

البيانات الشخصية

lalhamdan@kfu.edu.sa	البريد الجامعي	لطيفه عبد العزيز عبد الله الحمدان	الاسم "رباعي"
١٠١٠٧٠	الرقم الوظيفي	معيدة (حاصلة على الماجستير)	المسمى الوظيفي
٠١٣٥٨٩٨٢٣١	رقم الهاتف الشبكي	٠٥٤٠٨٥٨١١٨	رقم الهاتف "الجوال"

المؤهلات العلمية

تاريخ المنح	الجهة المانحة	التخصص العام	الدرجة العلمية
-	-	-	دكتوراه
١٤٤٠/٩/٢٤ هـ	جامعة الملك فيصل	علوم التغذية	ماجستير
١٤٢٤/٤/٣٠ هـ	جامعة الملك فيصل	الاقتصاد المنزلي	بكالوريوس
-	-	-	عنوان رسالة الدكتوراه
-	-	-	التخصص الدقيق
قراءة الكتب، تطويرا لذات وحضور الدورات في مجالات مختلفة، والبحث في مجال تحليل الغذاء والتغذية وفسولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية الى جانب الاطلاع على البحوث الأخرى			مجالات الاهتمام العلمية

الخبرة الوظيفية

التدرج الوظيفي
-معيده بقسم الاقتصاد المنزلي "سابقا".
- معيده بقسم التربية البدنية " حاليا " ولازلت على رأس العمل،
-حاصلة على درجة الماجستير في علوم التغذية.
اللجان والأعمال الإدارية بالجامعة
مساعد مدير مكتب الارشاد الأكاديمي بكلية التربية للبنات - أقسام علمية سابقا (العلوم تربوي)
رئيسة لجنة النشاط الفني بكلية التربية للبنات - الأقسام العلمية سابقا (العلوم تربوي)
نائبة المسؤولة عن المبنى الملحق بكلية التربية للبنات/الأقسام العلمية سابقا (العلوم تربوي)
رئيسة لجنة النشاط البيئي بكلية التربية للبنات - الأقسام العلمية سابقا (العلوم تربوي)
عضو في لجنة المشتريات بقسم الاقتصاد المنزلي بكلية التربية للبنات /الأقسام العلمية سابقا (العلوم تربوي)

المرشدة الاكاديمية للفرقة الثانية و الثالثة و الرابعة بقسم الاقتصاد المنزلي سابقا(العلوم تربوي)
عضوة في لجنة الأنشطة الفنية بكلية التربية (العلوم تربوي سابقا)
مساعدة المشرفة على مكتب التسجيل لطالبات قسم الاقتصاد المنزلي (العلوم تربوي) بكلية (العلوم الزراعية والأغذية -و- التربية)"مدة لا تقل عن ٥ سنوات" وفيها تم تكليفي من عمداء الكليتين خلال المدة المذكورة بالاعمال التالية:
*مسؤولة عن اعداد الجداول الدراسية للطالبات بقسم الاقتصاد المنزلي "العلوم تربوي" كما تضمنت المدة والتكليف الاعمال التالية: *كتابة الاحالات والخطابات الخاصة بمشاكل التسجيل للوكيلة. * متابعة حالات الطالبات وحل مشاكلهن. * الحذف والاضافة والانسحاب " حيث امتلك يوزر خاص ". * متابعة الخريجات والرفع بأسمائهن لكل فصل دراسي. *عمل حصر فصلي وسنوي للمقررات المتبقية للطالبات بالقسم. *اعداد ومتابعة الجداول الدراسية لكل فصل دراسي. *اعداد جداول أعضاء هيئة التدريس بالقسم.
عضو في لجنة التفوق والتخرج بكلية التربية للعام الجامعي ١٤٤٠-١٤٤١ هـ
عضو في اللجنة الاكاديمية بقسم الاقتصاد المنزلي
عضو في اللجنة الثقافية بقسم الاقتصاد المنزلي
عضو في لجنة الجودة بقسم الاقتصاد المنزلي ١٤٤٠/١٤٤١ هـ
عضو في لجنة الارشاد الاكاديمي بكلية التربية ١٤٣٩/١٤٤٠ هـ، ١٤٤٠/١٤٤١ هـ
عضو في لجنة الجداول الدراسية بقسم التربية البدنية ١٤٤١/١٤٤٢ هـ
عضو في لجنة الدراسات العليا بقسم التربية البدنية ١٤٤١/١٤٤٢ هـ
خبرات العمل خارج الجامعة
لا يوجد

