

شهادة الخبرة الجامعية  
التغذية في الرياضة المائية  
في مجال التمريض



الجامعة  
التكنولوجية **tech**

## شهادة الخبرة الجامعية التغذية في الرياضة المائية في مجال التمريض

- « طريقة الدراسة: عبر الإنترنت
- « مدة الدراسة: 6 أشهر
- « المؤهل العلمي من: TECH الجامعة التكنولوجية
- « مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة
- « الامتحانات: عبر الإنترنت

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: [www.techtute.com/ae/nursing/postgradute-diploma/postgraduate-diploma-nutrition-aquatic-sports-nursing](http://www.techtute.com/ae/nursing/postgradute-diploma/postgraduate-diploma-nutrition-aquatic-sports-nursing)

# الفهرس

02

الأهداف

صفحة 8

01

المقدمة

صفحة 4

05

المنهجية

صفحة 22

04

المنهجية

صفحة 18

03

هكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

صفحة 12

06

المؤهل العلمي

صفحة 32

# المقدمة

تدرك منظمة الصحة العالمية الدور الحاسم الذي تلعبه التغذية في الأداء الرياضي والصحة العامة للرياضيين. هذا مهم بشكل خاص في سياق الرياضات المائية، حيث يواجه المستخدمون متطلبات بدنية فريدة من نوعها. في هذه الحالة، تقع على عاتق أخصائيي التمرير مسؤولية تلبية الاحتياجات الغذائية المحددة لهؤلاء الأفراد من منظور شامل من أجل تحسين صحتهم العامة. مع ذلك، يتطلب ذلك من الأخصائيين التعمق في فسيولوجيا هذه التخصصات الرياضية من أجل توفير رعاية شخصية تلبي المتطلبات الفردية لمرضاهم. لهذا السبب تطلق TECH شهادة جامعية مبتكرة عبر الإنترنت تركز على النظام الغذائي للرياضيين المائيين.



بفضل شهادة الخبرة الجامعية هذه، الذي يعتمد على  
إعادة التعلم (المعروفة بـ Relearning)، ستتمكن من  
تصميم الخطط الغذائية الأكثر فعالية للرياضيين المائيين  
لتحسين أدائهم وصحتهم"



تحتوي شهادة الخبرة الجامعية في التغذية في الرياضة المائية في مجال التمريض على البرنامج العلمي الأكثر في مجال التمريض اكتمالا وتحديثا في السوق. أبرز خصائصه هي:

- ♦ تطوير دراسات الحالة التي يقدمها خبراء في التغذية والحمية الغذائية
- ♦ محتوياتها البيانية والتخطيطية والعملية البارزة التي يتم تمورها بها تجمع المعلومات العلمية والعملية حول تلك التخصصات الأساسية للممارسة المهنية
- ♦ التمارين العملية حيث يمكن إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- ♦ تركيزه الخاص على المنهجيات المبتكرة
- ♦ دروس نظرية وأسئلة للخبراء ومنتديات مناقشة حول القضايا المثيرة للجدل وأعمال التفكير الفردية
- ♦ توفر المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل بالإنترنت

خلال فترة الحمل، تواجه النساء الرياضيات تحديًا صعبًا يتمثل في تحقيق التوازن بين احتياجاتهن الغذائية والمتطلبات البدنية لأنشطتهن الرياضية. على نفس المنوال، يحتاج هؤلاء الأفراد إلى رعاية سريرية خاصة لضمان النمو الأمثل للجنين والحفاظ على صحته. في مواجهة هذه الظروف، تقدم الممرضات مساهمة كبيرة من خلال ضمان حصول مرضاهن على الكمية المناسبة من العناصر الغذائية للحفاظ على صحتهم وصحة أطفالهن الذين في طور النمو. لذلك، فهم بحاجة إلى مواكبة أحدث التوصيات الغذائية.

من أجل مساعدتهم في هذا التحديث، نفذ TECH برنامجاً ثورياً في مجال التغذية الرياضية المائية للممرضين والممرضات. سيتمق مسار الرحلة الأكاديمية في فسيولوجيا مختلف التخصصات الرياضية (مثل التجديف أو ركوب الأمواج أو الإبحار) مع الأخذ في الاعتبار جوانب مثل استقلاب الطاقة أو تكوين الجسم أو القدرة على التحمل. بهذه الطريقة، سيتمكن الخريجون من تقييم الاحتياجات الغذائية للرياضيين. بالإضافة إلى ذلك، ستركز المواد التدريبية على النهج الغذائي لفئات سكانية محددة مثل الرياضيات أو الأطفال أو الرياضيين المسنين. بفضل ذلك، سيقوم الأخصائيون بتصميم خطط تغذية مخصصة لتحسين الأداء الرياضي والصحة لهؤلاء المستخدمين. بالإضافة إلى ذلك، سيشهد البرنامج مشاركة مدير دولي مشهور كضيف شرف، حيث سيقدم للخريجين المكملات الغذائية الأكثر تطوراً للوقاية من الإصابات وتعزيز تعافي العضلات.

