

نموذج وصف مختصر لمقرر

اسم المقرر: الأسس العلمية والتطبيقية للتمرينات البدنية		
رمز المقرر	بدن 241	
الكلية	التربية	
القسم / البرنامج	علوم الرياضة البدنية / بكالوريوس علوم الرياضة والنشاط البدني	
السنة / المستوى	السنة الثانية/ المستوى الرابع	
عدد الوحدات المعتمدة	(2) ساعتان	
ساعات الاتصال	نظري: لا يوجد	عملي/تمارين:4
لغة المقرر	العربية	
المتطلب السابق	لا يوجد	
المقرر المتزامن	لا يوجد	
نوع المقرر	متطلب قسم	
وصف مختصر للمقرر	تتعرف الطالبة على أوضاع الجسم الأصلية والمشتقة في علم التمرينات ، وتؤدي مجموعة متنوعة من التمرينات البدنية الحرة وعلى الأجهزة الرياضية، الفردية والزوجية والجماعية. وتتعلم مهارة النداء على التمرينات و طريقة كتابتها وفق القواعد العلمية، وتتعرف على أنواع التشكيلات الحركية الجماعية .	