

#2
5/2025



CATCHBALL Online

המגזין הדיגיטלי של
[איגוד הכדורשת הישראלי]



MORE
THAN
EVER.

בואו להמשיך לעשות איתנו היסטוריה.

8-25.7.25

טורניר הנבחרות
בסימן המכביה 2025



אני כאן עבורכן!

[דבר יו"ר איגוד הכדורשת]

**שחקניות, שופטים/ות,
מאמנים/ות יקרים,**

עונת המשחקים 2024/25 מתקרבת לסיומה, ואיתה מגיעים אירועי הגמר שיתקיימו בכל רחבי הארץ. אנו מזמינות אתכן לקחת חלק באירועים מרגשים, מושקעים וססגוניים - עם אווירת סוף עונה, מוזיקה, קהל נלהב והמון גביעים.

גמר ליגת העל, אירוע השיא של העונה, יתקיים ביום שלישי 17.06.25, החל מהשעה 19:00, באולם אביב שברעננה - שם נערוך את גמר ליגת העל וגמר ליגה לאומית א'. זו הזדמנות מצוינת לחוות את ההתרגשות, לפרגן לשחקניות ולהיות חלק מענף הכדורשת במלוא עוצמתו.

בתקופה זו אנו ממשיכות לקוות לימים של שקט, לביטחון, ולשובם המהיר של כל החטופים הביתה - עכשיו.

שלכם,
אושרת חבר אזולאי
יו"ר איגוד הכדורשת
הישראלי



מי תניף את הגביע?

משחקי הגמר

2024-2025

וטקסי סוף עונת המשחקים



**עירונית
הכרמל**
רביעי 28.5 • 19:30
דלית אל כרמל

הרצליגה
שני 26.5 • 20:30
הרצליה
אולם אלון

**עירונית
הודנט**
שבת 24.5 • 18:45
הוד השרון
אולם הראשונים

**ארצית שרון
דרום השרון**
שלישי 10.6 • 20:45
כפר סבא
אולם גלילי

**לאומית ב'
שרון**
שלישי 10.6 • 20:45
כפר סבא
אולם גלילי

**ארצית
מרכז שפלה**
שני 9.6 • 20:30
בת ים
אולם חשמונאים

**עירונית
רעננט**
חמישי 12.6 • 19:30
רעננה
אולם אביב

**עירונית
יבנרשת**
שלישי 10.6 • 19:30
יבנה
אולם רבין

**ארצית שרון
כפר סבא**
שלישי 10.6 • 20:45
כפר סבא
אולם גלילי

**לאומית א'
רעננה**
שלישי 17.6 • 19:30
רעננה
אולם אביב

**ליגת העל
רעננה**
שלישי 17.6 • 19:30
רעננה
אולם אביב

**עירונית
בנות נחמה**
שבת 14.6 • 20:30
קדימה צורן
אולם חט"ב הרצוג

**לאומית ב'
צפון**
שלישי 24.6 • 20:00
קרית חיים

**עירונית
באר יעקב**
שבת 21.6 • 20:30
באר יעקב
אולם צאלון

**עירונית
פנינת השרון**
חמישי 19.6 • 19:30
רעננה
אולם אביב

**ארצית
מרכז מודיעין**
רביעי 25.6 • 20:30
מודיעין

ארצית צפון
שלישי 24.6 • 20:00
קרית חיים

**ליגות
נערות:**

הרצליה שבת 7.6 9:30 חט' זאב הרצליה	מודיעין שישי 30.5 13:00 אולם בוכמן	צפון חמישי 29.5 16:00 כפר מראר	כפרי נוער רביעי 14.5 12:00 אולם י"א וינגייט
--	--	---	---

[סקירת ליגות איגוד הכדורשת]

