

ماجستير خاص التغذية الرياضية العلاجية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة
التكنولوجية
tech

ماجستير خاص التغذية الرياضية العلاجية

« طريقة الدراسة: عبر الإنترنت

« مدة الدراسة: 12 شهر

« المؤهل العلمي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: www.techtute.com/ae/medicine/professional-master-degree/master-therapeutic-sports-nutrition

الفهرس

01

[المقدمة](#)

صفحة 4

02

[الأهداف](#)

صفحة 8

03

[الكفاءات](#)

صفحة 14

04

[هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية](#)

صفحة 18

05

[الهيكل والمحتوى](#)

صفحة 24

06

[المنهجية](#)

صفحة 32

07

[المؤهل العلمي](#)

صفحة 40

المقدمة

في الوقت الحاضر، من الضروري أن يكون لدى الأطباء قاعدة قوية حول التغذية وأن يكونوا في تحديث مستمر لكي يتمكنوا من تقديم المشورة الصحيحة وإحالة مرضاهم عند الحاجة. ستكتسب من خلال هذا التأهيل المكثف المعرفة والمهارات اللازمة لإجراء التغييرات الغذائية التي سيكون لها تأثير إيجابي حقيقي على الرياضيين، وفقاً لكل حالة سريرية.



دور الأطباء في المجال الرياضي أساسي في تقديم المشورة الغذائية للأشخاص الذين يرغبون في تحسين صحتهم ويقومون بأي نوع من النشاط البدني"



يحتاج المهنيون الطبيون إلى تحديث المعرفة الغذائية من أجل وضع أفضل التوصيات الغذائية التي تهدف إلى الوقاية من الأمراض وتعزيز الصحة المثلى لدى الرياضيين الذين يعانون من حالات خاصة. اختيار جيد للأطعمة، وإعداد نظام غذائي متنوع ومتوازن وبكيفية كافية سيساعد على التطور السليم للفرد.

يحتوي الماجستير الخاص على محتوى متعدد الوسائط يساعد في اكتساب المعارف المقدمة، تم إعداده بأحدث تقنيات التعليم. في المقابل، سيسمح للطلاب بالتعلم الموضوعي والسياقي، ضمن بيئة محاكاة توفر تدريباً يركز على حل المشكلات الحقيقية

يركز الماجستير الخاص على الجوانب الأقل دراسة خلال الدراسة الجامعية، مما يتيح توسيع المعارف اللازمة لتغطية مجموعة واسعة من الرياضيين المحتملين، وكذلك تلبية احتياجاتهم الغذائية. في إطار الماجستير هذا، نجد هيئة تدريس على أعلى مستوى، مكونة من متخصصين على صلة وثيقة بالتغذية الرياضية من المتميزين في مجالهم والذين يقودون خطوط البحث والعمل الميداني، بالإضافة إلى متخصصين معترف بهم من الجمعيات الرائدة والجامعات المرموقة. بالإضافة إلى ذلك، يتضمن هذا البرنامج مشاركة خاصة من مدير دولي ضيف، الذي سيقدم 10 صفوف رئيسية متقدمة Masterclasses لتناول الجوانب الأكثر أهمية لتقديم المشورة للرياضيين.

وبما أن البرنامج متاح عبر الإنترنت، فإن الطالب غير مقيد بجدول زمنية محددة أو الحاجة إلى الانتقال إلى موقع فعلي، بل يمكنه الوصول إلى المحتويات في أي وقت من اليوم، مما يتيح له الموازنة بين عمله أو حياته الشخصية وحياته الأكاديمية.

هذا الماجستير الخاص في التغذية الرياضية العلاجية يحتوي على البرنامج العلمي الأكثر العلاج اكتمالاً و حداثةً في السوق. أبرز خصائصها هي:

- ♦ تجمع المحتويات الرسومية والبيانية والعملية بشكل رئيسي المعلومات الضرورية لممارسة المهنة
- ♦ التمارين التي يمكنك من خلالها إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- ♦ نظام التعلم التفاعلي القائم على الخوارزميات لاتخاذ القرار للمرضى الذين يعانون من مشاكل في التغذية
- ♦ 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



تعمق في مهارات الإرشاد الغذائي
للرياضيين في 10 دروس رئيسية يقدمها
مدير دولي رائد في مجال الإرشاد الغذائي"

ستتمكن من إكمال الماجستير الخاص 100% عبر الإنترنت، مكيّفًا إياها مع احتياجاتك ومسهلاً الأمر عليك أثناء قيامك بنشاط الرعاية الصحية بدوام كامل.

قم بزيادة جودة إدارتك من خلال هذا البرنامج التدريبي وحسن من رعاية المرضى.

يعد هذا الماجستير الخاص أفضل استثمار يمكنك القيام به في اختيار برنامج تنشيطي لسببين: بالإضافة إلى تحديث معرفتك في مجال التغذية الرياضية العلاجية، ستحصل على شهادة من "TECH"



هي تضم في هيئة التدريس فريقًا من المحترفين المرموقين في الإدارة الصحية، الذين يجلبون خبراتهم العملية إلى هذا التدريب، بالإضافة إلى متخصصين صحيين مشهورين يكملون البرنامج بطريقة متعددة التخصصات.

بفضل محتوى الوسائط المتعددة الذي تم تطويره باستخدام أحدث التقنيات التعليمية، سيسمحون للطبيب بالتعلم السياقي، أي بيئة محاكاة ستوفر تعليمًا غامرًا مبرمجًا للتدريب في مواقف حقيقية.

يعتمد تصميم هذا البرنامج على التعلم القائم على حل المشكلات، والذي يجب على الممارس من خلاله محاولة حل مواقف الممارسة المهنية المختلفة التي تنشأ خلال البرنامج. للقيام بذلك، ستحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي جديد تم إنشاؤه بواسطة خبراء مشهورين على مستوى مجال الإدارة الصحية، ولديهم خبرة تعليمية واسعة.



