

شهادة الخبرة الجامعية التمارين البدنية في أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة
التكنولوجية
tech

شهادة الخبرة الجامعية

التمارين البدنية في أمراض العظام
والمفاصل والجهاز التنفسي

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 6 أشهر

« المؤهل الجامعي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« عدد الساعات المخصصة للدراسة: 16 ساعات أسبوعياً

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: www.techtitute.com/ae/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-physical-exercise-osteoarticular-respiratory-pathology

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

التمارين البدنية ليست جيدة فقط للحفاظ على لياقتك وإظهار جسد رياضي، بل هي مفيدة للصحة بشكل أساسي. لهذا السبب، عندما يعاني الشخص من أمراض معينة، يجب أن يركز بشكل أكبر على التمرين، وبالتالي تحسين نوعية حياته. تم تصميم هذا التدريب خصيصاً بحيث يتمكن المدربون الشخصيون من إنشاء إجراءات محددة للأشخاص المصابين بأمراض العظام الموصلة والجهاز التنفسي.



سيساعد إنشاء إجراءات روتينية محددة للأشخاص الذين يعانون من الأمراض على تحسين أعراضهم ونوعية حياتهم"



تحتوي شهادة الخبرة الجامعية في التمارين البدنية في أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحدائثاً في السوق. ومن أبرز الميزات:

- تطوير العديد من الحالات العملية التي يقدمها متخصصون في التدريب الشخصي
- تجمع المحتويات الرسومية والتخطيطية والعملية بشكل بارز التي يتم تصورها بها، المعلومات الأساسية للممارسة المهنية
- التدريبات حيث يتم إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- نظام التعلم التفاعلي القائم على الخوارزميات لاتخاذ القرار
- تركيزه الخاص على المنهجيات المبتكرة في التدريب الشخصي
- الدروس النظرية، أسئلة للخبراء، منتديات مناقشة حول موضوعات مثيرة للجدل وأعمال التفكير الفردي
- توفر الوصول إلى المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل إلى الإنترنت

يجب أن يكون لدى المدربين الشخصيين الذين يكرسون أنفسهم للعمل مع الأشخاص المصابين بالأمراض تخصص عالي في المرض، مما يسمح لهم بإنشاء روتين رياضي وفقاً لاحتياجات كل مستخدم وفقاً لعلم الأمراض الخاص به. في شهادة الخبرة الجامعية هذه، الهدف هو تدريب هؤلاء المهنيين في أمراض العظام المفصليّة والجهاز التنفسي، حتى يتمكنوا من التعرف على احتياجات التمرين لكل مستخدم والقدرة على توجيههم في تدريبهم.

تعالج شهادة الخبرة الجامعية هذه سلسلة من الأمراض التي تتعلق إما بالتغيرات الهيكلية والوظيفية للهيكل العظمي المفصليّة (العظام والغضاريف والمحفظة المفصليّة والأربطة) أو بالجوانب الأيضية للعظام: هشاشة العظام (انخفاض كثافة المعادن في العظام)؛ التهاب المفاصل (التهاب المفاصل - التنكس الذي يشمل تنكس الغضروف) التهاب المفاصل الرثياني (سمات المناعة الذاتية).

بالإضافة إلى ذلك، ستعرف أمراض الجهاز التنفسي بعمق، بما في ذلك الممرات الأنفية والشعب الهوائية والرئتين. وبالتالي، فقد تم إدراج الأمراض المزمنة مثل الربو (التهاب على مستوى الجهاز التنفسي) ومرض الانسداد الرئوي المزمن.

من ناحية أخرى، سيكون هناك أيضاً وقت للخوض في المعرفة بأمراض القلب والأوعية الدموية، والتي تعد السبب الرئيسي للوفاة في معظم أنحاء العالم، والتي تؤثر بشكل كبير على المجتمع الغربي.

باختصار، ستحدد شهادة الخبرة الجامعية هذه خصائص كل مرض والمعايير الأساسية للتدخل بالتفصيل من خلال برامج التمارين البدنية في هذه الفئة من السكان، مع الأخذ في الاعتبار أيضاً الدور المهم في التدخل في تعديل نمط الحياة.

لتدريبك في هذا المجال، قمنا في TECH بتصميم شهادة الخبرة الجامعية هذه، والتي تحتوي على محتويات من أعلى مستويات الجودة التعليمية والتربوية، والتي تهدف إلى تحويل طلابنا إلى محترفين ناجحين يتابع أعلى معايير الجودة في التدريس الدولي. بالإضافة إلى ذلك، نظراً لأنه تدريب عبر الإنترنت، فإن الطالب غير مشروط بجدول زمنية ثابتة أو الحاجة إلى الانتقال إلى مكان مادي آخر، ولكن يمكنه الوصول إلى المحتويات في أي وقت من اليوم، وتحقيق التوازن بين عمله أو حياته الشخصية مع الأكاديمية.

