شهادة الخبرة الجامعية

التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

الجامعة التيكنولوجية tech

الجامعة التيكنولوجية

شهادة الخبرة الجامعية

التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية

- طريقة التدريس: **أونلاين**
- مدة الدراسة: **6 أشهر**
- المؤهل الجامعي من: **TECH الجامعة التكنولوجية**
- عدد الساعات المخصصة للدراسة: **16 ساعات أسبوعيًا**
- مواعيد الدراسة: **وفقًا لوتيرتك الخاصّة**
- الامتحانات: **أونلاين**

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: **www.techtitute.com/ae/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-nutrition-physical-activity-aquatic-sports**

الفهرس

01
المقدمة
صفحة 4

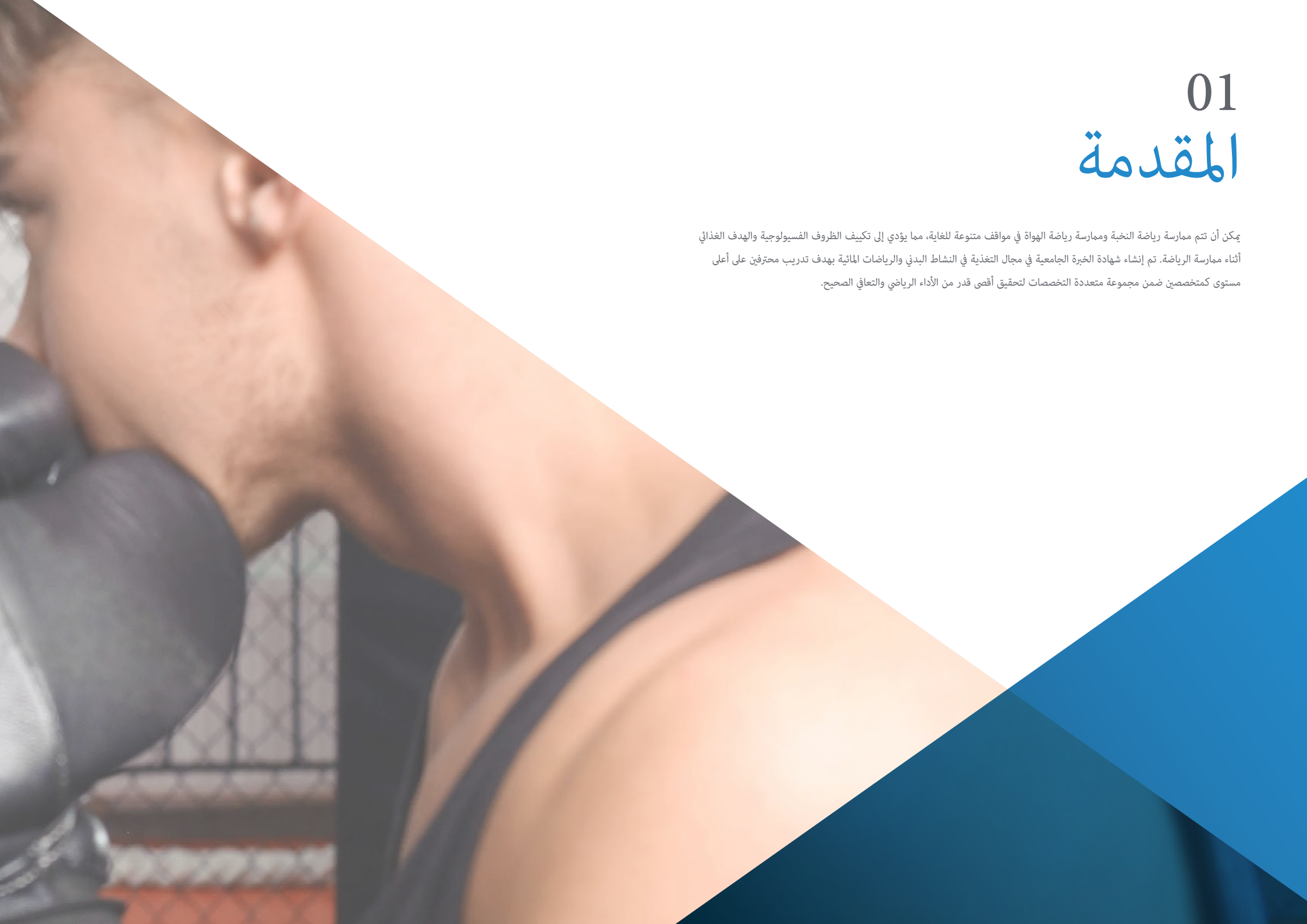
02
الأهداف
صفحة 8

03
هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية
صفحة 12

04
الهيكل والمحتوى
صفحة 16

05
المنهجية
صفحة 20

06
المؤهل العلمي
صفحة 28



01
المقدمة

يمكن أن تتم ممارسة رياضة النخبة وممارسة رياضة الهواة في مواقف متنوعة للغاية، مما يؤدي إلى تكييف الظروف الفسيولوجية والهدف الغذائي أثناء ممارسة الرياضة. تم إنشاء شهادة الخبرة الجامعية في مجال التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية بهدف تدريب محترفين على أعلى مستوى كمتخصصين ضمن مجموعة متعددة التخصصات لتحقيق أقصى قدر من الأداء الرياضي والتعافي الصحيح.

