



# פעילות ספורט בדרום השרון

2023-2024



מועצה אזורית דרום השרון - אגף הספורט

עמוד	תכנית פעילות שנתיית 2023-2024
4-7	אגף הספורט, מי אנחנו?
8	
9-19	<b>פעילות ספורטיבית בתחום הפורמאלי</b>
10	מגמות החינוך הגופני בבתי הספר "ירקון" ו-"עמי אסף"
10	פרויקט "מעורבות אישית"
11	חינוך גופני ואורח חיים בריא בגני הילדים
11	צעדת דרום השרון
12-14	<b>אתלטיקה קלה לשכבות ד'-ו'</b>
12	ימי אתלטיקה היתוליים בשבוע החינוך הגופני: ד'-ו'
12	תחרות אתלטיקה לשכבות ו'
13	טורנירים בענפי הכדור בתי הספר היסודיים והעל-יסודיים
14	טורניר כדורשת מורות בתי הספר דרום השרון
15-16	<b>הרצאות העשרה בתחום הספורט לבתי ספר</b>
15	הרצאות העשרה בתחום הספורט לבתי-ספר יסודיים
16	הרצאות העשרה בתחום הספורט לבתי-ספר על יסודיים
17	<b>מרוץ הלפיד</b>
17	מרוץ הלפיד

עמוד	<b>פרוייקטים נוספים בתחום הפורמאלי</b>
18-21	מועדון בית ספרי - ליגת בתי ספר ארצית
19	המועדון הבית ספרי בירקון
19	המועדונים הבית ספריים ביסודי
20	
21	<b>תוכניות העשרה בבתי הספר</b>
21	תכנית העשרה בכדורעף לשכבות א'-ו'
21	פרוייקט שחייה
22-28	<b>פעילות ספורטיבית בתחום הבלתי פורמאלי</b>
	<b>אירועי ספורט עממי</b>
23	ניווט משפחות בצור יצחק
23	צעדת טו בשבט
24	טיולי רכיבת אופניים דרום השרון
25	<b>ליגות ילדים</b>
25	טרניר קט-רגל כיתות ג'-ו'
25	טורניר קט-סל כיתות ג'-ו'
26	<b>ליגות בוגרים</b>
26	ליגת כדורסל
26	ליגת קט רגל
26	טורניר כדורשת אימהות



עמוד	<b>פרוייקטים נוספים בתחום הבלתי פורמאלי</b>
29-44	ימים פתוחים במתחם הנינג'ה
28	
	<b>ימי ספורט ביישובים</b>
29	ספורט דרום השרון מגיע ליישובים
30	קידום ספורט נשים במועצה
30	קבוצת כושר ואורח חיים בריא
31	מרוץ הנשים השלישי
31	אירועי ספורט מועצתיים לרגל יום האישה
32-38	<b>פעילות ספורט לתושב הוותיק</b>
32-37	ההנאה בהנעה - פעילויות גופניות לאוכלוסייה הוותיקה
38	ימי איכות חיים לתושב הוותיק
38	מיזם נעים בשלישי/שעת כושר
39	קבוצת כושר לבעלי צרכים מיוחדים
39	קבוצת כושר לבעלי מוגבלויות
40	הענקת מלגות לספורטאים מצטיינים
41	ליגת הקיץ בקט רגל
41	אליפות דרום השרון בגידוד
42	קייטנת ספורט וגופש - קיץ 2024

עמוד	<b>מרכז חוגים ושוכרים במתחם המועצה</b>
43-47	חוג נינג'ה
43	כדורסל
43	כדורגל
44	כדורעף
45	חוגים המתקיימים באולמות ומתקני המועצה
46	חוגים המתקיימים באולם הספורט צופית
46	מועדון רכיבה במועצה
47	השכרת מתקני, סגרשי ואולמות הספורט
47	
48-51	<b>תקנים</b>
48	תקנון כדורשת
49	תקנון קט-רגל
50	תקנון טניס שולחן
50	תקנון סטריט-בול
51	תקנון מחניים







## פעילות פורמאלית

## אגף הספורט

העיסוק בספורט הוא חלק בלתי נפרד משגרת החיים של קהילת דרום השרון.

אגף הספורט בדרום השרון אחראי ומארגן פעילויות ספורט מגוונות במטרה לקדם ולהטמיע באופן שוויוני אורח חיים ספורטיבי ובריא בקרב כלל תושבי.ות המועצה החל מהגיל הרך, נוער, מבוגרים והתושבים הוותיקים ופועל לקידום ספורט נשים ולהנגשת שירותי הספורט גם לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים ומוגבלויות.

האגף מרכז את פעילויות הספורט הן בחינוך הפורמאלי והן בחינוך הבלתי פורמאלי ומציע פעילות ספורטיבית ענפה, איכותית ומהנה, במסגרת חוגי העשרה ואירועי הספורט העממיים (מועצתיים ויישוביים) בהם לוקחים חלק ונהנים אלפי תושבי.ות המועצה.

בנוסף, האגף מעודד ותומך בספורט ההישגי במועצה, באמצעות שיתופי פעולה עם אגודות הספורט, השקעות במתקני הספורט המועצתיים והיישוביים, מלגות לספורטאים.ות מצטיינים.ות ועוד. גם השנה נמשיך לפעול במרץ לקידום הספורט והעלאת המודעות לעיסוק בו כדרך חיים בקרב קהילת דרום השרון.

## מי אנחנו?

### נדב דגן

מנהל מתחם ספורט בית ברל,  
אולם צופית-עמי אסף / מגרש  
דשא סינטטי  
050-7793318

nadavdagan@hotmail.com

### מירב מייסטר

רכזת אדמיניסטרטיבית  
ורכזת חוגים ושוכרים

03-9000681

meiravm@dsharon.org.il

### ששי דניאל

מנהל אגף הספורט

03-9000544

sport@dsharon.org.il

### ענבר טורס

רכזת ספורט  
ומדיה

inbarto@dsharon.org.il

### שני ברג

אחראית קידום  
ספורט נשים

03-9000688

shanib@dsharon.org.il

### עודד בן ארי

סגן מנהל  
אגף הספורט

03-9000575

oded@dsharon.org.il

מוזמנים.ות להתעדכן בדף הפייסבוק שלנו (ספורט דרום השרון) בו תוכלו למצוא את כל המידע והפרטים על האירועים שאנו מקיימים במהלך השנה. כמו כן, תוכלו לראות תמונות וסרטונים שיצולמו במהלך אותם אירועים, לתייג את עצמכם ולשתף את החברים.ות!

## חינוך גופני ואורח חיים בריא בגני הילדים

זו השנה החמישית שאגף הספורט אחראי, מרכז ומנהל את תחום החינוך הגופני בגני הילדים של המועצה.

אנו רואים חשיבות גבוהה בהטמעת הפעילות הגופנית בשגרת חייו של הילד החל מהגילאים הצעירים ביותר ובתרומתה לשיפור היכולות הגופניות-מוטוריות-קוגניטיביות-רגשיות של הילד. ולעידוד אורח חיים בריא לילד. העצמו ולמשפחה כולה.

במסגרת התכנית מתקיימים, מידי שבוע, בגני הילדים של המועצה שיעורי תנועה בשילוב מוזיקה וכיף מותאמים לגיל הרך בד בבד עם לימוד וטיפוח מסרים חינוכיים וערכיים לאורח חיים בריא, וזאת באמצעות צוות מדריכות מקצועי, מיומן ומנוסה.

בנוסף, במסגרת התכנית מקיימות המדריכות ימי ספורט הורה-ילד חגיגיים בגנים עצמם (בשיתוף עם צוות הגן).

בשנת הלימודים הקרובה יתמקדו שיעורי התנועה בקידום אורח חיים בריא בדגש על תזונה נכונה (עוד בעניין זה ראו בעמוד 12).



## צעדת דרום השרון - שכבת כיתה א' צועדת ביחד ביום ההליכה הבינ"ל

כחלק מהפעילויות המיועדות לתלמידי.ות בתי הספר היסודיים אנו מקיימים, מידי שנה, בשיתוף צוות החנ"ג של בתי הספר צעדה לרגל יום ההליכה הבינ"ל לילדי.ות כיתה א' מבתי הספר המועצתיים.

במסלול אנו משלבים הדרכות ופעילויות ספורט ופנאי חינוכיות וערכיות עבור התלמידים.ות והצוות החינוכי.

תאריך הצעדה: יום שישי 27.10.2023



## מגמת חינוך גופני בתיכון "ירקון" ובתיכון "עמי אסף"

זו השנה הרביעית שיפעלו מגמות חינוך גופני בבתי החינוך ירקון ועמי אסף. כחלק מתכנית הלימודים במגמות המקצועיות, ייהנו התלמידים מתרגול ענפי ספורט שונים, ילמדו על התהליכים הפיזיולוגיים והפסיכולוגיים המתרחשים בגוף האדם בכלל ובתנועה בפרט.

בנוסף על יחידות הלימוד העיוניות, כוללת המגמות יחידת לימוד מעשית, במסגרתה ילמדו התלמידים על מדעי הספורט הקבוצתי והאישי, כושר גופני וענף ספורט נבחר, ויתנסו בהדרכת עמיתים.