يكتسب المؤهل العلمي ديناميكية أكبر بفضل أقراص الوسائط المتعددة ومجموعة متنوعة من الموارد التعليمية التي تقدمها TECH (مثل القراءات المتخصصة أو الملخصات التفاعلية أو حالات الدراسة). بالمثل، ستتيح منهجية إعادة التعلم (المعروفة بـ Relearning) التي تستخدمها هذه المؤسسة التكنولوجية للمهنيين الحصول على تحديث أكثر فعالية في فترة زمنية أقصر. بهذه الطريقة، ستكون عملية تعلمهم طبيعية وتدرجية تمامًا، لذا لن يضطروا لقضاء ساعات طويلة في الدراسة.

سيقدم المدير الدولي المُستضاف المرموق  
صفوف دراسية متقدمة وصارمة لتحسين  
ممارستك السريرية بشكل كبير"



هل تريد أن تدمج المكملات الغذائية الأكثر تطوراً للرياضيين الكبار في ممارستك؟ حقق ذلك مع هذا البرنامج.

مع أفضل أساليب التعلم القيمة للتدريس عبر الإنترنت ، ستسمح لك هذه الشهادة الجامعية بتجديد معرفتك بطريقة ثابتة وفعالة.

ستتعلم المزيد عن متطلبات الطاقة للرياضيات  
الحوامل وستأكد من حصولهن على كمية  
الطاقة التي يحتاجها للحفاظ على صحتهن  
خلال هذه المرحلة"



البرنامج يضم في أعضاء هيئة تدريسه محترفين في المجال يصونون في هذا التدريب خبرة عملهم، بالإضافة إلى متخصصين معترف بهم من الشركات الرائدة والجامعات المرموقة.

سيتيح محتوى البرنامج المتعدد الوسائط، والذي صيغ بأحدث التقنيات التعليمية، للمهني التعلم السياقي والموقعي، أي في بيئة محاكاة توفر تدريباً غامراً مبرمجاً للتدريب في حالات حقيقية.

يركز تصميم هذا البرنامج على التعلّم القائم على المشكلات، والذي يجب على المهني من خلاله محاولة حل مختلف مواقف الممارسة المهنية التي تنشأ على مدار السنة الدراسية. للقيام بذلك، سيحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر من قبل خبراء مشهورين.



# الأهداف

عند الانتهاء من هذا البرنامج الجامعي، سيكون لدى أخصائيي التمريض فهم شامل للاحتياجات الغذائية المحددة للرياضيين في التخصصات المائية (مع مراعاة مدة التمرين وشدته). بالتالي سيكون الخريجون مؤهلين تأهيلاً عالياً لتقييم الحالة الغذائية لهؤلاء الأفراد. تماشياً مع ذلك، سيقوم الأخصائيون بتطوير المهارات السريرية لتصميم خطط وجبات مخصصة لتحسين أداء وصحة هذه الفئة من السكان. بالإضافة إلى ذلك، سيتم إطلاعهم على أحدث التطورات في المكملات الغذائية لتسريع عملية تعافي العضلات لدى مرضاك.

سوف تكتسب كفاءات متقدمة للعمل بطريقة متعددة  
التخصصات مع أخصائيين صحيين آخرين في الرعاية  
الشاملة للرياضيين العائيين"



## الأهداف العامة



- ♦ إدارة المعرفة المتقدمة حول التخطيط الغذائي للرياضيين المحترفين وغير المحترفين من أجل الإدراك الصحي للتمرين البدني
- ♦ إدارة المعرفة المتقدمة حول التخطيط الغذائي للرياضيين المحترفين من مختلف التخصصات لتحقيق أقصى قدر من الأداء الرياضي
- ♦ إدارة المعرفة المتقدمة حول التخطيط الغذائي في الرياضات الجماعية المحترفة لتحقيق أقصى قدر من الأداء الرياضي
- ♦ إدارة وتعزيز المبادرة، وروح المبادرة لإطلاق المشاريع المتعلقة بالتغذية في النشاط البدني والرياضة
- ♦ معرفة كيفية دمج التطورات العلمية المختلفة في المجال المهني للفرد
- ♦ تطوير القدرة على العمل في بيئة متعددة التخصصات
- ♦ فهم متقدم للسياق الذي يتم فيه تطوير مجال تخصصك

## الأهداف المحددة



### الوحدة 1. الرياضات المائية

- ♦ فهم المطالب والمتطلبات التي تأتي مع النشاط الرياضي في البيئة المائية
- ♦ تفريق الاحتياجات الغذائية بين الرياضات المائية المختلفة

### الوحدة 2. الرياضة حسب فئة الوزن

- ♦ فهم بعمق استراتيجيات التغذية في إعداد الرياضي للمنافسة
- ♦ التحسين من خلال النهج الغذائي لتحسين تكوين الجسم

### الوحدة 3. مراحل مختلفة أو مجموعات سكانية محددة

- ♦ شرح الخصائص الخاصة على المستوى الفيزيولوجي التي يجب أخذها في الاعتبار في النهج الغذائي لمجموعات مختلفة
- ♦ فهم بعمق تأثير العوامل الخارجية والداخلية على النهج الغذائي لهذه المجموعات



سوف تقوم بتحديث معرفتك من خلال حالات  
حقيقية وحل المواقف المعقدة في بيئات  
التعلم بالمحاكاة"



# هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

من أجل تصميم هذا البرنامج وتقديمه، جمعت TECH خبراء مرموقين في مجال التغذية وعلوم التغذية. يتميز هؤلاء المحترفون، الذين يشكلون هيئة التدريس، بخبرتهم العملية الواسعة، حيث قاموا بتحسين الأداء الرياضي والرفاهية العامة للرياضيين من جميع الأعمار. نتيجة لذلك، قام هؤلاء المتخصصون بتطوير محتوى تدريبي عالي الجودة مصمم خصيصاً لتلبية احتياجات سوق العمل اليوم. بهذه الطريقة، سيكتسب الخريجون خبرة أكاديمية تفتح لهم فرص عمل جديدة.



