

קוד האימון

בית הספר לאימון בשיטת
"קוד המנצח". הצלחה מעשית.

סילבוס קורס הכשרת מאמנים בשיטת קוד המנצח קוד האימון

ייעודו של בית הספר לאימון בשיטת קוד המנצח:

להעצים ולהכשיר מנהיגים להובלת אנשים וארגונים לפריצת גבולות ולביצועי על, דרך הגדולה שלהם.

המשימה שלנו: להכשיר מאמנים מנצחים לחיים - מאמן לחיים הנו אדם שיודע להוביל ולהנהיג את עצמו ואנשים אחרים בביטחון ובהצלחה אל עבר הגשמת "האני הגדול שלהם".

אימון (Coaching) הוא מקצוע מתקדם אשר נולד לפני כ-30 שנים והפך כיום לאחת הדרכים היעילות והמעשיות ביותר להגדרה ולהגעה לשיפור במגוון תחומי החיים.

ייחודו של האימון כתפיסה הוא בשילוב מספר כלים מעולמות תוכן שונים ובאפשרות יישום בתהליך מובנה, שיטתי, ממוקד תוצאות ושלם, ובמקביל באפשרות ליישם את כל אחד מכלי האימון בנפרד.

עיקרו של האימון בשיטת קוד המנצח הנו בדפוסי "מערכת ההפעלה" הייחודית שלו - המניעה עשייה מכוונת תוצאות.

מאפייני המיקוד, המובנות, השיטתיות וההתחברות הרגשית של האימון הפכו אותו, מעבר לתרומתו בהעלאה משמעותית של תוצאות והישגים אישיים וארגוניים, גם כלי למתודולוגיה המתמודדת ומביאה לתוצאות מפתיעות, בטווחי זמן קצרים ולשיפור משמעותי באיכות חיינו.

**אודות
הקורס**



מטרת העל של הקורס

להכשיר אנשים בעלי מודעות גבוהה ומוטיבציה לקדם את חייהם
בלעזור לאנשים אחרים לפרוץ גבולות, שנמצאו מתאימים,
במיומנויות ובכלים מעשיים כמאמנים מצוינים לחיים - מאמן לחיים
הנו אדם שיודע להוביל ולהנהיג את עצמו ואנשים אחרים בביטחון
אל עבר הגשמת "האני הגדול שלהם".



מוכר ע"י לשכת המאמנים ✓

מאמן מוסמך בשיטת קוד המנצח

✓ מאמן מוסמך בשיטת קוד המנצח הוא בעל מיומנות גבוהה וידע מעשי לזיהוי - מדוע
אנשים עושים את מה שהם עושים? מהם החסמים המונעים מהם להיות מאושרים? מהן
הסיבות המעכבות אותם לנקוט צעדים מקדמים?

✓ מאמן בשיטתנו ידע כיצד להנהיג ולשנות את ה"סיפור הפנימי" של המתאמנים כדי
להגשים את החיים שהם תמיד רצו.

✓ מאמן בשיטתנו ידע לשפר לאחרים את החיים וללוות מגוון אוכלוסיות בתהליכי שינוי
פורצי גבולות. אדם זה המאמץ סטנדרטים גבוהים בכל תחומי חייו, מהווה דמות להערכה
בקרב הסובבים אותו והמתאמנים שהוא מוביל.

✓ המאמן למוד ניסיון חיים, מבין את החוקים האוניברסליים, פועל לטובת הכלל, מהווה
השראה לאנשים שהוא מוביל להצלחה מעשית, מדידה ויישומית.

✓ מטרתו העיקרית של אימון ייחודי זה היא - העצמת המתאמן, תוך רכישת כלים
להתמודדות יעילה ואפקטיבית עם הפערים והאתגרים שבחיו. התוצאה המכוונת
היא - להביא את האדם להצלחה מעשית, להובילו לרמת הישגים גבוהה ובכך לשפר
באופן משמעותי את איכות חייו כפי שתמיד רצה.

✓ הקורס מקנה מודלים, מיומנויות וארגז כלים יישומי, ברמה מתקדמת והעדכנית ביותר,
כתהליך מובנה, שיטתי וממוקד תוצאות. זאת, בשילוב חווית למידה התנסותית, דינמית
ומעשירה להטמעה מרבית.