تعمّق في دراسة خبرة جامعية عالية المستوى وحسّن مهاراتك كمدرّب
شخصي



تسمح لك الخبرة الجامعية بالتدرب في بيئات محاكاة، والتي توفر تعليماً غامراً مبرمجاً للتدريب في مواقف حقيقية.

ستسمح لك شهادة الخبرة الجامعية عبر الإنترنت بنسبة 100% بدمج دراستك مع عملك المهني مع زيادة معرفتك في هذا المجال.

إن شهادة الخبرة الجامعية هذه هي أفضل استثمار يمكنك القيام به في اختيار برنامج تحديتي لسببين: بالإضافة إلى تحديث معرفتك كمدرّب شخصي، ستحصل على شهادة من "TECH"

وهي تضم في هيئة التدريس مهنيين ينتمون إلى مجال علوم الرياضة، والذين يصبون في هذا التدريب خبرة عملهم، بالإضافة إلى متخصصين معترف بهم من جمعيات مرجعية وجامعات مرموقة.

محتوى الوسائط المتعددة خاصتها، الذي تم تطويره بأحدث التقنيات التعليمية، سيسمح للمهني بالتعلم حسب السياق، بما معناه، بيئة محاكاة ستوفر تدريباً غامراً مبرمجاً للتدريب في مواقف حقيقية.

يركز تصميم هذا البرنامج على التعلم القائم على المشكلات، والذي يجب على المهني من خلاله محاولة حل الحالات المختلفة للممارسة المهنية التي تُطرح على مدار هذا البرنامج. للقيام بذلك، سيحصل المحترف على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر تم إنشاؤه بواسطة خبراء مشهورين في تصميم برامج التمارين للأشخاص الذين يعانون من أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي، وذوي الخبرة الكبيرة.



02 الأهداف

الهدف الرئيسي الذي يسعى إليه هذا البرنامج هو تطوير التعلم النظري والعملي، بحيث يمكن لمتخصص العلوم الرياضية إتقان تطبيق التدريب العلاجي الشخصي بطريقة عملية ودقيقة.



هدفنا هو تحقيق التميز الأكاديمي ومساعدتك على تحقيق النجاح المهني. لا تتردد وانضم إلينا"



الأهداف العامة



- ◆ فهم المتغيرات المختلفة للتدريب وتطبيقه على الأشخاص المصابين بالأمراض
- ◆ تقديم رؤية واسعة لعلم الأمراض وخصائصه الأكثر صلة
- ◆ الحصول على لمحة عامة عن الأمراض الأكثر شيوعاً في المجتمع
- ◆ فهم أكثر العوامل ذات الصلة التي تسبب المرض من أجل منع ظهور الأمراض المصاحبة أو المرض نفسه
- ◆ التعرف على موانع الاستعمال الموجودة في الأمراض المختلفة لتجنب الآثار العكسية المحتملة للتمرين البدني

يتطلب المجال الرياضي مهنيين مدربين ونقدم لك المفاتيح
لتضع نفسك في النخبة المهنية ”



الأهداف المحددة



الوحدة 1. أمراض القلب والأوعية الدموية

- ♦ دراسة مجموعة واسعة من الأمراض الموجودة مع تورط القلب والأوعية الدموية
- ♦ فهم مراحل العمل في إعادة تأهيل القلب والأوعية الدموية
- ♦ القدرة على تخطيط وجدولة التدريب بطريقة فردية
- ♦ في شخص مصاب بأمراض القلب والأوعية الدموية

الوحدة 2. أمراض العظام المفصليّة وآلام أسفل الظهر غير النوعية

- ♦ دراسة الأمراض المختلفة التي تصيب الجهاز العظمي المفصلي
- ♦ فهم مصطلح الضعف وتأثيره على الجهاز العظمي المفصلي وآلام أسفل الظهر غير المحددة
- ♦ القدرة على تخطيط وبرمجة التدريب بطريقة فردية لشخص يعاني من أمراض مختلفة مرتبطة بالجهاز العظمي المفصلي وآلام أسفل الظهر غير المحددة

الوحدة 3. أمراض الجهاز التنفسي والتمارين البدنية

- ♦ دراسة حالات أمراض الرئة المختلفة
- ♦ فهم خصائص الفيزيولوجية المرضية لأمراض الرئة بعمق
- ♦ القدرة على تخطيط وجدولة التدريب بطريقة فردية في الأشخاص المصابين بأمراض الرئة



هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

يتمتع فريق التدريس لدينا في التمرين الشخصي، بمكانة واسعة في المهنة، وهم محترفون يتمتعون بسنوات من الخبرة في التدريس وقد اجتمعوا معاً لمساعدتك في تعزيز مهنتك. للقيام بذلك، قاموا بتطوير شهادة الخبرة الجامعية هذه مع التحديثات الأخيرة حول هذا الموضوع والتي ستتيح لك التدريب وزيادة مهاراتك في هذا القطاع.