سيزودك أساتذة شهادة الخبرة الجامعية بالمكملات الغذائية الأكثر فعالية لاستعادة العضلات بعد التمارين البدنية المكثفة"



## المديرة الدولية المستضافة



أظهرت Jamie Meeks طوال حياتها المهنية تفانيها في مجال التغذية الرياضية. فبعد تخرجها من جامعة ولاية لويزيانا وحصولها على شهادة في التغذية الرياضية، سرعان ما برز نجمها. قد تم الاعتراف بموهبتها والتزامها عندما حصلت على جائزة أخصائية التغذية الشابة للعام من جمعية لويزيانا للتغذية، وهو إنجاز كان بمثابة بداية مسيرة مهنية ناجحة.

بعد حصولها على درجة البكالوريوس، واصلت Jamie Meeks تعليمها في جامعة أركنساس، حيث أكملت فترة تدريبها في علم التغذية. ثم حصلت على درجة الماجستير في علم الحركة مع التركيز على فسيولوجيا التمارين الرياضية من جامعة ولاية لويزيانا. شغفها بمساعدة الرياضيين على الوصول إلى أقصى إمكاناتهم والتزامها الدؤوب بالتميز جعل منها شخصية رائدة في مجتمع الرياضة والتغذية.

قادت معرفتها العميقة في هذا المجال إلى أن تصبح أول مديرة للتغذية الرياضية في تاريخ القسم الرياضي بجامعة ولاية لويزيانا. هناك قامت بتطوير برامج مبتكرة لتلبية الاحتياجات الغذائية للرياضيين و تثقيفهم حول أهمية التغذية السليمة. و تثقيفهم حول أهمية التغذية السليمة لتحقيق الأداء الأمثل.

بعد ذلك، شغلت منصب مديرة التغذية الرياضية لفريق New Orleans Saints في اتحاد كرة القدم الأمريكية (NFL) من خلال هذا المنصب، كرّست نفسها لضمان حصول اللاعبين المحترفين على أفضل رعاية غذائية ممكنة، والعمل عن كثب مع المدربين والمدربين والطاقم الطبي لتحسين الأداء والصحة الفردية.

على هذا النحو، تُعتبر Jamie Meeks رائدة حقيقية في مجالها، فهي عضو نشط في العديد من الجمعيات المهنية وتشارك في النهوض بالتغذية الرياضية على المستوى الوطني. في هذا الصدد، فهي أيضاً عضوة في أكاديمية التغذية وعلم التغذية ورابطة أخصائيي التغذية الرياضية الجماعية وأخصائيي التغذية الرياضية لدى أخصائيي التغذية الرياضية المعتمدين والمحترفين.

## أ. Jamie Meeks

- ♦ مديرة التغذية الرياضية، NFL New Orleans Saints، لويزيانا، الولايات المتحدة الأمريكية
- ♦ منسقة التغذية الرياضية في جامعة ولاية لويزيانا
- ♦ أخصائية تغذية مسجلة في أكاديمية التغذية وعلم التغذية
- ♦ شهادة اختصاصية معتمدة في علم التغذية الرياضية
- ♦ ماجستير في علم الحركة مع تخصص في فسيولوجيا التمارين الرياضية من جامعة ولاية لويزيانا
- ♦ بكالوريوس العلوم في علم التغذية من جامعة ولاية لويزيانا
- ♦ عضو في: رابطة أخصائيي التغذية الرياضية الجماعية للمحترفين، مجموعة الممارسة الغذائية، التغذية الرياضية للقلب والأوعية الدموية ومجموعة ممارسة التغذية الرياضية القلبية الوعائية للقلب والأوعية الدموية والتغذية الصحية

بفضل TECH ستتمكن من التعلم  
مع أفضل المحترفين في العالم"



## هيكـل الإدارة

### د. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ أخصائي تغذية في أندية كرة القدم المحترفة
- ♦ رئيس قسم التغذية الرياضية، نادي Albacete Balompié SAD
- ♦ رئيس قسم التغذية الرياضية، الجامعة الكاثوليكية San Antonio في Murcia، نادي يوكام مورسيا لكرة القدم مستشار علمي Nutrium
- ♦ مستشار التغذية، مركز Impulso
- ♦ أستاذ ومنسق الدراسات العليا
- ♦ دكتوراه في التغذية وسلامة الأغذية، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية
- ♦ بكالوريوس في التغذية البشرية وعلم التغذية، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية
- ♦ ماجستير التغذية العلاجية، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية
- ♦ أكاديمي الأكاديمية الإسبانية للتغذية وعلم التغذية (AEND)



## الأساتذة

### د. Montoya Castaño, Johana

- ♦ أخصائية التغذية الرياضية
- ♦ أخصائية تغذية، وزارة الرياضة الكولومبية (Mindeportes)
- ♦ مستشارة علمية، Bionutrition, Medellín
- ♦ مدرسة تغذية رياضية في المرحلة الجامعية
- ♦ أخصائية التغذية، جامعة Antioquia
- ♦ ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية

### د. Ramírez Munuera, Marta

- ♦ أخصائية تغذية رياضية وخبيرة في رياضات القوة
- ♦ أخصائية تغذية، M10 للصحة واللياقة البدنية، مركز الصحة والرياضة
- ♦ أخصائية تغذية، Mario Ortiz للتغذية
- ♦ مدرسة في دورات وورش عمل حول التغذية الرياضية
- ♦ متحدثة في المؤتمرات والندوات حول التغذية الرياضية
- ♦ بكالوريوس في التغذية البشرية وعلم التغذية، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية
- ♦ ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة، جامعة San Antonio de Murcia الكاثوليكية

**د. Martínez-Noguera, Francisco Javier**

- ♦ أخصائي التغذية الرياضية في CIARD-UCAM
- ♦ أخصائي تغذية رياضية في عيادة العلاج الطبيعي Jorge Lledó
- ♦ مساعد باحث في CIARD-UCAM
- ♦ أخصائي تغذية رياضية في نادي UCAM مورسيا لكرة القدم
- ♦ أخصائي تغذية في مركز SANO
- ♦ أخصائي تغذية رياضية في نادي كرة السلة في UCAM مورسيا
- ♦ دكتور في علوم الرياضة من جامعة San Antonio الكاثوليكية بمدينة Murcia
- ♦ بكالوريوس في التغذية البشرية وعلم التغذية من الجامعة الكاثوليكية في San Antonio بمدينة Murcia
- ♦ ماجستير في التغذية والأمن الغذائي من الجامعة الكاثوليكية في San Antonio Murcia

اغتنم الفرصة للتعرف على أحدث التطورات في  
هذا الشأن لتطبيقها في ممارستك اليومية"



# الهيكل والمحتوى

من خلال هذه الشهادة الجامعية، سيكون لدى الممرضات فهم قوي للاحتياجات الغذائية للرياضيين المائين. تحقيقاً لهذه الغاية، سيتعمق المنهج في فسيولوجيا مجموعة متنوعة من التخصصات (من السباحة إلى كرة الماء)، بالإضافة إلى عوامل مثل استقلاب الطاقة والقوة والتحمل. سيتمكن ذلك الخريجين من التعرف على الجوانب التي تؤثر على المدخول الغذائي والحالة الغذائية للأفراد (بما في ذلك كثافة التدريب). بالإضافة إلى ذلك، سيتناول جدول الأعمال أيضاً النظام الغذائي لفئات سكانية محددة مثل النساء الحوامل أو الأطفال أو الرياضيين الكبار.



سوف تكون قادرًا على إجراء تقييمات غذائية شاملة  
لتحديد أوجه القصور الغذائي لدى الرياضيين المائيين"



## الوحدة 1. الرياضات المائية

- 1.1 تاريخ الرياضة المائية
  - 1.1.1 الألعاب الأولمبية والبطولات الكبرى
  - 2.1.1 الرياضات المائية في يومنا الحاضر
- 2.1 قيود الأداء
  - 2.1.1 في الرياضات المائية في الماء (السباحة ، كرة الماء ، إلخ)
  - 2.2.1 في الرياضات المائية على الماء (ركوب الأمواج والإبحار والتجديف وما إلى ذلك)
- 3.1 الخصائص الأساسية للرياضات المائية
  - 1.3.1 الرياضات المائية في الماء (السباحة، كرة الماء، إلخ)
  - 2.3.1 الرياضات المائية على الماء (ركوب الأمواج والإبحار والتجديف وما إلى ذلك)
- 4.1 افسولوجيا الرياضات المائية
  - 1.4.1 استقلاب الطاقة
  - 2.4.1 النمط الحيوي للرياضي
- 5.1 التدريب
  - 1.5.1 القوة
  - 2.5.1 المقاومة
- 6.1 تكوين الجسم
  - 1.6.1 السباحة
  - 2.6.1 كرة الماء
- 7.1 ما قبل المنافسة
  - 1.7.1 ثلاث ساعات قبل
  - 2.7.1 قبل 1 ساعة
- 8.1 ما قبل المنافسة
  - 1.8.1 الكربوهيدرات
  - 2.8.1 الإماهة
- 9.1 ما بعد المنافسة
  - 1.9.1 الترطيب
  - 2.9.1 البروتين
- 10.1 الوسائل المساعدة على الحركة
  - 1.10.1 الكرياتين
  - 2.10.1 مادة الكافيين

## الوحدة 3. مراحل مختلفة أو مجموعات سكانية محددة

- 1.3. التغذية عند المرأة الرياضية
  - 1.1.3. العوامل المقيدة
  - 2.1.3. المتطلبات
- 2.3. الدورة الشهرية
  - 1.2.3. المرحلة الأصفرية
  - 2.2.3. المرحلة الجرابية
- 3.3. ثلوث
  - 1.3.3. انقطاع الطمث
  - 2.3.3. هشاشة العظام
- 4.3. التغذية عند المرأة الرياضية الحامل
  - 1.4.3. متطلبات الطاقة
  - 2.4.3. المغذيات الدقيقة
- 5.3. آثار ممارسة الرياضة البدنية لدى الطفل الرياضي
  - 1.5.3. تدريب القوة
  - 2.5.3. تدريب التحمل
- 6.3. التربية الغذائية لدى الطفل الرياضي
  - 1.6.3. السكر
  - 2.6.3. TCA
- 7.3. المتطلبات الغذائية للطفل الرياضي
  - 1.7.3. الكربوهيدرات
  - 2.7.3. البروتينات
- 8.3. التغييرات المرتبطة بالشيخوخة
  - 1.8.3. النسبة المئوية للدهون في الجسم
  - 2.8.3. الكتلة العضلية
- 9.3. المشاكل الرئيسية في الرياضيين الكبار في السن
  - 1.9.3. المفاصل
  - 2.9.3. صحة القلب والأوعية الدموية
- 10.3. مكملات مثيرة للاهتمام في الرياضيين الكبار في السن
  - 1.10.3. بروتين مصّل الحليب
  - 2.10.3. الكرياتين