يجب أن تسير التغذية والرياضة جنبًا إلى جنب، لأنه من الضروري أن يحصل الرياضي على نظام غذائي كافٍ يساعده على تحسين أدائه"

تشمل الرياضات المائية مجموعة متنوعة من الرياضات (السباحة، وكرة الماء Waterpolo ، والغوص، والسباحة المتزامنة) مع متطلبات أيضية مختلفة جدًا للقوة والتقنية، على الرغم من أنها تشترك جميعًا في خصوصية أن الحركة تتم في الماء. يواجه الرياضيون الذين يتنافسون في الرياضات المائية التحدي المستمر المتمثل في التدريب الشاق وجداول المنافسة في الظروف البيئية الصعبة والمتغيرة. إحدى النقاط التي يجب أخذها في الاعتبار هي النطاق الهائل لدرجات حرارة الماء التي يتعرض لها السباحون وغيرهم من الرياضيين المائيين عادةً (16-31 درجة مئوية للسباحة في المياه المفتوحة)، إلى جانب استجابات التنظيم الحراري المائية المتغيرة مقارنة بالرياضيين على الأرض والتي يمكن أن تشكل تحديًا لصحة وسلامة وأداء هؤلاء الرياضيين.

ومن ناحية أخرى فإن البحث عن تحسين الأداء الرياضي هو هدف مشترك في جميع الألعاب الرياضية. ومن هذا المنطلق هناك مجموعة من الرياضات التي تبرز لأن هذا التحسين الرياضي يجب أن يكون منسقا مع البحث عن وزن معين للجسم (الرياضات القتالية، رفع الأثقال *powerlifting* طرق كمال الأجسام). تسعى الرياضات ذات فئات الوزن إلى تعزيز منافسات أكثر عدلاً وإثارة للاهتمام حيث أن المواجهة تكون بين خصوم من نفس البنية البدنية والقدرة. ومع ذلك، في هذه الرياضات هناك ميل ملحوظ للحصول على ميزة من خلال محاولة الوصول إلى فئة وزن أقل من وزن التدريب الطبيعي وبهذه الطريقة التنافس مع الرياضيين ذوي البنية البدنية والوزن الأصغر. بشكل عام يحاول الرياضي تقليل كتلة جسمه إلى الحد الأدنى الممكن.

في بعض الأحيان، ينفذ الرياضيون بروتوكولات شديدة العدوانية لتقليل وزن الجسم والدخول في فئة أقل وزنًا. وتتميز هذه الممارسات بتقييد قوي لتناول الطعام والسوائل مما يسبب حالة من استنزاف الجليكوجين ونقص الماء. وفي هذا السياق، يمكن أن يحدث تقويض عضلي معين (فقدان كتلة العضلات) من شأنه أن يضر بالأداء الرياضي.

يحتوي البرنامج على محتوى متعدد الوسائط يساعد على اكتساب المعرفة التي يتم تدريسها والتي تم إعدادها بأحدث التقنيات التعليمية. وفي المقابل سيسمح للطالب بالتعلم في مكانه وفي سياقه ضمن بيئة محاكاة توفر تدريبًا يركز على حل المشكلات الحقيقية.

تحتوي **شهادة الخبرة الجامعية في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية** على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحداثة في السوق. ومن أبرز ميزاته:

- تجمع المحتويات الرسومية والتخطيطية والعملية بشكل بارز التي يتم تصورها المعلومات الأساسية للممارسة المهنية
- التدريبات حيث يتم إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- نظام التعلم التفاعلي القائم على الخوارزميات لاتخاذ القرار للمرضى الذين يعانون من مشاكل في التغذية
- دروس نظرية وأسئلة للخبراء ومنتديات مناقشة حول القضايا الخلافية وأعمال التفكير الفردي
- توفر الوصول إلى المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل إلى الإنترنت

> تعرف على الأنظمة الغذائية الأكثر ملاءمة لكل نوع من الرياضيين وستكون قادرًا على تقديم المزيد من النصائح الشخصية "

شهادة الخبرة الجامعية هذه أفضل استثمار يمكنك القيام به في اختيار برنامج تحديثي لسببين: تحديث معرفتك في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية والحصول على شهادة جامعية صادرة عن *TECH* الجامعة التكنولوجية "

يتيح لك البرنامج ممارسة التمارين في بيئات محاكاة والتي توفر تعليمًا غامرًا مبرمجًا للتدريب في مواقف حقيقية.

