



Excellence is not a skill, it's an attitude



דף מידע – תוכנית פגסוס מחנה מיונים 2017

” כבר חמש שנים אני חלק מתוכנית פגסוס, זכיתי דרך המפגשים עם המאמן מרקוס שרמן, הן במגרש והן בשיעורי התיאוריה להכיר מאמן מיוחד ומעמיק, המאפשר הסתכלות על סוגיות שונות מכל מיני זוויות חדשות, המרחיבות את ארגז הכלים שלי. החוויה היא שכל פעם מגלים רבדים חדשים על האימון והרכיבה” (מחויבות הרוכבים בתוכנית)

רקע כללי:

התוכנית למצוינות בספורט הרכיבה ממשיכה את פעילותה זו השנה השביעית ופותחת הזדמנות לרוכבים ורוכבות צעירים להעשיר את הידע שלהם בספורט הרכיבה כהכנה לעתיד מקצועני תוך שימת דגש על פיתוח מיומנויות אישיות וכישורים מקצועיים.

פגסוס היא תוכנית חינוכית המסייעת בבניית עתודה צעירה ומקצועית בענף הרכיבה תוך פיתוח הענף בארץ וביסוס תשתית מקצועית עתידית לענף הרכיבה הישראלי. בוגרי התוכנית משמשים שגרירים של ההתאחדות והענף הרכיבה בארץ ובחו”ל.

מבנה התוכנית:

1. 7 אוקטובר 2017, יום פתוח למועמדים לתוכנית 2018 – רוכבים, מאמנים והורים. היום יכלול היכרות עם התוכנית, מטרותיה, חוויות של משתתפי תוכנית 2017, הכנה למחנה המיונים ומפגש עם מרקוס שרמן מאמן התוכנית.
2. 17-21 ינואר 2018 – מחנה מיונים - 2 רכיבות עם המאמן מרקוס שרמן, ראיון אישי ומשוב ממרקוס בתום המחנה.
3. פברואר 2018 אירוע פתיחה לשנת פעילות 2018
4. פברואר-מרץ 2018 – מחנה אימונים ראשון בארץ, מחנה היכרות והצבת יעדים לשנת העבודה בשילוב סוזן פון דיצה. בתום המחנה יבחר הרוכבים שיסעו מתוך סגל א' לגרמניה בקיץ
5. יוני 2018 – מחנה אימונים שני בארץ, הכנה לסגל א' לנסיעה לוורנדורף כולל החלפת סוסים
6. 24 אוגוסט – 3 ספטמבר 2018 – מחנה אימונים בבית הספר הגרמני למאמנים בוורנדורף (סגל א' בלבד, בכפוף המלצתו של מרקוס) כולל ביקור באליפות גרמניה לסוסים צעירים Bundes Championate.
7. ספטמבר 2018 – אפשרות למחנה אימונים עם שופט לקראת תחילת תהעונה
8. אוקטובר 2018 – מחנה אימונים שלישי בארץ, 3 ימים במהלך חופשת סוכות, הכנה לעונת התחרויות

מחנות האימונים בארץ ובחו”ל יכללו אימוני רכיבה, הרצאות והתנסויות מעשיות.

מחנות האימונים בארץ יתקיימו בכפר נטר, יארכו שלושה-ארבעה ימים ויכללו אימוני רכיבה ותכנים תיאורטיים בנוסף יתכוננו מפגשים נוספים חד יומיים של הרצאות ומפגשים לימודיים בנושאים שונים כל סגל התוכנית ומפגשי לימוד אונליין לחברי סגל א'.

מאמני הרוכבים מוזמנים לקחת חלק במחנות האימונים, להשתתף בשיעורי התיאוריה, לצפות באימונים, להיפגש עם מרקוס ולדון עימו בכל נושא העולה במהלך האימונים.

כתלות בתקציבים יתווספו הפעילויות הבאות: מפגשים עם פסיכולוג ספורט, תזונאי, מבדקי כושר ורפואת ספורט, מאמן כושר, וטרניר, מפרזל, תכני ספורט נוספים כגון ביקור בחוויה האולימפית, התנסות בענפי ספורט אחרים, לימודי ליבה בנושא ספורט ומפגשים עם ספורטאים.



