



## السيرة الذاتية

### البيانات الشخصية

الاسم	هبة إبراهيم إبراهيم غمري
الرتبة الأكاديمية	أستاذ مساعد (مدرس)
التخصص العام	الاقتصاد المنزلي (التغذية وعلوم الأطعمة)
التخصص الدقيق	تغذية انسان
مكان العمل الحالي	كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- أبها - المملكة العربية السعودية
تاريخ الميلاد	١٩٧٦/٥/١٥ م
رقم الجوال	٠٠٩٦٦٥٥٧٧٤٧٥٤٦
الجنسية	مصرية
البريد الإلكتروني	heba_ghamry@hotmail.com

### المؤهلات والتدرج العلمي

#### رسالة (الدكتوراه)

جامعة	المنوفية
كلية	الاقتصاد المنزلي
قسم	التغذية وعلوم الأطعمة
دكتوراه	الفلسفة في الاقتصاد المنزلي تخصص التغذية وعلوم الأطعمة
عنوان الرسالة	"تأثير اللاكتوفيرين واللاكتوبيروكسيداز على الفئران المصابة بالسكر" Effect of lactoferrin and lactoperoxidase on diabetic rats
سنة الحصول على الدرجة	٢٠١٢ م

#### رسالة (الماجستير)

جامعة	المنوفية
كلية	الاقتصاد المنزلي
قسم	التغذية وعلوم الأطعمة
ماجستير	الاقتصاد المنزلي تخصص التغذية وعلوم الأطعمة
عنوان الرسالة	"تأثير المعاملات المختلفة لبذور الحبة على مستوى جلوكوز الدم في الفئران المصابة بالسكر" "The effect of different treatments of fenugreek seeds on blood glucose level in diabetic rats"
سنة الحصول على الدرجة	٢٠٠٤ م

#### دبلوم دراسات عليا

جامعة	المنوفية
كلية	الاقتصاد المنزلي
دبلوم	تغذية المستشفيات والمؤسسات
التقدير	جيد جدا
سنة الحصول عليها	١٩٩٩ م

#### البكالوريوس

جامعة	الأزهر
كلية	الاقتصاد المنزلي
قسم	التغذية وعلوم الأطعمة
بكالوريوس	التغذية وعلوم الأطعمة

التقدير	امتياز مع مرتبة الشرف
سنة الحصول عليها	١٩٩٨ م

### التدرج الوظيفي

أستاذ مساعد (مدرس) التغذية – قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي بأبها- جامعة الملك خالد ٢٠١٣-٢٠١٩ م
محاضر بقسم الاقتصاد المنزلي-كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد- المملكة العربية السعودية ٢٠٠٦-٢٠١٢ م
أخصائية تغذية علاجية – قسم التغذية- مستشفى أبو الريش الأطفال الجامعي – جامعة القاهرة ٢٠٠٢-٢٠٠٦ م
أخصائية تغذية - مركز البحوث الزراعية - معهد تكنولوجيا الأغذية ٢٠٠٣-٢٠٠٥ م
أخصائية تغذية علاجية – قسم التغذية- مستشفى دار الفواد- ٦ أكتوبر ٢٠٠٤-٢٠٠٦ م
أخصائية تغذية علاجية – قسم التغذية- مستشفى القصر العيني الفرنسي – جامعة القاهرة ٢٠٠١-٢٠٠٢ م

### الخبرات التدريسية

المقرر	المستوى	القسم	الكلية	الجامعة
تغذية فنات حساسة	الرابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
تحليل وتقييم الوجبات	السابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
تربية غذائية	السادس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
تغذية علاجية	الثامن	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
علوم الأطعمة	الأول	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
أسس إعداد الأطعمة	الثاني	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
وجبات مناسبات	الخامس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
أسس إعداد العجائن	الرابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
حفظ أغذية	الرابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
صناعات غذائية أولية	الخامس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
ثقافة صحية	السادس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
تثقيف غذائي	السادس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
الاسعافات الأولية	السابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
مناهج البحث العلمي	السابع	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
أشغال النسيج	الثامن	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
دور الحضانات ورياض الأطفال	الثامن	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
مشروع بحث	الثامن	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
علاقات أسرية وإنسانية	الثامن	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
وسائل الإعلام والتربية الأسرية	الخامس	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد
صحة بينية	الثالث	التغذية وعلوم الأطعمة	الاقتصاد المنزلي	الملك خالد

المك خالد	التربية	الاقتصاد المنزلي	السادس	نظريات اللون والإضاءة
المك خالد	التربية	الاقتصاد المنزلي	السابع	إدارة سكن
المك خالد	التربية	الاقتصاد المنزلي	الثاني	أدوات وأجهزة منزلية
المك خالد	التربية	الاقتصاد المنزلي	الرابع	اقتصاديات الأسرة
المك خالد	التربية	الاقتصاد المنزلي	الثامن	التربية الميدانية

### الخبرات والمناصب القيادية

وكيلة كلية الادارة والاقتصاد المنزلي للتطوير الأكاديمي والجودة - جامعة الملك خالد - من عام ١٤٣٦ حتى عام ١٤٣٨ هـ  
رئيسة اللجنة العلمية للخطط - اللجنة الدائمة للخطط والمناهج الدراسية لجامعة الملك خالد - من عام ١٤٣٨ حتى عام ١٤٤٠ هـ

مدرب معتمد للاطار الوطني السعودي للمؤهلات (سقف) - هيئة تقويم التعليم عام ١٤٣٩-١٤٤٠ هـ

منسقة البحث العلمي - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨-١٤٣٩ هـ

رئيسة وحدة التطوير الأكاديمي والجودة - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي بأبها - جامعة الملك خالد من عام ١٤٣٤ حتى عام ١٤٣٧ هـ

منسقة الموقع الالكتروني لكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد - من عام ١٤٣٤ حتى عام ١٤٣٧ هـ

### البحوث المنشورة

The diet quality of university female young adults in Makkah, Saudi Arabia using Diet Quality Index, 6th International Scientific Conference, Faculty of Specific Education, Tanta University, "Qualitative Studies and their Impact on the Promotion of Tourism for the Development of the National Economy" 6-9 March 2019

