

# شهادة الخبرة الجامعية التمارين البدنية في حالات السمنة والحمل والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة  
التكنولوجية **tech**

شهادة الخبرة الجامعية

التمارين البدنية في حالات السمنة والحمل  
والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 6 أشهر

« المؤهل الجامعي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« عدد الساعات المخصصة للدراسة: 16 ساعات أسبوعيًا

« مواعيد الدراسة: وفقًا لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

# الفهرس

02

الأهداف

صفحة 8

01

المقدمة

صفحة 4

05

المنهجية

صفحة 22

04

الهيكل والمحتوى

صفحة 16

03

هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

صفحة 12

06

المؤهل العلمي

صفحة 30

# المقدمة

يجب على مراقب الصالة الرياضية أن يواجه في عمله اليومي مجموعة متنوعة من الحالات التي يجب أن يكون قادرًا على التعامل معها بنجاح. واحدة من الحالات التي تثير قلق المحترفين غالبًا هي خدمة السكان الخاصين، حيث يجب معرفة كيفية العمل مع احتياجاتهم لتقديم خدمة صحية وملائمة لمتطلباتهم. لهذا السبب، يهدف هذا البرنامج التعليمي إلى تعزيز معرفة المحترفين في مجال الرياضة حتى يكونوا قادرين على العمل مع مجموعات خاصة مثل النساء الحوامل، والأشخاص الذين يعانون من البدانة، أو الأشخاص في مراحل الصبا والشباب، مع القدرة على تكييف قدراتهم البدنية مع خطة التدريب لتقديم نتائج مثلى لهم.





في عالم العمل شديد التنافس، التخصص هو الأداة الوحيدة التي يمكن أن تميز محترف  
الرياضة ليبرز ملفه المهني"



تحتوي درجة شهادة الخبرة الجامعية في التمارين البدنية في حالات السمنة والحمل والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدائث في السوق. أبرز خصائصها هي:

- ◆ تطوير الحالات العملية التي يقدمها الخبراء في النشاط البدني و الرياضة
- ◆ محتوياتها البيانية والتخطيطية والعملية البارزة التي يتم تصورها بها تجمع المعلومات العلمية والتدريبية حول تلك التخصصات الأساسية للممارسة المهنية
- ◆ تمارين عملية لإجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين العملية التعليمية
- ◆ تركيزها الخاص على منهجيات مبتكرة.
- ◆ 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

هذا البرنامج الأكاديمي يقدم للطالب معرفة عميقة في بعض الأمراض، مثل متلازمة التمثيل الغذائي، والبدانة، والحالات الخاصة مثل الحمل، وحالات أخرى شائعة في حياة مراقب الصالة الرياضية اليومية والتي يتجاهل معظم الأشخاص معرفتها لأنها لا تُدرس في معظم التخصصات الأساسية. من بين هذه الحالات نجد البدانة، التي أصبحت واحدة من أكثر الأمراض شيوعاً في العالم، على الرغم من كونها الأقل تقديراً بينها جميعاً، حيث يراها الناس عادة مشكلة جمالية بسيطة.

التميز الحركي والتغذية الزائدة وغير الملائمة هما من بين العوامل التي لها تأثير كبير على تطور هذا المرض. ومع ذلك، تم اعتبار الاعتقاد البسيط بأن زيادة النشاط البدني وانخفاض الاستهلاك كافيًا لعلاج غير فعال، نظرًا إلى أن النظام في هذه الحالة المرضية لا يستجيب بنفس الطريقة. لذلك، سيتم التركيز بشكل خاص في شهادة الخبرة الجامعية هذه على تخطيط وبرمجة التدريب المتكيف مع اضطراب هؤلاء الأفراد لتحقيق تغييرات ملموسة في صحتهم.

