

מקצוע בתנועה

הכשרת מדריכות בספורט ובתנועה
היחידה ללימודי חוץ - ירושלים
השלוחה החרדית

moving
מובינג - המכללה החרדית למקצועות התנועה

המכללה
האקדמית
בוינגייט



המכללה לחינוך גופני ולספורט
ע"ש זינמן במכון וינגייט בע"מ (חל"צ)

מידע, הרשמה ותקנון תשע"ו 2015-2016

משתלמת יקרה,

מובינג, היחידה ללימודי חוץ ירושלים – השלוחה החרדית של המכללה האקדמית בוינגייט פועלת לאפשר לבנות הציבור החרדי להשתלב כמדריכות במקצועות הספורט ברמה הגבוהה ביותר.

להבטחת רמה מקצועית נאותה נבחרו מיטב הסגל והמרצים בתחומים השונים, וזאת כדי לתת בידי הלומדות את כלי העבודה וההוראה הטובים ביותר.

מונחת לפניכן חוברת מידע, הרשמה ותקנון.

כמוסד חינוכי המכשיר מדריכות בתחום הספורט והאימון, עשינו כל שביכולתנו להבטיח לימודים איכותיים, ברמה מקצועית גבוהה ובתנאי לימוד חווייתיים. מאות בוגרות עובדות בקהילה ונהנות במקצוען.

בחוברת מידע על קורסים, נוהלי הרשמה, תנאי קבלה, תשלומי שכר הלימוד ומידע חיוני אחר. כמו כן כוללת החוברת את התקנון (מומלץ אפוא לשמור את החוברת עד לסיום הלימודים).

אנו מקווים כי קריאת החוברת תסייע לך לבחור את הקורס הרצוי לך ולהירשם לו. אם ברצונך לקבל ייעוץ או מידע נוסף תוכלי לפנות טלפונית או אישית למזכירות.

עשינו כמיטב יכולתנו כדי לקיים את כל הקורסים המוצעים בחוברת זו. עם זאת אנו שומרים לעצמנו את הזכות לבטל את התכנית או לשנות בה כמתחייב מהנסיבות.

לך, המעוניינת, מומלץ להקדים ולהירשם ולהבטיח את מקומך בקורס שבו את חפצה ללמוד. אנו מודים לך על שפנית אלינו והבעת רצון ללמוד אצלנו.

נעשה הכל להעניק לך חוויה בלימודיך.

בברכה,

הנהלת מובינג, היחידה ללימודי חוץ ירושלים
השלוחה החרדית של המכללה האקדמית בוינגייט

תוכן העניינים:

4	מועדי הרישום.....
חלק א - קורסי הכשרה למדריכות בענפי הספורט	
6	קורס מדריכות מחול אירובי ועיצוב - רכזת: חן אטיה-בוקסבוים.....
6	קורס מדריכות כושר גופני ובריאות (מכון כושר) - רכזת: רקפת אשריאל.....
7	קורס מדריכות שחייה.....
חלק ב - קורסי הכשרה למדריכות ספורט, תנועה ומחול	
8	קורס מדריכות מחול וריקוד מודרני.....
8	קורס של מדריכות תנועה לניל הזהב.....
9	קורס מדריכות לפעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים.....
10	קורס מדריכות רכיבה על אופניים באולם - בשיטת Cicleta Spin (ספינינג).....
10	קורס מדריכות ריקודי עם וריקודי ילדים.....
11	קורס סייעות בגני הילדים.....
חלק ג - קורסי העשרה לבוגרות והשתלמויות	
11	קורס אימון אישי.....
12	קורס מדריכות אירובוקס.....
12	קורס מדריכות פילאטיס מזרן.....
13	תקנון היחידה ללימודי חוג - השלוחה החרדית.....
17	עזרה ראשונה.....
18	טופס הרשמה לקורסים.....
19	הצהרת התלמידה.....
20	אישור רפואי.....

רישום וקבלה ללימודים

מועדי רישום:

ההרשמה תחל בעז"ה ביום ראשון יז' אב תשע"ה 2.8.2015
במשרד 'מובינג' במכון הכושר ג'אמפ בנייני האומה, שד' שז"ר 1 ירושלים.
ימים א', ג', ה', בין השעות 10:00-14:00 טל. 02-5003808
בשאר שעות היום ניתן ליצור קשר בטל. נייד 053-2234524

מומלץ להירשם בהקדם כדי להבטיח מקום בקורסים. מספר המקומות מוגבל.

תהליך ההרשמה:

שלב א - רישום (מצורף עם החוברת)

המועמדת מתבקשת להמציא את המסמכים האלה:

1. טופס הרשמה (מצורף בסוף החוברת): יש להקפיד ולמלא את הפרטים. פרטים חלקיים או רישום שגוי יעכבו את הטיפול בהרשמה.
2. צילום תעודת גמר של 12 שנות לימוד.
3. אישור מרופא על מצבה הבריאותי של המועמדת המאשר את כשירותה להשתתף בלימודים המעשיים המתקיימים בהיחידה ללימודי חוג השלוחה החרדית (מצורף טופס בסוף החוברת). על הרופא לאשר כי על פי מיטב ידיעתו והיכרותו את מצב הבריאות, המחלות, האשפוזים והליקויים הגופניים של המועמדת בעבר ובהווה אין במצבה הגופני או הנפשי דבר העלול למנוע מהמועמדת ללמוד בקורס מדריכות.
4. תמונת פספורט.
5. דמי הרשמה כמופיע להלן בפירוט של הקורסים השונים.