الدورات التدريبية

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
كيفية استخدام الاكسيل لأداء وظيفي متميز	١٨/١/١٤٣١ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية- حضوري
دورة مكثفة في اللغة الإنجليزية خاصة بالمعيدين والمحاضرين	من ١٤٣١/٤/٥ هـ الى ١٤٣١/٦/١٠ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية- حضوري
استراتيجيات النجاح	٢٨-٢٩/٥/١٤٣١ هـ	الاكاديمية العالمية لإعادة الاتزان البشري-المكتب الإقليمي بالشرق الاوسط	خارجية- حضوري
دمج مهارات التفكير في التدريس	١-٣/٦/١٤٣١ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية- حضوري
ورش عمل الجودة (فصل دراسي اول)	١٤٣١/١٤٣٢ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية- حضوري
ورش عمل الجودة (فصل دراسي ثاني)	١٤٣١/١٤٣٢ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية- حضوري

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
الطرق الإبداعية في التدريس	١٤٣٢/٢/٢٦-٢٥ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
التخطيط الاستراتيجي	١٤٣٢/٢/٢٨-٢٧ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
تهيئة المعيدين والمعيدات للابتعاث الخارجي	١٤٣٢/٤/١٠-٧ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
مهارات البحث على شبكة الانترنت وقواعد البيانات	١٤٣٢/٥/٢٢-٢١ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
التدريس المعتمد على أبحاث المخ	١٤٣٢/٦/٥-٤ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
ورش التدريس للمجموعات الصغيرة	١٤٣٣/١/٢٠-١٩ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
اعداد وتطوير الأدوات البحثية	١٤٣٣/١/٢٩-٢٨ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
البلاك بورد	١٤٣٣/٣/١٣-١٢ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
مهارات نشر البحوث	١٤٣٣/٤/٦-٥ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
استخدام نموذج مارازانو في ابعاد التعليم	١٤٣٤/١/٤-٣ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
قواعد كتابة البحث العلمي وتوثيقه وفق معايير APA	١٤٣٨/٣/١٥-١٤ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
الاندنوت لادارة وتوثيق العلمي للمراجع	١٤٣٧/٦/٢٨-٢٧ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
"كيف ابني خطة اطروحتي"	١٤٣٨/٢/٢٤ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
مهارات ادخال البيانات وترميزها ببرنامج SPSS	١٤٣٩/٣/٢-١ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
التدريس المتميز	١٤٣٩/٣/٩-٨ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
البرنامج التدريبي (مخرجات التعلم وطرق قياسها) ضمن فعاليات البرنامج الإثرائي لأعضاء هيئة التدريس	٢٠١٨/٧/٣١ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
البرنامج التدريبي (التعليم المرتكز على المشاريع) ضمن فعاليات البرنامج الإثرائي لأعضاء هيئة التدريس	٢٠١٨/٨/١ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
البرنامج التدريبي (تصميم المقررات) ضمن فعاليات البرنامج الإثرائي لأعضاء هيئة التدريس	٢٠١٨/٨/٢ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
البرنامج التدريبي (طرق التدريس المرتكزة على تقنيات التعليم الحديثة) ضمن فعاليات البرنامج الإثرائي لأعضاء هيئة التدريس	٢٠١٨/٨/٦ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
النشر العلمي في المجالات ذات معامل التأثير (الكليات العلمية)	٢٠١٨/١٠/١٩ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
ورشة تصميم الانفوجرافيك	١٤٤٠/٣/٢٦ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
محركات البحث العلمية كأداة لانجاز البحوث العالمية	٢٠١٧/٥/١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية - on line