Potential therapeutic effects of pomegranate peel on carbon tetrachloride induced liver injury in rat, 6th International Scientific Conference, Faculty of Specific Education, Tanta University, "Qualitative Studies and their Impact on the Promotion of Tourism for the Development of the National Economy" 6-9 March 2019

Stevia (Stevia rebaudiana) leaves: chemical composition, bioactive compounds, antioxidant activities, antihyperglycemic and antiatherogenic effects, the Third Conference (Second International), Faculty of Specific Education - Zagazig University (Qualitative Studies in Arab Societies (Reality and Hope) 2-3 March 2019

Benzo(a)pyrene induces liver disorders in rats: possible protective effects of potato (Solanum tuberosum) peel powder, the Third Conference (Second International), Faculty of Specific Education - Zagazig University (Qualitative Studies in Arab Societies (Reality and Hope) 2-3 March 2019

Effects of Feed on Roselle (Hibiscus sabdariffa L.) seed oil on lipid Profiles of hypercholesterolemic rats, Sixth Scientific Conference (Fourth International), Faculty of Specific Education - Ain Shams University (Future of Qualitative Education and Special Needs in light of the Quality Concept) 24 - 27 February 2019

Improvement of rheological properties, bioactive compounds content and antioxidant activity in soft dough biscuits with the incorporation of prickly pear peels powder, First International Conference, Faculty of Specific Education - Minia University (Qualitative Education, Innovation and Labor Market), 16-17 July 2018

Potential Chemoprevention of Liver Disorders by Dietary Curcumin in Rats Treated with Benzo(a)pyrene, First International Conference, Faculty of Specific Education - Minia University

(Qualitative Education, Innovation and Labor Market), 16-17 July 2018

Nutritional Evaluation of Roselle Seeds Oil and production of mayonnaise, International Journal of Food Science and Nutrition Engineering, 2017; 7(2): 32-37

Study the Physico-Chemical Properties and Antihyperlipidemic Activities of Garden Cress Seed Oil, J Am Sci 2014; 10(12): (ISSN: 1545-1003). <http://www.jofamericanscience.org>.42

Chemical, Nutritional and Biochemical Studies of Garden Cress Protein Isolate, Nature and Science 2013;11(2)

Effect of Green and Degree of Roasted Arabic Coffee on Hyperlipidemia and Antioxidant Status in Diabetic Rats, Advance Journal of Food Science and Technology 5(5): 619-626, 2013

Synergistic Chemo-preventive effect of lactoferrin and resveratrol on CCl4-induced hepatocellular carcinoma in Syrian hamsters, The 16th Arab International Conference on Home Economics - Menoufia University, 2013

### المؤتمرات العلمية والندوات

المشاركة في فعاليات المؤتمر العلمي الدولي السادس ، كلية التربية النوعية – جامعة طنطا "الدراسات النوعية وأثرها في تنشيط السياحة لتنمية الاقتصاد القومي" ببحث مشترك بعنوان " جودة نظام غذائي للنباتات الجامعيات في منطقة مكة المكرمة ، المملكة العربية السعودية باستخدام مؤشر جودة النظام الغذائي " والمنعقد في الفترة من ٦ - ٩ مارس ٢٠١٩م	١
المشاركة في فعاليات المؤتمر العلمي الدولي السادس ، كلية التربية النوعية – جامعة طنطا "الدراسات النوعية وأثرها في تنشيط السياحة لتنمية الاقتصاد القومي" ببحث فردي بعنوان " التأثيرات العلاجية المحتملة لقشر الرمان على رباعي كلوريد كربون الكبد المستحث في الفئران " والمنعقد في الفترة من ٦ - ٩ مارس ٢٠١٩م	٢
المشاركة في فعاليات المؤتمر الثالث (الدولي الثاني)- كلية التربية النوعية - جامعة الزقازيق (الدراسات النوعية في المجتمعات العربية "الواقع والمأمول") ببحث مشترك بعنوان "أوراق الإستيفيا (Stevia rebaudiana): التركيب الكيميائي، المركبات النشطة حيويًا، الأنشطة المضادة للأكسدة، التأثيرات المضادة لإرتفاع سكر الدم وتصلب الشرايين" والمنعقد في الفترة من ٢ - ٣ مارس ٢٠١٩م	٣
المشاركة في فعاليات المؤتمر الثالث (الدولي الثاني)- كلية التربية النوعية - جامعة الزقازيق (الدراسات النوعية في المجتمعات العربية "الواقع والمأمول") ببحث مشترك بعنوان "البنزوبيرين يحث إعتلالات بالكبد في الفئران: التأثيرات الوقائية المحتملة لمسحوق قشر البطاطس (Solanum tuberosum)" والمنعقد في الفترة من ٢ - ٣ مارس ٢٠١٩م	٤
المشاركة في فعاليات المؤتمر العلمي السادس (الدولي الرابع) - كلية التربية النوعية – جامعة عين شمس (مستقبل التعليم النوعي وذوى الاحتياجات الخاصة فى ضوء مفهوم الجودة) ببحث مشترك بعنوان "تأثير التغذية على زيت بذور الكركديه (Hibiscus sabdariffaL.) على دهون الفئران المصابة بارتفاع الكوليسترول" والمنعقد في الفترة من ٢٤ - ٢٧ فبراير ٢٠١٩م	٥
المشاركة في فعاليات ملتقى دور المرأة في القيادة الإدارية النسائية بجامعة حائل ، بورقة علمية "التحديات التي تواجه القيادات النسائية في تحقيق رؤية 2030 ومواجهتها" ٢٠١٩م	٦
المشاركة في فعاليات المؤتمر الدولي الأول - كلية التربية النوعية – جامعة المنيا (التعليم النوعي . . الابتكارية وسوق العمل) ببحث مشترك بعنوان "الوقاية الكيميائية المحتملة من اضطرابات الكبد بواسطة الكركمين الغذائي في الفئران المعاملة بالبنزوبيرين" والمنعقد في الفترة من ١٦-١٧ يوليو ٢٠١٨م	٧
المشاركة في فعاليات المؤتمر الدولي الاول - كلية التربية النوعية – جامعة المنيا (التعليم النوعي.الابتكارية وسوق العمل) ببحث مشترك بعنوان "تحسين الخصائص الريولوجية ومحتوى المركبات النشطة حيويًا والنشاط المضاد للأكسدة لعجين البسكويت بإضافة مسحوق قشور التين الشوكي" والمنعقد في الفترة من ١٦-١٧ يوليو ٢٠١٨م	٨
المشاركة في فعاليات "يوم البحث العلمي بتهامة" - جامعة الملك خالد، بملصق علمي بعنوان " التقييم الغذائي لزيت بذور الكركديه انتاج المايونيز " ، والمنعقد في الفترة من ٢٨ - ٢٩ مارس ٢٠١٨م	٩
المشاركة في فعاليات مؤتمر مبادرات البحث والتطوير – عمادة البحث العلمي - جامعة الملك خالد، بالحضور – والمنعقد في الفترة من ٢٧-٢٨ مارس ٢٠١٩م	١٠