سيسمح لك هذا البرنامج بدراسته *100%* عبر الإنترنت لدمج دراستك مع عملك المهني وزيادة معرفتك في هذا النطاق.

يتضمن الهيكل التدريسي لهذا البرنامج من متخصصين في مجال التغذية الذين يضعون تجربتهم وخبرتهم في هذا التدريب إلى البرنامج، بالإضافة إلى خبراء معترف بهم من المؤسسات المرموقة والجامعات الريادية.

سيسمح محتوى الوسائط المتعددة المُعد بأحدث التقنيات التعليمية إلى التعلم المهني والسياقي أي في بيئة محاكاة التي ستوفرها هذه الشهادة الجامعية من تدريب ضمن مواقف حقيقية.

يركز تصميم هذا البرنامج على التعلم القائم على المشكلات والذي يجب على المهني من خلاله محاولة حل الحالات المختلفة للممارسة المهنية التي تُطرَح على مدار هذا البرنامج. للقيام بذلك سيحصل الطالب المختص على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي جديد تم إنشاؤه بواسطة خبراء مشهورين في مجال التغذية الرياضية وذوي خبرة واسعة.

02

الأهداف

الهدف الرئيسي الذي يسعى إليه البرنامج هو تطوير التعلم النظري والعملي حتى يتمكن متخصصو العلوم الرياضية من إتقان دراسة التغذية الرياضية لدى مجموعات سكانية معينة بطريقة عملية ودقيقة.

سيولد برنامج التحديث هذا شعورًا بالأمان في أداء ممارستك اليومية، مما سيساعدك على النمو على المستوى الشخصي والمهني"

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
- القدرة على العمل في بيئة متعددة التخصصات
- فهم متقدم للسياق الذي يتم فيه تطوير مجال التخصص
- إدارة المهارات المتقدمة لاكتشاف العلامات المحتملة للتغييرات الغذائية المرتبطة بالممارسة الرياضية
- إدارة المهارات اللازمة من خلال عملية التعليم والتعلم التي تسمح بمواصلة متخصص التعلم في مجال التغذية الرياضية سواء من خلال الاتصالات القائمة مع المعلمين والمتخصصين في هذا المؤهل العلمي وبشكل مستقل
- التخصص في تركيب الأنسجة العضلية ومشاركتها في الرياضة
- التعرف على الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين في المواقف المرضية المختلفة
- التخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين في المواقف المختلفة الخاصة بالعمر والجنس
- التخصص في الإستراتيجيات الغذائية للوقاية والعلاج للرياضيين المصابين
- التخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للأطفال الرياضيين
- التخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين المعاقين

الأهداف المحددة

الوحدة 1. الرياضات المائية

- التعمق في أهم الخصائص في الرياضات المائية الرئيسية
- فهم المطالب والمتطلبات التي تأتي مع النشاط الرياضي في البيئة المائية
- التفريق بين الاحتياجات الغذائية بين الرياضات المائية المختلفة

الوحدة 2. الرياضات حسب فئة الوزن

- تحديد الخصائص والاحتياجات المختلفة في الرياضة حسب فئة الوزن
- الفهم 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 الفسيولوجي التي يجب أخذها في الاعتبار في النهج التغذوي للمجموعات المختلفة
- الفهم بعمق تأثير العوامل الخارجية والداخلية على النهج الغذائي لهذه المجموعات

> اتخذ الخطوة لمتابعة آخر المستجدات في مجال التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية"

03

هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

يتمتع فريق التدريس في TECH، من خبراء في التغذية الرياضية بمكانة واسعة في هذه المهنة وهم محترفون يتمتعون بسنوات من الخبرة في التدريس وقد اجتمعوا معًا لمساعدة الطلاب على تعزيز مهنتهم. للقيام بذلك قاموا بتطوير شهادة الخبرة الجامعية هذه مع التحديثات الأخيرة حول هذا الموضوع والتي ستتيح لهم بالتدريب وزيادة مهاراتهم في هذا القطاع.

