**جامعة محمد لمين دباغين- سطيف02-**

**قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية**

**جذع مشترك سنة أولى ليسانس  أستاذ المقياس: لواتي**

 **المجموعة : \_ B\_ الفوج : 01 – 03 – 03 - 04**

**النشاط الإجمالي الخامس في مقياس المورفولوجيا**

**هذا النشاط يهدف الى قياس مدى تحكمك في الهدف الخاص للمحاضرة**

**السند:**

****

إن الرياضي الذي لا يمتلك القياسات الجسمية المناسبة و المواصفات الوظيفية المناسبة لنوع النشاط الذي يمارسه سوف يتعرض إلى مشاكل بيوميكانيكية وفيزيولوجية تقود إلى بذل الجهد ة الوقت يفوق ما يبذله الرياضي الذي يمتاز بقياسات جسمية تؤهله إلى الانجاز المطلوب لنفس الزمن.

**التعليمة: بناء على ما درست وماتم دراسته أجب على الأسئلة التالية :**

**التعليمة الأولى: ..............................................................**

وضح الإطار المفاهيمي لمصطلح البناء الجسمي بشكل دقيق؟

**التعليمة الثانية : .............................................,..............**

صنف  مزايا وعيوب كل طريقة من  الطرق المستحدثة في قياس نسبة الشحوم مع شرح موجز؟

**التعليمة الثالثة ........................................................................**

قارن بين التقسيمات الثلاثة لمركب الجسم البشري ؟

**ملاحظة : ترسل الإجابة في ملف word – الإلتزام بالتواريخ المحددة لإرسال الإجابات**

 **مع تمنياتي لكم بالتوفيق.....☻**