١١	المشاركة في فعاليات "يوم البحث العلمي الرابع عشر"- عمادة البحث العلمي - جامعة الملك خالد، بتحكيم الأبحاث والمنعقد في عام ٢٠١٩ م
١٢	المشاركة في فعاليات المؤتمر الدولي الثالث الاعلام والأزمات: الأبعاد والاستراتيجيات - كلية العلوم الانسانية - جامعة الملك خالد، بالحضور - والمنعقد في الفترة من ٢٠-٢١ مارس ٢٠١٩ م
١٣	المشاركة في فعاليات ملتقى الأمن الفكري الأول (المواطنة الرقمية) - جامعة الملك خالد، بالحضور- والمنعقد في الفترة من ١٥-١٦/٥/١٤٤٠هـ
١٤	المشاركة في فعاليات ملتقى العمل التطوعي (عطاء)- جامعة الملك خالد، بالحضور- والمنعقد في الفترة من ١-٢/٦/١٤٤٠هـ
١٥	المشاركة في فعاليات "يوم البحث العلمي الثالث عشر"- جامعة الملك خالد، بتحكيم الأبحاث والتنظيم والتنسيق والحضور والمنعقد في عام ٢٠١٨ م
١٦	المشاركة في فعاليات المؤتمر الدولي الأول " المعلم وعصر المعرفة : الفرص والتحديات " - كلية التربية - جامعة الملك خالد، بالحضور - والمنعقد في الفترة من ٢٩-٣٠ نوفمبر ٢٠١٦ م
١٧	المشاركة في فعاليات المؤتمر الخامس للجمعية المصرية للتغذية (EASHTN) "تغذية مرضى الجهاز الهضمي"، بالحضور - مصر - ٢٠١٦ م
١٨	المشاركة في فعاليات "المؤتمر السعودي السادس للغذاء والتغذية" - جدة - جامعة الملك سعود، بالحضور ، والمنعقد في الفترة من ١٧-١٩ نوفمبر ٢٠١٥ م
١٩	المشاركة في فعاليات ملتقى النشاط الخيري النسائي بمنطقة عسير- المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات، بالحضور- ٢٠١٥ م
٢٠	المشاركة في فعاليات "المؤتمر العلمي الخامس لطلاب وطالبات التعليم العالي"- وزارة التعليم العالي - الرياض- بتحكيم الأبحاث والملصقات والحضور ، والمنعقد في عام ٢٠١٤ م
٢١	المشاركة في فعاليات "يوم البحث العلمي الثاني عشر"- جامعة الملك خالد، بالحضور - عام ٢٠١٤ م
٢٢	المشاركة في فعاليات مؤتمر "المعلم العصري في ظل ضمان جودة التعليم ... رؤي وأفاق مستقبلية" بالحضور - كلية التربية النوعية - جامعة المنوفية - ٢٠١٣ م
٢٣	المشاركة في فعاليات المؤتمر الدولي الأول للنشر العلمي ، بالحضور - جامعة الملك خالد - ٢٠١٤ م
٢٤	المشاركة في فعاليات ندوة "المستجدات في التغذية العلاجية لمرضى السكري" ، بالحضور - معهد التغذية- ٢٠١٢ م
٢٥	المشاركة في فعاليات ندوة "الجودة والبيئة"، بالحضور - المعهد القومي للتغذية - وزارة الصحة - مصر- ٢٠١١ م
٢٦	المشاركة في فعاليات ندوة "تغذية المرأة في المراحل السنوية المختلفة" ، بالحضور - المعهد القومي للتغذية - مصر ٢٠٠٣ م
<b>المشاركة في اللجان العلمية والإدارية</b>	
١	عضو لجنة الدعم والمتابعة للجودة - قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٩هـ - ١٤٤٠هـ
٢	عضو لجنة تعيين المعيدات بقسم التغذية (الاعادة) - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٩هـ - ١٤٤٠هـ
٣	عضو لجنة الخطط والمناهج الدراسية للكلية - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- من عام ١٤٣٥ حتى عام ١٤٤٠هـ
٤	رئيسة لجنة خدمة المجتمع - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٩هـ - ١٤٤٠هـ
٥	مراجع للاطار الوطني السعودي للموهلات (سقف) - هيئة تقويم التعليم - عام ١٤٣٩هـ - ١٤٤٠هـ
٦	عضو لجنة سير الاختبارات - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٩هـ - ١٤٤٠هـ
٧	مرشدة أكاديمية بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الملك خالد من عام ١٤٣٣ حتى عام ١٤٤٠هـ
٨	عضو لجنة أنشطة قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨-١٤٣٩هـ
٩	عضو لجنة الجداول بقسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨-١٤٣٩هـ

