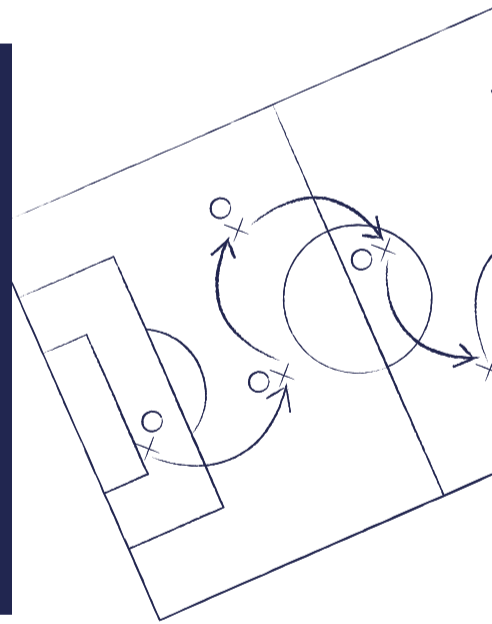


نادي النصر ينظم محاضرة توعوية حول "مضار التدخين"



أقام نادي النصر محاضرة توعوية لفريق أكاديمية كرة القدم لعمر 15 سنة حول مضار التدخين، قدمها عبر تقنية الاتصال المرئي الدكتور فهد علم النفس رضا مسعودي. ركزت محاور المحاضرة حول التوعية بمضار التدخين على الشباب والرياضيين بشكل خاص، وتأثيره السلبي على الصحة والقدرة البدنية إذ أنه يقلل من قدرة الجسم على التحمل وممارسة الرياضة والأنشطة؛ وكذلك يؤثر سلباً على صحة الجسم ويضعفه. كما ركزت الورشة على إبراز أهمية الرياضة و ممارستها للإبتعاد عن التدخين، وأهمية الوعي والالتزام للحفاظ على الصحة.

بالتعاون مع شرطة دبي، نادي النصر ينظم ورشة عمل "الجرائم الإلكترونية" لفريق 19 سنة



بالتعاون و التنسيق مع شرطة دبي، وضمن فعاليات مبادرة الروح الإيجابية التي تقدمها شرطة دبي، نظم نادي النصر محاضرة توعوية تثقيفية للاعبين أكاديمية 19 عاماً، والطاقم الإداري و الفني بعنوان "الجرائم الإلكترونية". قدم المحاضرة السيد أحمد آل علي، وركزت حول الجرائم الإلكترونية وخطورتها على المجتمع، وتضمنت موضوعات متعددة أبرزها التشهير و الإختراق، التنمر الإلكتروني و الإساءة عبر الإنترنت، الابتزاز الإلكتروني، القذف و السب، النصب و الإحتيال الإلكتروني.

تناولت المحاضرة تعريف الجرائم الإلكترونية، وأبرز سماتها وخصائصها وأهدافها وأنواعها و طرق مكافحتها. ركزت المحاضرة على التوعية بمخاطر و أضرار الجرائم الإلكترونية على الفرد و المجتمع، وتعميق السلوكيات والقيم الصحية وتعزيز التوعية الأمنية الإستباقية لتجنب الوقوع ضحية للإبتزاز عبر المواقع الإلكترونية ووسائل التواصل الإجتماعي، كما أكدت على ضرورة الحرص على عدم مشاركة المعلومات الشخصية على وسائل التواصل الإجتماعي، وتعزيز الوعي الأمني الإستباقي لمواجهة هذه الجرائم، والطريقة الصحيحة للتعامل معها و الإبلاغ عنها، والتصدد لها حيث أنها أصبحت شائعة بسبب إتساع إنتشار الإنترنت و تزايد إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي، والألعاب الإلكترونية مما يستوجب التوعية بمخاطر هذه الجرائم.

نادي النصر ينظم محاضرة "الإصابات الرياضية" للاعبين وإداريين فرق الـ 14-15-17 عاماً عبر تقنية الإتصال المرئي



نظم نادي النصر الثقافي الرياضي اليوم الثلاثاء، وعبر تطبيق زوم ورشة عمل تثقيفية للاعبين وإداريين فرق المراحل العمرية من 14-15-17 عاماً بعنوان "الإصابات الرياضية" قدمها المحاضر الدكتور مهند قحوش.

جرى خلال المحاضرة التأكيد على أهمية الرياضة كحاجة ملحة لأفراد المجتمع، وتناولت المحاضرة بالشرح والتوضيح المفهوم العام للإصابات الرياضية و الإصابات التي يتعرض لها لاعبو كرة القدم خصوصاً، وأسباب حدوثها وطرق الوقاية منها وعلاجها.

كما تم التأكيد خلال المحاضرة على أهمية طرق الوقاية من الإصابات الرياضية من خلال ممارسة الإحماء بالنسبة الكافية قبل البدء في الرياضة، المداومة على التمارين الرياضية، وعدم ممارستها بصورة متقطعة وذلك لتجنب الإصابات، عدم تحميل الجسم فوق طاقته، عدم الرجوع لممارسة الرياضة قبل الشفاء التام من الإصابة حتى لا تحدث إصابة جديدة، وإتباع نظام غذائي يمد الجسم والعضلات بالتغذية اللازمة وبالعناصر التي تزيد من نشاط الجسم و مناعته، وتقوية العضلات مما يقلل خطر حدوث الإصابات.



