

# ماجستير خاص التمرير الرياضي

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة  
التكنولوجية  
**tech**

## ماجستير خاص التمريض الرياضي

- « طريقة التدريس: أونلاين
- « مدة الدراسة: 12 شهر
- « المؤهل العلمي: TECH الجامعة التكنولوجية
- « مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة
- « الامتحانات: أونلاين

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: [www.techitute.com/ae/nursing/professional-master-degree/master-sports-nursing](http://www.techitute.com/ae/nursing/professional-master-degree/master-sports-nursing)

# الفهرس

02

الأهداف

صفحة 8

01

المقدمة

صفحة 4

05

المنهجية

صفحة 24

04

الهيكل والمحتوى

صفحة 18

03

الكفاءات

صفحة 14

06

المؤهل العلمي

صفحة 32

# المقدمة

لا يمكن إنكار الدور الريادي الذي تلعبه الرياضة في الحياة اليومية للكثير من الناس، خاصةً بعد الجائحة العالمية حيث ازداد الاهتمام بالرياضة والعادات الصحية بشكل كبير. يمثل هذا التطور الذي لا يمكن إيقافه إطارًا لا يمكن إيقافه للعمل في مجال التمريز الرياضي، حيث يمكن نقل التطورات المستمرة في البيئات عالية الأداء إلى الممارسة اليومية على الفور. يجب أن تكون الرعاية والنهج المطلوبين أكثر دقة من أي وقت مضى، لذا فإن عمل الممرض الرياضي لإتقان منهجية عمله لا يتوقف. يتعمق هذا البرنامج TECH بدقة في أهم الفرضيات العلمية والتطورات الرياضية، حتى يتمكن الممرض من إجراء تحديث جامع وشامل في المجالات الرياضية الأكثر أهمية. كل هذا مع نهج متعدد التخصصات وعبر الإنترنت 100%، مما يمنح الحرية اللازمة للجمع بين هذا البرنامج والنشاط المهني والشخصي الأكثر تطلبًا.

سوف تدمج في ممارستك اليومية المنهجية والنهج الأكثر  
تقدماً في الرياضة، والتي يقدمها طاقم تدريس ذو كفاءة  
مهنية استثنائية"



هذا يحتوي **الماجستير الخاص في التمرّيز الرياضي** على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدثا في السوق. أبرز خصائصه هي:

- ♦ تطوير دراسات الحالة التي يقدمها خبراء في التمرّيز المرتكز على عالم الرياضة.
- ♦ محتوياته البيانية والتخطيطية والعملية البارزة التي يتم تصورها بها تجمع المعلومات العملي حول تلك التخصصات الأساسية للممارسة المهنية
- ♦ التمارين العملية حيث يمكن إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- ♦ تركيزه على المنهجيات المبتكرة
- ♦ كل هذا سيتم استكماله بدروس نظرية وأسئلة للخبراء ومنتديات مناقشة حول القضايا المثيرة للجدل وأعمال التفكير الفردية
- ♦ توفر المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل بالإنترنت

مع الزيادة التدريجية في العادات الرياضية الصحية، بالإضافة إلى زيادة الطلب في مجالات الأداء العالي، أصبح الممرض الرياضي شخصا بالغ الأهمية لأي مؤسسة وفريق. إن عمله في المساعدة والوقاية من الإصابات الرياضية الشائعة، فضلاً عن قدرته على تنسيق الأحداث الرياضية بمختلف أنواعها، يضعه في وضع موافٍ مع آفاق مستقبلية كبيرة.

لا يمكن لأخصائي التمرّيز أن يقصر معرفته على مجال محدد من مجالات الرعاية الرياضية، بل يجب عليه توسيع وتحديث معرفته باستمرار لتلبية المتطلبات الأكثر تطلّباً للرياضة عالية الأداء. بالتالي، يتضمن هذا البرنامج وحدات تتناول الجوانب الغذائية والنفسية والمرضية للرياضي من منظور مبتكر وحديث، استناداً إلى أحدث الفرضيات والدراسات العلمية.

ويقترن ذلك برؤية عملية بارزة للنظرية التي يغطيها الكتاب، مع استعراض مفصل لحالات حقيقية توضح ميزة الحصول على معرفة حديثة في البيئات الرياضية شديدة المتطلبات. ويُعد هذا التحديد للسياق دفعة قوية لأعمال التحديث التي يقوم بها أخصائي التمرّيز، حيث يُمكنه من التقدم بفعالية أكبر في الموضوع الذي يتم تناوله.

من أجل خدمة الطالب قدر الإمكان، تتكيف مرونة هذا المؤهل وقابليته للتكيف مع أي وتيرة من الحياة وقد روجت TECH لتنسيق البرنامج بالكامل عبر الإنترنت للبرنامج بأكمله. لهذا السبب، تم إلغاء كل من الفصول الدراسية الحضورية والجدول الزمنية الثابتة، مما يمنح الممرض حرية تنزيل المنهج الدراسي واختيار كيفية توزيع عبء التدريس الخاص به.

واكب أحدث التطورات في مجال التغذية الرياضية،  
مع تحديث تقييم إنفاق الطاقة وفقاً لأعلى  
المعايير الرياضية"



لن تضطر إلى التضحية بأي جانب من جوانب حياتك الشخصية أو المهنية للحصول على هذه الشهادة، حيث ستتمكن من الجمع بينها بشكل مثالي بفضل طبيعتها المتصلة بالإنترنت بالكامل.

تعرف على عمليات جمع العينات الأكثر تقدماً ومنهجية العمل في ضوابط مكافحة المنشطات.

”  
قم بالوصول إلى مواد تعليمية ثرية مع العديد من مقاطع الفيديو التفصيلية ومحتوى الوسائط المتعددة عالي الجودة والقراءات التكميلية لمواصلة استكشاف الموضوعات التي تهتمك أكثر“

البرنامج يضم في أعضاء هيئة تدريسه محترفين 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 حل المشكلات، والذي يجب على المهني من خلاله محاولة حل مختلف مواقف الممارسة المهنية التي تنشأ على مدار العام الدراسي. للقيام بذلك، سيحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر من قبل خبراء مشهورين.

# الأهداف

نظراً لأن شخصية الممرض الرياضي ذات أهمية خاصة في المؤسسات عالية الأداء أو الفرق عالية المستوى، فإن الهدف من هذه الدرجة العلمية هو تحديداً توفير أفضل الأدوات والمعارف والفرضيات العلمية حول ممارسة التمرير الرياضي على أعلى مستوى. ولتحقيق هذه الغاية، ركز فريق التدريس على تلك المجالات الأكثر أهمية، خاصة تلك المتعلقة بعلم النفس والتغذية وعلم الأمراض والأساسيات الصحية في الرياضات عالية الأداء.