١٠	عضو لجنة المبتعثات بقسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨- ١٤٣٩ هـ
١١	عضو لجنة المتفوقات - وحدة الارشاد الطلابي - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨-١٤٣٩ هـ
١٢	عضو لجنة الدراسات العليا - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد العام الجامعي- عام ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ
١٣	عضو لجنة الجوائز للكلية - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ
١٤	رئيسة لجنة تطوير وتقييم الاختبارات للكلية - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ
١٥	رئيسة اللجنة الرئيسية للتطوير والجودة للكلية- كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ
١٦	عضو لجنة الاعتماد الأكاديمي لبرنامج ادارة أعمال - كلية العلوم الادارية والمالية - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٦-١٤٣٧ هـ
١٧	رئيسة كمنترول المستوى الخامس والسابع - قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٦-١٤٣٧ هـ
١٨	عضو لجنة اعداد الخطة الاستراتيجية لعمادة التطوير الأكاديمي والجودة - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٥-١٤٣٦ هـ
١٩	عضو لجنة تقييم الاختبارات العملية لمقررات التغذية بكلية الاقتصاد المنزلي بأبها - جامعة الملك خالد - من العام الجامعي من عام ١٤٣٣ عضو لجنة المبتعثات بقسم الاقتصاد المنزلي - كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٨- حتى عام ١٤٤٠ هـ
٢٠	رئيسة كمنترول المستوى الخامس والسادس والسابع - قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٥ هـ
٢١	عضو كمنترول المستوى السابع - قسم الاقتصاد المنزلي - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٥ هـ
٢٢	عضو لجنة المراجعة الداخلية - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٥-١٤٣٦ هـ
٢٣	عضو لجنة خدمة المجتمع - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد من عام ١٤٣٤ حتى عام ١٤٣٧ هـ
٢٤	عضو لجنة الاستبيانات - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد من عام ١٤٣٤ حتى عام ١٤٣٦ هـ
٢٥	رئيسة لجنة نشر ثقافة الجودة - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٥ هـ
٢٦	عضو في لجنة اعداد مقاييس التقويم الذاتي والدراسة الذاتية لبرنامج الاقتصاد المنزلي وادارة الأعمال من عام ١٤٣٣ حتى عام ١٤٣٧ هـ
٢٧	عضو في لجنة اعداد الخطة التطويرية لبرامج الاقتصاد المنزلي وادارة الأعمال وكلية الادارة والاقتصاد المنزلي من عام ١٤٣٥ حتى عام ١٤٣٨ هـ
٢٨	عضو لجنة التخطيط الاستراتيجي- كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٦ هـ
٢٩	منسقة لجنة النشاط اللامنهجي- كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ
٣٠	عضو لجنة الأعدار الطبية للطالبات-كلية الادارة والاقتصاد المنزلي أبها عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ
٣١	عضو مجلس قسم الاقتصاد المنزلي- كلية الادارة والاقتصاد المنزلي من عام ١٤٣٣ حتى عام ١٤٤٠ هـ
٣٢	عضو كمنترول المستوى الرابع والسادس - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ
٣٣	عضو معيار التوظيف ومعيار التعليم والتعلم (وحدة التطوير والجودة) - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ

٣٤	عضو كمترول قسم الفيزياء وقسم الاقمتاد المنزلي - كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٣٢هـ-١٤٣٣هـ
٣٥	عضو لجنة رصد نتائج الطالبات على شبكة الكمبيوتر - كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٢٦هـ-١٤٣٢هـ
٣٦	عضو كمترول الفرقة الرابعة قسمي الكيمياء والفيزياء - كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد من عام ١٤٢٦هـ حتى عام ١٤٣١هـ
٣٧	الاشتراك في أعمال لجان المراقبة لأعمال الامتحانات - كلية التربية وكلية الاقمتاد المنزلي - جامعة الملك خالد من عام ١٤٢٦هـ حتى عام ١٤٤٠هـ
٣٨	الاشتراك في لجنة المقابلات الخاصة باختبار القدرات لطالبات قسم الاقمتاد المنزلي- كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد- من عام ١٤٢٦هـ حتى عام ١٤٢٨هـ

### المشاركة في الأنشطة الطلابية

١	عضو لجنة تحكيم مسابقة الأولمبياد الثقافي للطالبات - جامعة الملك خالد - عام ١٤٣٧هـ-١٤٣٨هـ
٢	عضو لجنة تحكيم مسابقة الأولمبياد الثقافي للطالبات - جامعة الملك خالد - عام ١٤٣٦هـ-١٤٣٧هـ
٣	منسقة لجنة النشاط اللامنهجي - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد - عام ١٤٣٣هـ-١٤٣٤هـ
٤	رائدة اللجنة الثقافية - كلية التربية للبنات ببلقرن - جامعة الملك خالد - عام ١٤٣٢هـ-١٤٣٣هـ
٥	رائدة اللجنة الفنية - كلية التربية للبنات ببلقرن جامعة الملك خالد - من عام ١٤٢٨هـ حتى عام ١٤٣٢هـ

### العضويات في الجمعيات العلمية والمؤسسات المجتمعية

١	عضو الجمعية المصرية للتغذية من عام ٢٠٠٤ حتى عام ٢٠١٩م
٢	عضو الجمعية المصرية للتوعية من أجل الصحة والتنمية - من عام ٢٠١٦ حتى عام ٢٠١٩م
٣	مسعف الهلال الأحمر وجمعية القلب السعودي الدولية - منطقة عسير - من عام ٢٠١٦ حتى عام ٢٠١٩م
٤	عضو الفريق التطوعي بجمعية الكوثر الصحية - من عام ٢٠١٧ حتى عام ٢٠١٩م
٥	عضو المجلس الاستشاري لجمعية آباء للأيتام - لجنة الاستشارات الصحية- من عام ٢٠١٥ حتى عام ٢٠١٩م
٦	عضو الجمعية المصرية لمرضى الكلى من عام ٢٠٠٤ حتى عام ٢٠١٩م
٧	عضو الفريق التطوعي - الهلال الأحمر النسائي - منطقة عسير - من عام ٢٠١٦ حتى عام ٢٠١٩م
٨	عضو الجمعية المصرية للتغذية الطبية عام ٢٠١١م

### الدورات التدريبية وورش العمل الخاصة بالجودة

م	مسمى الدورة	الجهة المنظمة	السنة
١	معايير ضمان الجودة والاعتماد البرامجي المطورة	المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي	٢٠١٩م
٢	تدريب المدربين للاطار السعودي للمؤهلات (سقف)	هيئة تقويم التعليم - الرياض	٢٠١٩م
٣	أساسيات التخطيط الاستراتيجي	كلية الاقمتاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	٢٠١٩م
٤	صياغة وقياس مخرجات التعلم	كلية الاقمتاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	٢٠١٩م