**חודש אפריל מביא איתו שיאים חדשים
קבלו סיקור מהיר על מובילות בטבלת
הליגות ליום 28.05.2025**

ליגת על - א.ס. הכח רמת השרון

ליגה לאומית א' - פעמונים 2

ליגה לאומית ב' שרון - ביגיות - 2B BG

ליגה לאומית ב' צפון - איילות הצפון

ליגה ארצית מרכז שפלה - מחוברות יחדיו

ליגה ארצית שרון דרום השרון - Crazy B

ליגה ארצית מרכז מודיעין - סטרייק

ליגה ארצית שרון כפר סבא - וייברס

ליגה ארצית צפון גליל ועמק יזרעאל - אדמוניות בית ג'אן

ליגת נערות צפון:

תיכון - ירכרשת תיכון

חטיבה - מעלה יוסף חטיבה

יסודי - מעלה יוסף יסודי

ליגת נערות מודיעין:

חטיבה פיינל פור - חארבו דאבו מודיעין

יסודי פיינל פור - Diamond מודיעין

ליגת נערות הרצליה:

תיכון - מעלה יוסף תיכון

חטיבה ב' - סרניות

חטיבה א' - יהלום חולון

יסודי - לביאות

משולחן הוועדות

[הוועדה המקצועית]

דברי מרווה שחף – יו"ר הוועדה המקצועית:

ברצוני לשתף כי במהלך החודשיים האחרונים החלה את עבודתה הוועדה המקצועית של איגוד הכדורשת.

הוועדה מונה 8 חברים בהם ארבעה שופטים וארבעה מאמנים.

הוועדה תעסוק בפיתוחו המקצועי של ענף הכדורשת בנושאי: חוקה, שיפוט, אימון ועוד, תוך שמירה על ייחודיותו ואופיו של המשחק ומהותו עבור ציבור השחקניות.

הוועדה תשאף להוות כתובת מקצועית עבור כלל אנשי המקצוע בענף: שופטים, מאמנים, קפטניות ושחקניות.

אנו בתחילתה של עשייה משותפת, יחד עם הועד המנהל ומזמינים אתכם ואתכן לפנות אלינו בנושאים המקצועיים הרלוונטיים: games@kadureshet.co.il

הכנסו לנוהל תלונות וערעורים



[השתלמות שופטים]

בחודש מרץ התקיימה השתלמות שופטים בכפר המכביה.

זוהי הזדמנות מצויינת להודות לכל השופטים שהגיעו מכל רחבי הארץ והשתתפו בהשתלמות. ההשתלמות הועברה על ידי אורי חוסרבי, המנהל המקצועי של איגוד הכדורשת, שובל גרינפלד - יו"ר ועדת שופטים וחבר הוועדה המקצועית ותמי מרגלית, חברת ועדה מקצועית וועדת שופטים. אורי הציג את הנהלים החדשים וקיים רענון בנושא תהליכי עבודה באיגוד הכדורשת. תמי סחפה בהרצאה מרתקת בנושא הסמכות השיפוטית וגישה לניהול משחק ושובל שיתף כיצד להוריד את טופס המשחק בקישור ללוגליג כמתן כלי עזר ייחודי לשופטים ובנוסף חידד הנחיות וטיפול בסוגיות השופטים העולות במגרשי המשחקים. התכבדנו בכיבוד עשיר ופנקנו את השופטים בשי צנוע לחג הפסח.

[ועדת אגודות]

דברי גלי ליבוביץ' - יו"ר ועדת אגודות:

ועדת אגודות החלה בפעילותה בחודש ינואר. חברי הוועדה: דודו מלכה, מיטל מנשה, אושרת חבר אזולאי, גלי ליבוביץ'. מטרת - לבחון ולהמליץ על תנאי ההצטרפות לחברות באיגוד הכדורשת ודרכי פעולה להרחבת מעגל החברות, וכן בחינת בקשות הצטרפות חדשות. בפגישת הוועדה הראשונה שהתקיימה בחודש ינואר התמקדנו בהבנה של מנגנוני התמיכה הממשלתית באיגוד באגודות החברות באיגוד וכללנו המלצות לדרכי פעולה לקידום המטרות לעיל. סיכום הדיון יפורסם ואני ממליצה לחברי האגודות ולראשי הקבוצות לקרוא ולקדם הצטרפות לחברות באיגוד בדרכים המומלצות. חברי הוועדה לרשותכם בהסבר, ייעוץ וסיוע בפועל בנושאים האמורים.