מטרות הקורס

קורס אימון ייחודי בשיטת קוד המנצח, הינו קורס מקצועי וחוויתי אשר מטרתו להכשיר את המשתתפים באופן המעמיק, המקצועי והרציני ביותר כדי שיהפכו למאמנים מנצחים.

המשתתפים יזכו להיכרות עם מודל האימון בכלל ועם המודל הייחודי של קוד המנצח בפרט.

למידה דינמית של מיומנויות האימון - צפייה בסימולציות ובתרגול מעשי בסביבה מנצחת.

חווית למידה - במהלך הקורס ירכשו המשתתפים כלי אימון ופיתוח מיומנויות אישיות להעצמה, ביסוס, הצלחה, הובלה והנהגה.

חווית אימון - משתתפי הקורס יעברו תהליכי אימון אישי משמעותיים במסגרת תכנית הכשרה ע"י משתתפי הקורס - "אימון על אימון".

התמקצעות - בוגרי הקורס ידעו ויוכלו לבצע עם סיום הקורס תהליך אימון שלם, משמעותי ואפקטיבי ברמה המקצועית והיישומית הנדרשת כדי להנהיג מתאמנים להגשמה עצמית. בוגרי הקורס יוסמכו על ידי בית הספר לאימון בשיטת קוד המנצח.

תכנית הקורס הותאמה מראש, לקריטריונים של לשכת המאמנים ו**לאיגוד האימון הבינלאומי ICF** ומעבר לכך.

לתכנית ההכשרה הוספנו תכנים מקצועיים, ייחודיים והכרחיים, במטרה להכשיר ולהפוך את הסטודנטים, למאמנים מובילים - מקצועניים, רגישים ורלוונטיים, בפרט לאתגרי העת הזו.

קהל המטרה

אימון אישי לאוכלוסיית אנשים בעלי מודעות גבוהה הוא מקצוע חדש ההולך ומתפתח בקצב מהיר.

הקורס מיועד למעוניינים להמשיך בתהליך של התפתחות אישית, וכן לרכוש עיסוק ומקצוע מתגמל נוסף הן כעצמאיים והן ככלי לשיפור הצלחה אישית במסגרות הקיימות שהם מנהלים כגון: במערכות יחסים, עם בני משפחה, בחינוך, בניהול, כבעלי תפקידים, בארגונים ולבעלי עסקים.

יתרונות נוספים של קוד האימון

- ✓ אנו קוד האימון אחראיים עד להשלמת הסמכה בלשכת המאמנים.
- ✓ מבטיחים לגייס עבורך את המתאמנים הנדרשים לפרקטיקום.
- ✓ בקוד האימון מתחילים לאמן באופן מעשי במסגרת הפרקטיקום ומקבלים תגמול עם השלמתו.
- ✓ סיימת בהצטיינות? מעולה! נציע לך עבודה כמאמן בקוד המנצח, בכפוף לוועדת קבלה.



הייחודיות שלנו - תוכן מתקדם ופורץ גבולות

- ✓ יסודות, עקרונות ותיאוריות עדכניים מעולם האימון.
- ✓ מודל האימון בשיטת קוד המנצח - ייחודי, מעשי, מצליח ומוכח.
- ✓ טכניקת העבודה ישירה, נגישה ומעשית - לליווי אנשים לעבר ה"אני הגדול שלהם".
- ✓ **קיצור עקומת הלמידה.**
- ✓ מתן ידע וכלים מבוססי אלפי שעות שטח במטרה להפוך למאמן מקצועי ואפקטיבי.
- ✓ כלים, טכניקות ומיומנות לאמן גם תהליכים קבוצתיים, ע"פ המודל של קוד המנצח.
- ✓ הזדמנות למי שמסיים בהצלחה את הקורס ועונה על הקריטריונים, לעבוד כמאמן מוסמך בחברת קוד המנצח.

תכנית הקורס



הקורס שלב א' 175 ש"א

סה"כ ש"א	משך המפגש שעות	משך המפגש שעות אקדמית	מס' מפגשים	סוג מפגש	
143	4	5.3	27	מפגש שבועי	קורס האימון
32	7.5	10.6	3	ימי העצמה	
175					סה"כ קורס
100		100		שעות אימון פרטניות	פרקטיקום
100					סה"כ פרקטיקום

