**السيدة العميدة المحترمة**

**السيدة معاونة العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا المحترمة**

**بوساطة السيدة رئيسة فرع العلوم النظرية المحترمة**

**م/ اقامة دورة استخدامات الحاسوب في المجال الرياضي**

**تحية طيبة**

اود اعلامكم اني قمت بالقاء دورة العلمية تحت عنوان (**استخدامات الحاسوب في المجال الرياضة البدنية**) يوم الثلاثاء والاربعاء الموافق 26-27 / 12 / 2023 الساعة 10:00 صباحا على **لجميع منتسبي الكلية وطالبات المرحلة الرابعة** في القاعة الذكية فرع العلوم النظرية ، وذلك بإشراف مسؤولة وحدة التعليم المستمر.

مع الشكر والتقدير

**المرفقات :**

* **توصيات خاصة بموضوع الدورة .**
* **نسخة ورقية من الدورة .**
* **استمارة باسماء الحضور .**
* **نسخة Pdf من الدورة على قرص مدمج ( CD ) .**
* **صور اثناء القاء الدورة .**

 **م.م. رشا ماجد حسون**

**(استخدامات الحاسوب في المجال الرياضي) ( م.م. رشا ماجد حسون )**

**يوم الثلاثاء - الاربعاء الموافق 26-27 / 12 / 2023 الساعة 10:00 صباحا في القاعة الذكية فرع العلوم النظرية**

**أهداف دورة استخدامات الحاسوب في المجال الرياضي :**

1. **تعريف المشاركين بدور الحواسيب في تحسين أداء الأنشطة الرياضية.**
2. **فهم كيفية استخدام البرامج والتطبيقات الرياضية لتحسين التدريب والاداء البدني.**
3. **تسليط الضوء على كيفية تحليل البيانات الفيزيولوجية واستخدامها لتكامل برامج التدريب.**
4. **تشجيع المشاركين على استخدام التكنلوجيا للتواصل وتحفيز الرياضيين.**

**توصيات الدورة:**

***1. استعراض احدث التطورات التكنلوجية في مجال التدريب الرياضي.***

***2. تقديم نصائح حول اختيار الادوات و التطبيقات الرياضية الأكثر فعالية للأهداف المحددة.***

***3. توضيح كيفية تكامل بيانات اللياقة البدنية في تحليل التدريب واتخاذ القرارات .***

***4. توفير ارشادات حول كيفية تكامل التكنلوجيا في جداول التدريب اليومية .***

**الاداوات والتطبيقات التي يمكن استخدامها في مجال الرياضة البدنية بواسطة الحواسيب من الامثلة عليها :**

**1. تطبيقات تتبع اللياقة البدنية :MyFitnessPal , Fitbit , Strava**

**2.برامج تصميم التمارين : Trainerize , WorkoutLabs , Fitbod**

**3. اجهزة قياس اللياقة البدنية : اجهزة قياس نبض القلب مثل Polar , Garmin**

 **اجهزة تتبع الخطوات مثل Fitbit , Apple Watch**

**4. برامج تحليل الحركة : Dartfish , Kinovea , Coach’s eye**

**5. تقنيات الواقع الافتراضي للتدريب : STRIVR, Oculus Fit, Holodia**

**6. تطبيقات ادارة الفرق والفعاليات الرياضية : TeamSnap, Hudl, SportsEngine**

**7. برامج التحليل البيولوجي: تحليل العضلات Athos وتحليل الاجهاد والتعافي OmegaWave**

**8. تطبيقات التواصل بين المدرب والرياضيين: CoachNow, TeamBuildr والتواصل الفوري Slack**

**9. تطبيقات تعلم اللياقة البدنية والتدريب : Nike Training Club, 7 Minute Workout, JEFIT**

**استمارة حضور الدورة**

**(استخدامات الحاسوب في المجال الرياضي) ( م.م. رشا ماجد حسون )**

**يوم الثلاثاء والاربعاء الموافق 26-27/12/ 2023 الساعة 10:00 صباحا في القاعة الذكية/فرع العلوم النظرية**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الاسم** | **الصفة المهنية** | **مكان العمل** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

