



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**המחלקה לרפואה משלימה**  
**300 שעות**  
**קורס עיסוי רפואי**

ראש תחום ד"ר אלכס בילקביץ

**קהל יעד**

בוגרי 12 שנו לימוד

**מטרות הקורס**

הקניית ידע בתחום עיסוי רפואי, להביא את התלמיד בקורס לדרגת מטפל מוסמך.

**תיאור הקורס**

**התלמידים בקורס ילמדו את המקצועות הבאים:**

1. עיסוי שבדי קלאסי - מעשי 75 שעות
2. עיסוי רפואי - מעשי 70 שעות
3. עיסוי ספורטאים - מעשי 25 שעות
4. ספא תרפיה - מעשי 24 שעות
5. אנטומיה של מערכות - 60 שעות
6. פיזיולוגיה של מערכות גוף האדם - 30 שעות
7. אורטופדיה ובדיקת ופתופיזיולוגיה - 30 שעות
8. סטאז' - 20 שעות
9. החיאה - 4 שעות

**אופן הלימוד**

הרצאות, שיעורים מעשיים, השתתפות בסטז'.

**דרישות הקורס**

על התלמיד לעמוד בכל הדרישות הלימודים של מקצועות הנלמדים בקורס כפי המפורט בדפי ההנחייה של מקצועות השונים.  
תלמיד אשר יעמוד בכל הדרישות הלימודיות בכל המקצועות, יהיה זכאי לתעודת מעסה שבדי קלאסי המוכרת מידי האיגוד למקצועות לעיסוי בישראל.

**חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים כל מקצוע. תלמיד אשר יעדר מעל ל-20% מסך השעות הלימוד לא יורשה לגשת לבחינה באותו מקצוע.

**מטרות הקורס**

הקניית ידע בתחום עיסוי שבדי, להביא את התלמיד בקורס לדרגת מטפל מתמחה.

**דרישות הקורס/מרכיבי הציון**

שליטה בטכניקות הבסיסיות של עיסוי שבדי- מעבר מבחן מעשי בציון עובר של 60 לפחות.



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**עיסוי שבדי קלאסי – מעשי**  
**ראש התחום: ד"ר אלכס בילקביץ'**

מספר שעות	תוכן השיעור	נושא	יחידות לימוד	מס' שיעור
6	עקרונות העיסוי, השפעותיו הפיזיולוגיות, תנוחת המטפל והמטופל, השפעה פיזיולוגית של Stroking הדגמה ותרגול.	מבוא, לימוד טכניקות ליטוף, סחיטה באזור הגב	עיסוי באזור הגב	1
6	השפעה פיזיולוגית של לישת kneading על גוף המטופל. הדגמה ותרגול.	חזרה על ליטוף, לימוד טכניקות סחיטה ולישה.		2
6	השפעה פיזיולוגית של לישת מסוג חיכוך וגלגול העור. הדגמה ותרגול.	לימוד טכניקות לישת, חיכוך, גלגול העור.		3
6	הדגמת טיפול בשני מנחים (יד מעל הראש ויד לצד הגוף) ותרגול. הכנה לעיסוי גב מלא.	לימוד טכניקות עיסוי ידיים.	עיסוי בחגורת הכתפיים ובידיים	4
6	חיבור טכניקות עיסוי בחגורת כתפיים וידיים. מבדק עיסוי גב מלא.	חיבור טיפול גב, חגי כתפיים וידיים.		5
6	לימוד טכניקות עיסוי בחלק אחורי של רגליים (מטופל בשכיבה על הבטן).	לימוד טכניקות עיסוי בחלק אחורי של רגליים.	עיסוי רגליים.	6
6	חיבור כל הטכניקות בשכיבה על הבטן. לימוד הפיכת המטופל משכיבה על הבטן. לימוד טכניקות עיסוי בחלק קדמי של רגליים (מטופל בשכיבה על הגב).	לימוד טכניקות עיסוי בחלק קדמי של רגליים. לימוד טכניקות עיסוי לחגורת כתפיים וצוואר		7
6	חזרה על עיסוי לרגליים בחלק קדמי. לימוד עיסוי לכתפיים וצוואר וסיום הטיפול. חיבור כל הטכניקות בשכיבה על הבטן והגב. חיבור טכניקות עיסוי. תרגול.		עיסוי כתפיים וצוואר בשכיבה על הגב	8
6	חזרה על עיסוי. תרגול.		אתיקה מקצועית, אינדיקציות וקונטרה-אינדיקציות לעיסוי יחסי מטפל מטופל.	9
6	מבחן טיפול מלא. תרגול.		מבחן	10



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**עיסוי רפואי- מעשי**  
ראש תחום דר' אלכס בילקביץ

**מטרות הקורס**

הקניית ידע בתחום עיסוי רפואי, להביא את התלמיד בקורס לדרגת מטפל מתמחה.