تعلم من أفضل المحترفين وكن نفسك محترفاً ناجحاً”



أ. Dardo Rubina

- ♦ منسق مرحلة الأداء في مدرسة Moratalaz الرياضية، نادي كرة قدم
- ♦ مدرب بدني لفرق المتدربين والشباب والفريق الأول في مدرسة Moratalaz الرياضية
- ♦ الرئيس التنفيذي للاختبار والتدريب
- ♦ مدرب شخصي للرياضيين من جميع الأعمار، ورياضي الأداء العالي ولاعب كرة القدم، إلخ. مع أكثر من 18 عامًا من الخبرة
- ♦ دكتوراه في الأداء الرياضي في جامعة Castilla la Mancha
- ♦ ماجستير جامعي في الرياضات عالية الأداء، اللجنة الأولمبية الإسبانية، جامعة مدريد المستقلة
- ♦ مدرب محترف من قبل الاتحاد الدولي لكمال الأجسام واللياقة البدنية (IFBB)
- ♦ محاضرة جامعية في تدريب القوة المطبق على الأداء البدني والرياضي الشخصية من قبل الكلية الأمريكية للطب الرياضي (ACSM)
- ♦ متخصص في التقييم الفسيولوجي وتفسير اللياقة البدنية بالحركة الحيوية
- ♦ مدرب كرة قدم المستوى 2 من قبل الاتحاد الملكي الإسباني
- ♦ شهادة الخبرة الجامعية في الكشافة الرياضية وقياس الأحمال من جامعة Melilla (تخصص كرة القدم)
- ♦ محاضرة جامعية في الدراسات البحثية المتقدمة من جامعة CastillaLa Mancha
- ♦ شهادة الخبرة الجامعية في كمال الأجسام المتقدم من قبل الاتحاد الدولي لكمال الأجسام واللياقة البدنية (IFBB)
- ♦ شهادة الخبرة الجامعية في التغذية المتقدمة من قبل الاتحاد الدولي لكمال الأجسام واللياقة البدنية (IFBB)
- ♦ دراسات عليا في علم الأدوية والتغذية والمكملات الرياضية من جامعة برشلونة



الأساتذة

أ. Renda, Juan Manuel

- ♦ أستاذ التربية البدنية بجامعة Metropolitana للتربية والعمل
- ♦ أستاذ في بكالوريوس الألعاب الرياضية عالية الأداء من جامعة Lomas de Zamora الوطنية
- ♦ بكالوريوس في التربية البدنية مع توجيه إلى فسيولوجيا العمل البدني في جامعة San Martín الوطنية العامة
- ♦ بكالوريوس في علم الحركة والطب الطبيعي في من المعهد الجامعي لمؤسسة H.A. Baceolo
- ♦ دراسات عليا، ماجستير في التربية البدنية من جامعة Lomas de Zamora الوطنية

أ. Vallodoro, Eric

- ♦ أستاذ رئيسي في المعهد العالي Modelo Lomas
- ♦ منسق مختبر الميكانيكا الحيوية وعلم وظائف الأعضاء في التمرين في المعهد العالي Modelo Lomas
- ♦ بكالوريوس في الألعاب الرياضية عالية الأداء من جامعة Lomas de Zamora الوطنية
- ♦ تخرج كمدرس تربية بدنية في Instituto Superior Modelo Lomas

أ. Masabeu, Emilio José

- ♦ أستاذ في ندوة التعلم الحركي في جامعة Villa María الوطنية
- ♦ أستاذ في عضة هيئة التدريس في التنمية العصبية الحركية في جامعة Matanza الوطنية
- ♦ أستاذ ندوة النشاط البدني والسمنة بجامعة Favaloro
- ♦ رئيس النشاط العملي في هيئة تدريس حركة الجسم في جامعة بوينس آيرس
- ♦ بكالوريوس في علم الحركة من جامعة بوينس آيرس

أ. Supital Alejandro, Raúl

- ♦ أستاذ النشاط البدني والصحة في جامعة Salta الكاثوليكية
- ♦ أستاذ في التربية البدنية والرياضة في جامعة Rio Negro الوطنية
- ♦ أستاذ التشريح الوظيفي والميكانيكا الحيوية في جامعة Villa María الوطنية
- ♦ رئيس قسم العلوم البيولوجية في Romero Brest ISEF 1
- ♦ بكالوريوس في علم الحركة وعلم وظائف الأعضاء من جامعة بوينس آيرس