שלב ב - תהליך הטיפול בבקשת ההרשמה

מבחני קבלה ומיון

מועמדת העומדת בתנאי הקבלה תוזמן בעז"ה למבחני קבלה ומיון שיתקיימו בתאריך שייקבע בהמשך, לפי המועדים שייקבעו לקורסים. מבחני הקבלה יכללו ראיון אישי. לקורסים המעשיים יתקיימו מבחנים מעשיים.

שלב ג - תוקף להרשמה

לאחר קבלת תוצאות מבחני הקבלה והמיון תקבל המועמדת שעמדה בכל הדרישות הודעה על קבלתה ללימודים בקורס.

ההרשמה תיכנס לתוקף אך ורק לאחר הסדרת שכר הלימוד במלואו (שלב ד) וחתימה על תקנון המצורף בסוף החוברת.

שלב ד - הסדר שכר לימוד

הסדר שכר לימוד במלואו הוא תנאי להבטחת מקום בקורס וקבלת אישור לימודים.

למחיר הקורס המשולם בתשלומים יש להוסיף דמי הרשמה בשיק נפרד. שיק זה לא יוחזר (יוחזרו דמי הרשמה לקורסים שלא נפתחו).

הערה: הרשמתה של תלמידה אשר לא תסדיר את תשלומיה בזמן (לפני תחילת הלימודים), תבוטל!

* לתשומת לבך, פתיחת הקורסים מותנית במספר הנרשמות.

תכנית הקורסים

חלק א - קורסי הכשרה למדריכות בענפי הספורט, על פי חוק הספורט

קורס מדריכות מחול אירובי

- מטרת הקורס:** להכשיר מדריכות למחול אירובי ולעיצוב הגוף.
קהל יעד: לנשים ובנות המתכננות מקצוע בשכר נאה בעבודה במכוני כושר ובחוגי ספורט ותנועה.
נושאי הלימוד: בקורס יילמדו נושאים עדכניים בעיצוב הגוף ובמחול האירובי בהדגשת ההיבט המדעי שלהם: שיטות לאימון אירובי, העשרה באביזרים, סגנונות כוראוגרפיה ודרכי הוראה של המקצוע ועוד. יילמדו מדעי הספורט - אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, תורת האימון, פציעות ספורט.
תנאי הקבלה: 12 שנות לימוד + מבחן ואישור על פעילות בתחום במשך 3 שנים.
היקף הקורס: שנתי - 255 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה (עייני בעמוד 17).
יום הלימודים: יתקיימו 2 קורסים במועדים נפרדים:
קורס 1 - בוקר - יום ב, בשעות 08:30 - 15:30.
קורס 2 - בוקר - יום ד', מעשי בלבד, יש להשלים את החלק העיוני של הקורס במועד נוסף.
עלות הקורס: 6,400 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
מועד פתיחה: י"ג בחשוון תשע"ו 26.10.2015
תעודה: למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת הסמכה מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.
*בכפוף לאישור מינהל הספורט

קורס מדריכות כושר גופני ובריאות (מכון כושר)

- מטרות הקורס:** להכשיר מדריכות להדרכה בחדרי כושר.
בקורס תודגש הפעילות הגופנית שתכליתה לשפר את הכושר הגופני על כל מרכיביו, למנוע נזקים גופניים ולתרום לבריאות ולרווחתו של האדם. מלבד השיעורים המעשיים יתקיימו הרצאות במדעי האימון.
קהל יעד: לנשים ובנות המתכננות מקצוע בשכר נאה בעבודה במכוני כושר ובחוגי ספורט ותנועה.
נושאי הלימוד: במדעי הספורט: אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, תורת האימון, פציעות ספורט, כושר גופני: מבוא לחדר הכושר, קינזיולוגיה, מבוא לתנועת האדם, תרגול מובנה, בניית תכנית אימון בחדר הכושר, אימון ספורטאים בחדר הכושר + אימון אישי, אימון קטינים בחדר הכושר.
תנאי הקבלה: 12 שנות לימוד + ריאיון אישי. אישור על פעילות בחדר כושר במשך שנה.

היקף הקורס: שנתי - 330 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה (עייני בעמוד 17).
יום הלימודים: יום ב' 08:30-15:30.
עלות הקורס: 7,500 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה.
מועד פתיחה: י"ג בחשוון תשע"ו 26.10.2015
תעודות: למסיימות את הקורס בהצלחה תוענקנה 2 תעודות:
1. תעודת הסמכה מטעם המכללה בוינגייט.
2. תעודת מאמן אישי.