Excellence is not a skill, it's an attitude



עלויות:

- עלות מחנה מיונים - 800 ש"ח - תשלום עד 21/12/17
 - עלות שנתית לשלושה מחנות אימונים בני 3 ימים – 4500 ש"ח (לא כולל הובלות, תא ומזון לסוס)
 - עלות צפויה למחנה אימונים בגרמניה לסגל א' בלבד – כ-2500 יורו כפוף למחירי 2017
 - מפגשים חד יומיים ופעילויות מעבר למה שמפורט יהיו בעלות נוספת
- עלות מחנה האימונים בגרמניה כוללת טיסות וביטוח ספורט אקסטרים, רכבים, לינה וכלכלה לשבוע, 6 ימי אימונים בבית ספר למאמנים בוורנדורף הכולל 2 אימוני רכיבה ביום שיעורים תיאורטיים ביקורים לימודיים בחוות ובתחרויות ומפגשים עם רוכבים מהשורה הראשונה.

מבנה מחנה המיונים:

המיונים יערכו ע"י מרקוס שרמן ראש תחום המחקר המדעי בענף ההדרכה בהתאחדות הלאומית הגרמנית. מרקוס ילווה את הפעילות של התוכנית בארץ ובחו"ל.

המיונים יכללו שני אימונים פרטיים בני חצי שעה כל אחד עם המאמן מרקוס שרמן. בנוסף, במהלך האימונים ישוחח מרקוס עם הרוכבים על נושאים הקשורים ישירות לביצועי הרוכב ולאומן המועבר. האימונים מועברים בשפה האנגלית, במידת הצורך יתאפשר תרגום ע"י אחד מנציגי הפרויקט בלבד.

בנוסף, המועמדים יעברו ראיון קצר עם צוות התוכנית במהלך מחנה המיונים.

המיונים יתקיימו על פני שלושה ימים, במהלך סוף השבוע מיום חמישי עד שבת, מיקום ימסר בהמשך.

לתוכנית יתקבלו עד 12 רוכבים שיבחרו ע"י מרקוס עפ"י התאמת הרוכבים הנבחרים והתרשמותו משני האימונים שיתקיימו במחנה המיונים ומהראיון האישי. כמות הרוכבים בתוכנית תלויה ברמת הרוכבים שייגשו למיונים, התאמתם לתוכנית, המוטיבציה והגישה שיציגו.

יש לקחת בחשבון כי מחנה המיונים משמש לבחירת המועמדים המתאימים ביותר מכלל המועמדים שנרשמו לתוכנית. **אין הבטחה** כי רוכבים שרכבו בתוכנית בשנים קודמות ו/או רוכבים בעלי הישגים תחרותיים יתקבלו לתוכנית. במהלך המיונים נבחנת יכולתו של הרוכב וכישוריו ולא איכות הסוס, אך יש חשיבות לתמונה הכוללת המתקבלת מהצמד.

מוזמנים למחנה המיונים:

1. מיונים לסגל א':
 - a. רוכבים מתחרים פעילים רמה ב' ומעלה בגילאי 15-17
 - b. רוכבים מתחרים פעילים רמה ג' ומעלה בגילאי 18-25, תעודת הדרכה תהווה יתרון
2. מיונים לסגל ב': רוכבים מתחרים פעילים רמה א' ומעלה

דרישות הקבלה לתוכנית:

1. מעבר מחנה מיונים והמלצתו של מרקוס על קבלה לסגל א' או לסגל ב'
2. התחייבות להבאת סוס ברמה המתאימה לכל מחנות האימונים. על הסוס להיות בריא וכשיר לעבוד במחנות אימונים בני שלושה ימים במהלך שנת הפעילות
3. **רוכב מתחרה פעיל שהתחרה במהלך העונה 2016-2017 או במחצית הראשונה של עונה 2017-2018 (לפחות 4 תחרויות). על רוכבי התוכנית להמשיך להתחרות באופן פעיל במהלך העונה בתחרויות הדרסז'. הנהלת התוכנית וועדת דרסז' שומרות את הזכות לדון במקרים חריגים**
4. התחייבות הרוכב, הוריו והמאמן לתוכנית ולהתמדה מלאה במהלך שנת הפעילות
5. תשלום מראש של דמי ההשתתפות השנתיים – תינתן אפשרות לחלוקה לתשלומים



Excellence is not a skill, it's an attitude



ידע נדרש:

"חינוך מקנה לרוכבים את היכולת לאמן את הסוסים שלהם ולקחת את האחריות על ההתפתחות שלהם עצמם בתוך עולם הרכיבה והסוסים, זהו כלי להשגת הצלחה בכלל וכאתלט בפרט.