02 الأهداف

يتمثل الهدف الرئيسي للبرنامج في تطوير التعلم النظري والعملي، بحيث يكون المحترف قادراً على إتقان دراسة التغذية الرياضية العلاجية بطريقة عملية وصارمة.



سيولد هذا البرنامج التحديث شعورًا بالأمان في أداء ممارستك اليومية، مما سيساعدك على النمو شخصيًا ومهنيًا"





الأهداف العامة

- ♦ إدارة المعرفة المتقدمة حول التخطيط الغذائي لدى الرياضيين المحترفين وغير المحترفين لممارسة الرياضة البدنية الصحية
- ♦ إدارة وتعزيز المبادرة، وروح المبادرة لإطلاق المشاريع المتعلقة بالتغذية في النشاط البدني والرياضة
- ♦ معرفة كيفية دمج التطورات العلمية المختلفة في المجال المهني للفرد
- ♦ اكتساب مهارات العمل في بيئة متعددة التخصصات
- ♦ فهم متقدم للسياق الذي تتطور فيه مجالات تخصصه
- ♦ إدارة المهارات المتقدمة لاكتشاف العلامات المحتملة للتغيرات الغذائية المرتبطة بالممارسة الرياضية
- ♦ اكتساب المهارات اللازمة من خلال عملية التعليم والتعلم التي تتيح لهم الاستمرار في التدريب والتعلم في مجال التغذية في الرياضة، سواء من خلال التواصل مع المعلمين والمهنيين في الماجستير أو بشكل مستقل
- ♦ التخصص في تركيب الأنسجة العضلية ومشاركتها في الرياضة
- ♦ التعرف على الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين في المواقف الفيزيولوجية 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
- ♦ تخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين المعاقين



هدفنا هو تحقيق التميز الأكاديمي
ومساعدتك على تحقيق ذلك أيضًا"



الأهداف المحددة

الوحدة 1. فسيولوجيا العضلات والتمثيل الغذائي المتعلقة بالتمارين الرياضية

- ♦ اكتساب فهم متعمق لتركيب العضلات الهيكلية
- ♦ فهم عمق لعمل عضلات الهيكل العظمي
- ♦ اكتساب فهم متعمق لأهم عمليات التكيف التي تحدث لدى الرياضيين
- ♦ التعمق في آليات إنتاج الطاقة بناءً على نوع التمرين الذي يتم إجراؤه
- ♦ التعمق في تكامل أنظمة الطاقة المختلفة التي تتكون منها عملية التمثيل الغذائي للطاقة في العضلات

الوحدة 2. تقييم الرياضي في أوقات مختلفة من الموسم

- ♦ تفسير الكيمياء الحيوية للكشف عن نقص التغذية أو حالات الإفراط في -التدريب
- ♦ تفسير الطرق المختلفة لتكوين الجسم، لتحسين نسبة الوزن والدهون المناسبة للرياضة التي تتم ممارستها
- ♦ تعلم مراقبة الرياضي طوال الموسم
- ♦ التخطيط لفترات الموسم بناءً على المتطلبات

الوحدة 3. الرياضات المائية

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

الوحدة 4. الظروف المعاكسة

- ♦ التفريق بين القيود الرئيسية للأداء الناجمة عن الطقس
- ♦ وضع خطة التأقلم وفقاً للحالة المعينة
- ♦ تعمق في التكيفات الفسيولوجية بسبب الارتفاع
- ♦ وضع إرشادات الترطيب الفردية الصحيحة وفقاً للمناخ





الوحدة 5. الرياضات حسب تصنيف الوزن

- ♦ تحديد الخصائص والاحتياجات المختلفة في الرياضة حسب فئة الوزن
- ♦ فهم بعمق استراتيجيات التغذية في إعداد الرياضي للمنافسة
- ♦ التحسين من خلال النهج الغذائي لتحسين تكوين الجسم

الوحدة 6. النباتيين والخضريين

- ♦ التفريق بين الأنواع المختلفة للرياضيين النباتيين
- ♦ التعرف بعمق على الأخطاء الرئيسية التي ارتكبت
- ♦ علاج النقص الغذائي الملحوظ الذي يعاني منه الرياضيون
- ♦ إدارة المهارات التي تسمح للرياضي بأن يكون مجهزاً بأفضل الأدوات عند دمج الطعام

الوحدة 7. مراحل مختلفة أو مجموعات سكانية محددة

- ♦ شرح الخصائص الخاصة على المستوى الفيزيولوجي التي يجب أخذها في الاعتبار في النهج الغذائي لمجموعات مختلفة
- ♦ اكتساب فهم متعمق للعوامل الخارجية والداخلية التي تؤثر على النهج الغذائي لهذه المجموعات

الوحدة 8. فترة الإصابة

- ♦ تحديد مراحل الإصابة المختلفة
- ♦ المساعدة في الوقاية من الإصابات
- ♦ تحسين تشخيص الإصابة
- ♦ وضع استراتيجية غذائية حسب المتطلبات الغذائية الجديدة التي تظهر خلال الفترة الإصابة

الوحدة 9. الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة

- ♦ تعميق الاختلافات بين الفئات المختلفة من الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة وقبودهم الفسيولوجية الأيضية
- ♦ تحديد الاحتياجات الغذائية لمختلف الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة من أجل وضع خطة غذائية دقيقة
- ♦ التعمق في المعرفة اللازمة لإنشاء تفاعلات بين تناول الأدوية لدى هؤلاء الرياضيين والعناصر الغذائية، لتجنب النقص
- ♦ فهم تكوين الجسم للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة في فئاتهم الرياضية المختلفة
- ♦ تطبيق الأدلة العلمية الحالية على مساعدات التغذية المولدة للطاقة