*בכפוף לאישור מינהל הספורט

קורס מדריכות שחייה - לימוד

מטרות הקורס: הכשרת מדריכי שחייה לקבוצות אוכלוסייה מגוונות, ילדים, נוער ומבוגרים.
קהל היעד: נשים ובנות מיומנות בשחייה המעוניינות במקצוע מבוקש.
נושאי הלימוד: מדעי הספורט (46 שעות): אנטומיה, פיזיולוגיה ופסיכולוגיה.
נושאי הלימוד בשחייה (154 שעות): הידרודינמיקה, מתודיקה, טכניקה, שיפור סגנון שחייה, משחקי מים, התכנון באימון, אימון המדריך, כושר גופני דרך עולם המים, תהליך הסתגלות למים, הכנה גופנית לילדים, טרום שחייה, הגיל השלישי, צפייה באימונים ותכנון שיעור.
קורס מגיש עזרה ראשונה (28 שעות).
תנאי הקבלה: גיל 17 לפחות. ריאיון אישי, מבחן מעשי: ידיעת סגנון שחייה אחד ברמה טובה מאוד ושני סגנונות אחרים ברמה טובה.
שחייה למרחק 50 מטר בכל אחד משלושת סגנונות השחייה, זינוק ופנייה בכל סגנון, 400 מטר שחייה חופשית בהגבלת זמן. אישור רפואי.
היקף הקורס: שנתי - 220 שעות (עייני בעמוד 17).
יום הלימודים: סמסטר ראשון יום ב' 08:30-12:00 לימודי מדעים (במכון הכושר ג'אמפ) יום ד' 13:00-16:00 הוראת שחיה (בבריכת נוות ישראל)
עלות הקורס: 6,400 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה.
מועד פתיחה: י"ג בחשוון תשע"ו 26.10.2015
תעודה: למי שיעמוד בדרישות הקורס תוענק תעודת "מדריך שחייה - לימוד". תעודת סיום הקורס תוענק לחניך ביום הגיעו לגיל 17.

*בכפוף לאישור מינהל הספורט

חלק 2 - קורסי הכשרה למדריכות ספורט, תנועה ומחול

קורס מדריכות מחול וריקוד מודרני

- מטרת הקורס:** להכשיר מדריכות מחול מוסמכות בתחומי מחול מגוונים.
- קהל היעד:** נשים ובנות בעלות ניסיון ורקע במחול המעוניינות להתמחות כמדריכות למחול.
- נושאי הלימוד:** בתחום המחול: מחול קלאסי, מחול מודרני, אימפרוביזציה וקומפוזיציה, רקודי עם (פולקלור), רקודי ילדים.
- תנאי הקבלה:** בתחום מדעי האימון: אנטומיה, פיזיולוגיה, פציעות מחול, תזונה, מתודיקה.
- היקף הקורס:** 12 שנות לימוד + ריאיון אישי + מבחן מעשי.
- יום הלימודים:** דו-שנתי: 520 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה (עייני בעמוד 17).
- עלות הקורס:** יום ב' 12:15-08:30 לימודי מדעים (תיתכן אפשרות של לימוד מרוכז בתיאום עם חברות הקבוצה).
- מועד פתיחה:** 15,500 ₪ לשנתיים + 350 ₪ דמי הרשמה.
- תעודה:** לימודי מדעים - י"ג בחשוון תשע"ו 26.10.2015
לימודי מחול - ט"ו בחשוון תשע"ו 28.10.2015
למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מדריכת מחול מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס של מדריכות תנועה לגיל הזהב

- מטרות הקורס:** מיומנות וידע בהדרכת מתעמלות מבוגרות. ידע בהפעלה גופנית לגיל הזהב. הכשרה לתנועה מבוקרת ונכונה.
- קהל יעד:** מדריכות ספורט בפועל. נשים המעוניינות להתמחות בהדרכת תנועה לבוגרים.
- תכנית לימודים:** אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, תורת הכושר הגופני, פציעות ספורט, שינויים אנטומיים, פיזיולוגיים ופסיכולוגיים בקרב קשישים. מושם דגש על מודעות לתנועה מבוקרת ונכונה, משחקי חברה ונופש, ריקוד עממי, שימוש מושכל בתרופות, מניעת נפילות ופעילות גופנית המותאמת במיוחד לאוכלוסיית "גיל הזהב".
- תנאי קבלה:** ריאיון אישי.
- היקף הקורס:** שנתי - 280 שעות.
- יום הלימודים:** שני וחמישי בין 14:00-9:45
- עלות הקורס:** 6,400 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
- תעודה:** למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מדריכת תנועה לגיל הזהב מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס מדריכות לפעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים

מטרת הקורס:

להכשיר מדריכות לתנועה מותאמת לקבוצות אוכלוסייה מיוחדות במסגרת בתי ספר, מרכזים עירוניים, מתנ"סים ומרכזים פרטיים. להכשיר מדריכות לחדרי כושר.

קהל היעד:

בוגרות מגמות חינוך – גננות, מורות ומורות בחינוך המיוחד. מרפאות בעיסוק ומטפלות בחינוך המיוחד. בוגרות קורסי תנועה בעלות תעודת מדריכה מוסמכת. ומתעניינות בתחום.