بفضل منهجية التدريس في TECH، ستتمكن  
من دمج أحدث التقنيات والأساليب في ممارستك  
اليومية على الفور تقريباً



## الأهداف العامة



- ♦ مراجعة الأساسيات الرئيسية للتغذية الرياضية والفيزيولوجيا التشريحية للنشاط البدني
- ♦ دراسة التشريعات الحالية الخاصة بالنشاط الرياضي والتمريض
- ♦ تحديث النهج المتبع في التعامل مع الأمراض الرياضية الرئيسية
- ♦ الخوض في علم النفس الرياضي وتقييم الرياضي في أوقات مختلفة من الموسم
- ♦ تعميق استخدام ودراسة الميكانيكا الحيوية في البيئات الرياضية عالية الأداء
- ♦ تطوير مفهوم التغذية الرياضية في سياقات الرياضة عالية الأداء



ستتجاوز جودة وعمق المحتويات أفضل توقعاتك،  
نظراً للطريقة الشاملة التي أعد بها فريق  
التدريس المنهج الرياضي بأكمله"

## الأهداف المحددة



### الوحدة 1. الأسس التشريحية الفسيولوجية للنشاط البدني

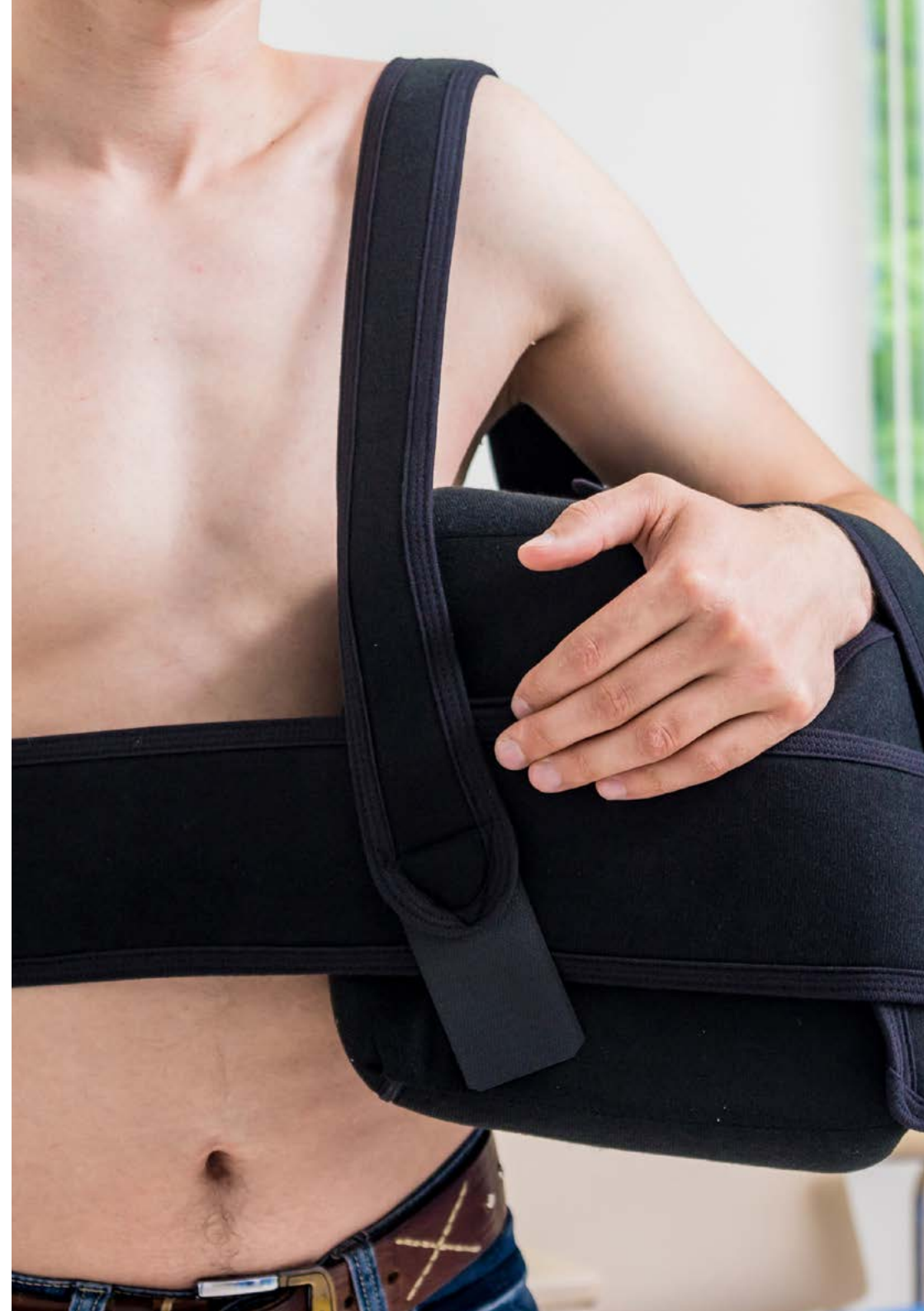
- ♦ تعميق فهم فسيولوجيا التمارين الرياضية وأنظمة الطاقة
- ♦ معرفة التكيفات الرئيسية للقلب والأوعية الدموية والجهاز التنفسي والغدد الصماء والجهاز الهضمي والعقلي الهيكلي مع النشاط الرياضي البدني
- ♦ دراسة دور التدخل التمريري في تقييم الحالة البدنية والرياضية للاعب
- ♦ الخوض في أهمية إدارة الإرهاق والإفراط في التدريب في الرياضة

### الوحدة 2. التغذية الرياضية

- ♦ تطوير دور الممرض في تقييم استهلاك الطاقة والتغذية الرياضية
- ♦ معرفة أحدث التطورات في الدراسات حول الكربوهيدرات والدهون والبروتينات والتمارين البدنية
- ♦ دراسة دور الممرضة في اختبار المنشطات *Doping* ومكافحة المنشطات *Antidoping*
- ♦ التوسع في الحديث عن أهمية التغذية في التعافي من الإصابات الرياضية

### الوحدة 3. التمرير والصحة والرياضة

- ♦ التعمق أكثر في التشريعات الحالية المتعلقة بالنشاط الرياضي الرئيسي
- ♦ التمييز بين الإطار القانوني ودور الممرض في الرياضات عالية الكثافة
- ♦ المعرفة الشاملة بالقانون الرياضي الذي يغطي الرياضيين والممرضين
- ♦ التعمق في إدارة نظام التمرير الرياضي من الإطار القانوني



