

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

מדריך ספורט

כיום יותר מתמיד, כאשר אנחנו מודעים ליעילות של הכושר הגופני, המודעות לנושא זה בקרב האוכלוסייה עולה עם השנים. כבר מגיל קטן בגן הילדים ולאחר מכן בבית הספר, משרד החינוך מחויב ללמד את הילדים חינוך גופני, לאמן אותם במגוון תחומים ובסופו של דבר לבחון את הילדים עבור מבחני בגרויות. אין ספק כי לימודי הספורט הללו משתלמים, בהעסקת הילדים בריצה או בכל פעילות ספורטיבית אחרת, שתעניק להם בריאות תקינה ואורח חיים תקין. ישנם ילדים שחוזרים אחרי בית הספר לביתם ואינם עוסקים כלל בשום פעילות ספורטיבית לאור הטכנולוגיה המתקדמת שגרמה לילדים לשבת על הספה כל היום ולהתעסק בגאדג'טים ובשיחות אלקטרוניות במחשב ובפלאפון.

התעמלות אומנותית

מאחר שזהו המצב, הפעילות הגופנית בבתי הספר מאוד חשובה ואף הכרחית להתנהלות תקינה של ילדים בכל גיל. המכללה האקדמית בוינגייט מכשירה תלמידים במגוון תחומים הקשורים לעולם הספורט, האימון וההדרכה. ישנו קורס מאמנים בהתעמלות, קורס אשר מכשיר **מדריך ספורט** בהתעמלות אומנותית. בין הלימודים השונים, יילמדו קורסים בהתעמלות מכשירים, התעמלות טרמפולינות, התעמלות אקרובטיות ועוד. בנוסף לקורס זה, ישנו קורס מדריכי כושר אשר מכשיר **מדריך ספורט** לאימון קטינים בחדר כושר. הקורס מקנה כלים שיעזרו לתלמיד לעזור למתאמן לשמור על בריאותו ולשפר את תפקודו בחדר הכושר. בין הלימודים השונים, כל **מדריך ספורט** ילמד אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, פציעות ספורט, פעילות גופנית בבריאות ובחולי ועוד.

אורח חיים בריא

כל **מדריך ספורט** יודע כי שילוב של כושר גופני עם תזונה בריאה זה הוא המפתח הנכון לאורח חיים תקין ולאריכות חיים. ניתן לראות קהילות שלמות שחיות וניזונות מתבואה שהם מגדלים לעצמם, כמו העבריים מדימונה, להם יש אדמה פרטית בה הם מגדלים את הפירות והירקות באופן אורגני, ללא חומרי הדברה ומזיקים אחרים. יחד עם זאת, הם מתמידים לעשות פעילות גופנית בכל יום, לעבוד בגינה, לרקוד ולעסוק בתחומים שונים בסביבה החיצונית, בניגוד לאנשים המודרניים, שלרוב ישבו לצפות בטלוויזיה בזמנם הפנוי. ספורט זה אורח חיים ולא הכרח חד פעמי ולכן המכללה האקדמית בוינגייט מכשירה את תלמידיה להבין את התחום על בשרם ולאהוב אותו ולא רק לבצע מטלות.