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
إدارة المراجع البحثية باستخدام برنامج الأند نوت	٢٠١٧/٥/٨ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الاقتباس العلمي للمراجع	٢٠١٧/٥/٢٢ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات الاتصال الأكاديمي	٢٠١٧/١٠/١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات تنظيم الافكار	٢٠١٧/١٠/١٩ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات المفردات الاكاديمية-مهارات الكتابة الاكاديمية	٢٠١٧/١٠/٢٣ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الفجوة البحثية والاضافة العلمية	٢٠١٧/١١/٢ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الفصول البحثية	٢٠١٧/١١/١٢ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الاطار النظري والمفهومي	٢٠١٧/١١/١٩ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
تحليل الدراسات السابقة والادب البحثي	٢٠١٧/١١/٢٢ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
تحليل البيانات الكمية	٢٠١٧/١٢/٤ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات استخدام برنامج الورد في كتابة البحث	٢٠١٧/١٢/١٠ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات النشر في المجالات العربية والاجنبية	٢٠١٧/١٢/١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الاستعداد لمناقشة الرسالة	٢٠١٧/١٢/٢٠ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات كتابة البحث بطريقة احترافية	٢٠١٨/٢/٢٤ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
أدوات ومكونات البحث العلمي	٢٠١٨/٣/١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
اخلاقيات البحث - حقوق الملكية الفكرية	٢٠١٨/٣/٥ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
متغيرات وأسئلة البحث العلمي	٢٠١٨/٣/١٣ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
كتابة مراجع البحث العلمي	٢٠١٨/٣/١٩ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
استراتيجية عمل المسح الادبي في الأبحاث العلمية	٢٠١٨/٣/٢٠ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
مهارات تحكيم البحوث العلمية الدولية	٢٠١٨/٣/٢٠ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
كيف تكتب مشروع بحثي حسب المعايير العالمية	٢٠١٨/٤/٢ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
تطبيقات عملية على مناهج البحث العلمي	٢٠١٨/٤/١١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
كيفية استخدام الطرق الإحصائية لاستخلاص النتائج من بين الارقام	٢٠١٨/٥/١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
خطوات ومراحل تأليف الكتب	٢٠١٨/١٠/٢٩ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
الاقتباسات والسرقات العلمية	٢٠١٨/١٠/٣١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line
معايير الكتابة الاكاديمية	٢٠١٨/١١/٢١ م	المكتبة الرقمية السعودية	خارجية on line