כמו כן, התלמידים ייקחו חלק פעיל בפרויקט "צוות ספורט" שלנו, וישתלבו באירועי אגף הספורט לגני הילדים, לבתי הספר ולקהל הרחב.

בוגרי המגמה יהיו זכאים לתעודת הדרכה בתחום חדר הכושר (בירקון) ובתחום ODT (בעמי אסף).

## פרויקט מעורבות אישית - צוות ספורט

צוות הספורט הוא פרויקט חינוכי, ערכי וייחודי שמטרתו לחשוף ולהעשיר בני נוער לעולם הספורט, החינוך הגופני ואורח החיים הבריא.

הפרויקט מתנהל בשיתוף פעולה עם רכזי צוות החינוך הגופני בבתי הספר "ירקון" ו-"עמי-אסף". בשנת הלימודים תשפ"ג - תשפ"ד צוות הספורט יורכב מתלמידי.ות מגמות החינוך הגופני בתיכון ירקון ועמי אסף שייקחו חלק פעיל בהפעלת, ארגון, סיוע ובשפיטה של טורנירים ואירועי ספורט שונים של האגף (בבית הספר ומחוצה לו).



לפרטים נוספים יש לפנות לרכזי החינוך הגופני: עדי ששון - בית חינוך "ירקון" אריה חניה - בית חינוך "עמי אסף"

## אתלטיקה קלה לשכבות ד'-ו'

### ימי ספורט היתוליים בשבוע החינוך הגופני לשכבות ד'-ו'

במסגרת אירועי שבוע החינוך הגופני אנו מקיימים פעילויות ספורטיביות מגוונות כדי לעודד את הילדים. את להתנסות, לאמץ ולטפח דפוס פעילות ספורטיבי בבית הספר ובשעות הפנאי תוך שימת דגש על ערכים כגון שיתוף פעולה, כבוד, שוויון הזדמנויות, הגינות, סבלנות ועוד. אחת הפעילויות שנקיים הינה ימי ספורט היתוליים לתלמידי כיתות ד'-ה' מכל בתי הספר היסודיים במועצה בהם יתנסו התלמידים. ות במגוון תחנות ופעילויות (המופעלות על ידי צוות הספורט) ויזכו בפרסים קבוצתיים (על מורל, עידוד, התנהגות ערכית וספורטיבית ועוד).

תאריכי ימי הספורט:

שכבת ד' - יום ב', 10.3.2024 | שכבת ה' - יום ג', 11.3.2024

### תחרות אתלטיקה לשכבות ו'

השנה ייעדנו לשכבה הבוגרת בבתי הספר היסודיים במועצה תחרות אתלטיקה שכבתית בענפי אתלטיקה שונים: ריצה למרחקים קצרים ובינוניים, קפיצה, זריקה ומיומנויות אתלטיקה שונות, התלמידים יתחרו ויוכלו לזכות בפרסים קבוצתיים ואישיים על הישגיהם בתחנות (תלמידי צוות הספורט יסייעו בשיפוט והפעלת התחנות).

תאריכי תחרות האתלטיקה:

יום ד', 27.3.2024 | יום ה', 28.3.2024

כל ביי"ס מתבקש לשלוח רשימה שבועיים מראש לפחות ובה מספר הילדים המשתתפים בכל שכבה על מנת שנארגן הסעה מסודרת לכל אחד מהאירועים. על כל תלמיד.ה להגיע עם כובע ובקבוק מים ועל כל ב"ס להגיע בחולצה בצבע אחיד לאירועים הנ"ל. רצוי להגיע עם שלטים, דגלים, תופים וצבעים על הפנים וכמובן אנרגיות טובות ורוח ספורטיבית.

#### שבועת הספורטאים

אנו תלמידי.ות דרום השרון נשבעים.ות ומתחייבים.ות להתחרות לפי חוקי התחרות בהגינות וביושר מתוך שמירה על כבוד המתמודדים.ות והשופטים.ות.

## טורנירים בענפי הכדור לתלמידי בתי הספר היסודיים והעל-יסודיים

במהלך השנה אנו מקיימים טורנירים שונים לבתי הספר במועצה. התחרויות בענפי הכדור: כדורשת, קט-רגל, טניס שולחן וסטריט בול (כדורסל), ומיועדות לכיתות ה' ומעלה.

### טורניר כדורשת מעורב לשכבות ה' - ו'

יום ו', 9.2.2024

### טורניר קט רגל לשכבות ז' - ח'

יום ה', 22.11.2023 דרום השרון

### סטריט בול (כדורסל) לשכבות ה' - ו'

יום ו', 17.5.2024

### טורניר קט-רגל לשכבות ה' - ו'

יום ד', 15.11.2023

### טניס שולחן

יום ו', 5.1.2024

### סטריט בול (כדורסל) לשכבות ז' - ח'

יום ד', 6.3.2024 עמי אסף

תקנוני התחרויות מופיעים בסוף החוברת.



## הרצאות העשרה בתחום הספורט לבתי ספר היסודיים והעל יסודיים

### הרצאת העשרה בתחום הספורט לבתי הספר היסודיים במועצה

#### 5 הרצאות לשכבות ד'-ה'

אבי אלעופר הוא מרתוניסט ומאמן כושר, לבני נוער ומבוגרים בהווה ואיש הייטק בעבר, מספר את סיפור חייו המעורר השראה תוך חינוך לאורח חיים בריא. בהרצאה אבי מעלה את השאלה - מהו אורח חיים בריא? למה הוא כל כך חשוב לגופנו? כמה השקעה נדרשת מאיתנו? ממה כדאי לנו להיזהר או להימנע? ההרצאה מתובלת בהומור ובסיפורים מרתקים, תוך כדי שיתוף פעולה מלא של התלמידים.

לפרטים נוספים ניתן לפנות לאגף הספורט:  
03-9000681



### טורניר כדורשת מורות בתי הספר דרום השרון

אצלנו גם המורות זוכות לטורניר. טורניר הכדורשת יתקיים במהלך יום אחד. כל בית ספר רשאי לרשום קבוצת כדורשת אחת של המורות. כל מורה לחינוך גופני אחראית לרישום קבוצת בית הספר שלה, להובלה וניהול של הקבוצה. מינימום שחקניות בכל קבוצה - 6. אנו נאפשר לכל קבוצה להתאמן לקראת האירוע במתחם אולמות הספורט שבמועצה.

יום ה', 14.5.2024

לתקנון ראו עמוד 51.

לרישום ופרטים נוספים ניתן לפנות:  
שני: 03-9000688 | shanib@dsharon.org.il





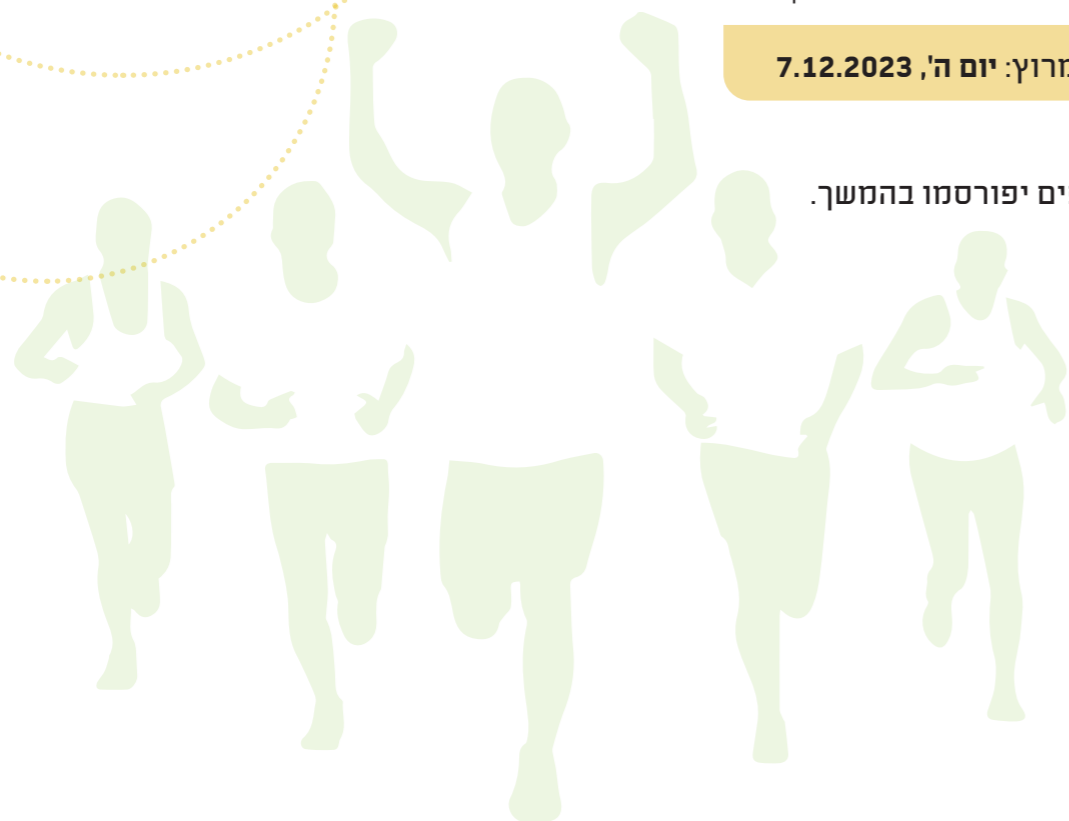
## מרוץ מרוץ הלפיד

### מרוץ הלפיד

במרוץ הלפיד המסורתי (פרי שיתוף פעולה עם תיכוני המועצה) משתתפות נבחרות הריצה של כל בית ספר, כל אחד עם גאוות היחידה המאפיינת אותה. את המרוץ מובילים מורי החינוך הגופני בתיכונים יחד עם רכזי.ות המקצוע, אשר מכינים את הנבחרות למרוץ, גופנית ונפשית, ומנחילים בהם רוח ספורטיבית לקראת האירוע.

