

معلومات لنشر المقياس على منصة التعليم الإلكتروني Moodle



1- بطاقة التواصل ومعلومات المقياس :

إسم ولقب الأستاذ : غيدي عبدالقادر

البريد الإلكتروني :

abdelkader.ghidi@univ-msila.dz

- الكلية : staps

- القسم : التدريب الرياضي

- المستوى الدراسي : الأولى ماستر أعمال موجهة

- السداسي : الثاني

- الرصيد : 01

- المعامل : 01

- الحجم الساعي: 21 ساعة

3- أهداف المقياس (وفق المنهاج) :

° التعرف على جميع محددات تنمية الصفات البدنية

- التعرف على كل عناصر اللياقة البدنية

- التعرف على عناصر التوافق

- كيفية تنمية و تطوير العناصر البدنية لدى اللاعب الرياضي

- *قائمة المراجع /

1- كتاب الطب الرياضي بين الواقع و الممارسة د غيدي عبدالقادر

2- <https://www.facebook.com/327218537409376/posts/5387>

-الصفات البدنية

-القوة.

-السرعة.

-التحمل

-المرونة

-التوازن

-الرشاقة

-القوة المميزة بالسرعة

-تحمل السرعة

-تحمل القوة

-تحمل الأداء

-التوافق

-مفاهيم للإعداد البدني

-أهمية الإعداد البدني

-انواع الإعداد البدني

.....

الباب الثالث (الإمتحانات الكتابية) :

أسئلة الإمتحانات ستكون الإجابة وفق المنهجية المتبعة في مناهج البحث العلمي

المسيلة في : 28 مارس 2020

إمضاء الأساذ: د غيدي