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
أنماط الشخصية في الحياة الأسرية	١٤٣٨/٣/٢٨ هـ	معهد التنمية الأسرية العالي النسائي للتدريب	خارجية-حضورى
الحوار الأسري	١٤٣٨/٣/٢٩ هـ	معهد التنمية الأسرية العالي النسائي للتدريب	خارجية-حضورى
تطوير الذات	١٤٣٩/٧/٥ هـ	معهد التنمية الأسرية العالي النسائي للتدريب	خارجية-حضورى
فن حل المشكلات	١٤٣٩/٧/٢٥ هـ	معهد التنمية الأسرية العالي النسائي للتدريب	خارجية-حضورى
الريادة في سوق العمل	١٤٣٩/١١/٢٦ هـ	معهد التنمية الأسرية العالي النسائي للتدريب	خارجية-حضورى
انا ومعلمي والذكاء العاطفي	١٤٤٠/١/٩ هـ	مركز أفلاذ	خارجية-حضورى
اللقاء التعريفي بخدمات مركز البحوث والتطوير بشركة أرامكو السعودية	١٤٢٨/٢/٢ هـ	كلية العلوم للبنات-الدمام	خارجية-حضورى
اللقاء التعريفي لتوضيح البية العمل بمدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية وطرق التعاون معها	١٤٢٨/٢/٣ هـ	كلية العلوم للبنات-الدمام	خارجية-حضورى
الملتقى الأكاديمي الأول (الواقع والتمكين)	١٤٣٧/٨/١٩ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
أسرار الشخصية الناجحة	٢٠١٧/١٠/١٠ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
الرسوم المتحركة والدراسات البيئية وعلاقتها بالمجالات التربوية والتعليمية	٢٠١٧/١٠/١٧ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
ورشة عمل مؤشرات قياس أداء العمل في الجامعات بين الواقع والتمكين	٢٠١٧/١٠/٢٤ م	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
تصميم الانفوجرافيك	١٤٤٠/٣/٢٦ هـ	جامعة الملك فيصل	داخلية-حضورى
المهارات الإحصائية للباحث	٢٠١٩/٢/١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية	On line
معايير قبول الأبحاث للنشر العلمي	٢٠١٩/٢/١٩ م	المكتبة الرقمية السعودية	On line
أساسيات استخدام أجهزة التحليل الكروماتوغرافي في البحث العلمي التطبيقي	١٤٤٠/٥/٢٥-٢١ هـ	جامعة الملك فيصل كلية الطب البيطري بالتعاون مع الجمعية الطبية البيطرية السعودية	داخلية-حضورى
المشاريع البحثية ورؤية المملكة ٢٠٣٠	٢٠١٩/٨/٢٠ م	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية-حضورى
نظرية المتعة (Fun Theory) وتطبيقاتها في التعليم والتعلم	٢٠١٩/٨/٢١ م	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية-حضورى
عمليات التسجيل بالأطار السعودي للمؤهلات "سقف"	٢٠١٩/٨/٢٢ م	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية-حضورى
المهارات المستقبلية والتعليم باستخدام الكفايات	٢٠١٩/٨/٢٤ م	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية-حضورى

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
الملكية الفكرية وتسجيل براءة الاختراع	١٤٤٠/١٢/٢٤ هـ	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية- حضوري
تطبيق معايير الجودة "QM" في تصميم المقررات الإلكترونية (المستوى الأول)	١٤٤١/٢/٦ هـ	لجنة عمداء التعلم الإلكتروني والتعليم عن بعد في الجامعات السعودية	On line
المهارات اللازمة لحضور متميز في المؤتمرات العلمية	١٤٤١/٢/٢٠ هـ	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية حضوري
محاضرة تدريبية بعنوان "بناء الثقة بالنفس"	١٤٤١/١/٢٦ هـ	مركز مطمئنة للإرشاد الأسري	On line
رحلة في دوريات "إكسפורد على الانترنت"	٢٠١٩/١١/٣ م	المكتبة الرقمية السعودية	On line
البرنامج التدريبي "التعلم المبني على المعرفة الرقمية"	١٤٤١/٣/١٢ هـ	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية- حضوري
البرنامج التدريبي "الإعداد لمرحلة الدكتوراه"	١٤٤١/٣/١٦ - ١٤	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية- حضوري
تعريف عام للمصادر المتاحة من شركه Emerald	٢٠١٩/١١/١٣ م	المكتبة الرقمية السعودية	On line
البرنامج التدريبي "فن التعامل مع متعلم القرن الواحد والعشرين"	١٤٤١/٣/٢٩ هـ	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية- حضوري
البايلشير لتصميم الملصقات والمنشورات التعليمية	١٤٤١/٧/٨ هـ ١٤٤١/٧/٩ هـ	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية- حضوري
استخدام بلاكبودر- عام (لغة عربية)*	٢٠٢٠/٣/١١ هـ ١٤٤١/٧/١٦ هـ	جامعة الملك فيصل - عمادة التطوير وضمان الجودة وحدة التمكين التعليمي	داخلية (قاعة القبة-فترة ثانية)
Scopus	٢٠٢٠/٣/٤	المكتبة الرقمية السعودية	On line
المهارات العملية لأوعية النشر المعتمدة ISI, Scopus	٢٠٢٠/٣/١٧	المكتبة الرقمية السعودية	On line
خمسون نصيحة لكتابة ونشر الأبحاث العلمية	٢٠٢٠/٤/٥	المكتبة الرقمية السعودية	On line
النشر العلمي في المجالات المصنفة للتخصصات الإنسانية والاجتماعية	٢٠٢٠/٤/٧	المكتبة الرقمية السعودية	On line
مبادرة أنت ريادي ورشة عمل التخطيط الاستراتيجي	١٤٤١/٩/٤ هـ	خليج الاعمال- نطاق الاعمال- الاستشارات الادارية	On line
إدارة فرق العمل عن بعد	١٤٤١/١١/٢٢ هـ	منصة دروب - صندوق تنمية الموارد البشرية	On line
التغذية والنحافة	١٤٤١/٨/٦ هـ	جمعية السكري السعودية الخيرية	On line
مهارات التواصل الاجتماعي	١٤٤١/٩/١٥ هـ	مركز مطمئنة للإرشاد الأسري	On line
اللقاء التربوي-كيف أقوي شخصية طفلي؟	١٤٤١/١١/١٣ هـ	وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية- جمعية البر الخيرية بالعرقين	On line

