دورة
تغذية الرياضيين

JUMP ACADEMY

الهدف من الدورة

تهدف دورة تغذية الرياضيين والإرشاد التغذوي إلى دمج المعرفة العلمية مع التطبيق العملي من خلال منهجية تعليمية حديثة متكاملة وبجودة عالية وبشكل إلكتروني 100% وذلك لتسهيل العملية التعليمية:

- التعلم في أي مكان وأي وقت
- سهولة الحصول على المعلومات في مكان واحد بطريقة متسلسلة
- توفير الوقت
- تخفيض التكاليف

تهدف هذه الدورة لتمكين العاملين في المجال الصحي واللياقة البدنية أن يحصلوا على فهم أعمق للتغذية ومساعدة عملائهم على الوصول الى أهدافهم الصحية والرياضية من خلال جعل خياراتهم التغذوية صحيحة وذكية، وربط هذه المعرفة باستراتيجيات لتغيير السلوك التي ستساعد العملاء على تحويل الخيارات إلى عادات صحية طويلة المدى، وفهم كيفية تلبية الاحتياجات الغذائية الخاصة لأنواع مختلفة من العملاء ، من أولئك الذين يتطلعون ببساطة إلى الحصول على صحة أفضل إلى الرياضيين التنافسيين وحتى الحالات الصحية والأعمار المختلفة.

المحاور الدراسية

JUMP ACADEMY

الباب الأول: مدخل إلى علم التغذية

- الفصل الأول : العناصر الغذائية ومصادر الطاقة
- الفصل الثاني : مرجع الكميات الغذائية وملصقات الأغذية
- الفصل الثالث : الفصل الثالث: فيسيولوجيا الإنسان - علم وظائف الأعضاء
- الفصل الرابع : الأيض وأنظمة الطاقة

الباب الثاني: أسس التغذية السليمة وتخطيط الحميات

- الفصل الأول : التغذية السليمة خلال مراحل الحياة
- الفصل الثاني : أساسيات إدارة الوزن
- الفصل الثالث : الرعاية التغذوية وأنواع الحميات
- الفصل الرابع : موضوعات غذائية (الأنماط الغذائية)

الباب الثالث: أسس تغذية الرياضيين

- الفصل الأول : أهمية تغذية الرياضيين
- الفصل الثاني : احتياجات الرياضي من الطاقة
- الفصل الثالث : مشاكل الإفراط في التمرين
- الفصل الرابع : احتياجات الرياضيين من المغذيات
- الفصل الخامس: المكملات الغذائية ومعززات الأداء

لغة الدراسة

JUMP ACADEMY

المواد تدرس باللغة العربية مع محاضري الأكاديمية المعتمدين والمواد التعليمية متوفرة باللغة العربية مع شرح المصطلحات باللغة الإنجليزية

دورة تغذية الرياضيين

طريقة التدريس	دراسة ذاتية اونلاين
المدة	3 أشهر
تاريخ الدبلوم	متاح في أي وقت
السعر	250 دينار أردني 350 دولار أمريكي
محاضرات مسجلة تفصيلية	☑
منصة جمب للتعليم الإلكتروني (كتب اونلاين، اختبارات قصيرة فيديوهات مختصرة)	☑
كتب دراسية مطبوعة	على الطلب
الدراسة من خلال تطبيق جمب	☑
المحاور	▪ الباب الأول: مدخل الى علم التغذية ▪ الباب الثاني: أسس التغذية السليمة وتخطيط الحميات ▪ الباب الثالث: أسس تغذية الرياضيين
محاور الاختبار	▪ الباب الثالث: أسس تغذية الرياضيين

نوع الاختبارات	■ اختبارات قصيرة ■ امتحان نهائي شامل إلكتروني مئة سؤال اختيار من متعدد

عرض الدفعة الواحدة :في حال الدفعة الواحدة يحصل الطالب على خصم 50% على سعر الكتب

عرض المجموعات : في حال تسجيل طالبين أو أكثر بالدورة بنفس الوقت يحصلان على خصم 50 دينارأردني لكل طالب

الدفعات : يتم تقسيط المبلغ على دفعتين تستحق خلال شهرين, و يضاف سعر الكتب على الدفعة الاولى

سعر الكتب : 100 دينار أردني

طرق الدفع

JUMP ACADEMY

الموقع الإلكتروني
HTTPS://WWW.JUMPMENA.COM/

نقداً / فيزا في مقر الأكاديمية

كليك : JUMPMENA

ايداع / حوالة بنكية على واحدة من حسابات الأكاديمية الموجودة أدناه :

JUMP ACADEMY

Bank Details

Bank Name : Arab Bank

Account Holder Name : Al Fadel for Sport and Fitness

Account Number : 0118 302319 2 500

IBAN : JO56 ARAB 1180 0000 0011 8302 3195 00

SWIFT Code : ARABJOAX

JUMP ACADEMY

Bank Details

Bank Name : Safwa Islamic Bank
Branch : AlMadina AlMonawara Street

Account Holder Name : Al Fadel for Sport and Fitness

Account Number : 000 3000 001 0214576 0204

IBAN : JO46 JDIB 2040 0021 4576 0013 0000 00

SWIFT Code : JDIBJOAMXXX

JUMP ACADEMY

Contact us

تواصل معنا

+962 79 953 8534
+962 79 001 4670

Advising@jumpmena.com

www.jumpmena.com

JUMPMENA

JUMPMENA

JUMP Academy

Mamdouh Al Sarayrah Street, Al dawood complex,
Building n.88, 1st floor, Amman jordan.

www.jumpmena.com

Jordan - KSA