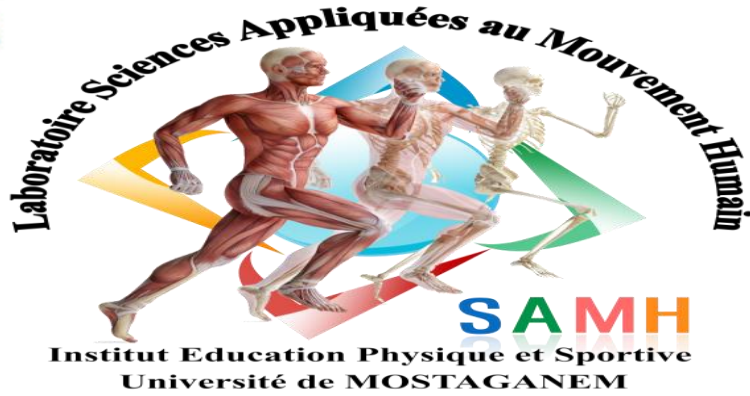




الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم النشاط البدني المكيف والصحة



برنامج اليوم الدراسي المنظم من قبل طلبة الدكتوراه تخصص النشاط البدني المكيف والصحة بعنوان:

الأنشطة البدنية وارتفاع ضغط الدم مابين الواقع والإستراتيجيات الحديثة

يوم: 15 مارس 2022

الموضوع	المتدخلين	التوقيت
كلمة ترحيبية	ط.د: بلعسل حاج	9:30-9:35
تلاوة آيات من القرآن الكريم		
النشيد الوطني		
كلمة السيد المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج	أ.د / كوتشوك سيدي محمد	9:40-9:45
كلمة السيد مدير مخبر العلوم المطبقة وحركة الانسان	أ.د / صبان محمد.	9:45-9:50
كلمة السيد رئيس المشروع	د/عدة عبد الدايم.	9:50-9:55
كلمة السيد مدير معهد التربية البدنية والرياضية للافتتاح الرسمي للأبواب المفتوحة	د/ميم مختار	9:55-10:00
الجلسة الأولى: تخصص – النشاط البدني المكيف والصحة		
التمرينات ومرض ارتفاع ضغط الدم.	ط.د / بوسعد مراد	10:00-10:10
L'hypertension Artérielle L'activité Physique et Traitement	ط.د / عيسى نزهة.	10:10-10:20
علاقة ارتفاع ضغط الدم مع الأمراض المزمنة ومستويات النشاط البدني.	ط.د / بلعسل حاج	10:20-10:30
مناقشة		
استراحة		
الجلسة الثانية: تخصص – النشاط البدني المكيف التنافسي		
المشي وارتفاع ضغط الدم	ط.د / ضيف محمد البشير	11:10-11:20
تأثير التمرينات البدنية والتمرينات المائية على ضغط الدم.	ط.د / حميدي علي	11:20-11:30
وصفة النشاط البدني للتقليل من ضغط الدم المرتفع	ط.د / بهلولي خالد	11:30-11:40
مناقشة		
الاختتام		12:10