#### الوحدة 4. التعمق في إدارة نظام التمرير الرياضي وفق إطار قانوني

- ♦ الخوض في فوائد ومخاطر النشاط البدني في الرياضة
- ♦ تطوير تدخل التمرير في اختبار اللياقة البدنية في برنامج التمارين البدنية
- ♦ معرفة دور الممرضة في تدريب القلب والأوعية الدموية والتحمل والقوة والحركة والمرونة والسرعة
- ♦ تعميق النشاط البدني في الرياضة للفئات الخاصة

#### الوحدة 5. علم الأمراض الرياضية

- ♦ التوسع في التطورات في تصنيف الإصابات الرياضية والعوامل المؤهبة لها
- ♦ تقييم دور الممرض في التعامل مع الرياضي المصاب، مع التطورات الرئيسية في تقنيات دعم الحياة والتثبيت ومعالجة الجروح.
- ♦ الخوض في الاختبارات التشخيصية ذات الصلة في الإصابات الرياضية البدنية وتدخل الممرض فيها
- ♦ تحديث المعرفة بأهم الإصابات والأمراض الرياضية الشائعة

#### الوحدة 6. مشاكل الصحة في الرياضة

- ♦ دراسة تدخل الممرضين والممرضات في قضايا مثل السكري والسمنة والربو في التمارين الرياضية
- ♦ تطوير المعرفة بالنظافة الصحية الوضعية والأمراض الطبية الجراحية في الرياضة
- ♦ معرفة التدخل التمريضي في الأمراض الجلدية والعينية وأمراض الأنف والأذن والحنجرة في الرياضة
- ♦ دراسة متعمقة لمعدل الإصابة بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم في النشاط البدني والرياضة

#### الوحدة 7. علم النفس الرياضي

- ♦ معالجة الأسس النفسية للتمرينات البدنية والرياضة
- ♦ الخوض في الأساس العصبي للحركة
- ♦ تحليل علم النفس المرضي للتمرينات البدنية والرياضة
- ♦ تطوير تدخل الممرضة في التدريب والمنافسة

### الوحدة 8. الميكانيكا الحيوية المطبقة على الأداء الرياضي العالي

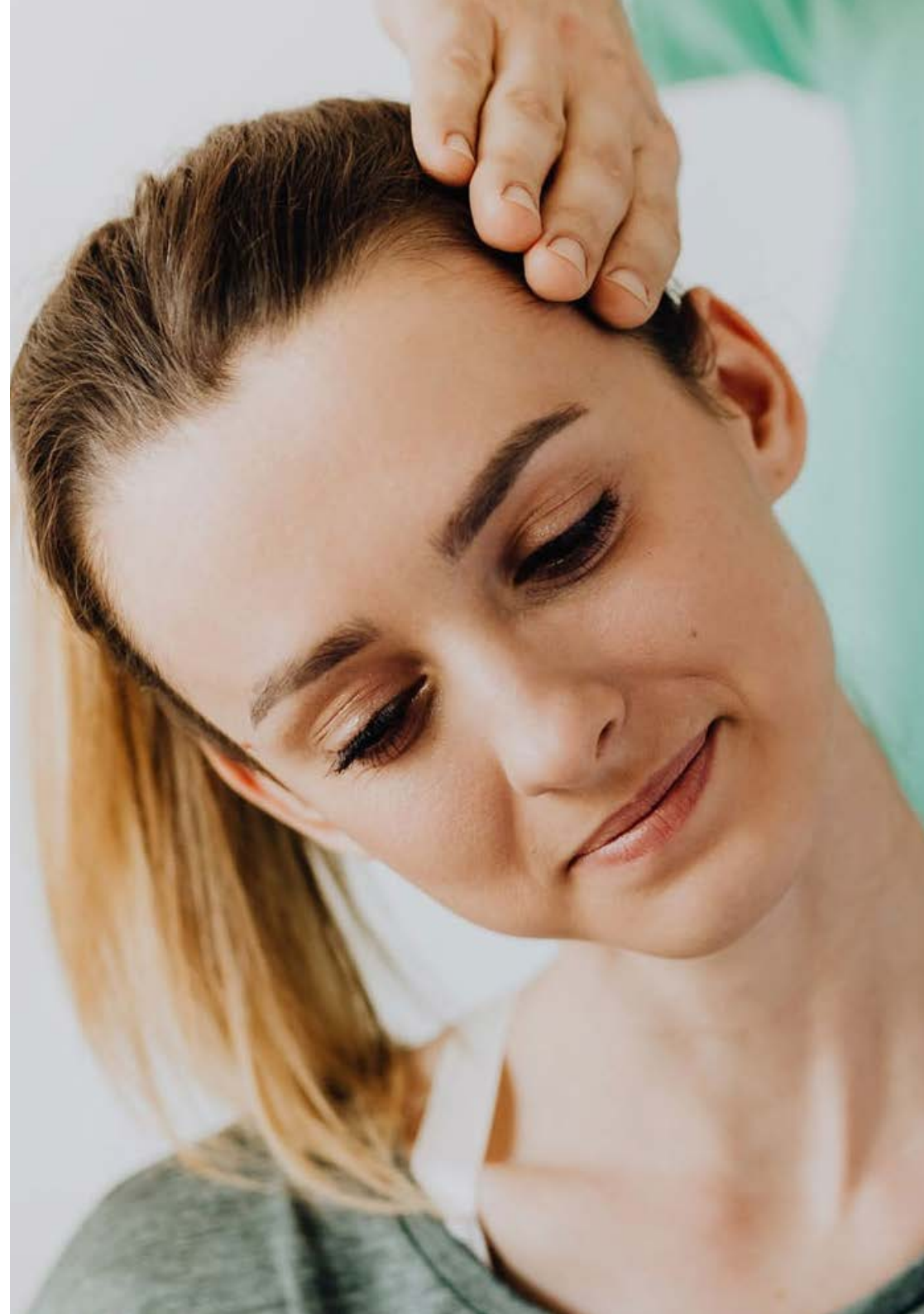
- ♦ دراسة الميكانيكا الحيوية الأساسية في التمارين الرياضية
- ♦ التفريق بين الحركات في بُعد واحد ومستوى واحد، وكذلك حركة الدوران
- ♦ تعميق ديناميكيات التناوب
- ♦ تحليل الميكانيكا الحيوية المطبقة على الرياضات عالية الأداء في الحالات العملية

### الوحدة 9. تقييم الرياضي في أوقات مختلفة من الموسم

- ♦ التمييز بين التدخل التمريري في الموسم التنافسي والفترات الانتقالية
- ♦ تعميق أهمية مراقبة الرياضيين
- ♦ تحليل عمل الممرضين متعدد التخصصات في بيئات تنافسية عالية المستوى
- ♦ دراسة التقييمات المختلفة التي سيطبقها الممرض

### الوحدة 10. التغذية المطبقة على الأداء الرياضي العالي

- ♦ فحص استقلاب الطاقة ضمن المجهود البدني للرياضي
- ♦ توسيع طرق تقييم الحالة الغذائية وإنفاق الطاقة
- ♦ الخوض في التغذية في رياضات القوة والتحمل والرياضات الجماعية
- ♦ تسليط الضوء على دور الممرض الرياضي في الإصابات واضطرابات الأكل



# الكفاءات

لا ينبغي أن يقتصر التمريض الرياضي على أعلى مستوى على الرعاية الصحية الأساسية، بل يجب أن يتعمق أكثر في أهم القضايا التي تهم الرياضي، مثل علم النفس المرضي للرياضة نفسها أو الميكانيكا الحيوية للرياضة عالية الأداء. في هذا البرنامج، سيغطي أخصائي التمريض تحدياً متعدد التخصصات في المجالات الأكثر طلباً من قبل المؤسسات والفرق من الفئة العليا، مما يسمح بالتدخل والتنسيق متعدد التخصصات.