الوحدة 10. رياضيين مرضى السكري النوع 1

- ♦ إنشاء الآلية الفسيولوجية والكيميائية الحيوية لمرض السكري أثناء الراحة وممارسة الرياضة
- ♦ التعرف على المزيد حول كيفية عمل أنواع الأنسولين أو الأدوية المختلفة التي يستخدمها مرضى السكري
- ♦ تقييم الاحتياجات الغذائية لمرضى السكري في كل من حياتهم اليومية وممارسة الرياضة، لتحسين صحتهم
- ♦ تعميق المعرفة اللازمة للقدرة على تخطيط التغذية للرياضيين من مختلف التخصصات مع مرضى السكري، لتحسين صحتهم وأدائهم
- ♦ تحديد الوضع الحالي للأدلة على الوسائل المساعدة لمرضى السكري

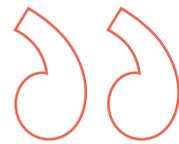


03

الكفاءات

بعد اجتياز تقييمات الماجستير الخاص في التغذية الرياضية العلاجية، سيكون المحترف قد اكتسب الكفاءات اللازمة لممارسة مهنية ذات جودة محدثة بناءً على أحدث طرق التعليم.





سيسمح لك هذا البرنامج باكتساب المهارات اللازمة لتكون أكثر فعالية في عملك اليومي"



الكفاءات العامة

- ♦ تطبيق الاتجاهات الجديدة في التغذية الرياضية العلاجية على مرضاهم
- ♦ تطبيق التيارات الغذائية الجديدة حسب أمراض البالغين
- ♦ البحث في المشاكل الغذائية لمرضاك

الكفاءات المحددة



- ♦ إدارة وتعزيز المبادرة، وروح المبادرة لإطلاق المشاريع المتعلقة بالتغذية في النشاط البدني والرياضة
- ♦ إدارة المهارات المتقدمة لاكتشاف العلامات المحتملة للتغيرات الغذائية المرتبطة بالممارسة الرياضية
- ♦ التخصص في تركيب الأنسجة العضلية ومشاركتها في الرياضة
- ♦ التعرف على الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين في المواقف الفيزيولوجية المرضية المختلفة
- ♦ التخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للأطفال الرياضيين
- ♦ تخصص في الطاقة والاحتياجات الغذائية للرياضيين المعاقين

تخصص فريد يتيح لك الحصول على تدريب أعلى
للتطوير في هذا المجال التنافسي للغاية"



هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

يتمتع الفريق التعليمي، الخبير في التغذية الرياضية، بسمعة واسعة في المهنة وهم محترفون ذوو سنوات من الخبرة التعليمية، وقد اجتمعوا لمساعدة الطلاب على تعزيز مهنتهم. ولتحقيق هذه الغاية، قاموا بتطوير هذا الماجستير الخاص مع التحديات الأخيرة في هذا المجال والتي ستتيح للمهنيين التدريب وزيادة مهاراتهم في هذا القطاع.



تعلم من أفضل المحترفين وكن أنت أيضًا محترفًا ناجحًا"





المديرة الدولية المستضافة

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

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

قادتها معرفتها العميقة في هذا المجال إلى أن تصبح أول مديرة للتغذية الرياضية في تاريخ القسم الرياضي بجامعة ولاية لويزيانا. وهناك قامت بتطوير برامج مبتكرة لتلبية الاحتياجات الغذائية للرياضيين وتثقيفهم حول أهمية التغذية السليمة وتحقيق الأداء الأمثل.

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

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

أ. Jamie Meeks

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

بفضل جامعة TECH ستتمكن من التعلم
مع أفضل المحترفين في العالم"



د. Javier Hernández Marhuenda

- ♦ أخصائي تغذية في أندية كرة القدم المحترفة
- ♦ رئيس قسم التغذية الرياضية في Albacete Balompié
- ♦ رئيس قسم التغذية الرياضية في UCAM Murcia لكرة القدم
- ♦ مستشار علمي في شركة Nutrium
- ♦ مستشار التغذية في مركز Impulso
- ♦ محاضر ومنسق الدراسات العليا
- ♦ دكتور في التغذية وأمان الغذاء من UCAM
- ♦ خريج في التغذية البشرية وعلم الحمية من UCAM
- ♦ ماجستير في التغذية والصحة من UCAM
- ♦ عضو الأكاديمية الإسبانية للأمراض الجلدية والتناسلية



الأستاذة

د. Johana Castaño Montoya

- ♦ أخصائية التغذية الرياضية
- ♦ أخصائي تغذية في وزارة الرياضة الكولومبية
- ♦ مستشار علمي في Bionutrition Medellín
- ♦ محاضرة في دورات تدريبية حول التغذية الرياضية وفي الدراسات الجامعية
- ♦ أخصائية تغذية وحمية من جامعة أنتيوكيا
- ♦ ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة من قبل UCAM

د. Raúl Saura Arcusa

- ♦ أخصائي تغذية في نادي Castellón الرياضي لكرة القدم للمحترفين
- ♦ أخصائي تغذية في عدة أندية شبه احترافية في Castellón
- ♦ باحث في الجامعة الكاثوليكية في Murcia
- ♦ مدرس في الدراسات الجامعية والدراسات العليا
- ♦ خريج في التغذية البشرية وعلم التغذية
- ♦ ماجستير معتمد في التغذية في النشاط البدني والرياضة

د. **Ramírez Munuera, Marta**

- ♦ أخصائية تغذية رياضية وخبيرة في رياضات القوة
- ♦ أخصائية تغذية في M10 للصحة واللياقة البدنية
- ♦ أخصائية تغذية في Mario Ortiz للتغذية
- ♦ مدربة في دورات وورش عمل حول التغذية الرياضية
- ♦ مُتحدثة في المؤتمرات والندوات حول التغذية الرياضية
- ♦ خريجة في التغذية البشرية وعلم الحمية من UCAM
- ♦ ماجستير في التغذية في النشاط البدني والرياضة من قبل UCAM

يجب أن تتكامل التغذية والرياضة، حيث
من الضروري أن يحصل الرياضي على نظام
غذائي مناسب يساعده على تحسين أدائه"



الهيكل والمحتوى

تم تصميم هيكل المحتويات بواسطة فريق من المحترفين الذين يعرفون تأثيرات التطبيق في الممارسة اليومية، ومدركين لأهمية التعلم المتعمق في التغذية الرياضية؛ وملتزمين بتقديم تعليم ذي جودة من خلال التكنولوجيا التعليمية الحديثة.





