

## الخطة الدراسية لمقرر ١٠١ فجب الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٦ هـ

الساعة الأولى ( ) تزامنية ) اتصال متزامن في نفس الوقت بين المعلم والمتعلم في الفصول الافتراضية ويرصد (حضور - غياب )															الساعة الثانية ( ) تفاعلية ) تفاعل الطالب مع المحتوى على البلاك بورد LMS														
الأسبوع		الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر	الثالث عشر	الرابع عشر	الخامس عشر													
		١	٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢	١	٢												
الجلسة	عنوان الجلسة																												
	الساعة																												
الجلسة الأولى	التمهيدية																												
الجلسة الأولى	عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة																												
الجلسة الثانية	الممارسات الصحية الشخصية																												
الجلسة الثالثة	ممارسة النشاط البدني المرتبط بالصحة																												
الجلسة الرابعة	الغذاء والصحة																												
الجلسة الخامسة	الضغوط النفسية وآلية التعامل معها																												
الجلسة السادسة	النوم الصحي																												
الجلسة السابعة	الوقاية من الأمراض المزمنة																												
الجلسة الثامنة	الوقاية من مدمرات الصحة (١)																												
الجلسة التاسعة	الوقاية من مدمرات الصحة (٢)																												
الجلسة العاشرة	الصحة الإيجابية																												
الجلسة الحادية عشر	صحة المستهلك																												
الجلسة الثانية عشر	مبادئ الإسعافات الأولية ١																												
الجلسة الثالثة عشر	مبادئ الإسعافات الأولية ٢																												
الجلسة الرابعة عشر	الإعاش القلبي الرئوي (CPR)																												
رفع الأعمال الفصلية إلكترونياً																													
اختبار المنتصف والنهائي																													
حسب الجدول الرسمي المعتمد من عمادة السنة الأولى المشوقة																													