٢٠١٨ م	هيئة تقويم التعليم - الرياض	تأهيل المراجعين لعمليات التسجيل في سقف	٥
٢٠١٨ م	ادارة التخطيط الاستراتيجي- جامعة الملك خالد	مهارات التخطيط التشغيلي	٦
٢٠١٨ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	كتابة الخطة التشغيلية	٧
٢٠١٨ م	مركز القياس والتقويم - جامعة الملك خالد	بناء المقررات	٨
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	التخطيط التنفيذي	٩
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	التخطيط التنفيذي	١٠
٢٠١٧ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	مؤشرات أداء قياس مخرجات التعلم	١١
٢٠١٧ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	قياس مخرجات التعلم	١٢
٢٠١٧ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	ادارة ضمان الجودة	١٣
٢٠١٦ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	تقرير البرنامج	١٤
٢٠١٥ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	توصيف المقرر وتقرير المقرر "	١٥
٢٠١٥ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	مؤشرات الأداء والمقارنة المرجعية	١٦
٢٠١٤ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	مؤشرات الأداء والمقارنة المرجعية	١٧
٢٠١٤ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	الدراسة الذاتية	١٨
٢٠١٤ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	الجودة في التعليم العالي	١٩
٢٠١٤ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	نواتج التعلم	٢٠
٢٠١٤ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	اغلاق دائرة التقييم	٢١
٢٠١٤ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	اعداد وتطوير الخطط والبرامج الدراسية	٢٢
٢٠١٣ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	التخطيط الاستراتيجي	٢٣
٢٠١٣ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	مخرجات التعلم للمقررات والبرامج	٢٤
٢٠١٢ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	توصيف المقررات والبرامج وتقاريرها	٢٥
٢٠١٢ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	التخطيط الاستراتيجي في التعليم العالي	٢٦
٢٠١٢ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	الساعات المعتمدة	٢٧
٢٠١٢ م	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	الجودة والاعتماد الأكاديمي	٢٨

٢٩	تقرير المقرر	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	٢٠١٢م
٣٠	توصيف المقرر	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	٢٠١٢م
٣١	توصيف وتقييم البرامج الدراسية	كلية الاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	٢٠١٢م

## الدورات التدريبية وورش العمل الخاصة بالبحث العلمي

م	مسمى الدورة	الجهة المنظمة	السنة
١	المهارات الاحصائية للباحث	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٩م
٢	كيفية كتابة ورقة بحثية	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	٢٠١٩م
٣	اعداد وتقديم البحوث والملصقات في المؤتمرات العلمية	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	٢٠١٩م
٤	أخلاقيات البحث العلمي	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
٥	How to select the right "journal"	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
٦	"Introduction to ProQuest Ebook Central"	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
٧	Tips to avoid common " mistakes researches"	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
٨	الاستعداد لمناقشة الرسالة	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
٩	الاستعداد للاختبار الشامل	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٠	تحليل البيانات النوعية	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١١	محركات أوعية البيانات	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٢	مهارات البحث العلمي	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨م
١٣	توثيق البحوث والمقترحات العلمية	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٤	أدوات ومكونات البحث العلمي	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٥	تقنيات البحث العلمي	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٦	التدقيق الالكتروني للبحوث العلمية	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٧	كيف تكتب مشروع بحثي حسب المعايير العالمية	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م
١٨	المعايير العالمية في تحكيم البحوث العلمية	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٨م

٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	مدخل في أساسيات البحث العلمي	١٩
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	تطبيقات عملية على مناهج البحث العلمي	٢٠
٢٠١٨ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	مهارات النشر في المجلات الأجنبية	٢١
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	أساليب ومهارات تسويق الكتب عالميا	٢٢
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	الاستخدام الأمثل لقاعدة SCOPUS	٢٣
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	الاقتباسات والسراقات العلمية	٢٤
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	مهارات استخدام قاعدة آسك زاد	٢٥
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	البناء العلمي للاستبانة كأداة لجمع البيانات البحثية	٢٦
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	"How to promote your research for maximum impact"	٢٧
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	"Author workshop for early researchers"	٢٨
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	مهارات البحث العلمي	٢٩
٢٠١٧ م	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	مبادئ في التحليل الاحصائي باستخدام برنامج SPSS	٣٠
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	البحث في مصادر معلومات العامة Springer	٣١
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	استخدام قاعدة معرفة للمراجعات العربية للاطروحات العالمية	٣٢
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	فلسفة ومناهج البحث	٣٣
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	أخلاقيات البحث - حقوق الملكية الفكرية	٣٤
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	البحث في مصادر معلومات الطبية "Access Medicine"	٣٥
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	البحث في المصادر الطبية "Ovid"	٣٦
٢٠١٧ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	البحث في مصادر معلومات الإدارة والتسويق "Emerald"	٣٧
٢٠١٦ م	مركز النهضة لرعاية المخترعين جامعة النهضة - مصر	How to write a scientific paper	٣٨
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	Up To Date	٣٩
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	BMJ Learning and journals from BMJ	٤٠
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	Springer Link – Springer Online Platform	٤١

٤٢	استخدام قاعدة البيانات العربية الرقمية معرفة	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	٢٠١٥ م
٤٣	كيفية دراسة أسواق المستهلكين وتحليلها مع الأخذ بعين الاعتبار مؤشرات الاقتصاد والمستهلكين باستخدام قاعدة البيانات باسبورت	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	٢٠١٥ م
٤٤	Oxford Journals and Oxford Scholarship Online	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	٢٠١٥ م
٤٥	Research to Publication "The Basics"	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	٢٠١٥ م
٤٦	استراتيجيات كتابة ونشر الورقة العلمية	عمادة البحث العلمي – جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٧	النشر العلمي	عمادة البحث العلمي – جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٨	النشر الإلكتروني (المنصات الذكية)	عمادة البحث العلمي – جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٩	استراتيجيات التعلم النشط	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٥٠	ادارة الفريق البحثي	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس – جامعة القاهرة	٢٠١٤ م
٥١	تنظيم المؤتمرات العلمية	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس – جامعة القاهرة	٢٠١٤ م
٥٢	التحليل الإحصائي (Spss) المستوى الأول، الثاني	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٥٣	"تطوير القدرات البحثية بالمملكة"	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٥٤	النشر العلمي	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس - جامعة المنوفية	٢٠١١ م