هذا الماجستير الخاص في التغذية الرياضية العلاجية يحتوي على البرنامج العلمي الأكثر العلاج اكتمالاً وحدثاً في السوق"

الوحدة 1. فسيولوجيا العضلات والتمثيل الغذائي المتعلقة بالتمارين الرياضية

- 1.1. التكيفات القلبية الوعائية المتعلقة بالتمارين
 - 1.1.1. زيادة حجم السكتة الدماغية
 - 2.1.1. انخفاض معدل ضربات القلب
- 2.1. التكيفات التنفسية المرتبطة بالتمارين
 - 1.2.1. التغييرات في حجم التهوية
 - 2.2.1. التغييرات في استهلاك الأكسجين
- 3.1. التكيفات الهرمونية المتعلقة بالتمارين
 - 1.3.1. الكورتيزول
 - 2.3.1. التستوستيرون
- 4.1. بنية العضلات وأنواع ألياف العضلات
 - 1.4.1. ألياف العضلات
 - 2.4.1. ألياف العضلات من النوع الأول
 - 3.4.1. ألياف العضلات من النوع الثاني
- 5.1. مفهوم حد اللاكتات
- 6.1. الأدينوسين ثلاثي الفوسفات واستقلاب الفوسفاجين ATP
 - 1.6.1. المسارات الأيضية لإعادة تخليق ATP أثناء التمرين
 - 2.6.1. استقلاب الفوسفاجين
- 7.1. تقويض الكربوهيدرات
 - 1.7.1. تعبئة الكربوهيدرات أثناء التمرين
 - 2.7.1. أنواع تحلل الجلوكوز
- 8.1. التمثيل الغذائي للدهون
 - 1.8.1. تحلل الدهون
 - 2.8.1. أكسدة الدهون أثناء التمرين
 - 3.8.1. أجسام كيتونية
- 9.1. التمثيل الغذائي للبروتين
 - 1.9.1. استقلاب الأمونيوم
 - 2.9.1. أكسدة الأحماض الأمينية
- 10.1. الطاقة الحيوية المختلطة للألياف العضلية
 - 1.10.1. مصادر الطاقة وعلاقتها بالتمارين
 - 2.10.1. العوامل التي تحدد استخدام مصدر أو آخر للطاقة أثناء التمرين

الوحدة 3. الرياضات المائية

1.3. تاريخ الرياضات المائية

1.1.3. الألعاب الأولمبية والبطولات الكبرى

2.1.3. الرياضات المائية في يومنا الحاضر

2.3. قيود الأداء

1.2.3. الرياضات المائية في الماء (السباحة، كرة الماء، إلخ)

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

3.3. الخصائص الأساسية للرياضات المائية

1.3.3. الرياضات المائية في الماء (السباحة، كرة الماء، إلخ)

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

4.3. فسيولوجيا الرياضات المائية

1.4.3. استقلاب الطاقة

2.4.3. النمط الحيوي للرياضي

5.3. التمرين

1.5.3. القوة

2.5.3. المقاومة

6.3. تركيب الجسم

1.6.3. السباحة

2.6.3. كرة الماء

7.3. قبل المنافسة

1.7.3. قبل 3 ساعات

2.7.3. قبل 1 ساعة

8.3. قبل المنافسة

1.8.3. الكربوهيدرات

2.8.3. الإماهة

9.3. ما بعد المنافسة

1.9.3. الإماهة

2.9.3. البروتين

10.3. مساعدات زيادة النشاط

1.10.3. الكرياتين

2.10.3. مادة الكافيين

الوحدة 2. تقييم الرياضي في أوقات مختلفة من الموسم

1.2. التقييم البيوكيميائي

1.1.2. تعداد الدم

2.1.2. علامات التدريب المفرط

2.2. تقييم الأثر وسمومية

1.2.2. تركيب الجسم

2.2.2. نظام قياسات الجسم ISAK

3.2. قبل الموسم

1.3.2. ارتفاع عبء العمل

2.3.2. تأكد من تناول السرعات الحرارية والبروتينات

4.2. موسم تنافسي

1.4.2. الأداء الرياضي

2.4.2. الشفاء بين المباريات

5.2. الفترة الانتقالية

1.5.2. الفترة المهنية

2.5.2. التغييرات في تكوين الجسم

6.2. السفر

1.6.2. البطولات خلال الموسم

2.6.2. بطولات خارج الموسم (كأس العالم، الأوروبية والأولمبياد)

7.2. مراقبة الرياضي

1.7.2. حالة الرياضي القاعدية

2.7.2. التطور خلال الموسم

8.2. حساب معدل التعرق

1.8.2. خسائر المياه

2.8.2. بروتوكول الحساب

9.2. العمل المتعدد التخصصات

1.9.2. دور اختصاصي التغذية في بيئة الرياضي

2.9.2. التواصل مع باقي المجالات

10.2. منشطات

1.10.2. قائمة الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات WADA

2.10.2. اختبارات المنشطات

الوحدة 4. الظروف المعاكسة

- 1.4 تاريخ الرياضة في الظروف القاسية
 - 1.1.4 مسابقات الشتاء في التاريخ
 - 2.1.4 المسابقات في البيئات الحارة اليوم
- 2.4 قيود الأداء في المناخات الحارة
 - 1.2.4 الجفاف
 - 2.2.4 الإرهاق
- 3.4 الخصائص الأساسية في المناخات الحارة
 - 1.3.4 درجة حرارة عالية ورطوبة
 - 2.3.4 التأقلم
- 4.4 التغذية والإمالة في المناخات الحارة
 - 1.4.4 الإمالة والشوارد
 - 2.4.4 الكربوهيدرات
- 5.4 قيود الأداء في المناخات الباردة
 - 1.5.4 الإرهاق
 - 2.5.4 ملابس مفرطة
- 6.4 الخصائص الأساسية في المناخات الباردة
 - 1.6.4 البرد القارس
 - 2.6.4 انخفاض max2VO
- 7.4 التغذية والإمالة في المناخات الباردة
 - 1.7.4 الإمالة
 - 2.7.4 الكربوهيدرات