נושאי הלימוד:

בקורס יילמדו עקרונות ושיטות הדרכה לילדים בגיל הרך, באמצעות תנועה משחק, שיר ועקרונות לעבודה עם ילדים בעלי לקויות וקשיים תחושתיים, מוטוריים, התנהגותיים, ורגשיים.

עוד יילמדו בקורסים הנושאים האלה:

התפתחות מוטורית, בקרת מערכת התנועה, בעיות אורתופדיות ויציבה, דרכי הטיפול בילדים הלוקים בבעיות במערכת העצבים, בעיות אורתופדיות, אוטיזם, פיגור; ניתוח התנהגות, אבחון וטיפול פסיכו-מוטורי.

במסגרת הקורס ישולבו סיורים מקצועיים במרכזים טיפוליים.

הקורס מחייב סטאז' צפייה והתנסות במרכזי שיקום וספורט לנכים או מרכזים לספורט טיפולי.

הקורס יכול ללמודי הסמכה למדריכות חדר כושר – מתוכן 125 שעות מדעים ו-144 שעות מעשיות.

בוגרות 12 שנות לימוד ויותר.

תנאי הקבלה:

מורות וגננות. תועדפנה עובדות בחינוך המיוחד או מדריכות ספורט מוסמכות.

דו שנתי, 720 שעות ב-80 מפגשים, כולל 40 שעות סטאז'.

היקף הקורס:

שני ושלישי בין השעות 8:30-15:30

יום הלימודים:

16,500 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.

עלות הקורס:

י"ג בחשוון תשע"ו 26.10.2015

מועד פתיחה:

למסיימות בהצלחה תוענק תעודת הסמכה מטעם המכללה בווינגייט:

תעודה:

1. מדריכה כושר גופני ובריאות ומדריכת אימון קטינים במכון כושר

2. מדריכה לפעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים

*בכפוף לאישור מינהל הספורט

קורס מדריכות רכיבה על אופניים באולם - בשיטת Spin Cicleta (ספינינג)

- מטרת הקורס:** קורס להכשרת מורות לאימון רכיבה בגילים שונים (12-18) בתוך אולם ומחוצה לו, הקניית כלים להתמודדות עם רמות כושר שונות ועם בני גיל שונים תוך הדגשת הבטיחות, הנוחות וההנאה.
- קהל יעד:** למדריכות כושר גופני ובריאות (חדר כושר).
- נושאי הלימוד:** רקע - Spin Cicleta, סוגי אימונים, הדגשים ברכיבה נכונה ובטוחה, בניית מערכי אימון לפי סוגי קבוצות, לימוד יכולות הדרכה, ריתמיקה, דופק באימונים, פגיעות אופייניות והתמודדות עמן, אופניים - הפן המכני.
- היקף הקורס:** 30 שעות - ב- 6 מפגשים.
- עלות הקורס:** 1,200 ש"ח + 195 ש"ח דמי הרשמה.
- יום הלימודים:** יום שישי בין השעות 9:00-13:00
- תעודה:** למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מדריכת ספינינג מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס מדריכות ריקודי עם וריקודי ילדים

- מטרת הקורס:** הכשרת מדריכות לריקודי עם ולריקודי ילדים
- קהל יעד:** לאוהבות המחול בעלות ניסיון בריקודי עם
- נושאי הלימוד:** ריקודי עם, מתודולוגיה ותרגילי הדרכה, מוזיקה, יצירה וכרואוגרפיה, הופעות לבמה, טכניקה ותנועה, ריקודי אופי וסגנונות במחול, ריקודי ילדים, ריקודי גושים, ריקודים לאוכלוסיות בעלות צרכים מיוחדים, אנטומיה ופיזיולוגיה של מערכת התנועה הרצאות וימי עיון בנושאים: תולדות ריקודי העם בישראל, פרסום ושיווק, מחשוב וציוד הגברה, הפקת ארועים.
- היקף הקורס:** 270 שעות.
- ריקוד עם - 220 שעות
- ריקודי ילדים - 60 שעות
- ניתן לבחור את שני הקורסים יחד או כל אחד בנפרד.
- עלות הקורס:** 4,700 ש"ח + 195 ש"ח דמי הרשמה.
- ריקודי ילדים 1,100 ש"ח
- ריקודי עם 3,800 ש"ח
- יום ראשון אחה"צ
- יום הלימודים:** למסיימות בהצלחה תוענק תעודת "מדריכה מוסמכת לריקודי עם" ו/או "מדריכה מוסמכת לריקודי ילדים" מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.
- תעודה:** הקורס מוכר לגמול השתלמות במסלול אישי על פי הנחיות משרד החינוך.

