



לימודי תואר שני בחינוך גופני: קורסים לשנת הלימודים תשע"ד

לימודי חובה בתוכנית MPE

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
12-14	א'	שנתי	סטטיסטיקה. מטרות הקורס: 1. להכיר הליכים סטטיסטיים המשמשים לניתוח נתוני המחקר והצגתם. 2. להבין שיטות וגישות סטטיסטיות בסיסיות המופיעות בספרות המחקר ולבקרן בצורה קריטית. 3. לבחור הליכים מתאימים למערכי מחקר שונים.	בן-סירא
16-18	א'	שנתי	תרגול סטטיסטיקה – שיעור רשות למעוניינים.	ארנון
14-16	א'	שנתי	שיטות מחקר. מטרות הקורס: 1. להכיר את בסיס החשיבה המדעית, זיהוי תחומי דעת ומקום המחקר ביצירת ובתוספת ידע. 2. להבין אינדיקטורים לדרכי חשיבה בתחומי מחקרים שונים, ממחקר היסטורי ופילוסופי עד מחקר ביומכני, פיסיולוגי ואפידמיולוגי. 3. להעריך ולאמוד תוקף ומהימנות במערכי מחקר שונים. 4. להשתמש בכלים סטטיסטיים ואחרים, הנדרשים בעיבוד מרבית תחומי המחקר. 5. לפתח יכולת אינטגרציה של ממצאים ונתונים והצגתם כמכלול.	לידור
8-14	א'-ה'	קיץ	SPSS מטרת הקורס: להכיר את השימוש בתוכנת SPSS, את הקמת מערך הנתונים ואת הרצת ההליכים הנלמדים בקורס לסטטיסטיקה.	ארנון

קורסים במדעי החיים (4 ש"ס)

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
8-14	א'-ה'	קיץ	גישות כמותיות ואיכותיות בניתוח תנועה ויישומן. מטרת הקורס: הסטודנט יכיר ויתנסה בגישות השונות לניתוח תנועה.	איילון
12-16	ה'	א'	ביומכניקה של תנועות בחיי היום יום. מטרות הקורס: 1. הסטודנט יכיר גישות שונות בניתוח תנועת של פעילויות מחיי היומיום ויוכל לבקר בצורה שיטתית את הספרות המקצועית בתחום. 2. הסטודנט ישתמש בשיטות מעבדה שונות לניתוח תנועות מחיי היומיום. 3. הסטודנט יכין רפרט, מבוסס על הספרות המחקרית, באחד מנושאי הקורס. רשימת נושאים תוצג בתחילת הקורס.	בן-סירא
10-14	ה'	ב'	הבסיס הפיזיולוגי לאימון בענפי ספורט אירוביים ואנאירוביים. מטרות הקורס: 1. לחקור ולהבין את התהליכים הפיזיולוגיים המתרחשים בגוף בעת ביצוע מאמצים אירוביים ואנאירוביים. 2. להכיר ולהבין את שיטות האימון המודרניות לפיתוח כושר אירובי ואנאירובי. 3. לחקור ולהבין את ההסתגלות הפיזיולוגית והשיפור בכושר בעקבות ביצוע אימונים אירוביים ואנאירוביים. 4. להכיר ולהבין סוגיות פיזיולוגיות ייחודיות הקשורות לתחום הספורט והאימון.	מקל

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
16-20	ה'	ב	היבטים רפואיים והתנהגותיים של פעילות גופנית אצל ילדים. מטרות הקורס: הקניית ידע בשימוש בפעילות גופנית לטיפול ומניעת מחלות כרוניות בגיל הילדות וגיל ההתבגרות. זיהוי בעיות רפואיות נפוצות בספורטאים תחרותיים בגיל הילדות וגיל ההתבגרות ודיון בהיבטים פסיכולוגיים של פ"ג אצל ילדים חולים. • קורס שייך למסלול מדעי החיים ומסלול מדעי ההתנהגות	אליקים

קורסים במדעי החיים (2 ש"ס)