اسم الدورة التدريبية	تاريخها	جهة التدريب	داخلية / خارجية
اللقاء التربوي - خطوات عملية لأسرة متزنة	١٤٤١/١١/٢٠ هـ	وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية-جمعية البر الخيرية بالعرقين	On line
الكيوتوايت	١٤٤١/١٢/١٩ هـ	جامعة الملك عبدالعزيز-كلية الطب-وحدة خدمة المجتمع	On line
كرسي القيادة المتحركة	١٤٤١/١٢/٨ هـ	فريق بصمة ابداع المدينة بالتعاون مع مبادرة بصمة حج	On line
الرواية السعودية بين التقليد والتقليد	١٤٤١/١٢/٥ هـ	مركز عبدالرحمن السديري الثقافي	On line
التخطيط المالي الشخصي	٢٠٢٠/٨/٣	جمعية مركز الاحياء-مكة المكرمة-مركز حي العوالي	On line
مهارات الالقاء والتحدث للمدرب خالد الحربي	٢٠٢٠/٨/٤	مبادرة منصة استثمر وقتك	On line
قوانين الاقناع والتأثير	١٤٤١/١٢/١٩ هـ	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	On line
خسارة الوزن الصحية	٢٠٢٠/٨/٤	مركز الملك سلمان الاجتماعي	On line
الاقناع والتأثير باستخدام لغة الجسد	٢٠٢٠/٨/٦	مبادرة منصة استثمر وقتك	On line
الذكاء الاصطناعي للمهندس عبدالله الحاسري	٢٠٢٠/٨/١٠	وزارة الصحة-إدارة الشؤون الاكاديمية والتدريب بصحة الطائف بالتعاون مع الفريق التطوعي I.C.E	On line
الكتب والروائيين	٢٠٢٠/٨/١٠	مبادرات HEIGHTS	On line
مهارات من قوئل أساسيات التسويق على الانترنت	٢٠٢٠/٨/٢٣	انجاز السعودية-انجاز العرب	On line
الامن السيبراني تطبيقات عملية	١٤٤١/١٢/٦ هـ	مركز حي المسفلة-جمعية مراكز الاحياء بمكة المكرمة	On line
خفايا برنامج البوربوينت	٢٠٢٠/٨/١٤	مبادرة منصة استثمر وقتك	On line
مهارات متقدمة في الذكاء الاجتماعي	٢٠٢٠/٨/٢٥ م (٥ ساعات)	أساس المتميز-المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	On line
ضمن البرنامج الاثرائي الثالث مساهمة عضو هيئة التدريس في تحقيق تطلعات هوية الجامعة المؤسسية	٢٠٢٠/٨/١٨	جامعة الملك فيصل-عمادة التطوير وضمان الجودة	داخلية
تطبيقات حياتية باستخدام مهارات التفكير	٢٠٢٠/٥/٥ م	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	On line
كيف تصنعين حميتك الغذائية	١٤٤٢/١/٢١ هـ	الهيئة الملكية للجيبيل وينبع-ادارة الخدمات الاجتماعية بالجيبيل	On line
الاسعافات الاولية	٢٠٢٠/٩/١٥ م	منصة ومضات	On line
التغذية والنحافة	٢٠٢٠/٨/٦ م	جمعية السكري السعودية الخيرية	On line
مقدمة في الامن السيبراني	١٤٤٢/١٢ هـ	كلية الحاسب الآلي وتقنية المعلومات-جامعة شقراء	On line
تدريب المدربين	١٤٤٢/٢/٢٨ هـ (٦ أيام)	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	On line