"تعلم من أفضل المحترفين وكن نفسك محترفاً ناجحاً

هيكل الإدارة

د. Marhuenda Hernández, Javier

- أخصائي تغذية في أندية كرة القدم المحترفة
- رئيس قسم التغذية الرياضية في Albacete Balompié
- رئيس قسم التغذية الرياضية في UCAM كرة القدم
- مستشار علمي في Nutrium
- مستشار التغذية في Centro Impulso
- أستاذ ومنسق دراسات ما بعد الجامعية
- دكتوراه في التغذية السلامة الغذائية من UCAM
- بكالوريوس في تغذية بشرية وعلم التغذية من UCAM
- ماجستير في التغذية العلاجية من UCAM
- عضو الأكاديمية الإسبانية للتغذية وعلم التغذية

الأساتذة

د. Martínez Noguera, Francisco Javier

- أخصائي التغذية الرياضية في CIARD-UCAM
- أخصائي التغذية الرياضية في عيادة العلاج الطبيعي Jorge Lledó
- مساعد باحث في CIARD-UCAM
- أخصائي التغذية الرياضية في نادي UCAM Murcia لكرة القدم
- أخصائي التغذية بمركز SANO
- أخصائي التغذية الرياضية في نادي UCAM Murcia لكرة السلة
- دكتوراه في علوم الرياضة من الجامعة الكاثوليكية في San Antonio de Murcia
- بكالوريوس في التغذية البشرية وعلم التغذية من الجامعة الكاثوليكية في San Antonio de Murcia
- ماجستير في التغذية والسلامة الغذائية من الجامعة الكاثوليكية في San Antonio de Murcia

أ. Ramírez Munuera, Marta

- أخصائية تغذية رياضية في رياضة القوة
- أخصائية تغذية في M10 للصحة واللياقة البدنية
- أخصائية تغذية في Mario Ortiz Nutrition
- مدربة في دورات وورش عمل حول التغذية الرياضية
- متحدثة في مؤتمرات وندوات حول التغذية الرياضية
- بكالوريوس فية تغذية بشرية وعلم التغذية من UCAM
- ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة من UCAM

أ. Montoya Castaño, Johana

- أخصائية تغذية رياضية
- أخصائية تغذية بوزارة الرياضة الكولومبية
- مستشارة علمي في Bionutrition Medellín
- مُدرسة دورات تدريبية في التغذية الرياضية والدراسات الجامعية
- أخصائية تغذية وحمية من جامعة Antioquia
- ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة من UCAM

04

الهيكل والمحتوى

تم تصميم هيكل المحتويات من قبل فريق من المحترفين الذين يدركون آثار التدريب في الممارسة اليومية، ويدركون الأهمية الحالية لتعليم التغذية الرياضية، ويلتزمون بجودة التدريس من خلال التقنيات التعليمية الجديدة.

تحتوي شهادة الخبرة الجامعية في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحداثة في السوق"

الوحدة 1. الرياضات المائية

1.1. تاريخ الرياضات المائية

1.1.1. الألعاب الأولمبية والبطولات الكبرى

2.1.1. الرياضات المائية اليوم

2.1. قيود الأداء

1.2.1. في الرياضات المائية في الماء (السباحة، كرة الماء Waterpolo ، 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 Waterpolo ، الخ)

2.3.1. الرياضات المائية على الماء (ركوب الأمواج، والإبحار، والتجديف، وما إلى ذلك)

4.1. فسيولوجيا 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. تركيب الجسم