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
10-12	א'	א'	הערכת התפקוד של מערכת השרירים. מטרות הקורס: התמחות עיונית ומעשית בשימוש במיכשור להערכת הפעילות החשמלית והכח של השריר, לקבלת הערכה אמינה של התפקוד.	איילון
14-16	א'	ב'	ביואנרגטיקה ומטאבוליזם במאמץ. מטרות הקורס: 1. דיון בתהליכי חילוף החומרים של אספקת אנרגיה אצל האדם במאמץ. 2. דיון בתהליכים מטבוליים כגורמים המגבילים את היכולת לבצע מאמץ. 3. דיון במאגרי הסובסטרטים, פחמימות שומנים וחלבונים, וניצולם כמקור אנרגיה. 4. דיון בהשפעת הרגלי אכילה ורכיבים תזונתיים על תהליכים מטבוליים ועל היכולת לבצע מאמץ גופני. 5. דיון בהשפעת חומרים ארגוניים על היכולת הגופנית. 6. דיון בהסתגלות תהליכים מטבוליים לאימון – אימוני כוח ואימוני סבולת.	רוטשטיין
10-12	ה'	א'	אפידמיולוגיה ושיטות מחקר בתזונה ובתחומי הבריאות *חדש* מטרות: 1. לימוד ותירגול שיטות מדידה והערכה בתזונה ובתחומי בריאות אחרים. 2. לימוד זיהוי סוגי מחקרים וקריאה ביקורתית שלהם. 3. הקניית יכולת לקבוע המלצות על סמך סיפורות מקצועית. 4. הכרת המלצות לקהל הרחב בתזונה ובקידום בריאות.	אילת-אדר
10-12	ה'	א'	היבטים ביומכאניים במיומנויות שיווי משקל *חדש* מטרות הקורס: 1. הכרת מערכת שיווי המשקל בגוף האדם. 2. דיון בתפקוד מערכת שיווי המשקל בגילים שונים. 3. דיון בתפקוד מערכת שיווי המשקל במחלות שונות. 4. הכרות עם מכשירי מדידה ביומכאניים להערכת תפקוד מערכת שיווי משקל במצבים שונים.	דונסקי
14-16	ה'	ב'	קינזיולוגיה של הריקוד - בחינת הידע המדעי של הריקוד להבנת *חדש* המכניזם לפציעות ולימוד דרכי טיפול ומניעה לפציעות אלו מטרות: 1. העמקת הידע בתחום מדעי היסוד (אנטומיה, פיזיולוגיה, נוירו-פיזיולוגיה, וקינזיולוגיה) של הריקוד. 2. בחינת גורמי הסיכון (טווחי תנועה לקויים, חוסר איזון שריר, אנומליות אנטומיות, תכונות אנתרופומטריות, ועוד) לפציעות בקרב רקדנים. 3. למידה והבנה של מכניזם עיקרי לפציעות בקרב רקדנים. בחינת דרכי מניעה וטיפול של פציעות אלו. 4. בניית דגם לבדיקות סקר מקיפות לרקדנים. תרגול בדיקות פיזיקליות שונות.	שטיינברג

קורסים במדעי ההתנהגות (4 ש"ס)

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
8-10	ה'	שנתי	פעילות גופנית ואיכות חיים בגיל הזקנה. הקורס יעסוק בדפוסי פעילות גופנית בגיל הזקנה, והגורמים המשפיעים על דפוסי אלה. בתכניות פעילויות גופניות המתאימות לרמות התפקוד השונות בגיל זה, בהשלכות הפסיכולוגיות והבריאותיות של האימונים השונים ובבעיות מתודולוגיות הקיימות במחקר בתחום זה.	נץ

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
14-18	א'	א	סיכונים, משברים וסיכויים בספורט ובפעילות גופנית *חדש* הקורס יעסוק בשלושה נושאים מרכזיים: 1. פסיכולוגיה של פציעות בספורט הכוללת את ההיתכנות לפציעה, שלבי השיקום וההתאוששות מפציעה ודרכי התערבות המיועדות הן להפחתת הסיכוי לפציעה והן להתמודדות במהלך תקופת השיקום; 2. העיסוק בספורט אתגרי מכיל בחובו סיכויים וסיכונים. נלמד על המאפיינים הפסיכולוגיים של העוסקים בו והשלכות של פעילות מסוג זה על איכות החיים; 3. ערכים בספורט. נכיר תכניות המיועדות להטמעת ערכים באמצעות ספורט בארץ ובעולם, על הפוטנציאל הגלום ואשר הדרך למימושו רבה	זך
12-16	ה'	א	סוגיות נבחרות בפסיכולוגיה של ספורט הישגי. המושג "ביצוע" (Performance) מהווה מרכיב מרכזי בתפקודם של ספורטאים הישגיים. הקורס יתמקד בהיבטים פסיכולוגיים מגוונים, שהינם רלבנטיים לביצוע בספורט – בעיקר ברמת הפרט, אך גם ברמת הקבוצה. נדון בגורמים שונים המשפיעים על ביצועי הספורטאי, כגון – אישיותו (תוך שימת דגש על גישת הטרנסאקציה), עירור וחרדה (תוך התמקדות בלחץ, שחיקה ומשברי ביצוע), מוטיבציה (חוללות עצמית והצבת מטרות) וקוגניציה (קבלת החלטות ויצירתיות). כמו כן יידונו תהליכים קבוצתיים (בעיקר לכידות/גיבוש ומנהיגות) והקשר שלהם לביצוע בספורט. הקורס יעסוק גם באינטגרציה שבין המחקר למעשה (למשל – באמצעות דיון במושג "הכנה מנטלית של ספורטאים").	בר-אלי

