

## **תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות**

### **חינוך גופני**

בשנים האחרונות המודעות לבריאות מתגברת והפארקים מתמלאים במתאמנים, המצוידים במאמן הכושר האישי שלהם, שמדריך אותם בכל צעד אל הגוף החלומי אליו הם שואפים. אומנם בשנות ה-40 מודל היופי והשלמות היווה אישה מלאה עם קימורים, אך כיום המודל שואף לרזון ולגוף חטוב ומעוצב. בכדי לנסות לקיים את המודל במציאות, נשים רבות מתאמצות לשמור על תזונה מבוקרת ולעסוק בפעילות גופנית. בכל אופן, אין זה ההכרחי להתקיים לפי מודל מסוים, מאחר ואנחנו רק בני אדם, אך לפני המראה החיצוני חשוב לדאוג לבריאות שלנו, אותה ניתן לתחזק בעיקר על ידי אוכל מזין וכושר גופני. המכללה האקדמית בוינגייט מודעת לרצון לאורח חיים בריא, עימו אנחנו מתמודדים בכל יום, לכן היא מכשירה סטודנטים בלימודי **חינוך גופני**, בכדי להטמיע בהם את הכלים, להיות מחנכים למופת ויחד עם זאת, להוות מודל חיובי לחיקוי, בבית הספר בו הם ילמדו.

כושר ותזונה לאורח חיים בריא

**חינוך גופני** מתחלק לשני נדבכים, בהם חינוך בנפרד וגופני בנפרד, כאשר שניהם יחד יוצרים דרכי לימוד שונות לחנך את הילדים לחיות חיים בריאים, באמצעות פעילות גופנית יומיומית, הימנעות ממאכלים מעובדים ותעשייתיים וצריכה של פחמימות מלאות, דגנים מלאים וסיבים תזונתיים. בזמנים אחרים נהגנו להאמין כי שיעור **חינוך גופני**, הוא שיעור חופשי עם כדור, בו הילדים מקבלים מגרש ומשחקים משחקי כדור כמו מחניים או שביים. אך כיום, המצב אחר לגמרי, מאחר והמודעות גברה והחינוך בבתי הספר השתנה. הילדים זוכים להשתתף בפעילויות מעשירות רבות, במסגרת בית הספר ובמסגרת שיעור **חינוך גופני**.

תואר ראשון

מורה לחינוך גופני חייב להיות בעל תואר ראשון, למרות שמדובר במקצוע שמבוסס בעיקרו על ספורט. המכללה האקדמית ב**וינגייט** מעניקה לכם הזדמנות לרכוש הכשרה אקדמית פדגוגית שתאפשר לכם להתמחות בתחומים שונים בתוך התואר בחינוך גופני. בסיום הלימודים תקבלו תואר ראשון בוגר בהוראה, תעודת הוראה, תעודות מדריך, תעודת התמחות ועוד. כל אלו יעזרו לכם להתקבל לבתי הספר הטובים ביותר בארץ ולקבל מקום נכבד בתור מורה המתמחה בחינוך גופני. אפשרויות התעסוקה הן רבות, אם בבתי ספר תיכוניים או יסודיים, מרכזי ספורט, במועדוני ספורט, בהכשרת חיילים במשטרה או בצה"ל ועוד