## الوحدة 2. الرياضة حسب فئة الوزن

- 1.2. خصائص الرياضات الرئيسية حسب فئة الوزن
  - 1.1.2. التنظيم
  - 2.1.2. الفئات
- 2.2. برمجة الموسم
  - 1.2.2. المسابقات
  - 2.2.2. الدورة الكبرى
- 3.2. تكوين الجسم
  - 1.3.2. الرياضات القتالية
  - 2.3.2. رفع الأثقال
- 4.2. مراحل اكتساب كتلة عضلية
  - 1.4.2. النسبة المئوية للدهون في الجسم
  - 2.4.2. البرمجة
- 5.2. مراحل التعريف
  - 1.5.2. الكربوهيدرات
  - 2.5.2. البروتين
- 6.2. ما قبل المنافسة
  - 1.6.2. Peek Weak
  - 2.6.2. قبل قياس الوزن
- 7.2. ما قبل المنافسة
  - 1.7.2. التطبيقات العملية
  - 2.7.2. Timming
- 8.2. ما بعد المنافسة
  - 1.8.2. الترطيب
  - 2.8.2. البروتين
- 9.2. الوسائل المساعدة على الحركة
  - 1.9.2. الكرياتين
  - 2.9.2. بروتين مصّل الحليب

# منهجية الدراسة

TECH هي أول جامعة في العالم تجمع بين منهجية دراسات الحالة مع التعلم المتجدد، وهو نظام تعلم 100% عبر الإنترنت قائم على التكرار الموجهتم تصميم هذه الاستراتيجية التربوية المبتكرة لتوفير الفرصة للمهنيين لتحديث معارفهم وتطوير مهاراتهم بطريقة مكثفة ودقيقة. نموذج تعلم يضع الطالب في مركز العملية الأكاديمية ويمنحه كل الأهمية، متكيفاً مع احتياجاته ومتخلياً عن المناهج الأكثر تقليدية

TECH تُعدُّك لمواجهة تحديات جديدة في بيئات غير مؤكدة  
وتحقيق النجاح في مسيرتك المهنية"



## الطالب: الأولوية في جميع برامج TECH

في منهجية الدراسة في TECH، يعتبر الطالب البطل المطلق.

تم اختيار الأدوات التربوية لكل برنامج مع مراعاة متطلبات الوقت والتوافر والدقة الأكاديمية التي، في الوقت الحاضر، لا يطلبها الطلاب فحسب، بل أيضًا أكثر المناصب تنافسية في السوق

مع نموذج TECH التعليمي غير المتزامن، يكون الطالب هو من يختار الوقت الذي يخصصه للدراسة، وكيف يقرر تنظيم روتينه، و كل ذلك من الجهاز الإلكتروني المفضّل لديه. لن يحتاج الطالب إلى حضور دروس مباشرة، والتي غالبًا ما لا يستطيع حضورها. سيقوم بأنشطة التعلم عندما يناسبه ذلك سيستطيع دائمًا تحديد متى وأين يدرس

في TECH لن تكون لديك دروس مباشرة  
(وألتي لا يمكنك حضورها أبدًا لاحقًا)"



## المناهج الدراسية الأكثر شمولاً على مستوى العالم

تتميز TECH بتقديم أكثر المسارات الأكاديمية اكتمالاً في المحيط الجامعي. يتم تحقيق هذه الشمولية من خلال إنشاء مناهج لا تغطي فقط المعارف الأساسية، بل تشمل أيضًا أحدث الابتكارات في كل مجال.

من خلال التحديث المستمر، تتيح هذه البرامج للطلاب البقاء على اطلاع دائم على تغييرات السوق واكتساب المهارات الأكثر قيمة لدى أصحاب العمل. وبهذه الطريقة، يحصل الذين يnehون دراساتهم في TECH الجامعة التكنولوجية على إعداد شامل يمنحهم ميزة تنافسية ملحوظة للتقدم في مساراتهم المهنية.

وبالإضافة إلى ذلك، سيتمكنون من القيام بذلك من أي جهاز، سواء كان حاسوبًا شخصيًا، أو جهازًا لوحيًا، أو هاتفًا ذكيًا.



نموذج TECH الجامعة التكنولوجية غير متزامن، مما يسمح لك بالدراسة باستخدام حاسوبك الشخصي، أو جهازك اللوحي، أو هاتفك الذكي أينما شئت، ومتى شئت، وللمدة التي تريدها"



## Case studies أو دراسات الحالة

كانت طريقة الحالة هي نظام التعلم الأكثر استخداماً من قبل أفضل الكليات في العالم. قد كان منهج الحالة النظام التعليمي الأكثر استخداماً من قبل أفضل كليات الأعمال في العالم. تم تطويره في عام 1912 لكي لا يتعلم طلاب القانون القوانين فقط على أساس المحتوى النظري، بل كان دوره أيضاً تقديم مواقف حقيقية معقدة لهم. وهكذا، يمكنهم اتخاذ قرارات وإصدار أحكام قيمة مبنية على أسس حول كيفية حلها. في عام 1924 تم تحديد هذه المنهجية كمنهج قياسي للتدريس في جامعة Harvard.

