



سعادة الأستاذ الدكتور / أسماء عبد المنعم مصطفى عميدة الكلية

تحية طيبة وبعد،،،

تقرير عن ورشة عمل بعنوان التدريبات والرياضة العلاجية لإزالة الآلام الجسمية في لقاء مع طلبة وطالبات كلية التربية بالفرقة الثانية تعليم أساسي وطلاب الدراسات العليا دبلوم عام في التربية شعبة مواد تجارية وإدارة مدرسية وغيرهم من الطلاب، قدمت وكالة شئون خدمة المجتمع ورشة عمل رائعة عن التدريبات والرياضة العلاجية لإزالة الآلام الجسمية، قدمها أ.د: محمد مرسال محمد أستاذ المناهج وطرق التدريبات الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة وعدد من طلاب التربية الرياضية، وذلك من الساعة الثانية عشر ظهرا وحتى الساعة الرابعة عصراً. قدمت فيها أنواعه مختلفة من التمرينات التي مارسها الطلاب مع المدربين ومنها:

- تدريبات لإزالة الآلام من الرأس والجزع والساقين.
- تدريبات لإزالة الآلام من العمود الفقري والرقبة
- تدريبات لإزالة الآلام من الساقين
- تدريبات لإزالة الآلام من اليدين
- تدريبات لتنشيط الدورة الدموية
- تدريبات لزيادة النشاط والحيوية

وغيرها الكثير من التدريبات

ومرفق اسطوانة مدمجة عليها كامل تصوير ورشة العمل.

وتفضلوا بقبول وافر التحية

وكيل الكلية

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د/ محمد عبد السميع رزق