תאריך המרוץ: יום ה', 7.12.2023

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.



## הרצאת העשרה בתחום הספורט לבתי הספר העל יסודיים במועצה

הרצאתו המרגשת של **רן ניטקה**, תושב חגור, "**לא רואה ממטר (לצמוח מתוך החשיכה)**" מיועדת לתלמידי.ות **שכבה ט'** בבתי הספר במועצה.

רן, נשוי ואב לשתי בנות, נולד עם מחלת ניוון רשתית העין אשר גרמה לו לעיוורון בהדרגתיות. בהרצאתו המרתקת חושף רן בפני התלמידים.ות את מסע חייו מאור לחושך ובחירתו בשינוי תעסוקתי מדהים (רן הוא אמן בלונים בינ"ל) ומספר על הביטחון שנוטע בו העיסוק בספורט. זוהי הרצאה מאירת עיניים ובה שיעור חשוב לחיים על התמודדות אמיצה נחושה ומעוררת השראה עם החושך הנצחי.

תאריכי ההרצאות יתואמו בהמשך מול בתי הספר. 2 הרצאות לכל שכבה - כל פעם בית ספר אחר.



## מועדון בית ספרי - ליגת בתי ספר ארצית

במועדון הבית ספרי בעמי אסף קבוצות בנים וקבוצות בנות בקטגוריות השונות בחט"ב ובתיכון. התלמידים משתתפים בליגה לבתי ספר בכדורעף ובטורנירים בית ספריים בכדורעף חופים.

המועדון הבית ספרי בעמי אסף קיים כבר 5 שנים ובשנה האחרונה נרשם הישג מרשים במיוחד כשקבוצת הליגה לתיכונים בנות בכיתות י'-י"ב בכדורעף סיימה ללא אף הפסד באליפות הארצית ועלתה לליגת העל לתיכונים.

ליגת העל לתיכונים הוא מפעל יוקרתי בו משתתפות 8 הקבוצות החזקות ביותר בכדורעף התיכונים בישראל.

## המועדון הבית ספרי בירקון

המועדון הבית ספרי בירקון חזר לפעילות לאחר הפסקה של מספר שנים והשנה הופיעה לליגה קבוצת ז' בנות נפלאה. הפעילות במועדון הבית ספרי מיועדת לבנים ובנות בכיתות ז'-ח'. הפעילות כוללת אימונים, השתתפות בליגה לבתי ספר וטורנירים נוספים.



פרויקטים נוספים  
בתחום הפורמאלי

## המועדונים הבית ספריים ביסודי

לאחר פילוט מוצלח של מועדונים בית ספריים בכיתות ה' ו-ו' במתן וצופית, פעילות המועדונים הבית ספריים במתן וצופית תמשיך לשנה שלישית ויפתחו מועדונים בית ספריים גם בבתי ספר נוספים במועצה. פעילות המועדונים הבית ספריים ביסודי היא מיוחדת כי ניתן לרשום מספר קבוצות מכל בית ספר וכך יותר ילדים יכולים להשתתף במשחקים ולקבל את החוויה הספורטיבית של התחרויות.

אגודת הפועל דרום השרון בכדורעף היא הבית של הכדורעף במועצה אזורית דרום השרון. קיימות באגודה קבוצות ברמות שונות בקטגוריות גיל שונות, חוגים ומסגרות תחרותיות.



## תכניות העשרה בבתי הספר

### תכנית העשרה בכדורעף לכיתות א'-ו'

פרויקט העשרה בענף הכדורעף לכיתות א'-ו' בבתי הספר היסודיים במועצה. בפרויקט לומדים ותלמידים, ות את יסודות הענף תוך כדי משחק והנאה, מתנסים במשחקונים ומשחקים המשפרים טכניקה ומיומנויות כושר שונות. **הפרויקט יתקיים בימי שישי.**



### פרויקט שחייה

זהו פרויקט מעשיר בתחום המים, עבור תלמידי כיתות ה' ו-ו'. מדובר בקורס שחייה בן עשרה שיעורים בהם לומדים הילדים והילדות סגנונות שחייה, נשימה נכונה במים ועוד (האימונים מועברים על ידי מאמנים מוסמכים ובעלי ניסיון).

לפרטים נוספים - אגף הספורט: 03-9000681



## אירועי ספורט עממי

### ניווט משפחות בצור יצחק

הפעילות מיועדת לכל המשפחה, אינה כרוכה בתשלום והיא מתקיימת בצור יצחק. בתום הניווט אנו מקיימים הפנינג גדול לכל המשפחה עם משחקים ואטרקציות מגוונות. פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.

תאריך הניווט: יום שבת, 24.2.2024

### צעדת ט"ו בשבט

כמו כל שנה, נצא כולנו לצעדה ממתן ליער חורשים ונחגוג ט"ו בשבט בהפנינג משפחות כיפי בטבע המרהיב. פרטים נוספים ומסלולים יפורסמו בהמשך.

תאריך הצעדה: יום שבת, 13.1.2024



# פעילות ספורטיבית בתחום הבלתי פורמאלי

## טיולי רכיבת אופניים בדרום השרון 2023-2024

השנה אנו מציעים לכם להצטרף במהלך השנה ל- 6 טיולים אופניים מדהימים שיצאו מאזורים שונים ברחבי המועצה ובתאריכים שונים במהלך השנה. הטיולים, בהדרכת מאמן מוסמך ברכיבה, הינם במסלולים מגוונים מבחינת אורכם ודרגת הקושי ומתאימים לטווח גילאים רחב. הטיולים ללא עלות, אך מספר המקומות מוגבל ויש להירשם מראש (לינק לרישום יפורסם על ידנו בסמוך לכל טיול). ניתן לקבל אופניים וקסדות במקום.

פרטים נוספים ומסלולים יפורסמו בהמשך.

תאריכי הטיולים (ייתכנו שינויים במועדים ובמסלולים):

- יום רביעי, 2.10.2023
- יום חמישי, 3.10.2023
- יום רביעי, 24.4.2024
- יום חמישי, 25.4.2024



## ליגות לילדים

במהלך השנה יתקיימו שני טורנירים: טורניר קט סל וטורניר קט רגל עבור ילדים. בכיתות ג'-ו' (חלוקה לפי גילאים), נוער מצוות הספורט ישמש ויסייע בשיפוט משחקי הטורניר.

### טורניר קט-רגל לכיתות ג'-ו'

יתקיים בימי שבת בתאריכים:

- 27.1.2024      23.9.2023
- 30.3.2024      25.11.2023
- 27.4.2024      30.12.2023
- 25.5.2024

### טורניר קט-סל לכיתות ג'-ד'

יתקיים בימי שישי בשעה 14:00 בתאריכים:

- 24.5.2024 , 16.2.2024 , 10.11.2023

לרישום ופרטים נוספים ניתן לפנות:

עודד: 03-9000575 | oded@dsharon.org.il



### ליגות בוגרים

במהלך השנה אנו מקיימים מספר ליגות למבוגרים. ענפי הספורט של הליגות הם כדורסל וקט-רגל גברים. משחקי הכדורסל והקט-רגל מתקיימים בימי ו'.

### ליגת כדורסל בוגרים

תאריכי הליגה: 9.2.2024 ,2.2.2024 ,26.1.2024

### ליגת קט רגל בוגרים

שלושה מפגשים בימי שישי:  
5.1.2024 ,29.12.2023 ,22.12.2023 (גמר)

לרישום ופרטים נוספים ניתן לפנות:  
oded@dsharon.org.il | 03-9000575

### טורניר כדורשת אימהות

תאריכי הליגה: יום ו', 10.5.2024

לרישום ופרטים נוספים ניתן לפנות:  
shanib@dsharon.org.il | 03-9000688 שני



# פרויקטים נוספים בתחום הבלתי פורמאלי

## ימים פתוחים במתחם הנינג'ה

מידי חודש אנו מקיימים ימים פתוחים במתחם הנינג'ה שלנו הכולל 2 מגרשים נפרדים ומותאמים לגיל (נינג'ה ג'וניור - לילדי גן (מגיל 5) וכיתות א', ונינג'ה ילדים - לילדי כיתה ב' ומעלה). הימים הפתוחים מתקיימים בדרך כלל בימי שבת בבקרים ומתאימים לבילוי לכל המשפחה (עלות מסובסדת לילדה). יש להירשם לימים הפתוחים מראש בלינק שמפורסם בסמוך ליום הפתוח עצמו.

