



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجيلالي بونعامة - خميس مليانة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
مخبر الرياضة، الصحة والأداء LSHP



برنامج فعاليات الملتقى الوطني الافتراضي الأول بعنوان " النشاط البدني الرياضي والتغذية العلاجية رهان

الشيخوخة النشطة"



التوقيت	مرايم الافتتاح
09:00-	آيات من القرآن الكريم
09:45	النشيد الوطني كلمة السيد رئيس الملتقى كلمة السيد مدير المخبر
المحور الأول: النشاط البدني الرياضي عند كبار السن	
الورشة الأولى: رئيس الجلسة: أ.د. نمرود بيشير	
01	10:10-10:20 إنعكاس ممارسة الأنشطة الرياضية على فئة الأشخاص كبار السن - دراسة ميدانية بولاية أم البواقي. ط.د بروق حسان د. تافيرولت بلال
02	10:20-10:30 رعاية المسنين بين الوعي الصحي والخدمات التأهيلية الجسمية د. غنية زايدي د. نوال بناي
03	10:30-10:40 اثر ممارسة الرياضة على الصحة النفسية لدى كبار السن سليمان رحمة
04	10:40-10:50 إشكالية مرض السكري لدى كبار السن والأسس العلمية لممارسة رياضة المشي لتحسين الوضع السكري عند المريض ط.د جاقمة رمضان د. بن حاج الطاهر عبد القادر
05	10:50-11:00 دوافع ومعوقات النشاط البدني كأسلوب حياة لدى كبار السن (50-55) سنة ط.د قرماط مصطفى ط.د مدرس مصطفى
06	11:00-11:10 علاقة بعض الخصائص الوظيفية بفعالية الأداء المهاري لدى قدماء لاعبي كرة القدم ط.د طلحة حمزة أ. دسلامي عبد الرحيم

جامعة محمد لمن دباغين - سطيف 2	دور النشاط الرياضي الترويحي لتنمية الصحة النفسية للمسنين ط.د خلفاوي فاطمة الزهراء	11:20 - 11:10	07
جامعة الجيلالي بونعامة- عين الدفلى	أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي على الجهاز التنفسي والدوري لدى كبار السن د. بن حاج جيلالي سماعيل ط.د رحمانى عمري مجدي	11:30 - 11:20	08

الورشة الثانية رئيس الجلسة: أ.د ناصير محمد

جامعة العلوم والتكنولوجيا USTO - وهران	أهمية التغذية الصحية للمسنين وممارسة الأنشطة البدنية لتفادي الإصابة بهشاشة العظام ط.د. عناني سالم أ. د قاسي بشير	10:20-10:10	01
جامعة محمد الشريف مساعدي - سوق أهراس	فوائد ممارسة الأنشطة الرياضية على الحماية الصحية لكبار السن د. لعياضي عصام	10:30 -10:20	02
جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى	دراسة لبعض أبعاد الصحة النفسية لفئة الكهول الممارسين لرياضة كرة القدم بولاية عين الدفلى ط .د بواشري العربي ط.د بلعربي محمد أيوب	10:40 -10:30	03
جامعة أمحمد بوقرة – بومرداس	أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيض من مضاعفات داء السكري لدى كبار السن ط.د برواق حسان د. مقران إسماعيل	10:50 -10:40	04
جامعة محمد الشريف مساعدي - سوق أهراس	فعالية ممارسة النشاط البدني الرياضي على الحالة النفسية عند كبار السن(60-70 سنة) د. بن يوب عبد العلي د. سهايلية شكري	11:00 - 10:50	05
جامعة الجزائر 3 جامعة أحمد بن يحي الونشريسي – تيسمسيلت	دور ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في التقليل من الضغط النفسي والدمج الاجتماعي لدى كبار السن فوق الـ 60 عاما ط.د طاهري راجح ط.د قرومي الحسين	11:10 -11:00	06
جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة	دور ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي في التقليل من الضغوط النفسية لدى معتزلي كرة القدم (دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين) ط.د بن حميدوش فايزة أ.د مزاري فاتح	11:20 - 11:10	07
جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى	الشيخوخة النشطة، استراتيجيات وقراءة في بعض التجارب الناجحة د. زمام عبد الرحمن د. ملوك ملوك	11:30 - 11:20	08