الوحدة 5. الرياضات حسب تصنيف الوزن

- 1.5 خصائص الرياضات الرئيسية حسب فئة الوزن
 - 1.1.5 النظام
 - 2.1.5 فئات
- 2.5 الجدول الزمني الموسمي
 - 1.2.5 بطولات
 - 2.2.5 دورة كلية
- 3.5 تركيب الجسم
 - 1.3.5 الرياضات القتالية
 - 2.3.5 رفع الأثقال

- 4.5 مراحل اكتساب كتلة العضلات
 - 1.4.5 النسبة المئوية للدهون في الجسم
 - 2.4.5 البرمجة
- 5.5 مراحل التعريف
 - 1.5.5 الكربوهيدرات
 - 2.5.5 البروتين
- 6.5 قبل المنافسة
 - 1.6.5 بروتوكول إسبوع ما قبل المنافسة
 - 2.6.5 قبل الوزن
- 7.5 قبل المنافسة
 - 1.7.5 تطبيقات عملية
 - 2.7.5 Timming
- 8.5 ما بعد المنافسة
 - 1.8.5 الإمالة
 - 2.8.5 البروتين
- 9.5 مساعدات زيادة النشاط
 - 1.9.5 الكرياتين
 - 2.9.5 بروتين مصم للبرن

الوحدة 6. النباتيين والخصريين

- 1.6 النباتيون والخصريين في تاريخ الرياضة
 - 1.1.6 بدايات الخصريين في الرياضة
 - 2.1.6 الرياضيون الخصريون في أيامنا هذه
- 2.6 أنواع مختلفة من الأغذية الطبيعية
 - 1.2.6 الرياضي النظام الخصري
 - 2.2.6 الرياضي الخصري
- 3.6 أخطاء متكررة في الرياضي الخصري
 - 1.3.6 توازن الطاقة
 - 2.3.6 تناول البروتين
- 4.6 فيتامين ب21
 - 1.4.6 مكملات فيتامين ب21
 - 2.4.6 التوافر البيولوجي للطالب سبيرولينا

- 5.7 آثار ممارسة الرياضة البدنية في الطفل الرياضي
 - 1.5.7 تدريب القوة
 - 2.5.7 تدريب التحمل
- 6.7 التربية الغذائية لدى الطفل الرياضي
 - 1.6.7 السكر
 - 2.6.7 اضطراب سلوك الأكل (TCA)
- 7.7 المتطلبات الغذائية للطفل الرياضي
 - 1.7.7 الكربوهيدرات
 - 2.7.7 البروتينات
- 8.7 التغييرات المرتبطة بالشيخوخة
 - 1.8.7 النسبة المئوية للدهون في الجسم
 - 2.8.7 كتلة العضلات
- 9.7 المشاكل الرئيسية في الرياضيين الكبار في السن
 - 1.9.7 المفاصل
 - 2.9.7 صحة القلب والأوعية الدموية
- 10.7 مكملات مثيرة للاهتمام في الرياضيين الكبار في السن
 - 1.10.7 بروتين مص لللبن
 - 2.10.7 الكرياتين

الوحدة 8. فترة الإصابة

- 1.8 المقدمة
- 2.8 الوقاية من الإصابات في الرياضي
 - 1.2.8 توافر الطاقة النسبية في الرياضة
 - 2.2.8 صحة الفم والأسنان وآثارها على الإصابات
 - 3.2.8 التعب والتغذية والإصابات
 - 4.2.8 النوم والتغذية والإصابات
- 3.8 مراحل الإصابة
 - 1.3.8 مرحلة عدم التحرك. الانتهاكات والتغيرات التي تحدث خلال هذه المرحلة
 - 2.3.8 مرحلة عودة النشاط
- 4.8 تناول الطاقة خلال فترة الإصابة
- 5.8 تناول المغذيات الكبيرة خلال فترة الإصابة
 - 1.5.8 تناول الكربوهيدرات
 - 2.5.8 تناول الدهون
 - 3.5.8 تناول البروتين

- 5.6 مصادر البروتين في النظام الغذائي الخضري/ النباتي
 - 1.5.6 جودة البروتين
 - 2.5.6 الاستدامة البيئية
- 6.6 العناصر الغذائية الرئيسية الأخرى في الخضريين
 - 1.6.6 تحويل حمض ألفا لينولينيك إلى حمض الأيكوسابنتاينويك / حمض الدوكوساهكسابينويك
 - 2.6.6 الحديد، الكالسيوم، فيتامين د والزنك
- 7.6 التقييم البيوكيميائي / نقص التغذية
 - 1.7.6 فقر دم
 - 2.7.6 ضمور اللحم
- 8.6 الغذاء النباتي المتشدد مقابل. التغذية القارئة
 - 1.8.6 التغذية التطورية
 - 2.8.6 التغذية الحالية
- 9.6 مساعدات زيادة النشاط
 - 1.9.6 الكرياتين
 - 2.9.6 بروتين نباتي
- 10.6 عوامل تقلل من امتصاص العناصر الغذائية
 - 1.10.6 استهلاك كميات كبيرة من الألياف
 - 2.10.6 أكسالات

