

תוכנית לימודים לקורס אימון כושר שיקומי לאוכלוסיות עם מחלות כרוניות

מספר מפגש	נושא	מספר ש"ל	מיקום	מרצה
1 5/3/26	הגדרות ומושגי יסוד בבריאות ובחולי; קשרים סיבתיים בין גורמי סיכון לבין התפתחות מחלות כרוניות נפוצות; גורמי סיכון התנהגותיים; בעיות הבריאות העיקריות הנחיות לפעילות גופנית המלצות כלליות כולל רקע בפיזיולוגיה של המאמץ-	3	וינגייט	אבי לב M.A פיזיולוג מאמץ רכז הקורס
1 5/3/26	סוכרת: פאתו-פיזיולוגיה של מחלת הסוכרת; דרכים למניעה ולהתמודדות עם מחלת הסוכרת ע"י פעילות גופנית; הוראות בטיחות	3	וינגייט	אבי לב M.A פיזיולוג מאמץ רכז הקורס
2 12/3/26	יתר לחץ דם ושבץ מוחי: פאתו-פיזיולוגיה של יתר-לחץ-דם ושבץ מוחי; הקשר בין יתר לחץ דם לשבץ דרכים למניעה ולהתמודדות עם יתר-לחץ-דם ושבץ מוחי ע"י פעילות גופנית. הוראות בטיחות	3	וינגייט	ד"ר דנה אדלר פיזיולוגית מאמץ
2 12/3/26	השמנה: פאתו-פיזיולוגיה של תופעת ההשמנה; דרכים למניעה ולהתמודדות עם השמנה ע"י פעילות גופנית;	3	וינגייט	ד"ר דנה אדלר פיזיולוגית מאמץ
3 19/3/26	נפרולוגיה: פתו פיזיולוגיה שלאי ספיקת כליות כרונית, דרכי טיפול ופעילות גופנית + ביקור ביחידת דיאליזה המשלבת פעילות גופנית	6	אסותא	צוות השיקום
4 24/3/26	מחלת הלב הכללית, בעיות מסתמים, בעיות הולכה וקצב + ביקור במכון שיקום לב	6	שיבא	ד"ר אירנה נבוטובסקי פיזיולוגית מאמץ
2/4/26	פסח אין לימודים			
9/4/26	תרופות ומאמץ	6	זום	ד"ר אורי אליהו אפידמיולוג רוקח



מכון וינגייט

WINGATE INSTITUTE

המכון הלאומי למצוינות בספורט

ד"ר שגיא בנאי D.MD	וינגייט	3	מחלות נירולוגיות ((פרקינסון אלצימר, דימנציה, שיתוק)	6 16/4/26
אבי לב M.A פיזיולוג מאמץ רכז הקורס		3	אוסטאופרוזיס	6 16/4/26
גילי צוקרמן רייכמן MSc פיזיולוגית מאמץ	טכנודע	6	מחלות נשימתיות (אסטמה, אמפיזמה, CF, COPD) + ביקור במעבדה נשימתית ושיקום נשימתי	7 23/4/26
ד"ר שגיא בנאי D.MD		3	סרטן ופעילות גופנית	8 30/4/26
ד"ר איריס אורבך פסיכולוגית ספורט		3	דכאון וחרדה	30/4/26
אבי לב M.A פיזיולוג מאמץ רכז הקורס	טכנודע		יום התנסות בהליכים רפואיים: מדידה והערכה של מדדי לב וריאה התנסות בפרוצדורות רפואיות כגון צינתור, US, א.ק.ג., בדיקות לחץ דם סטורציה וכו'	7/5/26
צאלי רייכרד BPT MSc פיזיותרפיסט		6	אורטופדיה: פעילות גופנית אחרי החלפת מפרקים ופציעות ספורט.	10 14/5/26
		58	סה"כ שעות	
		2	בחינה	

בית הספר למאמנים ולמדריכים ע"ש נט הולמן

מכון וינגייט - המכון הלאומי למצוינות בספורט | תאגיד 500502000 | *3063 | www.wingate.org.il



מכון התקנים הישראלי