بالإضافة إلى ذلك، سيتم التعامل أيضًا مع عملية التدريب في مراحل عمرية مختلفة مثل مرحلة الأطفال والمراهقين وكبار السن. سيتم تفصيل السمات الرئيسية لكل مرحلة من هذه المراحل بناءً على تغييراتها الهيكلية والوظيفية، بالإضافة إلى أهمية العلوم العصبية والتغذية بهدف برمجة جلسات التدريب مع مراعاة السمات الفردية للأعبين.

أخيرًا، خلال شهادة الخبرة الجامعية هذه سيتم التعامل مع المحتويات المتعلقة بحالة الحمل. خلال الدروس، سيتم دراسة التكيفات المورفوفيزيولوجية المختلفة التي يتم ملاحظتها، وسيتم التركيز على تأثيرها على خطط ممارسة التمارين البدنية. ستكون التعديلات والرعاية الوقائية ضرورية، بالإضافة إلى تعديلات التحكم الحركي بمرور الحمل. سيتم مراعاة الأمراض الممكنة والرعاية والتوجيهات خلال هذه العملية، بالإضافة إلى الاستجابات والتكيفات مع ممارسة التمارين البدنية. أخيرًا، سيتم دراسة وصف برنامج ممارسة الرياضة مقسمًا إلى الفصول الثلاثة السمية واقتراح مهم للفترة ما بعد الولادة.



قدم اهتمامًا وأولوية لعميلك ذي الاحتياجات الخاصة وابدأ في المنافسة مع أفضل من في القطاع"

قم بتغيير مسار مهنتك 180 درجة من خلال اتباع شهادة الخبرة الجامعية هذه.

تعلم كيف تعمل مع مجموعات خاصة مثل النساء الحوامل وكن مراقب صالة رياضية مطلوبًا بشكل أكبر

مرحبًا بك في البرنامج الأكاديمي الذي سيضع أسس نموك المهني وسيفتح لك أبواب مستقبل مُشرِّق



"البرنامج يتضمن، في هيكله التدريسي، محترفين في القطاع يساهمون بتجربتهم في هذا البرنامج التحديتي، بالإضافة إلى خبراء معترف بهم من جمعيات مرجعية وجامعات مرموقة.

وسيتيح محتواها متعدد الوسائط، الذي صيغ بأحدث التقنيات التعليمية، للمهني التعلم السياقي والموقعي، وهي بيئة محاكاة ستوفر تدريبًا مغمورًا مصممًا للتدريب على المواقف الواقعية

يركز تصميم هذا البرنامج على التعلم القائم على المشكلات، والذي من خلاله يجب على المهني محاولة حل المواقف المختلفة للممارسة المهنية التي تنشأ خلال العام الدراسي. للقيام بذلك، المهني في سيحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر من قبل خبراء مشهورين.



# الأهداف

الهدف الأساسي لهذا البرنامج الأكاديمي هو تعزيز اكتساب الطالب للكفاءات المحددة التي ستصبح الدعامة التي يستند إليها في ممارساته اليومية. لهذا الغرض، تم إنشاء مقرر دراسي عالي المستوى مبني على أحدث مستجدات القطاع ومصمم بأقصى درجات الدقة العلمية. سيتم تقديم هذه المحتويات من قبل فريق من المحترفين من الطراز الأول، الذين سيمنحون الطالب أدوات قيمة للعمل كمراقب لصالة الألعاب الرياضية، على علم بكيفية العمل مع مجموعات خاصة.







إذا كان هدفك هو النمو والبدء في العمل كمراقب لصالة الألعاب الرياضية، مع القدرة على العمل مع مجموعات خاصة، فإن هذا البرنامج مناسب لك”

الأهداف العامة



- ◆ اكتساب معرفة مستندة إلى أحدث الأدلة العلمية مع تطبيق كامل في الميدان العملي
- ◆ إتقان جميع أحدث أساليب تقييم الأداء الرياضي
- ◆ إتقان وتطبيق ثابت لأحدث أساليب التدريب لتحسين الأداء الرياضي وجودة الحياة، وكذلك تحسين أمراض السلوك الشائعة
- ◆ إتقان مبادئ فيزيولوجيا ممارسة الرياضة، وكذلك الكيمياء الحيوية
- ◆ دمج بنجاح جميع المعرفة المكتسبة في وحدات مختلفة في الممارسة الواقعية