الوحدة 7. مراحل مختلفة أو مجموعات سكانية محددة

- 1.7 التغذية عند المرأة الرياضية
 - 1.1.7 عوامل مقيدة
 - 2.1.7 المتطلبات
- 2.7 الدورة الشهرية
 - 1.2.7 المرحلة الأصفرية
 - 2.2.7 المرحلة الجريبية
- 3.7 الثالوث الرياضي
 - 1.3.7 انقطاع الطمث
 - 2.3.7 هشاشة العظام
- 4.7 التغذية عند المرأة الرياضية الحامل
 - 1.4.7 متطلبات الطاقة
 - 2.4.7 المغذيات الدقيقة

- 6.9. التخطيط التغذوي للرياضيين المعاقين ميتوري الأطراف
 - 1.6.9. متطلبات الطاقة
 - 2.6.9. المغذيات الكبرى
 - 3.6.9. التنظيم الحراري والإمالة
 - 4.6.9. القضايا التغذوية المتعلقة بالأطراف الاصطناعية
- 7.9. مشاكل التخطيط والتغذية عند الرياضيين ذوي الإعاقة البصرية والسمعية والقصور الذهني
 - 1.7.9. مشاكل التغذية الرياضية مع ضعف البصر: التهاب الشبكية الصباغي واعتلال الشبكية السكري والمهق ومرض ستارغاردت وأمراض السمع
 - 2.7.9. مشاكل التغذية الرياضية مع الإعاقات الذهنية: متلازمة داون والتوحد ومتلازمة في متلازمة أسبرجر وبيلة الفينيل كيتون
- 8.9. تكوين الجسم في الرياضيين من ذوي الإعاقة
 - 1.8.9. تقنيات القياس
 - 2.8.9. العوامل المؤثرة في موثوقية طرق القياس المختلفة
- 9.9. علم الأدوية والتفاعلات مع العناصر الغذائية
 - 1.9.9. أنواع مختلفة من الأدوية التي يتناولها الرياضيون المعاقون
 - 2.9.9. نقص المغذيات الدقيقة في الرياضيين المعاقين
 - 10.9. مساعدات زيادة النشاط
- 1.10.9. المكملات التي يحتمل أن تكون مفيدة للرياضيين المعاقين
- 2.10.9. العواقب الصحية السلبية ومشاكل التلوث والمنشطات بسبب تناول مساعدات توليد الطاقة

الوحدة 10. رياضيين مرضى السكري النوع 1

- 1.10. التعرف على داء السكري وعلم أمراضه
 - 1.1.10. الإصابة بمرض السكري
 - 2.1.10. الفيزيولوجيا المرضية لمرض السكري
 - 3.1.10. عواقب مرض السكري
- 2.10. علم الأعضاء الوظيفي في التمرين لدى مرضى السكري
 - 1.2.10. تمرين الحد الأقصى، ما دون الحد الأقصى و التمثيل الغذائي للعضلات أثناء التمرين
 - 2.2.10. الاختلافات الأيضية أثناء التمرين لدى مرضى السكري
 - 3.10. التمرين في الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع 1
 - 1.3.10. نقص السكر في الدم، ارتفاع السكر في الدم وتعديل العلاج الغذائي
 - 2.3.10. وقت التمرين وتناول الكربوهيدرات
 - 4.10. التمرين في الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع 2. مراقبة نسبة السكر في الدم
 - 1.4.10. مخاطر النشاط البدني لدى مرضى السكري من النوع 2
 - 2.4.10. فوائد التمرين لمرضى السكري من النوع 2

- 6.8. تناول المغذيات الدقيقة ذات الأهمية الخاصة أثناء الإصابة
- 7.8. المكملات الرياضية مع الدليل أثناء فترة الإصابة
 - 1.7.8. الكرياتين
 - 2.7.8. أوميغا 3
 - 3.7.8. آخرون
- 8.8. إصابات الأوتار والأربطة
 - 1.8.8. مقدمة في إصابات الأوتار والأربطة. بنية الوتر
 - 2.8.8. الكولاجين والجيلاتين وفيتامين سي هل يمكنهم المساعدة؟
 - 3.8.8. العناصر الغذائية الأخرى المشاركة في تخليق الكولاجين
 - 9.8. العودة إلى المنافسة
 - 1.9.8. اعتبارات غذائية في العودة للمنافسة
- 10.8. دراسات حالة مثيرة للاهتمام في الأدبيات العلمية حول الإصابات

الوحدة 9. الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة

- 1.9. التصنيف والفئات في الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة
 - 1.1.9. ما هو الرياضي من ذوي الاحتياجات الخاصة؟
 - 2.1.9. كيف يتم تصنيف الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة؟
- 2.9. علوم الرياضة في الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة
 - 1.2.9. التمثيل الغذائي وعلم الأعضاء الوظيفي
 - 2.2.9. ميكانيكية حيوية
 - 3.2.9. علم النفس
- 3.9. متطلبات الطاقة والماء في الرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة
 - 1.3.9. متطلبات الطاقة المثلى للتدريب
 - 2.3.9. تخطيط الإمالة قبل وأثناء وبعد التدريبات والمسابقات
- 4.9. المشاكل الغذائية في الفئات المختلفة للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة وفقاً لأمراضهم أو اعتلالاتهم
 - 1.4.9. إصابات في النخاع الشوكي
 - 2.4.9. الشلل الدماغي وإصابات الدماغ المكتسبة
 - 3.4.9. ميتوري الأطراف
 - 4.4.9. ضعف البصر والسمع
 - 5.4.9. القصور الفكري
- 5.9. التخطيط الغذائي للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة المصابين بإصابات الحبل الشوكي والشلل الدماغي وإصابات الدماغ المكتسبة
 - 1.5.9. المتطلبات الغذائية (المغذيات الكبيرة والصغرى)
 - 2.5.9. التعرق واستبدال السوائل أثناء التمرين