مع هذا النموذج التعليمي، يكون الطالب نفسه هو الذي يبني كفاءته المهنية من خلال استراتيجيات مثل التعلم بالممارسة أو التفكير التصميمي، والتي تستخدمها مؤسسات مرموقة أخرى مثل جامعة ييل أو ستانفورد. سيتم تطبيق هذه الطريقة، الموجهة نحو العمل، طوال المسار الأكاديمي الذي سيخوضه الطالب مع TECH الجامعة التكنولوجية.

سيتم تطبيق هذه الطريقة الموجهة نحو العمل على طول المسار الأكاديمي الكامل الذي سيخوضه الطالب مع TECH. وبهذه الطريقة سيواجه مواقف حقيقية متعددة، وعليه دمج المعارف والبحث والمجادلة والدفاع عن أفكاره وقراراته. كل ذلك مع فرضية الإجابة على التساؤل حول كيفية تصرفه عند مواجهته لأحداث معقدة محددة في عمله اليومي.





## طريقة Relearning

في TECH، يتم تعزيز دراسات الحالة بأفضل طريقة تدريس عبر الإنترنت بنسبة 100%: إعادة التعلم.

هذه الطريقة تكسر الأساليب التقليدية للتدريس لوضع الطالب في مركز المعادلة، وتزويده بأفضل المحتويات في صيغ مختلفة. بهذه الطريقة، يتمكن من مراجعة وتكرار المفاهيم الأساسية لكل مادة وتعلم كيفية تطبيقها في بيئة حقيقية.

وفي هذا السياق، وبناء على العديد من الأبحاث العلمية، يعتبر التكرار أفضل وسيلة للتعلم. لهذا السبب، تقدم TECH بين 8 و16 تكرارًا لكل مفهوم أساسي داخل نفس الدرس، مقدمة بطرق مختلفة، بهدف ضمان ترسيخ المعرفة تمامًا خلال عملية الدراسة.

ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة باسم Relearning، التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في تخصصك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.



سنسمح لك طريقة الدراسة عبر الإنترنت لهذا البرنامج بتنظيم وقتك ووتيرة تعلمك، وتكييفها مع جدولك الزمني“

#### تُبرر فعالية المنهج بأربعة إنجازات أساسية:

1. الطلاب الذين يتبعون هذا المنهج لا يحققون فقط استيعاب المفاهيم، ولكن أيضاً تنمية قدراتهم العقلية من خلال التمارين التي تقيم المواقف الحقيقية وتقوم بتطبيق المعرفة المكتسبة.
2. يركز منهج التعلم بقوة على المهارات العملية التي تسمح للطلاب بالاندماج بشكل أفضل في العالم الحقيقي.
3. يتم تحقيق استيعاب أبسط وأكثر كفاءة للأفكار والمفاهيم، وذلك بفضل منهج المواقف التي نشأت من الواقع.
4. يصبح الشعور بكفاءة الجهد المستثمر حافزاً مهماً للغاية للطلاب، مما يترجم إلى اهتمام أكبر بالتعلم وزيادة في الوقت المخصص للعمل في المحاضرة الجامعية.

#### حرم جامعي افتراضي 100% عبر الإنترنت مع أفضل الموارد التعليمية.

من أجل تطبيق منهجيته بفعالية، يركز برنامج TECH على تزويد الخريجين بمواد تعليمية بأشكال مختلفة: نصوص، وفيديوهات تفاعلية، ورسوم توضيحية وخرائط معرفية وغيرها. تم تصميمها جميعاً من قبل مدرسين مؤهلين يركزون في عملهم على الجمع بين الحالات الحقيقية وحل المواقف المعقدة من خلال المحاكاة، ودراسة السياقات المطبقة على كل مهنة مهنية والتعلم القائم على التكرار من خلال الصوتيات والعروض التقديمية والرسوم المتحركة والصور وغيرها.

تشير أحدث الأدلة العلمية في مجال علم الأعصاب إلى أهمية مراعاة المكان والسياق الذي يتم فيه الوصول إلى المحتوى قبل البدء في عملية تعلم جديدة. إن القدرة على ضبط هذه المتغيرات بطريقة مخصصة تساعد الأشخاص على تذكر المعرفة وتخزينها في الحُصين من أجل الاحتفاظ بها على المدى الطويل. هذا هو نموذج التعلم الإلكتروني المعتمد على السياق العصبي المعرفي العصبي، والذي يتم تطبيقه بوعي في هذه الدرجة الجامعية.

من ناحية أخرى، ومن أجل تفضيل الاتصال بين المرشد والمتدرب قدر الإمكان، يتم توفير مجموعة واسعة من إمكانيات الاتصال، سواء في الوقت الحقيقي أو المؤجل (الرسائل الداخلية، ومنتديات المناقشة، وخدمة الهاتف، والاتصال عبر البريد الإلكتروني مع مكتب السكرتير الفني، والدرشة ومؤتمرات الفيديو).