קורס סייעות בגני הילדים

- מטרת הקורס:** הכרת מגמות חדשות בהפעלת גני הילדים, לימוד שלבי ההתפתחות של ילדי הגן צורכיהם, רכישת כלים לעבודה במרכזי הפעילות בגן, וכן תהליך של העצמה ושיפור מיומנויות תקשורת בין-אישית, שיעזרו לסייעות בעבודתן בצוות הגן ועם ההורים.
- קהל יעד:** לסייעות בגני ילדים המעוניינות לרכוש כלים מקצועיים שיסייעו להן בעבודתן ולכל מי שמעוניינת לרכוש מקצוע מעניין ומאתגר בחינוך ילדים, בעלות 12 שנות לימוד. גננות ומורות לגיל הרך.
- נושאי הלימוד:** תאוריות בפסיכולוגיה, ארגון סביבה חינוכית, דרכי העבודה בגן, תקשורת בין-אישית, תקשורת עם הורים, מיומנויות מחשב ותקשוב, הקניית הרגלים ודרכים להתמודד עם בעיות התנהגות, בטיחות ובריאות בגן ועוד. הקורס מיועד
- היקף הקורס:** 270 שעות לימוד עיוניות ומעשיות.
- עלות הקורס:** 4,600 ש"ח + 195 ש"ח דמי הרשמה.
- יום הלימודים:** יתואם בהמשך.
- תעודה:** למסיימות בהצלחה תוענק תעודת סייעות בגני ילדים מטעם המכללה האקדמית בוינגייט ומשרד החינוך.

חלק ג - קורסי העשרה לבוגרות והשתלמויות

קורס אימון אישי

- מטרת הקורס:** לתרגל שיטות לאימון אישי של מדריכות ספורט גופני תוך הקפדה על בריאותם.
- קהל היעד:** מורות לחינוך גופני, מדריכות כושר גופני ובריאות ומדריכות אירובי ועיצוב.
- נושאי לימוד:** במסגרת הלימודים יושם דגש בגישה האישית לפעילות גופנית, התוכניות לפיתוח הכושר האירובי, באימון הגוף במכונות כח ובמשקולות חופשיות, בפיתוח דרכי הוראה ובהתאמת תכניות כושר אישיות.
- היקף הקורס:** 30 שעות
- יום הלימודים:** שני בשעות 8:30-15:30 (הקורס ייפתח לאחר חג הפסח)
- עלות הקורס:** 1,100 ש"ח + 100 ש"ח דמי הרשמה
- תעודה:** למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מאמנת אישית מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס מדריכות אירובוקס

מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות להדרכת אירובוקס
קהל יעד:	למורות לחינוך הגופני, למדריכות כושר גופני ובריאות ולמדריכות אירובי ועיצוב.
נושאי הלימוד:	עקרונות באומנות הלחימה; לימוד טכניקות הלחימה; בניית קומבינציות לקיקבוקס; בניית מערך שיעור; קצב ושילובו בשיעורי הסטודיו; אימון שקים; אימון אישי. אפשרויות תעסוקה: אימון יחידים וקבוצות באולמות, חדרי כושר, מתג"סים.
היקף הקורס:	28 שעות בשבעה מפגשים
יום הלימודים:	יום חמישי בין השעות 9:00-13:00
עלות הקורס:	1,100 ₪ + 195 ₪ דמי הרשמה.
תעודה:	למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מדריכת אירובוקס מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס מדריכות פילאטיס-מזרן

מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות בטכניקת פילאטיס תוך לימוד מגוון תרגילי מזרן, ניתוח ההתאמות והמגבלות שבכל תרגיל, הבנת הרצף המתקיים בשיעור מזרן, הבנת עקרונות הטכניקה והוראתה, הקניית רקע מדעי בסוגיות נבחרות ביציבת גוף האדם.
קהל היעד:	לבעלות תעודת מדריכה/תעודת הוראה בתחום החינוך הגופני. מועמדות מתחום המחול והתנועה ללא תעודת מדריכה יידרשו להשלים חלק מדעי בהיקף של 45 שעות הכוללת - אנטומיה, פיזיולוגיה, ועזרה ראשונה בהיקף של 28 שעות במחיר של 1,000 שקלים.
נושאי לימוד:	מותאמים לסטנדרטים בין-לאומיים והם כוללים סוגיות נבחרות ביציבת גוף האדם, הבנת עקרונות הטכניקה והוראתה, לימוד מגוון תרגילי המזרן הבנתם ויישומם, הבנת הפוקוס המחשבתי המנחה את תפיסת התרגיל, ניתוח של הפעולה השרירית בכל תרגיל, קונטרה אינדיקציות בעבודה עם קבוצות אוכלוסייה שונות, שעות צפייה.
היקף הקורס:	130 שעות הכוללות 30 שעות צפייה.
יום הלימודים:	יום שלישי בשעות 10:00-14:30
עלות הקורס:	4,350 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
מועד פתיחה:	כא' בחשוון תשע"ו 3.11.2015
תעודה:	למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודה למדריכות פילאטיס מטעם בית הספר לפילאטיס על פי דליה מנטבר והמכללה האקדמית בוינגייט.