1.6.1. السباحة

2.6.1. كرة الماء Waterpolo

7.1. قبل المنافسة

1.7.1. قبل 3 ساعات

2.7.1. قبل 1 ساعة

8.1. المنافسة

1.8.1. الكربوهيدرات

2.8.1. الإماهة

9.1. ما بعد المنافسة

1.9.1. الإماهة

2.9.1. البروتين

10.1. مساعدات زيادة النشاط

1.10.1. الكرياتين

2.10.1. مادة الكافيين

الوحدة 2. الرياضات حسب فئة الوزن

1.2. خصائص الرياضات الرئيسية حسب فئة الوزن

1.1.2. اللوائح التنظيمية

2.1.2. فئات

2.2. الجدول الزمني الموسمي

1.2.2. مسابقات

2.2.2. دورة كلية

3.2. تركيب الجسم

1.3.2. الرياضات القتالية

2.3.2. رفع الاثقال

4.2. مراحل اكتساب كتلة العضلات

1.4.2. نسبة الدهون في الجسم

2.4.2. الجَدْوَلَة

5.2. مراحل التعريف

1.5.2. الكربوهيدرات

2.5.2. البروتين

6.2. قبل المنافسة

1.6.2. بروتوكول إسبوع ما قبل المنافسة *Peek weak*

2.6.2. قبل الوزن

7.2. المنافسة

1.7.2. تطبيقات عملية

2.7.2. توقيت *Timming*

8.2. ما بعد المنافسة

1.8.2. الإماهة

2.8.2. البروتين

9.2. مساعدات زيادة النشاط

1.9.2. الكرياتين

2.9.2. بروتين مصل اللبن *Whey protein*

الوحدة 3. مراحل مختلفة أو مجموعات سكانية محددة

1.3. التغذية عند المرأة الرياضية
1.1.3. عوامل مقيدة
2.1.3. المتطلبات
2.3. الدورة الشهرية
1.2.3. المرحلة الأصفرية
2.2.3. المرحلة الجُريبية
3.3. الثالوث الرياضي
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 في 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. اضطرابات السلوك الغذائي
7.3. المتطلبات الغذائية للطفل الرياضي
1.7.3. الكربوهيدرات
2.7.3. البروتينات
8.3. التغييرات المرتبطة بالشيخوخة
1.8.3. نسبة الدهون في الجسم
2.8.3. كتلة العضلات
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 مصل اللبن *Whey protein*
2.10.3. الكرياتين

05
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"

منهج دراسة الحالة لوضع جميع محتويات المنهج في سياقها المناسب

يقدم برنامجنا منهج ثوري لتطوير المهارات والمعرفة. هدفنا هو تعزيز المهارات في سياق متغير وتنافسي ومتطلب للغاية.

> مع جامعة *TECH* يمكنك تجربة طريقة تعلم تهز أسس الجامعات التقليدية في جميع أنحاء العالم"

سيتم توجيهك من خلال نظام التعلم القائم على إعادة التأكيد على ما تم تعلمه، مع منهج تدريس طبيعي وتقدمي على طول المنهج الدراسي بأكمله.

سيتعلم الطالب، من خلال الأنشطة التعاونية والحالات الحقيقية، حل المواقف المعقدة في بيئات العمل الحقيقية.

منهج تعلم مبتكرة ومختلفة

إن هذا البرنامج المُقدم من خلال TECH هو برنامج تدريس مكثف، تم خلقه من الصفر، والذي يقدم التحديات والقرارات الأكثر تطلبًا في هذا المجال، سواء على المستوى المحلي أو الدولي. تعزز هذه المنهجية النمو الشخصي والمهني، متخذة بذلك خطوة حاسمة نحو تحقيق النجاح. ومنهج دراسة الحالة، وهو أسلوب يرسي الأسس لهذا المحتوى، يكفل اتباع أحدث الحقائق الاقتصادية والاجتماعية والمهنية.

> يعدك برنامجنا هذا لمواجهة تحديات جديدة في بيئات غير مستقرة ولتحقيق النجاح في حياتك المهنية"

كانت طريقة الحالة هي نظام التعلم الأكثر استخداماً من قبل أفضل الكليات في العالم. تم تطويره في عام 1912 بحيث لا يتعلم طلاب القانون القوانين بناءً على المحتويات النظرية فحسب، بل اعتمد منهج دراسة الحالة على تقديم مواقف معقدة حقيقية لهم لاتخاذ قرارات مستنيرة وتقدير الأحكام حول كيفية حلها. في عام 1924 تم تحديد هذه المنهجية كمنهج قياسي للتدريس في جامعة هارفارد.

أمام حالة معينة، ما الذي يجب أن يفعله المهني؟ هذا هو السؤال الذي نواجهه في منهج دراسة الحالة، وهو منهج تعلم موجه نحو الإجراءات المتخذة لحل الحالات. طوال البرنامج، سيواجه الطلاب عدة حالات حقيقية. يجب عليهم دمج كل معارفهم والتحقيق والجدال والدفاع عن أفكارهم وقراراتهم.

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*.

> في عام *2019*، حصلنا على أفضل نتائج تعليمية متفوقين بذلك على جميع الجامعات الافتراضية الناطقة باللغة الإسبانية في العالم.

في TECH تتعلم بمنهجية رائدة مصممة لتدريب مدراء المستقبل. وهذا المنهج، في طليعة التعليم العالمي، يسمى *Relearning* أو إعادة التعلم.