وبالمثل، سيسمح هذا الحرم الجامعي الافتراضي المتكامل للغاية لطلاب TECH بتنظيم جداولهم الدراسية وفقاً لتوافرهم الشخصي أو التزامات العمل. وبهذه الطريقة، سيتمكنون من التحكم الشامل في المحتويات الأكاديمية وأدواتهم التعليمية، وفقاً لتحديثهم المهني المتسارع.

## المنهجية الجامعية الأفضل تصنيفاً من قبل طلابها

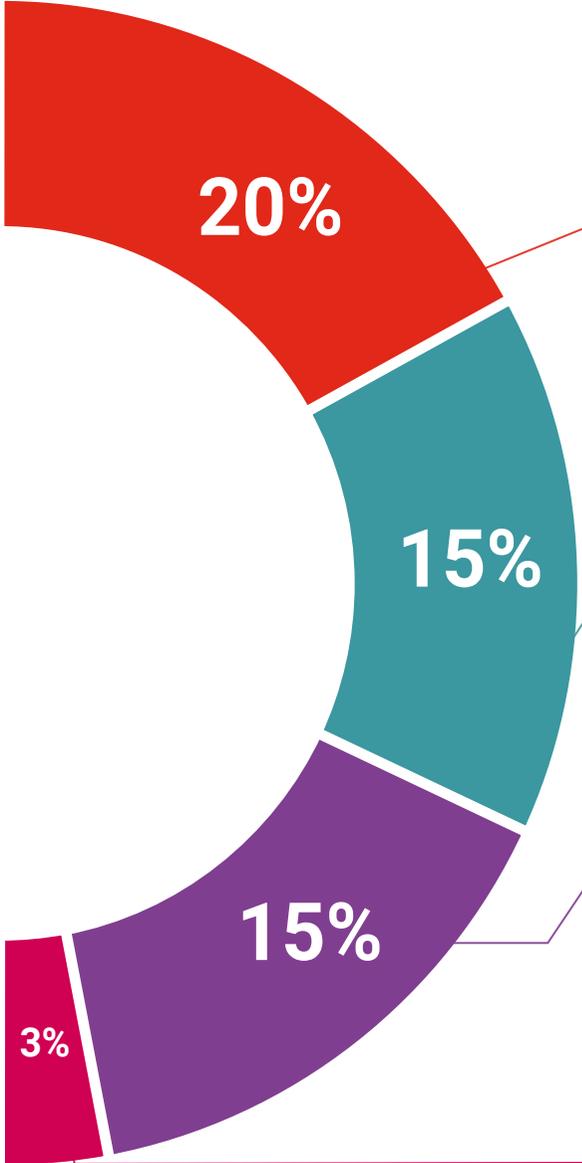
نتائج هذا النموذج الأكاديمي المبتكر يمكن ملاحظته في مستويات الرضا العام لخريجي TECH. تقييم الطلاب لجودة التدريس، وجودة المواد، وهيكل الدورة وأهدافها ممتاز. ليس من المستغرب أن تصبح الجامعة الأعلى تقييماً من قبل طلابها على منصة المراجعات Trustpilot، حيث حصلت على 4.9 من 5.

يمكنك الوصول إلى محتويات الدراسة من أي جهاز متصل بالإنترنت (كمبيوتر، جهاز لوحي، هاتف ذكي) بفضل كون TECH على اطلاع بأحدث التطورات التكنولوجية والتربوية.

"التعلم من خبير" ستمكن من التعلم مع مزايا الوصول إلى بيئات تعليمية محاكاة ونهج التعلم بالملاحظة، أي "التعلم من خبير"



وهكذا، ستكون أفضل المواد التعليمية، المُعدّة بعناية فائقة، متاحة في هذا البرنامج:



### المواد الدراسية

يتم خلق جميع محتويات التدريس من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، وتحديدًا من أجله، بحيث يكون التطوير التعليمي محددًا وملموشًا حقًا. يتم بعد ذلك تطبيق هذه المحتويات على التنسيق السمعي البصري الذي سيخلق طريقتنا في العمل عبر الإنترنت، مع التقنيات الأكثر ابتكارًا التي تتيح لنا أن نقدم لك جودة عالية، في كل قطعة سنضعها في خدمتك.



### التدريب العملي على المهارات والكفاءات

ستنفذ أنشطة لتطوير كفاءات ومهارات محددة في كل مجال من مجالات المواد الدراسية. التدريب العملي والديناميكيات لاكتساب وتطوير المهارات والقدرات التي يحتاجها المتخصص لنموه في إطار العولمة التي نعيشها.



### ملخصات تفاعلية

نقدم المحتويات بطريقة جذابة وديناميكية في أقراص الوسائط المتعددة التي تشمل الملفات الصوتية والفيديوهات والصور والرسوم البيانية والخرائط المفاهيمية من أجل تعزيز المعرفة.. اعترفت شركة مايكروسوفت بهذا النظام التعليمي الفريد من نوعه لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية".



### قراءات تكميلية

المقالات الحديثة والوثائق التوافقية والمبادئ التوجيهية الدولية... في مكتبة TECH الافتراضية، سيكون لديك وصول إلى كل ما تحتاجه لإكمال تدريبك.





### دراسات الحالة (Case studies)

ستكمل مجموعة مختارة من أفضل دراسات الحالة في المادة التي يتم توظيفها. حالات تم عرضها وتحليلها وتدريبها من قبل أفضل المتخصصين على الساحة الدولية.