## الدورات التدريبية وورش العمل الخاصة بالتعليم الالكتروني

م	مسمى الدورة	الجهة المنظمة	السنة
١	أدوات متنوعة في البلاك بورد لاستخدام مميز	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٢	الاستبيان الالكتروني	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٣	جودة المقررات الالكترونية	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٤	نسخ وتصدير واستيراد المقرر الدراسي	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٥	سياسة تقييم ومتابعة المقررات الالكترونية الكاملة والمدمجة	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٦	ادارة مركز التقديرات	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٧	برنامج "ممارس التعلم الالكتروني"	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٦ م
٨	التعلم الالكتروني (مفهومه وأنظمتها وقواعده)	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٦ م
٩	تعزيز دافعية الطالب في المقررات الالكترونية	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٦ م
١٠	الأنشطة الالكترونية	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
١١	تطبيق معايير الجودة على المقررات الالكترونية (APPQMR)	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
١٢	الدورة التأسيسية لنظام التعليم الالكتروني ( البلاك بورد 9.1 )	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
١٣	تطبيقات معايير الجودة للمقرر QM الالكتروني	عمادة التعلم الالكتروني - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م

## الدورات التدريبية وورش العمل الخاصة بالتطوير المهني والأكاديمي

م	مسمى الدورة	الجهة المنظمة	السنة
١	مهارات تنظيم ادارة الوقت	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	٢٠١٩ م
٢	الذكاءات المتعددة وتطبيقاتها التربوية	كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٨ م
٣	برنامج "القيادة التربوية"	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
٤	أخلاقيات العمل التطوعي	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
٥	مهارات التعامل مع الإعلام والتقنية	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
٦	إدارة فرق العمل	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
٧	مهارات الالقاء والعرض	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م

٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	تطبيقات عملية للحاسب الآلي باستخدام Excel	٨
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	استراتيجيات التطوير المستمر	٩
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	مهارات الاتصال في بيئة العمل	١٠
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	مهارات المدرب المعلوماتي في البيئة الرقمية	١١
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	الاتجاهات الحديثة في تقنيات التعليم والمعلومات	١٢
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم	استراتيجيات التعلم الذاتي في البيئة الرقمية	١٣
٢٠١٨ م	المكتبة الرقمية السعودية - وزارة التعليم	الخرائط الذهنية واستخدامها في المرحلة الجامعية	١٤
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	مهارات الإقناع	١٥
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	تكوين وإدارة فرق العمل	١٦
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	إدارة الذات	١٧
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بأبها	مهارات الإلقاء	١٨
٢٠١٧ م	المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	تدريب المتدربين TOT	١٩
٢٠١٧ م	المكتب التعاوني للدعوة والارشاد	الإصلاح الوظيفي	٢٠
٢٠١٧ م	كلية التربية – جامعة الملك خالد	التدريس والتفكير	٢١
٢٠١٦ م	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	اتخاذ القرار	٢٢
٢٠١٦ م	كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	بناء تقويم الاختبارات	٢٣
٢٠١٦ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	مهارات التدريس	٢٤
٢٠١٦ م	خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	برنامج فطن	٢٥
٢٠١٦ م	خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	كيفية التعامل مع الأطفال	٢٦
٢٠١٦ م	مركز كفاءات الأعمال للتدريب والاستشارات	مهارات الإلقاء والمتحدث الجيد	٢٧
٢٠١٦ م	هيئة الهلال الأحمر السعودي النسائي بأبها	برنامج الأمير نايف لمبادئ الإسعافات الأولية	٢٨
٢٠١٦ م	إدارة التدريب والتطوير المهني مستشفى أبها الخاص	برنامج الانعاش الرنوي القلبي BCLS	٢٩
٢٠١٦ م	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	قواعد بناء الاختبارات الجامعية	٣٠
٢٠١٦ م	المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	الحاسب الآلي	٣١

٣٢	تنمية المهارات القيادية والادارية	عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
٣٣	اعداد وكتابة الخطابات الرسمية	نادي أبها الأدبي - وزارة الثقافة والاعلام	٢٠١٥ م
٣٤	مهارات التدريس واستراتيجيات التعلم	عمادة التطوير الأكاديمي والجودة جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
٣٥	استراتيجيات التدريس الحديثة	كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
٣٦	101 قيادة	مركز دراسات القيادة	٢٠١٥ م
٣٧	تحليل رسومات الأطفال	مركز الفكر الناجح للتنمية البشرية - المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	٢٠١٥ م
٣٨	المبادرة الناجحة	مركز الفكر الناجح للتنمية البشرية - المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	٢٠١٥ م
٣٩	التوجيه والارشاد الطلابي	كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٥ م
٤٠	تنمية قدرات الطلاب الموهوبين والمبدعين	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤١	مهارات التعامل مع أنماط السلوك البشري	كلية الاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٢	آليات التغذية الراجعة في بيئات التعلم المختلفة	كلية الاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٣	تطوير الذات	عمادة التطوير والجودة - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ م
٤٤	دور الأسرة في تعزيز الأمن الفكري للأبناء	نادي أبها الأدبي - وزارة الثقافة والاعلام	٢٠١٤ م
٤٥	الاتجاهات الحديثة في التدريس	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس - جامعة القاهرة	٢٠١٤ م
٤٦	التفكير الإبداعي	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٤٧	آداب وأخلاقيات المهنة	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٤٨	استراتيجيات التدريس	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٤٩	أساليب التدريس الفعال	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٥٠	التعلم التعاوني	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٣ م
٥١	التوفيق	مركز اللغات والترجمة - جامعة القاهرة	٢٠١١ م
٥٢	الرخصة الدولية لقيادة الحاسب ICDL	كلية الهندسة - جامعة القاهرة	٢٠١١ م
٥٣	تشغيل الأجهزة العلمية الخاصة بالأغذية	مركز التحاليل الدقيقة - كلية العلوم - جامعة القاهرة	٢٠٠٨ م
٥٤	تشغيل وصيانة الأجهزة العلمية الخاصة بالأغذية	معهد تكنولوجيا الأغذية - مركز البحوث الزراعية	٢٠٠٠ م
٥٥	التدريب العملي للتغذية العلاجية	مستشفى عين شمس التخصصي - جامعة عين شمس	١٩٩٩ م

٥٦	Word, Windows, Excel	مركز الدراسات الوطنية - محافظة المنوفية	١٩٩٩ م
٥٧	اللغة الانجليزية	المعهد البريطاني الدولي - محافظة المنوفية	١٩٩٩ م