איגוד הכדורשת מזמין אתכן קבוצות האיגוד, להרשם באגודות (תאגיד רשום כחוק כמפורט בתקנון האיגוד) שיהיו חברות באיגוד הכדורשת בהתאם לתקנון, מעורבות ומשפיעות.

הכנסו לטופס בקשת הצטרפות לעמותה

M25
MACCABIAH 2025
המכביה

MORE
THAN
EVER.

טורניר הנבחרות בסימן המכביה 2025
בואו להמשיך לעשות איתנו היסטוריה!

8-25.7.25

עשרות נבחרות נרשמו
מה עם הנבחרת שלך?

לרישום נבחרת

- הרישום הוארך עד 15.5.25 -



[הפדרציה הבינלאומית לכדורשת]

הילה ישעיהו מונתה למנכ"לית של הפדרציה הבינלאומית לכדורשת (ICF)

הילה ישעיהו נבחרה על-ידי הוועד החדש לכהן כמנכ"לית של הפדרציה הבינלאומית לכדורשת - ICF. ישעיהו, ששימשה במשך מספר שנים כמנהלת שיווק וקשרי חוץ באיגוד הישראלי, וכשחקנית, קפטנית ושופטת כדורשת, מביאה איתה לתפקיד ניסיון עשיר, תשוקה לספורט, ובעיקר - חזון ברור להמשך הצמיחה של הכדורשת בזירה הבינלאומית.

בשיחה איתה ביקשנו סקירה על המתרחש בעולם:

הפדרציה הבינלאומית לכדורשת הוקמה בשנת 2019 בשווייץ, מתוך רצון לקדם את הענף במרחב נייטרלי ומכיל. כיום רשומות תחתיה 53 מדינות, בהן מעל 20 ממדינות אפריקה. חלקן כבר מקיימות ליגות תוססות ופעילות מסודרת, ואחרות עושות את צעדיהן הראשונים.

לאחרונה נערכו בחירות לוועד המנהל ולנשיאות הפדרציה. הנשיאה הנבחרת היא יואנה מיוון, סגן הנשיא הוא שדרק מקניה, ולצידם חברי ועד מפקיסטן, אוגנדה, קנדה, ישראל ומקסיקו.

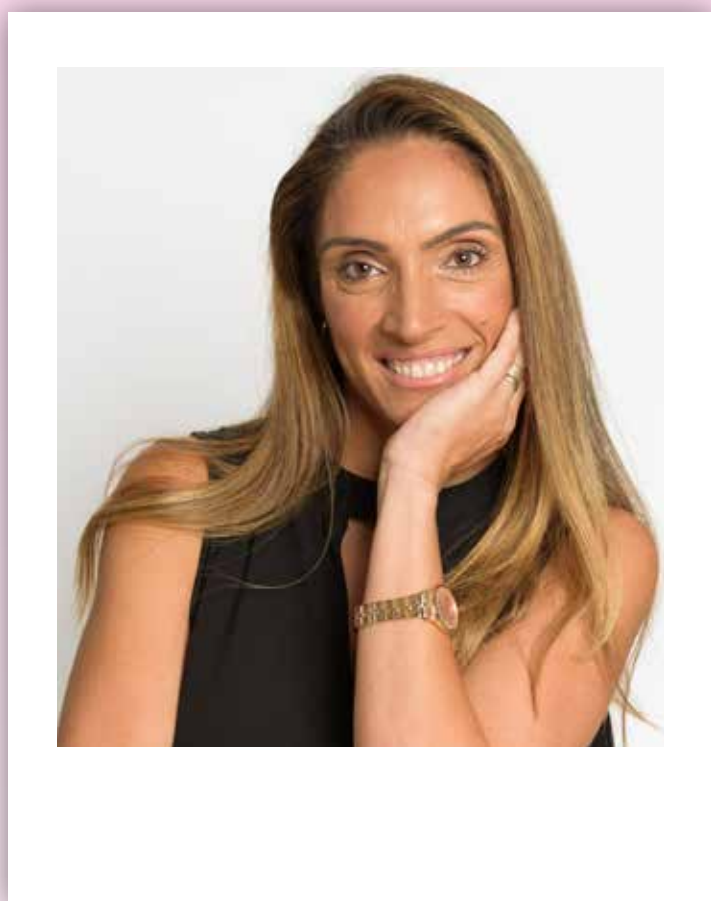
כעת ניצבת הפדרציה בפני אתגרים משמעותיים: חיבור הפעילות המקומית למסגרת הבינלאומית, הקמת ועדות מקצועיות, הכשרות, קביעת תקנון אחיד וניהול מערך כספי גלובלי.