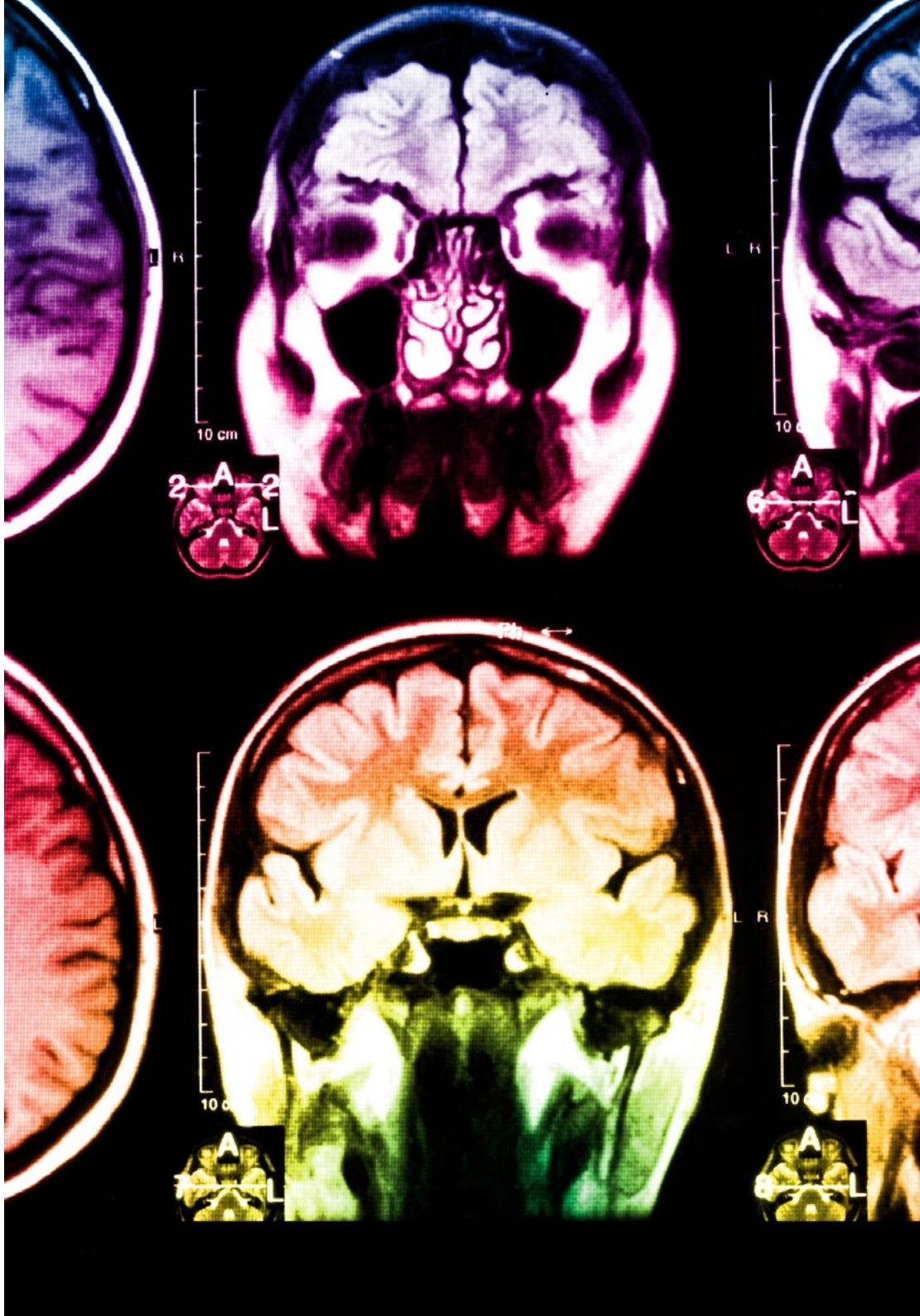
جامعتنا هي الجامعة الوحيدة الناطقة باللغة الإسبانية المصرح لها لاستخدام هذا المنهج الناجح. في عام 2019، تمكنا من تحسين مستويات الرضا العام لطلابنا من حيث (جودة التدريس، جودة المواد، هيكل الدورة، الأهداف..) فيما يتعلق بمؤشرات أفضل جامعة عبر الإنترنت باللغة الإسبانية.

في برنامجنا، التعلم ليس عملية خطية، ولكنه يحدث في شكل لولبي (نتعلّم ثم نطرح ماتعلمناه جانبًا فننساه ثم نعيد تعلمه). لذلك، نقوم بدمج كل عنصر من هذه العناصر بشكل مركزي. باستخدام هذه المنهجية، تم تدريب أكثر من 650000 خريج جامعي بنجاح غير مسبوق في مجالات متنوعة مثل الكيمياء الحيوية، وعلم الوراثة، والجراحة، والقانون الدولي، والمهارات الإدارية، وعلوم الرياضة، والفلسفة، والقانون، والهندسة، والصحافة، والتاريخ، والأسواق والأدوات المالية. كل ذلك في بيئة شديدة المتطلبات، مع طلاب جامعيين يتمتعون بمظهر اجتماعي واقتصادي مرتفع ومتوسط عمر يبلغ 43.5 عاماً.

