



מגמת חינוך גופני

5 יחידות לימוד



אנטומיה

מפרקים



שרירים



עצמות

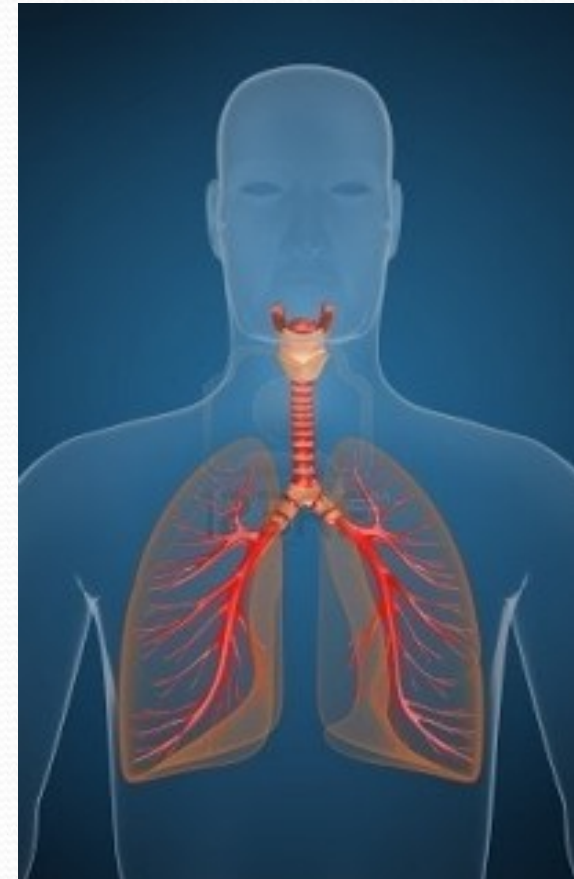
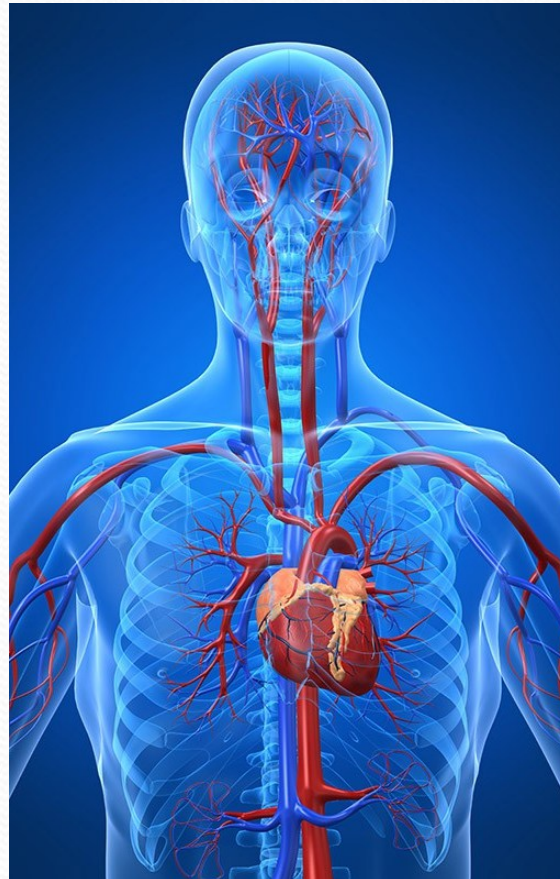


פיזיולוגיה של המאמץ

- מערכת כלי הדם
והלב

- מערכת הנשימה

במנוחה ובמאמץ



היבטים בריאותיים



בריאות הלב



נזקי העישון והאלכוהול



• תזונה

• סמים וספורט

• חשיבות הפע"ג כחלק מאורח חיים בריא

• מבחני כושר גופני בתנאי מעבדה

• אימונים בתנאי אקלים של קור וחום

תולדות החינוך הגופני



- ספורט נשים
- האולימפיאדות
- המכביות
- הספורט בישראל



פסיכולוגיה של הספורט



- אבני דרך בפסיכולוגיה של הספורט

- אישיות

- מוטיבציה

- לחץ כאמצעי להצלחה.

- קורס ייחודי בשיתוף מכללת וינגייט

החלק המעשי



● קורס מדריכים: כושר גופני במרחב הפתוח בשיתוף עם וינגייט

העשרה



ארגון אירועי ספורט בבית הספר ומעורבות בקהילה



- ארגון הפסקות פעילות.
- ארגון ועזרה בימי ספורט, טורנירים ומרוצים.
- יישום הנלמד לטובת הקהילה
- תלמידי המקצוע המוגבר מחויבים ל-30 שעות תרומה לקהילה, אך ניתן להרחיב את המעורבות החברתית כחלק מחובת הזכאות לתעודת בגרות.

ארגון אירועים



דרישות קבלה למגמה

1. מוטיבציה גבוהה
 2. ציון שנתי בחינוך גופני 90 ומעלה+
 3. המלצת המורה לחינוך גופני.
 4. מבחן מעשי- קופר (ריצת 12 דק')
 5. ציון שנתי בביולוגיה בכיתה ט' 80 ומעלה.
 6. ראיון אישי.
 7. התחייבות הורים לתשלום על פעילויות העשרה ותעודות.
- במקרים של בקשות חריגות – תיבחן בקשה לגופה.

הצטרפו אלינו לדרך חדשה עם מחויבות למצוינות



שאלות