* ש"א = שעות אקדמיות, 1 שעה אקדמית = 0.75 שעות שטח

מתודולוגית הלמידה ומבנה המפגשים

- לקורס ההכשרה וההסמכה מבנה דינמי ואפקטיבי והוא משלב למידה מושגית, תיאורטית ואנליטית הכוללים סימולציות, התנסות במודלים ותרגולי אמת.
- למפגש יש מבנה עקרוני ואפקטיבי להטמעה מרבית:
- 1. הסבר ותיאוריה** - רציונל (למה זה חשוב) כולל רקע תיאורטי ודוגמאות היכן נכון לעשות בזה שימוש.
 - 2. הדגמת הכלים** - המודל, המיומנות, הטכניקה המעשית (מושג ליבה משיטת קוד המנצח) המלווה בדוגמאות עדכניות מהשטח ומניסיון של אלפי שעות אימון.
 - 3. התרגול והיישום** - התנסות אישית/סימולציות/תרגול - היכן וכיצד עובדים ומתאימים את זה לסוג האימון, הסיטואציה והמתאמן?



הדגמות ויישום

- ✓ למידה פרונטאלית ודיונים: רקע תיאורטי ופילוסופי, מושגים, עקרונות, טכניקות ומודלים.
- ✓ הדגמת תהליכי אימון בפני קבוצת הלומדים.
- ✓ תרגול מעשי - הטמעה דרך התנסות ותרגול הכלים, המיומנויות והטכניקות של האימון.
- ✓ ממפגש למפגש יתבקשו התלמידים לבצע משימות למידה ותרגול כחלק מתהליך ההטמעה.
- ✓ לאור העובדה שמנחי הקורס הם מאמנים פעילים, מנוסים ובכירים, יש חיבור משמעותי בין החלק התיאורטי למעשי הכולל דוגמאות עכשוויות למה שקורה הלכה למעשה בשטח.

דרישות קדם

- מעל גיל 27, בעלי תואר ראשון או תואר שני של לימודים רלבנטיים.
- לפחות 4 שנות ניסיון במקצועות רלבנטיים.
- מעבר ועדת קבלה.
- ראיון קבלה.

שלבי תהליך האימון בשיטת קוד המנצח

- 1 הכרות והתנעה**
תיאום ציפיות ומיפוי נקודות המוצא
- 2 החוקים והחסמים**
עולים על המגרש
- 3 התמונה המנצחת**
והנטסה לפריצת גבול
- 4 הסביבה המנצחת**
והאיך כן
- 5 החיזוקים**
שדרוג החוסן והכלים - השינוי מצליח!
- 6 התנהגות מנצחת**
כבר יש תוצאות שהופכות לטבע חדש





