא פשוטה הזאת. אירועי הספורט נעצרו, בתי הספר סגורים, חוסר הודאות להמשך גדול אך אנו מנסים להיות אופטימיים ולהיות כאן בשבילכם בעת הזו. בין לבין, וככל שניתן חוך שמידה על ההחיות פיקוד העורף נקים פעילות ספורטיבית ואתגרת. במקומות שאפשר, נבקר ונשמח קבוצות ומספחות שהגיע מהדרום ונסה לשה קלה להשיג סעט ככל שניתן את מה שאנחנו עוברים בימים האלה. בנוסף ערוצי הסדיה שלנו יעזרו לכם להעביר את הזמן עם המלצות לשמירה על הכשר, טיפים, אימונים מצולמים בבית ובקרבתו, כתבות, תמונות וחייכים, שידורים, נוסטלגיה, שידורים, כוכבים כחול לבן ובעיקר ננסה לשמור כמה שאפשר על שגרה גם בבית... הכי חשוב: מגלים אתריות ושומרים ומקפידים על ההנחיות והאונה לאמצעי התקשורת.

אל הערוץ!



התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל  
www.schoolsport.co.il

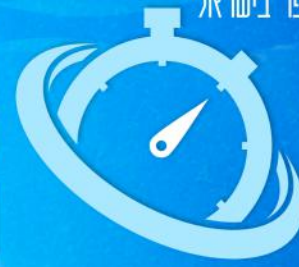


13 יום רביעי, 01.11.23

התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל

# SporTime

כל יום... בזמן שלך!



EREZ MAUZIR  
PHOTOGRAPHE



בדוח הספורט נוצחו  
יחד חוקים, יחד מצוינים

תמונת היום: רחוק יותר... האליפות הארצית באלתטיקה, (2023 תשפ"ג) צילום: ארז עוזיר



התאחדות הספורט לבתי הספר בישראל  
[www.schoolsport.co.il](http://www.schoolsport.co.il)