أهدافك وأهداف *TECH* تتحدان وتتجسدان في هذا  
البرنامج الأكاديمي ذي القيمة الممتازة من الناحية العلمية "



## الأهداف المحددة



### الوحدة 1. السمنة والتمرين البدني

- ◆ الفهم العميق لفيزيولوجيا السمنة وتأثيراتها على الصحة
- ◆ فهم القيود البدنية الموجودة في الأفراد المصابين بالسمنة
- ◆ القدرة على تخطيط وبرمجة التمرين بطريقة فردية لشخص مصاب بالسمنة.

### الوحدة 2. ممارسة النشاط البدني لمرحلة الطفولة وكبار السن

- ◆ فهم الجوانب البيولوجية والنفسية والاجتماعية للأطفال والمراهقين وكبار السن
- ◆ المعرفة العميقة بخصوصيات كل مجموعة عمرية وكيفية التعامل معها بشكل محدد
- ◆ القدرة على تخطيط وبرمجة التمرين بطريقة فردية للأطفال والمراهقين وكبار السن

### الوحدة 3. التمرين البدني والحمل

- ◆ المعرفة العميقة بالتغيرات الهيكلية والوظيفية في عملية الحمل
- ◆ فهم الجوانب البيولوجية والنفسية والاجتماعية للحمل
- ◆ القدرة على تخطيط وبرمجة التمرين بطريقة فردية لامرأة حامل





# هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

يتكون أعضاء هيئة التدريس في هذا البرنامج من مجموعة من الخبراء على مستوى نشط ورفيع. لذا، سيتعلم المهني الذي يقرر الالتحاق بهذا البرنامج مع TECH على يد معلم ممتاز، لديه سنوات من الخبرة في القطاع وأكبر استعداد لإخراج أفضل الخريجين في هذا المجال. لهذا السبب، كان هذا الفريق أيضًا هو من قام بتصميم محتويات الماجستير، تضمن للطالب تعلمًا شاملاً، استنادًا إلى أقصى درجات الدقة العلمية وأحدث مستجدات القطاع.







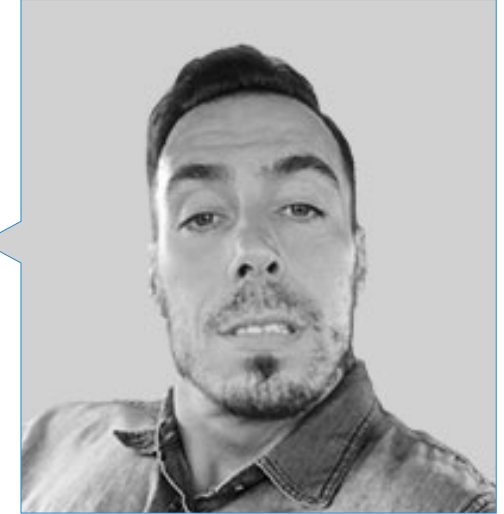
بذلت *TECH* جهداً كبيراً لتقديم أكثر أعضاء هيئة التدريس اكتماً وتعدد التخصصات في هذا القطاع. لا تفوتوا الفرصة للدراسة مع الأفضل"



