**נושאים למבחן מעבר ליא' חנג"מ:**

1. מפרקים (עד פגיעות הספורט הנפוצות במפרק הברך-כולל)

2. שרירי השלד: היכרות ,מבנה וסוגי התכווצות(עד סוגי התכווצות של שרירים-כולל)

3. מערכת הדם(עד לחץ דם -כולל)

4.מערכת הנשימה (עד נפחי ריאות דינמיים -כולל)

5. גורמי הישג בספורט

6. מרכיבי הכושר הגופני

7. מרכיבי הכושר הםסיכומוטוריים

8.עקרונות האימון

9. יוון הקלאסית

10.תולדות החינוך הגופני באיסלם ובנצרות

בהצלחה רבה🌻