ככל שהרוכבים הצעירים לומדים כיצד ללמד ולאמן את הסוס שלהם ומפתחים את היכולת ללמוד מהטעויות שלהם, כך ההתפתחות שלהם כרוכבים והיכולת שלהם לחזור על הצלחה עם סוסים שונים גדלה. לכן אני מחפש רוכבים שיש להם את היכולת להפוך למאמנים טובים לסוסים שלהם. הדרישות לכך הן **בסיס ישיבה טוב ונכון, היכולת לנתח את הביצועים שלהם עצמם, רגש והבנה של הסוס וצרכיו**". מרקוס שרמן.

המועמדים ידרשו להציג את יכולות הרכיבה שלהם בזמן האימון, ניתוח והבנה של ביצוע התרגילים באימון, יכולת הטמעת הערות וכלים שניתנים להם בעת האימון, מוטיבציה, רצינות ומחויבות לפרויקט. תוצאות המיונים ינתנו ע"י יד מרקוס בעצמו בתום מחנה המיונים.

התחייבות לתוכנית:

השתתפות בתוכנית המצוינות "פגסוס" דורשת התחייבות מצד הרוכבים וההורים. כמו כן נדרשת התמדה מלאה לאורך שנת הפעילות שמתרכזת בעיקר בפגרה של עונת התחרויות.

דמי ההשתתפות השנתיים המשמשים להפעלת מחנות האימונים וקיום הפעילות השנתית, יגבו מראש לכל השנה. (יש אפשרות לחלק את התשלום למספר תשלומים) במקרה של פרישה מהפרויקט באמצע השנה ובמידה וימצא רוכב מחליף יוחזר התשלום על פי המפתח הבא:

1. עלות המיונים לא תוחזר בשום מקרה
2. ביטול עד סוף פברואר – במידה ונמצא מחליף לרוכב הפורש, תוחזר עלות פעילות התוכנית בארץ במלואה
3. ביטול עד סוף אפריל – במידה וימצא מחליף לרוכב הפורש תוחזר מחצית מעלות פעילות התוכנית בארץ
4. ביטול עד סוף יוני – במידה וימצא מחליף לרוכב הפורש, יוחזר 25% מעלות פעילות התוכנית בארץ
5. תוכנית ההחזרים אינה כוללת את עלות מחנה האימונים בחו"ל
6. בכל מקרה בו לא ימצא רוכב שימלא את מקום הרוכב הפורש לא יוחזר התשלום עבור ההשתתפות בתוכנית.

לוח זמנים למחנה המיונים:

על הרוכבים להגיע בלבוש רכיבה מלא ומסודר, סוסים נקיים, ציאפס ונעלי רכיבה/מגפיים. הרוכבים מתבקשים לשמור על התנהגות הולמת ולבוש מסודר במהלך שני הימי המחנה (ולא רק בזמן האימון עצמו), בנות מתבקשות להגיע בשיער אסוף.

1. לוח הזמנים של המחנה דורש עמידה בזמנים על מנת לאפשר לכל הרוכבים להיבחן כראוי.
2. הרוכבים מתבקשים להביא עימם רשת חציר/תערובת ודלי מים לסוסים.
3. הרוכבים מתבקשים לדאוג למזון ושתייה למהלך יומי האימונים.
4. הרוכבים מתבקשים להגיע למגרש כ-20 דקות לפני תחילת השיעור ולבצע הליכה וחימום קל.
5. הכניסה למגרש מותרת לרוכבים הנבחרים בלבד.
6. מאמני הרוכבים מוזמנים לצפות במיונים ובמידת האפשר יוכלו לנהל שיחה אישית עם מרקוס **בתום האימון**.

מצורף טופס הרשמה למחנה המיונים, אנא מלאו והעבירו לרכז הענפים במייל mtom.ief@gmail.com עד יום חמישי 21 בדצמבר 2017. אנא ודאו את קבלת הטופס.

מחכים לראותכם,
צוות תוכנית פגסוס וועדת דרסז'



Excellence is not a skill, it's an attitude



טופס רישום- מיונים תוכנית פגסוס לקידום מצויינות בספורט הרכיבה 2018

אני _____ ת.ז. _____

שנת לידה _____

דירוג נוכחי _____

רקע נוסף _____

מעוניין להירשם למחנה המיונים שיערך בתאריכים 18-20.1.2018

- מאשר כי קראתי את הקריטריונים המופיעים בהזמנה וכי אני עומד בהם.
- מתחייב כי יעמוד לרשותי סוס בריא וברמה המתאינה למחנה המיונים ולכל מחנות האימון בני שלושה ימים אשר יתקיימו בארץ.

חתימה _____

חתימת המאמן _____

חתימת ההורים _____