داخلية / خارجية	جهة التدريب	تاريخها	اسم الدورة التدريبية
On line	جامعة الملك فيصل - التطوير ووضمان الجودة	٢٠٢٠/١٠/١٢ م	تقنيات تفعيل التدريس المعلمي (المخبري)
On line	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	١٤٤٢/٣/٣ هـ (٣ أيام)	تصميم الحقائب التدريبية
On line	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	١٤٤٢/٣/٨ هـ (يومان)	مهارات التعليم والتدريب عن بعد
On line	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	١٤٤٢/١١/١٠ هـ (يومان)	اعداد التمارين والأنشطة الالكترونية
On line	مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني	١٤٤٢/١/٢٦ هـ	التنمر الالكتروني
On line	لجنة عمداء التعلم الالكتروني والتعليم عن بعد في الجامعات السعودية - وزارة التعليم	١٤٤٢/٣/٧ هـ	التوظيف الأمثل لأدوات التقييم في نظام إدارة التعلم الإلكتروني بلاك بوردر "٣ ساعات"
On line	بنك التنمية الاجتماعية	١٤٤٢/١/١٤ هـ	العمل الحر ابدأ مشروعك
On line	جمعية التنمية الاجتماعية بشرف نجران	٢٠٢٠/٩/١٥ م	الشخصية القيادية
On line	معهد أكاديميون الدولي للتدريب	٢٠٢٠/٩/٢٢ م	العادات السبع للأشخاص ذوي الفعالية العالية
On line	دروب- هدف صندوق تنمية الموارد البشرية	14-11-2020	الاعداد لاختبار اللغة الإنجليزية ILETS
On line	مبادرة منصة استثمر وقتك	٢٠٢٠-١١-٣-٢ م	كيف تتمرن على مهارات الايليتس الاساسية
On line	جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/٣/١٧ هـ	ملتقى مكافحة الفساد الافتراضي
On line	معهد أكاديميون الدولي للتدريب		استراتيجيات التعليم الالكتروني
On line	جامعة العين	٢٠٢٠/١١/١٤	الاستبانات الالكترونية
On line	عمادة التطوير ووضمان الجودة جامعة الملك فيصل	٢٠٢٠/١١/١٦ هـ ١٤٤٢/٤/١ هـ	ريادة الاعمال والابتكار واحتياجات الصناعة الوطنية من البحث والتطوير. المهندس: سليمان خالد المزروع /د.فاتن ضاوي المحناء
On line	جامعة الملك خالد	٢٠٢٠/١١/٢١ م	إنشاء الاختبارات الالكترونية وبنك الأسئلة
On line	قسم التربية البدنية- جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/٤/٣ هـ	مهارات التفكير الإبداعي في حل المشكلات
on line	كلية التربية- جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/٤/٣ هـ	ملتقى كلية التربية: التعليم السعودي حاضر مشرف..انجازات وطموحات
On line	مركز الابتكار وريادة الأعمال - جامعة الملك فيصل	٢٢/نوفمبر/٢٠٢٠ م	توليد الأفكار الريادية وتقييمها أ.هشام الجبر
On line	نادي الحاسب الالي	٢٠٢٠/٩/١٦ م	توظيف المستحدثات التكنولوجية في العملية التعليمية
ON LINE	كلية التربية - جامعة الملك خالد	١٤٤٢/٤/٩ هـ	المدرسة الالكترونية