سوف تعمق معرفتك بخصائص ومهارات التمريض  
الرياضي على أعلى مستوى، مع التركيز الواضح  
على المؤسسات الرياضية المرموقة"



## الكفاءات العامة



- ♦ وضع خطط تغذية قائمة على مبادئ الرياضة عالية الأداء
- ♦ الوقاية من الإصابات الرياضية بمختلف أنواعها ومساعدتها وعلاجها
- ♦ تصميم جداول تمارين بدنية صحية مخصصة للرياضي نفسه
- ♦ التقييم الصحيح لحالة الشخص البدنية والرياضية في بيئات الأداء العالي
- ♦ معالجة الأمراض النفسية والغذائية والبدنية المتعلقة بالنشاط الرياضي



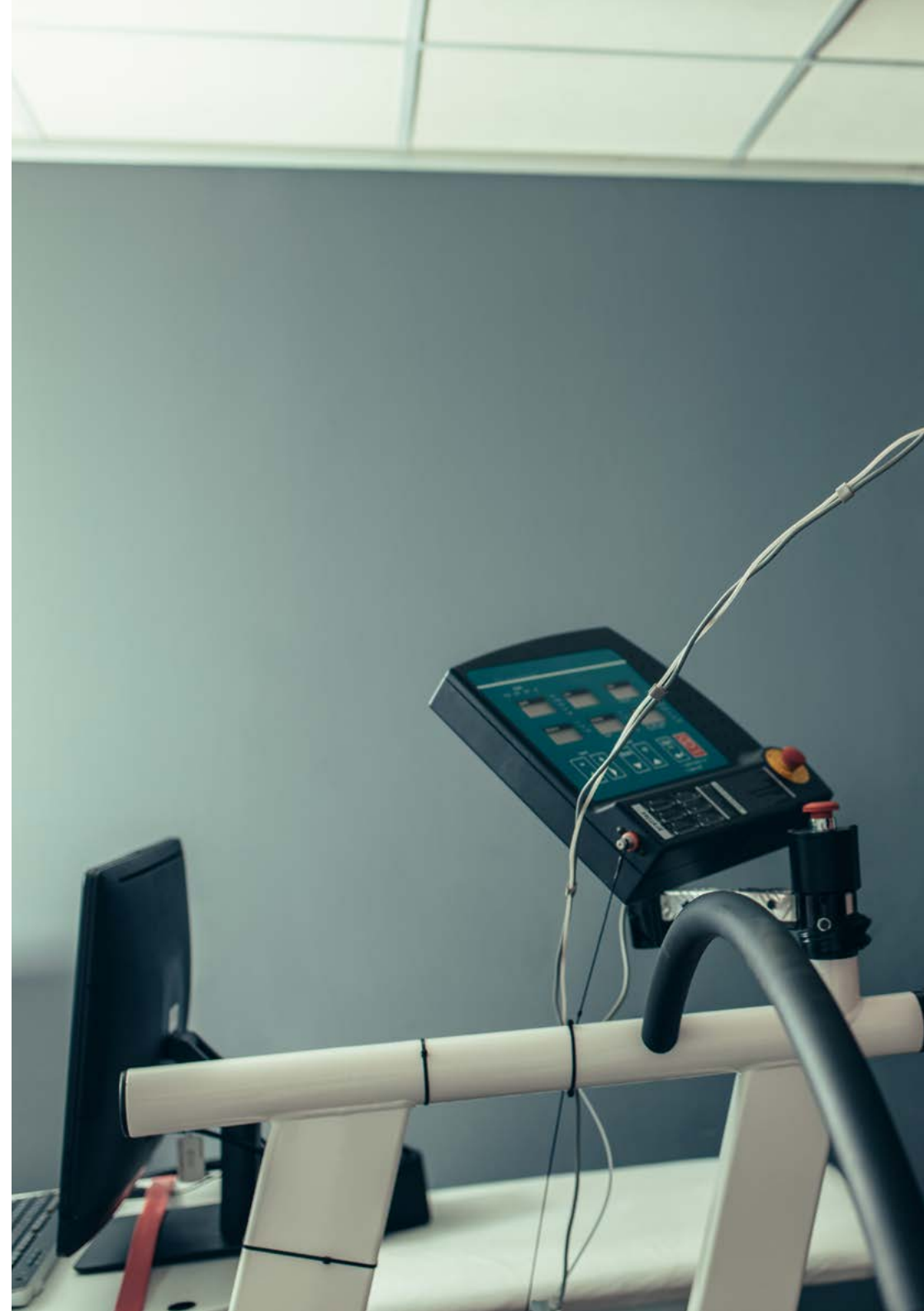
ستتمكن من الوصول إلى مزيج فريد من النظريات  
والممارسات الرياضية، التي يقدمها فريق تدريس  
يتمتع بخبرة واسعة في التمرير الرياضي"



## الكفاءات المحددة



- ♦ إجراء تقييم كيميائي حيوي شامل وتقييم القياسات البشرية للرياضي
- ♦ إجراء اختبارات قياس الجهد وقياس التنفس والقياس الجسدي على الرياضيين ذوي الأداء العالي
- ♦ المشاركة في عمليات مراقبة المنشطات بمنهجية مناسبة لجمع العينات
- ♦ تخطيط التدخل التمرضي في التدريب الذي يغطي جميع أطياف النشاط البدني
- ♦ التدخل في الأمراض والإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً في سياقات الأداء العالي
- ♦ التعامل مع الجمع بين الرياضة والتمارين البدنية مع المشاكل الصحية الأكثر شيوعاً
- ♦ تطوير نماذج للتدخل النفسي تتلاءم مع التمرض الرياضي
- ♦ تحليل دور الميكانيكا الحيوية في عملية التمرين الرياضي بأكملها
- ♦ الاستجابة لاضطرابات الأكل المختلفة التي يمكن أن تحدث في الممارسة الرياضية العادية وذات الأداء العالي



# الهيكل والمحتوى

من أجل تعزيز فعالية الممرضين والممرضات في أعمال التحديث، يتبع هذا البرنامج منهجية إعادة التعلم التربوي Relearning. وهذا يعني أن المصطلحات والمفاهيم الأساسية في التمريض الرياضي يتم تكرارها في جميع أجزاء المنهج، مما يؤدي إلى جهد تعليمي أكثر طبيعية وتدرجية. ويرافق توفير ساعات طويلة من وقت الدراسة مكتبة من المحتوى التكميلي عالي الجودة، الذي طوره المعلمون أنفسهم، بما في ذلك مقاطع فيديو مفصلة ودراسات حالة حقيقية توفر سياقاً أكبر للمواضيع التي يتم تناولها.