### الاختبار وإعادة الاختبار

نقوم بتقييم وإعادة تقييم معرفتك بشكل دوري طوال فترة البرنامج. نقوم بذلك على 3 من 4 مستويات من هرم ميلر.



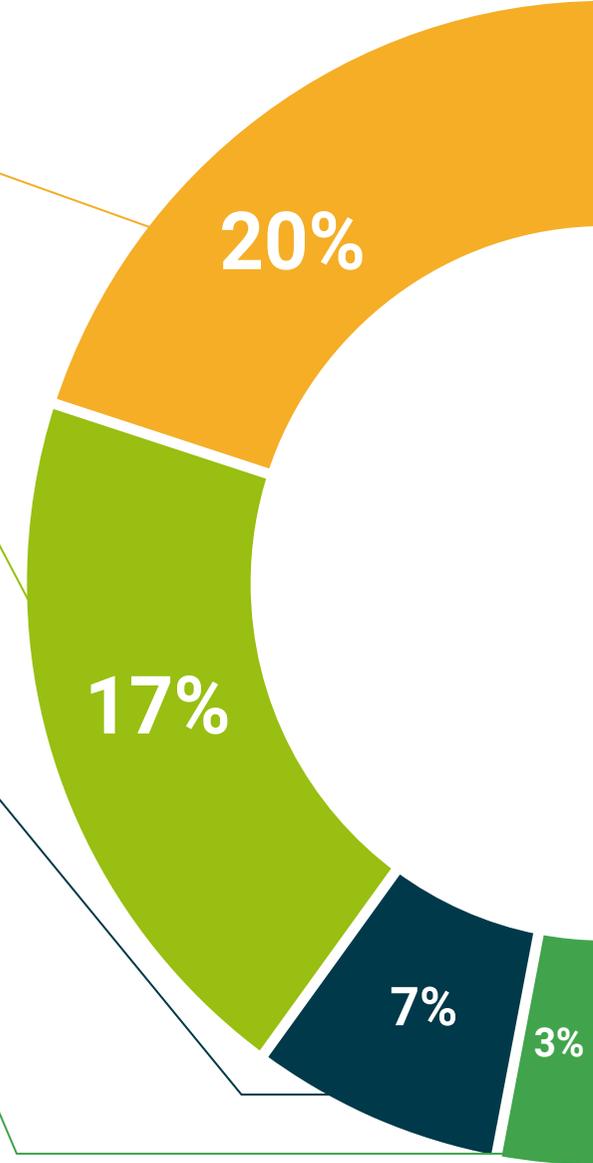
### المحاضرات الرئيسية

هناك أدلة علمية على فائدة المراقبة بواسطة الخبراء كطرف ثالث في عملية التعلم. إن ما يسمى بالتعلم من خبير يقوي المعرفة والذاكرة ، ويولد الأمان في قراراتنا الصعبة في المستقبل.



### إرشادات توجيهية سريعة للعمل

تقدم TECH المحتويات الأكثر صلة بالدورة التدريبية في شكل أوراق عمل أو إرشادات توجيهية سريعة للعمل. إنها طريقة موجزة وعملية وفعالة لمساعدة الطلاب على التقدم في تعلمهم.



# المؤهل العلمي

تضمن شهادة الخبرة الجامعية في التغذية في الرياضة المائية في مجال التمريض، بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحدثاً، الحصول على مؤهل شهادة الخبرة الجامعية الصادر عن TECH الجامعة التكنولوجية.



اجتاز هذا البرنامج بنجاح واحصل على شهادتك الجامعية  
دون الحاجة إلى السفر أو القيام بأية إجراءات مرهقة"



تحتوي شهادة الخبرة الجامعية التغذوية في الرياضة المائية في مجال التمريض على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدثا في السوق.

بعد اجتياز التقييم، سيحصل الطالب عن طريق البريد العادي\* مصحوب بعلم وصول مؤهل شهادة الخبرة الجامعية الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية**.

إن المؤهل الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية** سوف يشير إلى التقدير الذي تم الحصول عليه في برنامج شهادة الخبرة الجامعية وسوف يفي بالمتطلبات التي عادة ما تُطلب من قبل مكاتب التوظيف ومسابقات التعيين ولجان التقييم الوظيفي والمهني.

المؤهل العلمي: شهادة الخبرة الجامعية التغذوية في الرياضة المائية في مجال التمريض

طريقة الدراسة: عبر الإنترنت

مدة الدراسة: 6 أشهر



المستقبل

الأشخاص

الصحة

الثقة

التعليم

المرشدون الأكاديميون المعلومات

الضمان

التدريس

الاعتماد الأكاديمي

المؤسسات

التعلم

المجتمع

الالتزام

التقنية

**tech** الجامعة  
التكنولوجية

الحاضر

الابتكار

الحاضر

الجودة

شهادة الخبرة الجامعية  
التغذية في الرياضة المائية  
في مجال التمريض

المعرفة

« طريقة الدراسة: عبر الإنترنت

« مدة الدراسة: 6 أشهر

« المؤهل العلمي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: عبر الإنترنت

التدريب الافتراضي

المؤسسات

الفصول الافتراضية

اللغات

شهادة الخبرة الجامعية  
التغذية في الرياضة المائية  
في مجال التمريض