- 5.10. ممارسة الرياضة لدى الأطفال والمراهقين المصابين بداء السكري
 - 1.5.10. الآثار الأيضية للتمرين
 - 2.5.10. الاحتياطات أثناء التمرين
 - 6.10. العلاج بالأنسولين والتمارين
 - 1.6.10. مضخة ضخ الأنسولين
 - 2.6.10. أنواع الأنسولين
 - 7.10. استراتيجيات التغذية أثناء الرياضة وممارسة الرياضة في مرض السكري من النوع 1
 - 1.7.10. من النظرية إلى التطبيق
 - 2.7.10. تناول الكربوهيدرات قبل وأثناء وبعد ممارسة الرياضة البدنية
 - 3.7.10. الإماهة قبل وأثناء وبعد ممارسة الرياضة البدنية
 - 8.10. التخطيط الغذائي في رياضات التحمل
 - 1.8.10. ماراثون
 - 2.8.10. ركوب الدراجات الهوائية
 - 9.10. التخطيط الغذائي في الرياضات الجماعية
 - 1.9.10. كرة القدم
 - 2.9.10. الرجبي
 - 10.10. المكملات الرياضية ومرض السكري
 - 1.10.10. مكملات يحتمل أن تكون مفيدة للرياضيين المصابين بداء السكري

إنها تجربة تدريبية فريدة ومهمة
وحاسمة لتعزيز تطور المهني"



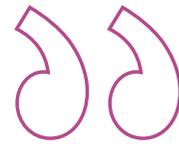
المنهجية

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"





في جامعة 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 المتخصصون بشكل أفضل وأسرع وأكثر استدامة مع مرور الوقت.

مع جامعة TECH يمكنك 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 تفردا أو ندرتها. لذا فمن الضروري أن تستند الحالة إلى الحياة المهنية الحالية، في محاولة لإعادة إنشاء عوامل التكيف الحقيقية في الممارسة المهنية للطبيب.



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

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 المتخصص من خلال الحالات الحقيقية وحل المواقف المعقدة في بيئات التعلم المحاكاة. تم تطوير هذه التدريبات باستخدام 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 250000 طبيب بنجاح غير مسبق، في جميع التخصصات السريرية بغض النظر عن العبء الجراحي. 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 بجدد 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:

المواد الدراسية



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

أحدث التقنيات الجراحية والإجراءات المعروضة في الفيديوهات



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

ملخصات تفاعلية

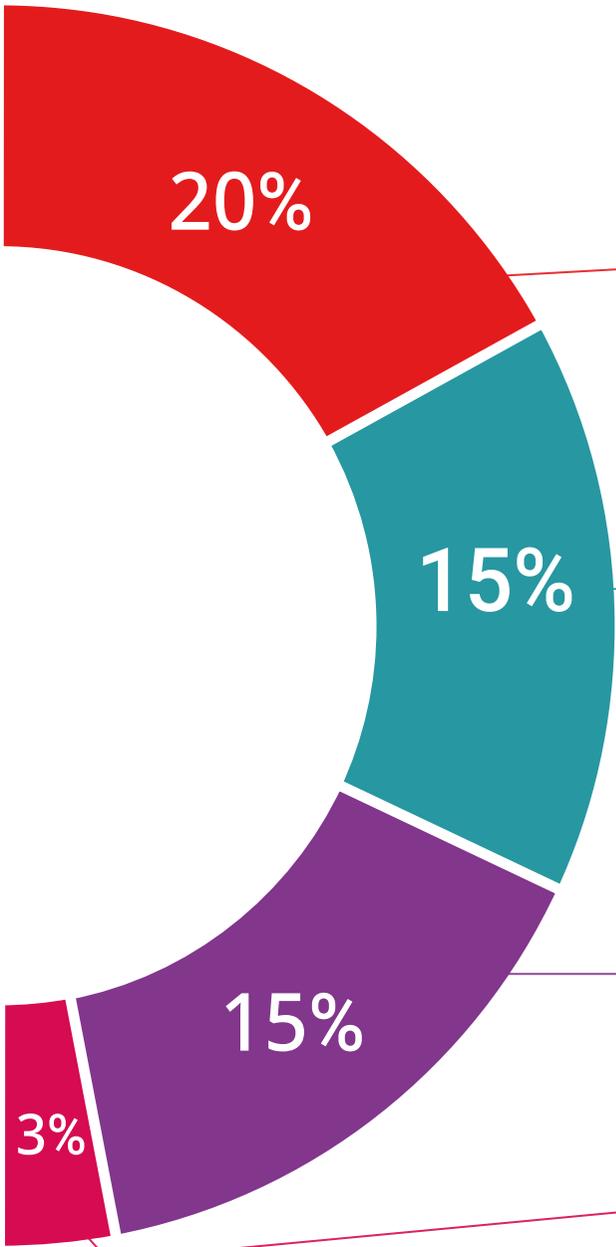


يقدم فريق جامعة TECH المحتويات بطريقة جذابة وديناميكية في أقراص الوسائط المتعددة التي تشمل الملفات الصوتية والفيديوهات والمصور والرسوم البيانية والخرائط المفاهيمية من أجل تعزيز المعرفة. اعترفت شركة مايكروسوفت بهذا النظام التعليمي الفريد لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية".

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.