אירוע השיא הצפוי הוא טורניר אמסטרדם 13-17.11.25 - אליפות העולם בכדורשת. שבע מדינות כבר אישרו השתתפות, בהן פקיסטן, מה שמסמן הזדמנות היסטורית לנבחרת מישראל לפגוש יריבה מהעולם המוסלמי. מסקרון לראות מי הקבוצה או הנבחרת שתבחר לטוס להתחרות.

האיגוד הישראלי מאחל הצלחה לוועד החדש ומתחייב להמשיך ולסייע בקידום הענף בזירה העולמית - הצלחתם היא הצלחתנו.

[פינת המאמן]

אימון מנטלי בעולם הכדורשת קרן בקר



הניצחון מתחיל בראש - ונבנה בלב הקבוצה. חשבתם פעם איך ייתכן ששתי שחקניות מצטיינות מגיעות להישגים שונים דווקא ברגעי השיא? או כיצד שתי קבוצות מובילות נפגשות שוב ושוב, אך רק אחת מהן מצליחה לנצח פעם אחר פעם? האם כל ההבדל טמון בכושר הפיזי בלבד?

כבר משנות ה-60 וה-70 החל עולמם של הספורטאים להיחשף לעוצמתו של האימון המנטלי. עם הזמן התברר כי החוסן המנטלי אינו רק תוספת נחמדה לאימון, אלא מרכיב קריטי להצלחה. תובנה זו חלחלה אל כל ענפי הספורט, ובעיקר לספורט התחרותי.

עם תחילת המילניום נכנס הכדורשת, משחק כדור קבוצתי לנשים, אל זירת הספורט בישראל, ומאז אלפי נשים בנות 25 ומעלה הצטרפו ונהנו מהמשחק. בשנים האחרונות, גם ענף זה הבין: ללא אימון מנטלי, הכישרון לבדו לא מספיק. קבוצות חזקות פיזית הפסידו שוב ושוב בשל קריסות מנטליות ברגעי האמת. מכאן, הדרך להזמנת מאמנים מנטליים הייתה קצרה.

בכדורשת, ספורט קבוצתי המשלב תחרותיות וחברתיות, מתמודדות השחקניות עם לחצים ייחודיים: פחד לטעות, רצון להרשים, עמידה בציפיות מהמאמן ומהחברות לקבוצה, ועוד. היכולת להישאר ממוקדות, רגועות ובטוחות גם לאחר טעות, הופכת להיות קריטית.

ביטחון עצמי אינו משפיע רק על האומץ האישי, אלא גם על קבלת החלטות נכונה, על איכות התקשורת עם שאר הקבוצה ועל רמת המעורבות במשחק. שחקנית שבטוחה בעצמה תעז לתקוף, תיזום, תתקשר ותשדר עוצמה שמדביקה גם את חברותיה.



[פינת המאמן]

נתונים מהשטח מראים: קבוצות שהתאמנו גם מנטלית רשמו שיפור משמעותי בביצועים דווקא ברגעי השיא, התאוששו מהר יותר מטעויות, ושמרו על תדר גבוה ועקבי במשחק.