הסילבוס של ביה"ס - קוד האימון בשיטת קוד המנצח - 2020

מספר המפגש	הנושא המרכזי	תיאור המודלים והטכניקות
1	פתיחת קורס - אתה יכול יותר... מהו תפקיד המאמן? מהו מודל האימון בשיטת - קוד המנצח?	<ul style="list-style-type: none"> פתיחה, מדיניות ותקנון ביה"ס. תיאום ציפיות והכרות. מהו אימון + סקירה עולמית מה תפקידו של המאמן ומה יהפוך אותנו למאמנים מקצועיים?
2	מהם חוקי המשחק?	<ul style="list-style-type: none"> מה תפקידה של האתיקה המקצועית? מהי דילמה אתית? מהם גבולות האימון? הסכם מאמן מתאמן למה זה חשוב וכיצד לנהל את זה נכון?
3	עולים על המגרש	<ul style="list-style-type: none"> מיכוי נקודת המוצא של המתאמן. חשיפת מודל האימון בשיטת קוד המנצח. מהם 6 השלבים ומה תפקידו של כל אחד מהם?
4	למה לא כולם משיגים את מה שהם רוצים?! מהם 4 חסמי ההצלחה?	<ul style="list-style-type: none"> זיהוי 4 חסמי ההצלחה הכרוניים שלנו ומה הפתרונות? כיצד להפוך את החסם לנתיב התקדמות? פרדיגמות והרגלים מעכבים.
5	כיצד נדע מהם הערכים, הצרכים והחוזקות של המתאמן שלי?	<ul style="list-style-type: none"> כיצד לחלץ את הערכים המובילים של המתאמן שלי? הכרת מודל 6 הצרכים בהיבט האימוני וכיצד לזהות מהם הצרכים הדומיננטיים אצל המתאמן שלי?
6	איך להשיג את מה שאנחנו רוצים? יצירת מודעות וחיזוק התודעה כמוכוננת תוצאות.	<ul style="list-style-type: none"> בניית "תחנת דלק" יצירת מקור כוח משמעותי למשאבים ולחוויות הצלחה. שמחזק את תפיסת המסוגלות האישית והביטחון של המתאמן במטרה שיצליח להחזיק את תהליך השינוי לאורך זמן.
7	תקשורת אפקטיבית חלק א' הצטרפות והובלה מהי אמפתיה, כיצד לראות את האחר. ראפור (NLP) מהו שיקוף נכון?	<ul style="list-style-type: none"> מהי תוכנת ההפעלה האנושית? מהי הקשבה אקטיבית כיצד מחזקים אמפתיה על אף השונות? כיצד להימנע משיפוטיות וביקורתיות ולחזק את יכולת ההכלה שלנו כמאמנים?
8	תקשורת אפקטיבית חלק ב' כיצד להפוך למומחים בשאלות עוצמתיות?	<ul style="list-style-type: none"> שאלות עוצמתיות כיצד למקסם את ההנעה לפעולה לתוצאות האימון ולחיזוק מערכת היחסים עם המתאמן?
9	חלק א' כיצד לזהות את סגנון העשייה, הגישה והתפיסה של המתאמן שלי?	<ul style="list-style-type: none"> מיהם סוגי המתאמנים שלנו? מהם סגנונות העשייה? המוותר? החונה? המטפס?
10	חלק ב' כיצד לנתח את סגנון התקשורת והלמידה של המתאמן שלי?	<ul style="list-style-type: none"> מהם סגנונות הלמידה? - MAT4 מהם סגנונות התקשורת? מגוון דוגמאות שיסייעו באבחון סגנון התקשורת והלמידה של המתאמן. לאחר המיפוי נדע כיצד להתאים למתאמן את סגנון ועצימות תהליך האימון לסגנונו האישי.



<ul style="list-style-type: none"> • תכנון והצבת מטרות. • תמונת עתיד, חזון ערכי ואישי. • כיצד לבנות חזון שאפתני, משמעותי וערכי? • מהי מטרת ה-C (שיא)? 	<p>חזון חלק א' התמונה המנצחת</p>	<p>11</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כיצד לתכנן התוצאות. • חשיבה ועשייה תוצאתית, SMART. • תכנון מעשי לעבר התוצאות הרצויות. • בקרה באמצעות - המגדלור - תכנון מול ביצוע. 	<p>חזון חלק ב' כיצד לתכנן ולחשוב באופן מוכוון תוצאה? כיצד באמצעות תכנית כעולה מעשית ומדידה נשיג את מטרת האימון.</p>	<p>12</p>
<ul style="list-style-type: none"> • מודלינג. • אלון אולמן - איך נער קריות הופך למנטור המוביל בישראל? 	<p>קיצור עקומת הלמידה הכרזה והכרות עם פרויקט המודלינג באמצעות 6 קודי המנצח.</p>	<p>13</p>
<ul style="list-style-type: none"> • חוק ה-10,000, שכפול הצלחות ולמידה מניסיונם של קולגות ומודלים מהתחום. • חשיבות ההדרכה והסופרוויז'ין. • כיצד להקים קבוצת למידה תומכת עכשיו ובכלל... 	<p>סביבה מנצחת מאסטר מיינד הקמת צוות הקומנדו שלי ולמידת עמיתים.</p>	<p>14</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כיצד לזהות ולפתור התנגדויות, פערי גישה וחסמים מנטליים באימון? • מהם הקשיים והחסמים בתהליך האימון התלויים במתאמן? מהם הרעלנים? • קורבנות מול מנהיגות. • כיצד עושים תחקיר ויוצאים לתיקון? 	<p>האיך לא... מתקדמים ולמה? כיצד לעשות תחקיר ולצאת לתיקון?</p>	<p>15</p>
<ul style="list-style-type: none"> • נוהל צופה. • כיצד להיות מספיק מהיר כדי לראות עצמי בסיטואציה ולהספיק לתקן? • כיצד לנהל את המשאבים שלי (חיצוני ופנימי) נכון? 	<p>האיך כן חלק א'... כלים מנצחים לשדרוג תהליך שינוי. "להרים רחפן" במטרה לבחון את יישום תכנית העבודה.</p>	<p>16</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כיצד להפוך למאמן משפיע, מקצועי, מעורר השראה והשפעה? • מהי נוכחות אימונית נכונה. • חשיבות האנרגיה ו-SOM של מאמן מקצועי. • 10 העקרונות של מאמן מנצח. • 11 עקרונות הליבה של ICF* 	<p>האיך כן חלק ב' הנוכחות האימונית מהן המיומנויות המרכזיות כדי להפוך למאמן מנצח? העמקה</p>	<p>17</p>
<ul style="list-style-type: none"> • בחלק הזה נלמד את מודל חומת ההגנה וחומת ההסתרה, נבין כיצד לזהות ולהבדיל בין הגנות להסתרות בתהליך האימון וכיצד לנהל את זה באופן רגיש ומקצועי? • מהו מסדר תרמיל? 	<p>כיצד לנטרל רעשים? כיצד פורצים דרך על אף שהרצפה עקומה? החסמים החיצוניים.</p>	<p>18</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כיצד להגביר אושר ולחזק את החוסן האישי? • מהם המרכיבים לחיים מאושרים ומודעים? וכיצד ליישם זאת? • כיצד מתמודדים עם קשיים, נסיגה ומורכבויות באימון? 	<p>החיזוקים בתהליך האימון ופתרון בעיות באימון. כיצד להפוך למגבירי אושר? וכיצד לחזק את החוסן האישי? (פסיכולוגיה חיובית)</p>	<p>19</p>
<ul style="list-style-type: none"> • נלמד כיצד לחבר את הנקודות - להשתמש בהקשבה, באינטואיציה ובסקרנות שלנו לטובת חיבור כל הנקודות - המידע שאספנו ולמדנו על המתאמן במטרה לשקף לו במדויק מה הסטטוס. 	<p>לחבר את הנקודות כיצד להימנע מפציעות? ואיך לבנות תכנית אימון מותאמת לצרכי המתאמן?</p>	<p>20</p>