ستتمكن من تنزيل المحتويات بأكملها وحتى استخدامها  
كمواد مرجعية عالية الجودة بعد إكمال دراستك"



## الوحدة 1. الأسس التشريحية الفسيولوجية للنشاط البدني

- 1.1 مفاهيم وتاريخ النشاط البدني والطب الرياضي والتمريض الرياضي وتاريخه
- 2.1 التشريح الوظيفي والميكانيكا الحيوية المطبقة على النشاط البدني والرياضي.
- 3.1 فزيولوجيا التمارين الرياضية، أنظمة الطاقة
- 4.1 تكيف القلب والأوعية الدموية مع النشاط البدني والرياضي
- 5.1 تكيف الجهاز التنفسي مع النشاط البدني والرياضي
- 6.1 تكيفات الجهاز العضلي الهيكلي مع النشاط البدني والرياضي
- 7.1 تكيف الغدد الصماء والكلية والجهاز الهضمي مع النشاط البدني والرياضي
- 8.1 تقييم اللياقة البدنية والرياضية، قياس الجهد وقياس التنفس والقياس الجسدي، التدخلات التمريرية
- 9.1 النشاط البدني في الإجهاد البيئي، الارتفاع والعمق
- 10.1 التنظيم الحراري أثناء النشاط البدني، التدخلات التمريرية
- 11.1 الإرهاق والإفراط في التدريب

## الوحدة 2. التغذية الرياضية

- 1.2 تقييم استهلاك الطاقة، قياس الأنتروبومترية وتكوين الجسم، التدخلات التمريرية
- 2.2 الكربوهيدرات والتمارين البدنية
- 3.2 الدهون وممارسة الرياضة
- 4.2 البروتينات وممارسة الرياضة
- 5.2 الفيتامينات والمكملات المعدنية في التمارين البدنية
- 6.2 التغذية قبل التمرين وأثناءه وبعده، التدخلات التمريرية
- 7.2 استبدال السوائل والإلكتروليتات بعد النشاط البدني والرياضي، التدخلات التمريرية
- 8.2 المنشطات *Doping* والوسائل المساعدة على توليد الطاقة، مراقبة المنشطات *Antidoping*: منهجية جمع العينات، التدخلات التمريرية
- 9.2 اضطرابات السلوك الغذائي النشاط البدني والرياضي، التدخلات التمريرية
- 10.2 التغذية في الشفاء من الإصابات الرياضية

## الوحدة 3. التمرير والصحة والرياضة

- 1.3 ركوب الدراجات الهوائية
- 2.3 الرياضات الجماعية
- 3.3 رياضات المضرب
- 4.3 السباحة وألعاب القوى
- 5.3 التزلج
- 6.3 الرياضات القتالية
- 7.3 التجديف والتجديف بالزوارق
- 8.3 آثار التمارين الرياضية على الصحة
- 9.3 النشاط والتمارين البدنية لتحسين الصحة
- 10.3 معايير التصنيف والاختيار للتمارين والحركات

## الوحدة 4. التعمق في إدارة نظام التمرير الرياضي وفق إطار قانوني

- 1.4 مبادئ وتخطيط التدريب
- 2.4 فوائد والمخاطر النشاط البدني والرياضي
- 3.4 اختبار اللياقة البدنية لإدراجها في برنامج التمارين البدنية، التدخلات التمريرية
- 4.4 تدريب القلب والأوعية الدموية، التدخلات التمريرية
- 5.4 تدريبات التحمل، التدخلات التمريرية
- 6.4 تدريبات القوة، التدخلات التمريرية
- 7.4 تدريبات الحركة والمرونة والتنسيق، التدخلات التمريرية
- 8.4 النشاط البدني والرياضي، التدخلات التمريرية
- 9.4 تدريبات المرونة
- 10.4 تدريبات على السرعة وخفة الحركة

## الوحدة 5. علم الأمراض الرياضية

- 1.5 وبائيات علم الأمراض في النشاط البدني الرياضي
- 2.5 الإصابة الرياضية المفهوم والتصنيف
- 3.5 العوامل التي تهيئ للإصابة الرياضية
- 4.5 الوقاية من الإصابة الرياضية. التدخلات التمريرية
- 5.5 التقييم الأولي للمستخدم المصاب. التدخلات التمريرية
- 6.5 تدخلات التمرير للرياضي المصاب. تقنيات دعم الحياة والتعبئة والتثبيت والعلاج اليدوي ومعالجة الجروح
- 7.5 اختبارات تشخيصية في الإصابات الرياضية البدنية. الصور الشعاعية، الموجات فوق الصوتية، التصوير بالرنين المغناطيسي
- 8.5 الشفاء من الإصابات البدنية الرياضة. التدخلات التمريرية
- 9.5 إصابات الكتف في الرياضة
- 10.5 إصابات في الجزء العلوي من الذراع
- 11.5 إصابات الكوع في الرياضة
- 12.5 إصابات في الساعد والرسغ واليد في الرياضة
- 13.5 إصابات الرأس والوجه في الرياضة
- 14.5 إصابات في الحلق والصدر والبطن في الرياضة
- 15.5 إصابات الظهر/العمود الفقري في الرياضة

## الوحدة 6. مشاكل الصحة في الرياضة

- 1.6 ارتفاع ضغط الدم وفرط الشحميات والتمارين الرياضية
- 2.6 مرض السكري وممارسة الرياضة
- 3.6 السمنة والتحكم في الوزن وممارسة الرياضة
- 4.6 أمراض القلب والتمارين الرياضية. إعادة تأهيل القلب والأوعية الدموية
- 5.6 الربو والتمارين البدنية والرياضة
- 6.6 انسداد تدفق الهواء المزمن وممارسة الرياضة. إعادة التأهيل في مرضى الجهاز التنفسي
- 7.6 تمارين في اضطرابات الدم والاضطرابات المعدية
- 8.6 هشاشة العظام والتهاب المفاصل فيما يتعلق بالتمارين والرياضة
- 9.6 آلام أسفل الظهر والتمارين الرياضية. النظافة الصحية الوضعية. التدخلات التمريرية
- 10.6 الأمراض الجلدية والعينية وأمراض الأنف والأذن والحنجرة في الرياضة.
- 11.6 تدخلات التمرير في علم الأمراض الطبية الجراحية في الرياضة.
- 12.6 النظافة الشخصية والعناية الشخصية في الرياضة. التدخلات التمريرية



