

نموذج وصف مختصر لمقرر

اسم المقرر: المنشطات والأداء الرياضي		
رمز المقرر	305 بدن	
الكلية	التربية	
القسم / البرنامج	علوم الرياضة البدنية / بكالوريوس علوم الرياضة والنشاط البدني	
السنة / المستوى	وفقا لاختيار الطالبة: السنة الثالثة/ المستوى الخامس، أو السنة الثالثة/ المستوى السادس، أو السنة الرابعة/ المستوى السابع.	
عدد الوحدات المعتمدة	(2) ساعتان	
ساعات الاتصال	نظري: 2	عملي/تمارين: لا يوجد تدريب: لا يوجد
لغة المقرر	العربية	
المتطلب السابق	لا يوجد	
المقرر المتزامن	لا يوجد	
نوع المقرر	متطلب اختياري	
وصف مختصر للمقرر	يقدم للطالبة فهما بالأمراض المزمنة المنتشرة في العصر الحديث، وخصوصا أمراض نقص الحركة، ومعرفة مؤشرات وأثرها على وظائف أعضاء الجسم المختلفة، ومدى انتشارها في المجتمعات والمجتمع السعودي خاصة، وادراك ارتباطها بالخمول البدني، ومدى الحاجة لممارسة النشاط البدني للوقاية منها والحد من خطورتها. وتعزيز سلوكيات النشاط البدني المعززة للصحة، و إتاحة الفرصة للطالبة للتعرف على الاجهزة الرياضية التي تساعد في تأهيل المصابين بهذه الامراض.	