أ. Javier Crespo, Guillermo

- ♦ منسق نادي Club Body
- ♦ منسق الجمناز ومركز التدريب بجمعية Calabresa
- ♦ مساعد مدرب في برنامج الكشف والتطوير للشباب في رفع الأثقال بجمعية Calabresa وصالة San Carlos للألعاب الرياضية
- ♦ شهادة في التغذية من معهد HA Barceló الجامعي للعلوم الصحية

أ. Ávila, María Belén

- ♦ عالمة النفس الرياضي لنادي Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ متخصصة في قسم التغذية ومرض السكري في مراكز مختلفة مثل المستشفى السريري José de San Martín
- ♦ متخصصة في البرنامج العلاجي الشامل لعلاج زيادة الوزن والسمنة
- ♦ بكالوريوس في علم النفس من جامعة Salamanca
- ♦ بكالوريوس في الألعاب الرياضية عالية الأداء من جامعة Lomas de Zamora الوطنية
- ♦ متخصصة في علم النفس الرياضي من الرابطة الأرجنتينية لعلم النفس الرياضي

الهيكل والمحتوى

تم تصميم هيكل المحتوى من قبل فريق من المهنيين الذين يدركون آثار التدريب في الممارسة اليومية، وعلى دراية بأهمية الحالية للتدريب الجيد في مجال التدريب الشخصي؛ وملتزمون بجودة التدريس من خلال تقنيات تعليمية جديدة.



لدينا البرنامج العلمي الأكثر اكتمالا وحدانية في السوق. نريد أن نضع أفضل تخصص
في متناول يدك"



الوحدة 1. أمراض القلب والأوعية الدموية

- 1.1. التعريف والسياق وعلم الأوبئة
 - 1.1.1. التعريف والانتشار
 - 1.1.2. مسببات المرض وتحديد عوامل الخطر القلبية الوعائية
 - 3.1.1. أمراض القلب والأيض
- 2.1. القواعد الفيزيولوجية المرضية
 - 1.2.1. فسيولوجيا الجهاز القلبي الوعائي
 - 2.2.1. تصلب الشرايين وخلل الدهون
 - 3.2.1. ارتفاع ضغط الدم الشرياني
 - 4.2.1. أمراض القلب وأمراض الصمامات وعدم انتظام ضربات القلب
- 3.1. التقييم والتشخيص
 - 1.3.1. التقييم الأولي للمخاطر في أمراض القلب
 - 2.3.1. تقييم المخاطر في مرضى ما بعد الجراحة الجراحية
- 4.1. البروتوكولات والعلاج
 - 1.4.1. تصنيف المخاطر لممارسة الرياضة البدنية: الوقاية الأولية والثانوية والثالثية
 - 2.4.1. الأهداف وبروتوكولات التدخل في الحد من عوامل الخطر
 - 3.4.1. اعتبارات في علاج الأمراض المصاحبة المصاحبة
 - 5.1. تخطيط التدريب لمرضى أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 1.5.1. تعريف ومواصفات مستوى العميل
 - 2.5.1. تعريف وتحقيق الأهداف
 - 3.5.1. تحديد وتحقيق عمليات التقييم
 - 4.5.1. تعريف وتحديد قابلية التشغيل فيما يتعلق بالموارد المكانية والمادية
- 6.1. جدول تدريبات القوة
 - 1.6.1. أهداف تدريب القوة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 2.6.1. حجم وكثافة واستعادة تمارين القوة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 3.6.1. اختيار التمارين وطرق تدريب القوة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 4.6.1. تصميم برامج تدريب القوة في أمراض القلب والأوعية الدموية
- 7.1. جدول تدريبات المقاومة
 - 1.7.1. أهداف التدريب على المقاومة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 2.7.1. حجم وكثافة واستعادة تدريبات المقاومة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 3.7.1. اختيار تمارين وطرق تدريب المقاومة في أمراض القلب والأوعية الدموية
 - 4.7.1. تصميم برامج تدريب المقاومة في أمراض القلب والأوعية الدموية

الوحدة 2. أمراض العظام المفصالية و آلام أسفل الظهر غير النوعية

- 1.2. التعريف والسياق وعلم الأوبئة
 - 1.1.2. تحديد سياق أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير النوعية
 - 2.1.2. علم الأوبئة
 - 3.1.2. تعريف الأمراض المختلفة المرتبطة بالجهاز العظمي المفصالي
 - 4.1.2. المصاب لهشاشة العظام
- 2.2. القواعد الفيزيولوجية المرضية
 - 1.2.2. الأسس الفسيولوجية المرضية لهشاشة العظام
 - 2.2.2. القواعد الفيزيولوجية المرضية للفصل العظمي
 - 3.2.2. الأسس الفسيولوجية المرضية لآلام أسفل الظهر غير النوعية
 - 4.2.2. الأسس الفيزيولوجية المرضية لالتهاب المفاصل الروماتويدي
- 3.2. التقييم والتشخيص
 - 1.3.2. التقييم الوظيفي لآلام أسفل الظهر
 - 2.3.2. معايير التشخيص في هشاشة العظام وعوامل الخطر المهيمنة للكسور
 - 3.3.2. معايير التشخيص في هشاشة العظام والأمراض المصاحبة المتزامنة
 - 4.3.2. التقييم السريري لمرضى التهاب المفاصل الروماتويدي