هيكـل الإدارة

د. Rubina, Dardo

- ♦ الرئيس التنفيذي لشركة تبيست أند تريينج (Test and Training)
- ♦ منسق التحضير البدني في EDM (Equipo Deportivo Municipal)
- ♦ معد بدني للفريق الأول لفريق EDM (Equipo Deportivo Municipal)
- ♦ ماجستير في الأداء الرياضي العالي (ARD) في COE (اللجنة الأولمبية الإسبانية)
- ♦ شهادة EXOS
- ♦ خبير في التدريب بالقوة للوقاية من الإصابات، وإعادة التأهيل الوظيفي والبدني الرياضي
- ♦ شهادة جامعية في تقنيات مراقبة الوزن والأداء البدني
- ♦ دراسات عليا في النشاط البدني للسكان المصابين بأمراض
- ♦ محاضرة جامعية في الدراسات المتقدمة (DEA) من جامعة كاستيا لا مانشا
- ♦ دكتوراه في الأداء الرياضي العالي (ARD)



الأستاذة

د. Renda, Juan

- ♦ أستاذ وطني في التربية البدنية. ISEF رقم 1 "الدكتور إنريكي روميرو بريست"
- ♦ مختص في علم العلاج الطبيعي والعلاج الطبيعي. المعهد الجامعي لمؤسسة H.A. Bacelo
- ♦ مختص في التربية البدنية مع توجيهه في فيزيولوجيا العمل البدني
- ♦ جامعة ناسيونال جرال سان مارتين (Nacional de Lomas de Zamora)



# الهيكل والمحتوى

تم تصميم محتويات شهادة الخبرة الجامعية هذه بناءً على أقصى قدر من الدقة العلمية ومع مراعاة آخر التطورات في هذا القطاع. وبنفس الطريقة، تم تكليف مجموعة من الخبراء من المؤسسات المرموقة بوضع وترجمة المنهج الدراسي إلى برنامج التحديث الأكاديمي هذا لتجربة سنوات عملهم وأبحاثهم المستمرة في هذا المجال من الدراسة. يسمح ذلك بتقديم مكتبة المحتوى الأكثر شمولاً في السوق إلى الطالب، والتي ستصبح أساسه النظري عند مواجهته لعمله اليومي.





محتوى من الدرجة الأولى مصمم من قبل محترفين ممتازين وموجه لهم



## الوحدة 1. السمعة والتمرين البدني

- 7.1 برمجة التمرين لزيادة المقاومة للمرضى الذين يعانون من السمعة
  - 1.7.1 أهداف التمرين لزيادة المقاومة في السمعة
  - 2.7.1 حجم وشدة واسترداد التمرين لزيادة المقاومة في السمعة
  - 3.7.1 اختيار التمارين وأساليب التمرين لزيادة المقاومة في السمعة
  - 4.7.1 تصميم برامج التمرين لزيادة المقاومة في السمعة
- 8.1 صحة المفاصل والتمرين المكمل للمرضى الذين يعانون من السمعة
  - 1.8.1 التمرين المكمل في حالة السمعة
  - 2.8.1 تمرين الحركة والمرونة في حالة السمعة
  - 3.8.1 تحسين التحكم والاستقرار في الجنب في حالة السمعة
  - 4.8.1 اعتبارات أخرى للتدريب في السكان الذين يعانون من السمعة
- 9.1 الجوانب النفسية والاجتماعية للبدانة
  - 1.9.1 أهمية العلاج متعدد التخصصات في السمعة
  - 2.9.1 اضطرابات سلوك التغذية
  - 3.9.1 السمعة في سن الطفولة
  - 4.9.1 السمعة في الكبار
- 10.1 التغذية وعوامل أخرى متعلقة بالسمعة
  - 1.10.1 العلوم الأوميك والسمعة
  - 2.10.1 الميكروبيوتا وتأثيرها على السمعة
  - 3.10.1 بروتوكولات التدخل التغذوية في السمعة: الأدلة
  - 4.10.1 التوصيات التغذوية لممارسة النشاط البدني

## الوحدة 2. ممارسة النشاط البدني في مرحلة الطفولة وكبار السن

- 1.2 النشاط البدني في مرحلة الطفولة
  - 1.1.2 النمو والنضج والتطور
  - 2.1.2 التطور والفردية: العمر الزمني مقابل العمر البيولوجي
  - 3.1.2 المراحل الحساسة
  - 4.1.2 التطوير على المدى الطويل (Long Term Athlete Development)
- 2.2 تقييم الصالة الرياضية في سن الطفولة
  - 1.2.2 البطاريات الرئيسية للتقييم
  - 2.2.2 تقييم القدرات التنسيقية
  - 3.2.2 تقييم القدرات الجوهريّة
  - 4.2.2 التقييمات المورفولوجية

