

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الموضوع: المحاور المقترحة للإعداد البحث الخاص بمقياس التغذية الرياضية-السنة الأولى ماستر

الرقم	المحاور
01	العناصر الغذائية الرئيسية للطاقة
02	مصادر الطاقة
03	الوجبات الغذائية المتوازنة في مرحلة التدريب
04	التغذية في مرحلة المنافسات
05	التغذية بعد المنافسات
06	التغذية المثالية للرياضيين
07	تأثير التغذية على مستوى الأداء الرياضي

ملاحظات:

- 1- إعداد البحث على شكل مقال (لا يتجاوز 05 صفحات) العمل يكون بشكل ثنائي (طالبين)
- 2- اختيار أحد المواضيع المدرجة في القائمة أعلاه. (ذكر المراجع)
- 3- إرسال البحث (المقال) إلى العنوان الإلكتروني التالي: hcen.sitaher@univ-ijjel.dz

ملاحظة:

- إعداد البحوث على شكل مقال يحتوي على **مقدمة وخاتمة**.
- إرسال البحوث (المقال) على شكل (Fichier pdf)
- أخير أجل للإرسال البحوث (المقال) إلى العنوان الإلكتروني هو يوم السبت 11 جوان 2022