**דרישות הקורס/מרכיבי הציון**

שליטה בטכניקות הבסיסיות של עיסוי רפואי, מעבר מבחן מעשי (כולל מבחן בע"פ) בציון עובר של 60 לפחות.

**חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים. תלמיד אשר יעדר מעל ל-20% מסך השעות הלימוד לא יורשה לגשת לבחינה.

**נושאי השיעורים**

מספר שעות	תוכן השיעור	נושא	יחידות לימוד	מס' שיעור
6	מבוא לעיסוי רפואי. לימוד TP, STR ותרגול. הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. עיסוי חזה.	לימוד טיפול בTP, STR. עיסוי רפואי לאזור כתף.	מבוא לטיפול ב Trigger Points (TP), Soft Tissue Release(STR) טיפול כתף	1
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	עיסוי רפואי ברך	טיפול ברך תנועות אקסוריות Hold & Relax	2
6	חזרה על טיפול כתף. חזרה על עיסוי רפואי לאזור כתף.	עיסוי רפואי צוואר	טיפול צוואר	3
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. עיסוי בטן	עיסוי רפואי לאזור ג'ית ואגן.	גב תחתון (ג'ית) ואגן.	4
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה על עיסוי רפואי ברך.	עיסוי רפואי קרסול וכף רגל.	טיפול קרסול וכף רגל	5
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה גב תחתון (ג'ית) ואגן.	עיסוי רפואי לאזור מרפק וכף יד חזרה	טיפול מרפק וכף היד.	6
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.	חזרה ותרגול	חזרה Express. טיפול בדלקות כרוניות.	7
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה Express.	חזרה ותרגול	עיסוי בשכיבה על הצד	8
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.	חזרה ותרגול	הדגמת קורס מעסה בכיר	9
6		מבחן עיסוי רפואי	מבחן	10



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**עיסוי ספורטאים - מעשי**  
ראש תחום דר' אלכס בילקביץ

**מטרות הקורס**

הקניית ידע בתחום עיסוי ספורטאים, להביא את התלמיד בקורס לדרגת מטפל מתמחה.

**דרישות הקורס/מרכיבי הציון**

שליטה בטכניקות הבסיסיות של עיסוי ספורטאים, מעבר מבחן מעשי בציון עובר של 60 לפחות.

**חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים. תלמיד אשר יעדר מעל ל-20% מסך השעות הלימוד לא יורשה לגשת לבחינה.

**נושאי השיעורים**

מספר שעות	תוכן השיעור	נושא	יחידות לימוד	מס' שיעור
5	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	אמצעי התאוששות. הדגמה ותרגול.	מבוא לעיסוי ספורטאים. טיפול בשכיבה על הבטן.	1
5	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי. חזרה.	חזרה ותרגול.	טיפול בשכיבה על הבטן. טיפול בשכיבה על הגב.	2
5		מבחן עיסוי ספורטאים.	תרגול ומבחן.	3



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**ספא תרפיה - מעשי**  
ראש תחום ד"ר אלכס בילקביץ

**מטרות הקורס**

הקניית ידע בתחום ספא תרפיה, להביא את התלמיד בקורס לדרגת מטפל מתמחה.

**דרישות הקורס/מרכיבי הציון**

שליטה בטכניקות הבסיסיות של ספא תרפיה.

**חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב-80% מהשיעורים. תלמיד אשר יעדר מעל ל-20% מסך השעות הלימוד לא יורשה לגשת לבחינה.

