

نموذج وصف مختصر لمقرر

اسم المقرر: النشاط البدني للمرأة		
رمز المقرر	بدن 303	
الكلية	التربية	
القسم / البرنامج	علوم الرياضة البدنية / بكالوريوس علوم الرياضة والنشاط البدني	
السنة / المستوى	السنة الثالثة/ المستوى الخامس	
عدد الوحدات المعتمدة	(2) ساعتان	
ساعات الاتصال	نظري: 2	عملي/تمارين: لا يوجد
لغة المقرر	العربية	
المتطلب السابق	بدن 201 (علم وظائف أعضاء الجهد البدني)	
المقرر المتزامن	لا يوجد	
نوع المقرر	متطلب قسم	
وصف مختصر للمقرر	<p>تكتسب الطالبة في هذا المقرر المعارف والمفاهيم الأساسية لممارسة النشاط البدني والرياضي للنساء بمختلف الأعمار مع التركيز على الجوانب المتعلقة بخصائص المرأة التشريحية والفسيولوجية، وخاصة ما يتعلق بمراحل النمو للفتيات والتي تشمل مرحلة البلوغ وما يتعلق بها من متغيرات بدنية وفسيولوجية ونفسية، وآلية تقييم حاجة المرأة لنوع وشدة ومدة والتوقيت النشاط البدني مع الاخذ في الاعتبار القضايا ذات العلاقة كالتغذية والظروف البيئية وغيرها من العوامل ذات العلاقة بممارسة النشاط البدني والرياضي بغرض الصحة وتحسين جودة الحياة، وتعريف الطالبة بأهم أنواع الرياضات والتدريبات المناسبة للمرأة وفق الضوابط</p>	

نموذج وصف مختصر لمقرر

الشرعية والعادات الاجتماعية.	
------------------------------	--