מוזמנים.ות לעקוב אחר דף הפייסבוק של ספורט דרום השרון ולהתעדכן על היום הפתוח ו/או האירוע הבא במתחם, או לברר אצלנו בטל. 03-9000681



## ימי ספורט ביישובים

### ספורט דרום השרון מגיע ליישובים

אגף הספורט מביאים את הפעילות הספורטיבית עד אליכם. ליישוב: הפעלות ספורטיביות לכל המשפחה, משחקי כדור, מרוץ יישובי, ניווט ספורטיבי ועוד מגוון פעילויות ספורטיביות לטווח גילאים רחב.

תאריכי ימי ספורט:  
**2.11.2023, 19.1.2024, 21.3.2024, 4.4.2024,**  
**23.5.2024** (מגשימים), **7.6.2024** (נווה ירק),  
**4.4.2024** (קיבוץ עינת)

רכזי הספורט ביישובים מוזמנים ליצור איתנו קשר לתיאום ותכנון תכנית הספורט ליישובים עד לתאריך **20.9.23**, ניתן לפנות לשני - מנהלת חוגי הספורט בגני הילדים: 03-9000688 | shanib@dsharon.org.il



## קידום ספורט נשים במועצה האזורית דרום השרון

אגף הספורט פועל לקידום ספורט נשים במועצה מתוך הראייה בעיסוק בספורט ככלי מנהיגותי, חברתי וחינוכי עוצמתי שצריך להיות בידי כל ילדה, נערה ואישה, ומתוך אמונה כי קידום נשים בספורט ישפיע, יהווה השראה ויקדם שוויון נשים גם בתחומים אחרים. לשם כך אנו:

- « פועלים להנגשת והרחבת הפעילות הספורטיבית של ילדות, נערות ונשים תושבות המועצה בכל הרמות ובכל הגילאים ברמה היומיומית ולהענקת שוויון הזדמנויות בקבלת שירותי הספורט.
- « מקיימים אירועי ספורט מתוך ראייה מגדרית (אירועי מרוץ הנשים, אירועי ספורט לרגל יום האישה ועוד).
- « מקדמים שיתוף פעולה עם אתנה, המרכז לקידום ספורט הנשים בישראל והשתלבות בתכניות מקצועיות.

## קבוצת כושר ואורח חיים בריא

שרון טל, נטורופתית, מדריכת פילאטיס ריצפה ומכשירים, מדריכת כושר גופני בסטודיו לאימון קבוצות, אישי ואימון בעזרת רצועות בוינגייט.

מעבירה סדנאות לאורח חיים בריא משולבות בבישול ואפייה של מאכלים טעימים, מזינים קלים ופשוטים להכנה.

### תכולת התוכנית:

אימונים פונקציונליים ומעולם הפילאטיס, פעמיים בשבוע בבית העם בנווה ימין.

מטרת האימון - חיזוק שרירים, שיפור יציבה (דגש על חיזוק שרירי בטן וגב), גמישות, שיפור סיבולת לב ריאה.

לרישום ניתן לפנות: שרון: 054-6621707

לפרטים נוספים ניתן לפנות: לאגף הספורט: 03-9000681



## מרוץ הנשים השלישי בדרום השרון

מרוץ הנשים שלנו (שיתקיים זו השנה השלישית), בהשתתפות ילדות, נערות ונשים תושבות המועצה כבר הפך למסורת מנצחת. בואי לרוץ ביחד איתנו במפגן אחדות ספורטיבי נשי ועוצמתי ובסיומו הפנינג כיפי.

פרטים נוספים ומסלולים יפורסמו בהמשך.

תאריך המרוץ: יום שני, 4.11.2023

## אירועי ספורט מועצתיים לרגל יום האישה

במסגרת אירועי חודש האישה של המועצה (לרגל יום האישה הבינלאומי אשר חל מידי שנה בחודש מרץ), מקיים אגף הספורט עבור תושבות המועצה אירועי ספורט, למען, עבור ועל ידי נשים.

תושבות המועצה, בכל גיל, מוזמנות לחוות ולהתנסות במגוון פעילויות ספורטיביות מעולמות ספורט שונים שיועברו על ידי מאמנות מובילות בתחומן (גם הן תושבות המועצה).

אנו מקווים לקדם באירועים אלה גם שיח מעולמות תוכן של נשים בספורט ולהעלות לסדר היום את הצרכים והרצונות של נשים בתחום.

### תאריכי האירועים:

19.10.2023 (אירוע מודעות לסרטן)

4.11.2023 (מירוץ הנשים)

15.2.2024 (מוקד מתן)

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.



# העמותה למען החבר הוותיק בדרום השרון



## פעילות ספורט לתושב הוותיק

פעילות גופנית בגיל המבוגר חיונית להזדקנות בריאה ובעלת יתרונות רבים. מומלץ וניתן להתחיל לפעול בכל גיל, גם מי שלא עסקו בפעילות גופנית כל חייהם יכולים לפעול באופן הדרגתי.

העמותה לחבר הוותיק ואגף הספורט פועלים בשיתוף פעולה כדי להביא את הפעילות הספורטיבית במתכונת מותאמת עד לתושבת הוותיקה ליישוב, מקיימים ימי איכות חיים מועצתיים המיועדים לתושב הוותיק, ימי ספורט ישוביים במרחבים פתוחים, העשרה בסדנאות ובהרצאות של מומחים לאורח חיים בריא, ויוזמים חוג מיטיבי לכת.

תאריכי הפעילויות יעודכנו בקרבת מועד כל פעילות ויופצו בכל אמצעי המדיה.



## ההנאה בהנעה - פעילויות גופניות לאוכלוסייה הוותיקה ביישובי המועצה

העמותה לחבר הוותיק ואגף הספורט פועלים בשיתוף פעולה כדי להנגיש ולאפשר לכל ותיקה לפעול באופן סדיר בקרבת הבית ולקיים פעילות ספורטיבית יחד עם מפגש חברתי ביישוב. השעורים מתקיימים בקבוצות קטנות באווירה נעימה ונינוחה וביחס אישי, בבתי העם או במועדונים בכל ישוב, מושב וקיבוץ בו מתגבשת קבוצה של לפחות 8-10 משתתפים.

כל השיעורים בהדרכת **מורות מוסמכות** לתחומי העניין ולעבודה ממוקדת עם בני הגיל השלישי המשתלמות מדי שנה. פירוט הישובים ושעות השיעורים מופיעים בטבלה המצורפת. מוזמנים.ות לשיעור ניסיון בתאום מראש עם המורה.

**לרישום ופרטים נוספים:**

גלי זמיר, העמותה למען החבר הוותיק בדרום השרון 052-3343838

## מערך שיעורים תשפ"ג-תשפ"ד 2022-2023 ההנאה שבהנעה

העמותה למען  
**החבר הותיק**  
בדרום השרון

מורה	שעות פעילות	יום פעילות	פעילות	ישוב
שרון לובל 052-5111306	יתואם בהתאם לקבוצה	שלישי	התעמלות בריאותית	כפר סירקין בית העם בתאום מול מזכיר(ת) הישוב
עדי ניגר	בחודשי הקיץ ועונת הרחצה		התעמלות במים	
שרון לובל 052-5111306	07:40-08:25	שלישי	התעמלות בריאותית	מגשימים מועדון חברים
אביטל ג'ופי, שרה לביא, יעל טוכפלד 09-7658357	10:00-12:00 שני שיעורים	ראשון עד חמישי	התעמלות בריאותית, בונה עצם, פלמנקו	נווה ימין מרכז היום
מרגלית שמיר 052-4477018	19:00-20:00	ראשון	ריקודי שורות	בית העם
בוורלי באנד 050-2337370	07:40-08:25	שני	התעמלות בריאותית	נווה ירק בית העם
גיא ינאי 052-3272471	08:00-08:45 08:45-09:30	חמישי ניצולי שואה	יוגה	מועדון תפוז
עינב אסף 052-3682318	08:00-08:45	שלישי	התעמלות במים בחודשי הקיץ	בריכה
עינב אסף 052-3682318	08:15-09:00	שני	אימון פונקציונאלי	נחשונים מועדון
פלורית מכלוף 050-6309066	10:00-10:45	ראשון	תנועה משולבת גן כלנית	נרית
אורית אפרת 054-4818006	18:00-18:45 18:55-19:40	ראשון	יוגה נשית יוגה נשים וגברים גן כלנית	
דני ליברמן 050-5544441	08:45 19:30 18:30	ראשון שני רביעי	פטאנק מגרשים	
אביטל ג'ופי 054-6743462	08:45-09:30	שני	התעמלות בונה עצם גן כלנית	כפר מעש מכללת דורות
עידית מימון 052-5256161	18:00-18:45	שני	פלדנקרייז גן כלנית	