כשנשאלו שחקניות מהו ההיבט המנטלי החשוב ביותר במשחק הכדורשת, עלה קונצנזוס ברור: חוסן מנטלי ואנרגיה קבוצתית גבוהה. חוסן מנטלי הוא היכולת לשמור על ריכוז, ביטחון וקור רוח גם תחת לחץ. הוא מאפשר לשחקניות להתמודד עם קשיים, להישאר יציבות ולהתאושש במהירות מהפסדים.

אנרגיה קבוצתית גבוהה - פירושה זרימה חיובית במשחק:

- תחושת הרמוניה בין חברות הקבוצה
- יוזמה, תמיכה והתלהבות הדדית
- פתיחות, הקשבה ואמון
- מיקוד בהזדמנויות ולא בבעיות
- חיבור יצירתי שמוביל להתעלות משותפת

ולמה זה חשוב?

כי האנרגיה הקבוצתית משפיעה ישירות על רמת הביצועים, היצירתיות, החוסן הנפשי וההנאה מהמשחק.

ולסיום:

בעולם שבו כל נקודה יכולה להכריע משחק, דווקא השקט הפנימי והחוזק הקבוצתי הם אלו שמנצחים. אולי הכוח האמיתי של קבוצת כדורשת איננו נמדד בכמה גבוה הן קופצות, אלא בכמה גבוה הן מרימות זו את זו.

קין בקר - נשואה לגילי, אמא ללי-ים ומאי ואופק. ספורטאית לשעבר. השתתפה במכביה בארה"ב באתלטיקה קלה ובמכביה בארץ בכדורשת. בעלת תואר שני בחינוך ותואר ראשון בחינוך גופני, מרצה בוינגייט ובמשרד החינוך, מורה לחנ"ג, מאמנת כושר, אתלטיקה וכדורשת. מאמנת בפרוייקט "סאגה" של שירז סאגה ליאם. בעלים של חברת "ביג פאן", מנטורית מנטלית, בעלת הפודקאסט "כדורשת במשחק החיים" ושחקנית כדורשת בעצמה (:

מפרגנות מהלב



תכירו את כרמית נחום

כרמית המהממת בעלת לב הזהב מקבוצת Unicorn - אישה שהיא השראה עבור קבוצתה. כרמית אישה מיוחדת, כזו שמאחורי הקלעים יוזמת אחת שדואגת לכולם מכל הלב ויש לה שקט פנימי ורוגע מפעים. כרמית מנטורית על המגרש וגם לחיים. מלמדת אותנו לקחת אחריות, להתמיד במטרות ולהסתכל תמיד על המצב בעיניים טובות וחיוביות.

תכירו את סשה זינרשיין

סשה מהבנות חוף כרמל היא שחקנית פצצה, אדם מדהים וחזקה ברמות שאין לתאר, פשוט השראה. סשה איבדה את בן זוגה ואיכשהו, הצליחה להגיע לשחק כדורשת, לקבל ובעיקר לתת חיבוק לכולם סביבה, ולהיות מקור להשראה אמיתית אמיתית של כוחות, הרמת ראש, החזקת הילדים והמשפחה. אנו שואבות ממנה כוחות, פרופורציות, אופטימיות, התמקדות בעיקר ואת כוחה של חברות, קהילה ונתינה.



תכירו את אביגיל שפיגל

אביגיל שחקנית וקפטנית בקבוצת שדות דן 3 במושב חמד. אביגיל היא לגמרי גיבורת על חלל עבור משפחתה ועבורנו השחקניות. היא אמא מסורה ל-3 ילדים מופלאים, בעל אהוב שמגוייס! מסורה, דואגת לכל פרט לקבוצה. חברה אחראית ואכפתית ואוזן קשבת וכתף תומכת עבור כולנו.



מכירות עוד נשות כדורשת אלופות שכולם חייבים להכיר ולפרגן גם להן מהלב?

כתבו לנו: projects@kadureshet.co.il



CATCHBALL *Online*

[עקבו אחרינו!]

www.kadureshet.com



#2
5/2025