- 10.2. تصميم برامج تدريبية للمرضى الذين يعانون من أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير النوعية
- 1.10.2. تصميم برامج تدريبية في مجال هشاشة العظام
- 2.10.2. تصميم برامج تدريبية في علاج هشاشة العظام
- 3.10.2. تصميم برامج تدريبية في علاج آلام أسفل الظهر غير النوعية
- 4.10.2. الاستنتاجات واختتام اللوحدة

الوحدة 3. أمراض الجهاز التنفسي والتمارين البدنية

- 1.3. التعريف والسياق وعلم الأوبئة
- 1.1.3. تعريف أمراض الجهاز التنفسي الأكثر شيوعاً
- 2.1.3. وصف خصائص المرض
- 3.1.3. علم الأوبئة والإرشاد
- 4.1.3. المحفزات والأمراض المصاحبة
- 2.3. القواعد الفيزيولوجية المرضية
- 1.2.3. فسيولوجيا وتشريح الجهاز التنفسي
- 2.2.3. تبادل الغازات والتهوية وتدفق الهواء
- 3.2.3. مرض الانسداد الرئوي المزمن
- 4.2.3. الربو
- 3.3. التقييم والتشخيص
- 1.3.3. تقييم وظائف الرئة وقدرتها الوظيفية
- 2.3.3. التقييم الوظيفي للمريض المصاب بمرض الانسداد الرئوي المزمن
- 3.3.3. الاختبارات الفيزيائية والتطبيق العملي
- 4.3. البروتوكولات والعلاج
- 1.4.3. بروتوكولات إعادة تأهيل الجهاز التنفسي لمرضى الانسداد الرئوي المزمن
- 2.4.3. المعالجة الدوائية والتفاعلات
- 3.4.3. العلاج غير الدوائي: تمارين اللياقة الهوائية واللياقة العضلية
- 4.4.3. معالجة عوامل الخطر والأمراض المصاحبة الشائعة
- 5.3. تخطيط التدريب لمرضى مرض الانسداد الرئوي المزمن الرئوي المزمن
- 1.5.3. تعريف ومواصفات مستوى العمل
- 2.5.3. تعريف وتحقيق الأهداف
- 3.5.3. تحديد وتحقيق عمليات التقييم
- 4.5.3. تعريف وتحديد قابلية التشغيل فيما يتعلق بالموارد المكانية والمادية

- 4.2. البروتوكولات والعلاج
- 1.4.2. بروتوكول العلاج والتدخل غير الدوائي لآلام أسفل الظهر غير النوعية
- 2.4.2. بروتوكول العلاج والتدخل غير الدوائي في مرض هشاشة العظام
- 3.4.2. بروتوكول العلاج والتدخل غير الدوائي في هشاشة العظام
- 4.4.2. بروتوكول العلاج والتدخل غير الدوائي في التهاب المفاصل الروماتويدي
- 5.2. تخطيط التدريب
- 1.5.2. تعريف وتحقيق الأهداف
- 2.5.2. تحديد وتحقيق عمليات التقييم
- 3.5.2. تعريف وتحديد قابلية التشغيل فيما يتعلق بالموارد المكانية والمادية
- 4.5.2. أهمية الفريق متعدد التخصصات
- 6.2. جدول تدريبات القوة
- 1.6.2. أهداف تدريب القوة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير النوعية
- 2.6.2. حجم وكثافة واستعادة تدريب القوة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير المحددة
- 3.6.2. اختيار التمارين وطرق تدريب القوة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير المحددة
- 4.6.2. تصميم برامج تدريب القوة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير النوعية
- 7.2. جدول تدريبات المقاومة
- 1.7.2. أهداف التدريب على المقاومة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر غير النوعية
- 2.7.2. حجم وكثافة واستعادة تدريب المقاومة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر
- 3.7.2. اختيار تمارين وأساليب تدريب المقاومة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر
- 4.7.2. تصميم برامج تدريب المقاومة في أمراض العظام المفصالية وآلام أسفل الظهر
- 8.2. أهمية التأق الحركي كأداة وقائية
- 1.8.2. ممارسة الرياضة البدنية وانعكاساتها على كتلة العظام
- 2.8.2. وظائف منطقة الحوض القطني
- 3.8.2. أهمية نظافة الوضعية
- 4.8.2. أهمية بيئة العمل في المنزل والعمل
- 9.2. العبء الجسدي والنفسي والاجتماعي، وتوصيات لتحسين الصحة ونوعية الحياة
- 1.9.2. اعتبارات رئيسية في المراهق بعد سن اليأس
- 2.9.2. فهم العلاقة المعقدة بين التمرين والأم
- 3.9.2. معوقات المشاركة في برامج التمارين البدنية
- 4.9.2. استراتيجيات لتعزيز الالتزام



