



Universiteit van Pretoria Jaarboek 2017

Oefening en inoefeningsbeginsels 142 (EXE 142)

Kwalifikasie Voorgraads

Fakulteit [Fakulteit Gesondheidswetenskappe](#)

Modulekrediete 6.00

Programme [HCert Sportwetenskap Opvoedkunde](#)

[HCert Sportwetenskap Sportafrigting](#)

Kontaktyd 3 lesings per week

Onderrigtaal Afrikaans en Engels word in een klas gebruik

Aanbiedingstydperk Kwartaal 2

Module-inhoud

*Geslote – vereis departementele keuring

Inleiding tot fisieke fiksheid, multidimensionele aard van fisieke fiksheid, sportpesifieke vs gesondheidsverwante fiksheidskomponente, fisiologiese invloed van oefening en toepassing van inoefeningsbeginsels.

Die inligting wat hier verskyn, is onderhewig aan verandering en kan na die publikasie van hierdie inligting gewysig word.. Die [Algemene Regulasies \(G Regulasies\)](#) is op alle fakulteite van die Universiteit van Pretoria van toepassing. Dit word vereis dat elke student volkome vertrouwd met hierdie regulasies sowel as met die inligting vervat in die [Algemene Reëls](#) sal wees. Onkunde betreffende hierdie regulasies en reëls sal nie as 'n verskoning by oortreding daarvan aangebied kan word nie.