תקנון

מבוא

הקורסים במובינג - השלוחה החרדית מופעלים כדי ליצור מסגרת שבה תוכלנה בנות הציבור החרדי להשתלם ברמה המקצועית הגבוהה ביותר באווירה ההולמת את אורח חייהן. הנרשמת חותמת על טופס הרשמה המפרט את הנהלים בתחום הלימודי החברתי והניהולי ומתחייבת בהם. בשנת הלימודים ייתכנו שינויים שמקורם בהנחיות ובהחלטות של משרד המדע, התרבות והספורט, של משרד האוצר ושל רשויות שלטון אחרות. ההנחיות המפורטות להלן תקפות החל משנת הלימודים תשע"ו 2015-2016 ועד פרסומו של התקנון הבא.

1. הופעה והתנהגות כפי שיפורטו להלן:

סגנון הלבוש יהיה תואם לחלוטין סגנון חרדי שמרני, כמו:

1. חצאית המכסה את הברך, שרוול המכסה את המרפק וקו צוואר סגור, גרביים ארוכים (גם בקיץ) ושאר כללי הלבוש הנהוגים בבית יעקב (שילוב חצאית ומכנסיים אינו מקובל בחברה החרדית).
2. ביציאה זמנית מאולם ההתעמלות יש להקפיד על כללי הלבוש המתבקשים. נושאי שיחה בסגנון הדיבור כפי שמתחייב באווירה חרדית. חומר לימודי: אין להביא תקליטורים פרטיים להשמעה.

הנהלת מובינג - השלוחה חרדית תהיה רשאית להוציא מהקורס את מי שאינה עונה על הדרישות, ללא החרז כספי.

2. נוכחות בשיעורים:

1. חובת נוכחות חלה על כל התלמידות בכל השיעורים העיוניים והשיעורים המעשיים.
2. על המורה לרשום במחברתה שמות הנוכחים בכל שיעור. מורה שלא רשמה נוכחות לא תוכל לטעון כי התלמידה נעדרה.
3. תלמידה אשר נעדרה מעל ל-20% מסך שעות הלימוד במקצוע מסוים לא תורשה לגשת לבחינה באותו מקצוע.

3. בחינות וציונים

1. ציון עובר בבחינה עיונית הוא 60 ובבחינה ענפית 70, אא"כ צוין אחרת בתכנית הקורס.
2. חובה על כל תלמידה להשתתף בכל הבחינות במועד א'. תלמידה שתיכשל במועד א' זכאית להשתתף בבחינה במועד ב'. בתאריך שתקבע הרכזת עד שבועיים ממועד א'.
3. מועד ג' יחויב בתשלום של 300 ₪
4. בזמן הבחינה המורה תענה על שאלות בהבנת הנקרא בלבד.

5. תלמידה אשר נכשלה פעמיים בבחינה, תהיה חייבת לחזור ללמוד את המקצוע שוב ולהבחן.
6. האחריות לבדיקת הציונים היא של התלמידה.
7. בגיליון הציונים יירשם רק הציון האחרון שהתלמידה תקבל.
8. ערעור על ציון:
 - א. תלמידה רשאית לעיין בבחינה שעל ציונה היא מבקשת לערער, ובתנאי שהדבר ייעשה בנוכחות המנהלת, המזכירה או המרצה ובכתב.
 - ב. תלמידה המבקשת לערער על הציון בבחינה יכולה לעשות כן באמצעות טופס מיוחד שתוכל לקבלו במשרד. את הערעור יש להגיש לא יאוחר משבועיים מיום פרסום תוצאות הבחינה שעליה התלמידה מערערת.
 - ג. המורה המתייחסת לערעור על הבחינה רשאית להשאיר את הציון כמות שהוא, להעלותו או להורידו.
 - ד. תוצאות הערעור הן סופיות ותימסרנה לתלמידה עד חודש מיום הגשת הערעור.
9. מבחן במועד מיוחד:
 - א. לכל תלמידה זכות לממש שני מועדים למבחן (כאמור לעיל בסעיף 2).
 - ב. רק אם לא מימשה התלמידה את אחד משני המועדים, היא תוכל לנשט למבחן במועד מיוחד.
 - ג. העברות מוצדקות ממבחן (במועד א' או במועד ב') לא יחייבו את התלמידה בתשלום עבור המבחן במועד מיוחד.
 - ד. אם הסיבה לאי-התייצבות התלמידה למבחן הייתה בלתי מוצדקת, יהיה עליה לשלם סך של 150 ש"ח עבור הבחינה במועד המיוחד.
 - ה. מבחנים במועד המיוחד יתקיימו במקצועות עיוניים בלבד.

4. מעמד התלמידה

- א. תלמידה מן המניין היא תלמידה שעברה את שלבי הקבלה, שילמה את שכר הלימוד ומסרה אישור רפואי כי בריאותה תקינה.
 1. תוצאות תקינות בבדיקה הן תנאי הכרחי לקבלת התלמידה לקורס.
 2. תלמידה שהתקבלה ללימודים תקבל אישור על קבלתה ללימודים.
 3. תלמידה בהיריון:
 1. תלמידה בהיריון תודיע על כך מיד למנהלת השלוחה. כמו כן עליה לחתום על טופס הצהרה מתאים אצל מנהלת השלוחה.
 2. על התלמידה להמציא אישור רפואי המאשר היותה בהיריון.
 3. אם בשל הריונה נמנעה התלמידה מלהשתתף בשיעורים המעשיים בהיקף של יותר מ-20%, יהיה עליה להשלים השעות שהחסירה בקורס הבא שייפתח בעז"ה.
 4. תלמידה המבקשת להפסיק לימודיה - תודיע על כך בכתב למנהלת הלימודים. במקרה

כזה תהיה התלמידה זכאית לקבל אישור מבית הספר בדבר הלימודים שלמדה, שבהם נבחנה, ושבהם קיבלה ציון. אם התלמידה תבקש לחדש לימודיה יחול עליה פרק 5 - 6 חובות לימודים.