- 6.3. جدول تدريبات القوة
 - 1.6.3. أهداف تمارين القوة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 2.6.3. حجم وكثافة واستعادة تمارين القوة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 3.6.3. اختيار تمارين وطرق تدريب القوة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 4.6.3. تصميم برامج تدريب القوة في أمراض الجهاز التنفسي
- 7.3. جدول تدريبات المقاومة
 - 1.7.3. أهداف تدريب المقاومة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 2.7.3. حجم وكثافة واستعادة تدريب المقاومة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 3.7.3. اختيار تمارين وأساليب تدريب المقاومة في أمراض الجهاز التنفسي
 - 4.7.3. تصميم برامج تدريب المقاومة في أمراض الجهاز التنفسي
- 8.3. توصيات بشأن تعديل نمط الحياة
 - 1.8.3. سلوك شامل
 - 2.8.3. الخمول البدني
 - 3.8.3. التدخين والكحول والتغذية
- 9.3. سوء التغذية لدى مرضى الانسداد الرئوي المزمن وعواقبه على وظائف الجهاز التنفسي
 - 1.9.3. تقييم الحالة التغذوية
 - 2.9.3. الدعم الغذائي لمرض الانسداد الرئوي المزمن
 - 3.9.3. إرشادات غذائية لمرضى الانسداد الرئوي المزمن
- 10.3. اعتبارات في ممارسة النشاط البدني وممارسة الرياضة
 - 1.10.3. اختيار وترتيب تمارين القوة والأيروبيكس في التدريب
 - 2.10.3. استخدام التدريب المتزامن كأداة للمريض المصاب بمرض الانسداد الرئوي المزمن
 - 3.10.3. اختيار وتطور التمارين في السكان المصابين بأمراض الجهاز التنفسي
 - 4.10.3. تفاعلات دوائية محددة
 - 5.10.3. الاستنتاجات واحتتام الالوحدة

تجربة تدريبية فريدة ومهمة وحاسمة لتعزيز تطور المهني

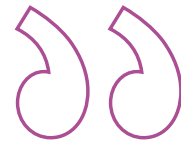


المنهجية

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 يربي 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.

