



كلية العلوم التربوية / قسم التربية الرياضية

مساق التربية الصحية

تتكون مادة التربية الصحية من عدة فصول تتناول المواضيع المرتبطة بالصحة العامة وممارسة الرياضة، محققة الأثر العام لممارسة الأنشطة الرياضية على الصحة العامة وكيفية تطوير ورفع مستويات الصحة من خلال الالتزام بالرياضة والتغذية الصحية، إضافة الى بحثها في مواضيع الصحة النفسية والعقلية وتأثيرها على المجتمع مع التقيد بالعادات الصحية السليمة لتنهض بالفرد وبالتالي يصبح فردا منتجا في المجتمع، ومناقشة التحديات التي تؤثر على المجتمع من سلوكيات خاطئة وكيفية تعديلها ودمج الممارسة الرياضية لكافة فئات المجتمع