מורה	שעות פעילות	יום פעילות	פעילות	ישוב
טלי ראובני 050-7816542	18:00-18:45	שני	התעמלות בריאותית	אלישמע מפעל הפיס
שרון לובל 052-5111306	יתואם בהתאם לקבוצה	שלישי	התעמלות בריאותית	גבעת השלושה מועדון חברים
דני גלנד 054-4309150	17:30-18:15	ראשון ורביעי	התעמלות בריאותית	גני עם בית העם
טלי פוגל 052-6845801	09:30-10:15 טלי ברק	שני	יוגה	חגור בית החוגים
שרון לובל 052-5111306	17:30-18:15	ראשון ורביעי	התעמלות בריאותית	חורשים סטודיו
צביקה שמילוביץ 052-3663184	08:45-09:45	חמישי	צ'י קונג	
פלורית מכלוף 050-6309066	09:00-09:45	ראשון	תנועה משולבת	
עידית מנובלה 054-5454415	10:00-10:45 09:00-09:45	שני וחמישי	פלדנקרייז	ירקונה בית העם
אביטל ג'ופי 054-6743462	09:20-10:05	שלישי	בונה עצם	כפר מל"ל בית העם
שרונה ברגר 054-3198848	17:30-18:15	ראשון	תנועה ונשימה	
לילך זהר, יובל קוקליק, מיכל אדרי, עטי שאטי, שירה עתיר שולי: 03-9080845	09:00-09:45 09:45-10:30 שני שיעורים	ראשון, שלישי וחמישי	התעמלות בריאותית, בונה עצם, יוגה	כפר מעש מכללת דורות
לילך זהר 050-6764854	12:00-12:45 17:00-17:45	שני וחמישי	פלדנקרייז	

מורה	שעות פעילות	יום פעילות	פעילות	ישוב
גיא ינאי 052-3272471	09:15-10:00	ראשון ניצולי שואה	יוגה מועדון קפה בשדה	שדה ורבורג אליסיה ויינגרטן
בוורלי באנד אביטל ג'ופי, שרונה ברגר	09:00-10:30 08:45-10:15 שני שיעורים	שני, רביעי ושישי	התעמלות בריאותית, בונה עצם	
צביקה שמילוביץ 052-3663184	08:30-09:30	ראשון	צ'י קונג	
מעין סיימון 054-4362270	08:00-09:00	חמישי	ויניוגה	09-7481844
עידית מנובלה 054-5454415	08:05-08:50	ראשון	פלדנקרייז	שדי חמד בית העם
אביטל גופי 054-6743462	07:45-08:30 08:00-08:45	שני וחמישי	התעמלות בונה עצם	
בוורלי באנד 050-2337370	07:45-08:30	שלישי	פילאטיס מזרון	

\* קיום החוגים ופתיחת חדשים מותנה במינימום של 8-10 משתתפים!

עלות חודשית ל:

פעם בשבוע 120 ₪ | פעמיים בשבוע 180 ₪  
3 פעמיים בשבוע 260 ₪ | 4 פעמים בשבוע 320 ₪  
(בהתניה שכל הקבוצות מלאות)

יתכנו שינויים במועדי השיעורים לכן, לפני הגעה ראשונה לשיעור ניסיון יש לתאם עם המורה.

מורה	שעות פעילות	יום פעילות	פעילות	ישוב
אביטל ג'ופי 054-6743462	16:45-17:30	שלישי	התעמלות בונה עצם גן כלנית	נירית
עינב אסף 052-3682318	10:20-11:05	רביעי בחודשי הקיץ	התעמלות במים בריכה	
אביטל ג'ופי 054-6743462	09:15-10:00	חמישי	עיצוב נשים בית העם	
מרגלית שמיר 052-4477018	18:00-19:00	חמישי	ריקודי שורות בית העם	
עינב אסף 052-3682318	09:15-10:00 09:10-09:55	שני וחמישי	אימון פונקציונאלי	עינת בית דרור
בוורלי באנד 050-2337370	09:15-10:00	שלישי	התעמלות בריאותית	צור יצחק מתנ"ס
פלורית מכלוף 050-6309066	09:00-09:45	חמישי	תנועה משולבת	
דפי פרידמן-מירב 050-7229545	11:00-11:45	ראשון	פלדנקרייז	צור נתן צרחניה
בוורלי באנד 050-2337370	10:15-11:00	שלישי	פילאטיס מזרון	
פלורית מכלוף 050-6309066	10:00-10:45	חמישי	יוגה תרפיה	
שרונה ברגר 054-3198848	08:15-09:00	שלישי	תנועה ונשימה	רמות השבים מועדון
עינב אסף 052-3682318	11:45-12:30	רביעי	התעמלות במים בחודשי הקיץ	בריכה
טלי ראובני 050-7816542	10:00-10:45 09:30-10:15	ראשון ושלישי	התעמלות בריאותית	רמת הכובש מרתף מגרשים
עילית בר שיר	17:00	שלישי	פטאנק	
דפי פרידמן-מירב 050-7229545	12:15-13:00	ראשון ורביעי	פלדנקרייז	מרתף
נאוה אוריה	שתי קבוצות	שישי בחודשי הקיץ	התעמלות במים	בבריכה

## ימי איכות חיים לתושב הוותיק

גם השנה יתקיימו ימי איכות חיים (בשיתוף פעולה עם העמותה לחבר הוותיק) - הכוללים מגוון שיעורי ספורט, תכני העשרה וטיפולים מפנקים, הפנינג לסבים וסבתות עם הנכדים והנכדות, פעילויות גופניות ומוזיקליות, ופתיחת מתחם הנינג'ה לחוויה משותפת עם הנכדים והנכדות.

תאריכי ימי איכות (ייתכנו שינויים בתאריכים):  
9.4.2024 (בריכת מתן), 12.9.2023 (בריכת כפר סירקין)

תאריך לפעילות נינג'ה: יום ד', 11.12.2023 (חנוכה)

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.

## מיזם נעים בשלישי/שעת כושר מטעם המשרד לשיווין חברתי

העמותה למען החבר הוותיק, בשיתוף עם אגף הרווחה ואגף הספורט, תקיים קורסי פעילות גופנית לוותיקים, בני 62 ומעלה ללא עלות ובתנאי שישנם לפחות 20 משתתפים. וכל מפגש. הקורסים בני עשרה מפגשים של שעה או חמישה מפגשים כפולים של שעתיים כל אחד.

לרישום ופרטים נוספים:

גלי זמיר, העמותה למען החבר הוותיק בדרום השרון 052-3343838



## קבוצת כושר לבעלי צרכים מיוחדים

קבוצת הכושר לבעלי צרכים מיוחדים של מועצה אזורית דרום השרון היא קבוצה מיוחדת ומגוונת בה עובדים על כושר, גמישות, קואורדינציה, שיווי משקל וכוח, בשילוב עם קשרים חברתיים.

הקבוצה מיועדת לגילאי 15 ומעלה והאימונים מתקיימים פעמיים בשבוע באולם הספורט הממוזג של בית חינוך ירקון (במתחם המועצה).

החברים מחכים למצטרפים חדשים!

לפרטים נוספים - אגף הספורט: 03-9000681

## קבוצת כושר לבעלי מוגבלויות

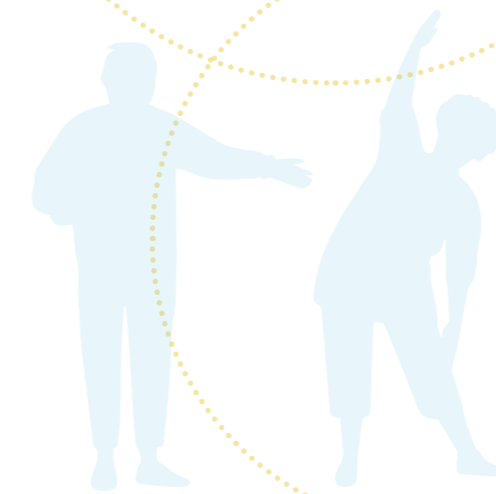
אגף הספורט בשיתוף פעולה עם מרכז הספורט לנכים איל"ן ("ספיבק") פותח השנה חוג ספורט לילדים ובני נוער עם מוגבלויות.

חוג הספורט יתקיים פעם בשבוע באולם הכנסים של המועצה ויתמקד בענפים: טניס שולחן ו- בוצ'ה (משחק כדור המזכיר את משחקי הפטאנק וכדורת הדשא, אשר הומצא במיוחד עבור ספורטאים עם מוגבלות קשה).

הפעילות תועבר על ידי צוות מאמנים ומדריכים מקצועי ומתאימה לכל ילד או ילדה מגיל 6 ומעלה עם מוגבלות, בין אם מולדת או נרכשת.

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.