**נושאי השיעורים**

מספר שעות	תוכן השיעור	נושא	יחידות לימוד	מס' שיעור
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	הסבר על עבודה בספא ודרישות תפקיד. ארומתרפיה, עיסוי אבנים חמות, צמחי מרפא, מקלות במבוק.	מבוא: הסבר על עבודה בספא ודרישות תפקיד. ארומתרפיה אבנים חמות, צמחי מרפא, מקלות במבוק.	1
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	עיסוי לנשים בהריון, פילינג, טיפולים נלווים. עיסוי לימפטי.	עיסוי לנשים בהריון, פילינג, טיפולים נלווים. עיסוי לימפטי. לימפטי ספא	2
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	עיסוי איורודה, אביאנגה. טיפול ב4 ידיים.	איורודה, אביאנגה. טיפול ב4 ידיים.	3
6	הדגמה ותרגול עיוני ומעשי.	טיפול בישיבה, פנים, קרקפת. עיסוי כף רגל, כוסות רוח.	כף רגל, כוסות רוח.	4



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**\*\*אנטומיה של מערכות**

60 שעות

ראש התחום: מר משה שחר

**דרישות קדם**

12 שנות לימוד.

**קהל יעד**

תלמידים בית הספר למאמנים.

**מטרת הקורס**

הכרת את המבנה הבסיסי של גוף האדם, את רמות הארגון והמבנה המקרוסקופי של התאים, את מערכת התנועה ושאר מערכות הגוף.

**תיאור הקורס**

במסגרת הקורס יכירו התלמידים את ההתפתחות העוברית וההתמיינות לרקמות, את המבנה המקרוסקופי של התאים, רקמת החיבור ורקמת השריר, את מערכת השלד, השרירים, העיכול, הרבייה, השתן, הנשימה וההובלה.

**אופן הלימוד**

השיעורים מורכבים מהרצאות פרונטאליות.

**חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב- 80% מהשיעורים. תלמיד אשר יעדר מעל ל- 20% מסך שעות הלימוד, לא יורשה לגשת לבחינה.

**דרישות הקורס**

מעבר מבחן רב-ברירתי מסכם בציון 55 לפחות.

**ביבליוגרפיה**

1. שחר, משה (2004) אנטומיה של גוף האדם.
2. Moore, K. Arthur, F. Dalley. Anne Mr. Aqur. 6 ed. (2009). Clinically Oriented Anatomy. Williams & Wilkins.
3. Netter, F. (2007). Atlas of Anatomy. Ciba. New Jersey.



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**\*\*אנטומיה של מערכות**

60 שעות

ראש התחום: מר משה שחר

**נושאי השיעורים**

מקורות	שעות הלימוד	נושאי לימוד	יחידת לימוד
מקור מספר 1 + 2	2	שיחת פתיחה, מבנה גוף האדם – תאים, רקמות ומערכות	1
מקור מספר 1 + 2	3	מבנה ותכונות הרקמות – סחוס, עצם, שריר, עצבים, עור, רצועה, גיד	2
מקור מספר 1 + 2	2	טרמינולוגיה של תנועות ומונחי ייחוס	4
מקור מספר 1 + 2	6	מבנה השלד – שלד הציר	5
מקור מספר 1 + 2	3	שלד הגפיים	6
מקור מספר 1 + 2	5	מערכת השרירים- גו וגף עליונה	7
מקור מספר 1 + 2	5	מערכת השרירים- גו וגף תחתונה	8
מקור מספר 1 + 2	2	מערכת הנשימה	9
מקור מספר 1	2	מערכת לב וכלי דם	10
	2	מבחן מסכם	11



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

## **\*\*פיזיולוגיה של מערכות גוף האדם**

30 שעות

ראש התחום: ישראל פרנקל

### **דרישות קדם**

אין.

### **קהל יעד**

תלמידי קורסים ברפואה משלימה- רפלקסולוגיה, שיאצו, טווינה, עיסוי רפואי וכו'

### **מטרת הקורס**

מטרת הקורס היא להקנות ידע לתלמידים בנושא עקרונות התפקוד של מערכות בגוף האדם.

### **תיאור הקורס**

במסגרת הקורס יכירו התלמידים את תפקודן של מערכות הלב וכלי הדם, הנשימה, השרירים, החיסון, הלימפה והאנדוקרינית של האדם.

### **אופן הלימוד**

השיעורים מורכבים מהרצאות פרונטאליות.