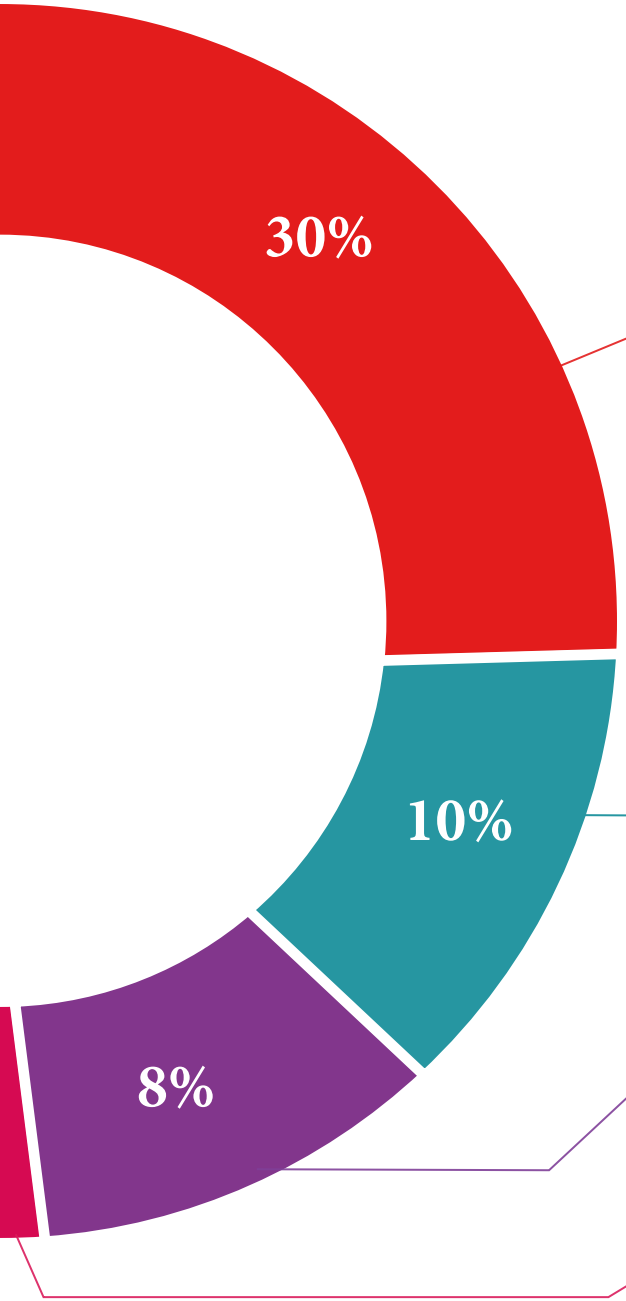
ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*، التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في تدريبك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.

استنادًا إلى أحدث الأدلة العلمية في مجال علم الأعصاب، لا نعرف فقط كيفية تنظيم المعلومات والأفكار والصور والذكريات، ولكننا نعلم أيضًا أن المكان والسياق الذي تعلمنا فيه شيئًا هو ضروريًا لكي نكون قادرين على تذكرها وتخزينها في الحُصين بالمخ، لكي نحتفظ بها في ذاكرتنا طويلة المدى.

بهذه الطريقة، وفيما يسمى التعلم الإلكتروني المعتمد على السياق العصبي، ترتبط العناصر المختلفة لبرنامجنا بالسياق الذي يطور فيه المشارك ممارسته المهنية.



يقدم هذا البرنامج أفضل المواد التعليمية المُعَدَّة بعناية للمهنيين:



المواد الدراسية

يتم إنشاء جميع محتويات التدريس من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، وتحديداً من أجله، بحيث يكون التطوير التعليمي محددًا وملموسًا حقًا.

ثم يتم تطبيق هذه المحتويات على التنسيق السمعي البصري الذي سيخلق منهج جامعة TECH في العمل عبر الإنترنت. كل هذا بأحدث التقنيات التي تقدم أجزاء عالية الجودة في كل مادة من المواد التي يتم توفيرها للطالب.

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.

التدريب العملي على المهارات والكفاءات

سيقومون بتنفيذ أنشطة لتطوير مهارات وقدرات محددة في كل مجال مواضيعي. التدريب العملي والديناميكيات لاكتساب وتطوير المهارات والقدرات التي يحتاجها المتخصص لنموه في إطار العولمة التي نعيشها.

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.

دراسات الحالة (Case studies)

سيقومون بإكمال مجموعة مختارة من أفضل دراسات الحالة المختارة خصيصًا لهذا الموقف. حالات معروضة ومحللة ومدروسة من قبل أفضل المتخصصين على الساحة الدولية.

