



البرنامج التدريبي	تخطيط الحميات الغذائية
لغة البرنامج	العربية
مدة البرنامج	٢٤ ساعة
اهداف البرنامج	فهم كيفية تلبية الاحتياجات الغذائية الخاصة لأنواع مختلفة من العملاء ، من أولئك الذين يتطلعون ببساطة إلى الحصول على صحة أفضل إلى الحالات الصحية والأعمار المختلفة
محتويات البرنامج	تتضمن المواضيع الرئيسية للبرنامج ما يلي: الباب الأول : التغذية خلال المراحل المختلفة الباب الثاني : ادارة الوزن والسمنة الباب الثالث : تخطيط حميات
مخرجات التعلم	بنهاية البرنامج، يكون المشاركون قادرين على : <ul style="list-style-type: none">• معرفة الاحتياجات الغذائية للعوامل والمرضعات والأطفال وكبار السن• فهم العوامل التغذوية والغير تغذوية المرتبطة بالسمنة• معرفة طرق تقييم الوضع التغذوي• تصميم برامج تنزيل الوزن وفهم نظام البدائل• القدرة على تطبيق استراتيجيات عملية للتعامل مع السمنة• القدرة على قراءة بطاقة البيان بالتفصيل



<ul style="list-style-type: none">• خريجي الثانوية العامة• خريجي الجامعة في المجالات المتعلقة بالصحة والتغذية واللياقة البدنية• مدربي الصحة واللياقة البدنية• عشاق الصحة واللياقة البدنية (الذين يبحثون عن مهنة في مجال اللياقة البدنية)• يفضل اجتياز تغذية الرياضيين – المستوى الأول	<p>الفئة المستهدفة</p>
<p>ستكون الدراسة في هذا البرنامج عن طريق منصة الكترونية (أون لاين بشكل كامل) من خلال محاضرات مباشرة ومسجلة بطريقة تفاعلية .</p> <p>سيكون باستعمال منصة Microsoft teams لحضور المحاضرات النظرية بشكل مباشر وتفاعلي مع المحاضرين، مع وجود تسجيل كامل للمحاضرات. تحتوي الدورة:</p> <ul style="list-style-type: none">• العروض التقديمية "Power Point" لشرح كل محاضرة• كتب دراسية باللغة العربية• فيديوهات مسجلة للمادة العملية• اختبارات قصيرة• جلسات مناقشة ومراجعة	<p>المادة التدريبية / التكنولوجيا المستخدمة</p>