קורסים במדעי ההתנהגות (2 ש"ס)

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
10-12	א' ב' ה' ד'	קיץ	ספורט וכלכלה. הקורס יעסוק בתנאים המאפשרים לתעשיית הספורט העולמית, כמו גם המקומית לצמוח ולפרוח, השפעת הצמיחה על הדרך שבה משוחק הספורט, שכר האתלטים ומעמדם המשפטי, בנוסף לקידום המעמדי (והשפעתו על הריבוד החברתי) והאינטרסים של קבוצות ואנשים פרטים לקדם תעשייה מתפתחת זו.	גלילי
12-14	ה'	ב	היבטים אידיאולוגיים, פוליטיים וחברתיים בתולדות הספורט. מטרות הקורס: 1. הכרת הגורמים שעיצבו את היחס ל ספורט והחינוך הגופני. 2. הבנת הקשרים בין תרבות הגוף לתרבות הכללית בכל תקופה. 3. הכרת השינויים הרעיוניים שהשפיעו על היחס לתרבות הגוף לאורך ההיסטוריה. 4. הבנת הזיקה בין אידיאולוגיה פוליטיקה ה ומקומו החברתי של הספורט.	קאופמן
10-12	א'	א	הבטחת איכות וניהול איכות סיכונים בחינוך גופני ובספורט *חדש* מערכות בריאות וחינוך בארץ ובעולם אימצו זה מכבר תפיסה של שירות. מטרות הקורס: 1. הבנת המושג שירות והיבטיו הייחודיים במערכות חינוך ובריאות. 2. הכרת תהליכים ניהוליים הקשורים לבקרת איכות והקשר בין בקרת איכות ושירות, ויישומם. 3. הכרת תהליכי קבלת החלטות הרלוונטיים למסגרות שירות. 4. הכרת מבחר כלים לבקרת איכות שירות, ויישומיהם. 5. הכרת מודל ותקן לניהול סיכונים שהותאם לארץ בשנת 2007 ובחינת התאמתו למסגרות חינוך גופני וספורט	הוצלר
18-20	א'	א'	פסיכופתולוגיה – בין שיגעון לשפיות *חדש* מטרת הקורס היא לסקור את עולם ההפרעות הנפשיות וללמוד את היחס שביניהן לבין הנורמאלי. באמצעות מילים, תמונות, צלילים וקולות ננסה לבחון צדדיה השונים של הפסיכופתולוגיה, ולחלץ ממנה גם את הגדרתו של הנורמלי. הקורס יעסוק באספקטים שונים של הבדיקה הפסיכיאטרית (לדוגמא- תפיסה, שיפוט וכו'), וכמו כן במחלות פסיכיאטריות שונות. כל הרצאה תתמקד באספקט אחד בבדיקה, ובמחלה שתהווה לו מודל. ההרצאות נעות מהפסיכוזא לנוירוזה, ומשם- להפרעות האישיות), בנוסף להרצאות שעניינן פסיכופתולוגיה, יוקדשו מספר הרצאות לתחום הטיפול: תרופתי, פסיכותרפיה וטיפול בתנועה ובספורט	מנדלוביץ'

שעה	יום	סמס	שם הקורס	מרצים
16-18	א'	ב	<p>אתיקה בספורט ובתנועה מחקר ויישום</p> <p>This is an advanced course on PROFESSIONAL ISSUES IN SPORT AND EXERCISE PSYCHOLOGY ETHICS. The course consists of in-depth elaboration on current important professional issues related to ethics in sport and exercise psychology. The issues presented and discussed in class consist of book chapters, the American Psychological Association (APA) and the Association of Applied Sport Psychology (AASP) Codes of Ethics publications. Practical and research-related ethical dilemmas will be presented and discussed until an acceptable solution will be determined taking into account the AASP and APA codes of ethics.</p>	טננבאום