

תכנית לימודים באנטומיה לכיתה י' במגמת הספורט התיכון העירוני החדש הרצליה

הנושאים הנלמדים:

- אנטומיה ופיזיולוגיה – היבטים ביולוגיים ופיזיולוגיים בחינוך הגופני, תוך הבנה נרחבת של איך, מה, ולמה, במערכות הגוף הנלמדות.
- תורת החינוך הגופני וחינוך לבריאות – הבנת מושגי יסוד בחינוך הגופני והקשר לחינוך, חינוך גופני, תזונה נכונה, מחלות ובריאות.

על מנת לשמור על החומר בצורה מסודרת, מומלץ להצטייד בקלסר!

דרישות המקצוע:

הגעה לשעורים
הכנת עבודות ושעורי בית
השתתפות והתנהגות בכיתה (ודאו כי החומר מובן לכם. אם לא – שאלו!)
השתתפות בבחנים ומבחנים
אחריות מלאה של התלמיד/ה להשלמת החומר הנלמד במקרה של היעדרות

הרכב הציון:

מבחן – 55%

בחנים – 35%

הערכת מורה – 10%

**שימו לב! הציון השנתי של כיתה י' ישפיע על ציון ההגשה לבגרות
בכיתה יא'!!!**

מספר הסלולרי שלי (ניתן להתקשר אחה"צ, ולא אחרי 21:00)
054-7479899

בברכת שנה מהנה ומרתקת לכולנו,
אוסנת מרקוזה

תכנית לימודים באנטומיה לכיתה יא' במגמת הספורט

התיכון העירוני החדש הרצליה

הנושאים הנלמדים:

1. פסיכולוגיה של הספורט – הכרת אישיותו האופיינית של הספורטאי ודרכי התמודדות עם מצבי לחץ הקשורים לספורט.
 2. אנטומיה ופיזיולוגיה – המשך סקירתן של מערכות הגוף השונות ותפקודן.
 3. תורת הכושר הגופני – הבנת מרכיבי הכושר הגופני, והדרכים לפיתוחו.
 4. תולדות החינוך הגופני – ההיסטוריה של הספורט מיוון ועד ימינו.
- חומר הלימוד הספציפי לבגרות (המיקוד) יגיע ממשרד החינוך ואז נתאים את תכנית הלימודים לפיו.
- בשנת לימודים זו נשאף לערוך סיור לימודי אחד.

דרישות המקצוע:

הופעה לשעורים
הכנת עבודות ושעורי בית
השתתפות והתנהגות נאותה בכיתה
השתתפות בבחנים ומבחנים
אחריות מלאה של התלמיד/ה להשלמת החומר הנלמד במקרה של היעדרות
אחריות מלאה של התלמיד/ה להבנת החומר הנלמד

הרכב הציון:

מבחנים – 55%

בחנים – 35%

הערכת מורה – 10%

מספר הסלולרי שלי (לא אחרי 21:00 בבקשה) 7479899 - 054

המשך פורה, מהנה ונעים לכולנו !!!

שלכם

אוסנת מרקוזה

תוכנית הלימודים באנטומיה לכיתה יב' במגמת הספורט התיכון העירוני החדש הרצליה

הנושאים הנלמדים:

בשנה זו תתווסף יחידת לימוד נוספת שעיקרה הוא היבטים פיזיולוגיים, קיניסיולוגיים ובריאותיים בחינוך הגופני. נושא זה יכלול חזרה והעמקה בנושאים כמו צח"מ, תפקוד הגוף בתנאים קיצוניים, שיטות מדידה והערכה, וחינוך לבריאות. בנוסף, בשנה זו תידרשו לכתוב עבודת 30%

דרישות המקצוע:

הופעה לשעורים – את עיקר העבודה נעשה בכיתה
הכנת שעורי בית ועבודות
השתתפות והתנהגות נאותה בכיתה
השתתפות בבחנים ומבחנים
אחריות מלאה של התלמידה להשלמת החומר במקרה של היעדרות
אחריות מלאה של התלמידה להבנת החומר הנלמד

הרכב הציון:

עבודה – 45%
מבחנים – 45%
הערכת מורה – 10%

אני עומדת לרשותכם בכל שאלה או אי הבנה בחומר. תוכלו להתקשר לטלפון הסלולרי שלי עד השעה 21:00 יום יום. המספר הוא 7479899 – 054 .

המשך עבודה נעימה!
שלכם,
אוסנת מרקוזה