نادي النصر ينظم محاضرة "التغذية السليمة للرياضيين" للاعبين وإداريين فرق 14-17-19 عاماً



ضمن مبادرة "غرس" التثقيفية التوعوية الرائدة التي يقدمها مجلس دبي الرياضي للأندية الرياضية في إمارة دبي، نظم نادي النصر اليوم الثلاثاء محاضرة للاعبين وإداريين فرق المراحل السنوية بعمر 14-17-19 عاماً، بعنوان "التغذية السليمة للرياضيين" قدمتها الدكتورة آية النمر عبر تقنية الإتصال المرئي. جرى خلال المحاضرة التعريف بالتغذية السليمة خاصة للاعبين كرة القدم، والقواعد الأساسية للتغذية السليمة، والعلاقة بينها وبين النشاط الرياضي، وأهميتها في الحفاظ على الصحة حيث أن اختيار النظام الغذائي المتوازن والمتنوع خطوة مهمة نحو تحقيق نمط حياة صحي متوازن، وإتباع نظام غذائي صحي يساعد اللاعبين على تعزيز مناعة الجسم واللياقة بشكل عام.

أوضحت المحاضرة أيضاً ضرورة تناول الغذاء الصحي الذي يساعد و يفيد لاعبي كرة القدم لتقوية العضلات، والحفاظ على وزن صحي و زيادة نشاط و حيوية الجسم و يزوده بالطاقة، و عدت الأغذية المفيدة للجسم و المواد التي يحتاجها لنمو صحي وسليم، ويساعد لاعبي كره القدم على الأداء بشكل جيد، وتزيد النشاط الرياضي. وفي ختام المحاضرة، أجريت جلسة نقاش حول فوائد التغذية الصحية، والأغذية التي ينصح الرياضيون بتجنبها، وجرت الإجابة على إستفسارات وأسئلة الحضور.

بالتعاون مع مجلس دبي الرياضي، نادي النصر ينظم محاضرة بعنوان "السنم الإماراتي" عن بعد للاعبين وإداريين فريق ال 13 عاماً



ضمن مبادرة "غرس" للتثقيف التوعوية الرائدة التي يقدمها مجلس دبي الرياضي للأندية في إمارة دبي، نظم نادي النصر اليوم الإثنين محاضرة بعنوان "السنم الإماراتي" عن بعد للاعبين وإداريين فريق ال 13 عاماً، قدمها عبر تقنية الاتصال المرئي السيد محمد إسماعيل من الأرشيف و المكتبة الوطنية.

جرى خلال المحاضرة التأكيد على الحفاظ على الهوية الوطنية، وترسيخ قيم الولاء والانتماء، وتعزيز الشعور بالانتماء إلى الوطن، وإعداد جيل يتحلى بحب الوطن والانتماء إليه، ويدافع عن منجزاته.

كما شرح المحاضر أهمية دعم القيم الاجتماعية الإيجابية، وترسيخ أسس المواطنة الصالحة في الدولة، والإسهام في بناء مجتمع متماسك وجيل يتمتع بحب الوطن.

ركزت المحاضرة أيضاً على شرح مفهوم حب الوطن، وغرسه في نفوس الأجيال، و تنمية الشعور الوطني، و غرس واجب الوفاء والعرفان للوطن، وحماية مكتسبات الدولة و الدفاع عنها، وتعزيز روح التضامن والترابط، كما تم شرح أهمية الانتماء والولاء والهوية كأسس لوطن قوي، ومجتمع مترابط متلاحم، وإعداد جيل يتمتع بالأخلاق الحميدة و المواطنة الصالحة، وكيفية جعل الانتماء للوطن واقعاً من خلال الاعتزاز بالوطن و منجزاته، ورفع درجة المسؤولية تجاهه، والتمسك بالهوية والتراث الوطنيين، وإدراك واجبات الفرد تجاه وطنه المتمثلة في احترام القوانين، والحفاظ على المنشآت العامة، والولاء للوطن والدفاع عنه، والسعي إلى تحقيق رفعتة.

وأكد السيد محمد إسماعيل على الدور الفاعل الذي تقوم به القيادة الرشيدة في دولة الإمارات في مواجهة مخاطر العولمة، والغزو الثقافي، و الفكر من خلال تكريس مفاهيم الولاء والانتماء و الحفاظ على الهوية الوطنية، وحب الوطن و تدريس مادة السنم الإماراتي في مدارس الدولة، وإعتماد وثيقة "قيم وسلوكيات المواطن الإماراتي"، والتي تتضمن مجموعة من القيم والمثل العليا التي ينبغي أن يتحلى بها الفرد في سبيل تكوين مواطن صالح، ملتزم بحب وطنه، يدرك الحقوق والواجبات المتبادلة بين الوطن والمواطن، ومسؤولياته تجاه الأسرة والمجتمع، يعتز بوطنه ويدافع عنه، ويفتخر بعاداته و تقاليده و تراثه العريق.

نادي النصر ينظم ورشة عمل النزاهة و مكافحة المنشطات للمراحل السنوية.



ضمن متطلبات و معايير لوائح تراخيص الأندية الرياضية الإماراتية، نظم نادي النصر، وعبر تقنية الإتصال المرئي (زوم) ورشة عمل بعنوان "النزاهة و مكافحة المنشطات " للاعبين و مدربين و فرق المراحل السنوية المختلفة في النادي.

تركزت المحاضرة حول التوعية بمخاطر تعاطي المنشطات و العقاقير أخلاقياً و صحياً، و التلاعب بالنتائج والمراهقات، و العواقب التي قد تنجم عنها، إضافة إلى السلوكيات المحظورة في عالم كرة القدم، وكيفية التعامل مع الأنشطة المشبوهة رياضياً والإبلاغ عنها.

كما شددت المحاضرة على التعامل الصحيح مع وسائل الإعلام الإجتماعي، والحرص على تجنب نشر أي رسائل أو منشورات مسيئة على وسائل التواصل الإجتماعي الأمر الذي قد يعرض من ينشرها إلى عقوبات تأديبية أو غرامات في حال نشرها.