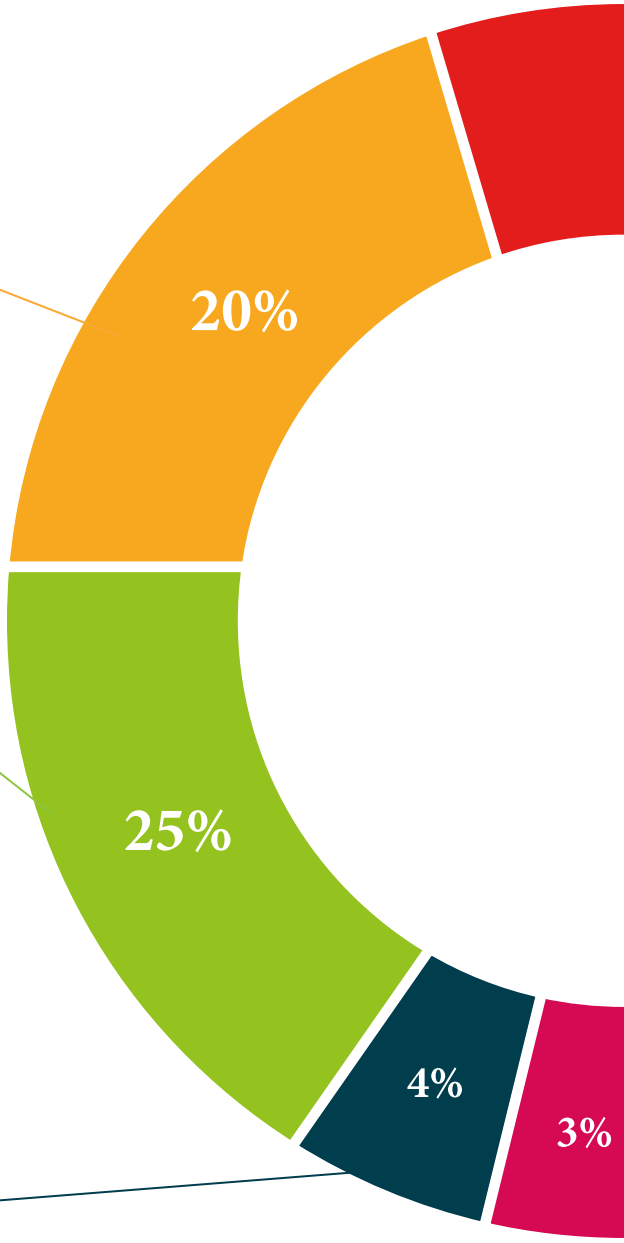
ملخصات تفاعلية

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 مايكروسوف بهذا النظام التعليمي الفريد لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية".

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.



06

المؤهل العلمي

تضمن شهادة الخبرة الجامعية في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية إلى التدريب الأكثر دقة وتحديثا، والحصول على شهادة جامعية صادرة 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 في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية** على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحداثة في السوق.

بعد اجتياز الطالب للتقييمات، سوف يتلقى عن طريق البريد العادي* مصحوب بعلم وصول مؤهل **شهادة الخبرة الجامعية** ذا الصلة الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية.**

إن المؤهل الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية** سوف يشير إلى التقدير الذي تم الحصول عليه في 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 في التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية**

عدد الساعات الدراسية المعتمدة: **450 ساعة**

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

tech الجامعة التكنولوجية

تمنح هذا

الدبلوم

لـ

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

لاجتيازه/لاجتيازها بنجاح والحصول على برنامج

شهادة الخبرة الجامعية

في

التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية

وهي شهادة خاصة من هذه الجامعة موافقة لـ 450
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

أ. د./ Tere Guevara Navarro
رئيس الجامعة

الجامعة الافتراضية الرسمية للرابطة
الوطنية لكرة السلة NBA

الكود الفريد الخاص بجامعة TECH: AFWOR23S techtitute.com/certificates

*تصديق لاهاي أبوستيل. في حالة قيام الطالب بالتقدم للحصول على درجته العلمية الورقية وتصديق لاهاي أبوستيل، ستتخذ مؤسسة TECH EDUCATION الإجراءات المناسبة لكي يحصل عليها وذلك بتكلفة إضافية.

الجامعة التيكنولوجية

شهادة الخبرة الجامعية

التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية

- طريقة التدريس: **أونلاين**
- مدة الدراسة: **6 أشهر**
- المؤهل الجامعي من: **TECH الجامعة التكنولوجية**
- عدد الساعات المخصصة للدراسة: **16 ساعات أسبوعيًا**
- مواعيد الدراسة: **وفقًا لوتيرتك الخاصّة**
- الامتحانات: **أونلاين**

شهادة الخبرة الجامعية

التغذية في النشاط البدني والرياضات المائية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

tech الجامعة التيكنولوجية