## الوحدة 7. علم النفس الرياضي

- 1.7 أساسيات التمارين الرياضية وعلم النفس الرياضي
- 2.7 علم نفس الرياضيين والمدربين والموظفين الفنيين. التدخلات التمريرية
- 3.7 تحفيز ممارس التمارين البدنية. التدخلات التمريرية
- 4.7 علم النفس والإصابات الرياضية
- 5.7 علم النفس المرضي للتمرينات البدنية والرياضة. التدخلات التمريرية
- 6.7 القاعدة العصبية الأساسية
- 7.7 القاعدة العصبية للحركة
- 8.7 المهارات الحركية والتعلم
- 9.7 نماذج التدخل النفسي
- 10.7 من الطلب إلى التدخل التدخل في التدريب والمنافسة

## الوحدة 8. الميكانيكا الحيوية المطبقة على الأداء الرياضي العالي

- 1.8 مقدمة في الميكانيكا الحيوية
- 2.8 الحركة في بعد واحد
- 3.8 الحركة في الطائرة
- 4.8 حركات الدوران
- 5.8 الديناميكا علم التحريك
- 6.8 ديناميات الدوران
- 7.8 التوازن الميكانيكي الثابت
- 8.8 التحليل الميكانيكي الحيوي
- 9.8 تحليلات الفيديو
- 10.8 دراسة حالة

## الوحدة 9. تقييم الرياضي في أوقات مختلفة من الموسم

- 1.9 التقييم البيوكيميائي
- 2.9 تقييم الأثروبومترية
- 3.9 قبل الموسم
- 4.9 موسم تنافسي
- 5.9 الفترة الانتقالية
- 6.9 السفر
- 7.9 مراقبة الرياضي
- 8.9 حساب معدل التعرق
- 9.9 العمل المتعدد التخصصات
- 10.9 منشطات

## الوحدة 10. التغذية المطبقة على الأداء الرياضي العالي

- 1.10 استقلاب الطاقة للجهد البدني
- 2.10 تقييم الحالة التغذوية وتكوين الجسم
- 3.10 تقييم نفقات الطاقة
- 4.10 تغذية كمال الأجسام وإعادة تكوين الجسم
- 5.10 التغذية في رياضات القوة
- 6.10 التغذية في الرياضات الجماعية
- 7.10 التغذية في رياضات التحمل
- 8.10 معينات توليد الطاقة الغذائية
- 9.10 اضطرابات الأكل والإصابات الرياضية
- 10.10 التطورات والأبحاث في مجال التغذية الرياضية



سيكون الفصل الافتراضي متاحاً على مدار 24 ساعة في اليوم، ويمكن الوصول إليه من أي جهاز متصل بالإنترنت"



# المنهجية

يقدم هذا البرنامج التدريبي طريقة مختلفة للتعلم. فقد تم تطوير منهجيتنا من خلال أسلوب التعليم المرتكز على التكرار: **Relearning** أو ما يعرف بمنهجية إعادة التعلم.

يتم استخدام نظام التدريس هذا، على سبيل المثال، في أكثر كليات الطب شهرة في العالم، وقد تم اعتباره أحد أكثر المناهج فعالية في المنشورات ذات الصلة مثل مجلة نيو إنجلند الطبية (*New England Journal of Medicine*).







اكتشف منهجية *Relearning* (منهجية إعادة التعلم)، وهي نظام يتخلى عن التعلم الخطي التقليدي ليأخذك عبر أنظمة التدريس التعليم المرتكزة على التكرار: إنها طريقة تعلم أثبتت فعاليتها بشكل كبير، لا سيما في المواد الدراسية التي تتطلب الحفظ"



## في كلية التمريض بجامعة TECH نستخدم منهج دراسة الحالة

أمام حالة معينة، ما الذي يجب أن يفعله المهني؟ خلال البرنامج، سيواجه الطلاب العديد من الحالات السريرية المحاكية بناءً على مرضى حقيقيين وسيتعين عليهم فيها التحقيق ووضع الفرضيات وأخيراً حل الموقف. هناك أدلة علمية وفيرة على فعالية المنهج. حيث يتعلم الممرضون والممرضات بشكل أفضل وأسرع وأكثر استدامة مع مرور الوقت.

مع جامعة TECH يمكن للمرضين والممرضات تجربة طريقة تعلم تهز أسس الجامعات التقليدية في جميع أنحاء العالم.

وفقاً للدكتور Gérvas، فإن الحالة السريرية هي العرض المشروح لمريض، أو مجموعة من المرضى، والتي تصبح «حالة»، أي مثالاً أو نموذجاً يوضح بعض العناصر السريرية المميزة، إما بسبب قوتها التعليمية، أو بسبب تفردتها أو ندرتها. لذا فمن الضروري أن تستند الحالة إلى الحياة المهنية الحالية، في محاولة لإعادة إنشاء عوامل التكيف الحقيقية في الممارسة المهنية في مجال التمريض.



هل تعلم أن هذا المنهج تم تطويره عام 1912 في جامعة هارفارد للطلاب دارسي القانون؟ وكان يتمثل منهج دراسة الحالة في تقديم مواقف حقيقية معقدة لهم لكي يقوموا باتخاذ القرارات وتبرير كيفية حلها. وفي عام 1924 تم تأسيسها كمنهج تدريس قياسي في جامعة هارفارد"

### تُبرر فعالية المنهج بأربعة إنجازات أساسية:

1. المرصون 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. يتم التعلم بطريقة قوية في القدرات العملية التي تسمح للمريض وللممرضة بدمج المعرفة بشكل أفضل في المستشفى أو في بيئة الرعاية الأولية.
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.

## منهجية إعادة التعلم (Relearning)

تجمع جامعة TECH بين منهج دراسة الحالة ونظام التعلم عن بعد، 100% عبر الانترنت والقائم على التكرار، حيث تجمع بين 8 عناصر مختلفة في كل درس.

نحن نعزز منهج دراسة الحالة بأفضل منهجية تدريس 100% عبر الانترنت في الوقت الحالي وهي: منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*.



سوف يتعلم الممرض والممرضة من خلال الحالات الحقيقية وحل المواقف المعقدة في بيئات التعلم المحاكاة. تم تطوير هذه المحاكاة من أحدث البرامج التي تسهل التعلم الغامر.