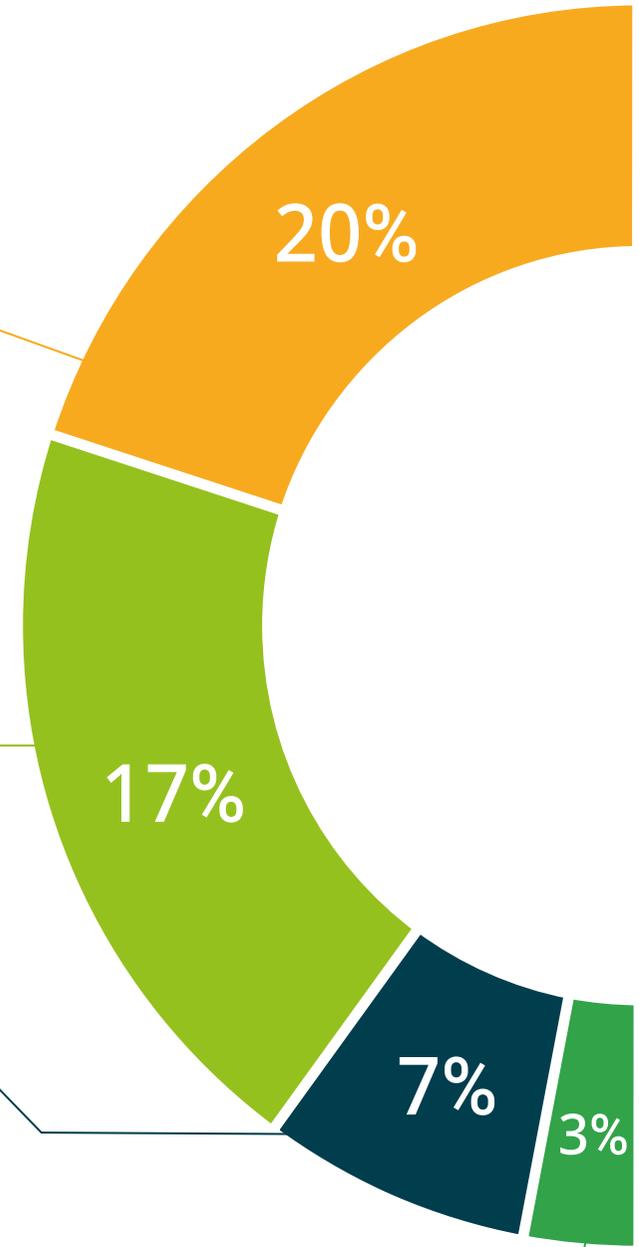
المحاضرات الرئيسية

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 التغذية الرياضية العلاجية بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحدائثة، الحصول على مؤهل الماجستير الخاص الصادر عن TECH الجامعة التكنولوجية.



اجتاز هذا البرنامج بنجاح واحصل على مؤهلك العلمي الجامعي
دون الحاجة إلى السفر أو القيام بأية إجراءات مرهقة"



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 التغذية الرياضية العلاجية

طريقة الدراسة: عبر الإنترنت

مدة الدراسة: 12 شهر

تحتوي درجة الماجستير الخاص في التغذية الرياضية العلاجية على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً وحدائماً في السوق.

بعد اجتياز التقييم، سيحصل الطالب عن طريق البريد العادي* مصحوب بعلم وصول مؤهل الماجستير الخاص الصادر عن **TECH الجامعة التكنولوجية**.

التوزيع العام للخطة الدراسية			التوزيع العام للخطة الدراسية	
الدورة	المادة	عدد الساعات	نوع المادة	عدد الساعات
1*	مؤسسية: المبادئ والمفاهيم الأساسية للتغذية الرياضية	150	إلزامي	1500
1*	تقديم الزماني في أوقات مختلفة من الموسم	150	إلزامي	0
1*	الرياضات المائية	150	إلزامي	0
1*	الظروف المناخية	150	إلزامي	0
1*	الرياضات حسب تصنيف الوزن	150	إلزامي	0
1*	التغذية والتدريب	150	إلزامي	0
1*	مرحلة مختلفة أو مجموعات متكاملة محددة	150	إلزامي	1500 الإجمالي
1*	فترة الإثبات	150	إلزامي	
1*	الرياضة من ذوي الاحتياجات الخاصة	150	إلزامي	
1*	رياضة صومالية الشكري النوع 1	150	إلزامي	

التوزيع العام للخطة الدراسية	
1*	مؤسسية: المبادئ والمفاهيم الأساسية للتغذية الرياضية
1*	تقديم الزماني في أوقات مختلفة من الموسم
1*	الرياضات المائية
1*	الظروف المناخية
1*	الرياضات حسب تصنيف الوزن
1*	التغذية والتدريب
1*	مرحلة مختلفة أو مجموعات متكاملة محددة
1*	فترة الإثبات
1*	الرياضة من ذوي الاحتياجات الخاصة
1*	رياضة صومالية الشكري النوع 1

التوزيع العام للخطة الدراسية	
1*	مؤسسية: المبادئ والمفاهيم الأساسية للتغذية الرياضية
1*	تقديم الزماني في أوقات مختلفة من الموسم
1*	الرياضات المائية
1*	الظروف المناخية
1*	الرياضات حسب تصنيف الوزن
1*	التغذية والتدريب
1*	مرحلة مختلفة أو مجموعات متكاملة محددة
1*	فترة الإثبات
1*	الرياضة من ذوي الاحتياجات الخاصة
1*	رياضة صومالية الشكري النوع 1

يجب أن يكون هذا المؤهل الخاص مصحوباً دائماً بالمؤهل الجامعي المكتسب من المراكز المسجلة بالخطة لإتمام المؤهل العلمي في كل بلد. tech.edu.com/certificates الرقم الفريد الخاص بجامعة

المستقبل

الأشخاص

الصحة

الثقة

التعليم

المرشدون الأكاديميون المعلومات

الضمان

الاعتماد الأكاديمي

التدريس

المؤسسات

التعلم

المجتمع

الالتزام

التقنية

الابتكار

الجامعة
التكنولوجية
tech

الحاضر المعرفة

الحاضر

الجودة

ماجستير خاص

التغذية الرياضية العلاجية

« طريقة الدراسة: عبر الإنترنت

« مدة الدراسة: 12 شهر

« المؤهل العلمي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

التدريب الافتراضي

المؤسسات

الفصول الافتراضية

اللغات

ماجستير خاص التغذية الرياضية العلاجية

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