לפרטים נוספים - אגף הספורט: 03-9000681



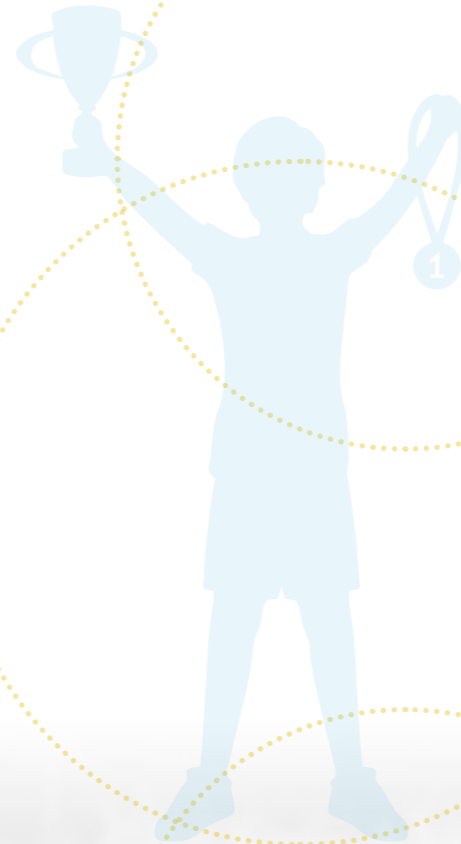
## הענקת מלגות לספורטאים מצטיינים

במסגרת פעולות לפיתוח ולקידום פעילות ספורטיבית הישגית בקרב תושבי המועצה, הקימה המועצה קרן מלגות ל"ספורטאים וספורטאיות מצטיינים" על מנת לסייע לספורטאים וות יחידים. בקבוצת ספורט לאומית (נבחרות ישראל).

זו השנה החמישית שקרן המלגות תחלק את המלגות לספורטאים/יות מצטיינים/ות (שיעמדו בקריטריונים שיפורסמו בהמשך) במטרה לסייע לעודד, לקדם, ולו במעט את הכשרתם ו/או הישגיהם של מקבלי המלגה בענף הספורט בו הם עוסקים.

הענקת המלגות הנה במסגרת אירוע חגיגי שעורך אגף הספורט לספורטאים. יות ולמשפחותיהם.

הקריטריונים להגשת מועמדות למלגות ופרטים נוספים יפורסמו בדף הפייסבוק של המועצה ושל אגף הספורט ובאתר המועצה (מומלץ לעקוב)



## ליגת הקיץ בקטרגל

במהלך הקיץ אנו מקיימים ליגת קט רגל יישובית לבני נוער במגרשי השחב"ק שלנו. המשחקים מיועדים לבני נוער בשכבות ז'-ט' (מינימום להרכב של קבוצה) - 8 משתתפים.

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.



## אליפות דרום השרון בג'ודו

מדי שנה בחג פורים אנו מקיימים באולם "ירקון" שבמתחם המועצה אליפות רב גילאית בג'ודו. במהלך היום מגיעים בסבבים ספורטאים צעירים ועולים כל פעם לקרבות מול ילדים אחרים. לאליפות ערך חינוכי-ספורטיבי-ערכי גדול ומעבר להתנסות עצמה, זו חוויה מיוחדת מאד עבור הילדים המשתתפים.

תאריכים: ימים א'-ב', 24-25.3.2024

פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.



## קייטנת ספורט ונופש - קיץ 2024

רשות הספורט מקיימת במהלך חופשת הלימודים קייטנת ספורט לילדים הלומדים בכיתות ד'-ו'. הפעילות מתקיימת במתחם המועצה, באולם הספורט הממוזג, במגרשי השחב"ק, ובמתחם הנינג'ה וכוללת אטרקציות וסדנאות רבות בעלות תוכן ספורטיבי. משך הקייטנה שלושה שבועות (ימים א'-ה' בכל שבוע פעילות בין השעות 13:00-8:00) ובמהלכם הילדים משלבים ספורט, הנאה, חברים, יצירתיות ולמידה.

הרישום מתבצע בסוף חודש מאי תחילת חודש יוני ומוגבל למספר משתתפים (מומלץ לעקוב אחר הפרסום לקייטנה בדף הפייסבוק שלנו כי המקומות אזולים מהר).

תאריך הקייטנה: 1-18.7.2024



## מרכז חוגים ושוכרים במתחם המועצה

אגף הספורט מציע מגוון חוגים המופעלים על ידי מדריכים ומאמנים מוסמכים במהלך ימות השבוע (למעט שבת, חגים וחופשות) - במתקני, מגרשי ואולמות הספורט במועצה - (אולמות בית ספר אהרונוביץ' ובית ספר ירקון, מגרשי השחב"ק במועצה ומתחם הנינג'ה במועצה).

מרכז החוגים מספק מענה ספורטיבי לילדים ולילדות עם סיום הלימודים בשעות הצהריים ולאוכלוסייה הבוגרת יותר בשעות הערב, ובין החוגים חוג נינג'ה, חוג כדורסל, חוג כדורגל וכד'.

### חוגי נינג'ה 2023 במתחם Ninja top

יתקיימו בימי שני ורביעי (החוג ייפתח בתאריך 4/9/23 שעות הפעילות:

17:00-18:00 כיתות א'-ב' | 18:00-19:00 כיתות ג'-ד' | 19:00-20:00 כיתות ה' ומעלה.

לשיעור ניסיון ללא עלות ולהרשמה לחוג ניתן לפנות למנהל המתחם: נתנאל 053-7106450

## כדורסל

מועדון הכדורסל מכבי מתן דרום השרון, הוקם בשנת 2002 ע"י הורים לנערים ביישוב מתן במטרה לשמש בית ספורטיבי לבני הנוער ביישוב ולהעניק להם מסגרת חינוכית וערכית משלימה, מהמעלה הראשונה. מאז ועד היום המועדון מנוהל בהתנדבות על ידי וועד המורכב מהורים לשחקנים בעמותה, כאשר תפעולו מבוצע על ידי צוות מקצועי, בראשות איתי לוי.

בשנתיים האחרונות, לקח על עצמו המועדון להפוך לבית של הכדורסל בדרום השרון, ובנוסף למחלקת הנוער ביישוב מתן המועדון מפעיל קבוצת בוגרים ובגרות של דרום השרון ובית ספר לכדורסל בבתי ספר יסודיים במועצה. ביה"ס לכדורסל פועל בבתי הספר היסודיים אהרונוביץ, צופית ויחדיו ומחנך ילדים לערכים וספורט. עיקר העשייה בביה"ס לכדורסל היא סביב חינוך הילד עפ"י אמות מידה אישיות ומקצועיות, תוך הקפדה על ערכים של כושר גופני, הרגלי אכילה, שאיפה למצוינות, שיתוף פעולה, קבלת האחר וכו'.

אנו קולטים שחקנים בכיתות ו'-י לקבוצות התחרותיות במוקד התחרותי במתן מתן וכן מזמינים שחקנים ושחקניות כדורסל בוגרים להצטרף לקבוצות התחרותיות של המועדון.

לרישום ופרטים נוספים: אתר מכבי מתן דרום השרון

<https://www.coing.co/MMDsharon>

איתי לוי 052-3687878



## כדורגל

### מועדון ספורט דרום השרון בכדורגל כולל:

מועדון הכדורגל של דרום השרון משמש כחממת כדורגל לשחקנים במועצה האזורית דרום השרון. המועדון מפעיל קבוצות חוגים (עממי) ותחרותיים (ליגה) בכל הרמות והגילאים - לבנים, לבנות וקבוצות נשים.

### חוגי כדורגל:

לימוד יסודות ועקרונות הכדורגל | חלוקה לקבוצות קטנות לפי גיל ורמה | פיתוח ערכי הגינות אישיים וקבוצתיים | שיפור כושר גופני וקואורדינציה | חיזוק הביטחון העצמי

« חוגי כדורגל (מיועדים לגילאי 6-16) יתקיימו במגרשים הסינטיים החדשים במועצה, בתום הלימודים ואח"צ (אהרונוביץ' וצופית) ובמגרשים הפרוסים במושבים בדרום השרון.

« כדורגל בנות - בבית ספר אהרונוביץ' וצופית ובמושבים השונים בדרום השרון  
« טורנירים, משחקי אימון וימי גיבוש

### קבוצות ליגה תחרותיות

« קבוצות ליגה תחרותיות בהתאחדות לכדורגל (משנתון 2014 ועד נוער) קבוצת ליגה ראשונה לבנות, בהתאחדות לכדורגל: שנתוני 2010/2011/2012/2 (כיתות ה' עד ח')

### קבוצת נשים

« כדורגל נשים "מאמא-גול" - אימונים במתחם המגרשים הסינטיים במועצה (אהרונוביץ')  
« פעמיים בשבוע בערב (ראשון ורביעי) אימונים של שעה וחצי  
« טורנירים, משחקי אימון וגיבוש

### המועדון הבית ספרי בכדורגל - ירקון

« כיתות ג'-ד' - בנים ובנות  
« כיתות ה'-ו' - בנים ובנות  
« כיתות ז'-ח - בנים ובנות

לרישום ופרטים נוספים: יניב צ'יצ'יאן 054-3366539



## כדורעף

### מועדון הכדורעף הפועל דרום השרון גניץ

אגודת הפועל דרום השרון בכדורעף היא הבית של הכדורעף במועצה אזורית דרום השרון. קיימות באגודה קבוצות ברמות שונות בקטגוריות גיל שונות, חוגים ומסגרות תחרותיות. הקבוצות הקיימות משתתפות בליגות השונות:

### ליגות איגוד הכדורעף

- « ליגה לאומית גברים
- « ליגה לאומית נשים
- « ליגה ארצית גברים
- « ליגה ארצית נשים
- « ליגה א'- ליגת החובבים של איגוד הכדורעף (ליגה מעורבת גברים ונשים)
- « ליגת נוער בנים (גילאים 15-19)
- « ליגת נוער בנות (גילאים 15-19)
- « ליגה לנערים (גילאים 13-16)
- « ליגה לנערות (גילאים 13-16)