### **דרישות הקורס**

מעבר מבחן רב-ברירתי מסכם בציון 55 לפחות.

### **ביבליוגרפיה**

1. תמיר, ע' (1997). אנטומיה, פיזיולוגיה ופתולוגיה של גוף האדם. הוצאת המחבר.
2. זוהר, ע' שפירא, י' (1987). הגוף ותפקודו – אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה. תל אביב: עם עובד.

### **לקריאה נוספת:**

Guyton, A. C. (1986). Medical Physiology. Philadelphia: W. B. Saunders.  
Thibodeau, G. A. Patton, K. T. (1993). Anatomy & Physiology. St. Louis: Mosby.





מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**\*\*פיזיולוגיה של מערכות גוף האדם**

30 שעות

ראש התחום: ישראל פרנקל

**נושאי השיעורים**

מקורות	מספר שעות	נושאי הלימוד	יחידת לימוד
מקור מספר 1 + 2	8	רמות הארגון של הגוף החי – ביוכימיה, אברונים, תאים, רקמות, איברים, מערכות.	1
מקור מספר 1 + 2	8	אספקת האנרגיה לגוף החי – מטבוליזם של פחמימות, שומנים וחלבונים.	2
מקור מספר 1 + 2	6	מערכת הלב וכלי הדם – קצב הלב, נפח הפעימה, תפוקת הלב, לחץ הדם, הרכב הדם.	3
מקור מספר 1 + 2	4	מערכת הנשימה – תדירות הנשימה, הנפח המתחלף, אוורור הריאות.	4
מקור מספר 1 + 2	6	מערכת השרירים – יחידה מוטורית, סוגים של סיבי שריר.	5
מקור מספר 1 + 2	6	מערכת החיסון – סוגים של לויקוציטים, תהליכים חיסוניים, דלקת, אלרגיה, נוגדנים.	6
מקור מספר 1 + 2	2	מערכת הלימפה – מבנה ותפקוד לימפטיים, כלי לימפה, קשריות לימפה, טחול, תימוס.	7
מקור מספר 1 + 2	8	המערכת האנדוקרינית – מבנה ותפקוד בלוטות הרבייה, הלבלב, יותרת הכליה, התריס, יותרת התריס, יותרת המוח והתת-רמה.	8
	2	מבחן מסכם	9



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

## **\*\*אורתופדיה ובדיקת מפרקים**

**משך הקורס : 30 שעות**  
**רכז הקורס : ויטלי רוזנפלד**

### **קהל היעד**

תלמידים בקורס "עיסוי רפואי" מוסמך.

### **מטרות הקורס**

1. הסטודנט יכיר את עקרונות הטיפול באורתופדיה אקוטית.
2. הסטודנט ידע את הבסיס האנטומי, הפיזיולוגי והקינזיולוגי לפגיעות אורתופדיות.
3. הסטודנט ידע את התבניות הקליניות של הפגיעות אורתופדיות שכיחות במפרקים הפריפריים ובעמוד השדרה.
4. הסטודנט יכיר את המצבים האורתופדיים המחייבים משנה זהירות בטיפול בעיסוי.
5. הסטודנט ידע לבצע בדיקות בסיסיות למפרקים פריפריים ולעמוד השדרה.
6. הסטודנט יכיר את עקרונות הטיפול בפגיעות אורתופדיות.

### **תיאור הקורס**

התלמידים ילמדו בשני נושאי לימוד עיקריים :

1. אורתופדיה – 30 שעות
2. בדיקת מפרקים – 10 שעות. שיעורים מעשיים בבדיקת מפרקים הם המשך של החומר העיוני באורתופדיה ויתקיימו בהתאם להתקדמות בחומר.

### **אופן הלימוד**

הרצאות ושיעורים מעשיים בכיתת הלימוד.

### **דרישות הקורס**

נוכחות פעילה בשיעורים (חובה בשיעורים מעשיים).  
מבחנים מסכמים – עיוני באורתופדיה ומעשי בבדיקת מפרקים בסוף הקורס. הרכב הציון הסופי בקורס : אורתופדיה – 70%, בדיקת מפרקים – 30%. על הסטודנט לעבור כל מבחן עם ציון "עובר" (55) לפחות.

