



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



السداسي الخامس

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

المستوى: السنة الثالثة ليسانس

أعمال موجهة

التعليمات:

- الخط 14 Simplified Arabic

- اتباع خطوات البحث العلمي

- التهميش ضروري

- ألا يقل البحث عن 8 صفحات، وألا يتعدى 12 صفحة

- آخر أجل لإرسال البحوث 2026/01/26

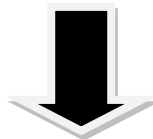
- العمل يكون فردي

ملاحظة

هناك تشابه في المواضيع، لكن العمل يكون فردي، وعند تشابه بحثين لا يتم تقييمهما

يرسل البحث في الآجال المحددة على الإيميل الخاص بالأستاذ: mouissaamar113@gmail.com

المواضيع



الموضوع	الاسم واللقب		
تاريخ تطور رياضة كمال الأجسام في الجزائر	SALAH EDDINE	ALIOUA	01
دور المكملات الغذائية في زيادة الكتلة العضلية	YOUNES	BELTAS	02
أنماط الجسم وعلاقتها بزيادة الكتلة العضلية	OUSSAMA	BOUCHAREB	03
دور المكملات الغذائية في عملية الاستشفاء	ISLAM	BOUDERBALA	04
الألياف العضلية وعلاقتها بزيادة الكتلة العضلية	AYOUB	HAMIMDAT	05
أنماط الجسم وعلاقتها بزيادة الكتلة العضلية	ABDENACER	KEMACHE	06
دور المكملات الغذائية في عملية الاستشفاء	RANIA MARIA	KHALFOUN	07
تاريخ تطور رياضة كمال الأجسام في الجزائر	ALI	MADIM	08
الألياف العضلية وعلاقتها بزيادة الكتلة العضلية	ABDERZAK	BOUIBIA	09
تاريخ تطور رياضة رفع الأثقال في الجزائر	ABDEL GHANI	BOUSSALEM	10
الفرق بين التدريب بالأوزان الحرة والآلات في زيادة الحجم العضلي	MOHAMMED RIYADH	DEROUICHE	11
تاريخ تطور رياضة كمال الأجسام في الجزائر	BADIS	DOUFAR	12
الفرق بين التدريب بالأوزان الحرة والآلات في زيادة الحجم العضلي	FARES	DZIRI	13
دور المكملات الغذائية في زيادة الكتلة العضلية	KHALIL	EUTAMENE	14
الألياف العضلية وعلاقتها بزيادة الكتلة العضلية	ABDERAOUF	MELIANI	15
الفرق بين التدريب بالأوزان الحرة والآلات في زيادة الحجم العضلي	TEKWA	MEZHOUD	16
تاريخ تطور رياضة رفع الأثقال في الجزائر	ABDELKHALEK	RIDA	17

بالتوفيق للجميع

أستاذ المادة: موسىة عمار