الورشة الثالثة رئيس الجلسة: د. بورزامة داود

جامعة محمد الشريف مساعدي - سوق أهراس	دراسة استقرائية مستويات النشاط البدني الموصى بها من أجل الصحة (الفئة العمرية 65 عاما فأكثر) (بناء عن الاستراتيجية العالمية بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني) د. جمال سرايعة د. سفيان مجعور	10:20 -10:10	01
جامعة حسيبة بن بوعلبي – الشلف	أهمية النشاط البدني الرياضي و التغذية الصحية لكبار السن ط.د دلهوم عماد أ.د. عكوش كمال	10:30 -10:20	02
جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد - باتنة 2	إسهامات الممارسة المنتظمة للأنشطة البدنية الرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى كبار السن في ظل جائحة كورونا (كوفيد19)	10:40 -10:30	03

	ط.د بوكثير نور الاسلام د. موهوبي عيسى		
جامعة العلوم والتكنولوجيا USTO - وهران	واقع التغذية وممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة لدى كبار السن بدور العجزة ط.د علاء الدين حمودي ط.د رايح بلقوشي	10:50 - 10:40	04
جامعة الجزائر 3	فعالية الانشطة الرياضية الترويحية في التقليل من الضغوطات النفسية لكبار السن ط.د بخوش حميدة د. بوراس محمد	11:00 - 10:50	05
جامعة محمد خيضر - بسكرة جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	أثر برنامج ترويجي رياضي مقترح لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لدى كبار السن (50-65) سنة ط.د بومزراق شيخ د. مجاهد مصطفى	11:10 - 11:00	06
جامعة عمار ثليجي - الاغواط	أهمية النشاط البدني الرياضي الترويحي في تحسين الصحة النفسية عند كبار السن (50-65 سنة) دراسة ميدانية ببلدية الجلفة ط.د بن العايب عبد الهادي د. حمادي جمال	11:20 - 11:10	07

المحور الثاني: التغذية والرياضة

رئيس الجلسة: د. بن حاج جيلالي اسماعيل		الورشنة الأولى:	
جامعة محمد بوضياف - المسيلة	التغذية والصحة في المجال الرياضي د. بطاط نور الدين	10:20 - 10:10	01
جامعة قاصدي مرباح - ورقلة	الثقافة الغذائية وعلاقتها بالحالة البدنية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ط.د مصطفى عياد د. هواري ابراهيم	10:30 - 10:20	02
جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة	التغذية العلاجية وممارسة الرياضة - وجهان لعملة واحدة- ضد السمنة لدى المسنين ط.د جيلالي لبني د ناصر باي كريمة	10:40 - 10:30	03
جامعة باجي مختار - عنابة جامعة الشريف مساعدي - سوق أهراس	الممارسة الرياضية والتغذية الصحية كبديل أمثل لمجابهة الأمراض المزمنة ط.د بن ساحلي حمزة أ. د عبدلي فاتح	10:50 - 10:40	04
جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت	أهمية النظام الغذائي الغني بالكربوهيدرات في تحسين الانجاز (تدريب، منافسة، استرجاع) لدى رياضي المسافات النصف طويلة (800م، 1500م). ط.د صويلح عزيز د. بن رايح خير الدين	11:00 - 10:50	05
جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى	المنشطات و النشاط البدني ط.د رضوان لعرايبي ط.د قندوز هشام	11:10 - 11:00	06
جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى	تأثير البرنامج الغذائي الايجابي على مستوى الأداء الرياضي (دراسة وصفية لبعض تجارب الابطال والفرق الرياضية) ط.د بن شبة طارق ط.د زروقة لطفي	11:20 - 11:10	07