### **חובות התלמיד**

על התלמידים בקורס חלה חובת נוכחות ב- 80% מהשיעורים. תלמיד אשר יעדר מעל ל- 20% מסך שעות הלימוד, לא יורשה לגשת לבחינה.

### **ביבליוגרפיה**

1. מטרני ר., **פציעות ספורט**, מכון וינגייט, עמנואל גילת, 1993.
2. Hertling D, Kessler RM **Management of common musculoskeletal disorders**, 3<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: Lippincot, 1996.
3. Delee C, Drez D, **Orthopedic sports medicine** (e-book): principles and practice, Philadelphia, PA: Elsevier Science, 2003.
4. Donatelli R, Wooden MJ, **Orthopedic Physical Therapy**. New York: Churchill Livingstone, 2001.
5. Hoppenfeld S, **Physical examination of the spine and extremities**. New York: Appleton-Century-Crofts, 1976.



מכון וינגייט  
WINGATE INSTITUTE

**\*\*אורתופדיה ובדיקת מפרקים**

משך הקורס : 30 שעות

רכז הקורס : ויטלי רוזנפלד

**נושאי הקורס**

מספר שעות	תוכן השיעור	נושא	יחידת לימוד
1	הגדרת המקצוע	מבוא	אורתופדיה ובדיקת מפרקים
2	שברים וסיווגם, פיזיולוגיה של איחוי השבר, טיפול בשברים		
1	כאב, דלקות כרוניות ואקוטיות. פיזיולוגיה של ריפוי הדלקת.		
1	פגיעות ברקמות הרכות – שרירים, גידים ורצועות.		
1	חשיבה קלינית		
1	תהליך בדיקת המפרק		
2	כוח השריר		
1	תחושה שטחית ועמוקה		
1	תנועה אקטיבית ופסיבית		
1	מעשי		
1	חזרה על אנטומיה של עמוד השדרה	בעיות של עמוד השדרה	
2	פגיעות באזור המותן (פריצת דיסק, היצרות עמוד השדרה, כאב גב לא ספציפי ועוד...)		
2	פגיעות באזור הצוואר (פריצת דיסק, צליפת שוט, צוואר תפוס, כאב ראש ממקור צווארי)		
1	עיוותים בעמוד השדרה		
3	מעשי		
3	פגיעות של כתף וזרוע עליון (תסמונת התפס, כתף קפואה, פגיעות הגידים והבורסה ועוד)	בעיות בגף עליון	
2	פגיעות במרפק והאמה (מרפק טניס, מרפק גולף, תסמונת תעלה הקרפלית ועוד)		
3	מעשי		
3	מחלות ניווניות של המפרקים, פגיעות בירך (כאבים במפשעה ובאזור הטרוכנטר ועוד)	בעיות בגף תחתון	
3	פגיעות בברך ובקרסול (רצועות, מניסקוס, נקע, כאבי ברך קדמית ועוד)		
2	מעשי	מבחן עיוני ומעשי	
3			



## המחלקה לרפואה משלימה

קורס עיסוי רפואי בכיר

240 שעות הוראה

### נושאים נבחרים

תוצרים / קהל היעד	נושא
טכניקה ייחודית לשחרור מעטפת השריר לסובלים מכאב ולטיפול בבעיות אורתופדיות	הוראה עיסוי רקמות עמוק
לטיפול בבעיות מפרקים, שימור והגדלת טווח התנועה, הקלה מכאב	הוראת הנעת מפרקים
מטרת הטיפול היא שיפור "זרימת האנרגיה" בגוף, שחרור חסימות היוצרות כאב, מחלות ומיחושים בשרירים, בגידים ובמפרקים. הטיפול מאפשר תנועה חופשית של המטופל הלבוש בבגדים נוחים	הוראת "אנמו"
טכניקות "נענוע" להפחתת כאב ולשחרור שרירים	הוראת איזון שרירים
להורדת רמות לחץ וחרדה, לשיפור איכות השינה, להורדת נפיחות במפרקים	הוראת נשים בהריון
ולהקלה על כאבי שרירים והתכווצויות	הוראת s.t.s
טכניקה טיפולית להפחתת כאב בשרירים ובמפרקים	הוראת דיקור יבש
טיפול מתקדם להפחתת הכאב, טיפול בטריגר פוינט	הוראת Fascial Mobilization