- 1.1 السمعة
  - 1.1.1 تطور السمعة: الجوانب الثقافية والاجتماعية المرتبطة
  - 2.1.1 السمعة والأمراض المصاحبة: دور التعددية التخصصية
  - 3.1.1 السمعة في الأطفال وتأثيرها على البالغين في المستقبل
- 2.1 أسس فيزيولوجية
  - 1.2.1 السمعة ومخاطر الصحة
  - 2.2.1 جوانب فيزيولوجية للسمعة
  - 3.2.1 السمعة والأمراض المرتبطة
- 3.1 التقييم والتشخيص
  - 1.3.1 تكوين الجسم: نموذج العناصر 2 و 5
  - 2.3.1 التقييم: التقييمات البدنية الرئيسية
  - 3.3.1 تفسير البيانات الأثرية وبيولوجية
  - 4.3.1 وصف التمرين البدني للوقاية وتحسين السمعة
- 4.1 البروتوكولات والعلاجات
  - 1.4.1 الخطة العلاجية الأولية: تعديل نمط الحياة
  - 2.4.1 التغذية: دورها في السمعة
  - 3.4.1 تمارين: دورها في السمعة
  - 4.4.1 العلاج الدوائي
- 5.1 تخطيط التدريب للمرضى الذين يعانون من السمعة
  - 1.5.1 تحديد مستوى العميل
  - 2.5.1 الأهداف
  - 3.5.1 عمليات التقييم
  - 4.5.1 التشغيل فيما يتعلق بالموارد المكانية والمواد
- 6.1 برمجة التمرين لزيادة القوة في حالة السمعة
  - 1.6.1 أهداف التمرين لزيادة القوة في السمعة
  - 2.6.1 حجم وشدة واسترداد التمرين لزيادة القوة في السمعة
  - 3.6.1 اختيار التمارين وأساليب التمرين لزيادة القوة في السمعة
  - 4.6.1 تصميم برامج التمرين لزيادة القوة في السمعة

- 9.2. علم الأعصاب وكبار السن
  - 1.9.2. عمليات تكوين الأعصاب والتعلم
  - 2.9.2. احتياط القدرات الإدراكية في كبار السن
  - 3.9.2. نحن دائما قادرون على التعلم
  - 4.9.2. الشيخوخة ليست مرادفًا للمرض
  - 5.9.2. الزهايمر ومرض باركنسون، قيمة ممارسة النشاط البدني
  - 10.2. برمجة ممارسة النشاط البدني في كبار السن
    - 1.10.2. تدريب القوة والقوة العضلية
    - 2.10.2. تدريب اللياقة الهوائية
    - 3.10.2. التدريب الإدراكي
    - 4.10.2. تدريب القدرات التنسيقية
    - 5.10.2. الختام وإغلاق الوحدة