داخلية / خارجية	جهة التدريب	تاريخها	اسم الدورة التدريبية
ON LINE	قسم التربية البدنية- كلية التربية- جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/٤/١٠ هـ	إدارة الوقت
ON LINE	وحدة الخدمات الإرشادية بالخبر - مكتب التعليم بالخبر-وزارة التعليم	١٤٤٢/٤/٩ هـ	مهارات في التعامل مع أطفال بطء التعلم
On line	برنامج اللغة الإنجليزية التابع لعمادة السنة التحضيرية - جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/١٤٤١ هـ	My Time English
On line	معهد اعداد القادة	٢٠٢٠/١١/٢٩ م	تغذية الرياضيين
On line	Heights Podium	٢٠٢٠/١١/٢٩ م	الموشن جرافيك وصناعة التأثيرات السينمائية
On line	وزارة التعليم -الجامعة العربية المفتوحة-نادي الامن السيبراني والذكاء الاصطناعي -الاتحاد السعودي للامن السيبراني والبرمجية والدرونز.	٢٠٢٠/١١/٣٠ م	الأمن السيبراني والجرائم المعلوماتية
On line	منصة دوراتي ومدرستي	٢٠٢٠/١١/٣٠ م	دورة مايكروسوفت one note و Microsoft sway
On line	منصة دوراتي ومدرستي	٢٠٢٠/١١/٢٢ م	تصميم ملف الإنجاز باستخدام Microsoft sway
On line	أمانة لجنة مسؤولي التعليم الالكتروني بجامعةات ومؤسسات التعليم العالي بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية - مركز التعليم الالكتروني- جامعة الكويت.	٣٠/نوفمبر/٢٠٢٠ م ١٤٤٢/٤/١٥ هـ	ورشة برنامج استخدام one note للتعليم عن بعد
On line	منصة استثمر وقتك	١٤٤٢/٤/١٦ هـ	مونتاج الفيديو باستخدام Adobe Premiere
On line	جامعة الملك فيصل	١٤٤٢/٤/١٦ هـ	ورشة عمل قياس الكفاءة التشغيلية في التعليم الجامعي في ظل جائحة كورونا وسبل تعزيزها
On line	أمانة لجنة مسؤولي التعليم الالكتروني بجامعةات ومؤسسات التعليم العالي بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية - مركز التعليم الالكتروني- جامعة الكويت.	٧/ديسمبر/٢٠٢٠ م	ورشة استخدام الخرائط الذهنية للتعليم عن بعد
On line	مبادرة الاعلام الريادي -الهيئة العامة للمنشآت الصغيرة والمتوسطة	١٢/ديسمبر/٢٠٢٠ م	تخطيط الفعاليات والمؤتمرات
On line	Technoperf	١١/ديسمبر/٢٠٢٠ م	تطبيقات النانو تكنولوجي والذكاء الاصطناعي في فسيولوجيا الرياضة
On line	جمعية التنمية الاسرية بتبوك	١٤٤٢/٤/٢٩ هـ	الوعي الغذائي