في طليعة المناهج التربوية في العالم، تمكنت منهجية إعادة التعلم من تحسين مستويات الرضا العام للمهنيين، الذين أكملوا دراساتهم، فيما يتعلق بمؤشرات الجودة لأفضل جامعة عبر الإنترنت في البلدان الناطقة بالإسبانية (جامعة كولومبيا).

من خلال هذه المنهجية، قمنا بتدريب أكثر من 175000 ممرض بنجاح غير مسبوقة، في جميع التخصصات السريرية بغض النظر عن عبء التدريب العملي. تم تطوير منهجيتنا التربوية في بيئة شديدة المتطلبات، مع طلاب جامعيين يتمتعون بمظهر اجتماعي واقتصادي مرتفع ومتوسط عمر يبلغ 43.5 عاماً.

ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *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.

في برنامجنا، التعلم ليس عملية خطية، ولكنه يحدث في شكل لولبي (نتعلم ثم نطرح ماتعلمناه جانباً فننساها ثم نعيد تعلمه). لذلك، نقوم بدمج كل عنصر من هذه العناصر بشكل مركزي.

النتيجة الإجمالية التي حصل عليها نظام التعلم في TECH هي 8.01، وفقاً لأعلى المعايير الدولية.



## يقدم هذا البرنامج أفضل المواد التعليمية المُعدَّة بعناية للمهنيين:

### المحتويات التعليمية



إنشاء جميع المحتويات التعليمية من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، خصيصاً لها، بحيث يكون التطوير التعليمي محدداً وملموشاً بشكل حقيقي.

يتم بعد ذلك تطبيق هذه المحتويات على التنسيق السمعي البصري والذي سيكون الطريقة التي سنتبناها خلال توافلنا عبر الإنترنت في جامعة TECH. كل ذلك، مع التقنيات الأكثر ابتكاراً التي تتيح لنا أن نقدم لك جودة عالية، في كل جزء من الدورة سنضعه في خدمة الطالب.

### أحدث تقنيات وإجراءات التمريض المعروضة في الفيديوهات



تقدم TECH للطلاب أحدث التقنيات وأحدث التطورات التعليمية والتقنيات الرائدة في الوقت الراهن في مجال التمريض. كل هذا، بصيغة المتحدث، بأقصى درجات الصرامة، موضحاً ومفصلاً للمساهمة في استيعاب وفهم الطالب. وأفضل ما في الأمر أنه يمكنك مشاهدتها عدة مرات كما تريد.

### ملخصات تفاعلية

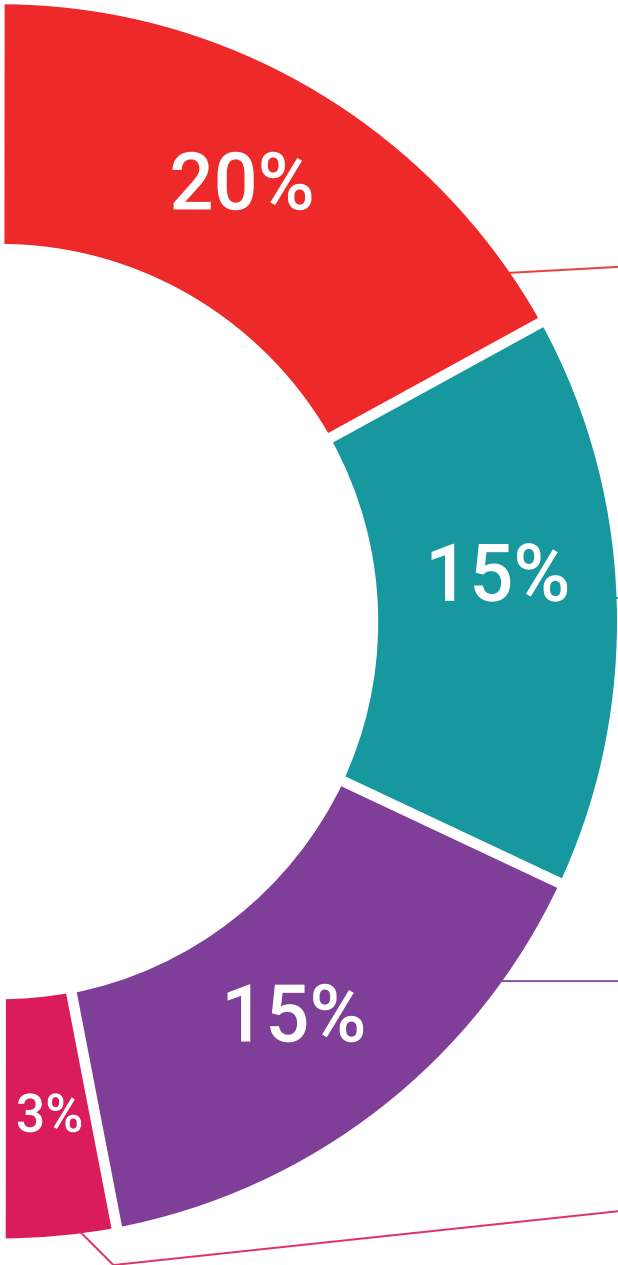


يقدم فريق جامعة TECH المحتويات بطريقة جذابة وديناميكية في أقراص الوسائط المتعددة التي تشمل الملفات الصوتية والفيديوهات والصور والرسوم البيانية والخرائط المفاهيمية من أجل تعزيز المعرفة. اعترفت شركة مايكروسوفت بهذا النظام التعليمي الفريد لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية".

### قراءات تكميلية



المقالات الحديثة، ووثائق اعتمدت بتوافق الآراء، والأدلة الدولية.. من بين آخرين. في مكتبة جامعة TECH الافتراضية، سيتمكن الطالب من الوصول إلى كل ما يحتاجه لإكمال تدريبه.





#### تحليل الحالات التي تم إعدادها من قبل الخبراء وإرشاد منهم

يجب أن يكون التعلم الفعال بالضرورة سياقياً. لذلك، تقدم TECH تطوير حالات واقعية يقوم فيها الخبير بإرشاد الطالب من خلال تنمية الانتباه وحل المواقف المختلفة: طريقة واضحة ومباشرة لتحقيق أعلى درجة من الفهم.



#### الاختبار وإعادة الاختبار

يتم بشكل دوري تقييم وإعادة تقييم معرفة الطالب في جميع مراحل البرنامج، من خلال الأنشطة والتدريبات التقييمية وذاتية التقييم: حتى يتمكن من التحقق من كيفية تحقيق أهدافه.