להלן טבלת מועדי הפסקת לימודים, לצורך החזרי תשלום:

הפסקת לימודים		
שיעור החיוב משכר הלימוד	קורס מדריכות שנתי	הגשת מכתב ביטול
50% חיוב	עד 01.12.15	עד לתאריך
75% חיוב	עד 01.01.16	עד לתאריך
100% חיוב	מה-01.01.16	מהתאריך

5. חובות לימודיים:

על התלמידה להשלים את כל העבודות, התרגילים והמבחנים עד למועד שקבע בית הספר או עד למבחן הנמר בנושא. במקרה של אי-השלמת מקצוע כלשהו, יירשם לתלמידה חוב לימודי.

6. השלמת חוב לימודי

1. תלמידה החייבת בבחינה תידרש להשלימה מוקדם ככל האפשר ולא יאוחר משני סמסטרים מסיום הלימודים בקורס. מעבר לשני סמסטרים תחויב התלמידה בלימוד המקצוע מחדש.
2. תלמידה חייבת להשלים לימודיה בתוך שנתיים מיום סיומם, אם לא עמדה בתנאי זה- תידרש ללמוד את כל הקורס מחדש.

7. הכרה בלימודים קודמים והנחות:

1. בית הספר שומר לעצמו את הזכות להכיר בלימודים קודמים של תלמידים אשר למדו במוסד אקדמי מוכר.
2. הפטור ניתן מלימוד נושא או מקצוע לימוד בתנאי שהתקופה שחלפה ממועד סיום הלימודים במקצועות שעבורם מבוקש הפטור, אינה עולה על שש שנים.
3. התלמידה תמלא טופס בקשה להכרה בלימודים קודמים **תוך שבועיים מיום תחילת הלימודים** לצורך קבלת פטור ותצטרף אליו אישור רשמי שבו יפורטו: מקצועות הלימוד, הציון, שנת הלימוד, היקף השעות ולאיוזו תכלית או תואר נלמד הקורס. כמו כן יש לצרף את שם המרצה ותכנית הלימודים.
4. מתן הפטור אינו אוטומטי, ובית הספר אינו מתחייב להעניקו בכל תנאי.
5. זיכוי תלמידה בנין פטור, 150 ש"ח על כל 15 שעות אקדמיות בקורסי פיזיולוגיה ואנטומיה.
6. תלמידה שנרשמה לקורס שני ומעלה באותה שנת לימוד זכאית להנחה של 10% משכ"ל של הזול מביניהם ואינה משלמת שוב דמי הרשמה.
7. בכל מקרה הנהלים המחייבים הם אלו המופיעים בדיעוון בית הספר ללימודי תעודה והשתלמויות של המכללה לשנת תשע"ה ובדפי ההנחיה של הקורס.

8. הסמכה וגמולי השתלמות

1. תלמידה שתסיים בהצלחה לימודיה בבית הספר תהיה זכאית לקבל תעודת הסמכה.
2. כתנאי לקבלת תעודת הסמכה על התלמידה להציג תעודה או אישור תקפים המעידים כי סיימה קורס עזרה ראשונה בהיקף 28 שעות.
3. ההסמכה להדרכה ולאיומן היא לפי חוק הספורט תשמ"ח-1988, לפי תקנות הספורט התשנ"ז 1997 ולפי חוק מכוני כושר התשנ"ד-1994 .
4. תלמידה שהיא מורה לחינוך הגופני יכולה להגיש בקשה **מראש** לגמול במסלול אישי למפקח על ההשתלמויות.
5. התלמידה זכאית לאישור אחד. עבור כל אישור נוסף ייגבה תשלום כנהוג בבית הספר.

9. בריאות התלמידה

1. חברות בקופת חולים - על כל תלמידה להיות מבוטחת באחת מקופות החולים ועליה לדווח על כך בטופס הרישום בעת הרשמתה לקורס. תלמידה שאינה חברה בקופת חולים לא תוכל להתקבל ללימודים בבית הספר.
2. לתלמידה לא יינתן כל פיצוי עבור הוצאות הנלוות לטיפול הרפואי או עבור אבדן ימי עבודה, אלא במסגרת ביטוח צד ג' של המכון ולפי תנאי הביטוח.
3. אם חל שינוי במצבה הבריאותי של התלמידה בזמן הלימודים שלא במסגרת פעילויותיו של בית הספר, עליה להודיע על כך מיד ובלא דיחוי בכתב למזכירת המחלקה או למדור רישום וקבלה.