- 3.2. برمجة التمرين البدني للأطفال والمراهقين
  - 1.3.2. تدريب القوة العضلية
  - 2.3.2. تدريب اللياقة الهوائية
  - 3.3.2. تدريب السرعة
  - 4.3.2. تدريب المرونة
- 4.2. علوم الأعصاب وتطوير سن الطفولة والمراهقة
  - 1.4.2. التعلم العصبي في الطفولة
  - 2.4.2. الحركة، أساس الذكاء
  - 3.4.2. الانتباه والعاطفة. تعلم الأطفال
  - 4.4.2. علم الأعصاب والنظرية البيئية في عملية التعلم
- 5.2. منهجية ممارسة النشاط البدني في كبار السن
  - 1.5.2. عملية الشيخوخة
  - 2.5.2. التغييرات الهيكلية والوظيفية في كبار السن
  - 3.5.2. أهداف ممارسة النشاط البدني في كبار السن
  - 4.5.2. فوائد ممارسة النشاط البدني في كبار السن
- 6.2. التقييم الشامل لكبار السن
  - 1.6.2. اختبارات القدرات التنسيقية
  - 2.6.2. مؤشر كاتز لاستقلالية الأنشطة اليومية
  - 3.6.2. اختبارات القدرات الجوهريّة
  - 4.6.2. هشاشة العظام والضعف في كبار السن
- 7.2. متلازمة عدم الاستقرار
  - 1.7.2. مدى انتشار السقوط في كبار السن
  - 2.7.2. الكشف عن المرضى الذين يحملون خطر السقوط دون وقوع سقوط سابق
  - 3.7.2. عوامل الخطر للسقوط في كبار السن
  - 4.7.2. متلازمة ما بعد السقوط
- 8.2. التغذية في سن الطفولة وكبار السن
  - 1.8.2. الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة عمرية
  - 2.8.2. زيادة انتشار السمنة في الأطفال وداء السكري من النوع 2 في الأطفال
  - 3.8.2. ارتباط الأمراض الزناية بتناول الدهون المشبعة
  - 4.8.2. التوصيات الغذائية لممارسة النشاط البدني

### الوحدة 3. التمرين البدني والحمل

- 1.3. تعديلات الهيكل والوظيفة للمرأة أثناء فترة الحمل
  - 1.1.3. تعديل الكتلة الجسمانية
  - 2.1.3. تعديل مركز الجاذبية والتكيفات الوضعية الملائمة
  - 3.1.3. تكييف الجهاز القلبي والتنفسي
  - 4.1.3. تكييف الجهاز الهماطولوجي
  - 5.1.3. تكييف الجهاز الحركي
  - 6.1.3. تعديلات الجهاز الهضمي والكلوي
- 2.3. الأمراض الوظيفية المرتبطة بالحمل
  - 1.2.3. داء السكري الحملي
  - 2.2.3. متلازمة انخفاض ضغط الدم عند الاستلقاء للخلف
  - 3.2.3. فقر الدم.
  - 4.2.3. آلام الظهر
  - 5.2.3. تشقق عضلة البطن
  - 6.2.3. الدوالي
  - 7.2.3. اضطرابات الأرضية الحوضية
  - 8.2.3. متلازمة الضغط العصبي

- 3.3. التدريب البدني المهني وفوائد ممارسة النشاط البدني للنساء الحوامل
  - 1.3.3. الاعتناءات التي يجب مراعاتها أثناء أنشطة الحياة اليومية
  - 2.3.3. أعمال وقائية في الممارسة
  - 3.3.3. الفوائد النفسية والاجتماعية والبيولوجية لممارسة النشاط البدني
- 4.3. المخاطر والتضادات في ممارسة النشاط البدني للنساء الحوامل
  - 1.4.3. التضادات المطلقة لممارسة النشاط البدني
  - 2.4.3. التضادات النسبية لممارسة النشاط البدني
  - 3.4.3. احتياطات يجب مراعاتها أثناء فترة الحمل
- 5.3. التغذية للنساء الحوامل
  - 1.5.3. زيادة الوزن الجسماني مع الحمل
  - 2.5.3. احتياجات الطاقة خلال فترة الحمل
  - 3.5.3. التوصيات الغذائية لممارسة النشاط البدني
- 6.3. تخطيط التمرين للنساء الحوامل
  - 1.6.3. تخطيط الثلث الأول من الحمل
  - 2.6.3. تخطيط الثلث الثاني من الحمل
  - 3.6.3. تخطيط الثلث والثالث من الحمل
- 7.3. برمجة التمرين للجهاز العضلي الهيكلي
  - 1.7.3. التحكم الحركي
  - 2.7.3. تمارين الاستطالة واسترخاء العضلات
  - 3.7.3. العمل على القوة العضلية
- 8.3. برمجة التمرين للتحمل
  - 1.8.3. نوعية العمل البدني ذي التأثير المنخفض
  - 2.8.3. جرعة العمل الأسبوعية
- 9.3. العمل الوضعي والتحصير للولادة
  - 1.9.3. تمارين عضلة الحوض الحوضية
  - 2.9.3. تمارين وضع الجسم
- 10.3. العودة إلى ممارسة النشاط البدني بعد الولادة
  - 1.10.3. الموافقة الطبية وفترة الاستشفاء
  - 2.10.3. العناية ببداية ممارسة النشاط البدني
  - 3.10.3. استنتاجات وإغلاق الوحدة