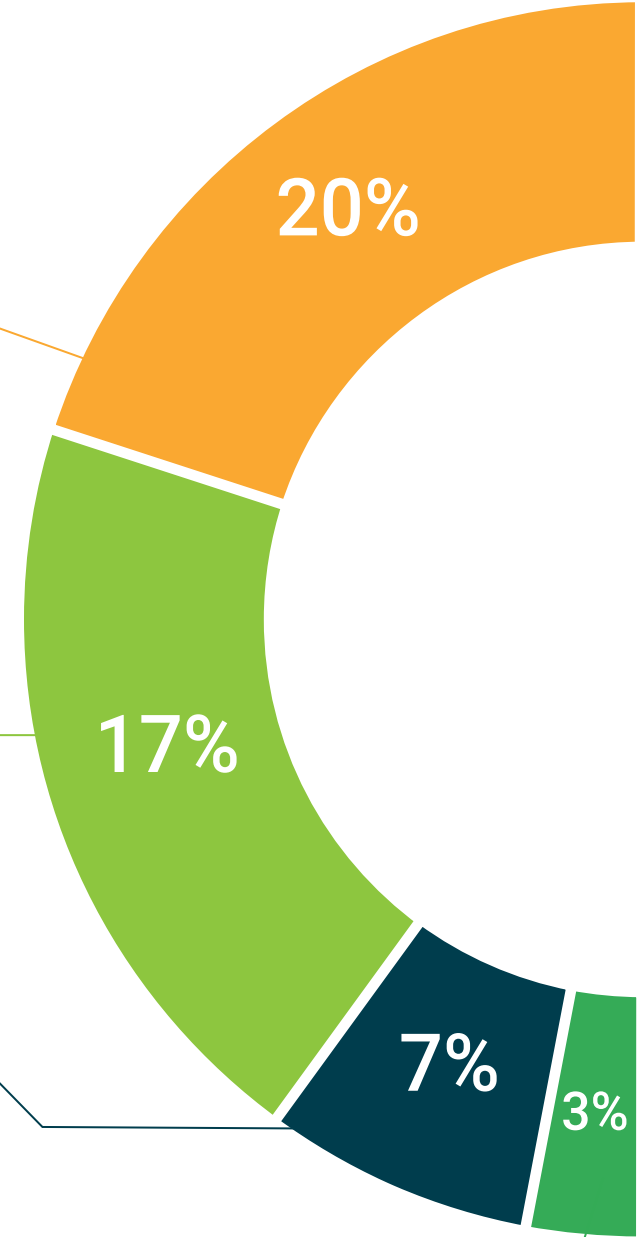
#### المحاضرات الرئيسية

هناك أدلة علمية على فائدة المراقبة بواسطة الخبراء كطرف ثالث في عملية التعلم. إن مفهوم ما يسمى *Learning from an Expert* أو التعلم من خبير يقوي المعرفة والذاكرة، ويولد الثقة في القرارات الصعبة في المستقبل.



#### إرشادات توجيهية سريعة للعمل

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



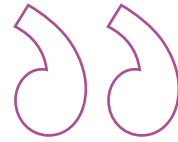
# المؤهل العلمي

يضمن الماجستير الخاص في التمريض الرياضي، بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحداثة، الحصول على مؤهل علمي للماجستير الخاص الصادر عن TECH الجامعة التكنولوجية.





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



يحتوي هذا ماجستير خاص في التمرير الرياضي على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحداثة في السوق. بعد.

اجتياز التقييم، سيحصل الطالب عن طريق البريد العادي\* مصحوب بعلم وصول مؤهل ماجستير خاص الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية**.

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

المؤهل العلمي: ماجستير خاص في التمرير الرياضي

طريقة: عبر الإنترنت

مدة: 12 شهر

**ماجستير خاص في التمرير الرياضي**

التوزيع العام للخطة الدراسية		التوزيع العام للخطة الدراسية	
الدورة	المادة	عدد الساعات	نوع المادة
1*	التعليم العام	1500	إلزامي
1*	معلومات التعلم	0	إلزامي
1*	معلومات التعلم	0	إلزامي
1*	تطوير شخصي: الأسس التكنولوجية والفلسفية والنفسية	0	إلزامي
1*	المعرفة الفنية والمهنية الشخصية في تعليم الطفولة	0	إلزامي
1*	المسؤولية والتنوع في العمل	0	إلزامي
1*	التاريخ والوعي الذاتي والطاقم المتكامل للتربية الخاصة	0	إلزامي
1*	المهارات السوفت والتعلم	0	إلزامي
1*	تعليم الأطفال الموهوبين أو صعوبات النمو	0	إلزامي
1*	تعليم الأطفال ذوي الصعوبات المتعددة	0	إلزامي

**tech** الجامعة التكنولوجية

*Tere Guevara Navarro*  
أ.د. / د. Tere Guevara Navarro  
رئيس الجامعة

**tech** الجامعة التكنولوجية

**شهادة تخرج**  
هذه الشهادة ممنوحة إلى

المواطن/المواطنة ..... مع وثيقة تحقيق شخصية رقم .....

لاجتيازه/لاجتيازها بنجاح والحصول على برنامج ماجستير خاص في التمرير الرياضي

وهي شهادة خاصة من هذه الجامعة موافقة لـ 1500 ساعة، مع تاريخ بدء يوم/شهر/ سنة وتاريخ انتهاء يوم/شهر/سنة

تيك مؤسسة خاصة للتعليم العالي معتمدة من وزارة التعليم العام منذ 28 يونيو 2018 في تاريخ 17 يونيو 2020

*Tere Guevara Navarro*  
أ.د. / د. Tere Guevara Navarro  
رئيس الجامعة

  
الجامعة الافتراضية الرسمية للرابطة الوطنية لكرة السلة (NBA)

يجب أن يكون هذا المؤهل الخاص مصحوبا دائما بالمؤهل التعليمي المكمل من المستندات المقدمة بالاعتماد للرابطة المهنية في كل بلد  
تصدرت لاهاي أوستيل. في حالة قيام الطالب بالتقدم للحصول على درجته العلمية الورقية وتصديق لاهاي أوستيل. ستتمحور مؤسسة TECH EDUCATION الإجراءات المناسبة لكي يحصل عليها وذلك بتكلفة إضافية.

المستقبل

الأشخاص

الصحة

الثقة

التعليم

المرشدون الأكاديميون المعلومات

الضمان

التدريس

الاعتماد الأكاديمي

المؤسسات

التعلم

المجتمع

الالتزام

التقنية

الحاضر المعرفة

الابتكار

**tech** الجامعة  
التكنولوجية

الحاضر

الجودة

المعرفة

ماجستير خاص

التعريف الرياضي

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 12 شهر

« المؤهل العلمي: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

التدريب الافتراضي

المؤسسات

الفصول الافتراضية

اللغات

# ماجستير خاص التمرير الرياضي

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