### المشاركة المجتمعية (خارج الجامعة)

م	المشاركة	السنة
١	اعداد وتقديم محاضرة "صحتي في رشاقتي" - جمعية الرائدة النسائية- خميس مشيط	٢٠١٩ م
٢	اعداد وتقديم محاضرة "التغذية الصحية لأطفال متلازمة داون" - مركز روح الاصرار - اليوم العالمي للاعاقة	٢٠١٩ م
٣	اعداد وتقديم محاضرة "هويتي في مهنتي" - مدرسة التاسعة عشر الابتدائية النميص أبها	٢٠١٩ م
٤	اعداد وتقديم ورشة عمل "الاطار السعودي للمؤهلات (سقف)" - كلية العلوم - جامعة الملك خالد	٢٠١٩ م
٥	اعداد وتقديم ورشة عمل "الاطار السعودي للمؤهلات (سقف)" - كلية التربية - جامعة الملك خالد	٢٠١٩ م
٦	اعداد وتقديم ورشة عمل "الاطار السعودي للمؤهلات (سقف)" - كلية الغد الطبية	٢٠١٩ م
٧	اعداد وتقديم محاضرة "صحتي في رشاقتي" - جمعية أفياء النسائية بمنطقة عسير	٢٠١٩ م
٨	المشاركة في فعاليات اليوم العالمي للجودة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ الى ٢٠١٩ م
٩	المشاركة في فعاليات اليوم الوطني للمملكة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ الى ٢٠١٩ م
١٠	المشاركة في فعاليات يوم الجنادرية للمملكة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٤ الى ٢٠١٩ م
١١	اعداد وتقديم برنامج " بسمه أمل " - اليوم العالمي للتوحد	٢٠١٨ م
١٢	اعداد وتقديم محاضرة " أسرار الغذاء الصحي " - جمعية مطمئنة	٢٠١٨ م
١٣	اعداد وتقديم برنامج "يوم المهنة" - مدرسة ابتدائية ومتوسطة آل سريع - أبها	٢٠١٨ م
١٤	اعداد وتقديم محاضرة " التغذية السليمة والعناية الشخصية" للفتيات ببرنامج لبنات القيمي - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
١٥	اعداد وتقديم محاضرة " المسؤولية الصحية للفتيات " - مدرسة ابتدائية ومتوسطة آل سريع - أبها	٢٠١٨ م
١٦	اعداد وتقديم محاضرة "السمنة والعادات الغذائية الخاطئة" - فعاليات يوم السمنة العالمي - دار عائشة بجامع الشبلان	٢٠١٨ م
١٧	اعداد وتقديم محاضرة "أسرار الغذاء الصحي"- الملتقى الصحي لجمعية آباء للأيتام	٢٠١٨ م
١٨	اعداد وتقديم محاضرة "حفظ النعمة" - فعاليات يوم الغذاء العالمي - دار عائشة بجامع الشبلان أبها	٢٠١٨ م
١٩	اعداد وتقديم العديد من الدورات والبرامج - خيمة أبها الدعوية السياحية العاشرة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م
٢٠	اقامة برنامج " صيفنا ألوان " للأطفال - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٨ م

٢١	اقامة دورة " مهارات فن الالقاء" للخريجات - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٨ م
٢٢	اقامة معرض "أنا مل مبدعة"- كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٨ م
٢٣	اقامة برنامج " صحتي في غذائي" - روضة صدى الابداع - خميس مشيط	٢٠١٨ م
٢٤	اقامة دورة "فن ادارة الوقت" - ملتقى التميز - المكتب التعاوني للدعوة والارشاد بالشعف	٢٠١٨ م
٢٥	اقامة برنامج "التغذية الصحية للمسنات"- دار الرعاية الاجتماعية أبها	٢٠١٨ م
٢٦	اقامة دورة "مهارات النجاح والتفوق"- كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد بأبها	٢٠١٨ م
٢٧	اقامة برنامج "التحدي واللياقة البدنية" - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد بأبها	٢٠١٨ م
٢٨	اقامة معرض " سرطان الثدي " - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد بأبها	٢٠١٨ م
٢٩	اقامة دورة " مهارات القيادة " - كلية الشريعة طالبات- جامعة الملك خالد بأبها	٢٠١٨ م
٣٠	اقامة محاضرة " ادارة الوقت " في برنامج "البنات القيمي" في المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧ م
٣١	اقامة معرض "الغذاء الصحي للطفل" بوحدة النشاط الطلابي - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٣٢	اعداد وتقديم العديد من الدورات والبرامج - خيمة أبها الدعوية السياحية التاسعة المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٧ م
٣٣	القاء محاضرة "تغذية المسنات" في ملتقى "بسمه صيف" لكبار السن في المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧ م
٣٤	اقامة محاضرة بعنوان " التغذية العلاجية " - لجنة التنمية الاجتماعية الأهلية بخميس مشيط - بمدارس صدى الابداع الأهلية	٢٠١٧ م
٣٥	المساهمة في انجاح برنامج "زهو التنمية الصيفي" - لجنة التنمية الاجتماعية الأهلية بخميس مشيط	٢٠١٧ م
٣٦	شهادة شكر وتقدير من جمعية آباء لرعاية الأيتام عن المساهمة في انجاح برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - جمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٧ م
٣٧	اعداد وتنسيق برنامج تثقيف غذائي " Eat right " - بكلية الادارة والاقتصاد المنزلي -جامعة الملك خالد	٢٠١٧ م
٣٨	المساهمة الفعالة في انجاح ملتقى "دور الأسرة في حماية الأبناء من الانحرافات الفكرية"- المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧ م
٣٩	المشاركة في ملتقى "واحة الطفل" - المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧ م
٤٠	اعداد وتنسيق برنامج تثقيف غذائي وترفيهي للحوامل والمرضعات - بمستشفى أبها للولادة والأطفال	٢٠١٧ م
٤١	اقامة محاضرة بعنوان "ثم لتسنلن يومئذ عن النعيم"، بدار عائشة - جامع الشبلان أبها	٢٠١٧ م
٤٢	اعداد وتنسيق برنامج ترفيهي للمعاقين وبرنامج تثقيف غذائي للأمهات - معهد التربية الفكرية	٢٠١٧ م
٤٣	اقامة برنامج "الغذاء الصحي في فترة المراهقة" - لجنة التنمية الاجتماعية بالمنسك	٢٠١٧ م
٤٤	اعداد وتنسيق برنامج " لن ننساكم" - للمسنات بدار الرعاية الاجتماعية - أبها	٢٠١٧ م