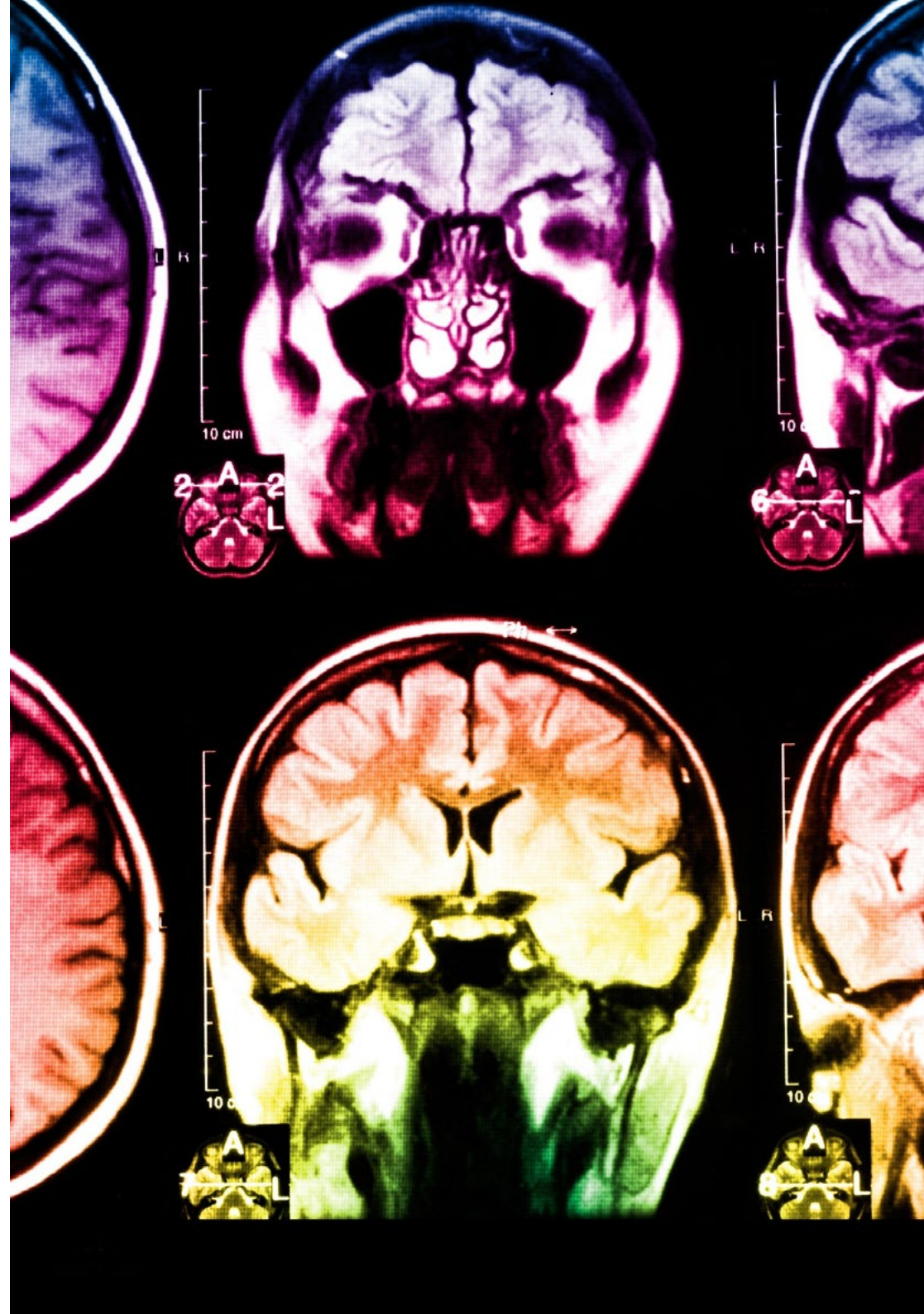
جامعتنا هي الجامعة الوحيدة الناطقة باللغة الإسبانية المصرح لها لاستخدام هذا المنهج الناجح. في عام 2019، تمكنا من تحسين مستويات الرضا العام لطلابنا من حيث (جودة التدريس، جودة المواد، هيكل الدورة، الأهداف..) فيما يتعلق بمؤشرات أفضل جامعة عبر الإنترنت باللغة الإسبانية.

في برنامجنا، التعلم ليس عملية خطية، ولكنه يحدث في شكل لولبي (نتعلم ثم نطرح ماتعلمناه جانبًا فننساها 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.

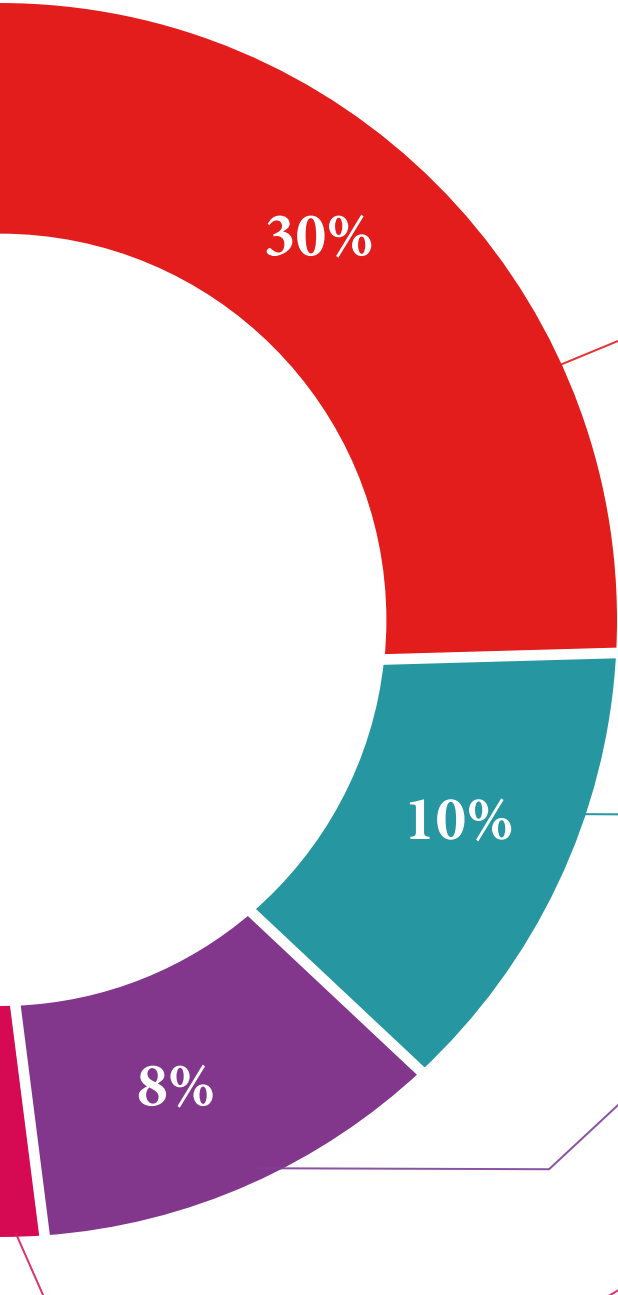
ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*، التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في تدريبك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.