10. דיווח על תאונה

- תלמידה אשר נפגעה בעת פעילותה בשיעורים נדרשת לדווח על פגיעתה לרכזת הקורס או למדריכה באותו שיעור.
- על רכזת הקורס למלא דוח תאונה (אפשר לקבלו במזכירות) תוך 42 שעות משעת הפגיעה. במקרה שנבצר מהתלמידה לדווח על התאונה, ימולא דוח התאונה על ידי מנהלת המחלקה.

11. הגשת עזרה ראשונה

- שלוחת בית הספר אינה מחויבת כלפי התלמידה במתן שירותים רפואיים כל שהם או פיצויים בגין קבלת טיפול רפואי זולת מתן עזרה ראשונה.
- האחריות לחברות בקופת החולים או כיסוי ביטוח רפואי תחול על התלמיד בלבד, לרבות האחריות לתשלום בגין שירותים רפואיים שתקבל התלמידה מכל גוף שהוא.

12. ניקיון ושמירה על הציוד

- התלמידות נדרשות לשמור על ניקיון הכיתות והאולמות ועל שלמות הציוד שבהם.

אנו מאחלים לתלמידות

הצלחה רבה בלימודים!

עזרה ראשונה

תעודת מגיש עזרה ראשונה - תקפה עד שנתיים מיום הוצאתה בהיקף של 28 שעות לפחות - היא חלק מתנאי סיום הלימודים בקורסי הספורט. חברות שונות מלמדות בארץ את קורסי העזרה הראשונה בהיקף של 28 שעות. הלימוד בקורס הוא באחריות התלמידה. כדי להקל על ציבור התלמידות יתקיימו במשך השנה קורסי עזרה ראשונה במחיר של 300 ש"ח לכל המעוניינות. מועדי הקורסים יתפרסמו בכתות.

טופס הרשמה לקורסים:

הנני מבקשת להרשם לקורס:

תמונת פספורט

1. _____ 2. _____

יש למלא טופס זה במדויק!

פרטים אישיים:

מס' ת.ז.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

שם משפחה _____ שם פרטי _____ שם האב _____

תאריך לידה עברי _____ תאריך לידה לועזי _____

ארץ לידה _____ שנת עליה _____

כתובת: _____

רחוב מס' בית עיר מיקוד

כתובת דואר אלקטרוני: _____

טלפון בבית: _____ טלפון בעבודה: _____

טלפון נייד: _____

חברת קופת חולים: _____ (התלמידה חייבת להיות חברה באחת מקופות החולים)

עיסוק נוכחי: _____ מקום עבודה נוכחי: _____ וותק בעבודה: _____

האם הינך עוסקת בפעילות גופנית בקביעות? כן / לא צייני תדירות, והיכן: _____



תעודה	תחום התמחות	שם המוסד	מס' שנים	השכלה
				יסודי
				על יסודי
				על תיכוני
				התמחויות נוספות

הצהרת התלמידה

הנני מצהירה בזאת, כי כל הפרטים שמילאתי בטופס ההרשמה נכונים כולל גדרי התנהגות החרדית והנני מתחייבת לעמוד בתשלום כפי שמפורט לגבי כל קורס ובהתאם לתקנון. הנני מאשרת כי הרשמתי ולימודי כפופים לכל סעיפי חוברת המידע והתקנון.

תאריך: _____ שם: _____

חתימה: _____

אישור רפואי

תצהיר רפואי

אני הח"מ ד"ר _____ מאשר בזה,

כי אני מכיר את גב' _____

מס' ת.ז.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ולפי מיטב ידיעתי ולאחר ששאלתי אותה על מצב בריאותה, מחלותיה, ואשפוזיה בעבר ובהווה, ולפי בדיקות שערכתי, אין במצבה הנופני, הנפשי והבריאותי דבר העלול למנוע ממנה להשתתף בלימודים המעשיים, המתקיימים במרכז ההדרכה היחידה ללימודי חוץ השלוחה החרדית.

המקום: _____ חתימה: _____

חותמת: _____ תאריך: _____



המכללה לחינוך גופני ולספורט
ע"ש זינמן במכון וינגייט בע"מ (חל"צ)



מוניג - המכללה החרדית למקצועות התנועה

היחידה ללימודי חוץ - ירושלים
השלוחה החרדית

המכללה האקדמית בוינגייט



המכללה לחינוך גופני ולספורט
ע"ש זימן במכון וינגייט בע"מ (חל"צ)

בתי הספר ללימודי תעודה ולהשתלמויות
ע"ש ד"ר דוד אלדר



מוביג - המכללה החרדית למקצועות התנועה

היחידה ללימודי חוץ - ירושלים
השלוחה החרדית

מידע, הרשמה ותקנון תשע"ו 2015-2016
החוברת מיועדת למתעניינות ונרשמות

לבירורים נוספים:

שדרות שז"ר 1 בנייני האומה ירושלים

wincollege.charedi@gmail.com

ימים א' ג' ה' 10:00-14:00 טל: 02-5003808 או 5009*

בין השעות 10:00-20:00 טל: 053-2234524