جارنت
مركز جارنت العالمي للتدريب

GGT-SP-120

الإدارة الرياضية والصحة البدنية

أساسيات التغذية الرياضية

Sports Nutrition Fundamentals

المدة	اللغة	الأنماط	الساعات	المستوى
5 أو 10 أيام	**العربية أو الإنجليزية**	**حضوري، أونلاين، داخل المؤسسة**	**35 / 70**	**تأسيسي**

نظرة عامة

تمنح دورة أساسيات التغذية الرياضية المبتدئين وغير المتخصصين أساسًا عمليًا واضحًا: المفاهيم الجوهرية، والمصطلحات المستخدمة في العمل، وأولى الأدوات لتطبيقها. برامج إدارية للأندية والاتحادات والمنشآت الرياضية وفرق الرفاه في بيئة العمل. يمكنك الانضمام إلى انعقاد عام في إحدى 20 مدينة أو أونلاين مباشر، بالعربية أو الإنجليزية، أو تنفيذ الدورة داخل مؤسستك بأمثلة من عملياتكم.

ما ستتمكن من القيام به

- شرح المفاهيم والمصطلحات والمعايير الأساسية في أساسيات التغذية الرياضية.
- قراءة واستخدام الوثائق والنماذج والبيانات الشائعة في المجال.
- معرفة متى يجب التصعيد ومن يجب إشراكه.
- التواصل بثقة مع المتخصصين والزملاء.
- تخطيط الخطوات التالية في التعلم الذاتي.

الفئة المستهدفة

مديرو الأندية والاتحادات والمدربون ومشغلو المنشآت ومسؤولو الرفاه. لا يُشترط وجود خبرة سابقة، وتناسب الدورة الموظفين الجدد والخريجين والمنتقلين إلى هذا المجال.

المحاور الرئيسية

- الحوكمة الرياضية
- الشؤون التجارية والرعاية
- تشغيل المنشآت
- تطوير الرياضيين
- إشراك الجماهير
- الصحة والرفاه

الأنماط والرسوم

5 أيام حضوري	**USD 4,750**
5 أيام أونلاين	**USD 2,950**
10 أيام حضوري	**USD 8,950**
10 أيام أونلاين	**USD 5,450**
داخل المؤسسة (إن هاوس)	**عرض سعر للمجموعة**

الرسوم للمشارك ولا تشمل ضريبة القيمة المضافة.

للتسجيل والاستفسار

WhatsApp: +971 56 674 7382

البريد: info@garnettrainings.com

التدريب: training@garnettrainings.com

الموقع: garnettrainings.com

المنطقة الحرة لمدينة الشارقة للنشر، الشارقة، الإمارات

الشهادة

يحصل المشاركون الذين يحضرون 90% على الأقل من الجلسات ويجتازون التقييم النهائي على شهادة إتمام تذكر 35 ساعة تدريبية (5 أيام) أو 70 ساعة تدريبية (10 أيام).

محتوى برنامج 5 أيام

اليوم 1 مقدمة في أساسيات التغذية الرياضية
- الصحة والرفاه
- قوائم تحقق ونماذج جاهزة للاستخدام

اليوم 2 المفاهيم والمصطلحات الأساسية
- الحوكمة الرياضية
- الشؤون التجارية والرعاية

اليوم 3 الأساليب والأدوات الأساسية
- تشغيل المنشآت
- نقاش جماعي ومراجعة بين الأقران

اليوم 4 العمل بأمان وبشكل صحيح
- تطوير الرياضيين
- القياس وإعداد التقارير

اليوم 5 تمارين تطبيقية ومراجعة
- إشراك الجماهير
- ورشة تطبيقية على تحدٍ من بيئة العمل

محتوى برنامج 10 أيام

اليوم 1 مقدمة في أساسيات التغذية الرياضية
- الصحة والرفاه
- قوائم تحقق ونماذج جاهزة للاستخدام

اليوم 2 المفاهيم والمصطلحات الأساسية
- الحوكمة الرياضية
- الشؤون التجارية والرعاية

اليوم 3 الأساليب والأدوات الأساسية
- تشغيل المنشآت
- نقاش جماعي ومراجعة بين الأقران

اليوم 4 العمل بأمان وبشكل صحيح
- تطوير الرياضيين
- القياس وإعداد التقارير

اليوم 5 تمارين تطبيقية ومراجعة
- إشراك الجماهير
- ورشة تطبيقية على تحدٍ من بيئة العمل

اليوم 6 تقنيات متقدمة وممارسات تخصصية
- تعمق في الحالات المعقدة
- الأخطاء الشائعة وكيفية تجنبها

اليوم 7 الأدوات الرقمية والبيانات والأتمتة
- أدوات التحليل والبرمجيات
- استخدام الذكاء الاصطناعي في المجال

اليوم 8 المقارنة بأفضل الممارسات الدولية
- معايير قياس الأداء العالمية
- دراسات حالة إقليمية ودولية

اليوم 9 مشروع تطبيقي
- تحليل تحدٍ حقيقي من مؤسسة المشارك
- إعداد الحل وخطة التنفيذ

اليوم 10 العرض والتقييم النهائي والشهادة
- عرض المشاريع ومناقشتها
- الاختبار النهائي وتسليم الشهادات

المواعيد 2027–2030

التاريخ	النمط	المدينة	اللغة	الرسوم (دولار)
19 – 30 أبريل 2027	10 أيام حضوري	الدار البيضاء	الإنجليزية	8,950
10 – 14 مايو 2027	5 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	العربية	2,950
20 – 24 سبتمبر 2027	5 أيام حضوري	دبي	الإنجليزية	4,750
14 – 18 نوفمبر 2027	5 أيام حضوري	عمّان	العربية	4,750
1 – 5 مايو 2028	5 أيام حضوري	برشلونة	الإنجليزية	4,750
12 – 23 يونيو 2028	10 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	الإنجليزية	5,450

التاريخ	النمط	المدينة	اللغة	الرسوم (دولار)
7 – 11 أغسطس 2028	5 أيام حضوري	إسطنبول	الإنجليزية	4,750
11 – 22 ديسمبر 2028	10 أيام حضوري	كوالالمبور	الإنجليزية	8,950
15 – 19 يناير 2029	5 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	العربية	2,950
21 – 25 مايو 2029	5 أيام حضوري	برشلونة	الإنجليزية	4,750
9 – 13 يوليو 2029	5 أيام حضوري	إسطنبول	الإنجليزية	4,750
3 – 14 ديسمبر 2029	10 أيام حضوري	دبي	الإنجليزية	8,950
13 – 24 مايو 2030	10 أيام أونلاين	أونلاين مباشر	الإنجليزية	5,450
17 – 21 يونيو 2030	5 أيام حضوري	برشلونة	الإنجليزية	4,750
2 – 6 سبتمبر 2030	5 أيام حضوري	إسطنبول	الإنجليزية	4,750
11 – 22 نوفمبر 2030	10 أيام حضوري	أبوظبي	العربية	8,950

تتوفر نسخ مخصصة وداخل المؤسسة من هذه الدورة عند الطلب. /garnettrainings.com/ar/customise