ادرس في TECH وابدأ في مضاعفة فرص عملك



# 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



## 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 يرسى 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.



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

منهجية إعادة التعلم (Relearning)

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

نحن نعزز منهج دراسة الحالة بأفضل منهجية تدريس 100% عبر الإنترنت 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 مدرء المستقبل. وهذا المنهج، في طبيعة 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 (نتعلم ثم نطرح ما تعلمناه 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.

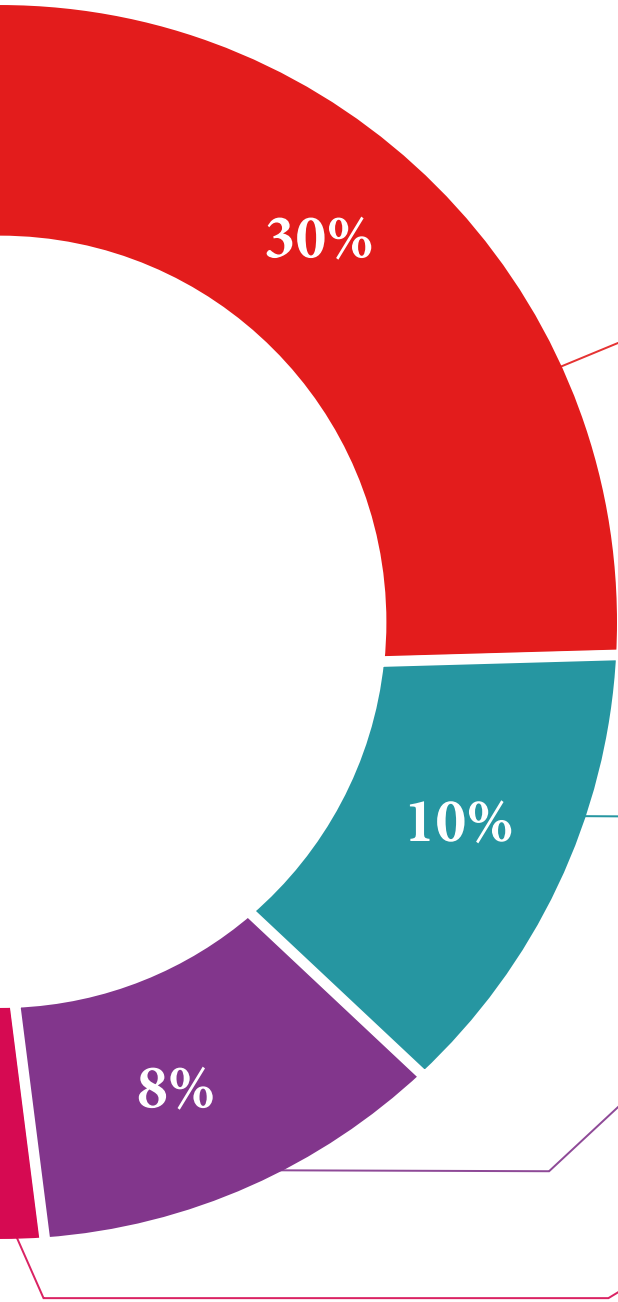
ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*، التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في تدريبك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.