### ליגות לבתי ספר

- « ה-ו' צופית
- « ה-ו' מתן
- « ז' בנים עמי אסף
- « ז' בנות עמי אסף
- « ח' בנים עמי אסף
- « ח' בנות עמי אסף
- « ח' בנות עמי אסף
- « ח' בנות עמי אסף
- « ח' בנות עמי אסף
- « ח' בנות עמי אסף

### חוגים

- « חוגים לגילאי יסודי ד'-ו' בצופית רמת הכובש ומתן
- « חוג למבוגרים

### קבוצות חדשות

- « ה'-ו' אהרונוביץ'
- « ה'-ו' מעבר אפק
- « ז' בנים ירקון

### לרישום ופרטים נוספים ניתן לפנות:

שי ברון-רכז המועדון: 054-4816073 | shaybaron00@gmail.com

f hapoeldromhasharon

ig dromhasharonvolleyball



## חוגים המתקיימים באולמות ומתקני המועצה

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	יום שישי
כדורסל 13:30-15:00 (עפ"י קבוצות גיל)	כדורגל (עפ"י קבוצות גיל)  כדורעף 14:00-17:00 (עפ"י קבוצות גיל)  נינג'ה 16:00-19:00	כדורגל (עפ"י קבוצות גיל)  כדורעף 14:30-16:00 (עפ"י קבוצות גיל)  כדורגל (עפ"י קבוצות גיל)  נינג'ה 16:00-19:00	כדורסל 13:30-15:00 (עפ"י קבוצות גיל)	כדורעף 14:30-17:00 (עפ"י קבוצות גיל)	כדורעף 14:30-17:00 (עפ"י קבוצות גיל)

## חוגים המתקיימים באולם הספורט צופית

יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי	מוצ"ש
מועדון כדורעף חוגי יסודי 13:30-17:00	מועדון כדורסל חוגי יסודי 16:00-19:00	התעמלות קרקע א.ל.ו.פ.ה. 16:15-19:15	מועדון כדורעף חוגי יסודי 13:30-17:00	מועדון כדורסל חוגי יסודי 16:00-19:00	ונסה פרץ כדורשת 07:00-09:00
חוג אקרואטיקה 17:00-19:00	ליגת כדורשת 19:00-22:30	— כדורשת	חוג אקרואטיקה 17:00-19:00	ליגת כדורשת 19:00-22:30	פרוייקט מצויינות 9.00-13.00
כדורשת	כדורשת	כדורשת	כדורשת	כדורשת	כדורשת

### חוג טריקינג

ספורט אקסטרימי הכולל חיבור בין ענף האקרובטיקה וענפים שונים של אומניות לחימה כגון טאקוואנדו, קפוארה וקראטה על מנת ליצור רצפי תרגילים המשלבים סלמות בעיטות וסיבובים. בואו להפוך את החלום למציאות!

<b>יום רביעי</b>	<b>יום ראשון</b>
16:00-17:00   כיתות א'+ב' 17:00-19:00   כיתות ג'+ד' 17:00-19:00   כיתה ה'	16:00-17:00   כיתות א'+ב' 17:00-19:00   כיתות ג'+ד' 17:00-19:00   כיתה ה'

מועצה אזורית דרום השרון, בית ספר אהרונביץ  
מדריכים: בר דור 054-2339047 דניאל קאסופו 054-4500486

### חוג התעמלות מכשירים וטמבלינג

החוג מתאים מגיל 4 ומעלה. נלמד מיומנויות של התעמלות מכשירים כגון סלמות באוויר, גלגלים, פליקפלאקים ועוד. כולל מסלול תחרותי ואיתור מחוננים.

אילנה 054-2171868

<b>יום רביעי</b>	<b>יום ראשון</b>
16:00-17:00   כיתות א'+ב' 17:00-19:00   כיתות ג'+ד' 17:00-19:00   כיתה ה'	16:00-17:00   כיתות א'+ב' 17:00-19:00   כיתות ג'+ד' 17:00-19:00   כיתה ה'

יש אפשרות להוציא את הילדים מהצהרון ולהביא אותם לחוג בתיאום מראש מול הנהלת הצהרון ואילנה.

מועצה אזורית דרום השרון, בית ספר אהרונביץ

## מועדון רכיבה במועצה

פעילות האופניים במועצה בשנה הקרובה כוללת:

- « ילדים: סדנאות רכיבת שטח לילדים במועצה, פעילות צמודת בית ספר
- « נשים: סדנאות טכניות
- « נשים: קבוצת רכיבה לנשים במספר רמות

**לרישום ופרטים נוספים: ניצן 054-5667477**

## השכרת מתקני, מגרשי ואולמות הספורט שבמתחם המועצה

### מתחם הנינג'ה

ניתן לשכור את המתחם לאירועים, ימי הולדת ופעילות גיבוש כיתה בתיאום מראש.

### אולמות ומגרשי המועצה

ניתן לשכור את המתקנים לטובת אימון בענפי הספורט השונים:

- « מותנה בפניות המתקן הרלבנטי.
- « ההשכרה הינה לתקופה של 9 חודשים (החוגים יחלו בחודש ספטמבר ויסתיימו בחודש יוני).
- « התשלום בהוראת קבע מראש.

**לפרטים נוספים ולפנייה לגבי השכרת האולמות, המגרשים או מתחם הנינג'ה יש לפנות ל: מירב - אחראית מרכז החוגים והשוכרים של רשות הספורט בטל. 03-9000681**

**לפרטים נוספים ולפנייה לגבי השכרת מתחם ספורט בית ברל, אולם צופית / עמי אסף / מגרש דשא סינטטי בעמי אסף יש לפנות ל: nadavdagan@hotmail.com | 050-7793318**



## תקונים

### תקון כדורשת

« כל בית ספר רשאי לרשום קבוצת כדורשת אחת בכיתות ה' ו' בלבד.  
« השנה הטורניר יתקיים בשני מועדים וישוחק בשיטת ליגה כאשר כל נבחרת תשחק מול כל הנבחרות האחרות. הזוכה בטורניר תהיה הקבוצה שתצבור את מירב הנק'.

« כל נבחרת מגיעה בתלבושת אחידה.  
« 12 שחקניות מקסימום בנבחרת!  
« תערך הגרלה לחלוקת הנבחרות לשני הבתים.  
« לפני המשחק תתקיים הגרלה שתקבע מי הקבוצה שתפתח את המשחק ובאיזה צד של המגרש תשחק כל קבוצה.

« מספר שחקניות בכל קבוצה - 6.  
« מידות המגרש - 18x9.  
« גובה הרשת - 2.10 מטר [כדורשת מורות - 2.24 מטר].

« משחק בעל מערכה אחת. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שמגיעה ראשונה ל- 18 נקודות או הקבוצה שיש לה יותר נקודות בתום 12 דקות (במידה והקבוצות לא הגיעו ל- 18 נקודות). במידה שיש תיקו בתום 12 דקות תנצח הקבוצה הראשונה שתוביל ב- 2 נקודות.

« ניתן לבצע חילופים באופן חופשי במהלך הפסקה של המשחק.  
« נגיעות של קבוצה בכדור - כל קבוצה זכאית לשלוש נגיעות בכדור לכל היותר (בנוסף לחסימה) על מנת להעביר את הכדור.

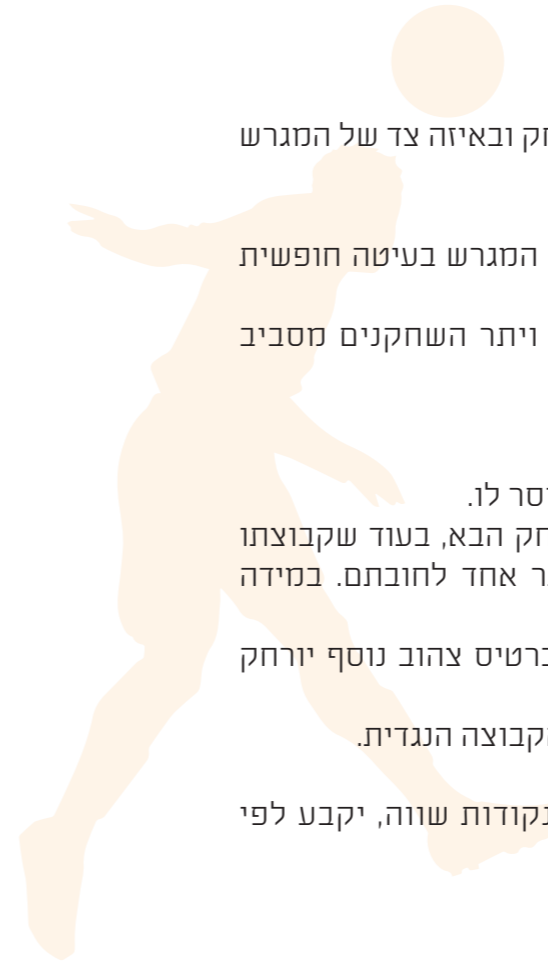
« אסור לשחקנית לגעת בכדור פעמיים ברציפות.  
« נגיעה של שחקנית ברשת אסורה כאשר היא משחקת בכדור או משתתפת בחסימה.  
« צעדים - כאשר הכדור בידי שחקנית, חל איסור לבצע צעדים, פרט למצבים הבאים:

1. בעת מסירת הכדור מותר לבצע צעד אחד בלבד
2. לצורך הנחתה (התקפה בניתור) מותר לבצע עד 2 צעדים המלווים בניתור

« ניקוד - ניצחון 2 נקודות, הפסד 1 נקודה.  
« מיקום סופי בשיבוץ הקבוצות במידה שלשתי קבוצות יש מספר נקודות שווה, יקבע לפי הסדר הבא:

1. לפי המנצחת ביניהן
2. לפי הפרש הנקודות הגבוה ביותר
3. לפי מספר נקודות הזכות הגבוה ביותר
4. לפי מספר הניצחונות הגבוה ביותר
5. הגרלה

- « כל בית ספר רשאי לרשום קבוצת קט-רגל אחת בכיתות ה' ו' בלבד/קבוצת בנים וקבוצת בנות.
- « השנה הטורניר יתקיים בשני מועדים וישוחק בשיטת ליגה כאשר כל נבחרת תשחק מול כל הנבחרות האחרות. הזוכה בטורניר תהיה הקבוצה שתצבור את מירב הנק'.
- « כל נבחרת מגיעה בתלבושת אחידה. לשחקנים אסור לנעול נעלי פקקים גדולים של דשא.
- « 12 שחקנים. ות מקסימום בנבחרת.
- « מס' שחקנים בכל קבוצה 6 שחקנים (+5 שוער).
- « משך המשחק: 12 דקות לכל משחק ללא מחצית.
- « גודל הכדור - 5.
- « לפני המשחק תתקיים הגרלה שתקבע מי הקבוצה שתפתח את המשחק ובאיזה צד של המגרש תשחק כל קבוצה.
- « התחלת המשחק - במסירה של שחקן הקבוצה אחורה.
- « עונש עבור עבירה - אם תעשה ברחבת השוער פנדל. בכל יתר חלקי המגרש בעיטה חופשית (היריב עומד 3 מטר מהכדור).
- « בעיטת פנדל - 7 מטר מהשער כאשר השוער עומד על קו השער ויתר השחקנים מסביב לרחבת השוער.
- « ניתן לבצע חילופים באופן חופשי במהלך הפסקה של המשחק.
- « קרן וחוף מוציאים ברגל בלבד.
- « אסור לשוער לתפוס את הכדור בידיים כאשר שחקן מהקבוצה שלו מוסר לו.
- « במקרה ששחקן מקבל כרטיס אדום, הוא מורחק מהמשחק ומהמשחק הבא, בעוד שקבוצתו משחקת עם שחקן אחד פחות למשך 3 דק' אלא אם כן הובע שער אחד לחובתם. במידה שהובקע שער לחובתם שחקן אחר יוכל להיכנס למשחק.
- « כרטיסים - כרטיס צהוב ראשון הוא אזהרה לשחקן. במידה ויקבל כרטיס צהוב נוסף יורחק מהמשחק ומהמשחק הבא.
- « אסור לעשות גליצים - אם שחקן עושה גליץ' נשרקת עבירה לטובת הקבוצה הנגדית.
- « ניקוד - ניצחון 3 נקודות, תיקו 2 נקודות, הפסד 1 נקודה.
- « מיקום סופי בשיבוץ הקבוצות במידה שלשתי קבוצות יש מספר נקודות שווה, יקבע לפי הסדר הבא:
1. לפי המנצחת ביניהן
  2. לפי הפרש השערים הגבוה ביותר
  3. לפי מספר שערי הזכות הגבוה ביותר
  4. לפי מספר הניצחונות הגבוה ביותר
  5. בעיטות עונשין - 3 בעיטות עונשין לכל קבוצה



## תקנון טניס שולחן

1. משחקים בשיטת הטוב מתוך שלושה משחקים
2. כל משחק עד 11 נק'
3. מחליפים הגשות כל 2 נקודות סרבים (מכת פתיחה)
4. את הסרב נותנים מהצלע הרחוקה של המלבן לכל כיוון. אסור להתקרב לרשת מהצד במתן הסרב
5. כל מערכה משוחקת עד שאחד השחקנים מגיע ל-11 נקודות
6. במידה ויש שוויון 10-10 צריך שיהיה הפרש של 2 נקודות (10-12)
7. החל ממצב שוויון 10-10 מחליפים הגשות כל נקודה ולא כל 2 נקודות
8. חובה להקפיץ את הכדור בעת הסרב
9. בזמן הסרב אסור להסתיר את הכדור בשום דרך מהיריב או מהשופט
10. אין ניצחון טכני
11. אין הגבלה למספר הנטים (נט - כאשר בסרב הכדור פוגע ברשת ועובר לשולחן היריב)

## תקנון סטריט-בול

- « כל בית ספר רשאי לרשום שתי קבוצות בנים ושתי קבוצות בנות בכיתות ה' ו' בלבד
- « שחקנים - בכל קבוצה משחקים 3 שחקנים וניתן להביא עוד 2 מחליפים
- « כל נבחרת מגיעה בתלבושת אחידה
- « המגרש - המשחק משוחק על חצי מגרש
- « פסק זמן - לכל קבוצה יש פסק זמן אחד בכל משחק (30 שניות)
- « ניקוד - סל שווה 1 נק', סל מעבר לקשת שווה 2 נק'
- « זמן משחק - 10 דק או 21 נק' (המוקדם יותר)
- « הארכה - הקבוצה הראשונה שמגיעה ל 2 נק'
- « שעון זריקות - 12 שניות (במידה ויש שעון) או בהרמת יד של שופט 5 שניות לזריקה
- « עבירות - עד עבירה 6 ע"פ המשחק, החל מעבירה 7 - 2 זריקות עונשין
- « התחלת משחק לאחר סל - קבוצת הגנה מתחילה מתחת לטבעת
- « התחלה לאחר כדור "מת" - במרכז מעבר לקשת
- « התחלה לאחר ריבאונד הגנה או חטיפה - מעבר לקשת עם שתי רגליים
- « חילוף - בכל עצירה של המשחק



## תקנון סחניים

- « הנבחרת חייבת להיות מעורבת בנים ובנות.
- « בתחילת המשחק שולחת כל קבוצה שחקן "מדומה" העומד מעבר לריבוע של הקבוצה האחרת.
- « מטרת המשחק היא להוריד את כל שחקני הקבוצה היריבה על ידי פגיעת הכדור בהם מבלי שהכדור נגע קודם בקרקע.
- « כאשר "ירד" שחקן ראשון (פגע בו כדור מהאוויר) הוא עובר לעמוד מעבר למגרש של הקבוצה השנייה וה"מדומה" חוזר למגרש קבוצתו.
- « כל השחקנים ש"יורדים" בהמשך עומדים מסביב למגרש של הקבוצה האחרת ומותר להם לנסות "להוריד" שחקנים גם משם.
- « אסור ללכת עם הכדור (אלא אם כן מדובר בשחקן הנמצא לבד בשטח: המדומה, היורד הראשון כאשר לא ירד שחקן נוסף והשחקן הנשאר אחרון בשטח קבוצתו).
- « אסור לדרוך על הקוים או לעבור לשטח הקבוצה היריבה. אם שחקן דורך על קו או עובר לשטח היריב, הכדור עובר לקבוצה היריבה ובמידה שירד שחקן כתוצאה מזריקה של שחקן שדרך על קו, ה"הורדה" לא נחשבת.
- « אם שחקן יצא משטח קבוצתו בניסיון התחמקות מכדור, הוא נחשב כשחקן ש"ירד".
- « בחוקים הבסיסיים של המשחק אין משמעות לתפיסה של הכדור מהאוויר בידי שחקן שניסו להוריד אותו. השחקן שתפס כדור ממשיך לשחק כרגיל (הוא לא ירד) ואין עונש לשחקן הקבוצה האחרת שניסה להוריד אותו. כאמור, יש למשחק גירסאות אחרות ובהן יש משמעות לתפיסה של הכדור.
- « אם כדור פגע בשחקן שלא הצליח לתפוס אותו, אך הוא נתפס על ידי שחקן אחר מקבוצתו הנמצא בשטח הקבוצה מבלי שנפל קודם לארץ, השחקן שלא תפס את הכדור לא ירד.
- « לשחקן שירד, אסור לגעת בכדור בטרם עבר לעמוד מסביב למגרש של הקבוצה האחרת. אם הוא נוגע בכדור, הכדור עובר לקבוצה האחרת. כדי למנוע בזבוז זמן מקובל לקבוע שאחרי מספר מסירות בין שחקני הקבוצה (7 בדרך כלל) חייבים לבצע ניסיון הורדה של שחקן הקבוצה האחרת. במידה שלא מתבצע ניסיון כזה - הכדור עובר לקבוצה האחרת.



**לפרטים נוספים על פעילויות הספורט במועצה: 03-9000544/575/681/688**

לפרטים נוספים: 03-9000544/575/681/688 | הפשו אותנו ב- f ספורט דרום השרון