<ul style="list-style-type: none"> • סיום הרמוני של תהליך האימון הכולל שיקוף, הצלחות והישגים. • מהו המשוב וחיבותו? • כיצד עושים משוב מעשי עם צידה לדרך? 	כיצד סוגרים תהליך אימון?	21
<ul style="list-style-type: none"> • חזרה על המודלים האימוניים וכלי הליבה + הכנה למבחן העיוני. • המשתתפים ידעו מתי וכיצד נכון לעשות מפגשי בקרה ותחזוקה. *מבחן אתיקה 	כיצד לנהל תהליכי בקרה ומפגשי תחזוקה? המסכמת חלק א'	22
העשרה והעמקה - הרחבת הסקופ		
<ul style="list-style-type: none"> • *רוני - מה הטטה טה טה דם שלך? - מרצה אורח. • איך מציגים מול קהל/קבוצה בכלל וכיצד להציג את המודלינג בפרט? 	מהו פרויקט המודלינג?	23
<ul style="list-style-type: none"> • פסיכולוגיה חיובית, NLP, שיטת דרייב - כלים מעשיים לפיתוח חוסן ומנהיגות למצוינות. • תובנות מהמחקר לעולם האימון. 	מהם הטרנדים בתחום האימון וההתפתחות האישית	24
<ul style="list-style-type: none"> • דילמות אתיות מחדר האימונים. • השתלמות אתיקה ומבחן אתיקה. 	המסכמת - חזרה על החומר סביב דילמות אתיות	25
<ul style="list-style-type: none"> • המבחן העיוני. • תרגול והכנה למבחן המעשי. 	המבחן העיוני פרזנטציות מודלינג.	26
<ul style="list-style-type: none"> • המבחן המעשי מתחיל כאן לצד התרגולים המלאים. 	העמקה במיומנויות האימון חלק א': תרגול מגוון תהליכי אימון בשלבי התפתחות שונים + מודלינג	27
<ul style="list-style-type: none"> • המשך המבחן המעשי. • אימון לייזר. 	העמקה במיומנויות האימון חלק ב': תרגול מגוון תהליכי אימון בשלבי התפתחות שונים + מודלינג	28
<ul style="list-style-type: none"> • המשך המבחן המעשי. 	העמקה במיומנויות האימון חלק ג': תרגול מגוון תהליכי אימון בשלבי	29
<ul style="list-style-type: none"> • טקס סיום חגיגי עם צלם, תעודות, מחברות מאמן. 	טקס קבלת תעודת גמר - מאמן מוסמך קוד האימון - שלב א'.	30