اسم المبادرة	هدفها	فردية / مشتركة	حالة التنفيذ
دورة في تحسين الخط العربي لمدة أسبوع بكلية التربية الأقسام العلمية "العلوم تربوي"	تحسين خطوط الطالبات	فردية	تم التنفيذ
المشاركة في معرض زهور تفتتح "كلية التربية للبنات الأقسام العلمية - قسم الاقتصاد المنزلي (العلوم تربوي)	يهدف الى التعريف بأساسيات الفنون من رسم وخط عربي والاشغال اليدوية	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة في المعرض الثقافي بكلية التربية للبنات الأقسام العلمية سابقا (العلوم تربوي)	الاثراء المعرفي	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة في برنامج بعنوان "نحو بيئة جامعية نظيفة وأمنه" بكلية التربية - جامعة الملك فيصل	استغلال خامات البيئة بما يعود على المصلحة العامة	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة في معرض بعنوان "ساعات في رحاب الاقتصاد المنزلي" ٢٠١٧ م	التعريف بكل ما يخص مسار الغذاء والتغذية بقسم الاقتصاد المنزلي	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة في معرض بعنوان "صحتك تسوى الدنيا" بقسم الاقتصاد المنزلي بكلية التربية	زيادة الوعي حول الممارسات الغذائية لفتات المجتمع المختلفة	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة في معرض بعنوان "صحتك في لياقتك وغذاؤك" بقسم الاقتصاد المنزلي بكلية التربية ٢٠١٨ م	كيفية تحقيق التغذية السليمة والصحية والموازنة بينها وبين النشاط البدني لتكوين نمط حياة صحي	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة ضمن فعاليات الجودة (معنا نحقق الجودة) ١٤٣٩/١٤٤٠ هـ بركنين: ١- قسم الاقتصاد المنزلي ٢- الارشاد الاكاديمي	١-تحقيق معايير الجودة بالقسم ٢-تحقيق معايير الجودة في الارشاد الاكاديمي على مستوى كلية التربية	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة ببيوستر علمي لبحث الماجستير في معرض هيئة الغذاء والدواء "الرياض" أ.د. سحر كامل، أ.د. هالة العتيبي ومح. لطيفة الحمدان الأحد ١٤٤١/١/٣٠ هـ	التعريف بمنتج بحثي لرسالة ماجستير	مشتركة	تم التنفيذ
المشاركة ببيوستر علمي لبحث بعنوان "Dried Etrog peel as a functional ingredient top fortify biscuits and reduce body weight and blood lipids" في معرض كلية العلوم الزراعية والأغذية أ.د. سحر كامل، أ.د. هالة العتيبي ومح. لطيفة الحمدان /الأحد: ١٤٤١/٢/٢١ هـ	التعريف بمنتج بحثي لرسالة ماجستير	مشتركة	تم التنفيذ
عرض بوربوينت بعنوان إرشادات عامة وغذائية لاختبارات اكايمية ناجحة في ظل ازمة كورونا	توجيهات تهم الطالبة في فترة الاختبارات لتعزيز النتاج العلمي	فردية بالتعاون مع لجنة الارشاد الاكاديمي	تم التنفيذ

خدمة المجتمع

الأبحاث والنشر

البحث الأول تحت النشر

المؤتمرات والندوات العلمية

اسم المؤتمر	الجهة المنظمة	نوع المشاركة

العضويات في الهيئات والجمعيات العلمية المهنية

اسم الهيئة / الجمعية	مكان الهيئة / الجمعية	تاريخ العضوية
عضو في الجمعية السعودية للغذاء والتغذية	الرياض	تاريخ البدء ٢٠١٨/٧/١١ م

المهارات اللغوية

اللغة الإنجليزية				اللغة العربية				-
ممتاز	جيد جداً	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد جداً	جيد	ضعيف	تحدثاً
	*			*				
ممتاز	جيد جداً	جيد	ضعيف	ممتاز	جيد جداً	جيد	ضعيف	كتابةً
	*			*				

الجوائز

تاريخها	الجهة المانحة	الجائزة

المهارات والاهتمامات الخاصة

الاهتمامات	المهارات
قراءة الكتب المختارة	الرسم والاشغال الفنية
الاطلاع على البحوث الحديثة في مجالات عديدة كالتغذية، وتحليل الاغذية، الرياضة وفسولوجيا الجهد البدني واللياقة البدنية.	التدريب على الخط العربي
تطوير اللغة الانجليزية	تطوير الذات في استخدام برامج الحاسب الالي
	حضور دورات لتطوير الذات