



יום שני 24 אוקטובר 2022

סילבוס קורס ניווט ספורטיבי 17,16-394805

מדריכה : סבטלנה סטפנוב טל' 054-2006508 הטלפון הוא לחירום בלבד

בנושאי מנהלות (רישומים/אישורים/שאלות וכד') נא לפנות ל- v.v.stepanov@mail.ru

כללי :

- מטרת הקורס: הסטודנטים יכירו את עקרונות הניווט ויישמו אותם בניווט ספורטיבי.
- תוכן: מפה, תבליט, שימוש במצפן, לימוד טכניקות ניווט ספורטיבי.
- הפגישות יתקיימו בימי שישי משעה 08:00 עד 11:00.
- במסגרת הקורס יתקיימו 6 מפגשים כפולים בטכניון ומפגש 1 כפול ביער אלונים.

ציון :

- 65% על נוכחות בפגישות
- 35% הערכת מאמן
- ציון "לא השלים" יינתן לסטודנט שלא השתתף בלפחות ארבעה מפגשים.

פגישות :

- נפגשים ביחידה לספורט בשעה **08:00** אלא אם נקבע אחרת. נא להגיע 5 דק' לפני שעה זו !!!
- סטודנטים שיאחרו לא יוכלו להשתתף בשיעור ויצטרכו להשלים אותו (לא להתקשר ולהודיע שאתם מאחרים!)
- הגעה עצמאית באחריות הסטודנטים.
- חובה לבוא עם נעלי ספורט ומומלץ מכנסיים ארוכים.
- במקרה ובו נפגשים ביער: ביער אין מים – נא להביא מים אתכם. מומלץ גם כובע.
- במקרה של גשם - נפגשים בכל מקרה בטכניון (אין ביטולים !!!), ויוצאים לשטח כרגיל. (מומלץ להביא בגדים להחלפה).



השלמות :

- ניתן להשלים בקורסי חני"ג כללי לפי הרשימה הקיימת, עד שבועיים **לפני** סוף הסמסטר.
- מקסימום השלמות אפשריות : 2 מפגשים.
- כדי להשלים מפגש כפול יש להיות נוכח בשני שיעורי ספורט (שעתיים כל אחד).
- פתק ההשלמה ימולא ע"י אחד המדריכים עבור שיעור ספציפי. הפתק יכול את **שם המאמן והחוג** שבו יושלם השיעור, עפ"י הנוהל הטכניונים, **תאריך** ההשלמה **וחתימת** המאמן. מי שלא ידאג שפתק ההשלמה ימולא כהלכה **לא** יחושב לו שיעור ההשלמה. יש לדאוג למסור את פתק ההשלמה למאמן עד שבוע לפני סוף הסמסטר.
- בנוסף קיימת אפשרות להשלים את השיעור ע"י השתתפות בתחרות ניווט שמארגן איגוד הניווט בישראל. לוח תחרויות ניתן לראות באתר www.nivut.org.il. השתתפות בתחרות כרוכה בתשלום כפי שמפורט באתר הנ"ל. השתתפות בתחרות תחשב כהשלמה של מפגש 1 כפול. כל מי שמחליט להשלים את שיעור בדרך הזאת לא יצטרך פתק השלמה אלא יצטרך להודיע באיזו תחרות השתתף. אחרי כל תחרות מפרסמים את הדירוג של כל המשתתפים וכך נוכל לדעת שהשתתפתם.

לוח פגישות מתוכנן:

הפעילות	מקום מפגש	תאריך	N
נהלים, הכרות עם הספורט	הטכניון	28.10.22	1
סימני מקרא. קווי גובה, מסלול תחרותי	הטכניון	11.11.22	2
טכניקות ניווט : קריאת מפה, נקודת תקיפה.	הטכניון	25.11.22	3
טכניקות ניווט : עבודה עם מצפן, סטייה מכוונת	הטכניון	9.12.22	4
מדידת מרחקים. ספירת צעדים. ניווט זיכרון	הטכניון	30.12.22	5
טכניקה וטקטיקה, בחירת ציר	הטכניון	6.01.23	6
ניווט פארקים. תחרות ניווט	הטכניון	20.01.23	7



תוכן הקורס:

מס' מפגש	נושא השיעור
1	נהלים, הכרות עם הספורט
2	טכניקות ניווט: קריאת מפה, נקודת תקיפה
3	טכניקה וטקטיקה, בחירת ציר
4	טכניקות מדידת מרחקים, צעדים כפולים
5	ניווט פארקים
6	תחרות ניווט סקור
7	טכניקות ניווט: עבודה עם מצפן, סטייה מכוונת