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.



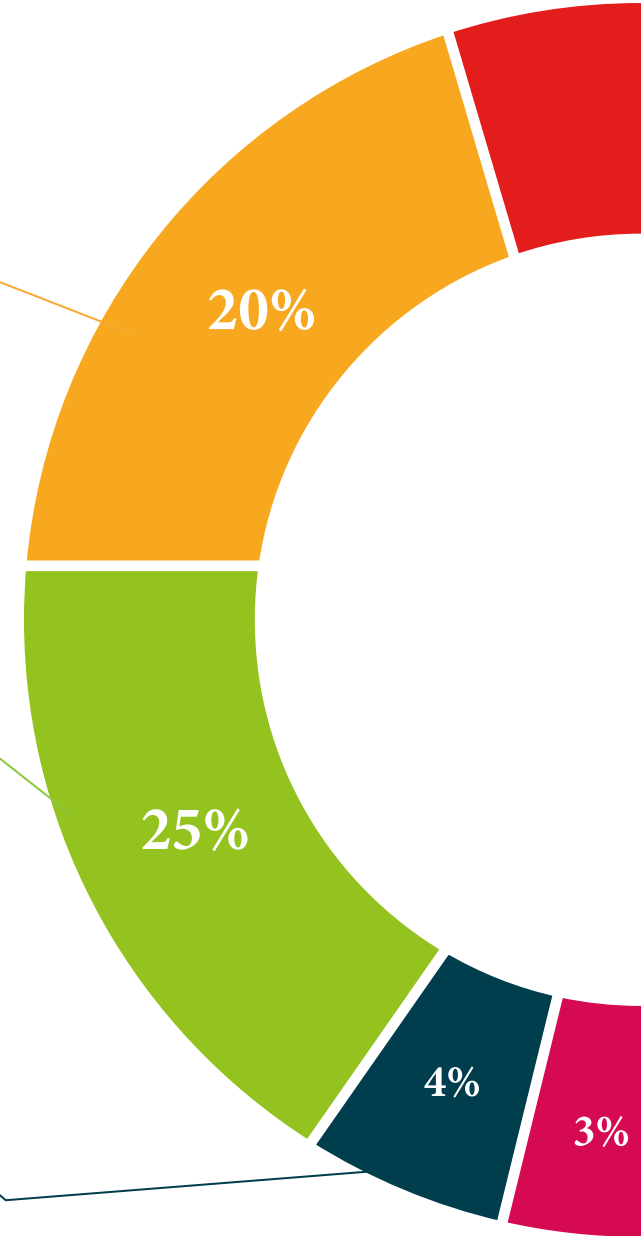
ملخصات تفاعلية

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 أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي، بالإضافة إلى شهادة الخبرة الجامعية الأكثر دقة وتحديثًا، الحصول على شهادة اجتياز الخبرة الجامعية الصادرة عن TECH الجامعة التكنولوجية.



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



تحتوي شهادة الخبرة الجامعية في التمارين البدنية في أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحدثاً 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 التمارين البدنية في أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي

عدد الساعات الدراسية المعتمدة: 450 ساعة

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة التكنولوجية

تمج هذا
الدبلوم

المواطن/المواطنة مع وثيقة تحقيق شخصية رقم
لاجتيازها/اجتيازها بنجاح والحصول على برنامج

شهادة الخبرة الجامعية

في

التمارين البدنية في أمراض العظام
والمفاصل والجهاز التنفسي

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

TECH: APWOR216 tech@tech.com/tech.edu

المستقبل

الصحة

الثقة

الأشخاص

التعليم

المعلومات

الأوصياء الأكاديميون

الضمان

الاعتماد الأكاديمي

التدريس

المؤسسات

المجتمع

التقنية

الالتزام

التعلم

tech الجامعة
التكنولوجية

الرعاية

الإبتكار

شهادة الخبرة الجامعية

التمارين البدنية في أمراض العظام

والمفاصل والجهاز التنفسي

« 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

المعرفة

الحاضر

الجودة

التدريب الافتراضي

المؤسسات

الفصول الافتراضية

اللغات

شهادة الخبرة الجامعية التمارين البدنية في أمراض العظام والمفاصل والجهاز التنفسي

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