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 المُعدَّة بعناية للمهنيين:



#### المواد الدراسية



يتم إنشاء جميع محتويات التدريس من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، وتحديداً من أجله، بحيث يكون التطوير التعليمي محدداً وملموساً حقاً.

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 للطلاب.

#### 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



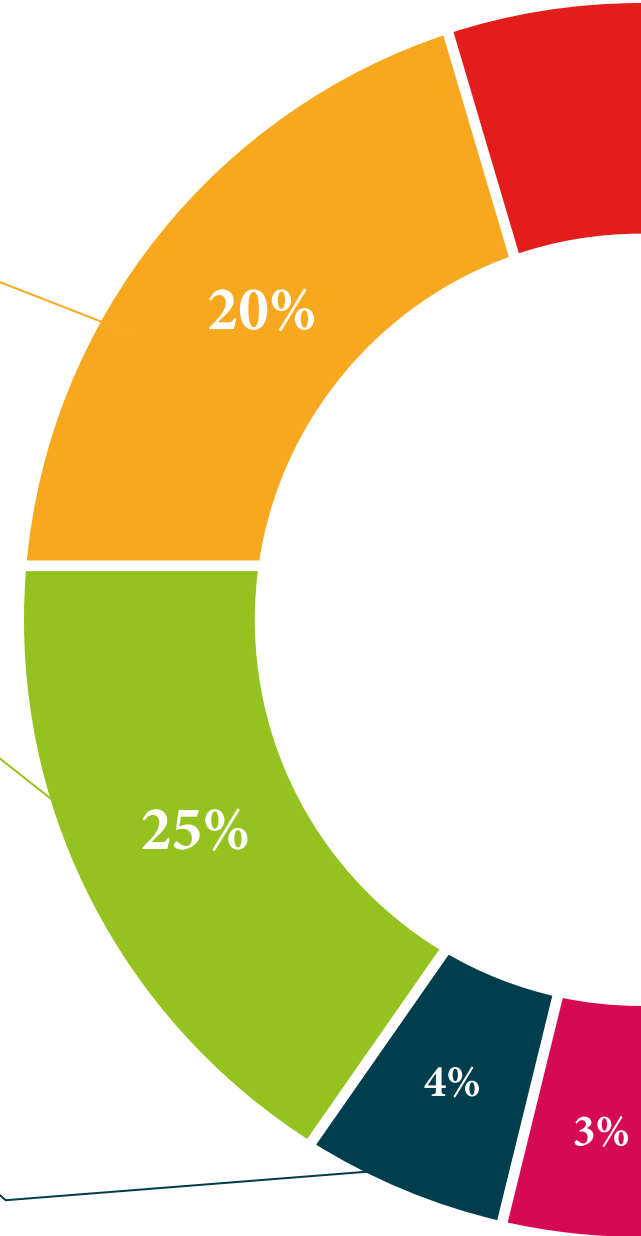
#### ملخصات تفاعلية

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 مايكروسوفت 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



# المؤهل العلمي

تضمن شهادة الخبرة الجامعية في التمارين البدنية في حالات السممة والحمل والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحدائق، 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 درجة شهادة الخبرة الجامعية في التمارين البدنية في حالات السممة والحمل والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدائثة في السوق.

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

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 في التمارين البدنية في حالات السممة والحمل والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية

عدد الساعات الدراسية المعتمدة: 450 ساعة

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة  
التيكولوجية  
**tech**

### شهادة الخبرة الجامعية

التمارين البدنية في حالات السمنة والحمل

والأطفال وبالغين لمراقبي الصالة الرياضية

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 6 أشهر

« المؤهل الجامعي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« عدد الساعات المخصصة للدراسة: 16 ساعات أسبوعيًا

« مواعيد الدراسة: وفقًا لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

## شهادة الخبرة الجامعية

التمارين البدنية في حالات السمنة والحمل  
والأطفال والبالغين لمراقبي الصالة الرياضية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