٤٥	المشاركة في ملتقى "أحبك ربي للأطفال" - المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧م
٤٦	اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " الاستعداد للاختبارات " - كلية المجتمع - المحالة - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٤٧	اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " ادارة الوقت " - كلية المجتمع - المحالة - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٤٨	اقامة معرض "صحتي في غذائي" - ضمن فعاليات يوم الطفل العالمي بمسرح الكلية العلمية - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٤٩	المشاركة في ملتقى " رمضان دروس وأحكام " - المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٧م
٥٠	اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " العادات الصحية والغذائية " - برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - مركز وفاء للفتيات - جمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٧م
٥١	اقامة ورشة عمل بعنوان "فن ادارة الوقت"- وكالة عمادة شئون الطالبات - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٥٢	تقديم دورة "مهارات ادارة الوقت" - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٥٣	تقديم دورة "تقرير المقرر" - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٥٤	إعداد ورشة عمل بعنوان "وزنك المثالي ورشافتك"- كلية العلوم للبنات بأبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٥٥	اعداد وتقديم برنامج "الغذاء الصحي للأطفال في المرحلة الابتدائية" - لجنة التنمية الاجتماعية بالمنسك	٢٠١٧م
٥٦	تنسيق وتنفيذ معرض اليوم العالمي للغذاء تحت شعار "صحتي في غذائي" - بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٧م
٥٧	اعداد وتقديم محاضرة توعوية بعنوان "التغذية العلاجية" - نادي الحي بابتدائية ومتوسطة المنح بأبها - وزارة التعليم	٢٠١٦م
٥٨	اعداد وتقديم محاضرة بعنوان " السمنة وأضرارها "- دار البيان النسائية أبها - جامع الراجحي	٢٠١٦م
٥٩	المساهمة في ملتقى "الوصية الأخيرة" - المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٦م
٦٠	اعداد ركن "التغذية العلاجية"- الهلال الأحمر النسائي - خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٦م
٦١	اعداد وتقديم برنامج "رشاقتي سر أناقتي" - خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	٢٠١٦م
٦٢	المشاركة في ملتقى " قيمة المسؤولية في الأسرة " المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها	٢٠١٦م
٦٣	تنسيق وتنفيذ معرض وجبات المناسبات تحت شعار "وجباتنا في مناسباتنا" - بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٦م
٦٤	اقامة دورة "كيف تختارين تخصصك الجامعي" - ضمن فعاليات برنامج الارشاد المهني - المدرسة الثانوية الأولى أبها	٢٠١٦م
٦٥	اعداد وتقديم دورة "الوقاية خير من العلاج" - لجنة التنمية الاجتماعية بالمنسك	٢٠١٦م
٦٦	المشاركة في اليوم الخليجي للحماية من السرطان - مستشفى أبها للولادة والأطفال	٢٠١٦م
٦٧	اقامة برنامج تثقيفي وترفيهي للأطفال المنومين - مستشفى أبها للولادة والأطفال	٢٠١٦م
٦٨	المشاركة في معرض الملتقى الأول للخريجات - كلية الإدارة والاقتصاد بأبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٦م

٦٩	إقامة برنامج تثقيف غذائي بعنوان "صحتي في غذائي" - المدرسة الابتدائية باليمانية بأبها	٢٠١٦م
٧٠	تنسيق وتنفيذ يوم اليتيم تحت شعار " نحن معكم دوما لا يوما " - بعسير مول	٢٠١٦م
٧١	تنسيق وتنفيذ معرض الحامل والمرضع تحت شعار " صحة طفلي في غذائي " - بعسير مول	٢٠١٦م
٧٢	إعداد ورشة عمل بعنوان "فن ترتيب واتيكت مائدة الطعام"- كلية الآداب والتربية للبنات بأبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٦م
٧٣	اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " الطفولة المبكرة " - برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - جمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٦م
٧٤	اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " العادات الصحية " - برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - جمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٦م
٧٥	إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان "الغذاء الصحي" - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٥م
٧٦	إعداد وتقديم محاضرة بعنوان "التغذية السليمة"- مدرسة طلائع المستقبل العالمية - خميس مشيط	٢٠١٥م
٧٧	اعداد وتنسيق " الملتنقى الأول للطفل " تحت شعار "تغذية جيل الغد" - بالغرفة التجارية الصناعية بأبها - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٥م
٧٨	إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان "التغذية الصحية في رمضان" - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٥م
٧٩	اعداد وتنسيق " الملتنقى الأول للتغذية العلاجية " - بالغرفة التجارية الصناعية بأبها - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد	٢٠١٥م
٨٠	إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان "كيف تختارين تخصصك الجامعي" - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام	٢٠١٥م
٨١	إعداد ورشة عمل بعنوان "طرق انقاص الوزن"- كلية الآداب والتربية للبنات بأبها - جامعة الملك خالد	٢٠١٥م
٨٢	إعداد وتنفيذ برنامج تثقيفي وترفيهي للأيتام بعنوان " بسمة يتيم " في جمعية رعاية الأيتام (آباء)	٢٠١٥م
٨٣	إعداد وتنفيذ برنامج تثقيف غذائي بعنوان " العادات الغذائية السليمة والخاطئة" لطالبات المرحلة الابتدائية بمدرسة الثلاثون الابتدائية بالمنسك	٢٠١٥م
٨٤	إعداد وتنفيذ برنامج تثقيف غذائي بعنوان "التغذية أثناء فترة المراهقة" لطالبات المرحلة الثانوية بمجمع مدارس السد بأبها	٢٠١٥م
٨٥	شهادة شكر وتقدير من كلية الإدارة والاقتصاد بأبها عن اقامة دورة " مخرجات التعلم " لأعضاء هيئة التدريس بالكلية	٢٠١٤م
٨٦	شهادة شكر وتقدير من كلية الإدارة والاقتصاد بأبها عن الاشراف على فعاليات حملة "لا للسمنة"	٢٠١٤م

## الجوائز

١	جائزة مدير جامعة الملك خالد للتحويل الرقمي "المركز الأول في اثناء الموقع الشخصي"- العام الجامعي ٣٩-٤٠ هـ
٢	جائزة جامعة الملك خالد للتميز "المركز الثاني في خدمة المجتمع"- العام الجامعي ٣٧-٣٨ هـ