رئيس الجلسة: د. ملوك كمال

الورشنة الثانية

جامعة الجليلي بونعامة - عين الدفلى	التغذية والرياضة لتحقيق اللياقة البدنية ط.د شرفوف حمزة أ.د نمرود بشير	10:20 - 10:10	01
جامعة محمد خيضر - بسكرة	التغذية الصحية و انعكاسها على الأداء لدى عدائي المسافات النصف الطويلة ط.د خلفه عماد الدين أ.د مزروع سعيد	10:30 - 10:20	02
جامعة الجليلي بونعامة - عين الدفلى	استراتيجية شرب السوائل للحد من الجفاف خلال الفترة التدريبية عند الفرد الرياضي ط.د بن جلول عبد القادر أ.د ناصر محمد	10:40 - 10:30	03
جامعة الجليلي بونعامة - عين الدفلى	التغذية الصحية و علاقتها بمرود اللاعبين خلال المنافسات الرياضية ط.د توهامي عبد الصمد أ.د ناصر محمد	10:50 - 10:40	04
جامعة حسيبة بن بوعلبي - الشلف جامعة حسيبة بن بوعلبي - الشلف	نموذج لنمط التغذية في الرياضات الفردية والجماعية د. دردون كتزة د. لمتيوي فاطمة الزهراء ايمان	11:00 - 10:50	05
جامعة الجليلي بونعامة - عين الدفلى	مدى مساهمة التغذية الصحية في القضاء على البدانة ط.د عزيزو محمد ط.د دحماني زكرياء	11:10 - 11:00	06
جامعة محمد لمين دباغين - سطيف 2	أهمية النشاط البدني الرياضي في التقليل من مخاطر الأمراض المزمنة لدى كبار السن ط.د هنوس عماد د. العلوي عبد الحفيظ	11:20 - 11:10	07

المحور الثالث: الرياضة والأمراض المزمنة

الورشة الأولى: رئيس الجلسة: بن حاج الطاهر عبد القادر

جامعة محمد بوضياف - المسيلة جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة	تأثير برنامج مقترح باستخدام بعض المتغيرات الفيزيولوجية في حركات صلاة المسلمين لإعادة تأهيل المصابين بانسداد شرايين القلب د. زاوي زيد ط.د سليمان قاضي مؤمن	10:20 - 10:10	01
جامعة عبد الرحمان ميرة - بجاية	Apport de l'éducation physique et sportive dans la prévention de la déformation du rachis chez les enfants scolarisés cas (Wilaya de Bejaia) د. جناد جمال	10:30 - 10:20	02
جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت	تأثير النشاط البدني و الرياضي على مرضى السكري ط.د بوحاج سباع أ.د ربوح صالح	10:40 - 10:30	03
جامعة حسيبة بن بوعلبي - الشلف	فعالية برنامج للمشي والجري الخفيف على معدل ضغط الدموي لدى كبار السن المصابين بارتفاع ضغط الدم ط.د بن كحلة العربي ط.د جالم محمد	10:50 - 10:40	04
جامعة عبد الحميد مهري - قسنطينة 2	أثر برنامج تدريبي باستخدام الأوزان الحرة والأجهزة مع برنامج غذائي بتقليل السعرات الحرارية اليومية مقترح لإنقاص الوزن لدى منخرطي فريق TEAM HAKO في مركز اللياقة البدنية في دائرة شلغوم العيد ط.د صافي عبد الحق	11:00 - 10:50	05
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم	أهمية التغذية الصحية و الممارسة الرياضية الترويحية لتفادي الإصابة بهشاشة العظام عند كبار السن فوق 60 ط.د بن قناب عبد الرحمان	11:10 - 11:00	06

	أ.د عطا الله أحمد		
07	اثر برنامج ترويحي رياضي لفائدة المصابين بمرض السكري وعلاقته في تنظيم نسبة السكر في الدم (الفئة العمرية 35-45 سنة ذكور) ط.د. عزوزي مختار ط.د. بن العايب عبد الهادي	11:20 - 11:10	جامعة امحمد بوقرة - بومرداس جامعة عمارثليجي - الأغواط

المحور الرابع: الوعي الصحي

الورشنة الأولى: رئيس الجلسة: عيد القوي رشيد

01	درجة الوعي بأهمية الحركات الإجمالية وتأثيراتها الصحية على رياضي قاعات كمال الأجسام د. خليل بورنان د. سالم العياشي	10:20 - 10:10	جامعة أمحمد بوقرة - بومرداس
02	علاقة الوعي الصحي بالإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى طلبة بعض طلبة staps د.العربي محمد د. قزقوز محمد	10:30 - 10:20	المركز الجامعي نور البشير - البيض
03	مساهمة الوعي الصحي في ممارسة الرياضة للوقاية من الأمراض المزمنة ط.د محمد فؤاد دحماني أ.د سليمان بن عميروش	10:40 - 10:30	جامعة محمد خيضر - بسكرة
04	دور النشاط البدني الرياضي في التقليل من بعض الآفات الاجتماعية لدى المراهقين ط.د. العوفي عمر د.رفيق علوان	10:50 - 10:40	جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة
05	مساهمة ممارسة النشاط البدني الرياضي في التقليل من مستوى الشعور بالذنب وعدم الرضا لدى التلاميذ المصابين بداء السكري ط.د بلحوت موسى د. تيمطاوسين أحمد	11:00 - 10:50	جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى جامعة الجزائر 3
06	الوعي الصحي لفئة المسنين ط.د بارود نورة د. فرعون محمد	11:10 - 11:00	جامعة جيلالي اليابس - سيدي بلعباس
07	الأسس العلمية لعملية ضبط الوزن للاعب كرة القدم (الأندية الصغيرة) في ظل جائحة كوفيد 19. ط.د بلحاج رفيق د عبد الله نجايي نور الدين	11:20 - 11:10	جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى

الورشنة الثانية: رئيس الجلسة: د. عبد الله نجايي نور الدين

01	دور السلوك الصحي في التخفيف من الانفعالات النفسية لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية على مستوى بعض أندية الرابطة المحترفة "موبليس" د. بن التومي بلال	10:20 - 10:10	جامعة محمد بوضياف - المسيلة
02	مساهمة نشاطات الترويج الرياضي في تعزيز صحة المسنين ط.د بونحيك عبد العزيز ط.د سوهيلة البار	10:30 - 10:20	جامعة قاصدي مرباح - ورقلة-
03	بعض المشكلات الصحية (الضغوط النفسية؛ السمنة) وطرق الوقاية منها ط.د قورين أحمد د. مدني محمد	10:40 - 10:30	جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى جامعة الجزائر 3
04	أهمية النشاط البدني الرياضي لكبار السن ط.د أوفة محمد د. بورزامة داود	10:50 - 10:40	جامعة الجيلالي بونعامة - عين الدفلى
05	مستوى الوعي الغذائي لدى ممارسي برامج التدريب لإنقاص الوزن (مدينة البيض أنموذجا) ط.د زباني زكريا	11:00 - 10:50	المركز الجامعي نور البشير - البيض

	ط.د فضلوي حسني		
جامعة عبد الرحمن ميرة	دراسة لبعض سمات الشخصية لكبار السن الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية ط.د أوزقزو عبد المجيد	11:10 - 11:00	06
جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد - باتنة 2	مستوى الوعي الصحي وعلاقته بمفهوم الذات لبعض الصفات البدنية لدى عينة من متقاعدي التربية (رجال) د. عبد الحفيظ قادري د. عيسى ميمون	11:20 - 11:10	07
الورشة الثالثة: رئيس الجلسة : د. حملاوي محمد			
جامعة محمد بوضياف - المسيلة	مساهمة إذاعة المسيلة في نشر ثقافة الممارسة الرياضة لدى طلبة الجامعة د. تيريش لحسن د. بن رجم ادريس	10:20 - 10:10	01
جامعة ألكي محند أولحاج - البويرة	الوعي الصحي ومصادره لدى الرياضيين ط.د بولوط حسام ط.د مخلوف حسناء	10:30 - 10:20	02
جامعة ألكي محند أولحاج - البويرة	الوعي الصحي من خلال التغذية العلاجية وممارسة النشاط الرياضي في مرحلة الشيخوخة ط.د شيباني ليلي د. فرنان مجيد	10:40 - 10:30	03
جامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف	دور الإعلام الرياضي في نشر ثقافة الممارسة الرياضية الصحية لدى كبار السن ط.د بغدادي محمد د. غزالي عبد القادر	10:50 - 10:40	04
جامعة محمد خيضر - بسكرة	دراسة مقارنة لمستوى الوعي الصحي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ط.د. تامن مريم أ.د. رواب عمار	11:00 - 10:50	05
جامعة ألكي محند أولحاج - البويرة	علوم الرياضة وترسيخ الوعي الصحي ،دراسة مقارنة - معهد التربية البدنية/كلية علم الاجتماع بجامعة البويرة نموذجا ط.د عصام لطرش أ.د سيد علي بن عبد الرحمن	11:10 - 11:00	06
جامعة - الجزائر 3	دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في نشر الوعي الصحي في ظل جائحة كورونا د. عويس أحمد	11:20 - 11:10	07
جامعة - الجزائر 3	أهمية الرعاية النفسية في نشر البعد الوقائي لدى لاعبي كرة القدم الجزائرية د. العربي محمد د. عقون حمزة	11:30 - 11:20	08
مراسيم اختتام الملتقى -قراءة التوصيات -كلمة السيد رئيس الملتقى -كلمة السيد مدير المخبر والإعلان عن الاختتام الرسمي للملتقى		12.30-12.00	

